

## Evaluering af projekter i Forebyggelsespulje 2016

### Indhold

1. Aktive mænd med kronisk sygdom .....	2
2. Fodboldfitness .....	4
3. Mænds Mødesteder .....	5
4. Målgruppebaserede rygestopkurser .....	7
5. Gruppeforløb for forældre med efterfødselsreaktion.....	9
6. Fiskedag på folkeskolerne.....	10
7. "Lær at tackle angst og depression" med Bydelsmødrene.....	11
8. Uddannelse af undervisere til "Lær at tackle angst og depression" .....	12

## 1. Aktive mænd med kronisk sygdom

<b>Projektbeskrivelse:</b>	Projekt "Aktive mænd med kronisk sygdom" er et TrygFonden-støttet projekt, der har til formål at støtte mænd med kronisk sygdom i at være mere fysisk aktive i hverdagen. Projektet indebærer etablering af et motionshold, hvor deltagerne gennem ugentlig træning bliver introduceret til de mange muligheder, der er for at være fysisk aktiv i Ringsted Kommune. Træningen foregår både inde og ude - og deltagerne får mulighed for at afprøve forskellige aktiviteter i foreningslivet.
<b>Budget:</b>	50.000 kr. fra forebyggelsespuljen + 286.000 fra TrygFonden
<b>Projektperiode:</b>	01.10.16-31.10.17
<b>Formål:</b>	At støtte mænd med kronisk sygdom i at være fysisk aktive i hverdagen
<b>Projektmål:</b>	Deltagerne i projektforsløbet etablerer og fastholder holdbare motionsvaner i hverdagen. Succeskriterier: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ca. 75 % af deltagerne i projektforsløbet opnår et højere aktivitetsniveau end ved start</li> <li>• Ca. 50 % af deltagerne er medlem af en forening ved projektets afslutning.</li> </ul>
<b>Evaluering/ midtvejsevaluering:</b>	<p>Motionsholdet blev afsluttet 25. september 2017. 14 ud af 21 deltagere har gennemført forløbet. Frafaldet har hovedsageligt skyldtes forværring af sygdom.</p> <p>Motionsvejlederen har i projektperioden arbejdet systematisk med at grundlægge fundamentet for et træningsfællesskab mellem deltagerne. Motionsvejlederen har introduceret deltagerne til aktiviteter i uderummet og i foreningslivet, som de kan fortsætte med sammen i større og mindre grupper. Samtlige deltagere er blevet inviteret med i foreningen "Mænds Mødesteder Ringsted", der fremadrettet kan fungere som samlingspunkt for fælles aktiviteter hver uge.</p> <p>Knap 60 % af deltagerne har opnået et højere aktivitetsniveau end ved start, og 70 % er blevet medlem af en forening (30 % var medlem ved projektstart). Procenterne er beregnet ud fra antallet af gennemførte forløb. Resultaterne uddybes i evalueringsrapporten, der forventes færdig november 2017.</p>
<b>Forankring:</b>	<p>Flere af deltagerne har valgt at fortsætte med at mødes i Mænds Mødesteder Ringsted. Der er udpeget en kontaktperson i Sundhedsteamet, som deltagerne kan kontakte, og som i løbet af de næste seks måneder følger op på mændenes aktiviteter.</p> <p>Der er i projektperioden etableret kontakt til mange foreninger og tilbud i Ringsted Kommune. Der er indgået skriftligt aftale om fortsat samarbejde med flere foreninger.</p> <p>Muligheden for at implementere en indsat for mænd med kronisk sygdom i foreningsregi er undersøgt gennem udsendelse af brev til diverse foreninger. Der har været interesse for projektet, men ikke ressourcer til at etablere et specifikt hold uden midler. Der er ligeledes taget kontakt til en række private</p>

