



# SUND I HØMARKEN

Peter Mindegaard

2014:13



# Sund i Hømarken

Peter Mindegaard

## Sund i Hømarken

Peter Mindegaard

Center for forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund,  
Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet

Udgivet 2014

ISBN 978-87-93192-20-1

Serie: Movements, 2014:13

Serieudgiver: Institut for Idræt og Biomekanik

Forsidefoto: Getty Images

Forsidelayout: UniSats

Opsætning: Lone Bolwig

Tryk: Print & Sign, Odense



Billede 1. Skovbohus i Hømarken.

*Det er ikke overstået med Sund i Hømarken. Vi er endnu ikke kommet frem til modellen for, hvordan man arbejder med denne målgruppe, hvordan man inddrager dem, hvordan bringer man dem videre, så de kan klare sig selv ... men vi har taget nogle første skridt (Medlem af styregruppen).*

# Indhold

<b>Indledning .....</b>	<b>5</b>
Evalueringen, formål og metoder .....	5
Hømarken .....	6
<b>Beskrivelse og evaluering af sundhedsfremmende aktiviteter .....</b>	<b>8</b>
Metode og indhold .....	8
Fysisk aktivitet .....	9
Gymnastik .....	10
Gåklub .....	10
Løbeskole .....	10
Etablering af Motionsrum .....	11
Multimotion .....	12
Vandgymnastik .....	12
Zumba .....	13
Spilleklubben i Hømarken .....	14
Opsamling på motionsaktiviteter .....	14
Kost .....	16
Julehygge i Skovbyhus .....	17
Individuel Kostvejledning .....	17
Slankeskole .....	18
Madværksted for familier .....	18
Madklub .....	19
Madværksted for kvinder .....	19
Kulinarisk Sydfyn .....	20
Sommersjov .....	20
Opsamling på kostprojekterne .....	22
Mental sundhed .....	23
Skabt i Hømarken .....	23
Film i Hømarken .....	24
Afspænding i Hømarken .....	25
Fortællerklub .....	26
Kreativt værksted .....	26
Kun for mænd .....	27
Opsamling på Mental Sundhed .....	28
Social kapital .....	29
Sport på storskærm .....	29
Beboergården .....	30
Tirsdagskaffe .....	30
Førtidspensionister .....	31
Familiesjov .....	31
Opsamling på social kapital .....	32

Rygning .....	33
Rygestopevent i Cosmos.....	33
Individuelt rygestop.....	34
Rygestop – Kom og kvit.....	34
Opsamling på rygestopaktiviteter .....	35
Rekruttering .....	36
Rekrutteringsaktiviteter .....	37
Åbent hus.....	37
Rekrutteringskorps .....	39
Sund Cafe .....	39
Sund Snak.....	40
Opsamling på rekrutteringsaktiviteter.....	40
Hvor mange har deltaget i aktiviteterne?.....	41
Opsamling på aktiviteterne .....	43
<b>Analyse af projektets samarbejde .....</b>	<b>47</b>
Rammer og vilkår bag Sund i Hømarken.....	48
Hømarken som kontekst for et projekt .....	48
Organisationsformen .....	50
Aktørniveauet .....	51
<b>Konklusion .....</b>	<b>53</b>
<b>Litteratur .....</b>	<b>55</b>

## Indledning

Hømarken, der består af boligkvartererne Byparken og Skovparken, beliggende i den nordlige del af Svendborg Kommune, er et såkaldt udsat boligområde, med mange mindre resourcestærke borgere. En følge deraf er, at der er mange sundhedsudfordringer i området.

Sundhedsstyrelsen afsatte 87,6 mio. kr. på sundhedsområdet inden for satspuljeforliget til i perioden 2010-2013 at arbejde med *Forebyggelsesindsatser i nærmiljøet*, for derigennem at skabe *sundhed, tryghed og trivsel* for borgerne. Svendborg Kommune søgte og fik bevilliget 7,7 mio. kr. til at arbejde med projekt Sund i Hømarken. Det fremgår, at projektet ”*skal fremme sundheden og trivslen blandt beboerne i nærmiljøet gennem borgerinddragende metoder og tværfagligt samarbejde*”.

Mere specifikt relateres projektet til fem delmål: 1) at øge den sociale kapital i nærmiljøet, 2) at styrke det tværfaglige samarbejde i nærmiljøet, 3) at skabe sunde rammer i nærmiljøet, 4) at øge sundhedstilstanden blandt områdets beboere, og 5) at udvikle effektive metoder til rekruttering og fastholdelse. Da det sidste af de fem delmål er tværgående, skal det ses som værende indeholdt i de fire andre delmål.

## Evalueringen, formål og metoder

Denne evaluering af Sund i Hømarken tager sigte på at belyse dele af det 2), 3) og 5) delmål. Det gøres i to metodisk og teoretisk adskilte delundersøgelser.

I den første delundersøgelse beskrives og vurderes de gennemførte sundhedsfremmende aktiviteter. Det gøres ved 1) at beskrive alle større sundhedsfremmende aktiviteter ud fra oplysninger, som Sund i Hømarken har stillet til rådighed for undersøgelsen (projektbeskrivelser, interne evalueringer med videre) og interview med aktivitetsansvarlige og deltagere, 2) at analysere de foreliggende data fra evalueringerne af hver af de gennemførte aktiviteter, 3) at analysere ’tilgængeligheden’ til sundhedsfremmende aktiviteter i boligområdet med særlig fokus på fysiske rammer og rum (faciliteter) for aktiviteter og organiserede tilbud og aktiviteter, og 4) på baggrund af ovenstående at give en samlet vurdering af aktiviteterne i projektet ud fra de anbefalinger vedrørende sundhedsfremme, der blev fremlagt i Forebyggelseskommissionens rapport, samt foreliggende forskning på området.

I den anden delundersøgelse analyseres det, hvordan samarbejdet om projektet har fungeret. Denne del af undersøgelsen tager udgangspunkt i tre begreber, som studier har påvist er centrale for implementeringen og forankringen af nye tiltag og projekter: 1) forståelse: har de forskellige aktører og samarbejdspartnere forstået målet med samt omfanget og karakteren af den konkrete opgave, 2) vilje: har de forskellige aktører og samarbejdspartnere grundlæggende en vilje til og interesse i at virkeliggøre de mål og aktiviteter, der gælder for projektet (prioriteres formålet/aktiviteterne, og har det opmærksomhed i den enkelte organisation), og 3) evner: har de centrale aktører og samarbejdspartnere de nødvendige evner (kompetencer, faglighed) og ressourcer (økonomi og tid) til at gennemføre aktiviteterne? Det handler i denne sammenhæng både om specifikke faglige kompetencer og erfaring med samarbejde med andre organiseringsformer på tværs af fagområder og organisationer.

I forbindelse hermed skal denne del af undersøgelsen belyse, hvilken betydning følgende forhold har haft for projektets gennemførelse, udvikling og forankring: a) de overordnede politiske rammer/vilkår for etableringen af samarbejdet om projektet, b) den lokale/konkrete kontekst, såsom særlige forhold i boligkvarteret og dets relationer til omgivelserne, som kan have betydning for samarbejdet om projektet, c) organisationsformen, det vil sige den måde projektet er organiseret på, og d) personerne, da samarbejdet i høj grad afhænger af, hvilke personer der engagerer sig deri, og hvad der motiverer de enkelte aktører til at engagere sig i samarbejdet. Formålet er at udlede projektarbejdets fremmende eller hæmmende elementer.

### Hømarken

Det område, der kendes som Hømarken, ligger i Svendborgs nordøstligste del, omtrent tre km fra byens centrum. Området hører ind under Svendborg Andels-Boligforening (SAB) og er blevet bygget i tre etaper: Byparken i 1971, Skovparken i 1980 og Skovbyhus i 1989. Afdeling 14 Byparken omfatter 7 boligblokke med 252 lejemål, 19 klynger med i alt 62 lejemål, hvoraf 42 er ældreboliger, og 6 karreer med sammenlagt 414 lejemål, hvoraf de 46 er tilgængelighedslejligheder. I de sammenlagt 728 lejemål bor omtrent 1.100 beboere. En del af lejemålene står pt. tomme.

I det meste af projektperioden har der været gang i en gennemgribende reovering af lejemålene. Det har i nogen grad påvirket beboernes dagligdag, da alle i en periode har været genhuset, hvormed mange daglige rutiner er blevet brudt. Formålet med reoveringen har været at gøre områdets boligmasse tidssvarende og dermed sikre, at andelen af lejemål, der står tomme, mindskes. Samtidig er der talt om, at der i forbindelse med reoveringen har været en hurtigere fraflytning fra bebyggelsen end førhen, hvor man typisk blev i lejemålet i tre til fire år.

Centralt i området ligger Nymarksskolen. Den overgik i sensommeren 2013 fra at være en traditionel folkeskole til at være udskolingsskole for alle kommunens 8. og 9. klasses elever. I forbindelse med Nymarksskolen er der idrætshal, boldbaner, skolekøkken med mere. Trods de gode faciliteter er der kun få idrætsforeninger til stede i lokalområdet. Der findes også et områdekontor for hjemmeplejen, en vuggestue, en børnehave, et fritidshjem og en gæstedagpleje i lokalområdet.

Ud af Hømarkens omtrent 1.100 beboere har omtrent halvdelen anden etnisk oprindelse end dansk. De to største ikke-etnisk danske grupper udgøres af henholdsvis tyrkere og personer fra det tidligere Jugoslavien. Den etnisk danske gruppe er kendetegnet ved, at de, oftere end de andre beboergrupper, lever alene, har få familiære kontakter, og ofte lever usundt. I denne gruppe forefindes der også personer med et stort alkoholforbrug. Den etnisk tyrkiske gruppe er meget homogen, da de kommer fra det samme område af Tyrkiet. Det giver på den ene side et stærkt sammenhold, men på den anden side er der også en vis grad af social kontrol. Gruppen af personer fra det tidligere jugoslaviske område er delt op på mange befolkningsgrupper, der ofte er kendetegnede ved, at de har mange traumer, og for de flestes vedkommende en usund livsstil (Sund i Hømarken 2011).

Af en nærmiljø sundhedsprofil fremgår det, at over en tredjedel af beboerne vurderer deres



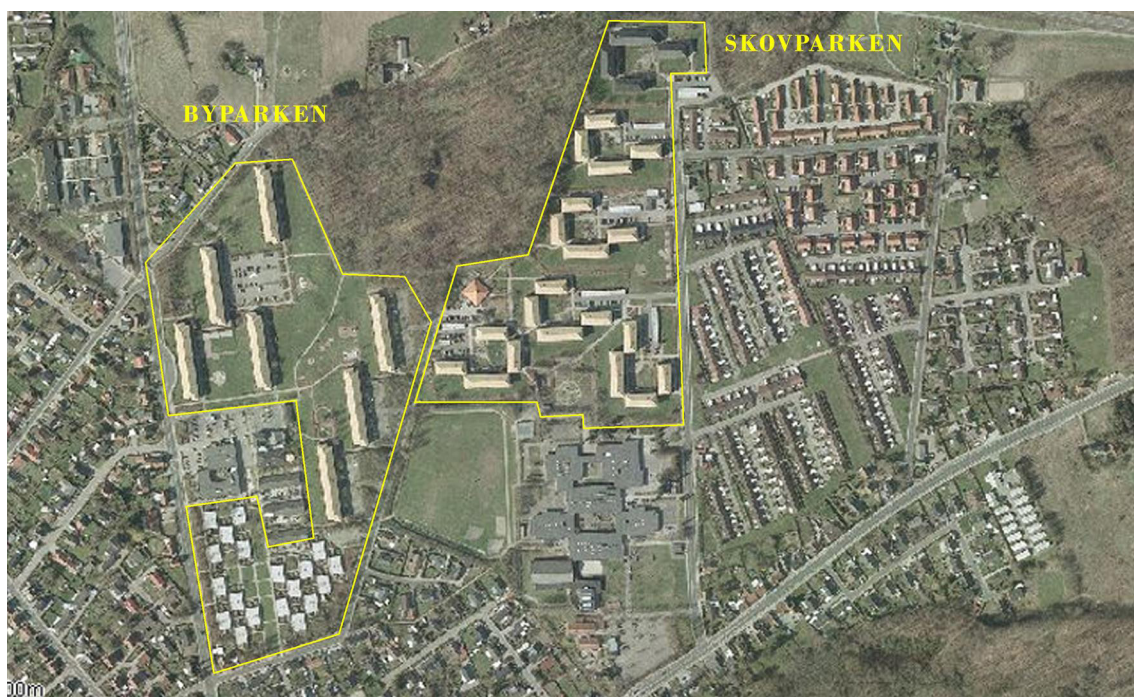
sundhedstilstand som værende god, mens 15 % vurderer den til at være dårlig, og at syv ud af 10 oplyser, at de har oplevet fysiske smerter (Sund i Hømarken 2011).

Endvidere oplever 44 % nogle gange, at de er ufrivilligt alene. Denne gruppe består primært af enlige med og uden børn, og de står oftest uden for arbejdsmarkedet (Sund i Hømarken 2011).

En generelt set stor del af beboerne føler, at de har en god mental sundhed. Dem der svarer, at de ikke har det, er kendetegnede ved eksempelvis at have en dårlig økonomi, være ramt af sygdom eller stå uden for arbejdsmarkedet.

I forhold til fysisk aktivitet, så svarer sammenlagt 75 %, at de aldrig dyrker motion sammen med andre i en forening eller klub, mens det kun er hver femte beboer, der er så fysisk aktiv, som Sundhedsstyrelsen anbefaler (Sund i Hømarken 2011).

Halvdelen af beboerne i Hømarken er normalvægtige, mens 32 % er overvægtige og 17 % er svært overvægtige. Samtidig er over halvdelen af indbyggerne rygere, hvoraf en stor del er inkarnerede rygere. Endelig er der en lille gruppe etnisk dansk mænd, der har et stort alkoholforbrug, men generelt set er alkohol ikke et stort problem i området (Sund i Hømarken 2011).



Billede 2. Oversigt over Hømarken ([www.sund-i-homarken.dk](http://www.sund-i-homarken.dk)).

## Beskrivelse og evaluering af sundhedsfremmende aktiviteter

### Metode og indhold

Den første del af analysen tager udgangspunkt i det materiale, der omhandler de forskellige aktiviteter der er iværksat i forbindelse med Sund i Hømarken. Det omfatter projektbeskrivelser, interne projektevalueringer, baggrundsnotater, dokumentation over for Sundhedsstyrelsen, med mere. På baggrund af en gennemlæsning er aktiviteterne blevet inddelt i seks fokusområder, henholdsvis Rygning, Fysisk aktivitet, Kost, Social kapital, Mental Sundhed og Rekruttering. De tre første kan henføres til Forebyggelseskommissionens områder, med de dertil hørende anbefalinger (Forebyggelseskommissionen 2009), og de tre sidste fokusområder dækker typisk flere af Forebyggelseskommissionens fokusområder.

Formålet med opdelingen er, at operationalisere materialet, således at det er muligt at analysere og validere de forskellige aktiviteter i henhold til de anbefalinger, der er på de forskellige områder. Hvert afsnit indledes således med en kort gennemgang af, hvordan fokusområdet skal forstås, hvorefter der kommer en kort gennemgang af aktiviteterne. Hvert fokusområde afsluttes med en opsamling af aktiviteterne, og herunder også en vurdering af deres betydning i forhold til anbefalingerne på området.

Evalueringen, og dens metode, skal ses i relation til, at det af projektets opdrag fremgik, at man skulle afprøve forskellige metoder i arbejdet med mindre ressourcestærke borgere. Man har i den forbindelse arbejdet med seks metoder.

For det første er der arbejdet med beboernes sociale kapital, ud fra et ønske om, at opbygge en større fællesskabsfølelse i Hømarken. Derfor var der et ønske om, at så mange beboere som muligt deltager i aktiviteterne. Man arbejder i den forbindelse dels med den antagelse, at der hos mange beboere er en afgrænset social kapital. Det kan på den ene side medføre stærk gruppesamhørighed, mens det på den anden side kan ekskludere denne gruppe fra det større fællesskab. Dels arbejder man med brobyggende kapital, hvor det er ønsket at bringe forskellige grupper sammen, for dermed at øge den samlede kapital og tillid i lokalområdet.

For det andet anses det som vigtigt at inddrage borgerne i projektet. Det skal ske ud fra en fordomsfri tilgang til beboerne, hvor der opstilles konkrete rammer ud fra beboernes ønsker, hvorefter de selv er med til at definere aktiviteterne indhold. I den forbindelse arbejdes der med Assed Based Community Development, hvor man synliggør styrker og ressourcer i et lokalområde, og Appreciative Inquiry, et værktøj, hvor beboerne mødes med en anerkendende tilgang.

For det tredje, og i forlængelse af ovenstående, arbejdes der endvidere med proaktiv rekruttering af beboere til aktiviteterne, da denne metode tidligere har vist sig effektiv, i forhold til at rekruttere mindre ressourcestærke grupper til eksempelvis rygestopkurser (Sundhedsstyrelsen 2003).

For det fjerde er der fokus på, at arbejde med motiverende metoder over for beboerne. Det skal sikre, at beboerne på den ene side ikke opfatter sig som stigmatiserede, mens de på den anden side får et positivt indblik i de konsekvenser, der kan være ved arbejdet med adfærdsændringer.

For det femte arbejder man ud fra metoden Små Skridt, da det er en langvarig proces at iværksætte adfærdsændringer. Denne metode indebærer, at man opstiller realistiske krav til beboerne, og at man bedømmer resultaterne ud fra en anerkendende bedømmelse af de en-

keltas forudsætninger.

For det sjette arbejder man med kunst og kreativitet. Dette sker ud fra en antagelse om, at man, ved ikke kun at arbejde med fysisk sundhed, som i meget traditionelt sundhedsfremmende arbejde, kan medvirke til også at styrke den mentale sundhed. Man søger dermed efter at give de involverede en større livskvalitet.

## **Fysisk aktivitet**

Forebyggelseskommissionen anbefaler blandt andet, at det generelle kendskab til motionsanbefalingerne skal udbredes, specielt over for inaktive grupper, og at det skal gøres lettere for børn og unge at være fysisk aktive i mindst en time om dagen. Projektets fokusering på fysisk aktivitet skal ses i relation til, at under hver femte beboer i Hømarken bevæger sig nok i forhold til Sundhedsstyrelsens anbefalinger, samtidig med at 75 % aldrig dyrker motion i forening eller klub (Sund i Hømarken 2011).

Tallene fra Hømarken stemmer overens med forskningen på området, der viser en stor skævhed i befolkningens idrætsdeltagelse, når der ses på social baggrund, uddannelse, husstandsindkomst og beskæftigelsesform (Laub 2013). Personer med kort uddannelse, lav indkomst og ingen tilknytning til arbejdsmarkedet har således signifikant lavere idrætsdeltagelse end personer med en lang uddannelse, høj indkomst og tilknytning til arbejdsmarkedet.

