

Jag tar mig framåt – aktiva skoltransporter



Slutrapport 3-årigt folkhälsoprojekt

Dokumentinformation

Fastställt datum: 2019-12-??

Projektperiod: jan 2017-dec 2019

Projektägare: BUF

Projektledare:

Upprättad av:

Innehållsförteckning

Introduktion	3
Bakgrund	3
Pilotprojekt "Aktiva skoltransporter" 2016.....	4
Syfte.....	4
Mål med projektet.....	5
Projektledning	5
Skapa manualer	5
Genomförande	5
Utvärdering.....	5
Implementering och spridning	5
Metod.....	Fel! Bokmärket är inte definierat.
Design.....	Fel! Bokmärket är inte definierat.
Datainsamling.....	Fel! Bokmärket är inte definierat.
Sammanställning och analys	Fel! Bokmärket är inte definierat.
Resultat.....	5
Projektledning	5
Skapa manualer	6
Genomförande	6
Utvärdering.....	7
Implementering och spridning	9
Övrig utveckling av projektet	12
Sammanfattning och fortsatt arbete.....	12
Redovisning av projektmedel	13
Referenser	14
Bilagor.....	14

Introduktion

Aktiva skoltransporter är ingen nyhet, många projekt har gjorts för att öka dessa. Det innovativa i det här projektet är kopplingen till gamification och empowerment. Det är något som visat sig kunna öka barnens motivation till beteendeförändring samt föräldrarnas engagemang i projektet vilket leder till ökad hållbarhet. Dessutom har vi integrerat lärande under de aktiva skoltransporterna vilket ökar engagemanget hos skolan att satsa tid och resurser för att implementera projektet. Tidigare projekt har till skillnad inte satsat på att öka de aktiva skoltransporterna under vintertid, då kravet på säkerhet ökar och klimatet erbjuder utmaningar i form av snö, kyla och halt underlag.

Bakgrund

Aktiva skoltransporter är ett viktigt fokus för forskning och politisk uppmärksamhet eftersom det innehåller hälso-, miljö- och transportsäkerhetsaspekter och en övergång till ett mer aktivt transportsätt skulle ge flera fördelar med alla tre områden. Tyvärr har de aktiva skoltransporterna minskat i många länder, till exempel i Sverige så gick eller cyklade över 90 procent av alla barn i Sverige till skolan på 1970-talet, nu är siffran under 50 procent. Anledningar till den drastiska minskningen kan vara ökade avstånd till skolan och mer intensiv motortrafik i kombination med att barn ges mindre frihet att röra sig fritt i närområdet. Antalet döda barn i trafiken har sjunkit drastiskt sedan 1950-talet, men föräldrars oro för mycket biltrafik runt skolorna blir lätt en ond cirkel om de själva väljer att köra sina barn till skolan och i och med det bidrar till att öka biltrafiken i området. Dessutom förväntas de aktiva skoltransporterna att minska ytterligare och därför behövs det interventioner för att öka prevalensen. Minskningen påverkar även att barn får mindre fysisk aktivitet och idag når endast ca 15 % av 11-åringar den rekommenderade nivån på 60 min daglig fysisk aktivitet.

Forskning har visat att mängden barn som använder aktiva skoltransporter påverkas av attityder, sociala faktorer och personliga faktorer. Speciellt viktigt är föräldrarnas attityder och beteende. Emellertid, visar ny forskning att genom att använda aktiva transporter, dvs ändra beteende, ändras attityderna i större utsträckning än en attitydförändring ändrar beteendet. Det har också visats att föräldrar som tillät sina barn att använda aktiva skoltransporter uttryckte mindre oro för brott, väder, trafikvolym efteråt. Vidare har forskning visat att både barnens och föräldrarnas tro på sin förmåga (dvs. föräldrars tro på barnets kompetens att använda aktiva skoltransporter på ett säkert sätt) påverkar valet av att använda aktiva transporter.

Det finns alltså ett behov av nya typer av interventioner som intresserar barn och en förbättrad överföring av denna nya kunskap som kommer till praktisk användning i skolan. Trots att fysisk aktivitet är en viktig faktor när det gäller hälsan så når endast en mindre del av de nya interventionerna ut i skolorna. Forskning har visat att om de som slutligen ska använda interventionen får vara med om att skapa den så ökar möjligheten att interventionen passar in i deras vardag. Att själv ha makt att fatta beslut är grunden i ett förhållningssätt grundat i empowerment och detta engagemang ökar sannolikheten för att interventioner används långsiktigt. För att öka både föräldrars och barns tilltro till sin förmåga bör interventionerna vara skolbaserade, involvera föräldrar och barn i planeringsfasen och gärna använda positivt kompisinflytande. Dessutom bör interventionen fokusera på effektiva metoder som uppmuntrar barn att använda aktiva skoltransporter som rutin och inte bara fokusera på förändringar i miljön, eftersom det kan vara otillräckligt. Men ytterligare forskning behövs för att kunna utveckla effektiva insatser för att främja aktiva skoltransporter med tanke på komplexiteten hos de individuella, sociala och miljömässiga faktorerna som påverkar valet av färdssätt till skolan. Dessutom saknas helt studier kopplad till aktiva skoltransporter under vinterförhållanden.

