

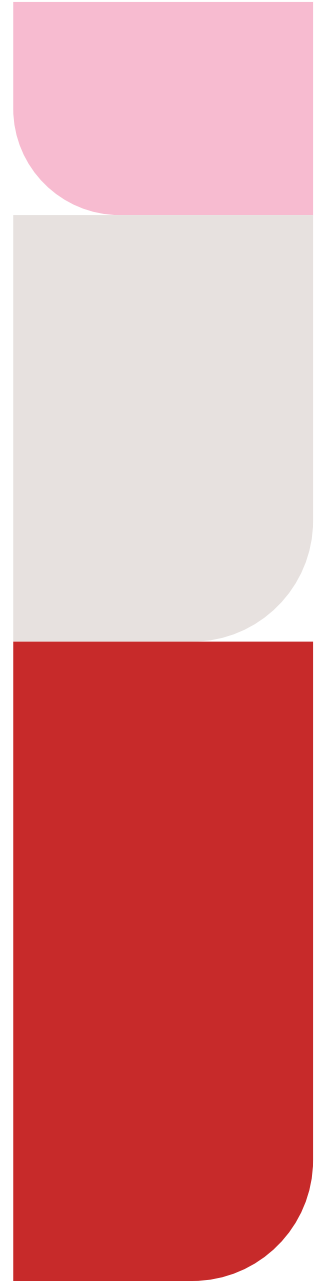
Nätverksträff: Kravlös dans för hälsa – ett samverkansprojekt

2026-03-19



Från förra träffen: Önskat innehåll dagens träff

- Erfarenhetsutbyte
- Lära känna varandra
- Alla får berätta om nuläget
- Utvärdering och uppföljning
- Fortsatt fokus på rekrytering
- Hålla motivationen igång



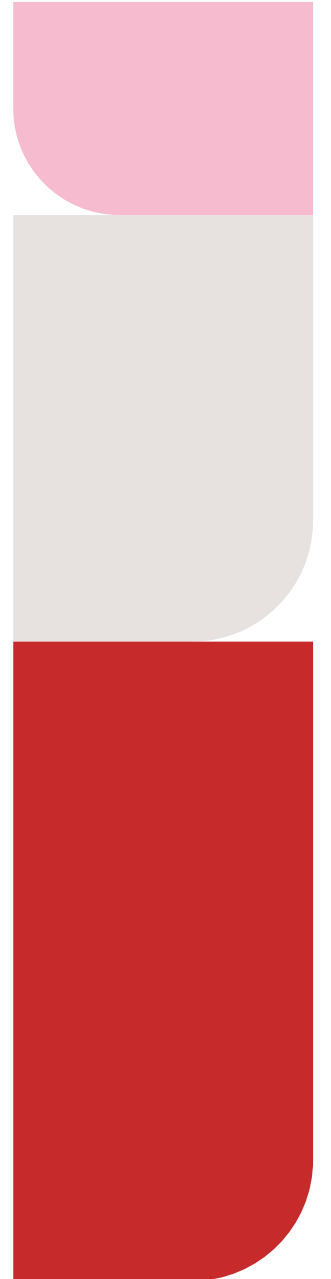
Presentationsrunda

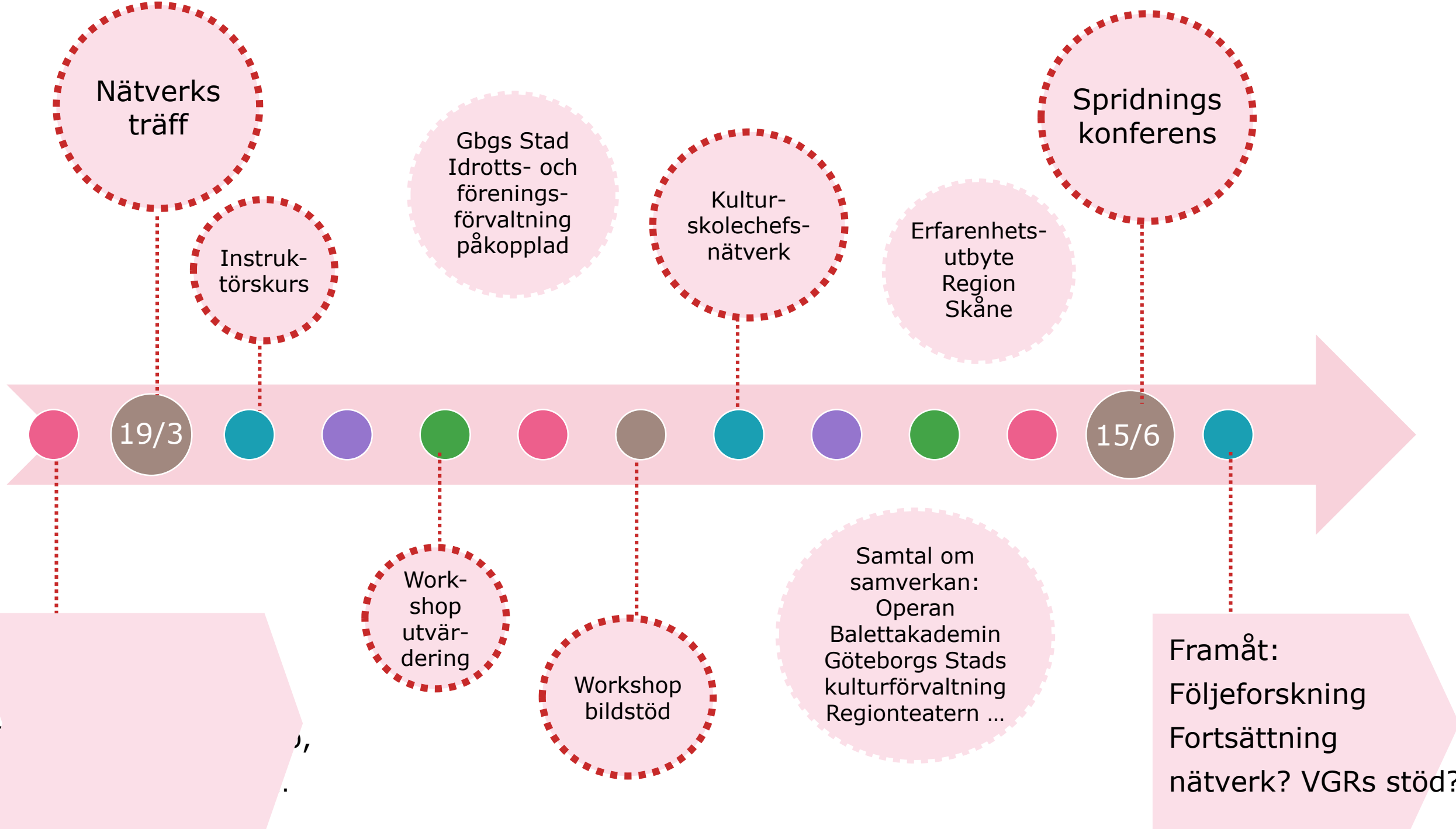
- Namn, roll
- Nuläge – grupper igång, antal deltagare
- Nytt se'n sist
- Lika många minuter som personer ni är 😊