En årsag til at fysisk aktivitet er meget relevant i forhold til eksempelvis Sund i Hømarken skyldes, at fysisk inaktivitet, efter rygning, er den næststørste årsag til tidlig død, nemlig i 7,4 % af alle tilfælde. Samtidig betyder fysisk inaktivitet en gennemsnitlig reduktion i midllevetiden på 0,8 år, og et tab af 7,1 kvalitetsjusterede leveår (Juel, Sørensen & Brønnum-Hansen).

Hømarkens beboeres fysiske aktivitet skal endvidere ses i relation til, at danskerne generelt set har øget deres motions- og sportsvaner i tidsperioden 2007 til 2011 (Laub 2013). Samtidig er der sket mere end en fordobling i antallet af svært overvægtige i perioden fra 1987 til 2005, og der er en stadig stigning i antallet af overvægtige (Juel, Sørensen & Brønnum-Hansen). Et forhold, der kan henføres til, at der er stor forskel på sundhed i forhold til ens sociale positionering (Forebyggelseskommissionen 2009). Dette kunne tyde på, at de kun lidt fysisk aktive bliver stadig mere inaktive.

Et centralt emne i forbindelse med etableringen af rum for fysisk aktivitet i Hømarken har været, hvor vidt, og i givet fald, hvor meget, deltagerne selv skal betale. Fra projektholdet har spørgsmålet således været, om man vil medvirke til at videreføre en ”projektkultur”, hvor deltagelse i fysiske aktiviteter er et uforpligtigende tilbud, eller om man vil arbejde hen mod at forvente det samme af Hømarkens beboere som man forventer af andre, nemlig, at de betaler for deltagelse i fysiske aktiviteter? Man har valgt sidstnævnte model, og gradvist søgt at normalisere tilbuddene mest muligt, ved at afprøve modeller for deltagerbetaling.

Sammenlagt er der i perioden fra 2011 til 2014 gennemført otte aktiviteter, der primært har fysisk aktivitet som fokusområde. Disse aktiviteter omhandler, Gymnastik, Gåklub, Løbeskole, Etablering af Motionsrum, Multimotion, Vandgymnastik, Spilleklub i Hømarken og Zumba.

### **Gymnastik**

Aktiviteten Gymnastik er en videreførelse af Projekt SMUK, Sunde Mennesker Uanset Kultur, der startede et gymnastikhold for kvinder med anden etnisk baggrund end dansk. Efter 15 måneder overtog Sund i Hømarken aktiviteten, som de efterfølgende har stået for i 2012 og 2013. Aktiviteten foregik en gang om ugen i kælderen på Skovbyhus. Den bestod af opvarmning, forskellige konditions-, koordinations- og styrkeøvelser efterfulgt af udstrækning. Der var også mulighed for at låne rekvisitter med hjem. Fastholdelse af deltagerne skete ved hjælp af SMS før hver træning.

Formålet var dels at lære nogle af beboerne i Hømarken at kende, dels at få kvinderne til fortsat at være aktive, og herunder at få dem til at udføre nogle af øvelserne hjemme, for dermed at øge deres kropsforståelse. Der var endvidere en plan om, at der skulle uddannes to instruktører, som på sigt kunne overtage holdet, og drive det videre.

Deltagerantallet faldt markant i hele perioden. I 2011 figurerede der sammenlagt 33 navne på kvinder, der var tilknyttet gymnastikken, mens der i starten af 2012 var 8-15 deltagere, hvilket igen faldt til 5-8 i slutningen af perioden. Til sæsonen 2013 ville man prøve med egenbetaling, og man udvidede formålet, så gymnastikken på sigt skulle kunne blive forankret i LOF. Egenbetalingen var 50,- kr. pr. måned. Der blev talt om, at det ville være en succes, hvis 80 % af de tidligere aktive ville tilmelde sig igen. Der kom dog kun to til tre kvinder, og de var utilfredse over, at de skulle betale. Aktiviteten er derfor blevet lukket, og mange af deltagerne er nu tilknyttet vandgymnastik.

### **Gåklub**

Aktiviteten er etableret på baggrund af, at mange beboere i Hømarken har efterspurgt en Gåklub, da der tidligere har eksisteret en sådan. Opstarten af en Gåklub skete i foråret 2013 og er senere i projektet blevet videreført i samarbejde med det af Landsbyggefonden støttede lokale væksthushuset Anemonen, der har oplevet samme efterspørgsel. Aktiviteten afholdtes en gang om ugen, og der var en repræsentant med for både Anemonen og Sund i Hømarken. Ved at samarbejde med Anemonen er det muligt at dele gruppen op i flere, i forhold til eksempelvis køn og gangtempo.

Succeskriteriet for Gåklubben var, at der gennemsnitligt skulle deltage fem personer, og at det ville være muligt at fastholde så mange, at den i første omfang kunne fortsætte frem til sommerferien 2013.

Evalueringen har dog vist, at der ikke kom så mange deltagere som ønsket. De fleste gange har der været to til tre deltagere, og efter sommerferien 2013 var der ingen deltagere. Herefter blev aktiviteten nedlagt. Det er herunder interessant, at aktiviteten til stadighed efterspørges blandt beboerne i Hømarken, når der for eksempel gennemføres rekrutteringsarrangementer.

### **Løbeskole**

Aktiviteten blev igangsat i 2012 med henblik på at få nybegyndere ud at løbe. Der er blevet arbejdet sammen med en tyrkisk og en dansk beboer.

Formålet med løbeskolen var, at deltagerne efter 12 uger skulle kunne løbe fem km. eller 30 minutter uden at stoppe, at introducere dem til regelmæssige motionsvaner, og at de som afslutning på forløbet deltog i Svendborgløbet. Det blev opfattet som en succes, hvis der kunne oprettes ét løbehold pr. år, at 75 % oplevede, at deres kondition blev forbedret, at 75 %

sagde, at de dyrker motion i minimum 30 minutter tre gange om ugen, at der rekrutteres frivillige, som har ressourcer til at være med at videreføre løbeholdet, og at 10 personer deltog i Svendborgløbet.

Sammenlagt 23 beboere deltog på forskellige tidspunkter i løbetræningen. Der var dog et forholdsvis stort frafald undervejs, men tre til fire deltagere gennemførte hele forløbet. Rekrutteringsindsatsen bedømmes til at have været god, idet der kom 10 deltagere den første gang, samtidig med at der var nogle afbud. Det formodes derfor, at aktiviteten har et stort potentiale. Der har været en projektmedarbejder med to ud af ugens tre dage, den sidste dag stod løbegruppen selv for træningen, med god succes. Man har dog også erfaret, at det kræver et større arbejde i forbindelse med opstarten af løbeskolen, hvor det er vigtigt, at der er en gennemgående og stabil person til at sørge for strukturen, og medvirke til, at niveauet tilpasses den enkelte i det omfang, det er muligt inden for programmets rammer.

For at en løbeskole skal kunne være aktiv uden styring udefra er det nødvendigt at finde to til tre beboere, der gerne vil stå for det. Det er desværre vanskeligt at finde nogle, der er stabile i så lang tid, at der opstår kontinuitet om aktiviteten. De to beboere, der var med til at varetage løbeskolen i denne omgang, er ikke deltagere længere, da de begge er begyndt i skole eller på job. Derfor er aktivitetens forankringsperspektiv skrøbeligt.



Billede 3. Løbeskole i Hømarken.

### **Etablering af Motionsrum**

Aktiviteten udsprang af, at mange beboere løbende efterspurgte et motionsrum, samtidig med at litteraturen peger på vigtigheden af, at kunne dyrke idræt i nærmiljøet (Ibsen m.fl. 2012). Man indledte forhandlinger med SAB i december 2011, og der blev satset på, at motionsrummet kunne åbne i januar 2013.

Succeskriteriet var, at det færdigetablerede motionsrum skulle anvendes af mindst 40 beboere hver måned, og at der efterfølgende skulle etableres minimum to aktiviteter i tilknytning til rummet.

I september 2011 udfærdiges en samarbejdsaftale, hvoraf det fremgik, at SAB skulle stille

lokaler til rådighed, mens Sund i Hømarken skulle indkøbe motionsredskaber, rekruttere beboere og implementere aktiviteter frem til projektets slutning. I februar 2012 meddelte SAB, at de alligevel ikke kunne stille lokaler til rådighed for et motionsrum. Alternativt kunne man få tilbudt et kælderlokale i området, hvilket blev afvist af Sund i Hømarken med den begrundelse, at mange af især kvinderne i forvejen var utrygge ved at færdes i området.

I august 2012 indgik nogle beboere, efter et møde med afdelingsbestyrelserne, i en arbejdsgruppe der igen ville se på mulighederne for et motionsrum. På mødet var SAB positive, og man ville gerne samarbejde. Det skulle efterfølgende undersøges, om en eventuel huslejestigning er mulig, så en lejlighed kan stilles til rådighed som motionsrum. Ligeledes undersøges det, om der er mulighed for at integrere etableringen af en flugtvej til et motionsrum i en af nærmiljøets kældre i den igangværende reovering af boligerne. På et møde i marts 2013 lukkes ovennævnte ideer, da man i SAB ikke mener, at beboerne vil gå med til, at huslejen skal stige på grund af etableringen af et motionsrum. Begrundelsen var, at beboerne lige havde haft en huslejestigning i forbindelse med den pågående reovering. Også muligheden med en flugtvej i forbindelse med etablering af motionsrum i et kælderrum lukkes, da det er Sund i Hømarken, der skal stå for finansieringen. Noget man fra Sund i Hømarkens side ikke kunne, da deres bevilling ikke kan give de fornødne midler dertil. Der er pt. ingen plan om at arbejde videre med etableringen af motionsrum i Hømarken.

### **Multimotion**

Aktiviteten Multimotions historie går tilbage til 2006, hvor det blev iværksat af en tidligere skoleinspektør på lokalområdet skole, en sundhedsplejerske og formanden for den lokale idrætsklub, TGI, Tved Gymnastik og Idrætsforening. Formålet med projektet var at give områdets 6-12årige børn og unge en mulighed for at stifte bekendtskab med forskellige idrætsgrene med henblik på at øge deres chancer for senere at gå ind i foreningsidrætten. I den forbindelse blev projektet støttet af Svendborg Kommunes Sundheds- og forebyggelsesudvalg. Med etableringen af Sund i Hømarken overtog de aktiviteten, der ikke længere støttes økonomisk af kommunen.

Aktiviteten har været en succes, da der i lang tid har været 12-35 børn som deltagere. I foråret 2013 var der mellem 30 og 40 deltagere. Med indførelsen af en brugerbetaling på 100,- kr. pr. halvår dalede antallet af deltagere til 8-12 i efteråret 2013. Da aktiviteten fremover skal indgå i områdets helhedsplan er man ophørt med brugerbetaling, hvilket har medført at en del af børnene er vendt tilbage igen.

### **Vandgymnastik**

Aktiviteten er gennemført i 2012 og 2013, og fortsætter i 2014. Formålet var i 2012 at aktiviteten skulle dække et behov for vandgymnastik i private rammer, som mange ikke etnisk danske kvinder havde givet udtryk for siden Sund i Hømarken startede. I 2013 udvidedes formålet, så man ville arbejde hen mod at forankre det i LOF, for derved at sikre, at det fortsat var et tilbud, når Sund i Hømarken stopper. Herunder arbejdes der på at indføre en månedlig betaling i form af et kontingent, med henblik på at finde ud af, hvad det gør ved fremmøde og interesse. Endvidere skal ventelisten nedbringes.

Succeskriteriet i 2012 var, at der skulle samles et hold kvinder, otte i alt. I 2013 ville man fokusere på, at 80 procent af kvinderne fortsatte på trods af det månedlige kontingent, og at

de fleste af dem, der var på ventelisten, kom til at gå til vandgymnastik primo marts 2013.

Evalueringen viser, at vandgymnastik er blevet gennemført med øvelser, hvor alle kan være med. Samtidig er det foregået i LOF-regi, hvilket har betydet, at projektholdet ikke skulle bruge ressourcer på at finde undervisere og lokale, ligesom aktiviteten med fordel kan fortsætte i dette regi, når Sund i Hømarken stopper.

Rekrutteringen til aktiviteten er sket gennem netværk, hvilket gør den atypisk. Der har fra kvindernes side været stor søgning for at komme på holdet. Der har derfor gennem hele forløbet været en venteliste på 10 kvinder. De 2 hold af 10-12 kvinder er fra efteråret 2013 blevet suppleret med et ekstra hold, så der nu er tre hold, og pt. ingen venteliste. Kvinderne med anden etnisk baggrund end dansk har vist sig at være meget dedikerede, hvilket betyder, at der i gennemsnit kun har været mellem et og to afbud til hver undervisning. Dette på trods af at der som et forsøg er blevet indført en brugerbetaling på først 50 kr. og siden 75 kr. pr. måned.

Evalueringen indikerer, at det er de mere ressourcestærke blandt de ikke etnisk danske kvinder, der deltager i aktiviteten. Deltagerne fremhæver, at de har opnået bedre sundhed og bedre humør af at deltage. Disse positive tilkendegivelser kan måske være med til at forklare, at en stor del af rekrutteringen til vandgymnastik er foregået ved, at man har fået kendskab til det fra nogle, man kender.

Z er en omtrent 45årig enlig kvinde fra Kosovo, der har tre børn. På grund af en svær gigtsygdom er hun blevet pensioneret. Hun deltager i Vandgymnastik, og kan ikke undvære det. Heller ikke indførelsen af et kontingent har ændret på dette, da det for hende er et spørgsmål om prioritering. Hun vil også gerne deltage i Zumba. Men på grund af forskellige fysiske lidelser, og den tid hun skal bruge på hendes børn, har hun ikke mulighed for det. Aktiviteterne har betydet, at hun både får rørt sig, og kommer ud blandt andre. I den forbindelse har hun overtalte en veninde til også at deltage.

**Case 1. Beboer Z fra Hømarken.**

### **Zumba**

Aktiviteten er gennemført i 2012 og 2013 og fortsat i 2014, efter at flere af områdets kvinder havde givet udtryk for, at de gerne vil have et Zumbahold i Hømarken.

Formålet var i 2012 at få beboerne til at være aktive og opdage, at det kan være sjovt at røre sig i fællesskab med andre. I starten havde man en instruktør udefra, samtidig med at der var et ønske om at uddanne nogle beboere til Zumba-instruktører, så de på sigt kunne overtage undervisningen. I 2013 blev der arbejdet videre med de samme formål, samtidig med at man ville sikre sig, at de frivillige Zumba-instruktører gav beboerne i området ejerskab til aktiviteten. Succeskriteriet i 2012 var, at der minimum deltog 10 personer pr. hold, og at 75 procent vurderede, at de var blevet mere aktive end før forløbet. For 2013 skulle der samlet set være tre til fire beboere, der var uddannede Zumba-instruktører ved årets udgang, og inden sommerferien skulle der være startet ét Zumbahold op, drevet af tre til fire af de lokale instruktører. Der skulle være minimum otte deltagere på Zumbaholdet i gennemsnit, og aktiviteten skulle køre videre, når projektet stopper.

I perioden marts 2012 og året ud (undtagen juni-august) har der været en ekstern instruk-

tør med op til 10 deltagere pr. gang. I efteråret 2013 har der været 10-20 deltagere pr. gang. Samtidig er der blevet uddannet fire instruktører, en fra Hømarken og tre fra lokalområdet. Kvinderne har været meget glade for aktiviteten, men samtidig har det vist sig, at medføre problemer med korrekt registrering og indberetning, at have en ekstern instruktør.

Evalueringen har vist, at deltagerne generelt set føler, at de er blevet sundere af at deltage i Zumba, og at der er et stort ønske om, at det fortsætter. Den viser videre, at man har fået fat i en gruppe af kvinder, der ellers ikke er fysisk aktive, da de fleste af dem ikke tidligere har deltaget i fritidsaktiviteter.

Derfor konstateres det, at der er et grundlag at arbejde videre på, da de uddannede instruktører er villige til at fortsætte, også når Sund i Hømarken er ophørt. Dette sker ved, at afdelingsbestyrelsen overtager aktiviteten.

### **Spilleklubben i Hømarken**

Aktiviteten blev påbegyndt i 2013 på foranledning af en beboer. Sund i Hømarken har primært medvirket til at finde lokaler, i Skovbyhus, samtidig med, at der gerne skal skaffes én eller to ekstra personer til at være tovholdere. Samtidig kan aktiviteten bruges i forbindelse med at bibringe deltagerne sunde vaner.

Formålet med aktiviteten er at oprette en spilleklub med base i Skovbyhus, hvor beboerne kan komme og spille bordtennis, dart, billard, kort med mere på fastlagte tidspunkter. Afhængigt af, hvor mange der kommer, kan der foretages en tidsopdeling, således at der først på eftermiddagen er tid til børn og unge, og senere på dagen til de voksne.

Succeskriteriet for aktiviteten var, at der møder minimum otte beboere op hver gang, og at Spilleklubben kan blive drevet og styret af sammenlagt to til tre beboere. Det første kriterium er opfyldt, da der møder 10-12 beboere op pr. gang. I foråret 2014 skal der, ifølge den interne evaluering, arbejdes på at finde ekstra ressourcepersoner, så man ikke er sårbare i forhold til, at kun en person er ansvarlig for aktiviteten. Lykkes det, således formodes det, vil der være en god forankringsmulighed for aktiviteten.

### **Opsamling på motionsaktiviteter**

Der er blevet arbejdet med mange forskellige former for fysisk aktivitet, hvoraf nogle er meget fysiologisk målrettede, eksempelvis Løbeskolen, mens andre er mere socialt orienterede, eksempelvis Gåklub og Spilleklub i Hømarken. Andre gange indgår motion i forskellige andre sammenhænge, eksempelvis Sommersjov (mere herom senere). Der er således tilrettelagt aktiviteter, der henvender sig til Hømarkens forskellige beboergrupper. Man har samtidig arbejdet ud fra en meget bred forståelse af, hvad fysisk aktivitet er, hvormed man har forsøgt også at målrette tilbuddene mod de mange af områdets ikke motionsvante borgere, der ellers ville lade sig afskrække af traditionelle motionstilbud.

Tilslutningen til aktiviteterne har været meget ulige fordelt. Nogle aktiviteter, eksempelvis Vandgymnastik og Zumba, har således været godt besøgt, mens eksempelvis Gåklubben og Gymnastik er blevet nedlagt, på grund af manglende deltagere. Der kan ikke konkluderes noget ud fra dette, da eksempelvis aktiviteter der er blevet efterspurgt, efterfølgende må nedlægges, mens aktiviteter det umiddelbart virker vanskeligere at rekruttere til videreføres. Den helt store udfordring har været, når man skal gå fra, at aktiviteten er styret af Sund i Hømarken til, at det er en borgerdrevet aktivitet. På trods af at man har rekrutteret interesserede



personer, er det stort set kun Zumba der pt. kører videre med frivillige ledere.

