

Skema 2: Projektbeskrivesskema

”Sundhedsfremme målrettet mennesker med psykiske lidelser”

1.	Projektets titel:	Projekt Sidevognen
2.	Baggrund og vision for projektet:	<p>En betydelig andel af psykisk syges overdødelighed, som afkorter levetiden med 15- 20 år, skyldes somatisk sygdom, forårsaget af usund livsstil. Men med den rette intervention er det muligt for personer med psykisk lidelse at ændre livsstil, og de ønsker selv denne forandring. Personer med psykisk lidelse oplever dog en række barrierer. Individuelle hensyn og støtte fra det professionelle og personlige netværk tillægges stor betydning i forbindelse med planlægningen og gennemførelsen af livsstilsinterventioner og -aktiviteter.</p> <p>Med afsæt i <i>Sundhedspolitiske handleplaner 2012-2015</i> (Køge, 2012) og i <i>Udviklingsplan for socialpsykiatrien</i> (Køge, 2012), sætter Køge Kommune øget fokus på sundhedsfremme på det socialpsykiatriske område. Køge Kommune er optaget af at understøtte borgeren som ”arkitekt i eget liv”. Det betyder, at borgeren selv ved mest om behov og ønsker, og om hvad der skal til for aktiv handling i eget liv. Denne understøttelse ønskes så tidligt som muligt, men det er en udfordring at komme i kontakt med de unge tilknyttet socialpsykiatrien, og de psykisk sårbare unge der er i risiko for at blive ramt af en psykisk lidelse.</p> <p>Et øget behov for at arbejde sundhedsfremmende og forebyggende på psykiatriområdet handler derfor om at have øje for; 1) tiltag og tilbud der understøtter en sundere livsstil 2) borgernes motivation, engagement og overskud til at arbejde med egen sundhed, og 3) de understøttende rammer i hverdagen. Det er af stor betydning, at medarbejdere indgår som rollemodeller. Endelig er det vigtigt, ikke mindst med ungegruppen der ikke anser sig som syge, at der er opmærksomhed på at skabe tiltag der undgår stigmatisering.</p>
3.	Overordnet mål – herunder forebyggelses/sundhedsfremmeperspektiv:	Projektet har til opgave at fremme sundhed, trivsel og netværksdannelse blandt psykisk sårbare unge via et klub/fritidstilbud. Det skal ske ved: <ol style="list-style-type: none"> 1. et øget fokus på at få fat i de unge med psykisk lidelse og psykisk

		<p>sårbare unge, med henblik på at understøtte deres dagligdag.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. at styrke viften af tilbud til unge der kan medvirke til sundere livsstil og udvidet fællesskaber. Ved tilpasning af eksisterende tilbud samt udvikling af nye tilbud i tæt samarbejde med målgruppen. 3. at styrke medarbejdernes muligheder for at understøtte de unges motivation til at arbejde mere sundhedsfremmende, med fokus på øget trivsel og lysten til at indgå i fællesskaber. 4. at styrke en håndholdt indsats der sikre bedre støtte af den enkelte unge i en opstats- og fastholdelsesproces i forb. med tilbuddene.
	<p>Delmål:</p>	<p>Ovenstående fire hovedmål understøttes af nedenstående delmål:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.1 Med afsæt i den eksisterende organisering af socialpsykiatrien eller arbejdsmarkedsindsats, skal der udvikles et tilbud der kan rumme den unge brugergruppe. Tilbuddet skal ledelsesmæssigt knyttes sammen med de øvrige tilbud. 2.1 Udvikling af tilbud og aktiviteter skal ske i tæt dialog med de psykisk sårbare unge og de unge med psykisk lidelse. 3.1 Medarbejdere tilknyttet projektet og kollegaer i tilbud med tilsvarende målgrupper, gennemgår sundhedspædagogiske forløb til at sikre forståelse og kompetencer til at understøtte det sundhedsfremmende og trivselsfremmende arbejde. 4.1 Medarbejdere i berøring med de unge i målgruppen er opmærksomme på behovet for at understøtte den enkelte unge i at tage del i de netværksskabende og sundhedsfremmende tiltag.
<p>4.</p>	<p>Projektets fokusområder:</p>	<p><i>Mental sundhed:</i> En styrket mental sundhed er en forudsætning for fysisk sundhed. Det kræver overskud at arbejde med egen sundhed, og det overskud skal findes i brugernes og medarbejdernes motivation og engagement for livsstilsændringer. Arbejdet med øget engagement og motivation sker ved, at den enkelte bruger - via inddragelse - i højere grad oplever tilværelsen som begribelig, håndterbar og meningsfuld. Oplever man at have begivenhederne under kontrol, respondere man bedre på indsatsen. Der skal arbejdes med mental sundhed ved at: 1) Tage afsæt i brugerinddragelse, anerkendelse og resourcesyn. 2) Understøtte rehabiliterende tænkning og arbejdet med recovery.</p> <p><i>KRAM:</i> Ved fremme af sundhed skal der arbejdes med rammerne for en sundere livsstil. Det betyder mere fokus på sund kost, forebyggelse af</p>