Ur ett hälsoperspektiv gynnas samhället om fler väljer cykel att cykla eller gå. Inaktivitet kostar samhället (i Europa) 80 miljarder Euro/år och orsakar 10 % av alla dödsfall. Tillräckliga nivåer av fysisk aktivitet minskar dödlighet i hjärt/kärlsjukdom och diabetes med ca 30 %, vilket medför stora samhällsbesparingar. Bunkefloprojektet i Malmö har visat att daglig fysisk aktivitet under grundskoletiden ger bättre betyg. Projektet gav också bonuseffekter som bättre trivsel, färre konflikter samt ökad skelettstyrka. Malmö kommun har även undersökt de ekonomiska

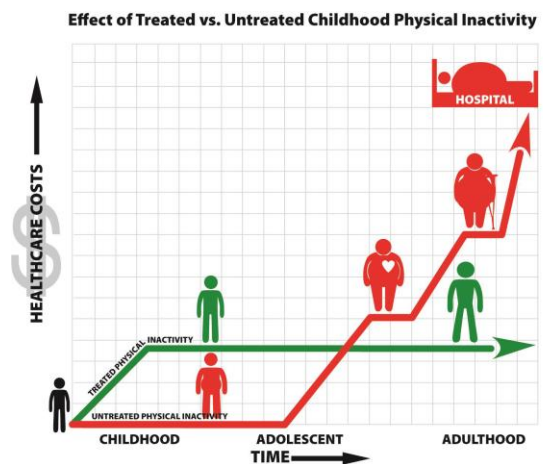
effekterna av daglig motion för alla kommunens skolbarn. Det pekade på vinster i mångmiljonnivån både för skolan och för sjukvården. Ökat produktionsvärde uppskattas till 59 miljoner och minskade sjukvårdskostnader under de kommande tio åren efter avslutad grundskola beräknas till 56 miljoner. Investeringskostnaden för modellen angavs till 16 miljoner kronor, motsvarande 4600 kronor per barn delat på nio grundskoleår, alltså 511 kronor per barn. Det ger en vinst i minskad sjuklighet och ökat produktionsvärde på 38000 kronor per elev enbart de första tio åren efter avslutad grundskola. Förutom detta görs vinster gällande trafiksäkerheten och en minskad påverkan på miljön. Om cyklingen i Sverige skulle öka med 20 % så skulle samhället spara 2 miljarder årligen, få mindre utsläpp och befolkningen en bättre hälsa.

Pilotprojekt "Aktiva skoltransporter" 2016

Den utvecklade interventionen baseras på gamification och empowerment med syfte att öka de aktiva skoltransporterna. Denna testades först i åk 1 på en skola i Luleå kommun under våren 2016. Interventionen startar med ett föräldramöte där vi inhämtar föräldrars tankar om hinder och möjligheter för att genomföra aktiva skoltransporter. Med dessa förslag har vi sedan designat interventionen, exempelvis tillmötesgått behov av att barnen har sällskap med varandra till skolan mm. Gamification innebär att använda spelmoment på något som annars inte är ett spel, i detta fall aktiva transporter. Gamification används för att öka motivationen att genomföra en beteendeförändring. I detta projekt har barnen på olika sätt fått räkna antalet aktiva transporter och de har fått veckovisa uppdrag som bygger på läroplanen att lösa på vägen till och från skolan. Vid lyckat uppdrag har eleverna fått en så kallad badge antingen på gruppnivå eller på individnivå. Ett exempel på uppdrag var att plocka skräp längs skolvägen. Sedan använde lärarna detta inom en lektion där barnen fick lära sig sopsortering och diskutera vad som händer med natur och djur om skräpet får ligga kvar. Vi har även försökt öka motivationen hos barnen till att använda aktiva skoltransporter genom att hålla workshops inom ämnena: hälsa, trafiksäkerhet och miljö.

Syfte

Syftet som angavs när projektet söktes var att långsiktigt utvärdera pilotprojektet "aktiva skoltransporter – ett steg på vägen" och att implementera och utvärdera aktiva skoltransporter på 3-4 skolor inom Luleå kommun med olika utmaningar och förutsättningar gällande socioekonomi och geografi. Under projekttiden har ambitionsnivån höjts och som framgår av slutrapporten har det ursprungliga syftet uppfyllts och överträffats.



Mål med projektet

Projektledning

Rekrytera projektledare. Skapa en styrgrupp som leder arbetet för ett få ett framgångsrikt projekt. Skapa en arbetsgrupp som driver det löpande arbetet.

Skapa manualer

Skapa manualer för viktiga delar i interventionen, dvs föräldramöte, uppdrag, mätning och temaveckor.