At det er svært at gennemføre kontingentbaserede aktiviteter i et område som Hømarken ses ved, at mange falder fra, når en aktivitet går fra at være gratis til at være forbundet med en udgift. En årsag hertil kan være, at Hømarken er et område, hvor mange beboere har en anstrengt økonomi, hvorfor aktiviteter, der er forbundet med udgifter, ofte vælges fra. Dette må ses i relation til, at det generelt set kun er 9 % af danskerne, der ikke er aktive idrætsudøvere, da de ikke kan afse penge dertil (Laub 2013). En anden årsag kunne være, at man i et område som Hømarken har været vant til, at der gennemføres mange projekter, hvorfor der med mellemrum kommer aktiviteter der er gratis, hvorfor man ikke er vænnet til at betale for deltagelsen. Et forhold der er blevet kommenteret af en beboer, med en med tanke på hvad gratis aktiviteter på længere sigt betyder ... *det skal ikke være sådan ... at de tror, at det er gratis, det hele ... for så bliver folk ligeglade. Men i det lange løb ... på et tidspunkt, skal de betale lidt. Sådan skal det ikke være, at de udelukkende kommer, fordi det er gratis ...* (Beboer i Hømarken). Det er således en succes, at Vandgymnastik får flere deltagere, selv om der kræves egenbetaling.

Samtidig har man i forbindelse med de fysiske aktiviteter søgt at udnytte Hømarkens lokalområde. Zumba-holdet bruger Nymarkskolens lokaler, og Løbeskole og Gåklubben har været synlige i området. Af mangel på en svømmehal er Vandgymnastik blevet gennemført uden for området, dog i Hømarkens umiddelbare nærhed. Samtidig har man søgt at etablere et motionsrum i området, og det har været forsøgt at etablere et rekreativt område i tilknytning til beboelsen, ved ansøgning om eksterne midler hos RealDania. Etableringen af et motionsrum blev stoppet, da flere interessenter med forskelligt udgangspunkt, skulle arbejde sammen. Denne aktivitet formodede projektholdet ville kunne tiltrække mange beboere, både i trænings- og genoptræningsøjemed, på baggrund af den store efterspørgsel. *Beboerne vil gerne have det, de vil gerne have et motionsrum, de vil gerne have noget udendørs ... men det bliver bremsset ... og det er et samarbejdsproblem. Og det er noget med kulturen ... og der skal gøres et ret stort forarbejde ...* (Projekt Sund i Hømarken). Samtidig var beboergruppen åbenbart delt omkring projektet. På trods af, at mange var positive over for det, så blev det også sagt, at ... *Sund i Hømarken vil gerne bidrage med en masse ting, men hvis der bare kommer en huslejestigning på 50 øre, så bliver det stemt ned [i beboerforeningen] ...* (Beboer i Hømarken). Beboernes relativt dårlige økonomi har således indflydelse på, hvilke aktiviteter der kan sættes i gang i Hømarken.

Det er også interessant, at der er en tendens til, at det har været lettere at få engageret kvinder end mænd i de forskellige aktiviteter. Hvad dette kan henføres til, er det ikke umiddelbart muligt at forklare. Men noget kunne tyde på, at kvinderne, når de efterspørger en aktivitet, også efterfølgende bakker op om den. Det må formodes, at man har været i stand til at rekruttere nogle af de ressourcestærke kvinder ved at gennemføre aktiviteter, der efterspørges af dem. Eksempelvis som ved Vandgymnastik, der kræver egenbetaling, samtidig med at det foregår uden for Hømarkens område. Som en af deltagerne sagde, ... *før betalte vi ikke en krone, men nu skal vi betale ... jeg synes, det er, for mig, lidt for meget ... men jeg skal, for jeg bruger også megen medicin, og sådan ...* (Beboer i Hømarken). Denne aktivitet har, sammen med Zumba, været en stor succes i forhold til at få aktiveret især ikke etnisk danske kvinder. Samtidig kendetegner det netop denne aktivitet, at den har formået at ekspandere, sammenholdt med at der er rekrutteret internt blandt gruppen af kvinder. Den er et eksempel på, at det

er muligt at engagere en gruppe til aktivt at gå ind i en aktivitet. Et eksempel på en aktivitet, der også er efterspurgt, men som man efterfølgende har måttet nedlægge, er Gåklubben. Den blev især efterspurgt af de mere socialt svagere stillede etnisk danske mænd. Og på trods af at man organisatorisk set har lagt den op ad andre aktiviteter, som denne gruppe også har deltaget i, har det ikke været muligt at videreføre den. Et forhold der må føres tilbage til, at netop dem man har arbejdet med her, er den nok svageste gruppe af borgere i Hømarken.

## Kost

Forebyggelseskommissionen anbefaler, at det generelle kendskab til kostanbefalingerne sikres gennem kampagner, samtidig med at det skal målrettes til grupper med særlige behov. Endvidere skal der arbejdes på, at der i eksempelvis skoler etableres frugtordninger, og at der stilles sundhedsmæssige krav til mad der serveres i idrætshaller (Forebyggelseskommissionen 2009).

Samtidig viser forskningen vigtigheden af, at følge kostrådene. Således er det henholdsvis 3,8 % og 3,7 % af alle dødsfald, der kan henregnes til, at man henholdsvis spiser for lidt frugt og grønt, eller at man spiser for meget mættet fedt. Begge disse tal giver en reduktion på 0,4 år i middellevetiden (Juel & Brønnum-Hansen).

Når det er så vigtigt at fokusere på kost, skyldes det endvidere, at overvægt hos børn og unge udgør en øget risiko for, at der opstår sundhedsmæssige, psykiske og sociale problemer, samtidig med at der også er stor sandsynlighed for, at overvægt som barn medfører overvægt som voksen. Det betyder, at man har en øget risiko for at få en lang række sygdomme, såsom diabetes, hjerte-karsygdomme og forhøjet blodtryk foruden forringet livskvalitet og kortere levetid (Froberg et al 2005).

Hvor langt kan, og skal man, gå, i et forsøg på at få mennesker til at ændre livsstil? Er det nok at informere, eller skal man tage et yderligere skridt, og aktivt påvirke folks vaner? Og hvordan får man folk til at skifte usunde vaner ud med sunde, når man ikke har mulighed for at afgiftsregulere? Det er nogle af de problemstillinger man har stået over for i forbindelse med kostaktiviteterne.

At aktiviteter, der omhandler kost, har stor relevans i Hømarken ses ved, at 32 % af beboerne er overvægtige og 17 % er svært overvægtige. Samtidig er det kun sammenlagt 42 %, der vurderer, at de i høj eller meget høj grad spiser sund mad, et tal der er noget lavere for enlige uden børn. Disse tal kan sammenholdes med, at det kun er 51 %, der oplyser, at de spiser frugt og grønt hver dag (Sund i Hømarken).

Det er svært at rekruttere beboere til aktiviteter der omhandler en sundere kost. Der var en fjerdedel der besvarede spørgsmålene omkring kost i den indledende lokalsamfundsanalyse, og at 38 % heraf svarede, at de ville foretrække billigere fødevarer, mens 21 % svarede, at gratis eller billigere motionstilbud ville gøre det mere attraktivt at spise sundere (Sund i Hømarken 2011). Disse incitamenter, med økonomi, på et strukturelt niveau, har man ikke mulighed for at arbejde med i Sund i Hømarken.

I det følgende præsenteres otte forskellige kostaktiviteter, henholdsvis Julehygge i Skovbyhus, Individuel Kostvejledning, Slankeskole, Madværksted for familier, Madklub, Kulinarisk Sydfyn, Sommersjov og Madværksted for kvinder.

### **Julehygge i Skovbyhus**

Julehygge blev afviklet i 2011. Arrangementet var et blandt en række af borgerinddragende aktiviteter, med det formål at beboerne kunne møde hinanden, deltage i aktiviteter, få nye madoplevelser og give deres behov til kende over for Sund i Hømarkens projektledelse.

Arrangementet foregik i Skovbyhus, hvor der etableredes et ”madværksted”. Samtidig var en fortæller blevet hyret til at fortælle historier for børn, og der var film og juleklip for børn. Aktiviteten henvendte sig således til alle familier i Hømarken, dog primært dem med børn. Det blev afviklet i samarbejde med områdets afdelingsbestyrelser og SAB.

Fra projektgruppen blev succeskriteriet sat til, at der skulle være minimum 50 deltagende personer. Der kom henholdsvis 13 børn og 14 voksne, hvilket således var noget under det forventede. Alle de fremmødte var i forvejen kendt af projektholdet. En af årsagerne til det forholdsvise ringe fremmøde kan have været, at arrangementet tidsmæssigt kolliderede med andre julearrangementer. Der havde dog på forhånd været dialog omkring arrangementet. På baggrund af det ringe fremmøde, og afdelingens tradition med at holde et julearrangement på samme tid, blev det besluttet ikke at videreføre aktiviteten.

### **Individuel Kostvejledning**

Aktiviteten blev påbegyndt i 2012 og fungerer stadig, nu som Sund Snak. Der er fokus på individuel kostvejledning, i et forløb der varer i 12 uger. Forud for første møde skal deltageren udarbejde en kostdagbog, der er omdrejningspunkt for en samtale, hvor der spørges ind til personens helbred. Endvidere udfyldtes et trivselsindeks. Ved de følgende møder tales der om, hvordan det er gået siden sidst, og deltageren bliver målt og vejlet. Deltageren udfærdiger herefter en personlig målsætning, som der samles op på hver gang, og med udgangspunkt i målsætningen får deltageren lektier for til hver gang. Der er mulighed for, at vejlederen kan tage med deltageren ud at handle, så deltageren får hjælp til at anvende sin viden om sund kost i praksis. Efter de 12 uger tilbydes deltageren at blive del af en gruppe der har været igennem et lignende forløb. Denne gruppe mødes hver 14. dag, for at udveksle erfaringer og fungere som socialt netværk, så deltagerne holder fast i deres nye livsstil.

Formålet med aktiviteten var dels, at deltagerne skulle opsøge en sundere kost, dels at de skulle vedligeholde den sunde livsstil et halvt år efter kostvejledningens ophør.

Succeskriteriet var, at der skulle gennemføres 15 individuelle kostvejledningsforløb pr. år, og at 80 % skulle synes, at deres viden om sund kost var forøget, at 80 % skulle synes, at de kunne anvende deres viden i praksis, og endelig skulle 70 % synes, at de et halvt år efter kostvejledningens ophør spiste sundere. Aktiviteten blev gennemført i samarbejde med tre eksterne personer, to vægtstoprådgivere fra SMUK, Sunde Mennesker Uanset Kultur, og en sundhedskonsulent fra kommunens forebyggelsessekretariat.

Sammenlagt 20 beboere modtog individuel kostvejledning i perioden fra maj 2012 til februar 2013, de fleste mellem to og fem konsultationer, mens et par modtog op til 18 konsultationer. De fleste modtog hjælp til vægttab, fik lavet kostplaner og blev kontrolvejlet. Fire tabte sig mellem 1 og 14 kg under forløbet, seks tog på (den ene skulle tage på, da hun var undervægtig) og seks holdt vægten. Udover hjælp til kost oplevede diætisten, at beboerne havde behov for at snakke om andet, og de blev i flere tilfælde blevet henvist til eksempelvis lægen.

Man har primært rekrutteret deltagere til individuel kostvejledning via eksisterende netværk og andre aktiviteter. Samtidig skønnes det, at der også fremover vil være et stort poten-

tiale i forhold til at udbyde individuel kostvejledning. Men da aktiviteten kræver eksperthjælp skønnes det ikke, at der umiddelbart er mulighed for at forankre indsatsen.

### **Slankeskole**

Aktiviteten skal ses i lyset af, at der i Hømarken er mange overvægtige og svært overvægtige personer, primært på grund af usund mad og inaktivitet. En slankeskole ville give beboerne redskaber til at ændre livsstil. Med dette udgangspunkt blev der i 2012 iværksat et slankeskoleforløb på otte uger med efterfølgende opfølgning. Der skulle være et ugentligt møde på halvanden time med en blanding af undervisning og praktiske øvelser, herunder fysisk aktivitet i forbindelse med madlavning. Samtidig ville deltagerne blive tilbudt vejning og måling af fedtprocent. Efter den egentlige aktivitets ophør ville deltagerne kunne komme hver fjortende dag.

Formålet med Slankeskolen var at give de deltagende beboere redskaber til at lave deres egen målsætning i forhold til generelle livsstilsændringer, og herunder at give dem viden om og erfaringer med sund mad og fysisk aktivitet. Succeskriteriet for aktiviteten var, at der skulle afholdes to slankeskoler pr. år med i alt 16 tilmeldte. Af dem skulle 80 % føle, at deres selvvalgte helbred blev forbedret, 80 % skulle mene, at de fik større viden om sund mad og fysisk aktivitet, 80 % skulle mene, at de blev i stand til at videreføre deres sunde livsstil, 75 % skulle dyrke mere motion end før, de startede, og endelig skulle 75 % opleve, at deres kondition blev forbedret.

På trods af et formodet stort potentiale viste aktiviteten sig ikke som en succes. Dertil var deltagelsen for sporadisk og ujævn, med kun omtrent fire deltagere pr. gang. De faste deltagere var allerede tilknyttet løbeskolen, hvorfor man åbenbart ikke har kunnet rekruttere nye til aktiviteten. Efterfølgende er slankeskolen blevet ført videre i regi af Sund Cafe.

### **Madværksted for familier**

Aktiviteten omfatter tre delaktiviteter, henholdsvis Madværksted for familier (alle), Madværksted for kvinder og Madværksted for mænd. Det blev etableret med henblik på dels at give inspiration til en eksisterende Madklub i forhold til sund mad og dels for at rekruttere nye beboere til madklubben.

Formålet med aktiviteten var at inspirere beboerne i Hømarken til at oparbejde sunde madvaner og give dem nogle sunde opskrifter, de kunne afprøve og tage med hjem. Aktiviteten blev påbegyndt i det sene efterår 2013, og afholdes en gang ugentligt, hvor der var en ekstern diætist til stede.

Den foreløbige interne evaluering viser, at der har været mellem fire og 14 deltagere de fem gange Madværkstedet har været afholdt, og at antallet har været støt stigende gennem hele perioden. Der har, helt bevidst, ikke været rekrutteret særskilt til denne aktivitet, kun gennem allerede igangværende aktiviteter. I den forstand, konstateres det, er madværkstedet en succes, da det viser, at det er muligt at få en aktivitet i gang uden større rekruttering.

Det er dog opfattelsen, at det ikke er muligt at forankre aktiviteten. I den forbindelse er deltagerne blevet overført til Madklubben.

### **Madklub**

Aktiviteten, der stadig er i gang, går ud på at gennemføre én ugentlig aktivitet i Skovbyhus, hvor alle Hømarkens voksne beboere ville få mulighed for at komme og være med til at tilberede og spise et sundt måltid mad for 25 kr., samtidig med at der er socialt samvær. Aktiviteten var beboerstyret, da de selv skulle stå for at handle ind, organisere og efterfølgende rydde op. Samtidig blev der lagt vægt på, at de præsenterede retter skulle være billige og enkle, så de efterfølgende kunne tilberedes af beboerne i deres egne hjem.

Formålet var fra starten, at madklubben på kort sigt skulle blive borgerdrevet. En projektmedarbejder var derfor i starten med til at organisere de første gange sammen med nogle af beboerne, der efterfølgende overtog aktiviteten.



Billede 4. En af Hømarkens madklubber.

Det har på den ene side været muligt at forankre aktiviteten hos beboerne, da der er fundet en gruppe personer, der kan bære denne videre. På den anden side har det vist sig, at det sunde aspekt, der skulle være fokus på i madklubben, forholdsvis hurtigt er blevet skubbet i baggrunden. Det må dog siges, at aktiviteten har opretholdt et forholdsvis stabilt deltagerantal på omtrent ti personer pr. gang. Der kan i den forbindelse tales om, at på trods af, at aktivitetens umiddelbare mål, at lære beboerne at lave en sundere mad, ikke er nået, så har man til gengæld opnået at få nogle beboere knyttet mere sammen, så det sociale aspekt ved aktiviteten er indfriet.

### **Madværksted for kvinder**

Aktiviteten omhandler etableringen af et Madværksted, udelukkende er for kvinder, i efteråret 2013. Formålet var at komme med et tilbud til en gruppe af særligt sårbare kvinder, der kan have behov for at være i en lille gruppe, præget af intimitet og tryghed. Udgangspunktet var at de skulle lave sund mad.

Aktiviteten har medført, at mellem to og fem kvinder har deltaget hver gang, og at der i

gennemsnitligt har været tre til fire deltagere. Der er undervejs opstået et godt netværk mellem kvinderne, da de hele tiden blev sat til at arbejde med nye deltagere.

Ved årets udgang er nogen af kvinderne blevet overført til en beboerdrevet madklub. Der er dog flere, der gerne ville fortsætte med 'madværksted for kvinder'. Det er derfor efterfølgende blevet besluttet, at hvis der kan findes 10, der er interesserede i aktiviteten, oprettes der et hold. Det vil dog ikke være muligt at videreføre aktiviteten, med mindre der findes en person, der efterfølgende kan virke som tovholder.

### **Kulinarisk Sydfyn**

Aktiviteten lå i forlængelse af Kulinarisk Sydfyn, der er nordens største fødevarermarked. Det blev afholdt den 23./24. juni 2012. Aktiviteten henvendte sig til kvinder med anden etnisk baggrund end dansk.

Formålet var at skabe en positiv branding af Hømarken, samtidig med at 10-12 kvinder med anden etnisk baggrund end dansk fik mulighed for at tilberede og sælge mad fra deres respektive hjemegne til en stor forsamling. Succeskriteriet for aktiviteten var, at den skulle omtales i mindst to medier, samtidig med at det formodede overskud fra salget af mad skulle anvendes til at støtte op om etableringen af rekreative udearealer for børn i Hømarkens nærmiljø.

De involverede kvinder blev undervist i fødevarerikkerhed, hygiejne, produktion af store portioner mad samt at anrette og sælge den. Kvinderne valgte selv, hvilken ret de ville tilberede, den skulle dog tage afsæt i deres egne lokale retter. Der blev efterfølgende lejet en stand på fødevarermarkedet. Før selve fødevarermarkedet deltog gennemsnitligt 10 kvinder i hvert møde, og omtrent 20 forskellige kvinder havde deltaget i møderne. Dermed var det kvantitative mål nået.