Om samverkansprojektet

- Kultur och hälsa – ett utvecklingsområde inom VGR
- Projektmedel från Vårdsamverkan Göteborgsområdet
- Syfte: Öka spridningen av dans som insats för hälsa, pröva en samverkansmodell och sprida erfarenheter
- Exempel på insatser och aktiviteter:
 - Utbildning och nätverksträffar
 - Dialogmöten med kommuner, samverkansavtal
 - Unga som medskapare – uppdrag till Fryshuset
 - Följeforskning genom Centrum för fysisk aktivitet



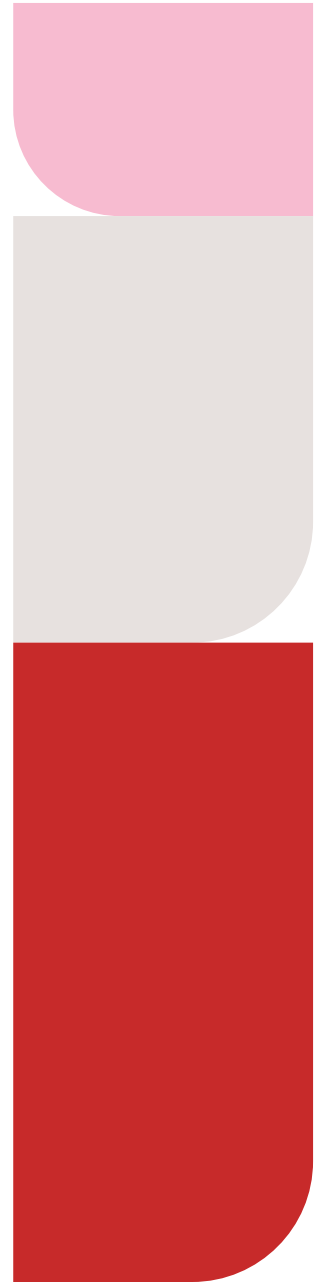


Från förra träffen: Utmaningar

- **Rekrytering**
- **Kommunikation**
- **Kontinuerlig finansiering**
- **Hålla i och hålla ut för alla inblandade**
- Steget till att anmäla och våga komma
- Lokalerna
- Att elever verkligen behöver nås

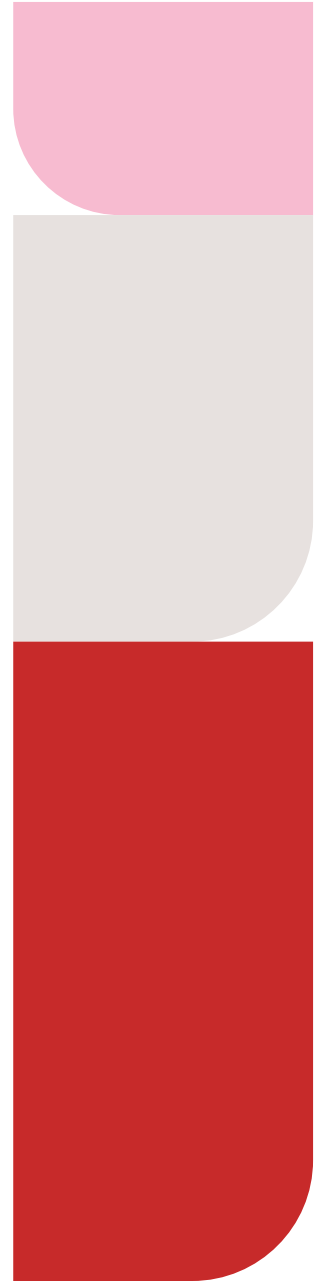


Fryshuset



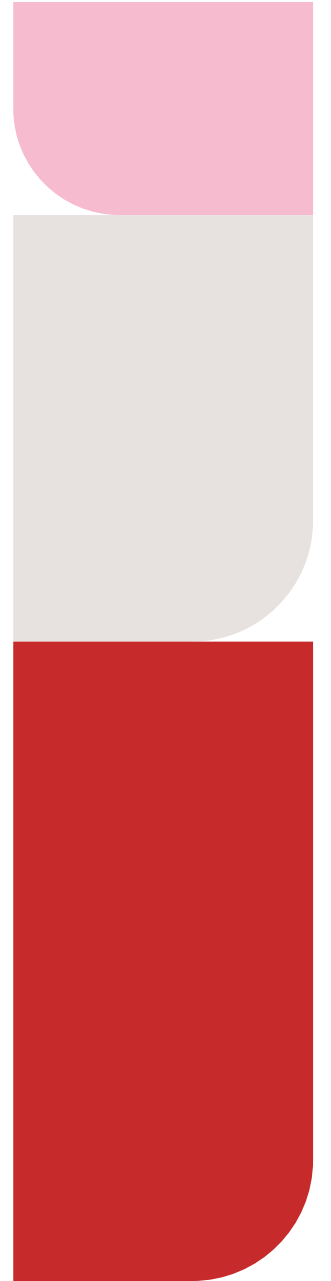
Följeforskning Dans för hälsa

- En kvalitativ intervjustudie om vårdgivares erfarenheter av att rekrytera till Dans för hälsa eller annan intervention med Kravlös dans
- Varför?
- Förberedelser av studien pågår, mål är att inleda intervjuer under vårterminen. Etikansökan är under prövning.
- Målet är att publicera resultaten i en vetenskaplig tidskrift