		<p>rygning, hensigtsmæssigt forbrug af alkohol og mulighed for mere fysisk aktivitet. Det skal ske ved: 1) Arbejde med politikker (kost, alkohol, tobak og fysisk aktivitet) baseret på medarbejder- og brugerinvolvering. 2) Uddannelse af medarbejdere: ”at gå ad samme sti som den man rydder for brugerne” - at være rollemodel for at styrke troen på at livsstilsændringer kan lade sig gøre. Der kan også tænkes i fællesskolebænk for medarbejdere og brugere 3) Muliggøre en bedre udnyttelse af de nuværende aktivitetsmuligheder på tværs af institutioner og tilbud</p>
5.	Målgruppe(r):	<p>Alle unge (18-30 år) med psykiske lidelser / psykisk sårbare i Køge Kommune. En del af dem kommer kommunen i kontakt med på det Socialpsykiatriske område og/eller på Arbejdsmarkedsområdet.</p> <p>Ca. 430 borgere er tilknyttet socialpsykiatrien, herunder ca. ¼ i aldersgruppen 18-30 år. Ca. 250 af de unge (18-30 år) tilknyttet Ungecenteret eller UUV, er psykisk sårbare. Et skøn er, at ca. 20 % af dem har en psykisk lidelse.</p>
6.	Rekrutteringsstrategi:	<p>Alle medarbejdere i berøring med ungemålgruppen vil indgå i arbejdet med at få fat på de unge, og motivere dem til at involvere sig i tilbuddet. Det betyder at eksempelvis sagsbehandlere i jobcenter og socialafdelingen samt medarbejdere i socialpsykiatrien og ungeforløb på arbejdsmarkedsområdet er vidende om tiltaget, dets formål og muligheder.</p>
7.	Sikring af kompetencer blandt fagpersonale:	<p>Køge Kommune er godt i gang med et paradigmeskifte, fra en omsorgskultur til en mere rehabiliterende tænkning. Det betyder, at borgeren nu mødes mere involverende, som medansvarlig for at udvikle egne kompetencer til at mestre hverdagen. Et fælles kompetenceforløb for alle medarbejdere tilknyttet socialpsykiatrien har sikret:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Udvikling af et fælles sprog hos de medarbejdere, der i det daglige møder borgere med sindslidelser. - Nye muligheder for at udbygge og styrke samarbejde på tværs, så det bliver mere helhedsorienteret og mere ensartede indsats. <p>Medarbejdere tilknyttet Projekt Sidevognen skal have dette fundament suppleret med flere sundhedspædagogiske redskaber, der skal sikre:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Viden om sammenhæng mellem sundhed og trivsel og forståelse for sundhedspædagogiske metoder og sundhedsfremmende foran-

		<p>dringsprocesser</p> <ul style="list-style-type: none"> - Støtte og redskaber til at implementere og fastholde nye vaner, som støtter sund mad, bevægelse og røgfrie miljøer og hvordan politikker, regeldannelse, fysiske og sociale rammer i sig selv støtter forandring af sundhedsvaner for brugerne. - Viden om betydningen af og redskaber til at involvere deltagerne i arbejdet med at skabe sunde rammer
8.	<p>Aktiviteter og metoder:</p>	<p>Projekt Sidevognen indgår i Udviklingsplan for Socialpsykiatrien i Køge Kommune, og tager derfor afsæt i det overordnede mål; <i>at borgeren i videst mulig omfang bliver uafhængig af en kommunal indsats</i> blandt andet ved, at den støtte og hjælp borgeren tildeles har et <i>rehabiliterende</i> sigte og understøtter borgerens <i>recovery</i> proces.</p> <p><i>Recovery</i> kan beskrives som en dyb personlig, unik proces, som forandrer personens holdninger, værdier, følelser, mål og /eller roller. Det er en måde at leve et tilfredsstillende håbefuldt og bidragende liv selv med de begrænsninger, der er forårsaget af sygdommen. Recovery indebærer udviklingen af ny mening og formål i ens liv, mens man vokser ud over den psykiske sygdoms katastrofale følger.</p> <p><i>Rehabilitering</i> er en målrettet og tidsbestemt samarbejdsproces mellem borger, pårørende og fagfolk. Formålet er, at borgeren som har eller er i risiko for at få betydelige begrænsninger i fysiske, psykiske og /eller sociale funktionsevne, opnår et selvstændigt og meningsfuldt liv. Rehabilitering baseres på borgerens hele livssituation og beslutninger består af en koordineret, sammenhængende og vidensbaseret indsats.</p> <p>Det er afgørende, at aktiviteterne bliver udviklet af brugerne, og det er derfor ikke er muligt at beskrive konkrete aktiviteter. Grundlæggende vil der være fokus på at etablere meningsfulde tilbud der styrker sundhed, trivsel og fællesskaber. Tilbuddene skal udspringe af de allerede etablerede tilbud i kommunen, tilpasset målgruppen, og nye tilbud udviklet i samarbejde med eksempelvis foreningslivet.</p>
9.	<p>Samarbejde på tværs af fag, sektorer, forvaltninger:</p>	<p>Målgruppen udgøres bl.a. af unge, som lever isoleret, fordi deres psykiske lidelse er en barriere for at indgå i relationer, eller fordi de forhinder</p>

		<p>dres i at deltage i de tilbud der generelt er til unge. Gruppen består også af de unge som er så psykisk sårbare, at de har vanskeligt ved at gennemfører et uddannelsesforløb eller etablere sig på arbejdsmarkedet.</p> <p>For alles vedkommende betyder det ofte ufrivillig isolation, og på tværs af fagområder, er der et stort ønske og behov, for at involvere disse unge i meningsfulde forløb, tilbud og udviklingsprocesser. Der er derfor stor opmærksomhed på gruppen, på tværs af fagområder. Dels er der fokus på, så tidligt som muligt at understøtte et aktivt og socialt liv, og dels kræver en afstigmatisering af psykiske lidelser, at de unge får bedst mulige forudsætninger for at indgå på eksempelvis arbejdsmarkedet, i uddannelsesmiljøer eller i foreningslivet.</p> <p>Der er påbegyndt et koordinerende arbejde på tværs af Social og Sundhedsområdet, Arbejdsmarkedsområdet og Børne- ungeområdet for bedre at kunne imødekomme denne udsatte borgergruppe. Dette projekt skal være medvirkende til yderligere at styrke dette samarbejde bl.a. ved at bringe aktørerne sammen i projektorganisationen.</p>
10.	Samarbejde med øvrige aktører:	<p>For at løfte så bred en vifte af aktivitetsmuligheder som muligt, og for at sikre stærke forudsætninger for forankring, vil der i opstartsfasen blive indgået partnerskaber med foreningslivet. Dette arbejde vil løftes i samarbejde med Kulturafdelingen.</p> <p>Særligt i forhold til mulighederne for fysisk aktivitet vil Køge Kommune blandt andet understøtte idrætsforeningen for psykisk sårbare; Rend og Hop, med medarbejder ressourcer, så foreningen får bedre mulighed for at etablere sig, og imødekomme de unges ønsker. Ligeledes tænkes der partnerskaber ind i de øvrige foreningsmuligheder, hvor projektet er opmærksom på, at aldersgruppen er dårligt repræsenteret i forvejen.</p>
11.	Arenaer, risiko og sundhedsadfærd:	<p>Arbejdsmarkedsarena: <i>Ungecenteret</i> varetager den samlede indsats overfor alle arbejdsparate unge under 30 år uden kompetencegivende uddannelse. Herunder både aktiveringsindsatsen og opfølgingsindsatsen. <i>UUU</i> yder råd og vejledning om valg af uddannelse og erhverv. Arbejdet omhandler blandt andet vejledning af elever i specialklasser og -skoler, også efter grundskoleniveau, samt drift af Ungdomsuddannelsesinstitution for unge med særlige behov - Fremtidslinjen.</p>

		<p>Socialpsykiatrien: <i>Pædagogisk Vejleder- og Værestedsteam (PVV)</i> leverer socialpædagogisk støtte til borgere med sindslidelser, der har behov for hjælp, omsorg eller støtte til optræning samt hjælp til udvikling af færdigheder til personer, der har behov for dette på grund af betydelig nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer. <i>Den Gule Dør</i> er et aktivitets- og værested, hvor borgere med sindslidelser, der bor i Køge Kommune, har mulighed for at komme i den daglige åbningstid. <i>Perronen</i> er et ambulansetilbud til unge med massive psykosociale vanskeligheder. Perronen fungerer som et rehabiliteringstilbud, der arbejder tværfagligt og helhedsorienteret med den konkrete borgers problematikker.</p>
12.	Tilpasning til den eksisterende indsats:	<p>Køge Kommune har i ”Den Gule Dør” et værestedstilbud til gruppen af sindslidende borgere – et tilbud med en høj gennemsnitsalder, som ikke kan tiltrække de psykisk sårbare unge. Derfor er målet at udvikle et klub- / fritidstilbud til psykisk sårbare unge, som organisatorisk kan drage fordel af de opnåede erfaringer fra socialpsykiatrien f.eks. ved PVV (med Den Gule Dør) eller Perronen.</p> <p>En del af de unge psykisk sårbare kommer i kontakt med kommunen via arbejdsmarkedsområdet. Den målrettede indsats for at understøtte denne gruppe i at etablere sig på arbejdsmarkedet, foregår dels i Ungecenteret og UUV Køge Bugt. I forlængelse af den anerkendende og ressourcerorienterede indsats som foregår med sigte på arbejdsmarkedet, vil projekt Sidevognen være med til at styrke de unges håb, motivation og trivsel ud fra et sundhedsfremmende perspektiv.</p>
13.	Dokumentation og af-rapportering:	<p>Indsatsen vil indgå som en del af de tiltag der målrettes psykisk sårbare unge i socialpsykiatrien og udenfor arbejdsmarkedet. Dermed vil den enkeltes udvikling og udbytte af et styrket sundheds- og trivselsfremmende tilbud, vurderes i samarbejde med de øvrige tilbud og institutioner i kontakt med de unge. Hermed vil samarbejdspartnere løbende blive inddraget til at vurdere, på hvilken måde projekt Sidevognen bedst muligt understøtter igangværende udviklingsprocesser og målsætninger.</p> <p>Det er desuden hensigten at følge op på udvalgte aktiviteter, ved at måle trivsel (eksempelvis via WHO5) og sundhedsfremmende parametre så-</p>

