Naturgøy

Bakgrunn for prosjektet/Målsetting

Barn som sliter med overvekt og inaktivitet er en gruppe som med stor sannsynlighet vil utvikle livsstilsykdommer. Skolehelsetjenesten i Haugesund så dette problemet, og tok kontakt med Haugesund Turistforening. Disse barna opplever ofte nederlag i kroppsøvingstimene. Friluftsaktiviteter blir ikke målt i tid og målbare prestasjoner, og det er lettere å oppleve mestring og glede i de aktivitetene som foregår ute i naturen. Når barn sliter med overvekt/inaktivitet, skyldes det i noen tilfeller at dette er et problem også for resten av familien, - med påfølgende problem over tid. Vi ville derfor satse på at alle barn som er med på denne aktiviteten også kunne ha med foreldre og søsken. Vi ville at de sammen skulle oppleve gleden av å oppholde seg ute og gjøre aktiviteter i friluft. Aldersgruppen vi satset på er barn i alderen 6 til 12 år, - barneskoletrinnet. Lek i friluft kan uten problem gå på tvers av alder.

Prosjektgjennomføring/Metode

En ansatt har hatt hovedansvaret for Naturgøy. I tillegg har frivillige bidratt ved behov. Prosjektet hadde ikke kunne vært gjennomført bare ved frivillige. Etter hvert som Frisklivssentralen ble etablert, har ansatte der også bidratt.
Prosjektet har hatt ukentlige aktiviteter. Hver mandag fra kl 17.00 til 18.30 har deltakerne møttes i Djupadalen, Haugesunds friluftsområde. Området ligger bynært, og for deltakerfamilier uten bil er det bussforbindelser dit. Dessverre er ikke bussforbindelsene de beste, og det kan for noen ha vært en grunn til at de ikke har kunne delta.
Fokuset har vært på lek ute i naturen. De har vært med på mange spennende aktiviteter, og vi ser at lek i naturen er samlende for alle aldersgrupper. De leker på tvers av både alder og kjønn. Noen foreldre har også vært aktive, mens andre har vært tilskuere.
Aktivitetene har vært alt fra fiske, kajakkpadling, klatring, lek i skogen, klatrejungel, orientering, tegning med kullstifter laget på bål.
I perioder med surt høst/vintervær har vi hatt aktiviteter inne i en klatrehall. Dette har vært populært.

Resultater og resultatvurdering

Naturgøy har nå eksistert i 5 år, med oppstart mars 2012. Det har vært aktiviteter en gang i uken, bortsett fra i ferier. Oppmøtet har variert veldig. Da Frisklivssentralen startet opp ble det et oppsving med flere deltakere. Det ble da en stabil gruppe som møtte opp, noe som gjorde at Naturgøy føltes mer meningsfullt. Det siste året har der derimot blitt færre deltaker derfra også. Vi har også fått gode tilbakemeldinger på at dette er et viktig tilbud til de som trenger det, og det har vært en positiv aktivitet for de som deltar. Vi har noen eksempler på at familien er blitt mer aktive, men det gjelder ikke alle. Deltakerne har vært med for sporadisk til at det har kunnet la seg måle. Gjennom de 5 årene Naturgøy har eksistert har det vært 1686 deltakere totalt. I løpet av 2016 har vi hatt 17 barn på lista. Av dem er det ikke mange som har et stabilt frammøte, noen har bare vært med en gang. Det ser ut til at ungene trives svært godt, og at det er foreldrene som

blir hinderet for mer jevn deltakelse. Forklaring om hektisk hverdag er lett gjenkjennelig, og stemmer nok i mange tilfeller godt. Vi har imidlertid ikke slakket på kravet om at foreldre skal delta. Det er det hele prosjektet har lagt opp til, og vi har hatt fokus på et familieproblem, i kke et problem som gjelder barnet.
Deltakelse i Naturgøy har vært gratis for deltakerne. Vi er litt usikker på om det skulle ha kostet noe å være med, ikke en høy sum, men nok til at det ble mer forpliktende.
Prosjektet har vært belyst gjennom en bacheloroppgave, den ligger ved rapporten. Denne viser også til at det er vanskelig å måle resultat.
Vårt ønske om en jevn deltakelse med stor nok gruppe har ikke slått an. Det er derfor med tungt hjerte vi avslutter prosjektet. Vi er imidlertid fortsatt overbevist om at det er et bra prosjekt, og vi håper andre lykkes bedre enn oss.
Vi innkalte til møte med Skolehelsetjenesten og Frisklivssentralen i forkant av beslutningen om å avslutte prosjektet. Tilbakemeldingen derfra var at dette av veldig beklagelig, og de var klar over at det ikke hadde vært flinke nok til å melde inn og følge opp elever de mente burde delta på Naturgøy. For Frisklivssentralen har Naturgøy vært et flott tilskudd til det de driver med, og de skulle nok gjerne sett at prosjektet fortsatte.

Oppsummering/konklusjon/videre planer

Prosjektet har vært svært lærerikt, og vi har erfart at selv om ideen er god så er det ikke alltid lett å lykkes. Vi har hatt et godt samarbeid med Haugesund Kommune, og etter hvert Frisklivssentralen. Skolehelsetjenesten er en den avdelingen vi har hatt tettest kontakt med. Oppfølgingen derfra har ikke vært slik vi hadde håpet på. Vi ser at mye av grunnen til det er en travel hverdag, med for få helsesøstre til å ta seg av de mange oppgavene de er pålagt. Da de ble klar over at prosjektet ble nedlagt var det med stor beklagelse, og de var beredt til å ta tak i dette. Men Haugesund Turistforening kan ikke lenger ta på seg den oppgaven. Vi håper andre kan videreføre prosjektet, og dersom det blir aktuelt vil vi svært gjerne bidra med våre erfaringer. Vi vil også gjerne være behjelpelige dersom andre ønsker å starte opp lignende.

Det er et overskudd på kr 34 110. Vi har et ønske om å informere om prosjektet til andre som er interessert i å høre om Naturgøy. Vi ber om at overskuddet kan brukes til dette formålet. Vi har også stor forståelse for at midlene skal overføres tilbake til Extrastiftelsen.