	<p>aktører (træningscentre, privat fysioterapi mm). Der er allerede mange tilbud, der matcher målgruppen hos de private aktører. Disse tilbud er ikke gratis. Der er indgået aftale om, at Sundhed og Træning kan orientere borgere om tilbud i såvel foreningsliv som private aktører med henblik på at fremme brobygningen mellem forebyggelses- og rehabiliteringstilbud og øvrige tilbud.</p>
<p><b>Links til omtale i medierne:</b></p>	<p>Lokalbladet d. 8. november 2016:  <a href="http://www.e-pages.dk/lokalbladet_ringsted_dk/256/20">http://www.e-pages.dk/lokalbladet_ringsted_dk/256/20</a></p> <p>Dit-Ringsted, 9. november:  <a href="http://dit-ringsted.dk/2016/11/donation-fra-trygfonden/">http://dit-ringsted.dk/2016/11/donation-fra-trygfonden/</a></p> <p>Dit-Ringsted.dk d. 13. november 2016:  <a href="https://dit-ringsted.dk/2016/11/donation-kronisk-syge-maend/">https://dit-ringsted.dk/2016/11/donation-kronisk-syge-maend/</a></p> <p>TV 2 Øst d.13. november:  <a href="http://www.tveast.dk/nyheder/13-11-2016/1930/maend-skal-bevaege-sig?autoplay=1#player">http://www.tveast.dk/nyheder/13-11-2016/1930/maend-skal-bevaege-sig?autoplay=1#player</a></p> <p>TV 2 Øst d. 13. november:  <a href="http://www.tveast.dk/artikel/hop-spring-loeb-maend-skal-bevaege-sig-mere">http://www.tveast.dk/artikel/hop-spring-loeb-maend-skal-bevaege-sig-mere</a></p> <p>TV Midtsjælland, 13. november:  <a href="http://tv-midtsjaelland.dk/?poditemid=39749&amp;tagsid=1978&amp;soegeord=">http://tv-midtsjaelland.dk/?poditemid=39749&amp;tagsid=1978&amp;soegeord=</a></p> <p>SN.dk d. 14. november 2016:  <a href="http://sn.dk/Ringsted/Billeder-Smuk-loebetur-i-novembersol/artikel/613990">http://sn.dk/Ringsted/Billeder-Smuk-loebetur-i-novembersol/artikel/613990</a></p> <p>TV ØST d. 1. maj 2017, ca. 14 min. inde i programmet:  <a href="https://www.tveast.dk/en-god-start/en-god-start-bevaegelse-og-rodbede-muffins?autoplay=1#player">https://www.tveast.dk/en-god-start/en-god-start-bevaegelse-og-rodbede-muffins?autoplay=1#player</a></p> <p>TV-Midtsjælland, 26. september 2017: <a href="http://tv-midtsjaelland.dk/?newsid=8156">http://tv-midtsjaelland.dk/?newsid=8156</a></p> <p>Ringsted Kommunes Facebook-side 26. september 2017</p> <p>Dagbladet, 26. september 2017: <a href="http://sn.dk/Ringsted/Forebyggelse-paa-den-fede-maade/artikel/686294">http://sn.dk/Ringsted/Forebyggelse-paa-den-fede-maade/artikel/686294</a></p> <p>Projektet er desuden blevet omtalt i DR P4 Sjælland Nyheder, 12. november.</p>