På fødevarermarkedet var det kun logistiske og vejrmæssige årsager, der gjorde, at ikke alle 800 retter blev solgt. Den resterende del blev givet til frivillige. I forbindelse med fødevarermarkedet stod kvinderne på skift og solgte retterne, så de alle havde mulighed for at introducere de fem forskellige egnsretter.

Evalueringen viste, at aktiviteten havde to store udfordringer. For det første holdt det opstillede budget til mad ikke, så man fik et underskud. For det andet var aktiviteten svær at styre, og det krævede flere kræfter og tid, end der var budgetteret med. Det skønnes dog, at aktiviteten kan gennemføres med mindre udgifter og mindre tidsforbrug med en stram styring.

På den positive side gav aktiviteten en god omtale af Hømarken og Sund i Hømarken, da der blev bragt indslag i flere medier. Og de involverede kvinder fik en oplevelse for livet, og deres familier fik set dem i en anden rolle, end den de indtager til daglig. Samtidig er nogle af kvinderne gået over i andre aktiviteter. Projektet tog dog beslutningen om ikke at gentage aktiviteten, da den mindskede den tid man havde til at arrangere Sommersjov og Familiesjov, samtidig med at der ikke er noget umiddelbart forankringspotentiale.

### **Sommersjov**

Aktiviteten er gennemført tre gange, i 2011, 2012 og 2013, i samarbejde med det kommunale fritidstilbud, Værestedet. Formålet har ændret sig gradvist fra 2011 til 2013. I 2011 var formålet at stifte bekendtskab med gruppen af børn og unge fra Hømarken gennem et samarbejde

med Værestedet. Sommersjov skulle være en årligt tilbagevendende aktivitet, hvor børn og unge fik mulighed for at deltage i forskellige spil, lege og fritidsaktiviteter, mens Sund i Hømarken skulle stå for at introducere målgruppen til sundere alternativer inden for kost. I 2012 ville man arbejde videre med den sunde kost, og man ville fortsætte det gode samarbejde med Værestedet og støtte op om de gode, allerede forankrede tiltag, der er i nærmiljøet. I 2013 suppleredes ovenstående med, at man ville skabe en selvstændig aktivitet for børnene i Sommersjov, med fokus på inddragelse, inspiration og viden i forhold til sund bålmad og udemad. Succeskriteriet var i 2011 og 2012, at der skulle deltage mindst 30 børn, der også spiste den tilbudte mad, hvilket i 2013 blev suppleret med, at der pr. dag var fire til otte børn, der skulle deltage i aktiviteten.



Billede 5. Deltagerne i Sommersjov.

Det er lidt svært at afgøre det eksakte deltagerantal til aktiviteten. Men i henholdsvis 2011 og 2012 var der i alt 13 børn og unge og 10 hjælpere, og i alt 15 børn og unge og 4 hjælpere/voksne, der deltog i en intern evaluering af maden. Tallene for 2013 viser mellem 39 og 60 børn pr. dag i løbet af de fem dage. Samtidig har aktiviteten medført, at man er begyndt at kunne involvere børnene og de unge lidt mere, blandt andet i form af at tænde bål til udendørs mad, lave mad, servere, rydde op, lave smoothies med mere. Dette kan ses i forlængelse af, at maddelen i 2013 blev til en selvstændig aktivitet i Sommersjov. Langt de fleste børn sætter pris på den sunde mad, også hvis de præsenteres for noget, de ikke er vant til. Der har dog ikke været stor interesse fra børnenes side i at være medbestemmende for, hvilken mad der skulle tilberedes.

Aktiviteten forventes at kunne videreføres med en endnu større vægt på at inddrage børnene. Eksempelvis kan der etableres et værksted, hvor børnene kan lære at lave deres egne smoothies. Men aktiviteten kræver meget arbejde og planlægning, som det vil være svært at videreføre af frivillige, og det kræver hårdt arbejde af de involverede alle dage, hvis det skal fungere optimalt. Dog foreslås det at prøve at inddrage spejdere i 2014 og måske på den måde få en tradition i gang. Det nævnes videre, at man kunne give Hømarkens Madklub en rolle i aktiviteten.

### Opsamling på kostprojekterne

De aktiviteter, der fokuserer på kost, har haft varierende succes. Der er en tendens til, at de meget målrettede aktiviteter, eksempelvis med fokus på vægttab, har været sværest at få i gang, mens de mere bredt funderede aktiviteter, har været mest søgt. Samtidig viser det sig ofte, at det ikke er det direkte formål, man har med en given aktivitet, der indfries. I stedet kommer aktiviteten til at handle om andre ting, hvor de sociale og mentale aspekter spiller en stor rolle. I den forbindelse fanger en mandlig deltager på et af madholdene måske essensen i det hele, da han siger, at *... nogle gange laver vi noget, der næsten er for sundt, og andre gange laver vi noget mormormad ...* (Beboer i Hømarken). Man indretter sig således hurtigt efter, hvilke ønsker de deltagende personer har.

Samtidig afspejler aktiviteterne, og hvem der kommer til hvilke aktiviteter, meget godt Hømarkens beboere. Julehygge i Skovbyhus blev således primært besøgt af familier med børn, mens de forskellige former for madklubber, med en naturlig undtagelse af madværksted for kvinder, primært har været besøgt af etnisk danske mænd. At det er netop denne gruppe, der opsøger madklubber, kan skyldes, at denne gruppe oftest består af enlige, ofte med kun lidt familie *... der er en, jeg kender, han har ikke været uden for i tyve år ... han er nu kommet ud af sit skjul, det er dejligt at se ...* (Beboer i Hømarken). Samtidig har der i en årrække været tradition for, at der er forskellige madklubber i området. Endelig er der de mere direkte målrettede aktiviteter. Disse aktiviteter opsøges ikke af så mange, men de er også rettet mod nogle meget små grupper, hvorfor det i flere tilfælde vil være svært at få et højere deltagerantal.

Et gennemgående tema for mange af de kostorienterede aktiviteter har endvidere været, at de har virket som katalysatorer i forhold til at få deltagerne gjort bekendt med andre aktiviteter. Der har således været en tendens til, at mange, der er kommet i kontakt med Sund i Hømarken via en aktivitet, efterfølgende er blevet henvist til en anden aktivitet.

De kostrelaterede projekter har desuden åbnet op for, at nogle af de beboere, der tilhører områdets måske mest sårbare og isolerede gruppe, etnisk danske mænd med forskellige sociale fobier, er kommet i tale. En del af dem har deltaget i de forskellige madværksteder. Og for dem består den umiddelbare gevinst ikke i, at de får viden om sundere kost, men i at de tager det første skridt mod at komme ud og møde andre mennesker. At det ikke i særlig stor grad er lykkedes at få beboere fra de etniske minoriteter ind omkring madaktiviteterne kan måske henføres til, at de grupper, på trods af deres store forskellighed, overordnet set er kendetegnet ved at have stærke interne bånd, i form af familie og etnisk tilhørsforhold.

I forhold til at rekruttere deltagere til aktiviteterne har der ikke vist sig noget tydeligt mønster for, hvilken metode der virker bedst. Dog kan der ses en tendens til, at de aktiviteter, der over tid virker bedst, er dem hvor der er oparbejdet et fællesskab *... og så spurgte jeg min ven, om han ikke også ville med ... og det ville han* (Beboer i Hømarken). Dette har på den ene side den fordel, at fællesskabet er forholdsvis stabilt, og at der er en form for konsensus omkring det arbejde, der skal udføres i aktiviteten. På den anden side risikerer man, at fællesskabet virker lukket, og at det dermed er svært for andre at komme ind. Endelig er der også et økonomisk element, med hensyn til egenbetaling. Nogle har således den holdning, at *... vi kan få det gratis [maden], ned i Kirkens Korshær ... og så tager folk derned* (Beboer i Hømarken).



## Mental sundhed

Arbejdet med mental sundhed kan ses i relation til WHO's opfattelse af samme, hvor der tales om at man skal blive i stand til at udfolde sine evner, være i stand til at håndtere dagligdags udfordringer og stress, samt kunne indgå i fællesskab med andre mennesker (Sundhedsstyrelsen 2012). Mental sundhed skal i den forbindelse betragtes som mere, end bare fravær af psykisk sygdom. De grupper, som man i Sund i Hømarken har fokuseret indsatsen mod, er således den gruppe på 44 % af borgerne der oplever, at de nogle gange er ufrivilligt alene, en gruppe der især består af enlige, med eller uden børn, og som ofte er kendetegnet ved, at de står uden for arbejdsmarkedet (Sund i Hømarken). Dette kan suppleres med at en fjerdedel af Hømarkens beboerne siger, at de kun i lav grad opfatter sig som værende udhivlede.

Ifølge Sundhedsstyrelsen (Sundhedsstyrelsen 2012) er der stor social slagside i, hvem der føler de har en dårlig mental sundhed. 16 % af alle uden en erhvervsuddannelse føler, at de har dårlig mental sundhed, mens de tilsvarende tal for grupperne af personer med kort uddannelse og lang videregående uddannelse er henholdsvis 9,3 % og 7,1 %. Dårlig mental sundhed er årsag til 50 % af alle langtidssygemeldinger.

Sammenlagt er der gennemført seks aktiviteter, der primært omhandler mental sundhed. Det drejer sig om Skabt i Hømarken, Film i Hømarken, Afspænding i Hømarken, Fortællerklub, Kreativt værksted og Kun for mænd.

### Skabt i Hømarken

Aktiviteten omfatter kunst- og kulturoplevelser for alle børn i Hømarken i 2012 og 2013, og det skulle således opfattes som et katalog, hvor beboerne kunne vælge mellem forskellige aktiviteter. Det omfattede blandt andet Lysfest i Hømarken, Workshop i kunstformidling, Børns steder i Hømarken, Huskunstnerprojekt, Efteruddannelse af lærere på Nymarksskolen, Innovationsuge, Teaterforestilling i Skovbyhus, Arrangementer for førskolebørn i Skovbyhus og Afhentning af bogpakke.

Huskunstnerprojekt på Nymarksskolen omfattede to sammenkædede workshopforløb, som i foråret 2013 skulle give alle omtrent 200 elever i Nymarksskolens 7. klasser fælles oplevelser med at skabe med dans og ord. Det skulle udgøre et rum, hvor man skulle udtrykke sig både umiddelbart og abstrakt gennem ord og dans.

Målet var at understøtte elevernes egne initiativer og virkelighed, og motivere dem til at forløse deres skabende evner. Eleverne skulle, gennem kunstnerisk motiverede processer, finde ind til og turde stole på værdien af de fortællinger, som de selv rummer, og som er betydningsfulde og betydningsbærende for dem. Gennem de valgte kunstarter skulle eleverne opleve at omsætte alt fra konkrete fortællinger til diffuse fornemmelser i et kunstnerisk udtryk. Aktiviteten blev gennemført ved hjælp af kunstnere udefra, og Kunststyrelsen støttede aktiviteten med en bevilling på 155.000,- kr. Sund i Hømarkens medarbejdere agerede primært som igangsættere af aktiviteten, hvorefter den blev udført på skolen.

Efteruddannelsesforløb for lærere på Nymarksskolen gik ud på at samtlige af skolens lærere i januar 2013 skulle gennemføre et kort uddannelsesforløb, der dels gjorde dem i stand til at varetage skoleelevernes innovationsuge, dels gav dem redskaber til brug i den daglige undervisning. Formålet med innovationsugen var at medvirke til at fremme elevernes mentale sundhed gennem deltagelse i blandt andet kreative aktiviteter, ligesom aktivitetens over-

skrift, ”Den gode skole”, skulle lede til bedre fysiske rammer på skolen.

Efteruddannelsen blev gennemført med ekstern konsulentbistand, som et halvanden dags efteruddannelsesforløb, med udgangspunkt i de Bonos ideer om styring af kreative processer. Målet var at give lærerne et værktøj, der gjorde dem i stand til at optimere kommunikation i grupper, benytte en række konkrete værktøjer i *kreativ ideudvikling* og foretage en kvalificeret *ideudvælgelse*. 58 lærere gennemførte kurset, hvorved succeskriteriet blev opfyldt.

Innovationsugen omhandlede et samarbejde med Nymarksskolen, hvor man med indsatsområdet mental sundhed i centrum forsøgte at udvikle en ramme for at skolen, dens lærere og elever, så de blev i stand til at skabe ”Den gode skole”. Dette skal ses i relation til at skolen gik fra at være en almindelig folkeskole med elever fra nærmiljøet, til at blive en ungeskole med elever fra 7. til 10. klasse med elever fra hele Svendborg Kommune. Der skulle samtidig findes en underviser, der kunne skabe et forløb med kreativitet og innovation i fokus, med henblik på at kompetenceudvikle lærere, så de og eleverne blev mere kreative og innovative.

Evalueringen viste, at der havde været nogle problemer, hvilket gjorde, at man ikke helt opnåede den ønskede effekt. Det bundede i den interne kommunikation mellem skolens ledelse og lærere. Derudover var det ikke lykkedes at rekruttere en tilstrækkelig stærk tovholder blandt lærerne, samtidig med at der på det aktuelle tidspunkt var gang i flere andre projekter og processer på skolen. Det påpeges dog, at denne form for processer har store potentialer, hvis man har mulighed for at deltage mere aktivt i den. Trods disse forhindringer anses succeskriterierne for at være opfyldt.

Endelig var det planen at indgå i et samarbejde med Svendborg Kommunes Bibliotek, vedrørende udbringning af bogpakker. I Svendborg Kommune findes en ordning, der betyder, at børnefamilier får fire bogpakker, for at stimulere børnenes læselyst. De første tre bogpakker udbringes af biblioteket, mens den fjerde skal afhentes af børn og forældre. Og der er erfaring for, at denne bogpakke ikke afhentes. Formålet med denne aktivitet var således proaktivt at motivere familierne til, at de kom og afhentede bogpakken fra biblioteket i Anemonen.

På grund af flere kommunikationsfejl blev aktiviteten ikke igangsat. Der kommer dog stadig nogle børn og henter deres bogpakker i Anemonen, men Sund i Hømarken er ikke involveret deri.

### **Film i Hømarken**

Aktiviteten var bygget op omkring et samarbejde med Værestedet, der er et fritidstilbud for nærmiljøets 9 til 18-årige. Selve filmarrangementet, der foregik i foråret 2012, var delt op i to dele, en for aldersgruppen 9 til 13-år og en for aldersgruppen 14 til 18 år. Målet med opdelingen var at skabe større relevans for de fremmødte. Rent praktisk betød det, at den yngste aldersgruppe så film om eftermiddagen, hvorefter der blev serveret (sund) aftensmad, mens de unge startede med mad, og herefter så film og diskuterede.

Det overordnede formål med filmforevisningerne var at vise, hvilke vilkår jævnaldrene børn og unge lever under, og herunder at give dem nye vinkler på virkeligheden, og præsentere de unge for nye rollemodeller i bred forstand. Der skulle skabes en begivenhed, der fik børnene og de unge til at deltage aktivt i et socialt, kulturelt tilbud i deres eget boligområde, og herunder opbygge et større udsyn, og få dem til at fordybe sig i andres og egne liv i trygge og tillidsskabende rammer. Samtidig serverede man sund mad og snacks med henblik på at vise, at filmvisning ikke er ensbetydende med indtagelse af slik og popcorn.

Der blev arrangeret tre filmarrangementer i marts og april 2012, fordelt over tre dage, hvor der i Skovbyhus blev vist film i samarbejde med Salaam Film og Dialog. Efter filmene kom enten filmens instruktør eller en oplægsholder med et personligt forhold til filmens problematik og holdt et oplæg, hvor de søgte at inddrage de fremmødtes holdninger og spørgsmål. Succeskriteriet var at få 20 børn og unge ind pr. filmfremvisning.

Evalueringen viste, at der var et godt samarbejde mellem Sund i Hømarken og Værestedet, og der kom i gennemsnit 25 børn til filmene. Formidlingsmæssigt set var aktiviteten de anvendte midler værd, da man nåede ud til børnene og de unge på en anden måde, end projektet er vant til. Og deltagerne fik alle en anderledes oplevelse med fokus på inddragelse og fordybelse. Omvendt viste det sig, at samarbejdet med Salaam Film var besværligt, da der var uklarhed over de tildelte arbejdsopgaver.

Der er åbnet en mulighed for, at filmfremvisningerne vil fortsætte. Der vil dog fremover blive tale om, at der skal vises lidt lettere tilgængelige film. Om aktiviteten kan videreføres i den oprindelige form, og dermed bliver forankret, afhænger af, om der også fremover vil være nogle, der vil være ansvarlige for, at der efter filmen kommer diskussion. Det er således ikke kun de enkelte film, men også rammerne, med diskussion og sund mad, der adskiller dette fra en almindelig tur i biografen.

### **Afspænding i Hømarken**

Aktiviteten er delt op i to, Mindful Moving for kvinder, der er en fortsættelse af aktiviteter, der har været afholdt siden 2012 i Skovbyhus, og ”Slap dog af, mand!”, der blev påbegyndt i foråret 2013.

Formålet med Mindful Moving for kvinder var at arbejde med kropsbevidsthed hos smerteramte kvinder, med henblik på at øge deres livskvalitet og oplevelse af smerte.

Aktiviteten var et led i at arbejde med en gruppe af de mest sårbare beboeres sundhed og trivsel. Udgangspunktet var, at man havde en viden om, at mange af beboere var berørte af problematikker i forhold til smerter og stress. I projektet blev det undersøgt, hvor vidt det ved hjælp af en holistisk orienteret bevægelsesform som Mindful Moving ville være muligt at skabe en positiv forandring for deltagerne i forhold til deres oplevelse af et liv med smerter.

Sammenlagt 6 kvinder, alle med anden etnisk baggrund end dansk, og uden tilknytning til arbejdsmarkedet, og med forskellige kroniske smerter og helbredsproblemer, deltog i de 16 undervisningsgange. Resultatet af forløbet var, at kvinderne efterfølgende havde fået en større forståelse for deres egen krop og sind, og dermed også for deres smerter. Det anbefales efterfølgende at søge at implementere arbejdet med mentale teknikker i andre af Sund i Hømarkens aktiviteter.

Formålet med ”Slap dog af mand” var at give mænd i Hømarken mulighed for at øge deres viden om sammenhængen mellem krop og psyke, ved at øge deres kropsbevidsthed. Herunder skulle der også arbejdes med at afdække, hvilke andre aktiviteter, det er relevant at etablere for mænd, når der er fokus på mental sundhed gennem øget kropsbevidsthed.

Målet med projektet var at få beboere i Hømarken til at integrere afspændingsmetoder i deres dagligdag, og samtidig tænke over deres spændingstilstand i deres daglige gøremål. Succeskriterierne var, at minimum 150 beboere skulle deltage i minimum et oplæg om afspænding og få adgang til de på CD indtalte afspændingsøvelser, og at minimum 30 af dem efterfølgende deltog i et udvidet forløb.