Genomförande

Sprida konceptet och projektleda interventionen hos tre skolor under projektperioden

Utvärdering

Uppföljning av föräldrar till elever i pilotklassen samt uppföljning av klassen 1 o 2 år senare

Genomföra fokusgrupper med lärare och skolsköterskor efter projektet

Mätning av barnens aktiva skoltransporter

Mätning av föräldrars attityder samt kartläggning av väg o trafikrelaterade hinder och möjligheter för aktiva skoltransporter

Beräkning av effektlogik gällande aktiva skoltransporter

Implementering och spridning

Skolor som genomfört interventionen fortsätter med den i egen regi

Spridning av projektet till övriga skolor i Luleå kommun

Minst en vetenskaplig artikel

Presentation av projektet på nationella konferenser

Medial uppmärksamhet genom TV, radio och tidningar

Resultat

Projektledning

Februari 2017 rekryterades en projektledare som valde att avbryta uppdraget under våren och ny projektledare tillträdde augusti 2017. Under 2017 så genomfördes projektledaruppgifter till stor del av forskarna på LTU. Den nya projektledaren valde att kliva av sitt uppdrag i början på 2019 och då valde kommunen att göra en ny och mer hållbar struktur över projektledningen genom att ge detta uppdrag till gruppen med fritidshemsutvecklare som en del i deras tjänst. Inom gruppen fördelades arbetet så att två av dem har arbetat aktivt med projektet.

Styrgruppen består av verksamhetschef grundskola, Chef för sektionen för Landskap och trafik, projektledare, rektorer från de 5 skolor som anmälde sitt intresse att delta i interventionen från början, Ormbergsskolan, Porsöskolan, Sunderby Skolan, Antnässkolan och Måttstundsskolan samt Charlotta Johansson LTU. Anna-Karin Lindqvist, Stina Rutberg LTU sitter med i alla styrgruppsmöten som rådgivande men ej beslutande.

Arbetsgruppen har genom projektet bestått av projektledaren/projektledarna. Anna-Karin Lindqvist och Stina Rutberg LTU. Mobilitetskontoret ledare Helena Lindvall. Arbetsgruppen har ansvarat för det

löpande arbetet i projektet samt skrivning av delrapporter och slutrapport som presenterats och godkänts av styrgruppen.

Skapa manualer

Information om interventionen har samlats på en öppen websida för projektet "<https://www.lulea.se/e/jag-tar-mig-framat.html>" Där kan lärare hämta inspiration till uppdrag och mätande under perioden för aktiva skoltransporter. Där finns även information till vårdnadshavare och länk till forskning i projektet. Under projektets gång har hemsidan uppdaterats med en tydligare arbetsgång och med material som stödjer grundpelarna i projektet.

För att underlätta föräldramöten har LTU producerat en film Let's gå, trampa på <https://vimeo.com/354196904/db26632f0f> för att öka kunskapen om aktiva transporter och där barn är de som visar vägen för föräldrar. LTU har även gjort en powerpoint som är fri att använda för lärare i kommunen vid föräldramöten.

För att ytterligare kunna förstå modellen och få konkreta exempel på hur interventionen går till så har en populärvetenskaplig artikel skrivits.

Lindqvist, A-K., & Rutberg S. Cykelväg till skolan kan vara vägen till framgång. Skolledaren, 2019, no 3. <https://www.skolledarna.se/Skolledaren/Artikelarkiv/2019/cykelvag-till-skolan-kan-vara-vagen-till-framgang/>

Genomförande

Antal skolor:

- 2017 genomförde vi interventionen i 5 klasser på 5 olika skolor i barmarksförhållanden.
- Våren 2018 genomförde vi en pilotklass med vintercykling under februari, barnen erbjöds vinterdäck genom kronprinsessparets stiftelse. På hösten genomfördes interventionen på 5 skolor, alla klasser åk 2 barmark och åk 5 vinterförhållanden. Elever i åk 5 erbjöds vinterdäck till sina cyklar genom finansiering av klimatlivet. I detta ingick barnens aktiva skoltransporter, veckouppdrag och mätning av aktiva skoltransporter
- 2019 har 30 skolor i Luleå kommun valt att implementera projektet i sina skolor i åk 2 och åk 5. Forskarna på LTU har presenterat projektet för rektorer, lärare, skolsköterskor och idrottslärare i kommunen. Projektledarna har guidat lärarna i det praktiska genomförandet. Vinterdäck till ca 200 cyklar erbjuds genom Vilda Kids till elever i åk 5. Detta finansieras via Klimatlivet.

Föräldramöten

- 2017 genomförde hälsoforskarna alla Föräldramöten med berörda klasser
- 2018 genomförde hälsoforskarna tillsammans med projektledaren alla föräldramöten. Detta är en viktig uppgift för att få föräldrarna involverade och få dem ändra beteende till ökade antal aktiva skoltransporter.
- 2019 genomfördes föräldramöten på 30 skolor med hjälp av filmen Lets Gå, Trampa på och powerpoint presentation från LTU.

Workshops för barnen:

- 2017 fick alla klasser workshop med hälsoforskare om hälsa, polis om trafiksäkerhet och kommunen, stadsbyggnadsförvaltningen om trafiken och dess påverkan på miljö och människa.
- 2018 kunde inte polisen delta och NTF kom in och gjorde en insats istället för dem. Stadsbyggnadskontoret har ställt upp med personal som pratat om miljö. Hälsoforskare och/eller skolsköterskorna höll workshops om vikten av fysisk aktivitet och effekten av denna.

- 2019 på samma sätt som 2018, förutom att skolsköterskorna själva höll workshops om vikten av fysisk aktivitet och effekt av denna.