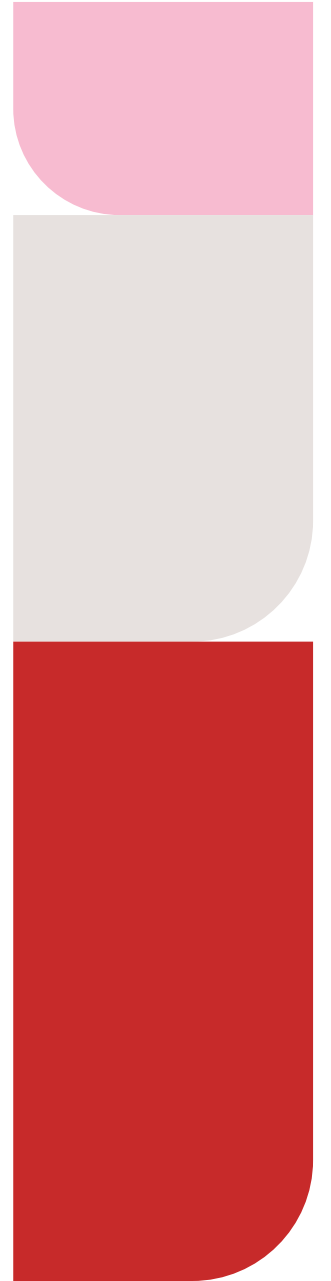
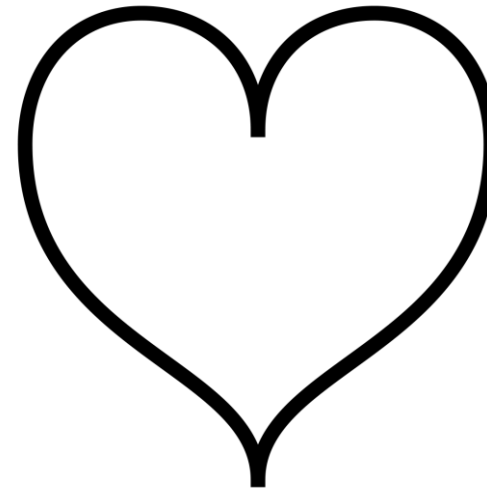
Följeforskning Dans för hälsa

- Vi kartlägger olika sätt att nå ut till möjliga intervjupersoner (vårdgivare)
- Inklusionskriterier: Talar svenska, anställd i regionalt organiserad vård eller elevhälsa, jobbar regelbundet med barn, ungdomar eller unga vuxna 9-25 år, erfarenhet av rekrytera/försök till rekrytering av deltagare till dansintervention för hälsa.



Tipsa oss!

- Känner ni till vårdgivare som hänvisar till DfH-grupper, tipsa oss gärna om dessa, så kan vi skicka en formell förfrågan om deltagande

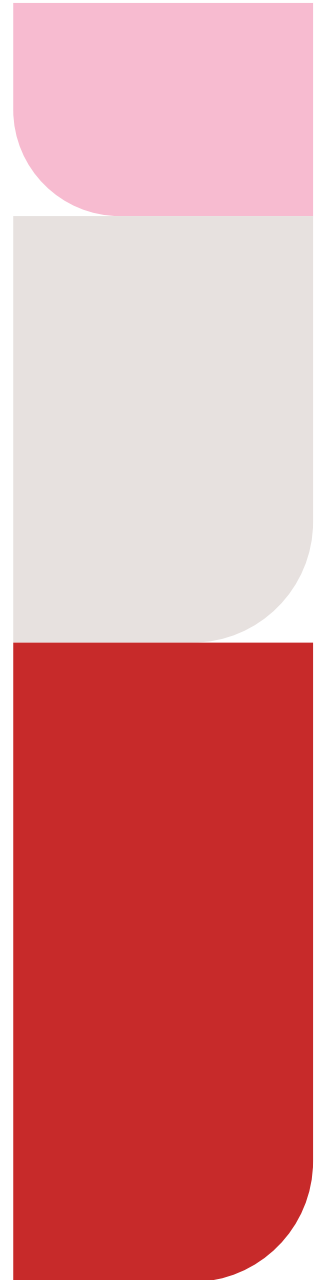


Följeforskning Dans för hälsa

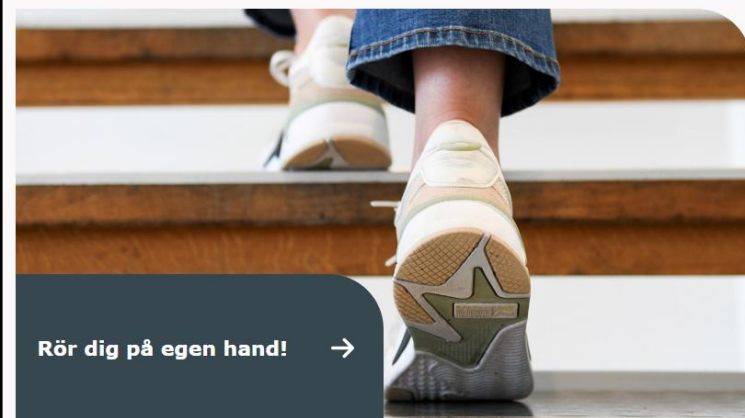
Ansvarig: Li Karlsson, leg. fysioterapeut, Centrum för fysisk aktivitet

li.karlsson@vgregion.se

0735-613360



Rörelseguiden



Rör dig på egen hand! →

Hitta aktivitet nära dig!



Ta stöd för motivationen!