Sammenlagt har 10 mandlige beboere har deltaget i aktiviteten, og der har i gennemsnit været ca. fem til hvert møde. Det vil sige betydeligt under projektets eget succeskriterium. Ifølge evalueringen har deltagelsen betydet, at deltagerne har fået en større forståelse for sammenhængen mellem krop og psyke. Endvidere fremgår det, at der er blevet skabt et socialt bånd mellem deltagerne, da de opstillede rammer gjorde, at deltagerne var gode til at dele og modtage erfaringer.

### **Fortællerklub**

Aktiviteten omfattede etableringen af en fortælleklub, primært målrettet mod områdets ældre beboere. Den skulle startes op hen over sommeren og efteråret 2012, og der skulle være et månedligt møde i Skovbyhus.

Formålet med aktiviteten var, at skabe en fast og forudsigelig ramme, hvor deltagerne kunne mødes, for på skift at komme med deres egen historie og fortælle den til de andre deltagere. Efter fortællingerne kunne der lægges op til debat og diskussion, alternativt med inspiration fra eksterne samarbejdspartnere. Deltagerne ville få mulighed for at lære mere om hinanden, på tværs af kultur, køn og alder, og aktiviteten skulle være åben og ikke tidsbegrænset, så nye deltagere kunne komme til hen ad vejen. Succeskriteriet var at der skulle møde minimum 6 personer op til hvert møde.

I forbindelse med planlægningen deltog to personer fra Odense Fortælleklub. De søgte at rekruttere ved personlig henvendelse, og flyers i boligområdets opgange. Aktiviteten blev hurtigt lukket ned, da der ikke dukkede nogen op til de første arrangementer. Konklusionen var, at der var gjort et for dårligt rekrutteringsarbejde, og at dette skal ændres hvis man i fremtiden vil lave lignende aktiviteter. En anden årsag til det manglende fremmøde kan være, at det er en aktivitet der kræver stor fortrolighed fra starten.

### **Kreativt værksted**

Aktiviteten blev gennemført i 2012 og 2013, og fortsattes i 2014. Det omfatter etableringen af et Kreativt Værksted, der er placeret i kælderen af Skovbyhus, hvor deltagerne kan mødes en gang om ugen.

Formålet var at etablere et rum, hvor områdets beboere kan komme i gang med forskellige former for kreativ udfoldelse gennem undervisning og intern sparring. I den forbindelse er der aftaler med en ekstern kunstner, samtidig med at der arbejdes sammen med Anemonen og SAK, Svendborg Amts Kunstforening. Deltagerne har arbejdet med forskellige materialer og udtryksformer, og der har været en kunstner på besøg og der er arrangeret udflugt til kunststillinger.

Succeskriteriet var, at der minimum kom seks deltagere alle gange, og at de bliver i stand til at videreføre det kreative værksted på egen hånd fra foråret 2014, dog med ekstern hjælp.

Aktiviteten har kvantitativt været en succes, da der i gennemsnit har deltaget 7,5 i de i alt 20 mødegange. Deltagerne er undervejs blevet opfordret til at hjælpe hinanden, hvilket har bevirket, at de har lært hinanden bedre at kende, og fundet ud af hvilke evner hver især besidder. Deltagerantallet er steget lidt fra 2012 til 2013.

Flere deltagere har i forbindelse med aktiviteten udtalt, at deres generelle sundhed er blevet bedre, at de indtager færre piller, at de har et gladere sind, og at de har mere fokus på sundhed. Alle har fået tilbud om at deltage videre frem, og de fleste agter at gøre det. I

forbindelse med at man skulle skifte tovholder medvirkede en repræsentant for brugerne ved ansættelsessamtalen, og der er en til to personer fra brugergruppen der hjælper den nye tovholder med de praktiske gøremål. Samtidig har aktiviteten udgjort en god platform til at rekruttere borgere til andre aktiviteter, da nogle som en naturlig følge er begyndt at komme i spilleklubben og andre har været til åbent hus og rygestopkursus. Deltagerlisten viser, at det i alt overvejende grad er etniske danskere, og hovedsageligt kvinder, der har deltaget i aktiviteten. Der arbejdes på at forankre aktiviteten ved hjælp af frivillig arbejdskraft, selv om det kan være svært, da der kræves et stort planlægningsarbejde.



Billede 6. Kreativt værksted.

### **Kun for mænd**

Aktiviteten ”Kun for mænd” var oprindeligt tænkt som en aktivitet, hvor man langsomt skulle arbejde sig ind på at få kontakt med nogle af de enlige og isolerede mænd, der bor i Hømarken, ofte med fysiske og psykiske lidelser. Herefter skulle mændene langsomt sluses ind i en gruppe på to til fire medlemmer, som så skulle mødes en gang om ugen. Gruppen skulle styrke deltagerens sociale og kognitive kompetencer, så de på sigt kunne få et bedre liv uden isolation og ensomhed. Kontakten med disse mænd formodedes også at medføre, at de, i de tilfælde hvor de er del af en familie, kan blive rykket mod en sammenlagt sundere daglig livsførelse ved at flere trækker i den samme retning.

Det viste sig dog svært at få etableret de nødvendige kontakter, hvorefter projektet ebbede ud. Men i forbindelse med Kom og Kvit (rygestop) blev der efterfølgende etableret kontakt til en gruppe mænd, der var interesserede i at være med, og i foråret 2012 genstartede projektet.

Aktivitetens organisering blev ændret, så man mødes en gang om ugen til fælles aktiviteter, der blandt andet omfatter dart. I 2013 ændredes lidt på formålet, så der kom fokus på at øge de mandlige beboeres sociale kompetencer gennem ugentligt samvær og skabe et fast tilholdssted for mænd i Hømarken, hvor der er plads til den enkeltes behov og ønsker.

I 2012 var der 115 besøg af 15 forskellige mænd, med et gennemsnitligt besøgstal på ca. 4,5 deltagere pr. gang. Tallet steg lidt i foråret, hvor der i gennemsnit var 6,7 deltagere. Langt

størstedelen af mændene kendte ikke hinanden i forvejen, og aktiviteten har dermed været medvirkende til, at flere af mændene kommer mere ud af deres lejligheder og får skabt nogle sociale bånd med de andre. Aktiviteten har også vist sig at indeholde et klart potentiale i forhold til at overføre deltagerne til andre aktiviteter – eksempelvis madværksted og individuel kostvejledning.

Det vurderes, at der er gode muligheder for at aktiviteten kan fortsætte efter projektophør. Det hænger delvist sammen med, at der nu kommer en fast kerne af mænd, samtidig med at en af mændene har fået nøglen til lokalerne i Skovbyhus, og dermed er ansvarlig for at der er åbent for alle og sørger for, at der bliver holdt orden med mere. Aktiviteten har fungeret på den måde i halvandet år og må siges at være en både velfungerende og stabil aktivitet, hvor psykisk sårbare, fortrinsvis etnisk danske mænd, kommer ud blandt andre.

### **Opsamling på Mental Sundhed**

Arbejdet med mental sundhed omfatter meget forskellige aktiviteter, da man fra Sund i Hømarkens side har valgt at arbejde meget bredt med emnet. Der er således både bredspektrede aktiviteter for børn og unge, såvel som mere specifikt fokuserede aktiviteter rettet mod sårbare voksne. I den forstand kan der ikke generaliseres om aktiviteterne.

Men det kan konstateres, at det i aktiviteter som Skabt i Hømarken, Film i Hømarken og Kreativt værksted har været muligt at tiltrække forholdsvis mange deltagere, og at der også er et vist forankringspotentiale i disse aktiviteter. Film i Hømarken vil dog, hvis det fortsætter, højst sandsynligt komme til at foregå i andre rammer, hvor der er mindre fokus på den sunde mad og den efterfølgende diskussion. Samtidig vil det kræve at man får fat i en stabil og vedholdende tovholder, hvis Kreativt værksted skal forankres, og dermed videreføres. Noget de involverede synes det skal, da ... *de gør et stort arbejde ... dem der kommer der, de sidder og hygger sig ... det er flot ... hvorfor skal sådan noget ødelægges* [ved ikke at kunne fortsætte] (Beboer i Hømarken).

Blandt de aktiviteter, der er målrettet de mere sårbare voksne, er det især Kun for mænd der skiller sig ud. Det sker ved, at det er en aktivitet der i første omgang fravælges, men som det alligevel lykkes at få sat i gang. I første omgang var det faldet til jorden, da der ikke var interesse for den. Men senere var der en lille gruppe af mænd, der selv tog kontakt til projekt-holdet, hvorefter aktiviteten påbegyndtes igen. Aktiviteten har nu, ifølge evalueringen, vist sig som en så stor succes, at det ser ud til, at der er mulighed for, at den kan blive forankret via adgangen til Skovbyhus. Man har øjensynligt hele tiden haft et tilbud, der i et vist omfang er blevet efterspurgt. Men det har først været muligt at få det påbegyndt, da en lille gruppe beboere aktivt efterspørger det, og involverer sig. En yderligere årsag til netop denne aktivitets succes kan være, at der bevidst ikke er blevet talt om sundhed i forbindelse med den. Man har dermed ikke lagt nogen forventninger ud, med hensyn til at der forventedes noget specifikt af deltagerne. Samtidig skal man hele tiden være sig bevidst om, at ... *jeg er bange for, at når de flytter* [Sund i Hømarken], *så er der ikke nok ressourcestærke til at køre det videre ...* (Beboer i Hømarken).

## Social kapital

Fokusområdet er ikke direkte relateret til nogle af Forebyggelseskommissionens fokusområder, men centralt, da den sociale kapital har stor betydning for hvordan mennesker tilrettelægger deres liv. Både beskyttende faktorer såvel som risikofaktorer spiller ind på henholdsvis det individuelle, det sociale og det strukturelle niveau. Nogle af faktorerne er det mere muligt at gøre noget ved end andre (Barry & Jenkins 2007). Samtidig kan det være en udfordring at rekruttere og engagere mindre ressourcestærke borgere til sundhedsprojekter.

Mange af Hømarkens beboere har en dårlig mental sundhedstilstand, og 18 % er ofte eller meget ofte nervøse eller stressede, og 20 % oplever enten ofte eller meget ofte, at de ikke kan overkomme de ting de gerne ville i hverdagen. Samtidig er der henholdsvis 14 %, der aldrig eller næsten aldrig har styr på tingene og ofte oplever, at tingene hober sig op, så de ikke kan magte dem (Sund i Hømarken 2011).

Ifølge forskningen er det oftest, som i Hømarken, etnisk danske mænd der isolerer sig, samtidig med at de har en meget lille omgangskreds (Sundhedsstyrelsen 2010). I Hømarken er der samtidig en forholdsvis stor gruppe af personer fra det forhenværende Jugoslavien, hvoriblandt især mange af mændene har psykiske skader. Dette er to grupper der hver især har massive problemer, med dårlig mental sundhed til følge, og som det kan være svært at komme i kontakt med.

På baggrund af det førnævnte var et af de overordnede arbejdsområder i Sund i Hømarken at øge beboernes sociale kapital. Især har man i projektets skrifter fokus på, at den sociale kapital skal ses i et brobyggende perspektiv, hvor man vil søge at undgå at beboere ekskluderes fra fællesskabet. Det er i denne optik, at Sund i Hømarkens arbejde med den sociale kapital, som præsenteres efterfølgende, skal ses.

Efterfølgende præsenteres fem aktiviteter, Sport på storskærm, Beboergården, Tirsdagskaffe, Førtidspensionister og Familiesjov.

### Sport på storskærm

Aktiviteten omkring sportsarrangementer på storskærm i Skovbyhus blev iværksat med henblik på at skabe et fællesskabsfremmende arrangement i Hømarken. Anledningen hertil var, at der i 2012 var EM i fodbold, hvilket formodedes at have bred interesse. Samtidig var der tidligt i forløbet en arbejdsgruppe, der ønskede aktiviteten. Det blev valgt at gennemføre arrangementet over seks eftermiddage, tre med EM-fodbold og tre med Tour de France. Der blev arbejdet sammen med Skovbyhus omkring lån af lokaler. Arrangementet blev annonceret ved opslag i boligområdets opgange, sammen med opslag omkring Familiesjov og Sommersjov. Endelig fik deltagerne i Kun for mænd særskilt information via SMS.

Formålet med projektet var at styrke den sociale kapital blandt de formodentligt primært mandlige deltagere. Succeskriteriet blev sat til, at der skulle være et fremmøde på 8-10 personer til hvert af de seks arrangementer.

Evalueringen viste, at man ikke havde nået det ønskede resultat, da der var et alt for lille fremmøde. Ved den første aktivitet kom der én beboer, ved den anden aktivitet to beboere, og ved de sidste arrangementer kom der ingen.

Det er svært at sige, hvad årsagen hertil er. Der gættes på, at rekrutteringen har slået fejl, da der gik næsten fire uger fra opslagene kom i opgangene til arrangementet skulle afholdes.

Derfor er nogen af opslagene måske blevet revet ned, samtidig med at andre beboere muligvis har glemt arrangementet. Der har ikke været iværksat tiltag på at gentage aktiviteten.

A er en omtrent 40årig enlig dansk mand, der har boet i Hømarken i mere end 10 år. Han har ingen familie og kun ganske få venner. På grund af svær overvægt og en social fobi, der gør, at han isolerer sig, kommer han sjældent ud af sin lejlighed. Da han er meget interesseret i sport lod han sig overtale til at deltage i Sport på storskærm. Han har også deltaget i andre aktiviteter, såsom Madklub og Gåklub, men han skal kontaktes på forhånd, ellers dukker han ikke op. Samtidig har det stor betydning for ham, at en af hans bekendte også deltager. Han har i forbindelse med Sund i Hømarken fået udvidet sin sociale omgangskreds til at omfatte lidt flere personer.

**Case 2. Beboer A fra Hømarken.**

### **Beboergården**

Aktiviteten består i, at der i udkanten af Hømarkens bebyggelse ligger et område, hvor der er nogle små skure og andre bygninger. Her har beboere fra Hømarken blandt andet haft duer og geder. Stedet er dog ikke blevet vedligeholdt, og der har fra de omkringliggende naboejendomme været klaget over, at dyrene brød ud af deres indhegning.

Formålet med aktiviteten var at revitalisere området, så det ikke var til gene for dets naboer, samtidig med at det skulle gøres til et attraktivt område for de af Hømarkens beboere, der ønsker at have dyr eller holde have. På den baggrund arbejdedes der i det meste af efteråret 2013 på, at etablere en bestyrelse, der kan drive beboergården fremover.

Det er efterfølgende blevet vedtaget, at beboergården skal flyttes op i den anden ende af jordloddet, så de fremover generer de omkringliggende naboer mindst muligt. Efterfølgende skal det besluttes, hvor vidt Sund i Hømarken må allokere de fornødne midler til, at beboergården kan blive videreført på forsvarlig vis.

### **Tirsdagskaffe**

Aktiviteten indebar, at man med Tirsdagskaffe ville skabe en ramme for, at beboerne på ugentlig basis kunne komme op i projektholdets lejlighed, for at snakke med projektholdet og andre beboere. Aktiviteten blev lagt i forlængelse af Gåklubben, da det har vist sig, at der kan være god synergi mellem forskellige aktiviteter. Den startede i efteråret 2013.

Formålet var dermed at skabe en ramme for, at projektholdet kunne få en tættere relation til beboerne, og dermed også en større viden om, hvilke ønsker, de har. Ved at udsatte beboere fik mulighed for at tale med projektholdet og andre borgere, ville man endvidere være med til at styrke den sociale kapital blandt områdets beboere.

Samtidig har det vist sig, at der tit er beboere, der kommer forbi projektholdets lejlighed, for at få sig en uforpligtigende snak med en af de ansatte. Ved at aftale en fast ugentlig dag, tirsdagskaffe, ville man bibeholde muligheden for, at borgerne kan komme forbi uden at der er en fast dagsorden.

Aktiviteten er blevet lukket igen, da der var et meget ringe fremmøde. Der er ingen umiddelbar forklaring på det lave fremmøde, men der havde kun været gjort meget lidt for at reklamere for tiltaget.



### Førtidspensionister

Aktiviteten er foregået som et samarbejdsprojekt med Jobcentret, og målet var at nå de svageste af gruppen af førtidspensionister, med henblik på at informere dem om både de tilbud der er i det lokalt forankrede jobcenter, hvilket blandt andet omfatter muligheden for at komme i lønnet praktik, og samtidig introducere dem til de aktiviteter der foregår i Sund i Hømarken. Det foregik i 2012.

Målet var at rekruttere 10 førtidspensionister til aktiviteterne. Dette skulle ske ved hjælp af en anerkendende tilgang, hvor man både sendte invitationer ud og efterfølgende fulgte op på denne ved at kontakte beboerne i dagen op til aktiviteten, med henblik på at huske dem på aktiviteten. Denne tilgang skal ses i relation til, at denne gruppe beboere ofte er kendetegnet ved, at de har dårlige erfaringer med kontakt til det offentlige system, og at de grundet deres permanente situation ofte ender i gruppen af marginaliserede borgere.

Resultatet blev, at man fik fat i sammenlagt 20 borgere, hvoraf de 12 takkede ja til efterfølgende at komme til aktiviteten. På dagen, hvor der blandt andet blev serveret sund mad, mødte de otte af dem der havde takket ja til invitationen op, og heraf blev de fire videreført til aktiviteten Kun for mænd. Heraf er der en person, man efterfølgende har søgt at engagere som tovholder på aktiviteten.

Med udgangspunkt i hvor svær denne gruppe af beboere er at nå, konkluderes det, at det er en succes i sig selv bare at få fat i ganske få personer. Mange af dem var for eksempel ikke vant til at bevæge sig rundt i lokalområdet, hvorfor det at komme til et møde med andre var et stort skridt. Det gav dermed projektholdet et praktisk indblik i hvor svært det er at nå denne formodentligt tungeste sociale gruppe. Samtidig gav det viden om, at man er nødt til at arbejde med aktiviteter der omfatter hele mennesket, da de forskellige problemstillinger er gensidigt forbundne. Aktiviteten er ikke blevet afviklet oftere, da den er en i en række af innovationsforløb, der gennemføres af Svendborg Kommune. Dermed er der heller ikke noget forankringspotentiale.

### Familiesjov

Aktiviteten var baseret på at gennemføre en årligt tilbagevendende event for familier i Hømarken, hvor forskellige og tilpassede aktiviteter på de forskellige dage er samlingspunktet. Aktiviteten er blevet afholdt tre gange, i 2011, 2012 og 2013, ligger i starten af juli måned og har et varieret program. Udgangspunktet for aktiviteterne er Skovbyhus og de omkringliggende arealer, men alle år har der samtidig været inkluderet en udflugt til henholdsvis Odense Zoo, Egeskov Slot og Thurø Rev.