Mätning och uppdrag:

- 2017-2019 alla klasser som genomfört intervention har dokumenterat de aktiva skoltransporterna på olika sätt. Exempelvis använt stämplor, tittat på användningen olika dagar i veckan, antecknat väder mm för att se mönster i användningen.
- Lärarna har själv skapat veckouppdrag för utförande till och från skolan. De flesta har varit gruppbaseade men det har även varit individuella uppdrag. Projektledarna har samlat in information om dessa uppdrag och sammanställt detta i bank på websidan.

Utvärdering

Utvärdering av interventionen har gjorts för att få kunskap om hur denna intervention ska bli så användbar och accepterad som möjligt. Detta är viktig kunskap för att kunna sprida konceptet till fler skolor i kommunen. Vi har i projektet på vissa områden presterat mycket mer utvärdering än vi lovat och på några andra områden omvärderat värdet av den utlovade utvärderingen och förklarar detta nedan.

Elever och lärares erfarenheter av projektet: Efter avslutat projekt i en åk 1 så intervjuade vi barn och lärare om deras erfarenheter att delta i interventionen. Resultatet visade att gamification är en framgångsfaktor för att skapa motivation och entusiasm hos barnen. Denna del gör det också möjligt för lärarna att integrera lärande från de aktiva transporterna in i lektionerna. Förutom ökade aktiva transporter så gav projektet även andra värden i form av ökad klassgemenskap och eleverna var mer redo att lära när de kom till skolan. Dels på grund av den fysiska aktiviteten men också av att det fått prata av sig på vägen till skolan.

Rutberg, S. & Lindqvist, A. (2018) Active School Transportation an Investment in School Health. Health Behav Policy Rev. 2018;5(2):88-97. DOI:

<https://doi.org/10.14485/HBPR.5.2.9>

Mätning av föräldrars attityder: En enkät användes för att kartlägga föräldrars uppfattningar om väg och trafikrelaterade hinder och möjligheter för aktiva skoltransporter. Dessutom fick föräldrarna ge berättande svar om deltagandet i interventionen vilket visade att föräldrarnas tveksamheter till aktiva skoltransporter kunde övervinnas av barnens motivation. Slutsatsen visade att genom att starta med en beteendeförändring kan föräldrars attityder till aktiva skoltransporter påverkas.

Rutberg, S & Lindqvist, A (2018) Children's motivation overcame parental hesitation - Active school transportation in Sweden. Health Promotion International. DOI: 10.1093/heapro/day083

LTU har fortsatt sin forskning inom detta område och gjort intervjuer med 20 föräldrar till barn som både varit med i projektet och barn som inte varit det för att få kunskap om de attityder som finns i samhället samt kunskap om vad som påverkar dessa attityder. Analysen av detta pågår. Detta kommer att leda till en vetenskaplig artikel samt ligga till grund för utvecklandet av en ny enkät som ska kunna mäta attitydförändring till aktiva skoltransporter.

Bakomliggande teorier och modellbeskrivning: De bakomliggande teorierna till byggstenarna i interventionen samt en noggrann genomgång av modellen ges i en vetenskaplig metodartikel.

Här diskuteras för och nackdelar samt utvecklingspotential med interventionen. Forskarna har även publicerat en svensk populärvetenskaplig artikel i skolledaren i detta område för att göra forskningen mer tillgänglig.

Lindqvist, A-K. & Rutberg, S. (2018). One step forward: The development of a program promoting active school transportation. JMIR Research Protocols. DOI: 10.2196/resprot.9505

Lindqvist, A-K., & Rutberg S. Cykelväg till skolan kan vara vägen till framgång. Skolledaren, 2019, no 3. <https://www.skolledarna.se/Skolledaren/Artikelarkiv/2019/cykelvag-till-skolan-kan-vara-vagen-till-framgang/>

Gamification element i interventionen: för att öka kunskapen kring gamification så gjorde forskarna en studie på mobilspelet Pokemon Go, där barn ökade sin fysiska aktivitet genom att spela spelet. Vi fann i den studien att utforskandet av nya saker, exempelvis hitta nya pokemons eller kläcka ägg var viktigt för att hålla kvar intresset, samt att samarbete och gemenskap var viktigare än tävlingskomponenten i exempelvis gym. Detta är kunskap som vi tagit med oss in i utvecklandet av ett digitalt spel som vi hoppas kunna skapa som ett tillägg till denna intervention.

Lindqvist A, Castelli D, Hallberg J, Rutberg S.(2018) The Praise and Price of Pokémon GO: A Qualitative Study of Children's and Parents' Experiences. JMIR Serious Games. Jan 3; 6(1) DOI: 10.2196/games.8979

Aktiva skoltransporter i vinterklimat: Under projektet har vi blivit medvetna om att för mellanstadiebarn är det inte så stor utmaning att gå och cykla till skolan i barmarksförhållanden. Därför utvecklade vi projektet till att elever i mellanstadiet ska genomföra interventionen i vinterklimat istället. Vi började med en pilotklass för att få kunskap om vad som behövs för att motivera barn och föräldrar att använda aktiva transporter under denna årstid. Vi genomförde en photovoice studie, vilket innebar att barnen fick ta bilder av sina aktiva transporter och sedan diskutera dessa i grupper. Studien visade att medbestämmande och gemenskap är viktiga faktorer för att göra denna beteendeförändring i mer utmanande klimat. Den visade också att aktiva skoltransporter i vinterklimat kräver mer ansträngning men är också givande i ökad stolthet över sin prestation och ökad grit. Sist men inte minst så minskade föräldrars oro över att låta barnen använda vintercykling, något som tidigare känts farligt men som efter interventionen kändes lika naturligt som att cykla på barmark.