Dans för hälsa - Kungälv

Kungälv

Dans och musik (ex folkdans, zumba, street dance, slagverk, drill, squaredance)

Ungdomar

Dans för hälsa - Uddevalla

Uddevalla

Dans och musik (ex folkdans, zumba, street dance, slagverk, drill, squaredance)

Barn

Ungdomar

Dans för hälsa - Kulturskolan Härryda

Härryda

Dans och musik (ex folkdans, zumba, street dance, slagverk, drill, squaredance)

Ungdomar

Dans för hälsa - Studieförbundet Alingsås

Alingsås

Dans och musik (ex folkdans, zumba, street dance, slagverk, drill, squaredance)

Ungdomar

Dans för hälsa - Partille Kulturskola

Partille

Dans och musik (ex folkdans, zumba, street dance, slagverk, drill, squaredance)

Barn

Ungdomar

Angereds Ungdomsmottagning - Dans för hälsa

Göteborg

Angered

Östra Göteborg

Ungdomar

Dans och musik (ex folkdans, zumba, street dance, slagverk, drill, squaredance)

Dansa utan krav - Borås Kulturskola och Regionteater Väst

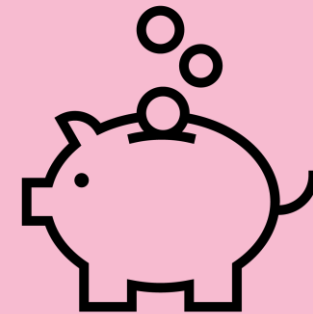
Borås

Dans och musik (ex folkdans, zumba, street dance, slagverk, drill, squaredance)

Ungdomar

Finns ni inte med i Rörelseguiden - hör av er till anna.orwallius@vgregion.se!

Tips på kontinuerlig finansiering?

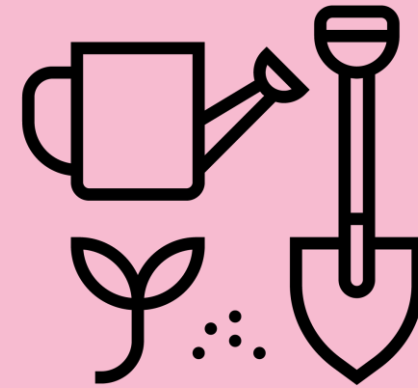


Prata 4 minuter runt bordet, exempelvis om...

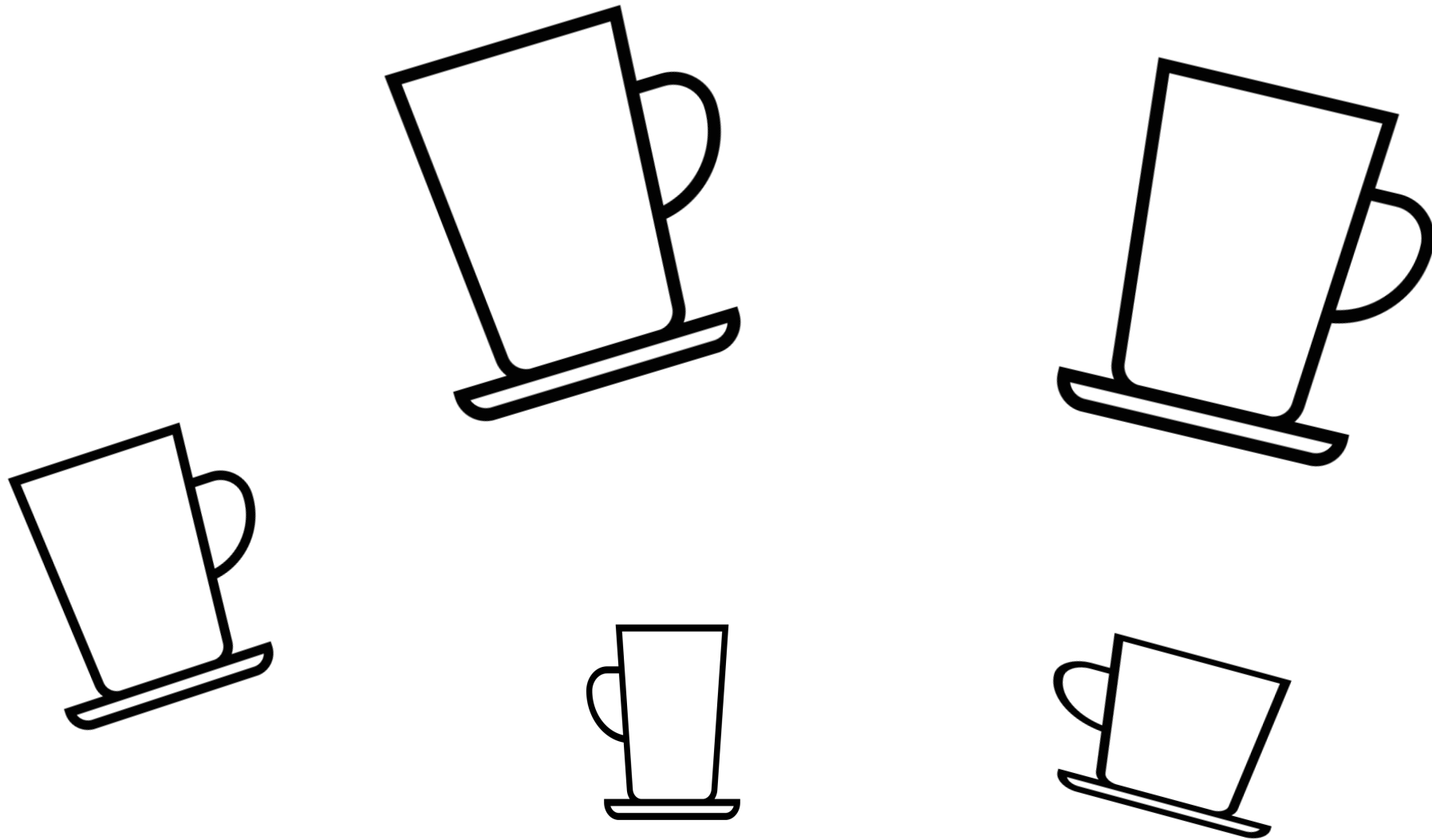
- Vad är viktigt för den kontinuerliga finansieringen?
- Hur finansieras ni nu?
- Vad efterfrågas från politiken/uppdragsgivarna? Evidens?
Kostnader? Antal deltagare? Deltagares hälsa?

Hur skapar vi hållbarhet? Hålla i och hålla ut...

- Prata 5 minuter – exempelvis om...
- Hur håller vi i våra roller?
- Hur orkar vi hålla engagemang och motivation uppe?
- Vad viktigt för dig personligen?
- Hur kan nätverket vara ett stöd/inhämtning av kraft och energi? Ser ni att nätverket har ett syfte framåt?

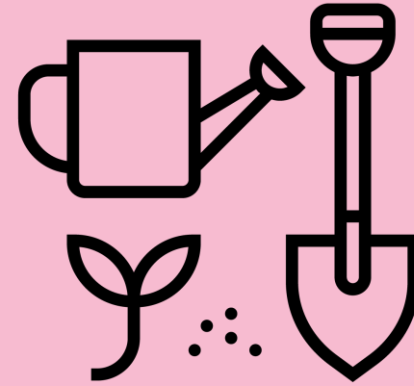


Fika med mingel!



Hur skapar vi hållbarhet? Hålla i och hålla ut...

- Prata 5 minuter – exempelvis om...
- Hur håller vi i våra roller?
- Hur orkar vi hålla engagemang och motivation uppe?
- Vad viktigt för dig personligen?
- Hur kan nätverket vara ett stöd/inhämtning av kraft och energi? Ser ni att nätverket har ett syfte framåt?



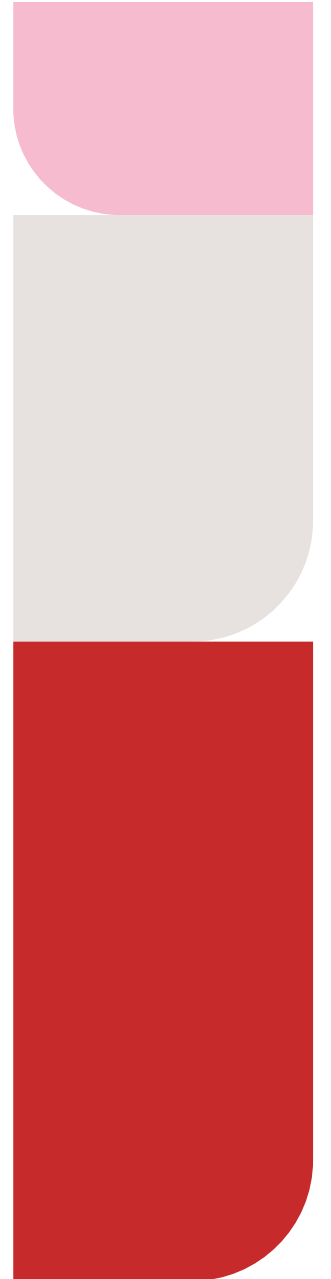
Från förra träffen: Framgångsfaktorer

- Samordnarrollen viktig
- Att nå/informera vårdnadshavare
- Närhet och tid – tillgänglighet, flexibilitet
- Framgång i samverkan mellan kommunerna
- Kontinuitet instruktörer
- Tiden läggs nära skolavslut
- Skolschemat kopplas till insats
- Samarbetet fungerar med elevhälsan
- Elev-elev rekryterare är välinformerad
- Förankring
- Erfarenhetsutbyte
- Samordning
- ...



Från förra träffen: Önskat stöd

- **Säkra långsiktighet i metoden**
- Finansiering
- **Informationsmaterial**
- **Bildstöd**
- **Utvärdering och uppföljning**
- Stötta Göteborg med samordning, behöver ett hållande
- **Stöd för att ta fram filmer – manus, redigering, filma på plats**



Informationsmaterial

- Finns det behov och intresse?
- Vad är viktigt att ha med?
- För vem? Beslutsfattare? Deltagare? Instruktör? Elevhälsa?

Bildstöd

- [Workshop i bildstöd: Gör en samtalskarta till din verksamhet – Regionkalendern](#)
- 5 maj kl. 13.00-15.30
- Digitalt via Teams
- 2 platser per samverkanspartner (14 platser)

The screenshot shows a digital event page for a workshop. At the top, there is a navigation bar with 'Evenemang' and 'Om Regionkalendern'. The main heading is '05 maj 2026 Workshop i bildstöd: Gör en samtalskarta till din verksamhet' with a 'FORTBILDNING' tag. The event details include: TID: 13:00 - 15:30; PLATS: Digitalt via Teams; and a 'Lokal: Digitalt via Teams' note. A 'Ladda ner iCal' button is present. Below the details is a grid of 48 icons representing various topics. On the right side, there is a registration section with 'Sista anmälningsdag: 2026-04-21', 'Sista avbokningsdag: 2026-05-04', and 'Antal platser kvar: 34'. A blue button says 'Anmäl deltagande här'. Below that, there is a 'Kontaktpersoner' section with two entries: Christina Weidelt and Lina Gardelin, both with email addresses.

Projektet i slutfas

- [Spridningskonferens: Kravlös dans för hälsa - Regionkalendern](#)
sammanfattar projektet och fortsättning framåt

The screenshot shows a web page for an event titled "Spridningskonferens: Kravlös dans för hälsa" on June 15, 2026. The page includes a navigation bar with "Evenemang" and "Om Regionkalendern". The event details are as follows:

- 15 jun 2026** (Date)
- KONFERENS** (Event Type)
- Länkar:** [Samverkansprojekt kring kravlös dans som hälsofrämjande insats](#)
- TID:** 09:00 - 12:00
- PLATS:** Ort: Göteborg; Lokal: Lejonet, Stationshuset konferens, Regionens Hus, Bergslagsgatan 2
- ETIKETTER:** (Empty field)
- MÅLGRUPPER:** (Empty field)
- Sista anmälningsdag:** 2026-06-05
- Sista avbokningsdag:** 2026-06-11
- Antal platser kvar:** 35
- Anmäl deltagande här** (Button)
- Kontaktpersoner:**
 - Kristina Andersson** (kristina.andersson@vgorregion.se)
 - Anna Orwallius** (anna.orwallius@vgorregion.se)
- Ladda ner iCal** (Button)
- För frågor angående evenemanget** (Text)

A photograph at the bottom shows a group of people in a dance studio, with one woman in the foreground smiling and raising her arms.