Der har været arrangeret forskellige fysiske aktiviteter, lege, spil og konkurrencer, med henblik på at tilpasse aktiviteten efter at involvere flest mulige. Samtidig er der blevet serveret sunde måltider. Derudover har der været besøg udefra, i 2011 optrådte Congorillas og Co. med



Billede 7. Sommersjov.

sang og dans, i 2012 var der besøg af en kunstner, og i 2013 blev den lokale rollespilsforening Skjold inddraget i aktiviteterne.

Målet med disse meget forskelligartede aktiviteter har alle år været at sørge for, at de sammenlagt tre dage fanger, interesserer og fastholder de fremmødte familier. Det kvantitative mål for deltagelsen har været, at henholdsvis 35, 50 og 35 beboere, både børn og voksne, møder op til og deltager i de tre dages aktiviteter.

Aktiviteten har givet mange erfaringer. En af de positive er, at børnene ofte er en god indgangsvinkel til at få kontakt med de voksne. Man har således fået kendskab til nye voksne, og det er blevet muligt at få dem over i andre aktiviteter. Men det har også været problematisk, at det i nogle tilfælde er større søskende, og ikke forældre, der deltager sammen med de mindre børn. Dermed bliver aktiviteten mere en form for pasning af børn, end en aktivitet for hele familien. Samlet set har man dog i de tre år aktiviteten har kørt nået det ønskede deltagerantal.

På trods af aktivitetens mange gode sider, såsom stor deltagelse og kontakt til mange familier, er det svært at se et egentligt forankringsperspektiv. Dette skal ses i relation til, at der kræves megen forberedelse i form af indgåelse af aftaler med både interne interessenter såsom Skovbyhus, SAB og Værestedet og eksterne interessenter, eksempelvis rollespilsklubben, samtidig med at der er brug for mange frivillige hjælpere. Hvis projektet skal videreføres, vil det kræve, at man får et mere struktureret og længerevarende samarbejde med eksempelvis en eller flere af de lokale foreninger, samtidig med at man bliver bedre til at inddrage frivillige kræfter, og får hjælp af de involverede familier.

### **Opsamling på social kapital**

Mange af de her iværksatte aktiviteter har haft fokus på områdets svage, oftest etnisk danske, mænd. At det er en svær gruppe at arbejde med ses ved, at det har været svært at rekruttere et tilstrækkeligt stort antal deltagere til de forskellige aktiviteter.

Det var således overraskende, at en aktivitet som Sport på storskærm måtte opgives på grund af ringe fremmøde. At en aktivitet som Fortælleklub også måtte opgives, kan forklares med, at den krævede en stor åbenhed af de involverede. Denne fik de dog ikke mulighed for at arbejde med, da det ikke viste sig muligt at rekruttere nogle deltagere. At Tirsdagskaffe samtidig ikke lykkedes er overraskende, da det gav en let og uforpligtigende mulighed for at komme i kontakt med projektholdet, da ... *det, at de kan komme herop* [i projektlejligheden], *og snakke ... de føler sig trygge, det kommer vi til at savne, hvis de stopper* (Beboer i Hømarken).

Hvad årsagen til den meget ringe deltagelse til enkelte af disse aktiviteter skyldes kan det være svært at sige noget faktisk om. Især da der her er tale om aktiviteter der spænder over et bredt spektrum, hvor man i den ene ende bliver tilbudt at se sport sammen, mens man i den anden ende har en aktivitet, der kræver stor fortrolighed. Måske noget af det ligger i områdets størrelse, for fra beboerside konstateres det, at ... *der er kommet nogle ændringer ... nogle andre muligheder* (Beboer i Hømarken).

Prioriteringen med at søge at få nogle af Hømarkens mest sårbare borgere, primært enlige etnisk danske mænd, til at komme ud blandt andre, fejler således ikke noget. Og inden for andre fokusområder er det lykkedes at få fat i netop denne gruppe beboere.

## Rygning

Forebyggelseskommissionen kommer blandt andet med anbefalinger om, at der tilbydes rygestopkurser i alle kommuner, og at de målrettes mindre ressourcestærke grupper og unge. Endvidere anbefales det, at centrale aktører i kommunerne arbejder med at motivere borgerne til at tage på rygestopkurser (Forebyggelseskommissionen 2009).

I forlængelse af disse anbefalinger har man i Sund i Hømarken gennemført tre aktiviteter, hvor der eksplicit er fokus på rygestop. Den ene aktivitet er målrettet børn og unge, de to andre henvender sig til alle beboere i lokalområdet. Fokuseringen på at gennemføre rygestopkurser skal ses i relation til, at over halvdelen af beboerne i Hømarken ryger, og at en stor del af dem er inkarnerede storrygere (Sund i Hømarken 2011). Samtidig viser forskningen, at 23,8 % af alle dødsfald i Danmark i et eller andet omfang kan henføres til rygning, at rygning giver en reduktion i middellevetiden på 3,1 år, og at personer der både er storrygere og samtidigt overvægtige har et gennemsnitligt tab på 10,4 kvalitetsjusterede leveår. Hertil kommer, at 3,3 % af alle dødsfald kan henføres til passiv rygning, hvilket giver en gennemsnitlig reduktion i middellevetiden på 0,4 år (Juel, Sørensen & Brønnum-Hansen).

Sund i Hømarken er ikke kun et traditionelt projekt, hvor der skal afvikles forskellige aktiviteter, med henblik på at aktivere og engagere beboerne. Det er også et metodeudviklingsprojekt, hvor der er fokus på at afprøve nye metoder til rekruttering af deltagere. Det betyder, på den ene side, at man er forpligtiget til at få et vist antal deltagere til de forskellige aktiviteter, samtidig med at man, på den anden side, skal afprøve nye rekrutteringsmetoder, i et lokalområde, hvor der gennem de seneste omtrent 20 år er blevet gennemført tilsvarende projekter. Det er i den optik at fokusområdet rygning skal ses.

Efterfølgende beskrives tre aktiviteter, Rygestopevent, Individuelt rygestop og Rygestop Kvit og Frit.

### Rygestopevent i Cosmos

Aktiviteten bestod af et arrangement i Ungdomsklubben Cosmos, et opholdssted for børn og unge under 18 år, hvor de unge kunne komme og blive oplyst om risikoen ved at ryge. Det fandt sted i foråret 2011. Formålet var, at man dels ville oplyse om farerne ved at ryge, dels ville rekruttere deltagere til et efterfølgende rygestopkursus.

Omtrent 40 unge i alderen fra 13 til 18 år og tre voksne deltog i arrangementet, og omtrent halvdelen af de unge, og to af de voksne, sammenlagt 20 deltagere, var rygere. Aktiviteten viste, at de unge på den ene side var meget interesserede i, at de kunne få foretaget en kulitemåling, mens de på den anden side havde svært ved at koncentrere sig om det faglige oplæg. Flere af dem udviste dog, sammen med den ene voksne, interesse for at deltage i et kommende rygestopkursus. I samme forbindelse har der været gennemført en promovning af rygestop henholdsvis på Handelsskolen og foran en af lokalrådets butikker.

På Handelsskolen blev der rekrutteret sammenlagt 21 elever, 3 drenge og 18 piger, til rygestopkursus. Der var i gennemsnit 8 der mødte op til de 6 undervisningsgange. Evalueringen viste at de ønskede ”mindre terapi” og mere ”der skræmmer”. Konklusionen var, ifølge eleverne, at der var for let adgang til at ryge på Handelsskolen, hvorfor det anbefaledes denne at ændre på reglerne.

X er en 20årig mand af tyrkisk oprindelse. Han har boet det meste af sit liv i Hømarken, sammen med sin familie. Han går pt. på Teknisk Skole, og skal efterfølgende starte i en læreplads. Han har deltaget i flere af Sund i Hømarkens forskellige aktiviteter, og var blandt andet med da der var Rygestop Event. Han har også været med til de forskellige sommeraktiviteter, og han er blevet overtalt til fremover at være med til at arrangere dem. For ham har deltagelsen i aktiviteterne betydet, at der også er et lokalt forankret tilbud i Hømarken, noget han har efterspurgt, da alle de andre fritidsaktiviteter som han er involveret i ligger uden for Hømarken.

**Case 3. Beboer X fra Hømarken.**

### **Individuelt rygestop**

Aktiviteten tog sigte på proaktiv rekruttering af deltagere til individuelt rygestop gennem allerede eksisterende aktiviteter, hvor rygere deltager, eksempelvis madklub, cafearrangementerne med mere. Tilbuddet om kursus i individuelt rygestop har været en løbende aktivitet.

Formålet med aktiviteten var at nedsætte antallet af rygere i Hømarken, og ved afslutningen af rygekurset skulle 25 % af deltagerne være røgfri. I 2013 har aktiviteten medført, at der er blevet afholdt sammenlagt 28 samtaler med 6 forskellige beboere. To er blevet røgfri, mens fire andre har nedsat deres daglige forbrug af cigaretter. Det pointeres endvidere, at der til stadighed er et stort ønske blandt Hømarkens beboere om at stoppe med at ryge, men at det, på trods af forskellige rekrutteringsindsatser, er svært at få de berørte beboere til at tage det sidste skridt og deltage i rygestopkurser, både individuelle og gruppebaserede. Det formodes at årsagen hertil er, at det fortrinsvis er storrygerne, og dermed de sværest tilgængelige, der er tilbage.

### **Rygestop – Kom og kvit**

Aktiviteten rygestop, ud fra Kræftens Bekæmpelses rygestopkoncept Kom og Kvit, har været gennemført to gange, i perioden december 2011 til april 2012, og i foråret 2013. I forbindelse med det første rygestop blev der igangsat en stor proaktiv rekruttering, hvor der blev hængt opslag op i bebyggelsens opgange, Skovbyhus, Værestedet, det lokale supermarked samt på Nymarksskolen. Flyers blev fordelt i bebyggelsens omtrent 400 postkasser og udleveret til resourcepersoner, der blev reklameret i SAB-Nyt og arrangeret to informationsmøder. Endelig var to rygestopkonsulenter opsøgende i nærmiljøet.

Formålet var dels at nedsætte antallet af rygere i Hømarken, dels at afprøve forskellige proaktive rekrutteringsmetoder. Succeskriteriet var, at der skulle rekrutteres 50 rygere ved proaktiv rekruttering i 2012, at 35 % af deltagerne skulle være røgfri, når de stoppede på kurset, og at 25 % af de røgfrie deltagere stadig var røgfri seks måneder efter rygestop. Endelig skulle der efterfølgende udarbejdes en lille guide for anvendelse af den proaktive rekrutteringsmetode, som kan anvendes ved rekruttering til fremtidige rygestopkurser samt øvrige aktiviteter i projektet.

Den første runde af Kom og Kvit medførte, at fire til fem beboere blev røgfri kort inde i forløbet, og at de også var røgfri et halvt år efter. Rekrutteringen viste sig dog at være svær, idet der kun kom fire deltagere til de to informationsmøder, de blev til gengæld alle rekrutteret. Samtaler med de involverede har vist, at man fortrinsvis var interesseret i at deltage, hvis

det var gratis at få nikotinerstatning i op til 12 uger. De økonomiske forhold ser således ud til at spille en stor rolle i forbindelse med at rekruttere beboerne til rygestop. Samtidig vil en forankring af aktiviteten kræve en uddannet rygestopinstruktør, der kan overtage aktiviteten efter projektophør. Kunne der findes midler til udlevering af gratis nikotinerstatning ville dette givetvis styrke forankringsmulighederne endnu mere.

I den anden runde af Kom og Kvit blev der igen lavet proaktiv rekruttering, denne gang i form af en rundringning til husstandene i Hømarken. Resultatet af denne rundringning var, at man fik kontakt til beboere i 70 ud af 400 husstande. I disse husstande var der sammenlagt 27 erkendte rygere, og 9 af disse ønskede at stoppe med at ryge. Heraf ønskede to ikke hjælp fra Sund i Hømarken.

Aktiviteten har ført til at fem beboere har været på rygestopkursus. Der var planlagt to forløb á otte gange, men aktiviteten blev stoppet på grund af manglende tilslutning. Ved første møde kom der tre beboere, de følgende tre gange kom der to beboere og til sidst én beboer, hvilket førte til beslutningen om at lukke aktiviteten, og føre dem over til et individuelt forløb, da konceptet Kom og Kvit lægger op til, at det er gruppedynamikken, der er det bærende element.

### **Opsamling på rygestopaktiviteter**

På trods af at man har forsøgt sig med flere rekrutteringsmåder, og at man har arbejdet med både kortere og længerevarende aktiviteter, konstateres det, at man ikke har fået særligt mange til at gå i gang med rygestopkurser. Det er således et paradoks, at beboerne har et stadigt ønske om at have tilbud om rygestop, samtidig med at der er forholdsvis få, der benytter sig af det. Samtidig er det meget interessant, at det ved rundringningen til beboerne i 2013 viste sig, at 22 ud af 27 rygere tilkendegav, at de ikke ønskede at stoppe med at ryge. Hvis dette tal er repræsentativt for hele populationen i Hømarken nedsætter det antallet af potentielle deltagere til rygestopaktiviteter betragteligt.

På den baggrund er deltagertallene måske ikke så små som først antaget. Forskningen viser således, at det er knap én procent af alle rygere, der årligt deltager i et rygestopkursus (Forebyggelseskommissionen 2009). Hvis dette tal sammenholdes med, at der er omtrent 1.100 beboere i Hømarken, og at omtrent 39 procent af dem ryger (Sund i Hømarken 2011), betyder det, at der er omtrent 440 rygere. Dette ville så betyde, at 4 til 5 personer årligt skulle deltage på et rygestopkursus. Til gengæld viser det også, at det er meget begrænset, hvor mange man får til at gå i gang med rygestopkurser.

Omvendt kan det siges, at man i Hømarken har haft mulighed for at komme med på et rygestopkursus. Det skal dog siges, at succesraten for, at man stadig ikke ryger efter et års rygestop kun er 20-30 % ved maksimal støtte og vejledning (Sundhedsstyrelsen 2011).

Anden ikke statistisk repræsentativ forskning har vist, hvor svært det er at arbejde med rygestop blandt marginaliserede grupper (Bartbjerg & Grew 2008). Her vises det, at succesraten for bare at kunne rekruttere deltagere til rygestopkurser er meget lille blandt borgere, der er knyttet til det socialpsykiatriske område. Dette problem berøres i evalueringen, da det, ud fra projektmedarbejdernes viden, er forholdsvis stærke beboere der har deltaget i rygestopkurserne, og at man ikke i betydelig grad har fået fat i beboere der tilhører gruppen af storrygere.

Dette må sammenholdes med, at mange af personerne i Hømarken er mere vanskeligt stil-

let end normalbefolkningen, hvorfor man ikke umiddelbart kan sammenligne med den, når det skal vurderes, i hvilket omfang de igangsatte aktiviteter vedrørende rygestop har været de anvendte midler værd. I tilknytning hertil skal det nævnes (Sundhedsstyrelsen 2009), at også forholdsvis store udgifter til rygestopkonsulenter forholdsvis hurtigt tjenes hjem igen, da følgevirkningerne af rygning er meget omkostningstunge, både hvad angår direkte udgifter til hospital med mere, og hvad angår tab af kvalitativt gode leveår hos rygerne. En bedømmelse af, hvorvidt de afholdte rygestopaktiviteter har været midlerne værd, må således afhænge af, hvor mange midler man vil investere i hver enkelt persons rygestop. Men der er positivt at sige om rygeaktiviteterne ... *jeg er glad for, hvad de har lavet ... deres rygepolitik* (Beboer i Hømarken).

Endelig formodes det, at det i et eller andet omfang vil være muligt at videreføre aktiviteten, hvis der er en ressourceperson der kan overtage arbejdet. Dette skal ses i relation til, at der er et stadigt rekrutteringsarbejde at udføre, samtidig med, at der skal koordineres med rygestopinstruktører, kommunen med mere. En umiddelbar forankring er således noget, der skal arbejdes på, hvis det skal lykkes.

## Rekruttering

Hvor mange, og hvem, man kan rekruttere til de forskellige aktiviteter, har været et omdrejningspunkt for store dele af Sund i Hømarken. På den måde adskiller dette projekt sig ikke fra tilsvarende projekter. Når spørgsmålet alligevel er kommet op med mellemrum må det henføres til, at det i perioder ikke har været muligt at rekruttere det antal personer, man ønskede, heller ikke set i relation til områdets størrelse.

Den eksisterende forskning viser, at marginaliserede grupper, det være sig psykisk sårbare personer, indvandrere og flygtninge, personer med forskellige misbrugsproblemer og personer med forskellige kroniske sygdomme, har en generelt set dårligere helbredsstatus, og samtidig er i risikogruppen for at dø tidligere, end andre befolkningsgrupper. Samtidig er disse grupper traditionelt set sværere at rekruttere til aktiviteter, der kræver livsstilsomlægninger (Nygaard, Bak & Diderichsen).

Personer, der af forskellige årsager er sårbare, er desuden ofte udsat for at blive talt ned til, og der er en tendens til, at man oftest påpeger de fejl, de begår, ved ikke at leve op til samfundets krav og forventninger. Dette har man i Sund i Hømarken et ønske om at lave om på ved at møde beboerne med en positiv og anerkendende tilgang. Dette valg er blandt andet truffet ud fra en forudsætning om, at mange af beboerne angiveligt skulle være trætte af områdets mange projekter, og den stadige indblanding udefra i deres liv (Sund i Hømarken 2011).

Ovenstående har gjort, at man fra projektholdets side har været meget omhyggelige med ens måde at kommunikere til målgruppen på. Man har valgt at kommunikere bredt, på mange platforme. Der er en hjemmeside og en facebookside, der er arbejdet med nyhedsbreve – fysisk såvel som elektronisk - der er produceret flyers, man har haft informationer i de lokale blade, og der er blevet taget personlig kontakt til borgerne i området – ved at ringe rundt, ved at stemme dørklokker og ved henvendelse til beboerne når de færdes i området. Denne metode stemmer over ens med mange af de anbefalinger, der er tilgængelige med henblik på, at rekruttere borgere til projekter i udsatte boligområder (Sigurd & Darsø 2013).

Efterfølgende præsenteres tre aktiviteter der primært har haft sigte på at rekruttere beboere, samtidig med at to andre aktiviteter, der har haft flere forskellige formål, er medtaget. De tre første aktiviteter er Rekrutteringsaktiviteter, Åbent hus og Rekrutteringskorps, og de to sidstnævnte er Sund Cafe og Sund Snak.

