

**Skema 2: Projektbeskrivelsesskema
"Organisationspulje"**

1.	Indsatsens titel:	Smøger? Nej tak
2.	Baggrund og vision for indsatsen:	<p>Studier fra Rudersdal Kommune viser, at sundhedsadfærden hos borgere med psykosociale handicap og borgere med udviklingshæmning med er så dårlig at den medfører en forventet levetid, der gennemsnitlig er 15-20 år kortere end for resten af befolkningens¹⁾. Rygning er den risikofaktor, der mest markant påvirker sygelighed og sundhed i befolkningen²⁾.</p> <p>Med "Smøger? Nej tak" vil vi lave målrettede rygestopforløb for beboere og medarbejdere på bo- og dagtilbud for udviklingshæmmede. Det bliver forløb, som skræddersyes, så institutionerne let kan indarbejde dem i hverdagen og inkludere alle deltagere. "Smøger? Nej tak" bygger på at alle har en klar målsætning om rygestop, så alle på institutionen kan arbejde sammen om rygestoppet. De støtter hinanden og kigger på hvordan de takler/ændrer hverdagssituationer, hvor rygetrangen er størst. Med et fælles projekt vil "normale skel" mellem beboer og personale ophæves. Alle bliver aktive deltagere, som løbende støtter og fastholder hinanden med rygestoppet.</p> <p>1) Kilder: http://rudersdal.lokalavisen.dk/udviklingshaemmede-lever-for-usundt-/20130603/artikler/706039445/1036 ; 2) http://rogfrihed.dk/index.php?id=1842</p>
3.	Overordnet mål – herunder forebyggelses og sundhedsfremme perspektiv:	<p>75 % af udviklingshæmmede og medarbejdere på de 11 involverede bo- og dagtilbud har reduceret deres cigaretforbrug eller er stoppet med at ryge.</p> <p>Der eksisterer ingen rygestopforløb målrettet beboere og medarbejdere på bo- og dagtilbud, som er lette og attraktive at bruge og har en høj succesrate.</p>
	Delmål:	<p>Udvikle materialet "Smøger? Nej tak" til alle på bo- og dagtilbud.</p> <p>Afholde "Smøger? Nej tak" forløb på 11 bo- og dagtilbud.</p> <p>Uddanne 6 brugervejledere (udv. hæmmede, som er stoppet med at ryge) til at holde foredrag.</p> <p>Inddrage de involverede institutioners erfaringer i forløbet, så forløbet bliver så attraktive, at andre bo- og dagtilbud vil bruge forløbet.</p>

4.	Indsatsens fokusområder:	<p>Få deltagerne til at hjælpe hinanden med at stoppe med at ryge, så det bliver en fælles daglig indsats, hvor alle hjælper hinanden, også på tværs af de ”normale” skel mellem fx beboere og personale.</p> <p>Rygning er kendetegnet ved, at man som ryger indgår i et fællesskab. Dette vil vi arbejde bevidst med ved at få deltagerne til at arbejde med at skabe andre situationer, hvor de oplever fællesskab.</p> <p>Det kan være at arbejdspladsen arbejder med deres regler for pauser, som fx at lave pauser, hvor man har adgang til frisk frugt, der bliver skåret ud og ligger klar til at spise eller pauser. Det kan være en pause, hvor man lige strækker kroppen igennem eller laver en eller anden ting sammen, så deltagerne ikke oplever at rygestoppet betyder at de mister deres vanlige pauser.</p>
5.	Målgruppe(r):	<p>Beboere og medarbejdere på bo- og dagtilbud for udviklingshæmmede.</p> <p>Gruppen, som tilbydes ”Smøger? Nej tak” vil bestå af mennesker med og uden udviklingshæmning. Det er et fælles tilbud, som tilbydes alle storrygere/rygere tilknyttet stedet. Projektet går således på tværs af normal afgrænsning for målgrupper. I ULF vil vi få alle til at fokusere på den ønskede ændring og etablering af samarbejde i dagligdagen. Vi vil således arbejde med at skabe fælles mål, og hvordan man kan støtte hinanden i at nå disse uanset om udviklingshæmning eller ej.</p>
6.	Inddragelse af målgruppen i øvrigt:	<p>Projektet opbygges med en pilotfase hvor forløbene udvikles sammen med 4 institutioner, så erfaringer fra praksis bliver indarbejdet i materiale, tilrettelæggelse af forløb og tilbud om opfølgning. Endvidere vil vi løbende bede de involverede institutioner om feed back, så vi kan indarbejde dette i forløbene.</p> <p>De involverede institutioner og borgere inddrages aktivt via tilbud om lukkede Facebook sider, så de direkte kan udveksle erfaringer med hinanden.</p> <p>Udviklingshæmmedes erfaringer inddrages gennem uddannelse af brugervejledere i rygestop, som netop skal fortælle om deres erfaringer med rygestop.</p>
7.	Rekruttering af målgruppen til indsatsen:	<p>Via vores store netværk til bl.a. kommuner og vores ca. 3000 medlemmer hvoraf 244 er bo- og dagtilbud.</p>

