

# Overordnet projektbeskrivelse



## Projektets titel: Et godt hverdagsliv med sundere livsstil

### (sundhedsevent med Chris McDonald)

#### Hvorfor skal lokaludvalget lave projektet?

Fordi det følger af Bydelsplanen at lokaludvalget vil fremme sundere levevis i de grønne områder og fordi Sundhedsforvaltningens politik "længe leve København" har som en af sine hovedpointer at byens rum skal opfordre til aktivitet. Motionsredskaber i parken gør det ikke alene, borgerne skal også inspireres til at bruge byens rum til fysisk aktivitet og i det hele taget en sundere levevis. Det er vigtigt at borgerne selv tager ansvar for dette.

For at inspirere borgeren i Vanløse afholdes et sundheds-event med Chris MacDonald, som vil inspirere borgerne til at bruge af byrummene, bl.a. Grøndalsparken, i Vanløse. Arbejdsgruppen vil introducere MacDonald til bydelen og dens muligheder

#### Hvordan skal projektet laves? Herunder hvem er ansvarlig & tidsplan

I uge 48-49 afholdes et borgermøde (sundhedsevent) på Kulturstationen, hvor Chris MacDonald er trækplaster.

I ugerne op til arrangementet annonceres dette via Vanløses institutioner, skoler, Sundhedshuset, lægekonsultationer, Kulturstationen mv. (løbessedler/plakater) og annonce i lokalaviserne.

Efter godkendelse booker sekretariatet oplægsholder og lokaler på kulturstationen. Karen og Hanne udarbejder udkast til annonce og løbeseddel/plakat som sekretariatet færdiggør. Arbejdsgruppen sørger for mangfoldiggørelse og distribution via ovenstående institutioner.

#### Hvem henvender projektet sig til, og hvorfor ønsker vi at henvende os til dem?

Arrangementet retter sig bredt mod alle områdets borgere, men primært dem som ikke bevæger sig så meget. En væsentlig målgruppe er de borgere som er inaktive i størstedelen af deres dagligdag. Som der henvendes til via artikler i lokalpressen.

#### Hvad koster projektet at gennemføre? herunder de overordnede poster i projektet.

Oplægsholder	28.000 kr
Frukt	2.000 kr
Tryk af flyers til omdeling og annoncering:	10.000 kr.
<u>i alt</u>	<u>40.000 kr</u>



## Overordnet projektbeskrivelse



### Hvad er projektets succeskriterier?

Vi ønsker at forebygge livsstilssygdommen blandt Vanløses borgere gennem sundere levevis. Dette gennemføres bl.a. ved hjælp af inspiration til mere motion, bevægelse og sundere mad. Det langsigtede succeskriterium er at københavnere bliver sundere og lever længere – men det er det ikke muligt for lokaludvalget at måle på, men arrangementet formodes at understøtte dette, særligt ved at projektet identificerer og særligt inviterer borgere, der har en inaktiv hverdag. Projektet vil derfor betegnes som succesfuldt, såfremt der deltager minimum 150 mennesker, hvoraf minimum halvdelen er identificeret som borgere, der har en inaktiv hverdag – dette måles ved tælling af deltagere, samt lille spørgeskema på dagen. Antallet af fremmødte til arr. er en første indikator på arrangementets succes, da deltagerne herved allerede har bevæget sig til lokalet og dermed allerede er startet på et sundere liv.

