

RF-SISU VÄSTERBOTTEN
Att: Niklas Lindmark

Beslut om stöd

Stödmottagare: RF-SISU VÄSTERBOTTEN
Org. nr: 894000-3588
Projektnamn: Förstudie: Nya vägar till rörelse
ÄrendeID: 20374422
Diarienummer: REGAC - 242 - 2025

Beslut om stöd

Region Västerbotten beviljar RF-SISU VÄSTERBOTTEN stöd för att genomföra projektet Förstudie: Nya vägar till rörelse enligt ansökan inkommen 2025-05-16. Stödet uppgår till 50,00 % av faktiska kostnader och 50,00 % av total finansiering, dock med högst 529 381.

Beslutet har fattats enligt riktlinjer för beredning och beslut om Regionala utvecklingsmedel – RUM.

Beslutet kan inte överklagas.

Motivering till beslut

Projektet uppfyller kraven fastställda i Region Västerbottens Riktlinjer för beredning och beslut om regionala utvecklingsmedel – RUM samt följer intentionerna i RUS prioriterat område 5. Västerbotten - en hälsofrämjande region och mer specifikt delprioritering 5.2 Hälsosamma levnadsvanor.

Projektperiod

2025-10-01 - 2026-09-30

Projektbeskrivning

Syfte: Vi befinner oss i en extraordinär samhällsomvandling, samtidigt som vi står inför en hälsokris präglad av ökat stillasittande. För att säkerställa en hållbar framtid, både ur ett ekonomiskt och socialt perspektiv, behöver vi investera i människors hälsa. Det innebär att skapa förutsättningar för fysisk aktivitet, något som inte bara stärker individens hälsa utan även bidrar till en hållbar samhällsutveckling. Fysisk inaktivitet är en av vår tids största hälsoutmaningar. Sverige är ett av de mest stillasittande länderna, där 70 % av vår vakna tid spenderas sittande eller liggande. Endast 44 % av pojkarna och 22 % av flickorna når rekommenderad fysisk aktivitet dagligen. Femåringar sitter i genomsnitt 9 timmar om dagen, ungdomar 10. Statistik visar även stora skillnader i idrottsdeltagande mellan stadsdelar i Västerbotten, och utvecklingen går åt fel håll. Barn och unga har sämre motorik och fysisk kondition jämfört med tidigare generationer. Allt färre kan slå en kullerbytta, knyta en knut eller klippa med sax. I juni 2023 överlämnade Kommittén för främjande av fysisk aktivitet en rapport till socialministern där de betonade att situationen är akut. Fysisk inaktivitet är kopplad till 36 medicinska diagnoser som ofta förstärker varandra. Enligt kommittén syns konsekvenserna i ökad övervikt, psykisk

ohälsa, och försämrad kondition, styrka och motorik hos unga. Minskad fysisk aktivitet påverkar hälso- och sjukvårdssystem, miljö, ekonomi och livskvalitet negativt. Samtidigt är de positiva effekterna av fysisk aktivitet välkända. Det är en av de viktigaste påverkbara faktorerna för hälsa.

Vi har länge försökt lösa detta genom att göra mer av samma sak men det har inte räckt. Fokus har legat på symtom snarare än orsaker. Tidigare insatser har varit viktiga och kan fortsatt spela en roll. Men för att åstadkomma verklig förändring krävs nya perspektiv. Därför fokuserar vi i detta projekt på tre grundläggande problem:

Synen på rörelse - ett ensidigt fokus på kvantitet
Gamla tankesätt dominerar, där rörelse främst mäts i minuter och steg snarare än i kvalitet. Det saknas ett genomtänkt fokus på att utveckla människors självförtroende, rörelseglädje och inre drivkraft till fysisk aktivitet - faktorer som är avgörande för att skapa varaktiga vanor och ett livslångt intresse för rörelse.

Lösningar utan målgruppsinvolvering
Insatser för att främja rörelse utformas ofta utan dialog med målgruppen och utan att anpassas efter lokala förutsättningar. Därför leder det till lösningar som saknar relevans, inte används eller får kortvarig effekt.

Under februari genomförde vi målgruppsintervjuer med elever på Tuböleskolan i Anderstorp. Resultaten gav oss insikter om vad som skapar rörelseglädje hos just barnen i området. Denna kunskap har lagt grunden för projektansökan och kommer att vägleda förstudien i att utveckla metoder och insatser som är verkligt anpassade efter målgruppens behov och förutsättningar.

