

Till förälder/vårdnadshavare

Ert barn ska nu börja skolan, en spännande tid som innebär många förändringar. Att äta hälsosamt och röra på sig gör det lättare för ert barn att lära sig allt det nya i skolan och ger en bra hälsa genom livet. Ni som föräldrar är allra viktigast för att era barn ska ha hälsosamma vanor. Vi är en forskargrupp på Karolinska Institutet som startar ett projekt för att främja bra mat- och rörelsevanor hos barn genom stöd till er föräldrar som börjar skolan hösten 2017. Projektet har som mål att stötta er föräldrar till att skapa hälsosamma vanor hemma.

Varför får ni detta brev?

Den skola ert barn ska börja i är en av de 18 skolor som är med. Nu vill vi veta om ni som familj vill vara med i projektet?

Projektet innebär dessa fyra delar:

- I förskoleklassen håller läraren 10 lektioner om mat- och rörelsevanor. Barnen får enkla hemuppgifter efter varje lektion som ni genomför tillsammans i familjen.
- Ni föräldrar får en informationsbroschyr.
- Vid barnets hälsobesök hos skolsköterska kommer ni föräldrar att få ett samtal tillsammans med skolsköterskan där ni får prata om ert barns mat- och rörelsevanor och om det är något ni vill ändra på. Samtalet är till för er föräldrar, inte barnet, och spelas in på ljudband för att vi ska kunna följa skolsköterskans samtalsteknik och titta på vad familjer har för behov av stöd.
- Ni föräldrar fyller i ett kort test för er egen risk för diabetes typ-2. Om ni har hög risk ska ni ta kontakt med vårdcentral för att få hjälp.

Skolorna kommer att delas upp i 2 grupper. Båda grupperna kommer att genomföra de fyra delarna men vid olika tidpunkter. Grupp 1 startar i september 2017, och Grupp 2 genomför de fyra delarna 2019. Före och efter de fyra delarna gör vi mätningar både med barnen och er föräldrar. Både grupp 1 och 2 är med i mätningar vid samma tidpunkter för att vi ska kunna se om projektet gör någon skillnad för barnen. I oktober/november kommer ni att få reda om din skola är i grupp 1 eller 2.

Uppgifter som kommer att användas

Barnets rörelse mäts genom att barnen bär en liten rörelsemätare i ett bälte runt höften under sju dagar. Den mäter bara hur fysisk aktivt barnet är men inte vart barnet är. Ni fotar vad ert barn äter med mobilkamera under tre dagar och fyller i ett frågeformulär om barnets mat- och rörelsevanor och hur ni gör för att stödja barnet. Vi mäter elevernas vikt,

Vill du och ditt barn vara med i forskningsprojektet

”En frisk skolstart plus”?



längd och midjemått samtidigt som vi sätter på rörelsemätarna. Mätningarna sker tre gånger: första gången i september/oktober 2017, andra gången i april/maj 2018 och tredje gången september 2018. Vi planerar också att kontakta er när era barn går i årskurs 4 (2021) för att göra om mätningar och undersöka om effekter från projektet finns kvar.

Under höstterminen 2018 och cirka två år senare bjuds några föräldrar in till en intervju om hur projektet har upplevts och stöd i föräldraskapet. Några barn bjuds in till gruppintervju i slutet av vårterminen 2018. Det går att tacka nej till vid inbjudan.

Garanterad anonymitet

Resultaten kommer att redovisas anonymt och på gruppnivå. Information om dig och ditt barn kommer inte att kunna identifieras av andra än forskargruppen eller användas för andra ändamål utan ert godkännande. Karolinska Institutet är ansvarig för ditt barns personuppgifter. Era svar och resultat kommer att behandlas så att inte obehöriga kan ta del av dem. Elektronisk data kommer att hanteras i enlighet med Datainspektionens regelverk. Fotodata kommer att överföras till ett land utanför EU och EES, under kortare period på maximalt några dagar. Ni har enligt 26 § personuppgiftslagen (1998:204) rätt att gratis, en gång per kalenderår, efter skriftligt undertecknad ansökan till oss, få besked om vilka personuppgifter om ert barn som vi behandlar och hur vi behandlar dessa. Ni har också rätt att enligt 28 § personuppgiftslagen begära rättelse i personuppgifter som vi behandlar om ert barn.

Frivilligt

Ni bestämmer själva om ni vill lämna några uppgifter till oss. Om ni tackar nej till att vara med i detta forskningsprojekt kommer det inte att påverka ert barn i skolan. Men det är mycket värdefullt för studien att så många familjer som möjligt är med.

Ni kan när som helst, utan särskild förklaring, välja att avbryta ert deltagande. Ni kan då också begära att insamlade uppgifter om er tas bort ur studien.

Vad ska du göra nu?

- Om ni vill vara med, skriv på pappret/"samtycke" som är bifogat i det här brevet. Båda vårdnadshavare ska skriva på om du inte har enskild vårdnad.
- Om ni inte vill vara med behöver ni inte göra någonting. Då mäter vi inte ditt barn, men hen kommer att delta i lektionerna i klassen och göra hemuppgifter.

Kontakt

För frågor kring projektet och datainsamlingen, kontakta: Åsa Norman projektledare, Institutionen för folkhälsovetenskap, 0739-204270, asa.norman@ki.se

Spara gärna denna information!

Med vänlig hälsning,
Projektgruppen En frisk skolstart plus