## 2. Fodboldfitness

<b>Projektbeskrivelse:</b>	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 Dansk Boldspil-Union, Ringsted Idrætsforening og Ringsted Kommune. Målgruppen er motionsuvante mænd og kvinder over 50 år.
<b>Budget:</b>	10.000 kr. fra forebyggelsespulje 2016 + 25.000,- fra DBU (heraf 15.000 til video)
<b>Projektperiode:</b>	01.08.16-31.10.17
<b>Formål:</b>	At flere motionsuvante dyrker mere motion, som øger deres fysiske, psykiske og mentale velvære/trivsel
<b>Projektmål:</b>	Målet er at ca. 10 motionsuvante borgere møder op til træning ugentligt
<b>Evaluering:</b>	<p>Evalueringen er under udarbejdelse.</p> <p>Projekt "Fodboldfitness" har i projektperioden skiftet navn til "Motionsfodbold" for at ramme en bredere målgruppe. Projektet afsluttes d. 31. oktober 2017.</p> <p>"Motionsfodbold" er et gratis tilbud, der i perioden har foregået hver mandag kl 9:00-10:00 i perioden 20. marts - 9. oktober 2017.</p> <p>Det var i starten en udfordring at rekruttere nok borgere til træningen, men der er lykket at samle omkring 10 borgere. De borgere, som kommer fast på holdet, giver udtryk for stort tilfredshed med tilbuddet. Fodboldinterventionen fungerer optimalt og passer funktionsmæssig til de borgere, som træner.</p>
<b>Forankring:</b>	Der er en dialog imellem samarbejdspartnerne om muligheder for forankring.
<b>Links til omtale i medierne:</b>	<p>Sn.dk d. 30. marts 2017:  <a href="http://sn.dk/Ringsted/Modne-borgere-skal-lokkes-paa-graes/artikel/645144">http://sn.dk/Ringsted/Modne-borgere-skal-lokkes-paa-graes/artikel/645144</a></p> <p>Dagbladet d. 22. maj 2017:  <a href="https://web.retriever-info.com/go/?s=35018&amp;x=99b19a75ed3f9d136ee57cbb66f7a204&amp;d=03501820170519wvzEu09YSyKW1fWS4OW3FA&amp;sa=2029129&amp;a=56379&amp;p=888153">https://web.retriever-info.com/go/?s=35018&amp;x=99b19a75ed3f9d136ee57cbb66f7a204&amp;d=03501820170519wvzEu09YSyKW1fWS4OW3FA&amp;sa=2029129&amp;a=56379&amp;p=888153</a></p>

### 3. Mænds Mødesteder

<b>Projektbeskrivelse:</b>	<p>Mænds Mødesteder er et ikke-kommercielt koncept, der har til formål <b>er</b> at skabe trygge og venlige miljøer, hvor mænd kan være sammen om meningsfulde projekter i deres eget tempo og i selskab med andre mænd.</p> <p>I 2016 var der i alt 14 Mænds Mødesteder rundt omkring i landet. Mænds Mødesteder Ringsted blev således det 15. Mødested.</p> <p>Sundhedsteamet i Ringsted Kommune har i projektperioden faciliteret opstarten af Mænds Mødesteder Ringsted samt hjulpet med at finde egnede lokaler. Målet var, at Mænds Mødesteder Ringsted efter projektafslutning skulle være en selvorganiseret gruppe evt. som forening.</p>
<b>Budget:</b>	33.000 kr.
<b>Projektperiode:</b>	01.09.16-02.03.17
<b>Formål:</b>	At forebygge sygdom og fremme trivsel hos mænd gennem fokus på fællesskaber
<b>Projekt mål:</b>	At opstarte Mænds Mødesteder i Ringsted Kommune
<b>Evaluering/ midtvejsevaluering:</b>	<p>Projektet er afsluttet, og Mænds Mødesteder Ringsted er nu en forening.</p> <p>Mænds Mødesteder Ringsted er åbent for alle mænd, der har interesse for at indgå i et fællesskab med andre. Der er åbent hus hver onsdag kl. 14.00-18.00. Der er et årligt medlemskabskontingent på 150 kr.</p> <p>Der er på nuværende tidspunkt 15 aktive medlemmer, og der er flere medlemmer på vej.</p> <p>Udover at mødes hver onsdag planlægger mændene forskellige aktiviteter og ture, og der holdes bestyrelsesmøder ca. en gang om måneden.</p> <p>Læs mere på Mænds Mødesteder Ringsteds hjemmeside <a href="http://www.maendsmoedesteder-ringsted.dk/">http://www.maendsmoedesteder-ringsted.dk/</a> og Facebook-siden Mænds Mødesteder Ringsted.</p> <p>Lidt om forløbet: Den 29. november 2016 blev der holdt informationsmøde om opstarten af Mænds Mødesteder Ringsted for alle interesserede mænd, hvor 33 mænd fra Ringsted mødte op.</p> <p>Efterfølgende blev gruppen etableret og ca. 10 engagerede mænd afholdt i løbet af vinteren 2017/2018 en række møder og arrangementer.</p> <p>Det har i perioden været en udfordring at finde egnede lokaler til Mænds Mødesteder, hvorfor de har mødtes forskellige steder i løbet af opstartsfasen. Foreningen har nu indgået kontrakt med Campusskolens ledelse om at bruge "Den røde Pavillon" som klubhus. Der var officiel åbning af klubhuset d. 17. maj 2017.</p> <p>Den stiftende generalforsamling blev afholdt d. 2. marts 2017 i Multisalen ved Ahorn Hallen, hvor 20 mænd deltog.</p>
<b>Forankring:</b>	Mænds Mødesteder har etableret sig som forening, og projektet er afsluttet.
<b>Links til omtale i medierne:</b>	<p>Dit-Ringsted d. 10. november 2016: <a href="https://dit-ringsted.dk/2016/11/maends-moedesteder-ringsted/">https://dit-ringsted.dk/2016/11/maends-moedesteder-ringsted/</a></p>