Fragmenterade insatser - alla jobbar på sitt håll
Många aktörer arbetar för att öka fysisk aktivitet, men det saknas samordning, långsiktighet och en gemensam strategi. Skolan, idrotten, vården och samhället jobbar ofta var för sig, vilket gör att insatserna blir splittrade och mindre effektiva.

För att vända den negativa utvecklingen behöver vi gå från punktinsatser till långsiktiga och samordnade lösningar. Förstudien ska undersöka hur vi kan utveckla en samarbetsplattform för metoder som integrerar rörelse i vardagen. Vi vill utmana invanda arbetssätt och skapa hållbar förändring genom samverkan och innovation. Förstudien tar avstamp i ett länsperspektiv och kommer att mobilisera erfarenheter och kompetens från hela organisationens arbete i Västerbotten. Samtidigt kommer vissa delar av testfasen att fokusera särskilt på Skellefteåområdet, utifrån aktuella behov samt resursmässiga förutsättningar. Lärdomar och metoder som utvecklas ska dock vara skalbara och kunna spridas till fler kommuner i länet i ett genomförandeprojekt.

Vad projektets aktiviteter ska leda till för målgruppen på kort sikt:

Projektet syftar till att främja rörelse i vardagen genom att skapa kunskap, bygga samverkan och testa nya metoder. Förstudien lägger grunden för ett framtida genomförandeprojekt genom att identifiera relevanta samarbetspartners, analysera behov och förutsättningar samt testa arbetssätt i en lokal kontext. Förstudien tar avstamp i ett länsperspektiv och kommer att mobilisera erfarenheter och kompetens från hela organisationens arbete i Västerbotten. Samtidigt kommer vissa delar av testfasen att fokusera särskilt på Skellefteåområdet, utifrån aktuella behov samt resursmässiga förutsättningar.

1. På kort sikt förväntas förstudien leda till följande resultat:

- Etablerade samarbeten och fördjupad förståelse hos målgruppen
- Relevanta aktörer inom kommun, civilsamhälle och näringsliv har identifierats och engagerats.
- Målgruppen har ökat sin förståelse för utmaningar och möjligheter kopplade till fysisk aktivitet, samt sin roll i framtida samverkan.
- Underlag har tagits fram som kartlägger hinder och möjligheter i olika lokala kontexter.

2. Testade och utvärderade arbetssätt och metoder

- Tvärsektoriella samarbeten har prövats i Skellefteåområdet, med målet att identifiera framgångsfaktorer och skalbara lösningar.
- Förankring och planering inför genomförande.
- Nyckelpersoner har fått ökad insikt i hur rörelse kan integreras i verksamhet och samhällsstruktur.
- En initial plan för vidare utveckling och finansiering har tagits fram.

Dessa resultat stärker målgruppens handlingsberedskap och skapar goda förutsättningar för ett genomförandeprojekt med bredare geografisk tillämpning.

Vilka effekter ska projektet uppnå på lång sikt:

Eftersom detta är en förstudie fokuserar vi på att utforska och etablera förutsättningar för långsiktiga effekter. Genom att identifiera relevanta samarbeten, testa metoder och analysera strukturella hinder skapar vi en grund för ett framtida genomförandeprojekt som kan leda till dessa förändringar. Initiativet syftar till att skapa en varaktig förändring i hur rörelse integreras i vardagen och samhället. De långsiktiga effekterna av projektet bygger på att målgruppen, genom ökad kunskap, samverkan och testade metoder, förändrar beteenden och bidrar till en mer aktiv och hållbar livsstil.

På lång sikt förväntas projektet leda till följande effektmål:

1. En mer rörelsevänlig samhällsstruktur

- Rörelse har blivit en naturlig del av vardagen för fler invånare i Västerbotten genom en kombination av beteendeförändringar, samverkan och förbättrade förutsättningar för fysisk aktivitet.
- Samhällsstrukturer och verksamheter stödjer en aktiv livsstil genom exempelvis tillgängliga rörelseytor, stärkta föreningsstrukturer och initiativ för att minska stillasittandet.
- Offentliga och privata aktörer samarbetar för att göra rörelse till en självklar del av skola, arbetsliv och fritid.

