



# Projekt Sund i Naturen

Referat fra arbejdsgruppemøde for fokuskommuner, 19. september 2019

Naturcenter Hindsgavl, Middelfart

## Tema for mødet:

- Inspiration og erfaringsudveksling
- Foreløbige evalueringsresultater

## Velkomst og præsentation af programmet

Ved mødet deltog 17 repræsentanter fra de 10 fokuskommuner: Fredensborg, Hjørring, Vejle, København, Vordingborg, Svendborg, Nordfyn, Vesthimmerland, Thisted og Tønder.

Christina bød velkommen til det sidste arbejdsgruppe møde i Sund i Naturen.

## Præsentation af Naturcenter Hindsgavl v. Rikke Vesterlund

Naturcentret er kommunalt ejet. Godkendte folkeoplysningsforeninger eller grupper med et tydeligt grønt formål har mulighed for booking af lokaler/faciliteter i naturcentret. Naturcentret benyttes blandt andet af en lokal cykelforening, orienteringsløberforening og Danmarks Naturfredningsforening. Der er ligeledes et stort samarbejde mellem naturcentret og kommunale sundhedstilbud. Der afholdes blandt andet kommunale rygestopkurser, indsatser for borgere med stress, depression, demens og diabetes. Borgerne, som deltager i disse kommunale sundhedsforløb, står selv for transporten til naturcentret. Dette plejer ikke at være et problem, der opfordres til samkørsel og der kører busser til naturcentret.

## Kort status fra projektet (v. Christina Bjørk Petersen)

- Friluftsrådet og projekt Sund i Naturen har indgået et samarbejde med Sund By Netværkets erfaringsdelingsportal, [sundeborgere.dk](http://sundeborgere.dk), men henblik på at oprette en underside for indsatser med natur og friluftsliv. Friluftsrådet laver et udkast til databasen og kontakter jer med henblik på at tjekke om at indsatserne er korrekt beskrevet. Det forventes at gå i luften fra 2020.
- På Sund i Naturen afslutningskonferencen d. 23. januar 2020 vil vi gerne have jer til at præsentere nogle af de indsatser, I har afprøvet. Mette eller Christina kontakter jer med nærmere information om dette.
- I bedes tjekke, at nedenstående oversigt over hvad vi har fået sat i gang af indsatser i Sund i Naturen er korrekte. Skriv til Christina, hvis I har rettelser.



## Implementeringen af indsatser i de 10 fokuskommuner

■ = afsluttet i 2018; ■ = forløb i foråret 2019; ■ = forløb efteråret 2019 ■ = planlagt men droppet inden implementering

Kommune	Målgruppe/indsatsområde				Antal indsatser/ projekter
	Børn med særlige behov	Kronikere (Kræft, Hjerter, diabetes, livsstil/overvægt)	Stress, angst og depression	Ældre ensomme	
Fredensborg	■	■	■		3
Hjørring		■	■ ■		3
København		■ ■	■		3
Nordfyn	■	■	■	■	3
Svendborg			■		1
Thisted	■*	■	■		3 (2)
Tønder	■		■		2 (1)
Vejle		■	■		2
Vesthimmerland	■**	■	■	■	4
Vordingborg		■ ■	■		3
<b>Total antal</b>	<b>3 (5)</b>	<b>10</b>	<b>10 (11)</b>	<b>1</b>	<b>27</b>



\*Forsøg opstart ad to omgange men droppet pga. manglende deltagere. Opstart udskudt og gennemfør sommer 2019 \* Unge udsatte ml 12 og 18 år (Nature Rangers)

Kommentar fra Thisted: Indsats for børn er gennemført og afsluttet op til sommerferien.

- Alle opfordres til at indsende **spørgeskemabesvarelser** – også fra dem, der kun har før-målinger, og hvor der ikke er foretaget efter-målinger. Af hensyn til databehandlingen skal vi have jeres spørgeskemaer **senest slut-november**, så hvis I har indsatser, der først afsluttes op til jul, må I nøjes med at sende os før-skemaerne, selvom vi ikke har mulighed for at nå at få efter-besvarelserne med.

### Natur og Friluftsliv i Sundhedsindsatsen – udvalgte resultater fra ny rapport (v. Astrid Ishøj, Videnskabelig assistent, SDU) (evt. udendørs)

Opsummering fra praksisrapport – overordnet tre positive resultater og tre udfordringer

#### Positive:

- Sundhedsindsatser med natur/friluftsliv er et frirum
- Naturen er ikke forudbestemt, den stiller ikke krav og ikke forventninger
- Naturen giver rum for nye samarbejdsformer – en god ramme for relationsdannelse

#### Udfordringer:

- Naturen er uforudsigelig, man kan ikke forvente at det planlagte program kan gennemføres
- Det kan være svært at overføre elementer fra forløbet til hverdagen
- Forløbene opleves som tids- og ressourcekrævende, mere logistik. Kræver gerne to medarbejder (optimalt, en naturfaglig og en sundhedsfaglig)



## SUND I NATUREN

### Inspiration og erfaringsudveksling på tværs (sundhedskonsulent Helle T. Frifeldt i Assens Kommune)

Assens Kommune: en kommune med meget natur og tæt til vand.