Mer information:

[Metoden Dans för hälsa](#)

[VGR:s samverkansprojektet Dans för hälsa](#)

Kontaktuppgifter till projektgruppen:

Ebba Kostmann, regionutvecklare, Barnuppdraget och kulturförvaltningen VGR

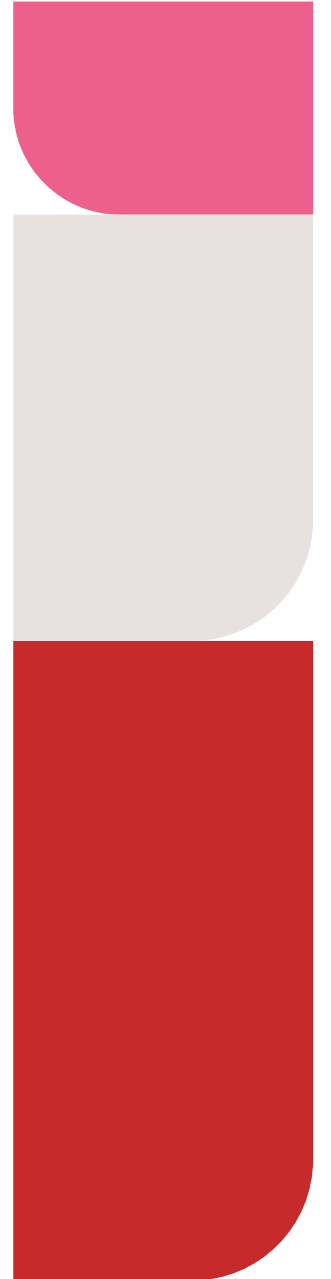
ebba.kostmann@vgregion.se

Anna Orwallius fysioterapeut, Centrum för fysisk aktivitet, Regionhälsan

anna.orwallius@vgregion.se

Tina Andersson, Danskonsulent, Kulturförvaltningen VGR

kristina.andersson@vgregion.se





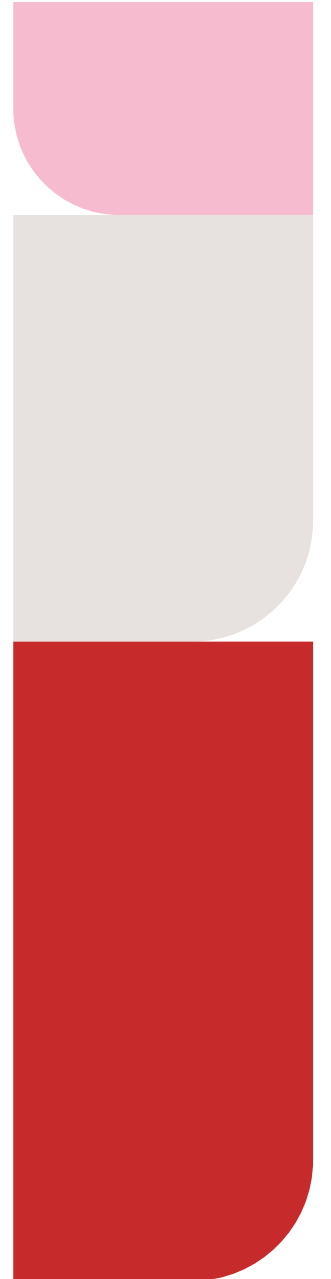
VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN

Anteckningar från nätverksträffen

Anteckningar från mötet:

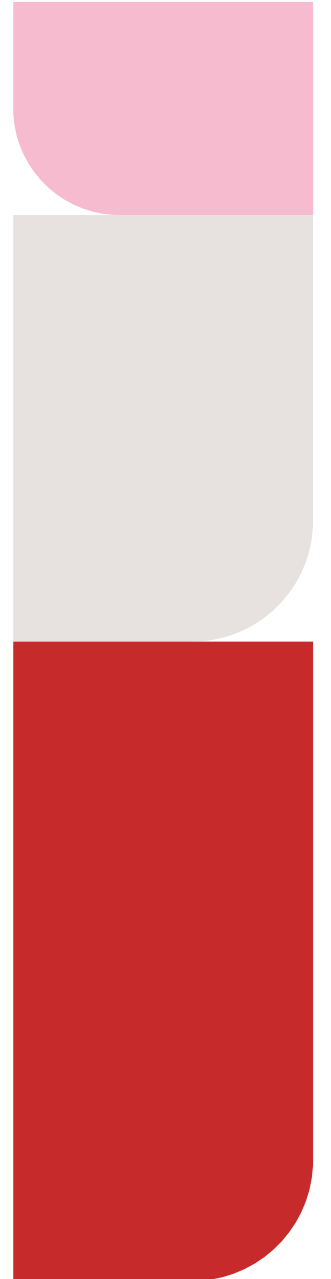
Nätverksträffar – vad finns det för behov av det?

- Kan känna sig ensam, blir detta något? Jättebra med nätverksträffar. Oftast väldigt ensamt.
- Jättebra, en boost.
- En nätverksträff ger tyngd i insatsen med en regional samverkan. Saker kan växa fram under tiden.
- Viktigt att träffa andra kommuner och verksamheter för ny samverkan (Fryshuset hade inte samverkat med Nordost om det inte vore för projektet)
- Påminner om att det är görbart, funkar på en annan ort då kan det funka.
- Fått nya tankar kring rekrytering m.m. Motivationen blir större.
- Får information om andra dansgrupper som går att hänvisa till. Unga kanske hellre vill åka till en annan kommun.
- Får alltid med sig någon ny tanke, inspiration.
- Jättevärdefullt!
- När vi stöttar varandra kan vi känna oss mer professionella i våra roller, t.ex. gentemot beslutsfattare och andra.