Lindqvist, A-K., Löf, M., Ek, A., & Rutberg, S. (2019) Aktive school transportation in Winter Conditions – Biking together is warmer. International Journal of Environmental Research and Public Health. DOI: 10.3390/ijerph16020234

Långtidsuppföljning av pilotklassen: För att få kunskap om vad som händer i en klass som genomfört interventionen så har vi gått tillbaka till pilotklassen ett år efter och två år efter interventionen. Analysen av den datan pågår nu men preliminärt så visar uppföljningen att barnen fortsatt gå och cykla till skolan, det har blivit en vana. Gamification och empowerment är viktigt för att skapa motivation både hos lärare och elever och detta har sedan använts i andra moment i skolan än kopplat till denna intervention. Resultatet av denna studie kommer att publiceras som en vetenskaplig artikel.

Uppföljning och återkoppling till lärare och skolsköterskor i projektet: Varje år efter avslutat projekt har lärarna bjudits in till ett möte för återkoppling och uppföljning av hur projektet har fungerat. Detta har bidragit med värdefull kunskap om vilka förändringar som behöver göras samt gett information om uppdrag och mätningar av barnens aktiva skoltransporter. När vi startade detta

projekt så hade vi bara fört samtal med skolsköterskorna som visade intresse av att få delta i interventionen. Deras insats har varit väldigt värdefull på vissa skolor men samtidigt skapat en viss oro hos vissa som känner sig osäkra på att föreläsa inför en klass. Detta har gjort att vi söker vidare för att kunna få olika lösningar på olika skolor. Vi har även fått kunskap om att det organisatoriskt kan vara svårt att få till workshops när det är många klasser och skolor inblandade och detta är en viktig del när man skalar upp en intervention.

Mätning av barnens aktiva skoltransporter: I Sverige idag så är det ungefär 52% av barnen som använder aktiva skoltransporter (48% vintertid och 58% under barmarkförhållanden). Alla klasser som deltagit i interventionen har under projekttiden mätt sin aktiva transporter och dokumenterat detta på många olika sätt. Uppföljningar visar att barnen själva säger att de gått och cyklat mer under perioden, det är motiverande att få så många aktiva transporter som möjligt. Forskarna har i samarbete med Region Norrbotten fått med frågan om aktiva skoltransporter på hälsosamtalet som skolsköterskorna gör med alla barn i åk 4 och 7. Detta gör att vi kommer att få in data som vi så småningom kan jämföra mot nationella data och se om interventionen ger långvarig effekt på de aktiva skoltransporterna.

Beräkning av kostnadseffektivitet gällande aktiva skoltransporter: Att visa på hälsoeffekter för olika interventioner för barn är väldigt svårt då det finns många faktorer som påverkar barns hälsa. Vi har gjort en litteratursökning och sammanställt detta i en effektlogik som visar att för varje kilometer som barn går eller cyklar så sparar samhället ca 10 kr. 8 kr av dessa står för hälsoeffekter och 2 kr står för miljöeffekter. Då detta är ett osäkert antagande så gör vi nu studier för att få fram en säkrare modell för att beräkna dessa vinster av aktiva transporter.

Mätning av barns kognitiva förmåga: Många studier är gjorda som visar att när barn ökar sin fysiska aktivitet så ökar deras koncentrationsförmåga och de får bättre kognitiv förmåga. Efter att ha gjort en litteratursökning i området så bestämde forskarna att detta var ett område som vi inte skulle undersöka vidare när det gäller denna intervention. Istället för kognitiv förmåga har en studie gjorts på barnens grit. Hypotesen är att barnen behöver grit för att fortsätta med aktiva skoltransporter under vinterklimat med utmaningar som kyla, snö och halka. Studien mäter barnens egen uppfattning av grit, lärarnas uppfattning av barnens grit och barnens och lärarnas förståelse av begreppet grit och hur det relaterar till skolan och fritid. Resultatet är under bearbetning och kommer att publiceras i en vetenskaplig artikel.

Implementering och spridning

Implementering i skolor i Luleå kommun: I projektansökan lovade vi att sprida interventionen till totalt 4 skolor i kommunen. Redan år 2 så implementerades interventionen i 5 fem skolor. För att skapa en intervention som har hållbarhet över tid så bestämdes att åk 2 skulle genomföra interventionen i barmarksförhållanden och åk 5 i vinterförhållanden. Därmed får samma klass interventionen 2 gånger under deras tid i låg och mellanstadiet och samma lärare belastas inte varje år med samma intervention. År 3 i projektet så har rektorer till 30 skolor i Luleå kommun tackat ja till att delta i projektet. Denna snabba ökning av antal skolor har inneburit en rad utmaningar i projektledning och organisatoriska frågor och det blir viktigt att följa upp och se så att viktiga delar i interventionen består och inte urholkas när det växer snabbt. De 5 skolor som varit med sedan tidigare ser detta som en naturlig del av deras verksamhet som de vill fortsätta med.