	<p>Lokalbladet Ringsted d. 22. november 2016:  <a href="http://www.e-pages.dk/lokalbladet_ringsted_dk/258/54">http://www.e-pages.dk/lokalbladet_ringsted_dk/258/54</a></p> <p>Dagbladet d. 26. november 2016:  <a href="http://web.retriever-info.com/go/?u=http%3A%2F%2Fweb.retriever-info.com%2Fservices%2Fmonitor%2FdisplayPDF&amp;a=56379&amp;d=035018201611261ELg2z08QZCV4R4cW7KXeA&amp;sa=2029129&amp;x=aa84783c0f294c25f8eba5a2a6509417&amp;s=35018&amp;pp=%5b8%5d&amp;x2=18e7ee1ca1dcc13a9becb1690b54e65b&amp;pu=https%3A%2F%2Fwww.retriever-info.com%2FproxyTest%2F%3Fid%3D0350182016112609WkqM1K7wcA4h18VY0IFlxT000401010800%26x%3D14fe7a4eeda0e34c965ab88ed2118679">http://web.retriever-info.com/go/?u=http%3A%2F%2Fweb.retriever-info.com%2Fservices%2Fmonitor%2FdisplayPDF&amp;a=56379&amp;d=035018201611261ELg2z08QZCV4R4cW7KXeA&amp;sa=2029129&amp;x=aa84783c0f294c25f8eba5a2a6509417&amp;s=35018&amp;pp=%5b8%5d&amp;x2=18e7ee1ca1dcc13a9becb1690b54e65b&amp;pu=https%3A%2F%2Fwww.retriever-info.com%2FproxyTest%2F%3Fid%3D0350182016112609WkqM1K7wcA4h18VY0IFlxT000401010800%26x%3D14fe7a4eeda0e34c965ab88ed2118679</a></p> <p>Ringsted Netavis d. 12. maj 2017:  <a href="http://ringsted.netavis.nu/maends-moedesteder-faar-eget-klubhus/">http://ringsted.netavis.nu/maends-moedesteder-faar-eget-klubhus/</a></p> <p>TV Midtjylland d. 17. maj 2017:  <a href="http://tv-midtsjaelland.dk/?newsid=7040">http://tv-midtsjaelland.dk/?newsid=7040</a></p> <p>TV Øst d. 17. maj 2017:  <a href="https://www.tveast.dk/nyheder/17-05-2017/1930/maends-modested-i-ringsted?autoplay=1#player">https://www.tveast.dk/nyheder/17-05-2017/1930/maends-modested-i-ringsted?autoplay=1#player</a></p> <p>Dagbladet d. 18. maj 2017:  <a href="http://web.retriever-info.com/go/?u=http%3A%2F%2Fweb.retriever-info.com%2Fservices%2Fmonitor%2FdisplayPDF&amp;a=56379&amp;d=035018201705180s1yMaKCRbimsXWKdGCX3A&amp;sa=2029129&amp;x=dc217c3e0a0ad116b7664c4e7678d214&amp;s=35018&amp;pp=[2]&amp;x2=b7ec89f3c875da71fb14f66bb69ca89a&amp;pu=https%3A%2F%2Fwww.retriever-info.com%2FproxyTest%2F%3Fid%3D035018201705181xYxgL3DcQdN2hyW5A4BOFRy000401010200%26x%3Dfa846e56d49937c66482cf1cf7f4f690">http://web.retriever-info.com/go/?u=http%3A%2F%2Fweb.retriever-info.com%2Fservices%2Fmonitor%2FdisplayPDF&amp;a=56379&amp;d=035018201705180s1yMaKCRbimsXWKdGCX3A&amp;sa=2029129&amp;x=dc217c3e0a0ad116b7664c4e7678d214&amp;s=35018&amp;pp=[2]&amp;x2=b7ec89f3c875da71fb14f66bb69ca89a&amp;pu=https%3A%2F%2Fwww.retriever-info.com%2FproxyTest%2F%3Fid%3D035018201705181xYxgL3DcQdN2hyW5A4BOFRy000401010200%26x%3Dfa846e56d49937c66482cf1cf7f4f690</a></p> <p>Projektet er desuden blevet omtalt i P4 eftermiddag d. 15. maj 2017.</p>
--	---

#### 4. Målgruppebaserede rygestopkurser

<b>Projektbeskrivelse:</b>	Projektet "Målgruppebaserede rygestopkurser" består af tre delprojekter, der alle
----------------------------	---

	<p>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.</p> <p><u>Delprojekt 1</u> er et rygestoptilbud med tilbud om motion og 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.</p> <p><u>Delprojekt 2</u> 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.</p> <p><u>Delprojekt 3</u> 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.</p>
<b>Budget:</b>	146.000 kr.
<b>Projektperiode:</b>	31.08.16-30.06.17
<b>Formål:</b>	At opnå flere røgfri borgere i Ringsted Kommune
<b>Projektmål:</b>	At udvikle og afprøve nye målgruppebaserede rygestoptilbud i projektperioden
<b>Evaluerings/ midtvejsevaluering:</b>	<p>Delprojekt 1 er afsluttet. 13 medarbejdere blev i november 2016 uddannet i metoden "Very Brief Advice" med henblik på at rekruttere borgere til tilbuddet. I alt 10 borgere var tilmeldt rygestoptilbud, som forløb i perioden 2. januar – 22. februar 2017.</p> <p>Kurset er blevet evalueret gennem en telefonrundspørge blandt borgerne og en skriftlig evaluering blandt sagsbehandlere. Samtlige af de adspurgte borgere tilkendegav, at de gerne ville have gennemført. Årsagerne til frafald skyldtes hovedsageligt personlige og sociale problemer. Enkelte borgere efterspurgte en højere grad af fleksibilitet i forhold til fravær.</p> <p>Sagsbehandlernes svar i evalueringen viser, at alle anvendte metoden "Very Brief Advice" i praksis og finder den relevant og anvendelig. De oplevede, at de borgere de henviste, var glade for tilbuddet, men havde udfordringerne med at gennemføre.</p> <p>Delprojekt 2 er gennemført. 18 elever fra Ringsted Produktionshøjskole har deltaget i rygestopforløb med løbende optag. Rygestopforløbet er blevet varetaget af to lærere, der i projektperioden er blevet uddannet som rygestopinstruktører hos Kræftens Bekæmpelse. Sundhedsteamet besøgte d. 3. maj 2017 Produktionshøjskolen, hvor eleverne kunne få lavet kuliitemåling, tale med sundhedspersonale om rygestop og høre om muligheden for at komme på rygestopkursus i undervisningstiden. Kurset startede d. 10. maj og blev afsluttet 28. juni 2017. Elever over 18 år har fået tilbud om gratis nikotinsubstitution efter behov. Alle er blevet tilbudt en opfølgende kuliitemåling.</p> <p>Da forløbet blev afsluttet, var tre elever blevet røgfri. En stor gruppe havde nedsat deres forbrug af tobak betydeligt, fx ved at ryge færre cigaretter pr. dag. Eleverne syntes, at det var svært at stoppe med at ryge. Især rygeskuret har været årsag til at man er faldet i. De elever, der er stoppet/har skåret ned, kan mærke fysiske ændringer i deres krop. Bedre vejrtrækning, bedre kondi, mere friske.</p> <p>Delprojekt 3 er afsluttet. I alt 22 borgere startede på rygestopforløb på hold med</p>