### **Rekrutteringsaktiviteter**

Aktiviteten er blandt andet gennemført med temaerne Magnetshow i 2012 og en Rundringning i 2013. Begge gange har der været fokus på dels, at informere om aktiviteter tilknyttet Sund i Hømarken dels specifikt, at rekruttere deltagere til rygestopkurser.

I 2012, 2013 og 2014 blev der udfærdiget en flyer med information om, hvilke aktiviteter der indgår i Sund i Hømarken, og hvor og hvornår aktiviteterne finder sted. I 2012 blev der udfærdiget en flyer med information om kommende rygestopkurser, vedlagt nikotinerstatningstyggegummi. Materialet blev uddelt ved at, projektets medarbejdere personligt bankede på dørene i alle husstande i Hømarken. I forbindelse hermed viste det sig, at de fleste kendte til Sund i Hømarken.

I 2013 blev der foretaget en rundringning til samtlige omtrent 400 tilgængelige telefonnumre i Hømarken. Formålet med denne rundringning var dels, at afdække beboernes interesse for projektet, og dels, at afdække beboernes rygevaner, og herunder at skaffe deltagere til et kommende rygestopkursus.

I 2012 var succeskriteriet, at en overvejende del af beboerne ved et efterfølgende åbent hus arrangement viste sig at være positive over for at få en aktivitetskalender, og at der oprettedes et rygestophold. Dette mål blev indfriet, da et markant flertal af dem, der deltog i åbent hus arrangementet, viste sig at være positive i forhold til projektet. Op mod 25 % havde dog ikke modtaget den tilsendte information, et forhold der måske kan henføres til den renovering med tilhørende flytning af beboerne, der pt. foregår i Hømarken.

I 2013 blev succeskriteriet sat til, at man ønskede kontakt til 25 % af Hømarkens husstande, og at man herefter formodede, at 50 % af dem potentielt set var rygere. Af disse ønskede man at rekruttere 10 % til et kommende rygestopkursus. Rundringningen viste, at hele seks ud af syv havde kendskab til Sund i Hømarken. Samtidig indikerede henholdsvis 39 %, at de ikke deltog i aktiviteterne, da de havde for travlt /manglede tid, 20 % at de ikke havde nogen interesse i at deltage i aktiviteterne, og 14 % at de ikke havde lyst til at deltage i aktiviteterne på grund af fysiske eller psykiske begrænsninger. I forhold til rygning viste det sig, at lidt færre, 39 %, end de forventede 50 %, var rygere.

Det konkluderes, at rundringningen var investeringen værd, især når udgifterne sammenholdes med, hvad det ville koste at få eksterne interessenter til at medvirke. Samtidig fik man (endnu) mere viden om, hvem beboerne er, og hvad de ønsker sig af ”Sund i Hømarken”. Endelig formodes det, at den direkte henvendelsesform, på trods af andre fagprofessionelles udtalelser, ikke virker negativt på forholdet til beboerne, snarere tværtimod.

### **Åbent hus**

Aktiviteten har været afholdt i 2011, to gange i 2012 og to gange i 2013 i Skovbyhus. I forbindelse med åbent hus arrangementerne er det blevet tilbudt at få udarbejdet et sundhedspas, der er blevet budt på gratis mad, man har kunnet deltage i afspænding, der har været sundhedseksperimentarium, og man har kunnet få foretaget et sundhedstjek.

Det gennemgående formål med åbent hus arrangementerne var at kortlægge, hvilke ønsker og behov beboerne i Hømarken har, samtidig med at der skulle informeres om de igangværende aktiviteter. Det har endvidere været et ønske fra projektmedarbejdernes side at benytte arrangementet til at introducere deltagerne for sunde valg, eksempelvis i form af at der blev serveret sund kost.

Åbent hus aktiviteterne har, konstateres det, kvantitativt set været en succes. Således har der i 2011 været sammenlagt 220 besøgende fordelt på to dage, mens tallet i 2012 var faldet til 139 besøgende. Nedgangen i antallet af besøgende skal ses i relation til, at den samlede tid for perioden, hvor der var åbent hus, var sat ned i 2012 i forhold til i 2011, hvorfor antallet af beboere, der var til stede pr. time faktisk var højere. At man havde sat mindre tid af til aktiviteten, skal ses i relation til, at aktiviteten i sig selv var meget tidskrævende.

Aktiviteten vurderes på den ene side at have været anstrengelserne værd, da man på denne måde har fået et godt kendskab til, hvilke ønsker, der er blandt beboerne i området. Samtidig viste arrangementet sig at være et godt sted til at rekruttere deltagere til aktiviteterne, hvilket blandt andet ses ved, at der i 2012 blev rekrutteret 12 mænd til Madværksted for mænd samt en mindre gruppe kvinder til en tilsvarende aktivitet. Endvidere har arrangementet vist, at mange af beboerne har givet udtryk for, at de i det hele taget savner begivenheder i området.

På den anden side har arrangementet krævet meget arbejde. Men det er kun i 2012 at man har skønnet, at arbejdsindsats og udgiftsniveauet har vist sig at være højere end det, man finder rimeligt. På den baggrund blev det efterfølgende besluttet, at selve arrangementet skal fortsætte, nu hvert halve år, i en mindre målestok, og med forskellige temaer. Dette skal endvidere ses i relation til, at forankringsmulighederne for aktiviteten er dårlig.



Billede 8. Åbent Hus.



### **Rekrutteringskorps**

Rekrutteringskorpset blev i efteråret 2013 startet med henblik på at skabe større synlighed omkring Sund i Hømarkens aktiviteter og for at rekruttere beboere, som ikke i forvejen deltagere i disse.

Formålet var, at rekruttere nye beboere til Sund i Hømarkens aktiviteter, at skabe større synlighed omkring aktiviteterne, og at tilegne sig nye erfaringer med proaktiv rekruttering.

Synligheden skulle øges ved, at to projektmedarbejdere én gang om ugen går en runde i boligområdet, og henvender sig til beboerne med informationer om Sund i Hømarken. Samtidig skulle der i forbindelse hermed deles aktivitetskalendere ud. Aktiviteten skal ses som et forsøg på at foretage proaktiv rekruttering.

Konklusionen er, at synligheden af Sund i Hømarken er øget, især blandt de af områdets beboere, der ellers ikke har haft kendskab til projektet. Der er dermed skabt en platform til at rekruttere blandt disse beboere.

### **Sund Cafe**

Aktiviteten Sund Cafe, der er en videreførelse af Slankeskolen, gik ud på at etablere nogle rammer for, at henholdsvis kvinder og kvinder med småbørn kunne få et sundt værested i Hømarken. Cafeen skulle oprettes ud fra en ide om, at det ikke er et bindende tilbud, men at alle kan møde op, uden forudgående tilmelding eller afbud. Cafeen skulle være åben én gang hver uge, med fokus på sundhedsaktiviteter, hvoraf en overvejende del har relation til sundhedsaspekterne i KRAM. Der udarbejdedes en aktivitetsplan for minimum to måneder af gangen. Aktiviteten skulle tilknyttes en gennemgående sundhedsfaglig tovholder, med frivillige som vært eller værtinde, der hver uge sørger for at skabe en tryk ramme for deltagerne. Aktiviteten iværksattes i 2013 i et samarbejde med forskellige partnere, Projekt ”En god start”, Værestedet, Anemonen og Frivillighedshuset.

Formålet var at skabe en ramme, som både skaber implicit og eksplicit viden om sundhed i relation til KRAM faktorerne, og at øge deltagerens sociale netværk. Derudover skulle der skabes en ramme for beboerne, så de fik mulighed for at få inspiration og afprøve en sundere livsstil under hyggelige og afslappede rammer, uden løftede pegefingre. Succeskriteriet var, at der i første halvår af 2013 blev igangsat minimum fire forskellige koncepter med Sund Cafe rettet mod forskellige målgrupper.

Småbørnscafe er beregnet til familier med 0-3årige børn, der ikke går i daginstitution. Der har deltaget mellem to og 12, og i gennemsnit var der 5 deltagere. Dette tal skal ses i forhold til, at der i området er omtrent 12 familier, hvor børnene ikke går i daginstitution. Aktiviteten er blevet forankret i Svendborg Kommunes Sundhedspleje, da de i forvejen har med målgruppen at gøre og gerne på sigt vil overtage driften af Småbørnscafeen. Samtidig er rekrutteringen sket proaktivt via Sundhedsplejen.

Sund cafe for kvinder henvender sig til kvinder, der ønsker at møde ligesindede og få en snak om emner eller temaer, de selv vælger. Indtil videre har temaerne været Forstå din teenager, Sundhedstjek, Historiefortælling, Madlavning og Gåtur. Sammenlagt 14 kvinder har deltaget i Sund Café arrangementerne med mellem én og fem kvinder de enkelte gange. Der kan have været flere deltagere, da registreringen ikke har fungeret optimalt. De to frivillige værtinder har, trods det varierende deltagerantal, oplevet, at der har været nogle rigtig gode diskussioner, og at der blandt kvinderne er et stort behov for at få et netværk. Samarbejdet

mellem de to frivillige fungerer rigtig godt, og de er meget stabile. De giver udtryk for, at de helst kun vil være to, da det giver en tryghed for de kvinder, der kommer, at det er de samme værtinder hver gang. Det gør dog også konceptet mere sårbart at der ikke er der nogle til at tage over, hvis de er syge eller på anden måde fraværende. Det ser ud til, at Sund cafe kan køre videre i form af en Temacafe ifølge områdets nye helhedsplan.

Pigesnak er organiseret sammen med Værestedet, som et sted hvor piger med tyrkisk baggrund har mulighed for at komme og lave aktiviteter og tale om sundhedsrelaterede emner. Pigeklubben blev etableret på pigernes egen opfordring. Der er indtil videre 7-8 piger tilknyttet, hvoraf halvdelen kommer hver gang. Da aktiviteten foregår sammen med Værestedet, er det hensigten efterfølgende at forankre den enten i denne, i Anemonen eller i Hyggerummet i Skovbyhus.

### **Sund Snak**

Aktiviteten, der er en videreførelse og udvidelse af Individuel kostvejledning, blev iværksat i efteråret 2013. Formålet var, ved at indbyde beboere til en bred snak om sundhed, at øge kendskabet til Sund i Hømarken, og derigennem gøre det muligt at rekruttere deltagere til aktiviteterne.

I perioden fra september til december måned 2013 blev der registreret i alt 20 samtaler med seks forskellige beboere og der blev holdt mellem 1 og 7 samtaler med hver. Det faktiske tal formodes at være noget højere.

Det pointeres, at det har givet god mening af have en mere åben ramme, hvorunder man kan møde de enkelte beboere i forhold til at diskutere deres individuelle problemer og ønsker. Samtidig får man på denne måde skabt en ramme, hvorunder man kan registrere alle de samtaler, der i forvejen blev taget med beboerne, men som ikke før blev registreret.

Beboere, der har været til samtaler, er ofte blevet anbefalet at deltage i nogle af projektets aktiviteter, hvorfor det har virket som en god rekrutteringsplatform. Samtidig har aktiviteten vist, at der for mange af beboerne er et stort behov for et uformelt sted, hvor de kan komme og snakke med andre om noget af det, de har på hjertet. Det konstateres dog også, at der ikke umiddelbart er nogen forankringsmulighed for aktiviteten.

### **Opsamling på rekrutteringsaktiviteter**

Rekrutteringsaktiviteterne har vist, at det ikke er en enkel sag at rekruttere deltagere til de forskellige sundhedsrelaterede aktiviteter. I forbindelse med Sund i Hømarken har man søgt at gøre rekrutteringen proaktiv – og derunder opsøge folk direkte. Dette har, i nogle tilfælde, virket rigtig godt. Og der er ikke noget der tyder på, at beboerne i Hømarken, som man ellers blev advaret imod, ville vise sig at være trætte af at blive kontaktet af projektmedarbejderne (Sund i Hømarken 2011). Tværtimod ser det ud til, at det lille venlige puf, der er kommet som et resultat af den anerkendende tilgang til borgerne, i mange tilfælde har givet gevinst, ... *det er den formidling, hvor man lige kommer og siger, "Kommer du?", der virker ... det er den personlige kontakt, hvor man henvender sig til andre, der virker* (Beboer i Hømarken).

Det må samtidig konstateres, at der er brugt forholdsvis mange midler, både med hensyn til tid og økonomi, med henblik på at rekruttere deltagere til aktiviteterne. Og man kan i den forbindelse stille spørgsmålstejn ved, om man har fået så mange til at deltage som det har været ønskeligt. Samtidig er man stødt ind i den barriere, at man har med meget forskellig-

artede grupper at gøre. Eksempelvis er der en forholdsvis stor gruppe af beboerne, der ikke behersker det danske sprog, især ikke på skrift, hvorfor den eneste mulighed for at komme i kontakt med dem enten er via personlig, proaktiv rekruttering, eller ved at de får kendskab til aktiviteterne via deres netværk. *Jeg får SMS ... næsten altid. Der er også altid sådan nogle små plakater ... internettet, det er jeg ikke så god til ...* (Beboer i Hømarken).

En rundringning til 70 af områdets omkring 400 boliger i foråret 2013 viste, at beboerne i hele 60 af husstandene havde kendskab til Sund i Hømarken. Den store promovning har således givet et godt kendskab til projektet. *Nogen har hørt om det [Sund i Hømarken], ... så det rygtes ude omkring, at det eksisterer ... der er altid nogen, der kender nogen ...* (Beboer i Hømarken). Samme rundringning viste også, at 55 ud af de 70 ikke havde deltaget i nogen af Sund i Hømarkens aktiviteter.

At man har en bebyggelse med omtrent 1.100 beboere betyder ikke, at man har et tilsvarende stort potentiale at rekruttere ud fra. Af samme rundringning fremgik det således, at sammenlagt 41 ud af 70 ikke deltog på grund af henholdsvis mangel på tid og mangel på interesse i aktiviteterne, og at 10 oplyste at de ikke deltog på grund af fysiske eller psykiske begrænsninger. Endelig var der kun 3 ud af 70 der oplyste, at deres manglende deltagelse kunne henføres til at de ikke havde kendskab til aktiviteterne. På baggrund af disse tal kan det konstateres, at en stor del af Hømarkens beboere har kendskab til projektet, samtidig med at der stilles spørgsmål ved hvor stort et rekrutteringspotentiale der samlet set er tale om. Tallene kan sammenholdes med, at Hømarken er et område med mange forskellige beboergrupper, med hver deres indgangsvinkel til, hvordan man lever et sundt liv.

En af de bedste måder at rekruttere deltagere til aktiviteterne på ser det ud til at være ”von hören sagen”. Denne kommunikationsform er bedre end at dele flyers og lignende ud, da uddeling af skriftligt materiale, hvis det skal være effektivt, ikke må ske for tidligt, hvorved det risikerer at drukne i andet materiale, der bliver hængt op eller delt ud, mens det på den anden side skal uddeles i så tilpas god tid, at potentielle deltagere ikke har andre planer. At det kan være svært som projektansat at rekruttere, kan ses ved, at ... *Jeg har prøvet at ringe rundt, for at få flere kvinder med ... en, med anden etnisk baggrund, der kender dem bedre, fik dem med ... så er det først i det øjeblik, at kvinden der har de gode relationer, en kulturel baggrund, når hun ringer, så tør [de andre] godt ... det tager tid, når man starter et projekt ...* (Projekt Sund i Hømarken).

Samtidig viser rekrutteringsaktiviteterne, at der på den ene side hurtigt kan opstå et ønske om, at en given aktivitet arrangeres, mens der på den anden side ikke er nogen garanti for, at der, hvis den igangsættes, kommer nogle deltagere. Endelig har der været en del diskussion om, hvor vidt det er nyttigt at informere om aktiviteter via SMS. Et par gange har det givet negative reaktioner, men oftest har beboerne været glade for på den måde at blive informeret om, og husket på, kommende aktiviteter.

### **Hvor mange har deltaget i aktiviteterne?**

Et vedvarende spørgsmål i forbindelse med projekter som Sund i Hømarken er, hvor mange borgere der har deltaget i aktiviteterne. Efterfølgende søges der at komme med et estimeret svar på dette spørgsmål. *Man kunne så godt have håbet på, at den faste kerne [af deltagere] havde været lidt større herude ... for vi kan jo se, hvor stor en værdi det har, når der er nogle beboere der kommer og siger, at det her, det er bare super godt ...* (Projekt Sund i Hømarken).

Når der kun kan gives et estimeret svar på spørgsmålet må det henføres til, at det på trods af, at der i forbindelse med alle aktiviteter er blevet lavet evalueringer, ikke er muligt at se, hvor mange der har været aktivt deltagende hver gang. Samtidig kan det være svært at bedømme, nøjagtigt hvor mange gange de enkelte aktiviteter har været gennemført.

Tallene i den efterfølgende opgørelse over deltagerantallet i de foreløbigt fem halvårsperioder, hvor der har været indberettet til Sundhedsstyrelsen, bygger på en antagelse om, at hver aktivitet har været gennemført 20 gange pr. halvår, både i vinterperioden og sommerperioden. Dette tal er udelukkende et estimat, og der kan godt have været forskelle fra aktivitet til aktivitet, fra periode til periode. Endvidere må det påpeges, at der i det efterfølgende er tale om det samlede antal deltagere, hvorved personer, der eksempelvis løbende har deltaget i en aktivitet er registreret flere gange. Det er på den måde ikke umiddelbart muligt at sige noget om, hvor stor en andel af Hømarkens beboere der har deltaget i aktiviteterne.

Der opereres med tre overordnede aktivitetsformer, for det første Aktiviteter og forløb, for det andet Særlige begivenheder og events, og for det tredje Individuelle og opsøgende aktiviteter (Tabel 1).

	Aktiviteter og forløb	Særlige begivenheder og events	Individuelle og opsøgende aktiviteter	I alt
1.1.2011 - 30.9.2011	480	95	2	577
1.10.2011 – 31.3.2012	820	565	7	1392
1.4.2012 – 30.9.2012	1730	118	28	1876
1.10.2012 – 31.3.2013	1520	1037	24	2581
1.4.2013 – 30.9.2013	1610	320	21	1951
Sammenlagt	6160	2135	82	8377

**Tabel 1. Deltagerantal til aktiviteterne.**

Ovenstående tal kan ikke stå alene, og kræver derfor en forklaring. For det første viser de, at der er sket en gradvis øgning i det antal deltagere der kommer til de tilbagevendende aktiviteter. En forklaring herpå er, at der for det første ikke blev udbudt så mange aktiviteter i de første perioder, henholdsvis 2 og 6, mens der blev udbudt henholdsvis 7, 10 og 10 i de tre følgende perioder. De første to perioder kan i den forstand betegnes som en planlægningsfase, hvor grundlaget for de kommende aktiviteter er blevet tilvejebragt. For det andet viser tallene, at der er meget store forskelle på deltagerantallet i de særlige begivenheder og events. Disse store forskelle kan henføres til, at der eksempelvis i den fjerde periode blev afholdt en Innovationsuge på Nymarkskolen, hvorved 700 børn og unge og 70 lærere er inkluderet i tallet. For det tredje ses det, at det, trods et stort arbejde, har været forholdsvis svært at få deltagere til de individuelle og opsøgende aktiviteter, som eksempelvis dækker over rygestopkurser.

