

Bilag 1

Status på projekter i Forebyggelsespulje 2016

Indhold

1. Aktive mænd med kronisk sygdom	2
2. Fodboldfitness	3
3. Mænds Mødesteder	4
4. Målgruppebaserede rygestopkurser	5
5. Gruppeforløb for forældre med efterfødselsreaktion	7
6. Fiskedag på folkeskolerne	8
7. Uddannelse af undervisere til "Lær at tackle angst og depression"	9
8. "Lær at tackle angst og depression" med Bydelsmødrene	10

1. Aktive mænd med kronisk sygdom

Resumé:

”Aktive mænd med kronisk sygdom” er et nyt motionskoncept, som Ringsted Kommune udvikler og afprøver med støtte fra TrygFonden og i samarbejde med det lokale foreningsliv. Formålet er at støtte mænd med kronisk sygdom i at være fysisk aktive i hverdagen. Konceptet for ”Aktive mænd med kronisk sygdom” er udviklet og klar til at blive implementeret. Der er planlagt holdstart marts 2017.

Budget:	50.000 kr. fra forebyggelsespuljen + 286.000 fra TrygFonden
Projektperiode:	01.10.16-31.10.2017
Formål:	At støtte mænd med kronisk sygdom i at være fysisk aktive i hverdagen.
Projektmål:	Deltagerne i projektforsløbet etablerer og fastholder holdbare motionsvaner i hverdagen.
Status på aktiviteter:	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Udvikle koncept:</u> Konceptet er udviklet og klar til at blive implementeret. • <u>Ansætte motionsvejleder:</u> Motionsvejleder er tiltrådt stillingen februar 2017. • <u>Rekruttere deltagere:</u> Der er udarbejdet en rekrutteringsstrategi, der dels består af proaktiv rekruttering, hvor frontpersonale informerer målgruppen om tilbuddet, og dels af annoncering i trykte og digitale medier. • <u>Planlægge og opstarte ugentlig motion:</u> Motionstilbuddet er planlagt til at forløbe marts– september 2017. • <u>Tilbyde deltagere personlig samtale med motionsvejleder om mål for øget aktivitetsniveau:</u> Alle tilmeldte deltagere inviteres til en forsamtale og en afsluttende samtale. • <u>Vise og motivere deltagerne til at bruge Ringsted Kommunens gratis træningsfaciliteter i uderummet:</u> Motionsvejlederen vil i perioden vise deltagerne, hvordan de kan dyrke motion på egen hånd og i mindre fællesskaber i både by og natur. • <u>Etablere kontakt til idrætsforeninger omkring formaliseret samarbejde og skabe kontakt mellem deltagere og foreningsliv:</u> Der er etableret samarbejde med blandt andet Ringsted Motionsklub og DGI. • <u>Evaluerings:</u> Projektet evalueres oktober 2017.

2. Fodboldfitness

Resumé:

Fodboldfitness er en effektiv sund, sjov og social træningsform, der spilles på mindre baner, så alle får rørt bolden, og der er ingen turneringer. Der spilles fodbold på et niveau, hvor alle kan være med uanset den fysiske form. Fodboldfitness Ringsted udbydes i et samarbejde mellem DBU, RIF og Ringsted Kommune. Målgruppen er motionsuvante mænd og kvinder over 50 år. Der er planlagt holdstart d. 20. marts 2017. Holdet løber indtil oktober 2017.

Budget:	10.000 kr. fra forebyggelsespulje 2016 + 25.000,- fra DBU (heraf 15.000 til video)
Projektperiode:	01.08.17-31.10.17
Formål:	At flere motionsuvante dyrker mere motion, som øger deres fysiske, psykiske og mentale velvære/trivsel.
Projektmål:	Målet er at ca. 10 motionsuvante borgere møder op til træning ugentligt.
Status på aktiviteter:	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Planlægning af holdstart:</u> Uge 6 • <u>Samarbejdsaftale mellem Ringsted Kommune, DBU og Ringsted IF:</u> Uge 8 • <u>Rekruttering:</u> Fra uge 9 • <u>Holdopstart:</u> 20. marts 2017 • <u>Afslutning</u> 9. oktober 2017 • <u>Evaluering:</u> Oktober 2017

3. Mænds Mødesteder

Resumé:

Mænds Mødesteder er et landsdækkende koncept, der har til formål at skabe trygge og venlige miljøer, hvor mænd kan være sammen om meningsfulde projekter i deres eget tempo og i selskab med andre mænd. Mænds Mødesteder er alkohol- og stoffrit, og rygning foregår udenfor, men derudover bestemmer mændene 100 % selv indholdet. Mænds Mødesteder Ringsted blev kickstartet d. 29. november 2016 med et informationsmøde. Derefter har der været aktiviteter i december 2016, januar og februar 2017, som mændene selv har bestemt. Mænds Mødesteder Ringsted afholder stiftende generalforsamling d. 2. marts 2017. Der er endnu ikke fundet et egnet lokale, hvor mændene kan mødes fast, og de bruger derfor indtil videre Ringsted Kulturhus og naturen som mødested.

