



NABOLAGSPROSJEKTET I LØRENSKOG KOMMUNE

Rapport - kortversjon

Folkelig og Lørenskog kommune - 2021-2023

Forord:

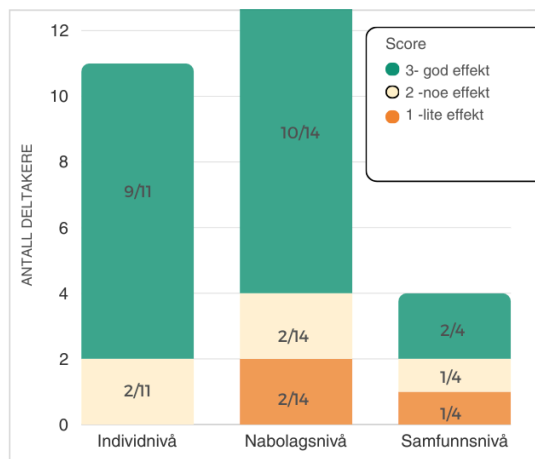
I denne sluttrapporten presenteres resultatene og anbefalingene fra Nabolagsprosjektet som ble gjennomført i Lørenskog kommune i perioden 2021-2023. Rapporten gir en omfattende gjennomgang av prosjektets bakgrunn, mål, gjennomføring, resultater og anbefalinger for videreføring. Gjennom en tjenestedesign-tilnærming og et fokus på fellesskapsengasjement har prosjektet jobbet med å styrke nærmiljøet og fremme helsefremmende tiltak blant innbyggerne. Leserene vil få innsikt i prosjektets suksesser, utfordringer og potensial for videreutvikling. Vi håper denne rapporten vil være nyttig for beslutningstakere, praktikere og andre interessenter som er opptatt av å forbedre lokalsamfunnet og fremme helse og trivsel blant innbyggerne.

Vi ønsker å rette en stor takk til alle nøkkelpersoner som har bidratt til gjennomføringen av Nabolagsprosjektet i Lørenskog kommune. Uten deres engasjement, dedikasjon og støtte ville ikke prosjektet vært mulig. Vi vil spesielt takke Marion Kilde, Geir Morten Førland, Marthe Aulie, Hassan Ghafar, Mehran Paymard, Uyen Whyn Lam, Hege Iversen, Gjensidige Stiftelsen, Helsedirektoratet og alle tjenester, lag og foreninger som har bidratt, for deres uvurderlige bidrag og samarbeid gjennom hele prosessen. Deres innsats har vært avgjørende for å skape positive resultater for lokalsamfunnet. Vi ser frem til å fortsette samarbeidet og arbeidet med å styrke nærmiljøet og fremme helsefremmende tiltak i fremtiden.

NØKKELRESULTATER

Innhold og evaluering av prosjektet

- Individnivå: effekter på elever (11 mål)
- Nabolagsnivå: effekter på familie, venner, naboer, lag/foreninger (14 mål)
- Samfunnsnivå: effekter på kommunen (4 mål)



Delmål på individ og nabolagsnivå

94% elever oppgir at de har venner på kurset

78% elever er tryggere på å lage mat på egenhånd

70% elever med økt kunnskap om næringsrik mat

95% elever tør å smake på flere matvarer

5 av 10



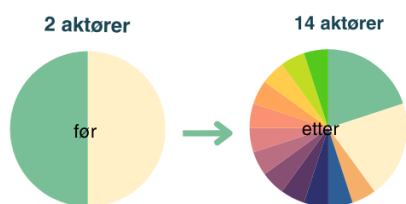
45% av deltakerne på nabolagsmiddagene har lavere utdanningsnivå enn videregående

45 av 46



vil gjerne delta på nabolagsmiddager igjen

Nye samarbeidspartnere i nabolagsprosjektet



Endring fra at kommunen og Folkelig samarbeider til at 14 nye aktører enten bidrar med tiltak i nabolaget eller ønsker å bidra i prosjektet i fremtiden.

Varighet, økonomi og omfang

3 år fra Smaksverkstedet ved 2 skoler til nabolagsmiddager og flere tiltak i nærmiljøet

< 1. million kroner

investert over 3 år i et utvalgt område Eksterne og lokale midler

> 300

naboer (0-98 år) involvert i større eller mindre grad i prosjektet.