8.	Aktiviteter og metoder:	<p>Metoden bygger på at deltagerne får redskaber til at stoppe rygning og at rygestoppet bliver en del af deres daglige fællesskab, så alle hele tiden kan støtte hinanden i rygestoppet. I ULF oplever vi, at denne længerevarende indsats og støtte er essentielt for at udviklingshæmmede kan lære og fastholde nye vaner.</p> <p>Aktiviteterne inkluderer:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Uddannelse af brugervejleder i foredrag om rygestop. - Udvikle metoder og materiale målrettet til alle på bo- og dagtilbud. - Oplæg, sparring og opfølgning med rygestopkonsulent og brugervejleder fra ULF. Længde og antal gange aftales med det enkelte bo- og dagtilbud. <p>Selve forløbet vil indeholde: Introduktion til forløbet, forberedelse af selve stoppet, håndtering af risikosituationer, fastholdelse af rygestop og hjælp til fremtiden. Den løbende sparring vil især involvere identifikation af risikosituationer og tackling af disse. Det vil have fokus på hvordan fastholdes rygestoppet, og udvikling af visuelle parameter til fx at se hvor meget man har sparrer ved at kvitte smøgerne.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arbejde med hvordan erstatter stederne kan etablere pauser med fælles ting, som kan erstatte de vanlige rygesituationer. - Etablering af Facebook grupper for erfaringsudvikling mellem bo- og værkstedstilbud og sparring fra rygestopkonsulent. - Oprettelse af SMS service, så deltagerne direkte kan modtage gode råd og opmuntring.
9.	Sikring af kompetencer blandt fagpersonale (denne udfyldes hvis relevant):	<p>Alle forløb, sparring og udvikling af materiale bliver lavet af uddannet rygestopinstruktør med faglig baggrund som sygeplejerske og med mere end 5 års erfaring med at udvikle sundhedsfaglige tilbud til udviklingshæmmede og deres personalegrupper.</p>
10.	Samarbejde med andre aktører:	<p>Samarbejdet med involverede bo- og dagtilbud samt deres hjemkommuner indgår som en naturlig del af projektet. Desuden vil vi samarbejde med de involverede faggruppers faglige foreninger, som fx SL, som ULF allerede arbejder tæt sammen med.</p>

11.	Arenær:	<p>De involverede bo- og dagtilbud er de centrale arenaer i ”Smøger? Nej tak”. De bliver aktiveret via de afholdte undervisningsforløb i rygestop. En del af undervisningen vil være planlægning at deltagerne arbejder med hvordan stederne kan støtte til dem med rygestoppet i deres dagligdag.</p> <p>Foruden kontakt til institutioner vil vi også have tæt kontakt til kommuner for de involverede institutioner. Desuden vil vi tage kontakt til øvrige kommuner og private institutioner for at udbrede kendskabet til ”Smøger? Nej tak”.</p>
12.	Risici og udfordringer:	<p>Frafald blandt deltagere kan trække flere med, så flere opgiver deres rygestop. For at i møde komme dette vil vi arbejde med risiko-situationer, hvoraf en er omgang med rygere, og håndtering af disse.</p> <p>Mange udviklingshæmmede har problemer med overvægt, og dette kan let blive større ved rygestop. ULF har udviklet materiale om sunde kost- og motionsvaner målrettet udviklingshæmmede og vil tilbyde dette til de involverede institutioner, som en del af forløbet.</p>
13.	Tilpasning til den eksisterende indsats, hvis relevante:	<p>”Smøger? Nej tak” er et helt nyt og unikt initiativ, hvor mennesker med fælles hverdage, men med meget forskellige forudsætninger, arbejder sammen om at støtte hinanden i at stoppe med at ryge. Det giver fokus på fælles udfordringer frem for forskellighed og de normale skel mellem fx medarbejdere og beboere.</p>
14.	Dokumentation og afrapportering:	<p>Der føres logbog over afholdte forløb med angivelse af undervisning, sparring og antal deltagere. Ved afslutning af forløbene udfylder deltagerne en skriftlig evaluering, som sammen med udviklet materiale og projektleders erfaringer samles til en samlet afrapportering.</p>
15.	Formidling og kommunikation:	<p>Formidling til potentielle deltagere sker via nyhedsmails og opslag til ULFs netværk.</p> <p>Formidling om materiale og forløb udviklet under ”Smøger? Nej tak” sker i relevante fagblade, hjemmesider, nyhedsmails og på konference.</p>

16.	Projektets forankring, hvis relevant:	<p>Det udviklede materiale vil lægge frit tilgængeligt, så alle fremover kan bruge det.</p> <p>Vi vil efter projektets udløb tilbyde rygestop forløb målrettet beboere og personale på bo- og dagtilbud mod betaling af omkostninger til afholdelse. ULF vil fremover have mulighed for at tilbyde foredrag om rygestop med brugervejledere.</p>
17.	Projektets organisering og bemanding:	<p>ULF er ansvarlig for projektet. Projektchef Jane Jensen er overordnet ansvarlig for økonomi og projektleder Joan Riis er ansvarlig for gennemførelse af projektets aktiviteter. De uddannede brugervejledere i projektet er ansvarlige for foredrag og formidling af deres erfaringer med rygestop.</p> <p>Med de involverede institutioner indgås samarbejdsaftale om deres arbejde med rygestop-forløbene.</p>
18.	Tidsplan:	<p>Projektet forventes igangsat: <u>1. november 2014.</u> og afsluttet: <u>31. december 2016.</u></p> <p>Angiv en plan for hvert finansår:</p> <p><u>Inden 1. okt.2014:</u> Projektleder er ansat</p> <p><u>1. nov. – 1. dec. 2014:</u> Pilot institutioner er udvalgt og forløb er aftalt</p> <ul style="list-style-type: none"> - Første udkast til forløb og materiale er udarbejdet. <p><u>2015:</u> - Pilotforløb på 3 institutioner er afholdt og erfaringer er indarbejdet i forløb og materiale.</p> <ul style="list-style-type: none"> - 6 brugervejledere er uddannet til at holde foredrag om rygestop. - Lukket Facebook gruppe er etableret. - Forløb på i alt 5 institutioner er afholdt. <p><u>2016:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Forløb for 6 institutioner er afholdt. - Erfaringer fra alle forløb er indarbejdet i materiale og forløb. - Materialet er frit tilgængeligt på internettet.