2. Förbättrad folkhälsa och välbefinnande

- Minskat stillasittande och ökad fysisk aktivitet i alla åldersgrupper.
- Färre fall av livsstilsrelaterade sjukdomar kopplade till fysisk inaktivitet.
- Ökad psykisk hälsa och välbefinnande genom regelbunden rörelse.

3. Stärkt samverkan mellan sektorer

- Bestående samverkansstrukturer mellan kommun, näringsliv och civilsamhälle för att främja fysisk aktivitet.
- Idrott, kultur, arbetsliv och skola arbetar tillsammans för att skapa fler rörelsefrämjande initiativ.

- Beslutsfattare har integrerat fysisk aktivitet som en central del i hållbar samhällsutveckling.

4. En jämlik och jämställd rörelsekultur

- Ökad tillgänglighet till rörelseaktiviteter för alla, oavsett socioekonomisk bakgrund eller funktionsförmåga.
- Jämställda möjligheter till fysisk aktivitet där kön, ålder eller bakgrund inte är begränsande faktorer.
- En förändrad syn på rörelse där det ses som en naturlig och värdefull del av livet snarare än en prestation.

Dessa långsiktiga effekter stärker invånarnas hälsa, ökar jämlikheten och bidrar till att Västerbotten blir en mer hållbar och inkluderande plats att bo, leva och verka i.

Indikatorer:

Namn	Värde	Måttenheter	Kommentar
Antal framtagna kunskapsunderlag, strategier och program.	1	Stycken	Etablerade samarbeten och fördjupad förståelse hos målgruppen

Tid- och aktivitetsplan

Aktivitet	Beskrivning	Startdatum - Slutdatum	Kostnad
AP1: Samordning och kunskapsinhämtning	Förstudien genomförs under en period av 12 månader, med fokus på kartläggning, samverkan, metodutveckling och analys för att lägga både analytisk och praktisk grund för en framtida projektansökan och genomförandeprojekt. De olika arbetspaketen löper periodvist parallellt och överlappas för att möjliggöra ett interaktivt arbetssätt där insikter från varje fas kan påverka och utveckla nästa steg. AP1: Samordning och kunskapsinhämtning I detta arbetspaket undersöker vi hur en samordnande funktion kan utformas inom ett framtida genomförandeprojekt. Parallellt kartlägger vi relevanta aktörer, samarbetspartners och deras roller inom målgruppen, samtidigt som vi analyserar förutsättningarna för långsiktig implementering och finansiering.	2025-10-01 - 2026-09-30	
Workshops, intervjuer och dialoger med målgrupper och aktörer	Genomföra workshops, intervjuer och dialoger med målgrupper och aktörer för att skapa en djupare förståelse för hinder och möjligheter kopplade till fysisk aktivitet.	2025-10-01 - 2026-09-30	70 000
Studiebesök och erfarenhetsutbyte	Utföra studiebesök och erfarenhetsutbyte för att identifiera framgångsrika arbetssätt inom rörelsefrämjande insatser.	2025-10-01 - 2026-09-30	70 000
Kartlägga pågående initiativ	Kartlägga pågående initiativ och utforska potentiella synergieffekter mellan olika projekt och aktörer.	2025-10-01 - 2026-09-30	70 000

Utforska en portföljhanteringsmodell	Utforska hur en portföljhanteringsmodell av beprövade och nytänkande lösningar kan utvecklas och samverka över tid.	2025-10-01 - 2026-09-30	70 000
Utforska möjliga finansieringsmodeller	Utforska möjliga finansieringsmodeller och organisatoriska lösningar för ett framtida genomförandeprojekt genom samverkan mellan offentliga, privata och idéburna aktörer.	2025-10-01 - 2026-09-30	70 000
AP2: Test och metodutveckling	I denna fas testas nya arbetssätt och samverkansmodeller i mindre skala för att utforska hur rörelse kan integreras i vardagen på ett hållbart och inkluderande sätt. Testerna utformas baserat på insikterna från AP1 och genomförs i verkliga miljöer, såsom skolor, föreningar och bostadsområden, där målgruppen är delaktig i processen.	2025-12-01 - 2026-06-30	
Mindre pilotinsatser	Genomföra mindre pilotinsatser där vi testar olika sätt att främja rörelse i samverkan mellan skola, föreningsliv, hälso- och sjukvård och stadsplanering.	2025-12-01 - 2026-06-30	120 880
Samla in data	Samla in data och återkoppling från testmiljöerna för att förstå vilka arbetssätt som fungerar bäst och vilka justeringar som behövs.	2025-12-01 - 2026-06-30	117 000
Analysera resultat och sammanställa lärdomar	Analysera resultat och sammanställa lärdomar inför vidare utveckling i ett genomförandeprojekt.	2025-12-01 - 2026-06-30	117 000
AP3: Förankring, strategisk mobilisering och visning på SE26	Mot slutet av projektet delas insikter och lärdomar med nyckelaktörer och beslutsfattare. En slutrapport sammanställs, där analys och rekommendationer konkretiseras för att säkerställa att kunskapen tas vidare.	2026-01-01 - 2026-09-30	
Förankra strategi	Förankra en långsiktig strategi hos nyckelaktörer, samverkanspartners och finansiärer.	2026-01-01 - 2026-09-30	73 881
Lägga grunden för en strukturerad samverkansplattform	Lägga grunden för en strukturerad samverkansplattform som möjliggör fortsatt utveckling av testade insatser.	2026-01-01 - 2026-09-30	70 000
Utveckla utkast till genomförandeprojekt	Utveckla ett första utkast till genomförandeprojekt med mål, struktur och möjliga arbetsmetoder - baserat på insikterna från kartläggning, behovsanalys och testade metoder.	2026-01-01 - 2026-09-30	70 000
Utforska långsiktig finansiering	Utforska långsiktig finansiering och uppskalning av lösningar i dialog med offentliga, privata och idéburna aktörer.	2026-01-01 - 2026-09-30	70 000
Sprida resultat och lärdomar	Sprida resultat och lärdomar genom nätverk och etablerade plattformar, såsom via Society Expo 2026 och där det är relevant, även med aktörer på regional nivå för att möjliggöra vidare dialog och spridning.	2026-01-01 - 2026-09-30	70 000

Budget (Kostnads- och finansieringsplan)

Kostnad

Kostnadsslag	2025	2026								Totalt
Personal	181 035	543 105								724 140
Externa tjänster	20 000	156 000								176 000
Resor och logi	5 000	25 000								30 000
Investeringar, materiel och lokaler	3 000	17 000								20 000
Schablonkostnader	27 155	81 466								108 621
Summa kostnader	236 190	822 571								1 058 761
Projektintäkter										
Summa faktiska kostnader	236 190	822 571								1 058 761
Bidrag i annat än pengar										
Summa bidrag i annat än pengar										0
Summa totala kostnader	236 190	822 571								1 058 761

Finansiering

Finansiär	2025	2026								Totalt
Offentligt bidrag i annat än pengar										
Total offentligt bidrag annat än pengar										0
Offentlig kontantfinansiering										
Total offentlig kontantfinansiering										0
Total offentlig finansiering										0
Privata bidrag i annat än pengar										
Total privat bidrag annat än pengar										0
Privat kontantfinansiering										
RF-SISU Västerbotten	132 345	397 035								529 380
Total privat kontantfinansiering	132 345	397 035								529 380
Total privat finansiering	132 345	397 035								529 380

Stöd

Finansiering	2025	2026								Totalt
Egna regionala projektmedel - ERP	103 845	425 536								529 381

Sammanställning (Stödprocent)

Stödandel av faktiska kostnader:	50,00 %
Stödandel av stödgrundande finansiering:	50,00 %
Stödandel av total finansiering:	50,00 %
Andel annan offentlig finansiering:	0,00 %
Andel privat finansiering:	50,00 %

Rapportering och begäran om utbetalning

Stödet utbetalas i efterhand efter redovisning av faktiska utgifter.

En rapportering genomförs i samband med ansökan om slututbetalning.

Sista datum för slutrapport

2026-11-30

Allmänna villkor för stöd

Se bilaga

Beslut i detta ärende har fattats av Nils Enwald efter föredragning av Martin Lundberg.

Vid frågor kontakta:

Martin Lundberg
Telefon: 073-092 11 20
E-post: martin.lundberg@regionvasterbotten.se