Spridning genom vetenskapliga artiklar: Vi har hittills i projektet skrivit 5 vetenskapliga artiklar, vilket är 4 fler än vi lovade ursprungligen. Dessa har stort värde när det gäller att visa att interventionen är verksamt och genomförbar. Dessutom har vi skrivit en populärvetenskaplig artikel för att ytterligare möjliggöra en spridning av projektet.

Presentation av projektet på nationella och internationella konferenser och andra sammanhang:

American School Health Conference, *Active school transportation - all around the year and all around the globe*, Cincinnati, USA, okt 2019

Gatu- och trafikdagarna, okt 2019, Stockholm, SKL

Fysioterapidagarna, Symposium, *The road to success*, Aktiva skoltransporter. Stockholm, okt 2019

International Physical Literacy Conference Europé, *The road to success, Active School Transportation*. Umeå, sept 2019

Cykelplanering, sep 2019, Stockholm, Teknologiskt Institut,

Tylösandseminariet Aktiva trafikanter – Skoltransporter. Tylösand, Sep 2019

Hållbart resande i Kronoberg. *Let's Gå, Trampa På*. Älmhult, sep 2019

Hälsoskolan/Norrbottenskommuner, Luleå, jan 2019

Skolsköterskekonferens Malmö, "Ett steg på vägen – aktiva skoltransporter", maj 2019

World Winter Cycling Conference Calgary, "Sustainable innovations for children travelling actively", feb 2019

Transportforum Linköping, "Vinnare av cykel +- och vinterinnovation 2018 - Det är varmare att cykla tillsammans", jan 2019

Hälsoskolan/Norrbottenskommuner Luleå, "Det är varmare att cykla tillsammans", jan 2019

Skånskt Cykelforum, ,nov 2018, Lund, Region Skåne

Reactakonferens Stockholm, "Jag tar mig framåt, aktiva skoltransporter", nov 2018

Svenska Cykelstäders Hösträff, okt 2018, Stockholm, Svenska Cykelstäder

Healthy Kids, "Active school transport" Seinäjoki, okt 2018

Schoolchance, EU projekt, "Gamification and empowerment – keyfactor to interventions for promoting physical activity" Utrecht, juni 2018

Pepforum, "Ett steg på vägen", Stockholm, mars 2018

Cykelforum Luleå, Aktiva skoltransporter, nov 2017

Konferens Social innovation i Norr, Piteå. Presentation "Aktiva skoltransporter – en empowerment och gamification inspirerad innovation", maj, 2017.

Konferens Barn, liv och trafik, Göteborg, presentation under Best Practice, "The road to success, aktiva skoltransporter", mars, 2017.

Medial uppmärksamhet genom TV, radio och tidningar

Projektet har fått stor uppmärksamhet genom åren i både TV, radio och i olika tidningar. Totalt har projektets visats i 7 TV inslag, och 4 radioinslag och fått uppmärksamhet i ett stort antal dagstidningar och facktidningar. Nedan visar ett urval av dessa senaste åren.

2018 SVT reportage om vinsten i Cykel +- tävlingen.

<https://www.svt.se/nyheter/lokalt/norrbotten/vinst-till-cykelprojekt-i-lulea>

2018 SVT nyheter reportage om vintercykling bland barn.

<https://www.svt.se/nyheter/lokalt/norrbotten/vintercykling-inga-problem-trots-kyla>

- 2018 Vårt Luleå, reportage om aktiva skoltransporter.
<http://vartlulea.se/arkiv/berattelser/honvillfabarnenattcyklatillskolan.5.11099fc16b668e62b833b0.html>
- 2017 Skolporten, reportage om aktiva skoltransporter för lågstadiebarn.
<https://www.skolporten.se/forskning/vetenskapligatidskrifter/active-school-transportation-is-an-investment-in-school-health/>
- 2017 Forskning.se. Pokemon Go mer samarbete än tävling.
<https://www.forskning.se/2018/01/29/pokemon-go-mer-samarbete-an-tavling/>
- 2017 Norrbottens Affärer. Därför gjorde Pokemon Go succe.
<https://www.norrbottensaffarer.se/na/ltu-forskarna-darfor-gjorde-pokmon-go-succ-nm4751677.aspx>
- 2016 Tv 4 nyheter reportage Aktiva skoltransporter
<http://www.tv4.se/nyheterna/klipp/cykling-ska-g%C3%B6ra-skolbarnen-piggare-3368652>
- 2016 SVT nyheter. Pokemon Go undersöks på LTU.
<https://www.svt.se/nyheter/lokalt/norrbotten/pokemon-go-undersoks-pa-ltu>
- 2016 Reportage i Norrbottenskuriren, Aktiva skoltransporter
<http://www.kuriren.nu/nyheter/lulea/forskningsprojekt-ska-fa-barn-att-rora-pa-sig-8834684.aspx>
- 2016 Reportage i NSD, aktiva skoltransporter <http://www.nsd.se/nyheter/lulea/de-vill-fa-fler-att-cykla-till-skolan-10012949.aspx>

Nationella priser för projektet

Vinnova, Cykel+-Minus tävling 2018.

