

Handläggare
Österberg Thomas

Datum
2013-03-12

Diarienummer
VFN-2011-0180.31

Nämnden för hälsa och omsorg

Slutrapport projekt "Folkhälsa för alla"

Förslag till beslut

Nämnden för hälsa och omsorg föreslås besluta

att godkänna HSO:s slutrapport avseende projekt "Folkhälsa för alla – en fråga om tillgänglighet" och lägga den till handlingarna.

Sammanfattning

Det av HSO drivna projektet "Folkhälsa för alla – en fråga om tillgänglighet" som nämnden under två år beviljat medel till har nu avslutats. Under två år har HSO arbetat med att skapa möjligheter för personer med funktionsnedsättning att leva ett hälsosamt liv genom att erbjuda olika aktiviteter som utgår från individernas förutsättningar.

Ärendet

HSO Uppsala kommun har under år 2011 och 2012 av VFN/NHO beviljats tillgänglighetsmedel för projektet "Folkhälsa för alla – en fråga om tillgänglighet". Projektet avslutades i december 2012. Totalt har nämnden beviljat 405.000 kr (195.000 kr för år 1 och 210.000 kr för år 2). Även Landstinget i Uppsala läns mellersta länsdelsberedning har beviljat projektmedel under båda projektåren.

Projektets mål har varit att skapa möjligheter för personer med funktionsnedsättningar att få lika möjligheter att leva ett hälsosamt liv genom att skapa aktiviteter som utgår från individernas förutsättningar. En rad olika aktiviteter för personer med funktionsnedsättningar har initierats där många aktiviteter riktades mot personer med psykiska funktionsnedsättningar såsom exempelvis sittgympa och promenadgrupper. Målen med projektet nåddes i princip. Projektet har dragit slutsatsen att det finns intresse för fysiska aktiviteter hos målgruppen. Men då de ekonomiska förutsättningarna för att delta i aktiviteter varken finns hos de enskilda eller hos föreningarna så överlever inte aktiviteterna utan

projektets stöd. Projektet har också noterat att det finns för få ledare som kan leda grupperna utan ersättning. Några bestående verksamheter har projektet inte resulterat i. Enligt beslut i VFN skulle ärendet återskötteras i nämnden senast i december 2012. Ärendet har diskuterats vid kommunala handikapprådets sammanträde 2013-03-01 som beslutat skicka ärendet vidare till nämnden för avslut.

Kontoret för hälsa, vård och omsorg

Inga-Lill Björklund
Direktör

Bilaga 1: Slutrapport Folkhälsa för alla – en fråga om tillgänglighet

Slutrapport

Folkhälsa för alla – en fråga om tillgänglighet

HSO sökte och beviljades projektmedel för ett tvåårigt folkhälsoprojekt. Grunden för vårt projekt var dels den pilotstudie vi gjort, dels det förhållande att allt folkhälsoarbete syftar till att ge befolkningen en bättre hälsa. Det övergripande målet är att skapa samhälliga förutsättningar för en god hälsa på lika villkor för hela befolkningen. Planen var att målet skulle nås genom olika insatser från många olika aktörer.

Vi konstaterade redan efter vår lilla pilotstudie att många personer med funktionsnedsättning hamnar utanför det folkhälsoarbete som bedrivs i samhället idag. I många grupper, bla annat personer med psykiska funktionsnedsättningar, kan man dock se att behovet av att leva ett hälsosammare liv och vara mån om sitt eget välbefinnande är mycket stort.

Den studie vi gjorde blev föremål för ett förankringsarbete där vi i kursform och på annat sätt diskuterar med våra föreningar vad vi gemensamt kan göra för att kunna lyfta frågan om bättre hälsa. Syftet med den förankringen är att planera ett genomförande av verksamheter.

Efter förankringen har vi försökt bygga upp en organisation med fokus på folkhälsa med en målsättning att få igång 10-20 grupper med 5-10 deltagare under tvåårsperioden

En referensgrupp med föreningsaktiva personer som är intresserade av att arbeta med folkhälsofrågor i sina föreningar och gemensamt inom HSO bildades. Syftet var att undersöka vad man uppfattade som angelägna områden att arbeta med inom projektet Folkhälsa för alla. Vi arrangerade en kurs vars syfte var att tillsammans lägga upp målplaner för hur man vill jobba med folkhälsa inom föreningarna och gemensamt.

Kontakter har tagits med träffpunkterna för personer med psykisk ohälsa i Uppsala. Ett samarbete med Club Lindormen inleddes, som resulterade i en fyra dagar lång friskvårdskurs, med uppföljning ett år senare, Hela Dej, med kursledare från bl.a. HSO och RSMH. Under denna kurs utarbetade Club Lindormen en målplan för hur de ska arbeta hälsoinriktat. Bl a planeras en matlagningscirkel samt en studiecirkel kring RSMH:s kursmaterial Friskvård och livsstilsfrågor. Planen var att gå vidare och stötta de andra träffpunkterna till att starta liknande verksamheter.

En styrgrupp för projektet bestående av projekthandläggaren och representanter för HSO, Reumatikerföreningen samt NHR tillsattes.

