

Ansökningsblankett folkhälsobidrag

Föreningens namn IFK Bjurfors
Organisationsnummer..... 894700-5305
Adress.... c/o Idrottsservice AB,
Mullbergsvägen 11

Postnummer.... 931 37 **Ort** Skellefteå
Post-/bankgiro..... PG: 482937-0

UPPDRAGETS NAMN**SKOG OCH MARK GÖR MIG STARK**

Sökt 36 800 kronor

Beskrivning

Detta uppdrag delas upp i tre delar för att kunna nå olika målgrupper.

1. Till ungdomar 13-20 år riktas Skogsbad

- låter hjärnan återhämta sig i "mjuk uppmärksamhet" och ger motsatsen till skärmar= hård uppmärksamhet
- detta genomförs i maj-juni och augusti
- blir en tid utan skärmar och telefoner i tystnad
- leds av ledare med skogsbadskompetens

2. Till föräldrar och andra vuxna riktas restorative eller yin yoga

- återhämtning från dagliga aktiviteter och infobrus.
- detta genomförs under januari-april

3. Workshop föräldrar

- bokcirkel med "Lugn av naturen" en basträff och uppföljning under aktivitetsdagen
- aktivitetsdag med vandring i naturen med biologiska berättelser om ekosystem
- leds av en biolog/ekolog, läkeörstpedagog, skogsbadsspecialist

- tips och råd för föräldrar och eventuella medföljande barn hur på ett enkelt och lätt sätt hämta balans i sinnet från naturen
-syftet med workshopen är att ge föräldrarna nya färdigheter för att kunna underlätta dagens stressiga tillvaro hos ungdomar och att nyttja naturen som finns bakom knuten till detta.

Målgrupper

1. Ungdomar 13-20 år
2. Vuxna, både föräldrar och andra vuxna med behov av återhämtning

Tidplan

Januari 2019- april 2019 – yogaträffar

Maj 2019 – bokcirkel basträff

Maj 2019 – juni 2019 och augusti 2019 – skärmfria skogsbadsträffar för ungdomar

Juni 2019 – aktivitetsdag

Augusti 2019 – avslutande delar av workshopen med föräldrar

Följande målområden ingår i uppdraget

- Barns och ungas uppväxtvillkor
- Hälsa i arbetslivet
- Fysisk aktivitet
- Matvanor och livsmedel (ingår som del i diskussionerna i skogbad)
- Tobak, alkohol, narkotika, dopning och spel
- Främja psykisk hälsa och förebygga psykisk ohälsa (**detta är prio ett**)

Hur följer ni upp ert arbete?

Vilken effekt vi får med detta projekt kommer att följas upp med en enkät under hösten 2019. Detta görs genom brev eller e-post. Resultaten sammanfattas och används som underlag till planeringen 2020.

Vilka samarbetspartners har ni?

Lena Stenvall, skogsbadsspecialist, projektledare "Psykisk ohälsa i arbetslivet"
Jeanette Carlsson, yoga- och läkeörstpedagog, arbetsterapeut

Ange här om ni har bidrag från andra aktörer och i så fall vilka dessa aktörer är (tex kommun, studieförbund).

Nej, inga andra bidrag finns till detta.

Ekonomisk kalkyl

Intäkter	Kronor	Kostnader	Kostnader	Kronor
	0	yoga	6 *1800	10 800
	0	skogsbad	6 *1800	10 800
	0	workshop föräldrar	2* 5400	10 800
		lokalhyra	6 * 400	2 400
		övrigt*		2 000
			2000	2 000
Summa			Summa	36 800
*annonsering, introduktionsträff				

Kryssa i de påståenden som stämmer med er förening:

- Föreningen är demokratisk - **JA**
- Föreningen har en styrelse med minst tre medlemmar - **JA**
- Föreningen har revisor - **JA**
- Föreningen har återrapporterat eventuella tidigare folkhälso-
bidrag från landstinget - **NEJ**

Kontaktperson:

Namn.....Arja Helena Kautto

Telefon.....070-37 35 145

E-mail.....arja@finnvet.com

Ansökan inlämnas senast måndag den 17 september 2018

Via mail:

landstinget@vll.se

Märk ansökan "Folkhälsobidrag 2019"

Via post:

Västerbottens läns landsting

Diariet

Köksvägen 11, 901 89 Umeå

Märk ansökan "Folkhälsobidrag 2019"