	<p>tilbud om gratis nikotinerstatning. 17 borgere har gennemført. 100 % var røgfrie ved holdafslutning. I alt 8 borgere startede på et individuelt rygestopforløb med tilbud om gratis nikotinerstatning. 6 borgere gennemførte. 100 % af de, der gennemførte blev røgfrie.</p> <p>Til sammenligning var 85,7 % blevet røgfrie ved kursets afslutning på Ringsted Kommunes almindelige rygestopforløb uden tilbud om gratis nikotinerstatning i 2015 (Indikatorrapport Ringsted 2015).</p> <p>Formålet med projekterne er på nuværende tidspunkt indfriet. Særligt udlevering af gratis nikotinerstatning på almindelige forløb har understøttet målsætningen om flere røgfri borgere i Ringsted Kommune. Der har været udfordringer i forhold til fastholdelse i delprojekt 1. Det anbefales derfor, at man på et evt. fremtidigt kursus i endnu højere grad arbejder med fastholdelse.</p>
<b>Forankring:</b>	<p><u>Delprojekt 1:</u> Ønsker Ringsted Kommune at tilbyde et nyt kursus for borgere tilknyttet Jobcentret, anbefales det at arbejde med fastholdelse. Ønsker man at tilbyde rygestopkurser for unge på andre uddannelsesinstitutioner, anbefales det først at gå i dialog med skolernes ledelse omkring, hvorvidt det har interesse, da lokal ledelsesmæssig opbakning er nødvendig. Det koster ca. 11.000 kr. pr hold + annoncering. Det koster ca. 1600 pr. borger at udlevere gratis nikotinerstatning. Det koster ca. 4.400 at uddanne en instruktør.</p> <p><u>Delprojekt 2:</u> Ringsted Produktionshøjskole har planer om at omdanne rygeskuret til et knallertskur, således at rygning foregår uden tag over hovedet. Derudover vil skolen fortsat tilbyde rygestopforløb ved de to lærere, som er blevet uddannet rygestopinstruktører.</p> <p><u>Delprojekt 3:</u> Der arbejdes i øjeblikket med en plan for udlevering af vederlagsfri rygestopmedicin gennem bloktilskud i 2018-2019.</p>
<b>Links til omtale i medierne:</b>	

## 5. Gruppeforløb for forældre med efterfødselsreaktion

<b>Projektbeskrivelse:</b>	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.
<b>Budget:</b>	51.500 kr.
<b>Projektperiode:</b>	01.08.16-31.10.17
<b>Formål:</b>	At etablere et gruppetilbud i kommunalt regi til forældre med efterfødselsreaktion
<b>Projekt mål:</b>	At udvikle et koncept for efterfødselsgruppe i Ringsted Kommune og gennemføre to gruppeforløb
<b>Evaluering/ midtvejsevaluering:</b>	<p>Sundhedstjenesten har med sparring fra Gaia Instituttet udviklet et holdtilbud for forældre med efterfødselsreaktion. Sundhedstjenesten har udarbejdet informationsmateriale, der udleveres til forældre, der er i målgruppen. Der er planlagt to holdforløb i projektperioden.</p> <p>Første hold er afsluttet med gode tilbagemeldinger fra undervisere og deltagere. Deltagerne har valgt at fortsætte i det netværk som er skabt i gruppeforløbet. Andet gruppeforløb er startet i efteråret 2017.</p> <p>Der er god opbakning til tilbuddet fra den samlede sundhedsplejerskegruppe, og de praktiserende læger er informeret om - og har vist interesse for tilbuddet.</p> <p>Det har været en udfordring at samle en gruppe, hvor alle deltagere oplever et behov for hjælp og støtte på samme tidspunkt. Enkelte deltagere har måttet vente på, at der var nok tilmeldte til at starte gruppen.</p>
<b>Forankring:</b>	Fra 2018 er der afsat midler i sundhedstjenesten til at afholde 4 gruppeforløb årligt.
<b>Links til omtale i medierne:</b>	