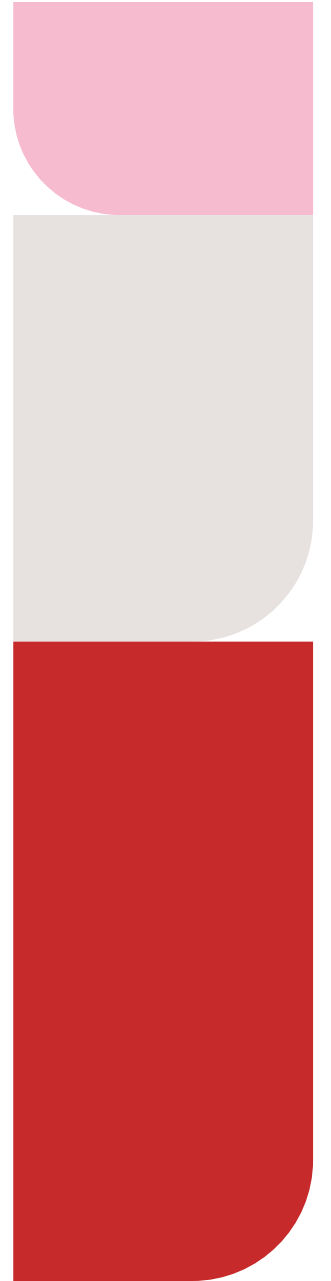
Anteckningar från mötet: Behov av informationsmaterial

- Flera önskar informationsmaterial till rekryterare inom elevhälsan till samtalet med ungdomen. En mall för "samtalsstruktur"/samtalsmodell. Kan vara information om metoden, frågor med stöd i motiverande samtal
- Tips till andra! Dansinstruktörer spelar in en film som de kan vara bjussig att dela med sig till rekryterare. Blir lättare för ungdomarna om de får se vad det är och vilka.
- En bank med inspiration på övningar/lekar för instruktör
- Bra att kunna visa något för politiken med argument.



Anteckningar från mötet: Tillägg framgångsfaktorer

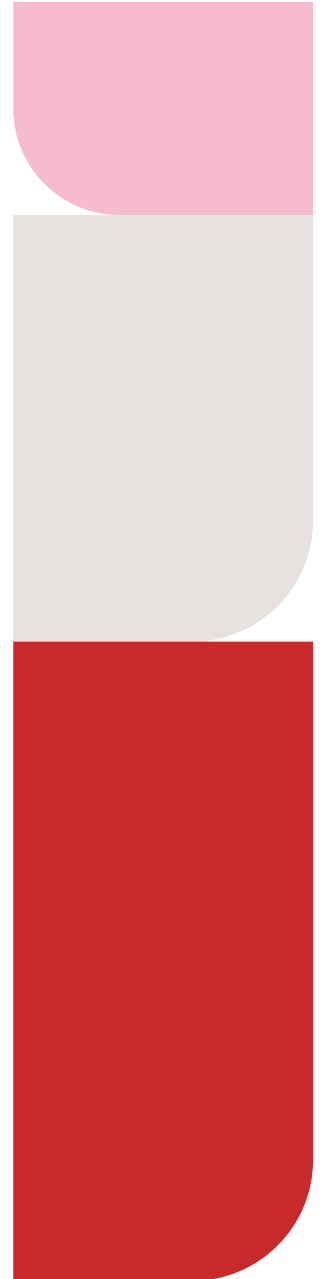
- Att lokalen är preppad och att det är ordning och reda!
- Flera förvaltningar, samverkar inom kommunen.



Nedan följer tips från Dans för hälsa
gällande rekrytering...

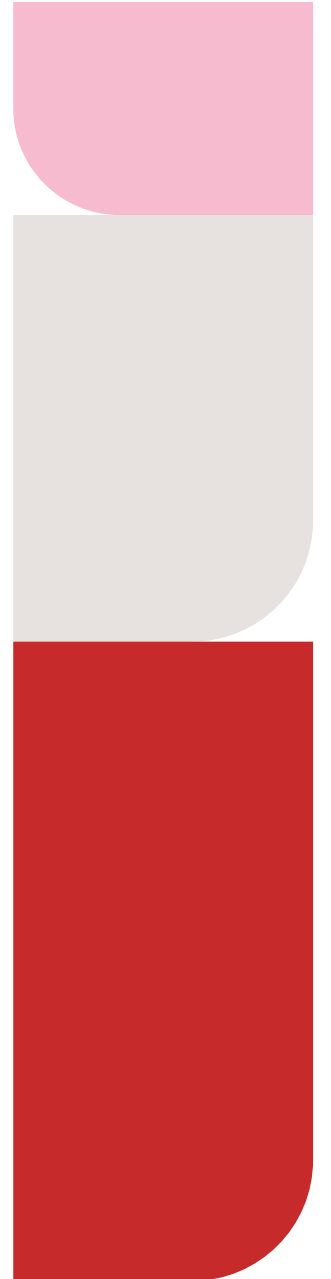
Tips om rekrytering från Dans för hälsa – Informationsspridning: Elevhälsa, annan skolpersonal, socialtjänst, vård, andra rekryterande organisationer

- DfH som stående punkt vid elevhälsans/organisationens årshjul, dagordning
- DfH på föräldramöten, inskrivningssamtal, hälsosamtal, presentationer av verksamhet och personal (fysiska besök av instruktör/samordnare eller skriftlig information på olika sätt)
- Aktuella fysiska och digitala flyers/broschyrer
- Välj ut EN DfH-kontaktperson på respektive skola/organisation (annars är det lätt hänt att mottagarna tänker att någon annan svarar)
- Peppa, påminn - Skicka en film någon gång under terminen, skicka "tack och ser fram emot nästa termin"
- Erbjud prova-på/föreläsning/information för personal
- Rekrytering pågår under hela året (påminn mitt i terminen om nästkommande och/eller prova-på tillfällen)
- Följ med den första/de första gångerna
- Anmälan, kommunikation, information – via vilka kanaler? Vad är bäst hos er?
- Skicka ut "Klaras brev" (finns i Dansportalen)
- Samverkan anpassad verksamhet - skola, boenden, enhetschef