En innovationtävling där Luleå kommun tillsammans med Luleå tekniska universitet tävlade och vann med projektet "Aktiva skoltransporter i vinterklimat – det är varmare att cykla tillsammans".

Motivering: Projektet Aktiva skoltransporter i vinterförhållanden har tagit sig an utmaningen att öka barns vintercykling – att barn kan vintercykla och mår bra av det är en bortglömd men oerhört viktig fråga som förslaget hanterar på ett nytänkande sätt. Element såsom empowerment, kontraktsskrivande och gamification har använts för att skapa engagemang bland både barn, föräldrar och lärare. Särskilt föräldrars oro kan ofta vara ett hinder och har motverkats genom att inkludera dem i projektet. En prototyp på ett lovande digitalt spel har tagits fram som har potential att vidareutvecklas. Med barnperspektiv och ett vetenskapligt angreppssätt har projektet visat fina resultat som kan skalas upp och spridas i och även utanför Sveriges gränser, något som juryn ser fram emot.

Årets innovatörer, LTU 2018.

Motivering: Anna-Karin Lindqvist och Stina Rutberg har genom sitt arbete med Aktiva skoltransporter skapat innovativa lösningar på stora samhällsutmaningar med barn och ungdomars hälsa. De har också visat på entreprenörskap genom samarbeten med andra forskningsområden, internationellt med andra universitet, näringsliv och offentlig verksamhet.

Genom hälsovetenskaplig forskning i kombination med ny teknik, baserat på empowerment och gamification, finns potential att på ett hållbart sätt lösa globala världsproblem.

Pris på Almedalsveckan 2019

Hedersomnämmandet för nyskapande kommun i Trivectors SHIF-enkät 2019 om kommuners arbete med hållbart resande

Övrig utveckling av projektet

För att få möjlighet att bedriva forskning, sprida resultaten av projektet och utveckla projektet ytterligare har LTU i samarbete med Luleå kommun skrivit många bidragsansökningar. Totalt har 11 ansökningar beviljats inom projektet. Dessa pengar har gjort att vi bland annat kan köpa in vinterdäck till 500 cyklar, skapa ett spel kopplat till aktiva skoltransporter och möjliggjort forskning kring interventionen.

Sammanfattning och framtida möjligheter

Vi har i detta projekt uppnått och i många fall överstigit de mål som vi satte upp vid projektstart. Tanken var att vi under projekttiden skulle nå totalt 4 skolor, men har under hösten 2019 kunnat påbörja den på 30 skolor. Denna snabba utveckling har inneburit många utmaningar och för att få detta som ett hållbart moment i Luleå kommuns skolor behövs en fortsatt utvecklig "paketering" av material i form av film/presentationer/pedagogiska planeringar för att implementera projektet så att dess grundpelare och hörnstenar blir naturliga delar av genomförandet. Detta medför dock ytterligare en utmaning; att detta är utformat så att det fortfarande finns möjligheter till empowerment för elever och lärare. Den förändring av ledarskapet för projektet som kom tillstånd i elfte timmen har verkligen inneburit ett lyft för projektet och det finns en stor utvecklingspotential i och med den lösningen.

Projektet har tagits väl emot ute på skolorna och har skapat mycket engagemang hos både elever, vårdnadshavare och lärare. Tack vare forskningsfinansiering från Vinnova inom ramen för Innovationer för ett hållbart samhälle genomförs för närvarande datainsamling till två intressanta studier: En kvalitativ studie bland föräldrar med syfte att på djupet förstå möjligheter och barriärer för aktiva skoltransporter och en mixed method feasibility studie bland de lärare som ger viktig kunskap om hur en intervention för ökad fysisk aktivitet kan implementeras i skolans värld.

Redovisning av projektmedel

Uppföljning av medel för folkhälsosatsningar avseende:

Pyramiden

Fyll i gula fält nedan.

Blanketten lämnas som bilaga till den årliga rapporteringen , samt till slutredovisningen efter projektets sista år.

Använda medel i Tkr

Exempel på kostnadsposter (de är utbytbara)	År 1	År 2	År 3	Totalt	
<i>Konsultkostnader</i>	685 000	419 000			
<i>Lokalkostnader</i>					
<i>Lönekostnader inkl PO-pålägg</i>	97 000	159 000			
<i>Utbildningskostnader</i>	130 000	600 000			
<i>Resekostnader</i>	15 000				
<i>Förbrukningsinventarier (kläder/mössor)</i>		14 000			
<i>Kontorsmaterial</i>					
<i>Trycksaker</i>	2 000				
<i>Telefon</i>					
<i>Datakommunikation</i>					
<i>Porto</i>					
<i>Annonsering</i>					

Marknadsföring	8 000				
Information					
Övriga kostnader	-	3 500			

Total kostnad för projektet **937 000** **1 195 500** - - **2 132 500**

Budget:

Beräknad budget för projektet resp år (Tkr)	937 000	1 195 500	-		
Finansieras av förvaltning	140 550	597 750	-	-	738 300
Beviljade Folkhälsomedel (Tkr)	796 450	597 750	-	-	1 394 200

#DIV/0!