## 6. Fiskedag på folkeskolerne

<b>Projektbeskrivelse:</b>	Forskning viser, at danske børn i gennemsnit kun spiser ca. 70 g fisk om ugen, svarende til kun 1/5 af det anbefalede, og at mindre end 10 % af børnene når op på anbefalingen på 350 g fisk om ugen. Med henblik på at få flere børn til at spise fisk, sætter Ringsted Kommune i maj 2017 fisk på skoleskemaet gennem undervisning i faget madkundskab på Ringsted Kommunes folkeskoler. Projektet skal bidrage til øge elevernes kendskab til fisk og nedbryde eventuelle barrierer gennem undervisning i, hvordan man fanger og tilbereder fisk. Madkulturen, som er en del af Miljø- og Fødevareministeriet, vil stå for undervisningen i samarbejde med madkundskabslærerne.
<b>Budget:</b>	117.500 kr.
<b>Projektperiode:</b>	01.10.16-31.07.17
<b>Formål:</b>	At de underviste elever får mere viden om fisk og motiveres til at nedbryde eventuelle barrierer om at tilberede og spise fisk
<b>Projekt mål:</b>	Afholdelse af fiskedag sammen med Madkulturen for de klasser i Ringsted Kommunes folkeskoler, der har madkundskab i maj 2017. At alle eleverne lærer at smage fisk, lærer om omega 3 fedtsyrer, lærer at partere en fisk og afprøver en fiskeopskrift hjemme.
<b>Evaluerings/ midtvejsevaluering:</b>	<p>Projektet er afsluttet. Leverancen fra Madkulturen er leveret i perioden 2. maj – 17. maj 2017. Der er planlagt evalueringsmøde med projektmedarbejder, projektleder og Madkulturen juni 2017. Størstedelen af madkundskabslærerne har deltaget i evalueringen, men svarprocenten i elevevalueringen er lav.</p> <p>310 elever deltog i "Fiskedag på skolerne", hvilket svarede til i alt 17 hold. Der var sat 3 x 45 min af til hvert hold. Herudover deltog 16 madkundskabslærere og hjælpere. Byskovskolen afd. Benløse, Nordbakkeskolen og Kildeskolen valgte ikke at være med til "Fiskedag på skolerne".</p> <p>Evalueringskema er udsendt via Kompetencecentret til elevernes intranet. Det var lærernes ansvar at bruge tid i den efterfølgende uge til at evaluere "fiskedagen" med eleverne ved at tage Ipads med til undervisningen. Der er desværre et meget lille svarresultat, og der kan derfor ikke trækkes statistik. De fleste lærere har tilbagemeldt, at de underviste elever har fået mere viden om fisk. De har prøvet at filetere og stege fisk. De er blevet undervist i omega 3 fedtsyrer, og hvordan det gavner kroppen. I forhold til opfyldelse af projekt mål, så har alle fået begge opskrifter med hjem, men ikke så mange har lavet retten derhjemme sammen med deres forældre. Nedenstående links viser, at der har været øget fokus på tilberedning af fisk i især uge 18.</p>
<b>Forankring:</b>	Projektet har vist, at elever med madkundskab generelt er meget interesseret i og nysgerrige på at spise og tilberede fisk. Alle madkundskabslærere har modtaget opskrifter, undervisningsprogram samt quiz om fisk, som de kan benytte i undervisningen fremover. Projektet er nu afsluttet.
<b>Links til omtale i medierne:</b>	<p>Dit-Ringsted 3. maj 2017  <a href="https://dit-ringsted.dk/2017/05/350-skoleboern-tilbereder-fisk/">https://dit-ringsted.dk/2017/05/350-skoleboern-tilbereder-fisk/</a></p> <p>Ringsted netavis 4. maj 2017:  <a href="http://ringsted.netavis.nu/350-skoleboern-laerer-spise-fisk/">http://ringsted.netavis.nu/350-skoleboern-laerer-spise-fisk/</a></p>