Et borgerrettet forløb med natur og friluftsliv for stressramte. Forløbet er en del af driften, og favner stressramte bredt set (sygemeldte, langtidssygemeldte, folk i arbejde, pensionister, førtidspensionister m.v.). Stresskursus har foregået 6-7 forskellige steder i kommunen i løbet af et forløb. Det har givet meget at vise områder frem, så de får viden om hvad man kan og må og hvordan.

Helle oplever, at de rekrutterer nogle andre borgere til tilbud i naturen i forhold til ikke natur-baserede indsatser. Fx har de samarbejdet med naturvejleder Christian Heller (ansat i Assens Kommune) om udviklingen af tilbud specifikt til mænd.

Rygestop i naturen: Naturfagligheden skal spille ind i sundheden, og ikke være afkoblet. Samspil i forløb mellem naturfaglighed og sundhedsfaglighed – samarbejde på tværs.

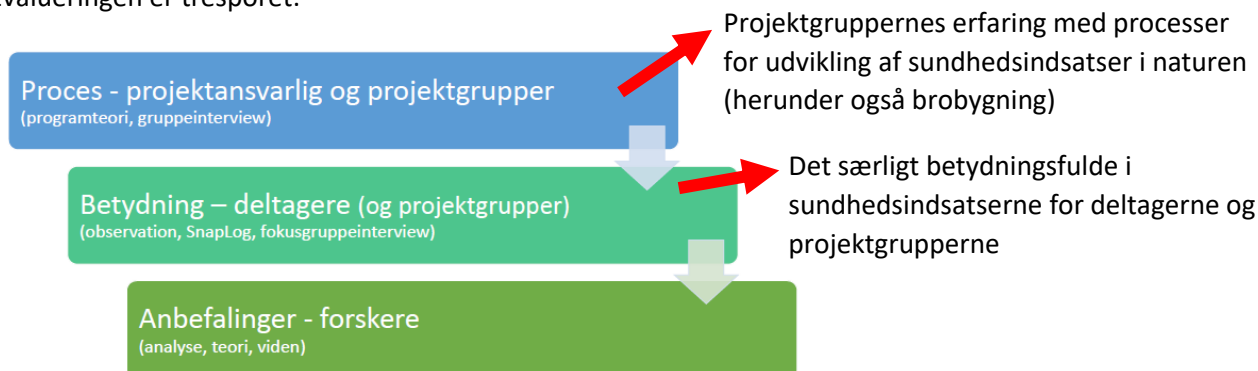
### Foreløbige evalueringresultater (v. Astrid Ishøi, SDU)

Efterspørgsel på viden – derfor evaluerer vi!

Det overordnede forskningsspørgsmål: *Hvordan kan friluftsliv integreres i kommunernes folkesundhedsindsats med fokus på specifikke sundhedsmæssige udfordringer og hvilken betydning har de kommunale sundhedsforløb med friluftsliv for de deltagende borgere?*

SDUs evaluering er kvalitativ: Hvad er det, der er værdifuldt? – både for deltagere og projektgrupper.

Evalueringen er tresporet:



Den kvantitativ del af evaluering (effekt og generalisering) vil blive foretaget af Friluftsrådet **..men!** stadig ikke statistisk signifikante målinger

### Input fra fokuskommunerne – kan de genkende sig selv i de foreløbige resultater?

Astrid gennemgik resultaterne og fik input fra kommunerne til tre af de seks temaer relateret til første del af evalueringen. Astrids slides med de foreløbige resultater er sendt til fokuskommunerne med tilføjelse af



## SUND I NATUREN

pointer til alle seks underkategorier. Hvis I har yderligere kommentarer til de foreløbige resultater, bedes I sende dem til Astrid ([aishoi@health.sdu.dk](mailto:aishoi@health.sdu.dk)) senest **d. 11. oktober**.

