

## ***Nordiska Livsstilsverkstan - En modell för intersektoriell samverkan mellan föräldrar och verksamma inom förskola och hälsoväsende.***

Projektledare KC Ringsberg.

Idén till projektet växte fram mot bakgrund av forskningsrapporter om ökad barnfetma, ökad mental ohälsa hos barn, föräldrars upplevelse av tidsbrist och ökad stress och dess negativa konsekvenser på barn och vuxna. Reflexioner och diskussioner med representanter från WHO rörande dagligvaruföretags, reklamföretags och medias påverkan på människor i allmänhet inspirerade också. Till skillnad från redan utarbetade föräldrastödmodeller, som ofta fokuserar på problem och riskfaktorer, har Nordiska Livsstilsverkstan ett hälsofrämjande och salutogent perspektiv och ett dialogbaserat förhållningssätt. Projektet har genomförts i samarbete mellan nordiska forskare.

En handledarguide har utarbetats som innehåller arbetsmaterial med frågeställningar som de flesta familjer med barn i förskoleåldern möter i sin vardag. Arbetsmaterialet är tänkt att användas för att leda diskussionsgrupper av föräldrar som är intresserade av att tillsammans med förskole- och hälsopersonal, utvecklas i sin föräldraroll. Fokus är på hälsofrämjande livsstilsval. Även de yrkesverksamma som arbetar med barn och därmed är viktiga aktörer kring barnet och dess familj, ges möjlighet att utvecklas i sin profession. Tre teman har utvecklats; Tema I - Hälsofrämjande livsstil, Tema II - Vän med tiden och Tema III - Medier och hälsa. Förslag ges till hur ytterligare teman kan utvecklas nämligen Tema IV - Kost och motion, Tema V - Värdegrunder och självkänsla samt Tema VI- Kultur. Föreläsningmaterial har färdigställt för Tema I-III.

### **Webbaserad handledarguide**

Handledarguiden är webbaserad, vilket innebär att *Nordiska Livsstilsverkstan* finns tillgänglig på Internet på [www.nordiskalivsstilsverkstan.com](http://www.nordiskalivsstilsverkstan.com). Den finns även i pappersform i Nordiska ministerrådets rapportserie TemaNord (2013:504). Guiden finns översatt till danska, isländska, finska, norska och engelska, men finns då endast tillgängligt för utskrift i pappersform.

Fyra rapporter har skrivits rörande projektet och kan beställas från Nordiska Ministerrådet, Köpenhamn, Danmark ([www.norden.org](http://www.norden.org)).

- Medier och barns hälsa. Från peppning och glamour till trygg vägledning. TemaNord 2013:501. Red. KC Ringsberg
- Mediers påverkan Förskolebarns hälsa och föräldrarnas roll vid denna påverkan, TemaNord 2013:502. Red. KC Ringsberg.
- Nordiska Livsstilsverkstan. En modell för intersektoriell samverkan mellan föräldrar, förskola, hälsoväsende och forskare. Slutrapport. TemaNord 2013:503. Red. KC Ringsberg.

- Nordiska Livsstilsverkstan. En modell för intersektoriell samverkan mellan föräldrar, förskola, hälsoväsende och forskare. *Handledarguide*. TemaNord 2013:504. Red. KC Ringsberg.

### **Vetenskapliga artiklar**

#### **Nordiska Barn och hälsofrämjande aktiviteter**

- Berntsson LT, Ringsberg KC. Swedish parents' activities together with their children and children's health: A study of children aged 2-17 years. *Scand J Public Health* 2014 Nov;42(15 Suppl):41-51.
- Berntsson LT, Ringsberg KC. Health and relationships with leisure time activities in Swedish children aged 2-17 years. *Scand J Caring Sci*. 2014 Sep;28(3):552-63.
- Health literacy. Teori och praktik i hälsofrämjande arbete. Red. KC Ringsberg, E Olander & P Tilgren. Studentlitteratur, Lund 2004.

#### **Barn och hälsofrämjande aktiviteter ur ett globalt perspektiv.**

Fokusgruppintervjuer med föräldrar och professionella rörande hälsofrämjande har genomförts i Sydafrika och Vietnam och materialet håller på att analyseras i samarbete med svenska och sydafrikanska forskare.