## 7. "Lær at tackle angst og depression" med Bydelsmødrene

<b>Projektbeskrivelse:</b>	Ved gennemførelse af projektet suppleres Ringsted Kommunes kursuskoncept "LÆR AT TACKLE angst og depression" med et kursus kun for kvinder med anden etnisk baggrund end dansk. Instruktørerne rekrutteres blandt Bydelsmødrene, som tilbydes instruktøruddannelsen på linje med kommunens øvrige instruktører. Bydelsmødrene er forankret lokalt. De kan skabe kontakt og etablere en tillidsfuld og ligeværdig samtale med målgruppen, bl.a. fordi de bor side om side med kvinderne, de taler mange forskellige sprog og mange af dem har erfaringer med at være ny i Danmark (ligemandsprincippet). Derudover har de kompetencerne og den motivation, der skal til for at gøre en forskel for sårbare kvinder.
<b>Budget:</b>	64.000
<b>Projektperiode:</b>	01.09.16-31.03.17
<b>Formål:</b>	At skabe meningsfulde mestringstilbud til sårbare kvinder med angst og depression og med anden etnisk baggrund end dansk
<b>Projektmål:</b>	Uddannelse af to Bydelsmødre og afholdelse af ét kursusforløb for 8-10 kvinder med anden etnisk baggrund end dansk
<b>Evaluerings/ midtvejsevaluering:</b>	<p>Projektet blev afsluttet i februar 2017.</p> <p>Der er i projektperioden udviklet og gennemført et mestringstilbud for kvinder med anden etnisk baggrund end dansk.</p> <p>De to Bydelsmødre blev uddannet i "Lær at tackle angst og depression" medio oktober 2016. Kurset "Lær at tackle angst og depression med Bydelsmødrene" forløb i perioden 8. december 2016 til 9. februar 2017.</p> <p>Begge instruktører har gennemført uddannelsen og vil fortsætte med at undervise kursister.</p> <p>Afholdelse/opstart af kurset blev rykket et par gange pga. manglende tilmeldinger. Det måtte derfor gøres en ekstra indsats for proaktiv rekruttering. Udfordringen skal ses i lyset af, at Bydelsmødrene som helt nystartet lokalforening, endnu ikke havde fået dannet lokale netværk.</p> <p>Det vurderes, at frafaldet af kursister skyldtes, at der var tale om en meget sårbar målgruppe. Der ligger et stort udviklingspotentiale i at opsøge og fastholde målgruppen. Det kræver tid, at skabe kontakt til lokale netværk og rekruttere kvinder med anden etnisk baggrund end dansk.</p> <p>Evaluering viser, at de kursister, som gennemførte, efter kurset oplever en bedre hverdag og højere livskvalitet. Kursisterne vil anbefale kurset til andre.</p>
<b>Forankring:</b>	Tilbuddet er forankret i Sundhedsteamet, hvor de to bydelsmødre nu indgår i det samlede instruktørkorps.
<b>Links til omtale i medierne:</b>	Dit-Ringsted, 19. november 2016 <a href="https://dit-ringsted.dk/2016/11/hjaelp-tackle-angst-depression/">https://dit-ringsted.dk/2016/11/hjaelp-tackle-angst-depression/</a>

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

<b>Projektbeskrivelse:</b>	Der uddannes to ekstra frivillige instruktører i "Lær at tackle angst og depression", hvilket skal bidrage til at sikre en mere sikker drift.
<b>Budget:</b>	28.000 kr.
<b>Projektperiode:</b>	01.09.16-01.01.17
<b>Formål:</b>	At udvide Ringsted Kommunes underviserkorps i "Lær at tackle"-konceptet
<b>Projektmål:</b>	At uddanne to frivillige i "Lær at tackle angst og depression"
<b>Evaluerings/ midtvejsevaluering:</b>	Projektet blev gennemført medio oktober 2016, hvor to frivillige instruktører blev uddannet i konceptet. Dermed er det eksisterende instruktørkorps på "Lær at tackle angst og depression" styrket.
<b>Forankring:</b>	De uddannede instruktører indgår nu i Ringsted Kommunes instruktørkorps.
<b>Links til omtale i medierne:</b>	Ingen omtale.

Sundhedsteamet/administrationen, senest opdateret d. 8. november 2017