		som rygestop, vægtændringer og/eller øget kondi.
14.	Formidling og kommunikation:	<p>Engagement og aktiv deltagelse kræver først og fremmest klar og tydelig information til de unge og samarbejdspartnere i projektet. Kommunikationsindsatsen kræver derfor at der skabes relationer, tillid og fællessprog, for at kunne skabe lydhørhed og dialog.</p> <p>Der vil være fokus på det opsøgende face-to-face arbejde, både i forhold til at informere om tilbuddet og i forbindelse med den videre udvikling af meningsfulde aktiviteter. Der kan med fordel understøttes en kommunikationsgruppe bestående af brugere, for at sikre sammenhæng mellem budskaber og målgruppe. Og endelig skal et bredt udsnit af medier bruges til dels løbende at samle op på projektets udvikling og tilbud, og dels informere om nye muligheder og events. Medierne vil både være de sociale medier som Facebook, de lokale nyhedsmedier samt produktionen af små film. Filmene vil kunne bruges som dokumentation for opnåede resultater, og som reklame i arbejdet med at få fat på de unge.</p>
15.	Projektets forankring:	<p>Perronen er som tidligere omtalt et dagbehandlingstilbud til psykisk sårbare unge. Et tilbud der har været i drift siden august 2012. Perronen er etableret ved hjælp af midler fra 15M puljen. Perronen og Køge Rådgivnings- og Behandlingscenter for stofmisbrugere er organiseret under samme ledelse, og det kan derfor være naturligt, at se et fritidstilbud til psykisk sårbare unge, som en selvstændig enhed i denne organisation under samme ledelse, og i tæt samarbejde med Perronens medarbejdere.</p> <p>UUU og Ungecenteret har på arbejdsmarkedsområdet et stærkt fokus på unge med særlige behov, herunder psykisk sårbare unge. Der er fokus på at arbejde med motivation, ved at være ressourceorienteret og anerkendende og sikre sig, at den unge bliver hørt og set som "Kaptajn i eget liv". Der arbejdes både med sundhedstiltag og kreativitet for at komme rundt om det hele menneske, og et fritidstilbud stående på denne platform, vil kunne styrke afstigmatiseringen og sikre et endnu stærkere koordineret forløb med uddannelsesindsatsen og arbejdsmarkedet.</p> <p>Køge Kommune vil implementere projekt Sidevognen i et tæt samarbejde mellem de to områder og sundhedsområdet. Der vil løbende tages stilling til forankringsprocessens organisatoriske udgangspunkt, i tæt</p>

		<p>dialog på tværs af de tre områder, med afsæt i de erfaringer projektet opnår.</p>
16.	Projektets organisering og bemanding:	<p>Projektgruppen består af: projektleder, projektmedarbejdere, leder af specialområdet, leder af ungeindsatsen på arbejdsmarkedsområdet samt ad hoc inddragelse af relevante institutionsledere og øvrige aktører. Det er gruppens opgave at udarbejder beslutningsoplæg til styregruppen samt implementerer styregruppens beslutninger.</p> <p>Styregruppen består af repræsentanter fra ledelsen af Social- og Sundhedsforvaltningen, Forvaltningen for Arbejdsmarkeds og Borgerservice, samt projektleder. Gruppen fastlægger mål og strategier for projektet og overordnede organisering samt fungerer som ambassadører for projektet.</p> <p>Referencegruppen består af repræsentanter fra organisationer og enkeltpersoner, som kan give relevant faglig sparring og kvalitetssikring af udviklingsprojektet. Referencegruppen er rådgivende.</p>
17.	Tidsplan:	<p>Projektet forventes igangsat: 01.01.2015 og afsluttet: 31.12.2017</p> <p><i>Fase 1: Etablering af projekt Sidevognen (01.01.2015 – 31.12.2015)</i></p> <p>Ansættelse af medarbejdere / etablering af projektorganisation - Etablering af de fysiske ramme - Formidlingskampagne i samarbejde med målgruppen - Kompetencudvikling af nøglemedarbejdere til at understøtte motivationsarbejdet og til at understøtte aktivitetsudvikling - Opstart af udviklingsproces til nye aktiviteter + igangsættelse</p> <p><i>Fase 2: Udvikling og implementering af tilbud samt styrkelse af kompetencer (01.01.2016 – 31.12.2016)</i></p> <p>Udvikling og afprøvning af sundhedsfremmende og trivselsskabende aktiviteter - Udvikling af monitoreringsredskaber til måling af nytteværdi - Videreudvikling af nødvendige kompetencer hos professionelle og ungemålgruppen</p> <p><i>Fase 3: Forankring af tilbud og implementering af erfaringer (01.01.2017 – 31.12.2017)</i></p> <p>Videreførelse af tilbud i den eksisterende organisation - Opsamling på erfaringerne i måden at arbejde med målgruppen på samt målgruppens udbytte af tilbuddet.</p>