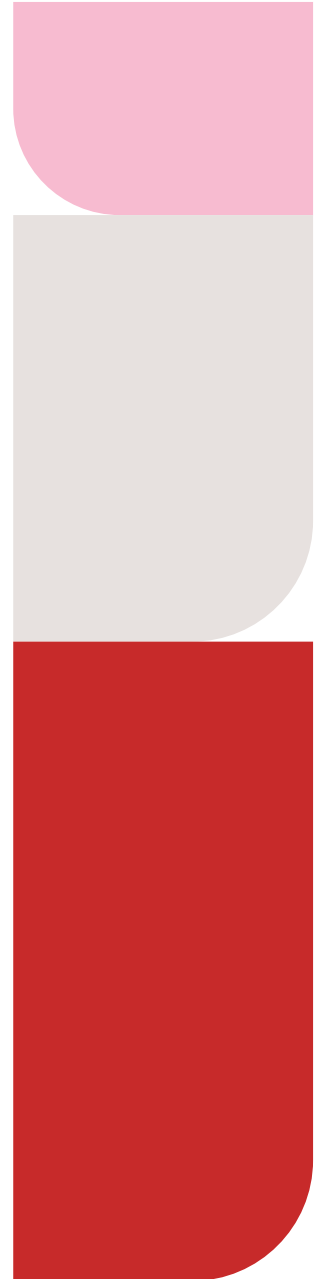
Tips om rekrytering från Dans för hälsa – Informationsspridning: Skolledning, Elevhälsans chef/sammankallande, Ledare för olika organisationer

- Aktuella fysiska och digitala flyers/broschyrer
- Erbjud och önska att få komma ut till organisationen/personalgruppen - för Prova-på, kortare info, föreläsning osv (erbjud regelbundet/återkommande/varje termin)
- Skicka TACK + ev bild (med fötter, händer eller liknande) från just er DfH-verksamhet - skriv positiva erfarenheter, bifoga ev utvärdering
- Skicka översikt över kommunens skolors deltagande - belyser ev icke-jämlikt deltagande/ engagemang - uppmuntra/bjud in till ETT kort möte/läsår (ev vid rektorsträff/chefsforum) för att inspirera, tipsa och besluta om HUR organisationen bör jobba med resursen DfH
- Anmälan via...? Digital plattform? Vad är ENKLAST för mottagare/deltagare och personal hos er?



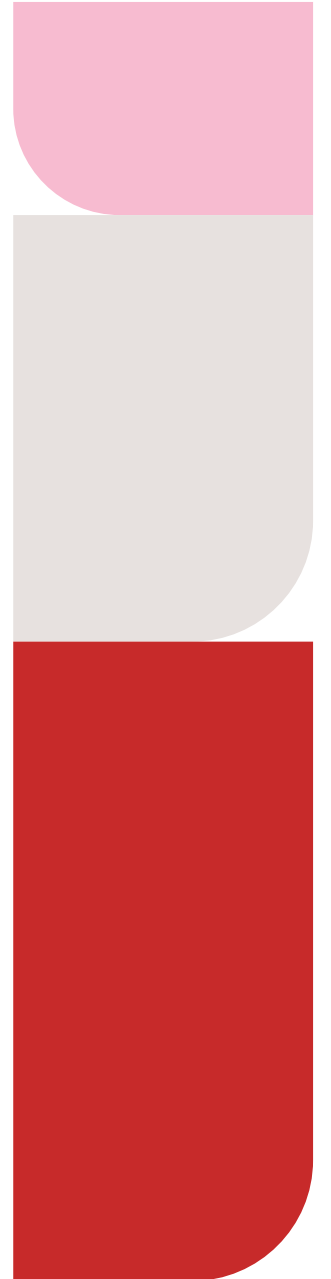
Tips om rekrytering från Dans för hälsa – Informationsspridning: För ev framtida deltagare

- Visa filmerna med tidigare deltagares egna röster (www.dansforhalsa.se)
- Locka dem att testa de "öppna veckorna", ca 4-6 tillfällen (tryggt att inte binda upp sig för lång tid om man tvekar)
- Påminn/peppa via sms
- Prova-på-tillfällen (marknadsför via skolorna, digitala plattformar, föreningar, fritidsgård, KAA (kommunens aktivitetsansvar, kommunens hemsida/SOME-kanaler)
- Möt/träffa deltagarna - gör t ex en skolturné i början av varje termin (Stå vid matsalen, kafeterian, uppehållsrummet eller annan plats där det passerar många elever. Ha med dig en högtalare, godisskål, lappar med info om DfH eller Prova-på-tillfällen, dator med rullande filmer om DfH, ev Roll Up). Både elever och personal kommer att bli påminda.
- Ge/visa "Klaras brev" (finns i Dansportalen)



Tips om rekrytering från Dans för hälsa – Informationsspridning:Instruktören/samordnaren

- Håll dig uppdaterad (Dansportalen, hemsidan, SOME, Boost, fördjupning, digitala lunchträffar, lokala nätverksträffar, samordnare)
- Röda mattan - eliminera trösklar (tid, plats, mellis, medföljare...)
- Skapa kontakt/samverkan med regional samordnare, regionen, folkhälsoutvecklare/-strateg
- Utvärdera - återkoppla/för vidare till rekryterare, beslutsfattare, andra samverkanden
- Lita på metoden - strålkastarljuset på resurserna, både i och utanför danssalen



Tips från Dans för hälsa – Tips på organisationer/roller/personer att samverka med

- Elevhälsa
- Fritidsgård
- Socialtjänst
- KAA (kommunens aktivitetsansvar)
- Föreningslivet
- Kulturskola
- UM (ungdomsmottagningen)
- Privata samtals-, vård- och friskvårdsaktörer
- IM (Introduktionsprogram på gymnasiet är en utbildning för elever som saknar betyg från grundskolan och behöver stöd för att bli behöriga till ett nationellt gymnasieprogram eller förbereda sig för arbetslivet