DEL 1: PROJEKTGRUPPERNES erfaring med processer for udvikling af sundhedsindsatser i naturen

1 – Organiseringen af sundhedsindsatserne

**2 – Rekruttering**

**3 – Internt og eksternt samarbejde**

**4 – Fastholdelse**

5 – Praktiske forhold og udfordringer

6 – Naturen som en aktiv medspiller

### Rekruttering

- Hjørring: Indsatserne er i arbejdsmarkedsforvaltningen og er for ledige borgere, der er derfor ingen rekruttering. Sagsbehandler henviser borgere (ikke frivilligt), de skal vælge mellem forløb som alle indeholder naturen. Evalueringsresultatet omhandlende skævvridning i rekruttering af deltagere til sundhedsforløb i naturen gør sig derfor ikke gældende her.
- Vordingborg: På patientskoler hvor naturen er en naturlig del af det, og har været det længe (også før Sund i Naturen) er skævvridningen ikke gældende.
- Rekruttering af børn i Thisted og Nordfyns Kommune: rekrutteringen er udfordret af interne organisatoriske udfordringer. Fredensborg kan genkende evalueringsresultatet, *”det er generelt en udfordring at rekruttere børn”*.
- Henvisning via jobcentret er stadig overrepræsenteret af kvinder.
- Rekruttering afhænger af synlighed (både indadtil og udadtil).
- Rene mandeforløb er nemmere at rekruttere mænd til end blandede forløb (eksempel fra Fredensborg, Rigtige Mænd i Naturen: trods ”kompliceret” tilmelding via e-boks og forsamtale mm. er der 30 tilmeldte mænd til det nye forløb.)

Opsamling: Det kan tyde på at der ikke er rekrutteringsudfordringer ved forløb baseret på henvisning – hvad enten det er fra læge eller jobcenter. Det er noget andet med ”åbne” forløb, hvor den kommunale medarbejder skal rekruttere til forløbet. Børnehold er udfordret af organisatoriske og logistiske rammer.

### Eksternt samarbejde

- Nordfyn: Inddragelse af forening er afhængig af den enkelte frivillige/forening – nogle vil sætte pris på at være inddraget fra starten og være med til at udvikle forløb, andre vil synes godt om at blive inddraget, når der er noget konkret at forholde sig til, og altså først blive inddraget når et forløb er fastlagt
- Nødvendigt at understøtte nogle netværk eller andre selvorganiserede fællesskaber, for det er ikke nødvendigvis muligt for nogle af målgrupperne bare at blive ”indsluset” i en eksisterende forening
- Tilbuddene til fortsættelse skal gerne ligne det forløb, de har deltaget i kommunen.



## SUND I NATUREN

- Følgende kommuner er lykkedes med at etablere samarbejde med foreninger: Vordingborg, Nordfyn, Svendborg, Fredensborg og Thisted.

Følgende foreninger er involveret i Fredensborg:

- Fredensborg atletikforening (trackfit)
- Dansk Vandrelaug
- Hjerteforeningen
- Bueskydningsforening
- Sportsfiskerforening
- Thai chi og QiGong

Thisted har etableret samarbejde med følgende:

- Gigtforeningen
- Lungeforeningen

### Fastholdelse:

- Deltageretableret forening i Svendborg (personafhængigt, to-tre ressourcestærke initiativtagere på forløbet)
- Fastholdelse er ikke kun et spørgsmål om at være medlem af en forening – kan også være selvorganiserede aktiviteter/netværk/fællesskaber. Der er behov for understøttelse af frivillignetværket
- Opsamlingsture – efter endt forløb afholdes fx en svampetur, hvor der er inviterede tidligere deltagere fra forløb (Vesthimmerland, aktiv i naturen, ældre, gæværter)
- Erfaringer fra Vordingborg viser, at løbende optagelse på sundhedsforløb har nogle kvaliteter ift. stabilitet. Derudover afholder de en månedlig natur-tur for tidligere deltagere på både kronikerhold, stress, angst og depression, rygestophold, på tværs af alle hold – typisk ml. 15-35 deltagere på disse ture.
- Erfaringer fra flere af kommunerne viser, at ved at få mere viden om hvad der er af natur i deres lokalområder og mere viden om den og inspiration til hvad man kan lave derude i sig selv også giver en form for fastholdelse i at være aktiv i naturen (på egen hånd eller med andre). Den øgede naturkompetence kan medføre, at borgerne fx tager ud med deres familier.

### **Kommentarer ift. at være en del af Sund i Naturen:**

- Sund i Naturen har været en form for legitimering i kommunen
- Det har været en mulighed for eksperimentering og få inspiration fra de andre kommuner

Positivt at vi får samlet erfaringer, viden, praksisrettet viden. Der er brug for en national platform, en samling af al praksisviden.

Tovholderne fra hver kommune bedes udfylde et **spørgeskema** omhandlende deres vurdering af, hvilken betydning Friluftsrådets projekt Sund i Naturen har haft for dem og deres arbejde. Spørgeskemaet skal besvares inden **d. 11.10.2019**

**Spørgeskemaet kan udfyldes her:** <https://www.survey-xact.dk/LinkCollector?key=ANAPQTJJSJ3P>