Projektets verkliga kostnader:

Kostnad	937 000	1 195 500	-	-	2 132 500
Finansieras av förvaltning	140 550	597 750	-	-	738 300
Utbetalade folkhälsomedel	796 450	597 750	-	-	1 394 200

65%

Slutavräkning vid projektets slut

#DIV/0!

Förklara orsaken till eventuell differens mellan budget och projektkostnaden i slutrapporten när projektet är slutfört.

Referenser

Bilagor

Tabell 1: presentation av aktiviteter i projektet, redovisat per år.

2017

Månad	Jan 17	Feb 17	Mars 17	April 17	Maj 17	Juni 17	Aug 17	Sept 17	Okt 17	Nov 17	Dec 17
1 klass i 5 skolor			Förberedelse			Genomförande			Utvärdering, metodutveckling		
Långtids uppföljning		Förberedelse		Genomförande		Utvärdering		Överföring till AST projektet			
Föräldraenkäten pilot	Analys av insamlad material i piloten					Överföring till AST projektet					
Pokemon Go	Intervjuer och Mock-ups				Utvärdering			Överföra till AST projektet			
Styrgrupp		SG möte 1	SG möte 2		SG möte 3			SG möte 4			
Arbetsgrupp				Arb.gr möte		Arb.gr möte				Arb.gr möte	
Austin samarbete				Barns kognitiva förmåga och grit		Överföra till AST projektet					
Ansökningar	Forte		MIKT	Formas			Gen-PEP			Arvsfonden	
Övrigt			Göteborg Barn, trafik o hälsa					Samarbete Boden	Mediaplan	Cykel forum	Uppföljnings rapport
Preliminärt MIKT				Samla data för digitala lösningar			Skapa prototyp för digital lösning		Implementering i AST projektet		

2018

Månad	Jan 18	Feb 18	Mars 18	April 18	Maj 18	Juni 18	Aug 18	Sept 18	Okt 18	Nov 18	Dec 18
Implementering i 5 skolor	Genomförande Vintercykelpiloten			Förberedelse			Alla 2:or på 5 skolor			Alla 5:or på 5 skolor	
Samla data för utvärdering		Datainsamling			Utvärdering Vinterpiloten						
Styrgrupp				ST möte						ST möte	
Arbetsgrupp					AG möte				AG möte		
Spridning/konferens			Pepforum, Stockholm, Gävle kommun	Kronprinsessparets stiftelse		Schoolchance Utrecht, Folkhälsokonferens Luleå,	Pepforum Stockholm	Kronprinsessparets stiftelse, Stockholm	Healthy Kids, Seinajoki Finland	Reacta konferens Stockholm, Cykelforum Luleå	
Ansökningar	Utvecklingsprogram Juniöra forskare			Beviljad Hälsa (LTU)	Beviljad Gamification (LTU), Klimatklivet			Beviljade Samverkans check + EIO	Beviljade Vinnova IHS + kronprinsessparets stiftelse		
Övrigt					Vinnare av Cykel +- tävlingen 2018					Stina Rutberg och Anna-Karin Lindqvist blev årets innovatörer på LTU	Uppföljningsrapport

2019

Månad	Jan 19	Feb 19	Mars 19	April 19	Maj 19	Juni 19	Aug 19	Sept 19	Okt 19	Nov 19	Dec 19
Implementering i 30 skolor	Förberedelse			Förberedelse			Spridning till 30 skolor i Luleå kommun				

Samla data för utvärdering	Uppföljning föräldrar i vintercykling/ Långtidsuppföljning pilotklass Ormbergsskolan						Framtagning av en enkät för föräldraattityder. Lärares och elevers acceptans av interventionen				
Utbildning av personal i Luleå kommun					Skolsköterskor		Kick-off samtliga lärare	Fritidshemspersonal	Idrottslärarna		
Styrgrupp		ST möte						St möte			
Arbetsgrupp		AG möte			AG möte			AG möte			
Ansökningar	Beviljad Majblomman	2 doktorander startar i projektet		Utmaningsdriven innovation Vinnova Steg 1 beviljad		Interreg Nord ansökan inlämnad	Kronprinsessparets stiftelse inlämnad		Förberedelse för ansökan till UDI steg 2		
Spridning/konferens	Transportforum 2019. Hälsoskolan, Norrbottens kommuner.	World winter congress, Calgary	Vintertramparna. Luleå, Kronprinsessparets stiftelse; Cykelprojekt Kallax	Science Park, Luleå	Skolsköterske konferens Malmö		Film till föräldrar	I samarbete med Regionen utskick infomaterial om AST. Småland, skolkonferens. IPLC Europé, Umeå 11-13/9.	American School Health Conference, Active ,Cincinnati, USA 4/10-2019; Fysioterapidagarna Symposium, Stockholm 23-25/10	Pepforum, Stockholm, Länsstyrelsen, Luleå	
Övrigt						Hedersnämmandet för nyskapande kommun i SHIFT 2019 för innovativa insatser med aktiva skoltransporter och vintercykling samt för inspirerande resospel som främjar hållbart resande bland kommunens anställda"				Avrapportering AST projektet	