Samtidig er det i langt overvejende grad personer, der er bosat i Hømarken, der deltager i de forskellige aktiviteter. Fra projektholdets side oplyses det således, at man har en formodning om, at der til nogle af aktiviteterne kommer personer udefra. Dette anses i det store og hele som et positivt tegn, da det kan være med til at åbne området op, så det i mindre omfang fremstår som en lukket enklave i den nordlige del af Svendborg.

Konkluderende kan det om deltagerantallet siges, at det i løbet af projektets tid er lykkedes

at få et forholdsvis stabilt antal beboere til at deltage kontinuerligt i ugentlige aktiviteter. Men man har dog også kunnet konstatere, at det er svært at forankre aktiviteterne, og herunder også at indføre kontingent. Samtidig har man fået introduceret en forholdsvis stor gruppe til de forskellige aktiviteter, ved at lave forskellige events, hvorfor kendskabet til Sund i Hømarken er blevet forholdsvis stort.

## Opsamling på aktiviteterne

En ting i forbindelse med Sund i Hømarken har været, at gøre beboerne klar over, at der er forskellige aktiviteter i lokalområdet, noget andet har været, at få dem til at deltage i disse. *Folk ved hvem vi er, synes at vi er spændende, men bruger os ikke. Det er det store spørgsmål, som vi efterlader herude. De siger de vil det, de siger, det lyder spændende, men de kommer ikke. Men vi kender det jo også fra os selv* (Projekt Sund i Hømarken).

Ovenstående citat siger en del, men ikke alt, om den samling af aktiviteter, der samlet set udgør Sund i Hømarken: ifølge denne evalueringsrapport, hvor der er blevet opereret med sammenlagt 35 forskellige aktiviteter, der kan knyttes til seks forskellige fokusområder, inklusive rekruttering, har det været et fællestræk, at det har været svært at rekruttere det ønskede antal deltagere. At man har valgt at arbejde med så mange aktiviteter ... *har både været en forbandelse og en guds gave ... vi har kunnet skyde med spredehagl ...* (Projekt Sund i Hømarken). Det følgende er koncentreret omkring aktiviteterne og rekrutteringsprocessen, da denne har haft en central rolle i projektet. Det vil blive belyst ud fra de seks metoder, der er blevet arbejdet med i projektet.

For det første er der blevet arbejdet med at øge beboernes sociale kapital for at opbygge en større fællesskabsfølelse i Hømarken. Dette kan være et meget stort område at arbejde med, da det også er en langsommelig proces. Men der er blevet talt om, at ... *vi kan se, at der sker noget, det sociale er kommet højt op på ranglisten ... de vil hinanden herude ...* (Projekt Sund i Hømarken). Hvilket, uden at det skal blive overfortolket, understøttes af, at en beboer siger, at ... *efter, vi er begyndt her ... når vi snakker ... det er en helt anden opfattelse ... man siger hej-hej ... nu kender vi dem. Jeg synes, det er rigtig dejligt* (Beboer i Hømarken).

For det andet har man søgt at inddrage borgerne i projektet. På den ene side kan man sige, at denne del af projektet er lykket, da man i flere tilfælde har henvendt sig til borgerne, med henblik på at få dem til at foreslå aktiviteter. Dette er sket flere gange, og nogle af disse aktiviteter har vist sig holdbare. På den anden side er det ikke lykkedes, da beboerne ikke er blevet tænkt ind i projektet fra dets tidligste fase, hvorved den efterfølgende inddragelse af beboerne er sket ud fra de rammer der allerede er afstukket. *Er der noget, der bliver trukket ned over hovedet på en, så ..., men er det som ved Åbent Hus ... og vi kan komme med i en arbejdsgruppe ... det gør, at folk bliver mere venligt stemt* (Beboer i Hømarken).

For det tredje er der arbejdet med proaktiv rekruttering. Denne rekrutteringsmåde har, som tidligere vist, været effektiv, især i forhold til rekruttering af specielt sårbare beboergrupper. Og det har ikke, som man havde en formodning om, vist sig, at beboerne ikke ønskede at blive kontaktet. Man prøvede, på trods af advarsler, at ... *sige, at nu kommer vi med noget andet energi, med noget nyt blod, og hvad kan det så betyde? Og det har jo så betydet*

*en masse* (Medlem af styregruppen). Der har således været meget få negative kommentarer i forhold til den proaktive rekruttering.

For det fjerde har man arbejdet med motiverende metoder. Det formodes, at dette er lykkedes, da der blandt andet har været en god ”intern” rekruttering, det vil sige, at mange af dem, der deltog i en aktivitet, senere er blevet overført til en anden aktivitet. Samtidig er der ... *brug for nogen til at trække ... men folk reagerer ved, at nogen kommer hen til en og siger, skal du ikke være med ...* (Beboer i Hømarken).

For det femte har man arbejdet med små skridt. Der er, i de fleste aktiviteter, blevet stillet realistiske krav til deltagerne, og man har søgt ikke at presse nogen ved at gå for hurtigt frem. Om det altid er lykkedes kan diskuteres, da nogle af de aktiviteter, der kræver fortrolighed, ikke er blevet til noget, samtidig med at nogle af de kostmæssigt sundhedsorienterede aktiviteter har ændret karakter, når de er overgået fra at blive styret af projektholdet til at blive styret af deltagerne selv. Om der er tale om varige ændringer, kan diskuteres, da flere ... *er bange for, at det Sund i Hømarken har sat i gang, det vil ophøre, når de ikke er her mere. Folk skal virkelig have et spark ...* (Beboer i Hømarken).

For det sjette er der blevet arbejdet med kunst og kreativitet. Dette er nogle af de aktiviteter, der er lykkedes godt, og som der også er en del marginaliserede borgere, der har deltaget i. Det er samtidig nogle af de aktiviteter, som det efterfølgende er sværest at forankre, da de ofte kræver stor forberedelse ... *det kan ikke gøres bedre ... men det smuldrer, hvis der ikke er nogen, der støtter op* (Beboer i Hømarken).

Alt i alt er det et forholdsvis lille antal aktiviteter, man har måttet opgive på grund af ringe tilslutning. Og enkelte af aktiviteterne har endda haft et rigtig godt antal deltagere. Men man har i mange aktiviteter haft et antal deltagere, der ligger i underkanten af det forventede. Om dette forhold skyldes, at man har haft for store forventninger til deltagerantallet, eller om det må henføres til, at beboergruppen i Hømarken er svær at motivere til denne slags aktiviteter, er det svært at komme med noget entydigt bud på. Men i forhold til forventninger om deltagerantal, så kan det påpeges, at man i den endelige ansøgning havde revideret nogle af de kvantitative målsætninger nedad i forhold til den oprindelige ansøgning. Samtidig har næsten alle aktiviteterne vist det, som man allerede havde fået en indikation af fra lokalsamfundsanalysen, at der for det første foregår en stadig fraflytning af ressourcestærke beboere fra Hømarken ... *når vi så har fundet nogle gode tovholdere, så flyttede de herfra ... og jeg tror også, at nogle af vores aktiviteter har været med til at gøre, at de ligesom er blevet stærkere, har fået noget ansvar ... der er et stort flow ... det er hele imaget i boligområdet der skal ændres ...* (Projekt Sund i Hømarken). For det andet er der en forholdsvis stor gruppe af beboere, som det er meget svært at nå, uanset indsatsmåde, da ... *de her mennesker sidder med nogle problemstillinger, som det er svært at håndtere, og som det er svært at håndtere, når man sidder som et enkelt projekt ...* (Medlem af styregruppen). For det tredje, så består Hømarken som lokalområde af mange forskellige grupper og smågrupper af personer, som det kan være svært at mobilisere og rekruttere med enkle midler. Hømarken er ikke ... *så massivt som i Vollsmose ... det er mere individer, der skal rammes forskelligt ... det bliver meget mere vigtigt at finde ud af at lave individrettede tiltag ...* (Medlem af styregruppen).

Et af de forhold, der hænger meget sammen med rekruttering, er kommunikation. Ud fra en intention om at nå ud til flest mulige beboere, havde man fra starten valgt at anvende mange kommunikationsplatforme: Facebook, hjemmeside, flyers, indlæg i lokale husstands-

omdelte aviser, pjecer, opslag i boligforeningen, events og personlig kontakt til beboerne. Alt sammen med fokus på at man på den ene side skulle virke anerkendende og respekterende i mødet med beboerne, mens man på den anden side skulle virke proaktiv og vedholdende. Samtidig håbede man på, ved at anvende mange kommunikationsplatforme, at kunne nå ud til alle de forskellige persongrupper, der er i området: nogle har dårlige forudsætninger for at læse eller tale dansk, nogle lider af forskellige former for fysiske og psykiske lidelser, der begrænser deres mobilitet, og nogle bevæger sig kun yderst sjældent ud af deres lejlighed. Det er således ikke alle, der ... *ser opslagene, og så tænker fedt ...* (Beboer i Hømarken), man er nødt til at nå folk på flere platforme.

I relation til ovenstående virker det utroligt ambitiøst, når der ses på det forskelligartede udbud af aktiviteter, der er gennemført. At det forekommer ambitiøst, skal ses i relation til, hvilke ressourcer, der var til rådighed for projektet, hvad angår manpower og tid. I den forbindelse har man i nogle tilfælde arbejdet med at inddrage eksterne interessenter i projektet. Det er dog, i et vist omfang, kendetegnende for projektet, at de større anlagte aktiviteter, der skulle udføres i samarbejde med eksterne interessenter, i nogen grad må henregnes til de mindre succesfulde, hvilket eksempelvis ses ved, at det ikke lykkedes at etablere et motionsrum i Hømarken, og at ansøgninger sammen med andre af Hømarkens institutioner ikke er blevet realiseret. Men at skydningen med spreddehagl også har givet succeser ses ved, at man har formået at bibeholde et vist aktivitetsniveau i et meget stort antal aktiviteter over en forholdsvis langvarig periode. Herunder må det nævnes, at det er lykkedes at aktivere beboere, der ellers ikke har været vant til at deltage i det lokale fællesskab, at man har etableret aktiviteter, som det er muligt at videreføre, og at en stor del af Hømarkens beboere har stiftet bekendtskab med emnet sundhed.

Her er det værd at pointere, at der er en tendens til, at de aktiviteter, som man har haft bedst succes med, ofte er kendetegnede ved, at de er efterspurgt af beboerne, at kommunikationen og rekrutteringen er foregået direkte og proaktivt ved personlig henvendelse, og at der i et vist omfang har været tale om ”lavpraktiske” aktiviteter: aktiviteter der ikke kræver et stort set-up. Dette er vigtige pointer, man kan tage med videre til andre lignende projekter.

Samtidig har der vist sig en tydelig sidegevinst ved de mange forskellige aktiviteter: at man begynder på eksempelvis en aktivitet, der hører under det fokusområde, der her er blevet betegnet som fysisk aktivitet, behøver således ikke at betyde, at deltagerne efterspørger fysisk aktivitet. Mange gange har det således vist sig, at deltagelse i aktiviteten lige så meget er et middel til at komme ud af en eller anden form for ensomhed, til at kunne komme ind i en eller andet form for fællesskab, eller, en mulighed for at komme til at oparbejde et tillidsforhold til en professionel person. Dette forhold kan måske henføres til, at ... *hvis man skal lave projekter for ressourcetsvage grupper, så vil de helst være sammen med nogen, der ligner dem selv. Hvis man så selv får flere ressourcer, kan man bedre tackle, at der er nogen der har andre kompetencer end en selv* (Medlem af innovationsgruppen). Man kan på den måde tale om, at det har givet mening, at man i Sund i Hømarken har arbejdet med en bred sundhedsdefinition, da det på denne måde er lykkedes også at engagere de beboere, der måske på grund af at de bor (fysisk) tæt på andre mennesker, føler en stærk ensomhed.

I forhold til de anbefalinger som Forebyggelseskommissionen er kommet med, så har man i Sund i Hømarken på forskellig vis arbejdet med fem ud af de otte fokusområder. Arbejdet har i et vist omfang båret frugt, hvilket kan ses ved at:

- Det er lykkedes at engagere beboere fra den sværest tilgængelige beboergruppe.
- Man har opretholdt et gennemgående stort aktivitetsniveau.
- Rammen for projektet har ikke været strammere, end at man har kunnet justere aktiviteterne antal og afholdelse i relation til beboernes efterspørgsel.

At der også har været udfordringer, kan ses ved at:

- Det ikke har været muligt at komme igennem med aktiviteter, der grundlæggende har strukturel karakter.
- Man har måttet afsætte forholdsvis store ressourcer til rekruttering.
- Enkelte aktiviteter har måttet opgives.

At projekt Sund i Hømarken ikke har ramt ved siden af i forhold til, hvilke aktiviteter der er gennemført, set i relation til projektbeskrivelsen, er noget der er blevet bemærket. Samtidig er man nu nået til et punkt, hvor man må se ud i fremtiden.

*Min vurdering er, at projektet rammer meget godt ind i forhold til projektbeskrivelsen, og den retning, vi efterhånden har besluttet, det skal have. Hvor fokus her i den afsluttende del af projektet meget handler om at sætte ting i gang, som kan implementeres i drift, eller gøre de ting der er sat i gang driftssikre (Medlem af styregruppen).*

På baggrund af analysen af de forskellige aktiviteter anbefales det i projektets sidste periode at arbejde videre med følgende tre tiltag:

- Der skal arbejdes videre med at udvikle og beskrive de proaktive rekrutteringsmetoder, da det har vist sig, at man, ved at anvende dem, har fået kontakt til grupper, som det ellers er svært at få i tale.
- Der skal arbejdes videre med aktiviteter, der fokuserer på at øge beboernes brobyggede sociale kapital, med henblik på at bringe de forskellige beboergrupper tættere sammen, og, herunder også at åbne Hømarken op mod andre bydele.
- Der skal arbejdes videre med at konsolidere og forankre de aktiviteter, der efterfølgende kan blive overtaget af Sund i Hømarkens efterfølgere inden for det boligsociale område.

Afslutningsvis skal man huske på, at ... *hvis det skal køres hen på frivilligt arbejde, så smuldrer det. Der skal være nogen til at sætte det i gang (Beboer i Hømarken). Områdets generelle sociale kapital er ikke ændret mere, end at man risikerer, at ... hvis der ikke er nogen til at føre det videre, går alt tilbage til det gamle ... så håber vi på, at folk har fået så meget i bagagen, at de selv kan holde sig i gang ... de skal have et kærligt skub (Beboer i Hømarken).*



## Analyse af projektets samarbejde

I denne del af evalueringen er fokus på, hvordan samarbejdet mellem de forskellige aktører i projektet har fungeret. Evalueringen tager udgangspunkt i tre begreber, som det har vist sig at være centrale for, at der kan ske en succesfuld implementering og efterfølgende forankring i forbindelse med nye tiltag og projekter. De tre begreber er forståelse, vilje og evner (Vedung 1997).

Forståelse beskriver den problematik og udfordring, der ligger i, om et projekts forskellige aktører, politisk-administrative ledere, organisatorisk implementerende medarbejdere og praktisk udførende ansatte medarbejdere, dels har en forståelse for, hvilket mål der er med det aktuelle projekt, dels har en forståelse for hvilke midler og metoder, der skal anvendes for at kunne nå det aktuelle mål.

Vilje henviser til den problematik, der ligger i, i hvilket omfang de centrale aktører og samarbejdspartnere har en grundlæggende vilje til at virkeliggøre de aktiviteter og de mål, der er gældende for projektet. Der skal herunder ses på, i hvilket omfang formålet, emnet eller aktiviteterne prioriteres, og om de tildeles den opmærksomhed internt i organisationen, der skal til, for at målet nås.

Evner omhandler den problematik der må henføres til, om de for projektet centrale samarbejdspartnere og aktører er i besiddelse af de nødvendige evner, herunder kompetencer og faglighed, der er påkrævede for, at projektet kan gennemføres. Hertil hører også de nødvendige ressourcer, defineret som økonomi og tid.

De efterfølgende beskrivelser og analyser bygger på interviews foretaget med de forskellige aktører der har haft indflydelse på projektet, og andre interessenter, der er til stede i Hømarken.

	Interviews
Beboer i Hømarken	4
Medlem af styregruppen	3
Medlem af innovationsgruppen	3
Projekt Sund i Hømarken	3
Andre interesserede i Sund i Hømarken	4

**Tabel 2. Oversigt over grupper af interviewede personer.**

De 17 blev gennemført enten i Sund i Hømarkens projektlejlighed, eller på de interviewedes egen arbejdsplads. Interviewene var opdelt i temaer, og blev gennemført som semistrukturerede interviews, som beskrevet i litteraturen (Kvale 1997). De enkelte interviews havde en varighed mellem 30 og 75 minutter.

## Rammer og vilkår bag Sund i Hømarken

Der er fra stort set alle sider enighed om, at Hømarken er et område, der i vidt omfang har behov for, at der sker nogle fremadrettede tiltag. Både Svendborg Kommune såvel som SAB har således arbejdet i området ad flere omgange, og SAB har en fast medarbejder tilknyttet området. Der er således fra begge parter en forståelse for, at der skal laves forskellige tiltag i Hømarken.

På trods af denne enighed har Sund i Hømarken lige fra starten været hæmmet af, at der ikke har været lavet en afstemning af forventninger mellem de enkelte parter, Svendborg Kommune og SAB. Dette ses blandt andet ved, at der i opstarten af projektet kun var sporadisk kontakt mellem de to parter, og at kommunens inddragelse af SAB bestod i ... *en snak i telefon med direktøren* ... (Medlem af styregruppen). Det er svært at sige, hvorfor der ikke blev talt nærmere sammen mellem parterne i denne fase. Fra den ene side lyder det, at *Det skulle have været diskuteret noget mere, om det projekt skulle have været herude, eller om det var den rigtige måde, det er skruet sammen på* ... (Medlem af styregruppen) hvoraf det fremgår, at man på den ene side stillede spørgsmål ved selve relevansen af, at have et projekt i Hømarken, mens man på den anden side stillede spørgsmål ved projektets indhold. At man fra denne side stillede spørgsmål ved relevansen af projektet skal ses i relation til, at man ved, at dette projekt kom til Hømarken, forudså, at det ville betyde ... *forveksling mellem personerne og Svendborg Kommune* (Medlem af styregruppen). