

REFERAT - ARBEJDSGRUPPEMØDE NR. 1, UDVIKLING AF PROJEKTER MED NATUR- OG FRILUFTSAKTIVITETER VOSKNE MED STRESS, ANGST OG DEPRESSION

Mødested: DGI-HUSET i Nordkraft, Teglårds Plads 1, 9000 Aalborg

Mødetid: kl. 13.30-16.30 med mulighed for frokost inden mødet (kl. 13.00)

Deltager

- Jane Sørensen, Københavns kommune, sh15@suf.kk.dk
- Anne Damborg, Vesthimmerlands kommune, amf@vesthimmerland.dk
- Julie Holm Thøgersen, Hjørring kommune, julie.holm.thoegersen@hjoerring.dk
- Birgitte O. Madsen, Hjørring kommune, biom@hjoerring.dk
- Anne-Lene Haarklou Hansen, Fredensborg kommune, alhh@fredensborg.dk
- Line Berg Torsbakke, Fredensborg kommune, lbto@fredensborg.dk
- Flemming Lassen, Nordfyns kommune, fil@nordfynskommune.dk
- Simon Høegmark, Svendborg kommune, simon@naturama.dk
- Benny Eis Petersen, Svendborg kommune, benny.eis@svendborg.dk
- Anne Grete Aagaard, Tønder kommune, agba3@toender.dk
- Susanne Rosenkilde, Vordingborg kommune, suro@vordingborg.dk
- Christina Bjørk Petersen, Friluftsrådet, cbp@friluftsradet.dk
- Lars René Petersen, Vordingborg kommune, lrpe@vordingborg.dk
- Stine Skydt Serup, Thisted kommune, stjo@thisted.dk
- Rikke Winther, Thisted kommune, ripe.jobcenter@thisted.dk

Formål: Formålet med dette først møde i arbejdsgruppen er at kortlægge, hvordan der aktuelt arbejdes med natur- og friluftsaftiviteter i kommunernes indsatser rettet mod voksne med stress, angst og depression. Målet med mødet er at fastlægge den overordnede retning på indholdet af den metode, som gruppen forslår skal indgå i best-practice kataloget.

Dagsorden:

1.	Velkomst og kort præsentationsrunde Gruppen er sammensat af personer fra Sundheds-/forebyggelseskonsulenter, naturvejler, psykolog og tværfaglig koordinator
2.	Godkendelse af dagsorden Ingen kommentarer
3.	Forventningsafstemninger og proces (v. Christina Bjørk Petersen) <i>Bilag 1: Kommissorium</i> <i>Bilag 2: Processen for arbejdet i arbejdsgrupperne</i> Indledningsvist blev deltagerne bedt om at præsentere hvilke forventninger de har til møderne og til projektet. Nedenfor er listet de synspunkter, som blev fremhævet: <ul style="list-style-type: none">• Synliggørelse<ul style="list-style-type: none">○ Det giver flere ressourcer til området eller omlægger ressourcer.

	<ul style="list-style-type: none"> ○ Legalisering af hvad vi arbejder med. Vise omverdenen at det gør en forskel og det virker hvad vi gør (Samle argumenter) ○ Meningsgivende ● Fokus-kommune <ul style="list-style-type: none"> ○ Det betyder meget at der er tale om <u>fokus</u>kommuner – det giver en mulighed for at sætte fokus på området. ● Kvalitetsstempling, blive skarpere på hvad der virker (dokumentation), ligge op imod SST's anbefalinger ● Afprøve nye metoder/ideer, teste ideer af ● Netværk for videndeling – Væk fra at "google hvad der virker" og lære af hinandens erfaringer <p>Christina præsenterede forskellige modeller til, hvordan man kan arbejde med planlægningen af nye projekter/aktiviteter på. Der findes mange modeller, men fælles for mange af dem, er en trinvis model, hvor hvert trin fører gennem centrale elementer af planlægningsprocessen (fx intervention mapping eller sundhedsstyrelsens planlægningsmodel). I modellerne opstilles en forandringsteori, hvori det første centrale trin er en behovsanalyse (hvad er det vi ønsker at løse). Herefter ses på virkningsmekanismer og derfra videre til hvilke aktiviteter kræves og hvad kræver det af organisatoriske rammer og ressourcer. Denne tilgang anvendes som et styringsredskab i processen med arbejdsgrupperne (se slides fra mødet).</p>
4.	<p>Præsentation og drøftelse af eksisterende indsatser med natur og friluftaktiviteter målrettet voksne med stress, angst og depression (v. alle) Resultater fra kortlægnings-undersøgelsen (v. Christina Bjørk Petersen) Fremlæggelse fra deltagerne i arbejdsgruppen</p> <p>Alle deltagerne i arbejdsgruppen præsenterede deres eksisterende erfaringer med at anvende natur- og friluftaktiviteter i arbejdet med forebyggelse og sundhedsfremme for børn med særlige behov. Nogle har allerede eksisterende erfaringer, mens aldrig er i opstartsfasen og søger inspiration til hvordan natur- og friluftaktiviteter kan tænkes ind som nye eller erstatning af eksisterende aktiviteter målrettet denne gruppe. Gruppens eksisterende erfaringer er opsummeret i det vedlagte excel-ark.</p> <p>I løbet af gennemgangen blev følgende punkter fremhævet:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Viden om effekten af indsatserne (evalueringen) kan bruges til at skabe politisk velvilje og argumentation for at fortsætte. ● I forhold til at evaluere forløbet og fastholde, så kan det være mange falder uden for tilbuddet så snart de bliver raskmeldt ● Samarbejdet mellem sundhedscentret og jobcentret er for mange et nyt område (og ikke helt uproblematisk). At arbejde med målgruppen der er ramt af stress, angst og depression sætter krav til samarbejdet på tværs i kommunen. Naturen er endnu en blok vi putter på.
5.	Drøftelse og prioritering af potentielle best-practice metoder – "Programteori"

Vi tog udgangspunkt i en målgruppe-analyse og kom derfra ind på flere af de nedenstående punkter.

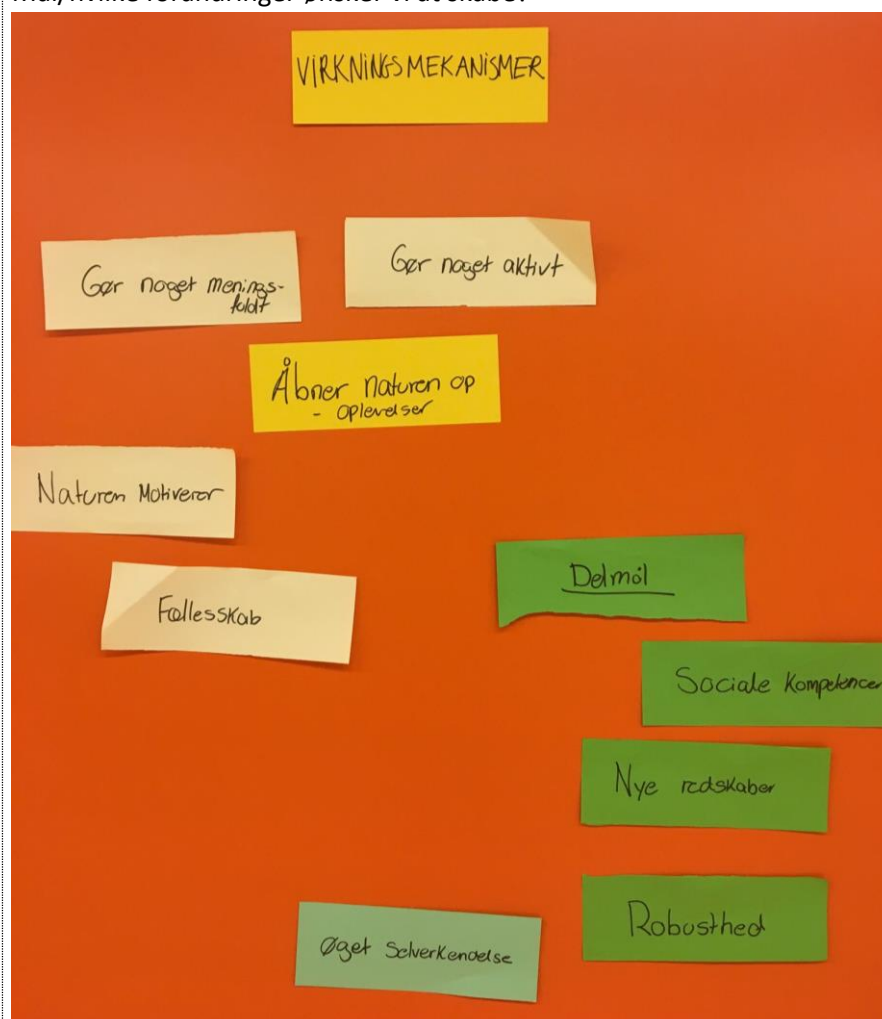
Målgruppen

- Hvilken målgruppe (præcisering af gruppen)? Hvorfor er det vigtigt netop at fokusere på denne gruppe?

Stress er mange ting Det er ikke så meget diagnose – men mere en anamnese.. Gruppen besluttede at målgruppen er bred, og indbefatter borgere, som opfatter sig som stressramt (hvad enten det er relateret til kronisk sygdom, jobsituation, etnicitet, rygeophør eller andre faktorer). Fælles er at de oplever sig selv som stressede.

Virkningsmekanismer


Mål/hvilke forandringer ønsker vi at skabe?



Aktiviteter og rammer

- *Særlige overvejelse ift. målgruppen ved aktiviteter i naturen.*
"Borgerne elsker det – de kan slet ikke forstå vi ikke rykker det hele ud"

- *Hvordan rekrutteres deltagerne? Hvem skal involveres (andre forvaltninger/områder i kommunen, lokale institutioner?)*
I Vordingborg oplevede de, at det var vanskeligt at få lægerne til at henvise – et forslag var at få det måske er nemmere at få sygeplejersken til at henvise.
Åbne eller lukkede hold? Ved åbne hold, kan det være en udfordring at lukke en ny ind i gruppen.
”Lær at tackle” – udbudt fra komitéen for sundhedsoplysning. Tilbud til angst, depression, kronikere og sygemeldte. Komitéen har udbudt det i 10 år. Instruktørerne er frivillige. Det er så konceptstyret at der ikke kan afviges. Det kan være en rekrutteringsplatform.
- *Hvilken type af natur- og friluftaktiviteter er relevant at benytte til denne målgruppe?*
Hvilken form for træning og med hvilken intensitet skal der trænes med, når man har borgere med stress, angst og depression? Der er uklarhed omkring intensiteten af træningen. Dette bør undersøges nærmere.
- *Indsatsens ramme (frekvens, varighed, deltagerantal)?*
Det optimale antal deltagere: ikke for mange og ikke for få. Der skal være gruppedynamik og også få nok til at rumme alle. 10-12 personer er måske det optimale.
- *Ressourcer (personer og materialer)*
To medarbejdere ude ad gangen er en fordel gerne med forskellige fagligheders som supplerer hinanden. Det kan være meget personafhængig om medarbejderne gerne vil ud i naturen. Nogle vil, mens andre foretrækker at blive inde.
- *Andre forhold*
- *Brobygning og fastholdelse*

	
<p>6.</p>	<p>Drøftelse af hensynet til dokumentation vs. behovet for lokal tilpasning i praksis. Der er behov for at tillade en vis fleksibilitet i indsatserne, som tager højde for lokale forhold. Målet er at vi bliver enige om nogle rammer for best practice, men at aktiviteterne i kommunerne varierer. Best practice kan beskrive fx modeller for brobygning, organisatoriske forhold m.v.</p>
<p>7.</p>	<p>Drøftelse af behov for at se på andre erfaringer (fx i andre kommuner, organisationer eller internationalt) Inddrages løbende i det omfang der er behov – sammen med ressourcepersoner</p>
<p>8.</p>	<p>Drøftelse af relevante ressourcepersoner, som skal inddrages. I projektets følgegruppe indgår en række ressourcepersoner, som vi har mulighed for at koble til udviklingen af best practice forløb. Heriblandt er:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Søren Ankjær, projektleder på Nature Moves, Institut for Idræt, SDU. • Peter Bentsen, Teamleder på Steno Diabetes Center Copenhagen, involveret i udeskoleprojektet "Teach out" og ansvarlig for udførelsen af den kommende rapport om forskningsbaseret viden om af effekten friluftsliv på sundhed. • Eva Skytte, projektleder Red Barnet og koordinator for naturvejledernes netværk "Sundhedsnetværket"

	<ul style="list-style-type: none"> • Ida Nielsen Sølvhøj, Videnskabelig Assistent på Statens Institut for Folkesundhed, projektleder på Naturens Rige, et netop afsluttet projekt udført af Sundby Netværket med deltagelse af 7 kommuner.
9.	<p>Videre proces, fordeling af arbejdsopgaver og næste møde</p> <p>Næste møde er d. 24. januar i København. Forud for mødet bedes i forberede følgende:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gennemlæse referat fra mødet og komme med eventuelle kommentarer/rettelser • Supplere indholdet i excel-arket, hvor der er fejl og mangler (sendes til Christina) • Borgerinddragelse/brugerundersøgelse: interview eller fokusgruppe interview med målgruppen for indsatsen. I bestemmer selv hvem og hvor mange (Se vedlagte bilag med forslag til spørgsmål). • Overblik over hvilke eksisterende foreninger, som I allerede har kontakt til (og som kunne tænkes relevante at inddrage), ønsker om etablering af nye kontakter og endelig hvilke behov/kvalifikationer I ser som nødvendige i arbejdet med at bygge bro til fastholdelse. <p>Dagsoden sendes ud ca. 10 dage før mødet</p>
10.	<p>Eventuelt</p> <p>Temadag for Sund i Naturen d. 15. januar i Morud på Nordfyn – invitation er rundsendt. Der efterspørges referencer – send gerne rund hvad I har , eller send til mig, så uploader jeg på hjemmesiden og sender rundt.</p>

Referat - ARBEJDSGRUPPEMØDE NR. 2, UDVIKLING AF PROJEKTER MED NATUR- OG FRILUFTSAKTIVITETER FOR VOSKNE MED STRESS, ANGST OG DEPRESSION

Mødested: Københavns Naturskole, Kalvebod Fælled, Granatvej 11, 2770 Kastrup.

Mødetid: Onsdag d. 24. januar. kl. 10.00-ca. 12.40 (eller kl. 13.45)

Formål: Formålet med mødet er, at arbejde videre med best-practice metoder til, hvordan der aktuelt arbejdes med natur- og friluftsaftiviteter i kommunernes indsatser rettet mod voksne med stress, angst og depression. Målet med mødet er at gå mere i dybden med borgerens perspektiv på indsatserne og samspillet mellem kommunen og foreningerne. Desuden kort drøfte indholdet af det endelige best-practice kataloget.

Deltagere arbejdsgruppemødet

- Jane Sørensen, Københavns kommune
- Alexander Karl Lehmann, Københavns kommune
- Birgitte O. Madsen, Hjørring kommune
- Benny Eis Petersen, Svendborg kommune
- Stine Skydt Serup, Thisted kommune
- Rikke Winther, Thisted kommune
- Susanne Rosenkilde, Vordingborg kommune
- Anne Damborg, Vesthimmerland kommune
- Jannie Cederskjold, Nordfyns kommune
- Line Berg Torsbakke, Fredensborg kommune
- Anne-Lene Haarklou Hansen, Fredensborg kommune
- Ann Møller Gram, Tønder kommune
- Christina Bjørk Petersen, Friluftsrådet

Dagsorden:

1.	Velkomst og dagsorden (5 min)
2.	Opsamling fra sidst (v. Christina Bjørk Petersen) (20 min) <ul style="list-style-type: none">• Hvor kom vi til, og hvad nåede vi ikke, og hvad Skal vi nå? <p><i>Bilag: Excel-ark med eksisterende erfaringer og referatet fra sidste møde</i></p> <p><u>Henvendelse/identificering</u></p> <p>Vi drøftede hvordan vi identificeret de borgere, som tilbuddet henvender sig til. Herunder om der foregår en screening af borgeren i alle kommuner forud deltagelsen på holdet og om der screenes efter nogle fælles kriterier? Der er et landsdækkende værktøj for læger i forbindelse med udredning af borgerens mentale helbredstilstand. En mulighed er at lægge sig op at den lægefaglige redegørelse og inkludere personer ud fra den. I Hjørring har de valgt at inkludere de personer med stress, lettere angst og lettere depression. Årsagen til at inkludere de lettere</p>

kategorier er, at det kan være vanskeligt at inkludere personer med svær grad af mentale udfordringer, fordi de ofte vil kræve en anden form for tilbud forud for dette.

Der blev gjort opmærksom på at der kan være forskel på, hvorvidt det er borgere henvist fra sygedagpenge/jobcentret eller via sundhedscentret. Der er forskel på i hvilken grad det er muligt at tilgå data om helbred og trivsel.

Vi drøftede hvorvidt det kræver en lægelig henvendelse for at deltage på holdet eller om det er muligt at komme på holdet ved selvhenvendelse. I nogle kommuner (bl.a. Vordingborg og Hjørring) beror tilbuddet på henvendelse fra lægen, mens det i "lær at tackle" kurserne er muligt for borgeren selv at henvende sig og tilmelde sig.

I hvor høj grad det er let eller svært at rekruttere til tilbuddet varierer fra kommune til kommune. Det blev fremhævet at samarbejdet med almen praksis er vigtigt. Bl.a. Vesthimmerlands og Københavns kommune oplever et velfungerende samarbejde med almen praksis. I andre kommuner er det en udfordring er at få lægerne til at henvise - lægerne mangler viden om hvilke tilbud der eksistere. Derudover er det udfordrende at få samarbejdet til at fungere optimalt internt i kommunen (fx koblingen mellem sundhedscentret og andre forvaltninger fx arbejdsmarked).

Forebyggelse vs. Rehabilitering

Det blev igen fremhævet at der er forskel på rekruttering, identificering og tilrettelæggelsen af tilbud afhængig af om der er tale om et forebyggelsestilbud eller et mere rehabiliterende tilbud (behandlingsforløb). I Fredensborg kommune oplever de at det kan være vanskeligt at motivere borgerne efter patientkurserne – der skal derfor være fokus på motivation til deltagelse og fastholdelse. Når det er sagsbehandleren som siger man SKAL deltage, så er det ikke borgerens egen interesse, og så er den indre motivation ikke tilstede.

Evidens-genererende.

Der blev udtrykt bekymring for evidensniveauet - "det skal ikke være noget føle-føle". Det vi sætter i gang skal bero på viden om at det virker. I relation til det, blev "lær at tackle" kurserne nævnt. Alle kommuner har lær at tackle kurser – men de kan ligge i forskellige regi. Vi drøftede muligheden for at gå i dialog med komiteen for sundhedsoplysning om at udvide "lær at tackle" med et natur-element. Det ville være fint, hvis vi kan understøtte betydningen med yderligere evidens, da mange kommuner basere deres tilbud på evidensbaserede tilbud. I dette projekt vil vi netop understøtte den viden og dokumentation der er på området – og se på hvad der virker for hvem og under hvilke omstændigheder. At der mangler evidens er ikke det samme som at det ikke virker. Christina gjorde opmærksom på at der ikke er tale om et forskningsprojekt – men netop best-practice, men at vi vil indsamle data til brug for dokumentation.

3. Hvad mener borgerne? (v. alle)

Walk'n talk erfaringer fra interviews med borgerne (ca. 30 min)

Fælles opsamling og drøftelse (30 min)

Spørgsmål til drøftelse (se den tidligere interviewguide):

- Oplevelse af egne behov? Hvordan oplevede borgeren de udendørsaktiviteter?
- Oplevelse af sammenhæng, mulighed for fortsættelse og resultater

Ud fra drøftelsen i arbejdsgruppen blev følgende fremhævet:

Bliver opmærksom på en anden måde / mærker sig selv

- At mærke kroppen igen giver plads til refleksion
- Sanserne bliver skærpet. Man glædes over en følelse eller en ting i naturen, som man normalt ikke reflekterer over
- Det ændre fokus - Stress, angst og depression bliver sekundært fokus
- Naturen giver ro og nærvær – man mærker sig selv i højere grad end indendørs. Derfor er der et ønske om mere tid i naturen.

Borgernes forventninger og oplevede værdi

- Der er ingen konkurrence i naturen, ingen roller og det er kravløst
- Man er ligestillet
- Fællesskabet er det essentielle i naturen

Det særlige ved naturrummet

- Borgerne oplever at det er gode rammer, som gør det nemmere at mødes igen.
- Man har mulighed for at trække sig

4. Drøftelse og diskussion af samspillet mellem foreninger og kommunen (40 min)

- Mapping af eksisterende samarbejdsrelationer
- Hvem vil vi gerne samarbejde mere med?
- Hvilke behov/kvalifikationer ser I som nødvendige i arbejdet med at bygge bro til fastholdelse (både blandt kommunale aktører og frivillige).

Generelt ser de fleste mange muligheder, men der er endnu ikke så mange gode eksempler på at det kører. Nedenfor er en samlet liste over de foreninger, som arbejdsgruppen foreslog som mulige samarbejdspartnere:

Foreninger, som der er samarbejde med

- Selvetablerede grupper, som fungerer efter forløbet
- Danmarks Naturfredningsforening
- DGI

Foreninger, som vi ønsker samarbejde med

- Lystfiskerforeningen (jf. Peter Qvortrup Geisling).
- Orienteringsklubben – evt. mulighed for satellit tilbud
- Løbeklubben (ifm stier og ruter)
- Fodslaw/ vandrelaug – National kampagne? "Gå langsomt"
- Rideklubben
- Kajak/Kano

	<ul style="list-style-type: none"> • Vinterbaderne • Cykelistforbundet (fx godt samarbejde i Fredensborg) • Spejderne (vil meget gerne kunne bruge deres faciliteter). De er i besiddelse af gode faciliteter, som man med fordel kan benytte i kommunens tilbud. Derudover blev det nævnt at man fx også kunne se på de aktiviteter, som spejderne lavede (bl.a. træskæring) og overføre det til de voksne. • Kunstforeninger – billedkunst i naturen (jf. Kunst på recept) • Patientforeninger (Hjerteforeningen, Kræftens bekæmpelse, Diabetesforeningen, stressforeningen, SIND). Nogle kommuner har stor succes med at tilbyde gratis træning til medlemmerne, hvilket har stor betydning for deltagelsen. Man kan med fordel se på foreninger som Stressforeningen og Sind (sociale partnerskaber) • Vinterbadning • Naturvejlederne – der blev forslået at man i samarbejde mellem fx naturvejlederne og andre foreninger lavede nye ruter – at inkludere en naturvejleder i foreningerne kunne styrke motivationen. <p><u>Andre</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Foreningskonsulent: Det er oplagt at benytte en foreningskonsulent, hvis man har sådan en i kommunen. Der blev forslåede gode muligheder for at oparbejde samarbejdsrelationer. • Uorganiserede frivillige • Sociale partnerskaber med foreningerne • Formidling af gå i gang (En pjece som præsenterer aktiviteter med GOG, AOF og lokale mindre foreninger) • Netværk over sociale medier /APPS • Portalen Boblberg: I Nordfyns kommuner benytter de hjemmesiden/appen Boblberg: https://boblberg.dk - det er en borger til borger portal, hvor man kan mødes til aktiviteter. • Det er vigtigt at vi ser på cost-benefit for foreningerne. Vi skal være skarpe på hvad værdien er for dem. At få tilføjer fx viden om naturen (naturvejleder) kunne være en gevinst for foreningerne.
5.	Kort drøftelse af udformningen af best-practice metode-kataloget (15 min) <p>Christina fremlagde tanker om hvordan det edelige best-practice metode katalog kommer til at se ud. Tanken er at det bygges op, så det antager en form som de kendte forebyggelsespakker. Det vil således være best-practice indenfor nogle overordnede rammesættende forhold fx overordnede rammer, beskrivelse af tilbud, kompetencer og kampagneindhold m.v. Se bilag fra mødet for beskrivelsen af best-practice kataloget. Foruden det rammesættende best-practice katalog suppleres med et case-lignende inspirationskatalog.</p>
6.	Videre proces, fordeling af arbejdsopgaver og næste møde (10 min) <p>Næste møde er d. 13. marts på Sønderø Rådhus på Nordfyn. Forud for mødet bedes i forberede følgende:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gennemlæse referat fra mødet og komme med eventuelle kommentarer/rettelser

- Overvej hvilke kompetencer/kvalifikationer der er behov for dels blandt de kommunale aktører og des for foreningerne og deres frivillige for at kunne understøtte projektet og brobygningen mellem kommune og forening.
- Overblik over hvordan dokumentere/evaluerer jeres aktuelle indsatser. Vælg gerne den indsats, som er så tæt på den i Sund i Naturen så muligt.

Spørgsmål til overvejelse:

- Hvad er formålet med evaluering og dokumentation (at monitorere udvikling? At se på effekt?, eller at se på om indsatsen fungerer er gennemført som ønsket?)
- Hvad er de primære indikatorer?
- Hvilke datakilder anvendes (målinger, interviews, fokusgrupper?)

7. Eventuelt (10 min)
Ingen punkter

DAGSORDEN - ARBEJDSGRUPPEMØDE NR. 3, UDVIKLING AF PROJEKTER MED NATUR- OG FRILUFTSAKTIVITETER FOR VOSKNE MED STRESS, ANGST OG DEPRESSION

Mødested: Søndersø Rådhus, Vesterled 8, 5471 Søndersø, mødelokale Tingstedet 2

Mødetid: Tirsdag d. 13. marts. kl. 13.30-16.30 med mulighed for frokost før

Formål: Formålet med mødet er, at arbejde videre med best-practice metoder til, hvordan der aktuelt arbejdes med natur- og friluftsaftiviteter i kommunernes indsatser rettet mod voksne med stress, angst og depression. Målet med mødet er at gå mere i dybden med brobygningen mellem kommunen og foreningerne i ønsket om fastholdelse af sunde vaner i hverdagen. Desuden en diskussion af evaluering og dokumentation af effekter på sundhed og trivsel - overvej også meget gerne måling af effekter på fx fastholdelse, compliance og sociale relationer.

Deltagere på arbejdsgruppemødet:

- Birgitte O. Madsen, Hjørring Kommune
- Julie Holm Thøgersen, Hjørring Kommune
- Benny Eis Petersen, Svendborg Kommune
- Stine Skydt Serup, Thisted Kommune
- Rikke Winther, Thisted Kommune
- Maria Rømer, Thisted Kommune
- Eva Bendixen Vestergaard, Tønder Kommune
- Hanne Steenholdt, Tønder Kommune
- Line Berg Torsbakke, Fredensborg Kommune
- Anne-Lene Haarklou Hansen, Fredensborg Kommune
- Jannie Cederskjold, Nordfyns Kommune
- Flemming Lassen, Nordfyns Kommune
- Jeppe Lundby, Nordfyns Kommune
- Christina Bjørk Petersen, Friluftsrådet
- Amalie Kastoft-Christensen, Friluftsrådet

Dagsorden:

1.	Velkomst og dagsorden (5 min)
2.	Opsamling fra sidst (v. Christina Bjørk Petersen) (20 min) Forslag om at afholde fremtidige arbejdsgruppemøder fælles for alle fire målgrupper og så opdele på målgrupper ved gruppearbejde. Afprøvning af indsatser efterår 2018 til efterår 2019.
3.	Drøftelse og diskussion af samspillet mellem foreninger og kommunen (v. alle) – 40 min Christina præsenterede oversigt over foreningernes ønsker og drømmescenarier for typer af indsatser, baseret på workshop afholdt med medlemsorganisationerne i forsommeren 2017.

Foreningerne er en metode til fastholdelse, men ikke nødvendigvis den eneste. Det væsentligste er, at borgeren fastholdes i en sund, aktiv livsstil. Dette kan også foregå selvorganiseret.

Vi drøftede hvordan der kan arbejdes med fastholdelse. Det kan være meget forskelligt fra kommune til kommune og fra tilbud til tilbud, hvad der giver mening. I projektet vil vi gerne samle forskellige erfaringer.

Rekruttering af borgeren kan ske gennem forskellige steder, men en sygemelding vil give en tilknytning til en sagsbehandler, hvorigennem en rekruttering vil kunne ske. "Lær at tackle" kurserne blev nævnt, og disse kan ligge i forskellige regi. I nogle kommuner er det borgeren selv der skal henvende sig og tage initiativet, også i tilfælde af sygemelding. Synlighed om et tilbud er derfor centralt, således borgeren ved at der eksisterer et tilbud.

Nogle borgere kan have en frygt for registrering i systemet. Det er derfor vigtigt at nævne i for samtalen, at der ikke bliver videregivet andet i borgerens journal end at de har deltaget.

Forslag til modeller for brobygning

Organisering og synlighed – gør det nemmere for borgerne at se mulighederne, men det er også vigtigt at der internt i kommunens forskellige forvaltninger er viden om hvad der er af tilbud.

Hvilke kvalifikationer kræves internt i kommunen (faglige kvalifikationer og kvalifikationer til at samarbejde):

- Åbenhed for samarbejde på tværs af forvaltningsområder
- Målgruppen skal tages i hånden. Borgeren skal præsenteres for foreningerne, og på den måde lære foreningen af kende på forhånd. En følgeordning kan være et bud på hvordan borgeren introduceres til foreningstilbud.
- Viden om hvad der er derude af foreninger, lokalkendskab.
- Internt i kommunen er der behov for at dele viden på tværs af forvaltningsområder.
- Vigtigt ikke at have for store forventninger til foreningerne. Ved foreningsaktiviteter handler det nok primært om bevare sociale relationer og skabe fællesskaber.

Hvilke kvalifikationer kræves i foreningerne:

- Baggrundsviden om diagnoser, fx i form af temadage, folder med info. Det er nødvendigt at klæde dem på ift hvordan de skal tackle
- Ildsjæle og interesse for at inkludere borgeren er afgørende
- Synlighed om foreningerne
- Overskud. Der udtrykkes tvivl om hvorvidt foreningerne overhovedet kan løfte den her målgruppe. Der kræver en forening med overskud og lyst til at påtage sig opgaven

	<p>Det pointeres, at det kan være en svær gruppe at få ud i nye netværk. Umiddelbart synes samarbejde med foreninger med mere "stille" aktiviteter som oplagte, fx lystfiskerforeningen, vandrelaug. Forslag om at se nærmere på hvilke aktiviteter foreninger som SIND og Psykiatrifonden tilbyder deres medlemmer.</p> <p>Det afhænger af den enkelte borgers motivation og det kan være en udfordring at efterleve jobcenterkrav.</p> <p>Der nævnes erfaringer fra tidligere aktiviteter med målgruppen, fx aktiviteter med nærvær og mindfulness. I denne kommune findes der dog ikke en forening, som tilbyder den aktivitet. Hvordan kan kommunen understøtte borgeren i fx at skabe deres eget fællesskab evt. i foreningsregi eller få eksisterende foreninger til at optage den form for aktiviteter, som der mangler og efterspørges? Borgerne har ikke nødvendigvis overskud til at oprette en forening selv.</p>
<p>4.</p>	<p>Evaluering og dokumentation (kort intro/oplæg v. Christina) – 60 min</p> <p>Evidens: hvad er det der virker, for hvem og under hvilke omstændigheder. Evidens er ikke kun effekt, men også evidens ift samarbejde, organisering og anvendelse af ressourcer.</p> <p><u>Dokumentation</u>: Systematisk, regelmæssig måling.</p> <p><u>Evaluering</u>: Oftest efter endt projekt, bagudrettet.</p> <p>Evaluering er med til at legitimere en given indsats. Gennem evaluering opnås læring. Både læring om hvad vi selv har lært af en given indsats, men også hvad der i den læring er relevant for andre at vide.</p> <p>Hvordan skal vi evaluere og dokumentere:</p> <p><u>Procesevaluering</u></p> <p>Årsager til udeblivelse af effekt – indikatorer: mødestabilitet, frafald, gennemførelsesprocent</p> <p><u>Effektevaluering</u></p> <p>Indikatorer: Trivsel, fysiske funktionsniveau, social tilknytning, livskvalitet, mestring i hverdagen</p> <p>Inspiration til evaluering kan findes i Sundhedsstyrelsens udgivelse fra 2007: "Guide til planlægning af kommunale forebyggelsesindsatser"</p> <p>Forslag til dokumentationsværktøj, hvilke indikatorer kan vi måle effekten på:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Borgeren spørges om hvilke effekter man ønsker at opnå ved forløbet (måling af effekten for borgeren) – en individuel evaluering for hver borger. Kvalitativ, nedskrives ved start og opfølgning sker mundtligt ved afslutning af forløbet.

	<p>Dette kan efterfølgende kvantificeres: Hvor mange procent af borgerne har i en indsats opnået egen målsætning?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Måling af trivsel fx ved brug af WHO-5 og/eller SF-12 • Indikator: mestring i hverdagen. <p>Need to know vs. nice to know: spørgeskemaet må ikke være for stort og uoverskueligt for borgeren. Vi skal ikke dokumentere effekten af naturen på helbredet, men vi vil gerne vide hvordan naturen indvirker på borgere med stress, angst og depression.</p> <p>Det pointeres, at det er svært at opstille fælles indikatorer for hele målgruppen stress, angst og depression.</p>
5.	<p>Orientering og drøftelse af projektets kommunikationsplan, konferencer og ”kampagne-materialer” (30 min)</p> <p>Se nedenfor</p>
6.	<p>Videre proces, fordeling af arbejdsopgaver og næste møde (15 min)</p> <p>Se pkt. 1. Næste møde i er Hirtshals ved Naturmødet. Nærmere information om indholdet for mødet følger.</p>
7.	<p>Eventuelt (10 min)</p> <p>Næste møde er Kick-off konferencen d. 2. maj</p> <p>Christina sender invitationen ud til konferencen, send den gerne videre i jeres netværk</p> <p>Meld gerne tilbage, hvis I har indspark til nogen der kunne være relevante at repræsentere målgruppen stress, angst og depression. Det handler om at give eksempler fra praksis.</p> <p><u>Naturmødet d. 24.-26. maj i Hirtshals</u></p> <p>Kontakt Birgitte (biom@hjoerring.dk) ift spørgsmål til program og assistance til overnatningsmuligheder.</p> <p>Christina sender følgende:</p> <ul style="list-style-type: none"> • revideret liste over fremtidige møder – fremadrettet afholdes fælles møder for alle arbejdsgrupper. • Infomateriale om natur og sundhed, der er udsendt til kredsene • Opsamling på borgerinddragelse-interview • Link til ansøgning af Friluftsrådets udlodningsmidler. <p>Følgende dokumenter lægges på hjemmesiden:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Evaluering af Vildmænd - Evalueringsredskaber - Mødereferater <p>Kontaktoplysninger</p>