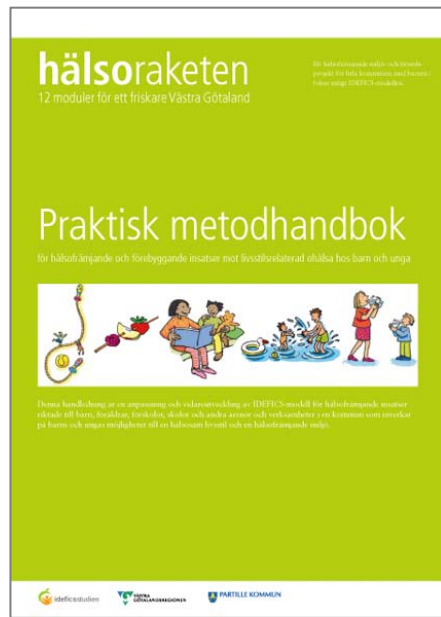


# hälsoraketen

12 moduler för ett friskare Västra Götaland

## Hälsoraketen - ett hälsofrämjande miljö- och livsstilsprojekt för hela kommunen med barnen i fokus enligt IDEFICS-modellen.



# hälsoraketen

12 moduler för ett friskare Västra Götaland

## IDEFICS-projektet

- Startår 2006
- Kartläggning av kostvanor, sociala faktorer och livsstil hos barn mellan 2-10 år
- Utveckla nya förhållningssätt som främjar bättre kost- och motionsvanor hos unga

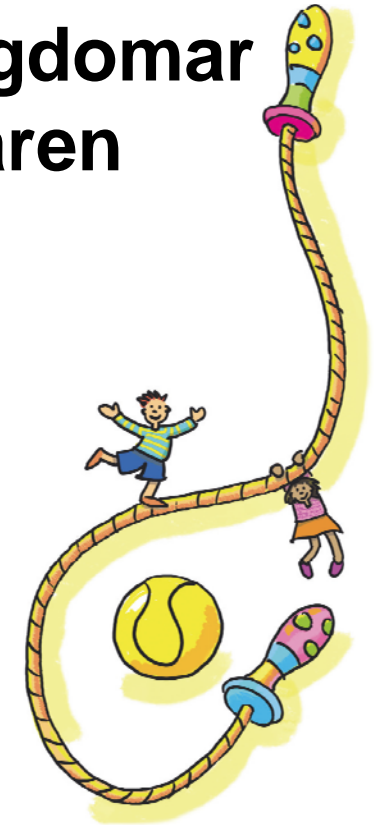


# hälsoraketen

12 moduler för ett friskare Västra Götaland

## Övervikt och fetma bland barn och ungdomar har ökat kraftigt under de senaste 30 åren

- Utvecklingen är densamma i hela västvärlden
- Kostvanor
- Sociala faktorer
- Livsstil

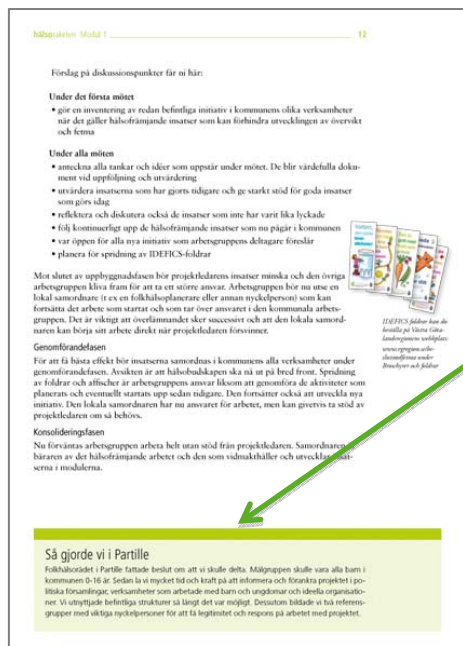


# hälsoraketen

12 moduler för ett friskare Västra Götaland

## Först ut i Sverige

- Kartläggningen och de riktade hälsoinsatserna genomfördes i Partille
- Alingsås och Mölndals kommun deltog som kontrollkommuner



Alingsås

Partille

Mölndal

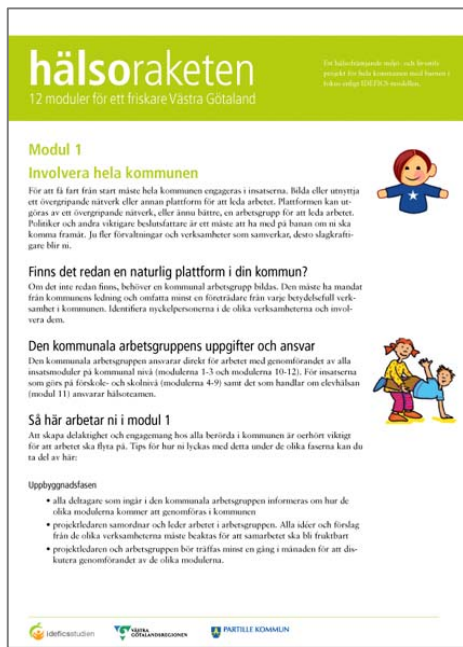


# hälsoraketen

12 moduler för ett friskare Västra Götaland

## 12 moduler för ett friskare Västra Götaland

- En guide för hur det hälsofrämjande arbetet kan bedrivas och samordnas i kommunens olika verksamheter på bästa sätt
- Tillhörande lärarhandledningar



# hälsoraketen

12 moduler för ett friskare Västra Götaland

## De 12 modulerna

- Modulerna 1-3 – politiker och andra beslutsfattare på kommunal nivå
- Modulerna 4-9 – skolpersonal inom förskolan och grundskolan
- Modulerna 10-12 – föräldrar, mödra- och barnhälsovården, folktandvården, elevhälsan och föreningslivet i samverkan med kommun och skolan



# hälsoraketen

12 moduler för ett friskare Västra Götaland

## 5 nycklar till en bättre hälsa

- Ett speciellt studiematerial – fem foldrar med fem nyckelbudskap
- Foldrarna ligger under beslutstödet på [www.vgregion.se/beslutstodfetma](http://www.vgregion.se/beslutstodfetma)
- Kan beställas gratis och delas ut till barnen under hälsoveckorna



# hälsoraketen

12 moduler för ett friskare Västra Götaland

**Metodhandboken är framtagen och sammanställd av** Sigbritt Andreasson, idrottslärare och forskningsinformatör för IDEFICS i Västra Götalandsregionen i samarbete med Staffan Mårild, docent och överläkare vid Drottning Silvias Barn- och ungdomssjukhus Göteborg, Gabriele Eiben, leg. dietist och medicine doktor vid Göteborgs Universitet, Lisen Grafström, leg. dietist, Barnhälsovården i Uddevalla, Gert Johansson, folkhälsoplanerare i Partille och Annika Nilsson-Green, utvecklingsledare Enheten för folkhälsofrågor Västra Götalandsregionen. Dessutom har Malin Karlsson, hälsopedagog och Marie Lundell, sjuksköterska medverkat.