Budget:	33.000 kr.
Projektperiode:	01.09.16-02.03.17
Formål:	At forebygge sygdom og fremme trivsel hos mænd gennem fokus på fællesskaber.
Projekt mål:	At opstarte Mænds Mødesteder i Ringsted Kommune.
Status på aktiviteter:	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Informationsmøde for interesserede mænd:</u> Informationsmødet blev afholdt d. 29. november 2016. Oplæg v/ Mie Møller, projektleder for Mænds Mødesteder Danmark, Svend Aage Madsen, chefspsykolog og formand for Selskab for Mænds Sundhed og Per Jensen, formand for Mænds Mødested Stevns. 33 mænd deltog. • <u>Rekruttering af deltagere:</u> Rekruttering er sket via annoncering i lokalavisen og Facebook, flyers, plakater og gennem samarbejde med bl.a. fagforeninger. Artikel i Dagbladet d. 26. og d. 30. november 2016. Derudover har mændene selv rekrutteret venner og bekendte. • <u>Opstartsmøder og aktiviteter:</u> Mænds Mødesteder Ringsted har i alt afholdt syv møder siden informationsmødet i november. Møderne har både involveret sociale aktiviteter og planlægning af stiftende generalforsamling d. 2. marts 2017. Projektleder har i projektperioden supporteret Mænds Mødesteder Ringsted med at blive selvkørende, f.eks. som forening og med at finde blivende lokaler. • <u>Finde lokale:</u> Der er endnu ikke fundet et egnet lokale, som Mænds Mødesteder Ringsted kan benytte. Mændene bruger derfor Ringsted Kulturhus og naturen som mødested. Vej- og Ejendomscentret er inddraget i arbejdet med at finde et egnet lokale til Mænds Mødesteder. • <u>Opstart af forening:</u> Mænds Mødesteder Ringsted afholder stiftende generalforsamling 2. marts 2017.

4. Målgruppebaserede rygestopkurser

Resumé:

Målgruppebaserede rygestopkurser består af tre delprojekter, der alle har til formål at udvikle og afprøve rygestoptilbud til målgrupper med en høj andel af rygere samt tilbud om gratis nikotinsubstitution i forbindelse med rygestop.

Delprojekt 1 er et rygestoptilbud med tilbud om gratis nikotinsubstitution til borgere, som er tilknyttet Ringsted Jobcenter. Frontpersonalet i Arbejdsmarkedscentret er i projektperioden blevet uddannet i metoden "Very Brief Advice", som er en enkelt metode til at henvise borgere til sundhedstilbud.

Frontpersonalet har derefter rekrutteret 10 borgere til rygestoptilbuddet, som forløb i perioden 2. januar – 22. februar 2017.

Delprojekt 2 går ud på at etablere et rygestoptilbud til en gruppe af unge med høj rygefrekvens. Der er etableret samarbejde med Ringsted Produktionshøjskole omkring opstart af rygestopkursus for unge på Produktionshøjskolen i maj 2017.

Delprojekt 3 indebærer, at alle borgere i Ringsted Kommunes almindelige rygestopforløb har fået tilbud om gratis nikotinerstatning i 2. halvår af 2016. I alt 30 borgere i almindelig rygestopforløb har modtaget gratis nikotinerstatning i 2016.

Budget:	146.000 kr.
Projektperiode:	31.08.16-30.06.17
Formål:	At opnå flere røgfri borgere i Ringsted Kommune.
Projektmål:	At udvikle og afprøve nye målgruppebaserede rygestoptilbud i projektperioden.
Status på aktiviteter:	<p>Delprojekt 1: Rygestop til borgere rekrutteret via frontpersonalet på Jobcentret</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Uddannelse af frontpersonale i VBA:</u> Der er afholdt 2 kurser á 2 timers varighed i VBA-metoden. Kurset er afholdt af KOL-Kompetencecenter. I alt 24 medarbejdere i Ringsted Kommune har deltaget i kurset. Heraf 13 fra Arbejdsmarkedscentret og 11 fra Social- og Sundhedscentret. • <u>Rekruttering af deltagere på Jobcenter til rygestophold:</u> Der blev i alt rekrutteret 10 deltagere fra Ringsted Jobcenter. • <u>Afholdelse af rygestopkursus:</u> Kurset er forløbet fra 2. januar – 22. februar 2017. Delprojektet evalueres pt. <p>Delprojekt 2: Rygestop til unge på Produktionshøjskolen</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Uddannelse af rygestopinstruktør for unge:</u> To lærere fra Ringsted Produktionshøjskole uddannes til rygestopinstruktører for unge hos Kræftens Bekæmpelse i april 2017. • <u>Rekruttering af elever på Produktionshøjskolen:</u> Der planlægges et event i starten af maj, der skal motivere eleverne til at deltage i rygestopkursus. • <u>Afholdelse af rygestopkursus for unge:</u> Maj-juni 2017.

	<p>Delprojekt 3: Udlevering af gratis nikotinsubstitution til deltagere i almindelige rygestopforløb 2. halvår 2016</p> <ul style="list-style-type: none">• <u>Information om tilbud om gratis nikotinsubstitution til rygestoppere i 2016:</u> Informationsindsats i august 2016. Annoncering i Lokalbladet, informationsbrev til almen praksis og opdatering af rygestopbrochure med information om gratis nikotinerstatning.• <u>Udlevering af gratis nikotinsubstitution:</u> I alt 30 borgere i almindelige rygestopforløb har taget imod tilbud om gratis nikotinerstatning. 23 borgere har gennemført forløbet. 100 % af de borgere, der gennemførte, var røgfrie ved holdafslutning og afslutning af individuelt forløb. Delprojektet evalueres pt.
--	---

5. Gruppeforløb for forældre med efterfødselsreaktion

Resumé:

Formålet med projektet er at udvikle et koncept for efterfødselsgrupper i Ringsted Kommune. Målgruppen er forældre til nyfødte, som viser tegn på efterfødselsreaktion. Tilbuddet er et gratis supplement og/eller alternativ til medicinsk behandling og psykologhjælp for egen regning. Sundhedstjenesten har på baggrund af nyeste viden om efterfødselsreaktioner udviklet et holdtilbud for forældre med efterfødselsreaktion. Endvidere har Sundhedstjenesten udarbejdet informationsmateriale, som udleveres til forældre og samarbejdspartnere i rekrutteringsperioden. Der er planlagt to gruppeforløb i foråret 2017.

Budget:	51.500 kr.
Projektperiode:	01.08.16-31.08.17
Formål:	At etablere et gruppetilbud i kommunalt regi til forældre med efterfødselsreaktion.
Projektmål:	At udvikle et koncept for efterfødselsgruppe i Ringsted Kommune og gennemføre to gruppeforløb.
Status på aktiviteter:	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Udarbejdelse af koncept:</u> Projektgruppen har i løbet af efteråret arbejdet med indhentning og koordinering af viden og udviklet rammer og indhold for tilbuddet. • <u>Udviklingen af pjece:</u> Der er udviklet en pjece, som sundhedsplejerskerne uddeler til aktuelle deltagere i gruppeforløbet og til relevante samarbejdspartnere. • <u>Rekruttering af forældre:</u> Sundhedsplejerskerne screener ved 2-måneders besøget alle forældre for efterfødselsreaktion ved hjælp af hhv. Edinburgh- og Gotland-skalaen. Forældre med tegn på efterfødselsreaktion bliver tilbudt at deltage i et gruppeforløb. Hvis sundhedsplejerskerne oplever tegn på efterfødselsreaktion før 2-måneders besøget, orienterer de ligeledes familien om tilbuddet. • <u>Afholdelse af to gruppeforløb:</u> Planlagt forår 2017.

6. Fiskedag på folkeskolerne

Resumé:

Projekt Fiskedag på folkeskolerne planlægges og gennemføres i samarbejde med Madkulturen Roskilde, som er en selvejende institution under Miljø- og Fødevarerministeriet. Fiskedag på folkeskolerne vil finde sted i maj 2017. Målgruppen er de elever på Ringsted Kommunes folkeskoler, der har madkundskab i perioden. Undervisningen tilrettelægges og varetages af en kok fra Madkulturen med aktiv deltagelse af madkundskabslærerne. Hver fiskedag kommer til at forløbe over 3 x 45 min. Her skal eleverne lære om fisk og deres næringsstoffer samt lære at partere og tilberede fisk på en nem måde. Efterfølgende får eleverne til opgave at lave en fiskeret hjemme, som skal dokumenteres med billeder eller video via mobil.

Budget:	117.500 kr.
Projektperiode:	01.10.16-31.07.17
Formål:	At de underviste elever får mere viden om fisk og motiveres til at nedbryde eventuelle barrierer om at tilberede og spise fisk
Projekt mål:	At alle de klasser i Ringsted Kommunes folkeskoler, der har madkundskab i maj 2017, afholder en fiskedag sammen med Madkulturen. At alle eleverne lærer at smage fisk, lærer om omega 3 fedtsyrer, lærer at partere en fisk og afprøver en fiskeopskrift hjemme.
Status på aktiviteter:	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Planlægning af forløbet:</u> Forløbet er planlagt med Sundhedsteamet som tovholder i samarbejde med Skolecenter, Teknik- og Miljøcentret og Madkulturen. • <u>Information til skolerne:</u> Der er udsendt e-mails med information om tilbuddet og tilmelding til skolerne. • <u>Afholdelse af Fiskedag på folkeskolerne i maj:</u> 3 x 45 min. lektion om fisk med kok fra Madkulturen og madkundskabslærer. Der er i alt syv tilmeldte skoler – herunder 19 hold.

7. Uddannelse af undervisere til "Lær at tackle angst og depression"

Resumé:

"Lær at tackle angst og depression" er et gratis kursusforløb for borgere med tegn på angst og/eller depression. Underviserne på kurset er borgere, som selv har haft angst og/eller depression tæt inde på livet, og som er uddannet i at undervise i konceptet hos Komiteen for Sundhedsoplysning. Formålet med projektet er at udvide Ringsted Kommunes underviserkorps. Der er i projektet uddannet to undervisere, som fremadrettet kan undervise på "Lær at tackle angst og depression".

Budget:	28.000 kr.
Projektperiode:	01.09.16-01.01.17
Formål:	At udvide Ringsted Kommunes underviserkorps i "Lær at tackle"-konceptet.
Projektmål:	At uddanne to frivillige i "Lær at tackle angst og depression".
Status på aktiviteter:	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Uddannelse af to frivillige hos Komiteen for Sundhedsoplysning og Sundhedsstyrelsen:</u> Der er uddannet to nye undervisere i efteråret 2016.

8. "Lær at tackle angst og depression" med Bydelsmødrene

Resumé:

"Lær at tackle angst og depression" er et gratis kursusforløb for borgere med tegn på angst og/eller depression. Underviserne på kurset er borgere, som selv har haft angst og/eller depression tæt inde på livet, og som er uddannet i at undervise i konceptet hos Komiteen for Sundhedsoplysning. Bydelsmødrene er en frivillig forening, der hjælper kvinder med anden etnisk baggrund til bedre integration i lokalsamfundet. To bydelsmødre har gennemført uddannelsen som underviser i "Lær at tackle angst og depression". De har efterfølgende afholdt et kursus for ni kvinder med anden etnisk baggrund end dansk.

Budget:	64.000 kr.
Projektperiode:	01.09.16-31.03.17
Formål:	At skabe meningsfulde mestringstilbud til sårbare kvinder med angst og depression og med anden etnisk baggrund end dansk.
Projekt mål:	Uddannelse af to Bydelsmødre og afholdelse af ét kursusforløb for 8-10 kvinder med anden etnisk baggrund end dansk.
Status på aktiviteter:	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Uddannelse af Bydelsmødre:</u> To bydelsmødre har gennemført kurset "Lær at tackle angst og depression" hos Komiteen for Sundhedsoplysning i efteråret 2016. • <u>Rekruttering af deltagere til "Lær at tackle angst og depression med Bydelsmødrene":</u> Udover plakater samt annoncering i digitale og trykte medier har projektleder og Bydelsmødrene været på besøg hos flere etniske foreninger for at fortælle om tilbuddet. Derudover har Lær dansk Integrationsnet under Dansk Flygtningehjælp videreformidlet information om tilbuddet. • <u>Afholdelse af kurset "Lær at tackle angst og depression med Bydelsmødrene":</u> Kurset forløb fra 8. december 2016 til og d. 9. februar 2017 med ni tilmeldte kvinder på holdet. Projektet evalueres pt.

Sundhedsteamet den 20. februar 2016