I maj 2011 övertog HSO föreningsgården Ekolnsnäs, som tidigare har drivits av DHR. Planer togs fram hur HSO skulle kunna starta upp verksamheter på Ekolnsnäs. Planen är att gården ska ha en stark hälsoprofil, och föreståndaren som anställts har en bakgrund som hälsopedagog. Vi har genomfört föreningsgemensamma s k inspirationsdagar på Ekolnsnäs, där tanken varit att deltagarna skall inspireras till att vilja gå vidare med något av det som de får pröva på under dagarna. Inspirationsdagarna fokuserade på hälsa för både kropp och själ. Priset hölls medvetet lågt för att det också vara tillgängligt även för resurssvaga grupper. Intresset var stort när de första dagarna utannonserades och de blev snabbt fullbokade. Konceptet för en inspirationsdag var att den ska innehålla någon form av föreläsning och någon form av aktivitet, samt att lunch.

En av idéerna bakom inspirationsdagarna är helt enkelt att anordna intressanta arrangemang av hög kvalitet riktat till daglediga till ett pris som även personer i ett utsatt ekonomiskt läge kan ha råd med. Den andra idén var att HSO skulle hjälpa till att starta upp fortsatta aktiviteter för dem som är intresserade av att gå vidare med det de fått pröva på under inspirationsdagen.

Ekolnsnäs kan användas av föreningarna till olika typer av verksamhet, t ex planeringsdagar, möten och kurser. En kurs i mindfulness för medlemmar i Attention som arrangerades av Attention i samarbete med HSO. Intresset var där mycket stort och önskemål finns om ytterligare kurser.

Målet var att fler föreningar skulle anordna liknande kurser.

En gemensam promenadgrupp för daglediga startades med möjlighet att äta lunch innan på Gränden för den som ville. Gruppen promenerade tillsammans varje vecka och utöver syftet att komma ut och röra på sig har gruppen förstås även ett socialt syfte.

Styrgrupp och referensgrupp hade regelbundna möten för att planera aktiviteter och stämma av.

De inspirationsdagar som gavs på Ekolnsnäs och Gysinge under hösten 2011 resulterade i några uppföljningsmöten. RSMH med "Lev lättare liv" och Reumatikerföreningens "Mat, livsstil, rörelse". Båda dessa teman innehöll ämnen som kostlära, matlagningstips, mindfulness, fysisk aktivitet och avslappning. Båda blev väldigt uppskattade av brukarna men fick ingen fortsättning p.g.a. bristande tillgång till engagerade ledare som vill arbeta rent ideellt.

Inom projektramen har mängder av folkhälsobringande initiativ som tagits -- Skridskoåkning med möjlighet till fika, på vintern. Badcafé på sommaren, konstvernissage m.m på Ekolnsnäs

Vi har deltagit i en av Attention administrerad mässa med folkhälsofrågor.

Avtal ha tecknats med Fyrishov om reducerade priser på hyror av lokaler för gruppövningar samt nyttjande av varmbassäng. En förening (RTP) nappade på erbjudandet och hade en badgrupp igår under en termin. När subventionen från projektet inte längre fanns kunde man emellertid inte fortsätta

Avtal med Kraft-källan för träning på individnivå tecknades där avtalet gick ut på att kostnaden för medlemmar i HSO skulle få samma pris som "Fysisk Aktivitet på Recept". Det har hittills resulterat i att 13 personer inom 7 olika föreningar har köpt sådan tillgänglighet under 2012, och fler fortsätter nu under 2013.

Härutöver har Träffpunkterna startat med Innebandy, Reumatikerföreningen med Sittgympa och textil verksamhet (färg och form) och det har administrerats ledsagarhjälp till Friskis och Träffpunkterna.

De slutsatser vi kan dra av projektet är att

Intresset är stort för den här typen av aktiviteter bland alla typer av personer med funktionsnedsättning men de ekonomiska förutsättningarna finns inte hos den enskilde individen att betala ur den egna plånboken. Föreningarna kan inte som vi har kunnat göra i projektet gå in och subventionera.

En annan slutsats man kan dra är att det finns alldeles för få engagerade "ledare" som vill ta på sig dyligt ansvar utan skälig ekonomisk ersättning. I en eventuell fortsättning av ett folkhälsoprojekt skulle vi lägga mycket energi på ledarutbildning.

I princip nådde vi målen med projektet, men tyvärr har att det inte blivit de bestående verksamheter som vi hoppats på.

HANDIKAPPFÖRENINGARNAS SAMARBETSORGAN I UPPSALA KOMMUN

Fredrik Larsson

Ordförande

Bilaga.

Folkhälsa för alla

Ekonomisk Redovisning år 1 o 2

Kostnader

	Redov.År 1	Redov År2
Personalkostnader	308.000	312.849
Stöd till fören/kurser/lok od	48.400	60.000
Telefon, data, kontor etc.	7.000	12.000
Diverse	11.800	15.000
Summa kostnader	375.200	399.949

Intäkter

Projektbidrag Lt	50.000	50.000
Projektbidrag Uppsala kommun	195.000	210.000
Egeninsats	130.200	139.949
Summa intäkter	375.200	399.949