FOLKELIG

www.folkelig.no

Bakgrunn og utfordringer

Prosjektet ble gjennomført av Folkelig AS på oppdrag fra Lørenskog kommune. Bakgrunnen var kommunens ønske om å adressere flere utfordringer, inkludert manglende tilhørighet og bekymringer knyttet til folkehelseprofilen i 2022. Dette inkluderte lavere utdanningsnivå, unge som står utenfor, trange boforhold, opplevelser av utrygghet, ensomhet og økning i andelen eldre, men for få ansatte i helsesektoren. Ifølge folkehelseloven har kommunen et ansvar for å implementere tiltak for å møte disse utfordringene. Med hyppig flytting til og fra områder i Lørenskog var det også et ønske om å jobbe med tilhørigheten og identiteten til nærområdet.

For å oppnå dette, ønsket kommunen å se sammenhenger på tvers av strategiske planer og fikk bistand fra Folkelig til å innovere og utforske nye tilnærminger. Vårt mål var å bidra til å utvikle innovative løsninger og nye arbeidsmetoder som tillot kommunen å håndtere flere utfordringer samtidig. Dette ble gjort gjennom en tilnærming som inkluderte tjenstedesign og mat som verktøy.

I innsiktsfasen ble det identifisert en rekke ønsker og behov blant naboene, inkludert ønsker om flere etter-skole-aktiviteter, faste nabolagsmiddager, kurs for flerspråklige familier og en nabolagskafe/restaurant for å samle naboer på tvers av bakgrunn og alder.

Prosjekt mål og gevinster

Hovedmål

Utvikle en bærekraftig modell for helsefremmende og forebyggende tiltak i nærmiljøsatsinger.

Delmål

Teste en pilot for en sosial entreprenørmodell basert på Smaksverkstedet, med mål om å designe en modell som kan benyttes i nærmiljøsatsinger innen høsten 2023.

Gevinster

- På elevnivå: Aktiviteter som stimulerer interesse for mat, fremmer sunne matvaner, og skaper sosialt fellesskap.
- På nabolagsnivå: Skaper møteplasser, styrker sosial kompetanse og øker kunnskapen om helsefremmende tiltak.
- På samfunnsnivå: Tester behovstilpassede folkehelseiltak, utvikler finansieringsmodeller for helsefremmende tiltak og estimerer samfunnsøkonomiske besparelser.

Effektiviseringsgevinster: Enhetlig metode for samarbeid med eksterne aktører for å utvikle gode nabolag.

Kvalitetsgevinster: Kontinuerlig forbedring av helsefremmende tiltak basert på behovsstyring og høy deltakelse.

Samfunnsgevinster: Økt bærekraft, bedre helseeffekter, økonomiske besparelser og økt tillit til kommunen som tjenesteleverandør.

Metode for gjennomføring

Prosjektets metode baserte seg på tjenestedesign og brukersentrert tilnærming.

Kjernetiltak

Test av Smaksverkstedet på en barneskole og en ungdomsskole, som et aktivitetsprogram for å utforske næringsrik og bærekraftig mat.

Tjenestedesign

Gjennomførte formøter med nøkkelpersoner for å kartlegge prosjektets rammer.

Innhentet innsikt gjennom lokale undersøkelser og workshops for å definere felles problemstillinger og løsninger.

Genererte ideer og utviklet prototyper i samarbeid med prosjektgruppen og deltakere fra kommunen, beboere og lag/foreninger.

Testet og justerte løsningene gjennom nabolagsmiddager og pop-up-restauranter.

Implementerte langsiktige og bærekraftige løsninger for folkehelsearbeid.

Evalueringsgrunnlag

Brukte spørreskjemaer, logg fra kursgjennomføring, og løpende dialog med kommunen og samarbeidspartnere for å evaluere måloppnåelse og effekt.

Fremdriftsplan

Høsten 2021 - Våren 2022:

- Gjennomføring av 2 kursrekker med Smaksverkstedet på to skoler.

Mai 2022:

- Gjennomføring av flere evalueringsmøter og formøter med kommunen. Finne finansiering og søke eksterne midler.

Høsten 2022:

- Gjennomføring av 2 workshops med nabolaget for designforløp og planlegging.

Høsten 2022 - Våren 2023:

- Testforløp 1 med Smaksverkstedet, inkludert 2 nabolagsmiddager og 1 pop-up-restaurant.

April 2023:

- Gjennomføring av evalueringsmøter av resultater og planlegging av iterasjoner og endringer med kommunen. Etablering av ny arbeidsgruppe med medlem fra fritidsklubben.

April - Juni 2023:

- Testforløp 2 med Smaksverkstedet, inkludert 2 nabolagskurs og 1 pop-up-restaurant. Testing av samarbeid med lokale lag og foreninger.

Juli 2023:

- Gjennomføring av evalueringsmøter av resultater og planlegging av iterasjoner og endringer med kommunen.

Oktober - November 2023:

- Testforløp 3 med Smaksverkstedet, inkludert 2 nabolagsmiddager og 1 pop-up-restaurant. Videreutvikling av samarbeid med lokale lag og foreninger/nøkkelpersoner.

Desember 2023:

- Sluttrapport og evaluering med kommunen. Vurdering av videreføring av prosjektet.

Resultater

- Smaksverkstedet: Gjennomført etterskoletidsprogram med totalt 8 kursrekker fra høsten 2021 til høsten 2023 på Åsen og Løkenåsen skole.
- Deltakere: Tilbudet ble gitt til 12 elever fra hvert trinn per kursrekke, totalt 96 kursplasser tilgjengelig. 81 reelle kursdeltakere.
- Rekrutteringsprosess: Åpent og gratis tilbud, deltakerne ble rekruttert fra utvalgte trinn gjennom fritidsklubber/skoler. Venteliste ble administrert for å sikre deltakelse for de som trenger det mest uten å stigmatisere.
- Lokaler og tidspunkt: Bruk av skolekjøkken etter skoleslutt.
- Instruktører: 2 instruktører fra Smaksverkstedet på hver skole, med relevant utdanning og erfaring. Kontinuerlig evaluering og tilpasning av kursinnhold.
- Svarprosent: 39,5% av deltakerne svarte på elevundersøkelser, totalt 32 elever av 81.

Resultater på individnivå

- Kjønnfordeling: Omtrent like mange jenter som gutter deltok, men i svarprosenten på elevundersøkelsen svarte 62,5% gutter og 37,5% jenter.
- Tilfredshet: På spørsmål om hvor godt deltakerne likte å delta (på en skala fra 1-5) svarte 90% av deltakerne 4 av 5 eller 5 av 5.
- Sosialt nettverk: 94% av deltakerne har fått venner på Smaksverkstedet.
- Læring om mat:
 - Ca. 70% har lært noe nytt om mat som er bra for kroppen.
 - Ca. 65,5% har lært noe nytt om mat som er bra for miljøet.
- Selvstendighet: 78% føler seg tryggere på å lage mat på egenhånd.
- Matpreferanser: Nesten 70% liker flere matvarer nå enn før, og ca. 95% tør å smake på flere matvarer.

Resultater på nabolagsnivå

Nabolagsmiddager og pop-up-restauranter:

- Det ble arrangert 6 nabolagsmiddager og 3 pop-up-restauranter.

- Antall gjester varierte mellom 10-30 per nabolagsmiddag og 70-90 deltakere per pop-up-arrangement.
- Fra pop-up-restaurantundersøkelser:
 - 33% ble invitert som familie av elever, 17% som nabo.
 - 50% var venner, ansatte i kommunen eller representanter fra organisasjoner.
 - 55% hadde høyere utdanning.
 - Nesten alle ønsket å delta på slike arrangementer igjen.

Nabolagsmiddager ble avholdt på skolene etter skoletid, mens pop-up-restauranter ble gjennomført i omsorgsboligens festlokaler og den lokale gården.

Kvalitative observasjoner fra instruktørene

I loggene sine rapporterte instruktørene om en økende grad av selvstendighet og initiativ blant deltakerne over tid. De la merke til endringer i gruppedynamikk, inkludert økt samarbeid og kommunikasjon på tvers av deltakerne. Videre observerte de at deltakerne ble mer komfortable med å uttrykke sine meninger og interesser, noe som skapte et mer åpent og inkluderende miljø. Instruktørene bemerket også en økt interesse for emner som matkultur og samfunnsrelaterte spørsmål som rasisme og kjærlighet. Disse observasjonene tyder på at Smaksverkstedet ikke bare gir deltakerne praktiske ferdigheter, men også bidrar til personlig vekst, sosialt samspill og bevissthet om samfunnsrelaterte temaer.

Kvalitative observasjoner fra andre tiltak og ideer

Under utforskningen av ulike tiltak og ideer ble det observert en positiv respons på flere initiativer. For eksempel kan "Åsen-dollar"-konseptet, i form av gavekort, vært en effektiv motivator for deltakelse, spesielt ved nabolagsmiddager, men dette må undersøkes videre. Videre ble det notert en økning i engasjementet blant elevene under leksehjelp og leksestøtte, spesielt når det ble tilrettelagt på en uformell og inkluderende måte. Ungdomsjobbmuligheter gjennom MIR-programmet ble også positivt mottatt, hvor 10 elever fikk tilbud om kurs, og 3 elever har nå testet seg som aktivitetsledere. Datakurs for flerspråklige foreldre viste seg å være etterspurt, men utfordringer med kommunikasjon og oppmøte måtte adresseres videre. Fritidsklubben og borettslaget spilte også en viktig rolle i å skape sosiale

møteplasser og tilrettelegge for aktiviteter etter skoletid, noe som ble positivt mottatt av lokalsamfunnet. Disse observasjonene indikerer at ulike initiativer og ideer kan bidra til å styrke fellesskapet, skape positive opplevelser og fremme personlig utvikling hos deltakerne.

Prosjektet har utviklet seg fra et samarbeid mellom 2 primære aktører til nå å inkludere 14 interessenter som er engasjert i å styrke og utvide tiltakene i nærmiljøet. Gjennom en stadig voksende allianse av samarbeidspartnere har vi kunnet skape mer robuste og helhetlige initiativer som adresserer behovene og utfordringene i lokalsamfunnet på en mer omfattende måte.

Resultater på samfunnsnivå

Erfaringsgevinster

I praksis tester vi hvordan vi kan starte med et konsept og sammen med nærmiljøet, kommuneansatte og sosiale entreprenører innovere og utvikle tiltak som kan bidra til å utvikle skreddersydde tiltak og helsefremmende lokalsamfunn. Kommunen har i tillegg koblet på parallelle prosjekter tilknyttet borettslagene og fritidsklubben i nærområdet.

Effektiviseringsgevinster

En modell med en leid sosial entreprenør som prosjektleder og fasilitator har vist seg effektiv. Samarbeid med 14 organisasjoner fremmer utviklingen av gode nabolag.

Kvalitetsgevinster

Modellen bygger på medvirkning og tjenestedesign, tilpasset for kontinuerlig forbedring av helsefremmende tiltak. Gode møteplasser og behovsstyrte tiltak øker engasjementet og deltakelsen.

Samfunnsgevinster

En modell med indikasjoner som kan gi økt bærekraft, helseeffekter og samfunnsøkonomiske besparelser. Prosjektet så nærmere på kostnader og data fra

hjemmetjenesten og sykehjemsinnleggelser. Dersom gode nabolag fører til bedre relasjoner og flere vennetjenester, kan enkelte oppgaver som “å strø når det er holke, kjøpe brodder for naboer, eller hjelpe til med mindre oppgaver” avlaste deler av helsesektoren. Sosiale sammenkomster kan redusere bruk av tjenester i hjemmet og liggetid på sykehjem, potensielt resultere i betydelige økonomiske besparelser over tid. Prosjektet utviklet følgende hypoteser:

- Reduksjon i bruk av hjemmetjenester:
 - Ved at 3% av brukerne (16 personer) får hjelp av naboer istedenfor hjemmetjenesten (til mindre oppgaver), kan det føre til besparelser på under 0,5 millioner kroner i løpet av et år.
 - Dersom 10% av brukerne (54 personer) får tilsvarende støtte fra naboer, kan besparelsene være opptil 1,6 millioner kroner.
- Reduksjon i liggetid på sykehjem:
 - En reduksjon i liggetiden mellom 1% og 5% kan potensielt spare mellom 180 000 og 920 000 kroner, avhengig av graden av reduksjon.

Oppsummering:

Gevinstberegningene gir en indikasjon på mulige besparelser, men ytterligere analyse og tilbakemeldinger er nødvendig. Resultatene tyder likevel på at Nabolagsprosjektet kan være en kostnadseffektiv investering over tid, men dette krever nærmere evaluering.

Evaluering av måloppnåelse

Oppsummerte ønsker og behov som ble kartlagt:

- Ønske om flere etterskoleaktiviteter og mer bruk av lokalene etter skoletid.
- Ønske om faste nabolagsmiddager/arenaer.
- Ønske om leksehjelp, datakurs og hjelp til andre oppgaver for foreldre.
- Ønske om utvikle en nabolagsdrevet kafe/restaurant.
- Ønske om å bli kjent med aktiviteter, lag og foreninger ansikt til ansikt.

Måloppnåelse hittil i prosjektet:

- Stimulerte elevenes nysgjerrighet rundt mat.
- Økte deltakelse og læring gjennom Smaksverkstedet.
- Økt engasjement fra elever og foreldre i matlagingsaktiviteter.
- Skapte sosiale mestringsarenaer og utviklet sosial kompetanse.
- Senket terskelen for deltakelse i lokale tiltak og bidro til økt samfunnsengasjement.
- Skapte møteplasser og relasjoner på tvers av generasjoner og sosiale bakgrunner.

Måloppnåelse hittil på samfunnsnivå i prosjektet:

- Testet Smaksverkstedet som et behovstilpasset folkehelseiltak.
- Videreutviklet Smaksverkstedet etter lokale behov.
- Testet en modell for finansiering av helsefremmende og forebyggende tiltak i nærmiljøet.
- Lagt frem modellen for Effektkontrakter og utforsket mulige samfunnsøkonomiske besparelser.
- Utforsket muligheter for opprettelse av et fond for prosjekter som utvikler lokalsamfunnet- kommunen jobber fortsatt med denne ideen.

Hovedmålet var å utvikle en bærekraftig modell for helsefremmende og forebyggende tiltak i nærmiljøetsatsinger. Nabolagsprosjekter krever investeringer i form av midler som kan finansiere en dedikert prosjektleder (ca 20% i dette tilfellet), for å koordinere eksisterende lag/foreninger og nøkkelpersoner.

Suksessfaktorer:

- opprettelse av **lokal arbeidsgruppe** med prosjektleder fra Folkelig, beslutningstakere fra avdelingene, Oppvekst, Helse, omsorg og mestring og Kultur.
- **Medvirkningsarbeid** (workshops og interne møter) blant ansatte og innbyggere
- **Redesign** av konseptet Smaksverkstedet (som er testet i sin originale form)
- Fleksibel **prosjektplan**, med tydelig **fremdriftsplan** og milepæler.
- Månedlige **statusmøter** på 30 min (etter behov).

Barrierer og utfordringer:

Tid og ressurser for skolene- kommunikasjon:

- Pilotprosjektet har avdekket utfordringer knyttet til samarbeidet med skolene som arena i et nabolagsprosjekt.
- Tilgang til skolekjøkkenet og distribusjon av informasjon til foreldre/elever har vært utfordrende på grunn av vanskelig dialog med skolens ledelse og ansatte, da de har lite tid og kapasitet.
- Manglende tid og ressurser har ført til forsinkelser i informasjonsutbredelsen og behov for forbedret rekrutteringsprosess.
- Noen opplever prosjektet som ekstra arbeid i en allerede presset hverdag, og det kreves mer forankringsarbeid i samarbeid med skolene.
- Skolens kommunikasjon med foreldre, særlig med minoritetsbakgrunn, er utfordrende.

Ungdommen og selvstendighet:

- Rekruttering av ungdomsskoleelever har vært utfordrende da mange ikke møter opp og har vansker med å forplikte seg til faste opplegg over tid.
- Direkte informasjon til ungdomsskoleelever gjennom skolens kanaler har vært forsøkt for å øke deltakelsen, men resultater har variert. Men det ble lettere med samarbeidet med fritidsklubbens leder.
- Enkelte elever har vist utfordrende atferd under undersøkelser, muligens påvirket av sosiale faktorer.

Kurslengde:

- Kortere kurslengde enn vanlig kan ha påvirket resultater på elevenes kunnskap om matens påvirkning på kropp og miljø, med lavere resultater sammenlignet med gjennomsnittet på landsbasis.
- Redusert kurslengde har kommet som en følge av integrering av nabolagsmiddager og pop-up-restauranter innenfor kostnadsrammen.

Kommunens økonomi:

- Kommunen har bidratt med egne ressurser gjennom ansattes timer og enkelte økonomiske tilskudd. Prosjektet er godt forankret hos ledelsen og politikerne, som anerkjenner de positive resultatene og potensielle effektene.

Til tross for dette, står kommunen overfor økonomiske utfordringer, noe som gjør det vanskelig å forplikte seg til langsiktig finansiering etter prosjektperiodens slutt. Ledelsen står overfor vanskelige prioriteringer.

Oppsummering og anbefalinger for videreføring:

Resultater fra pilotprosjektet (2021-2023):

- Økonomi: Totalt 934 000 kr investert. Med eksterne midler fra Gjensidige stiftelsen og Helsedirektoratet.
- Aldersgrupper: Deltakere fra 0 til 98 år.
- Antall deltakere på sosiale arenaer: Omtrent 300 naboer.
- Antall samarbeidspartnere: 14.
- Tilbakemeldinger: Positive tilbakemeldinger fra deltakere.
- Antall kursrekker: 8, med 6-10 ukers program per semester.
- Arbeidserfaring og ungdomsjobber: 5 tilbud.
- Medvirkning: 39 workshop-deltakere samt undersøkelser blant elever og foreldre.
- Antall deltakere på matlagingskurs: 81 elever.
- Leksehjelp til barneskolen: 40 elever.
- Datakurs for flerspråklige foreldre: 8 deltakere.

Anbefalinger for videreføring med ulike alternativer:

1. Ingen midler til investering: Kommunen velger ikke å fortsette prosjektet.
2. Videreføring med forbedret samarbeid: Fokus på kvalitetsforbedring av eksisterende samarbeid, med mulighet for ekstern finansiering og bruk av effektkontrakt-modell.
3. Skalering til nye områder: Videreføre tiltakene til to nye skoler i Lørenskog.
4. Skalering til flere områder: Videreføre tiltakene til fire nye områder (12 skoler) i Lørenskog.
5. Utsikt mot samarbeid med andre kommuner: Utforske samarbeid med Rælingen og Lillestrøm, med potensial for forskningsprosjekt i samarbeid med NMBU om "skolen som nærmiljøsender".

Økonomi:

Prosjektet ble finansiert fra ulike kilder i perioden 2021-2023. Tilskuddsmidler fra Gjensidigestiftelsen og egenfinansiering fra Lørenskog kommune bidro med totalt 414 000 kr i 2021-2022. I 2023 mottok Lørenskog kommune midler fra Helsedirektoratet, hvor 380 000 kr ble tildelt "Nabolagsprosjektet" for å bekjempe ensomhet i utvalgte områder.

Videreføring og estimerte kostnader sendt i eget dokument til kommunens kontaktperson, Marion Kilde:

- Alternativ 1: Workshop og pop-up-restaurant for å utforske bruk av helsestasjonen som står tom.
- Alternativ 2: Videreføring med prosjektteam, Smaksverkstedet, 4 nabolagsmiddager, 2 pop-up-restauranter og 4 instruktører.
- Alternativ 3: Skalering til 2 områder (4 skoler per år).
- Alternativ 4: Skalering til 5 områder (12 skoler per år).
- Alternativ 5: Skalering til 2 nye områder i nærliggende områder.

FOLKELIG

Jorunn Lamson (prosjektleder) jorunn@folkelig.no

Helle Dyrendahl (prosjektkoordinator) helle@folkelig.no

Kathrine Marthinsen (styringsgruppe) kathrine@folkelig.no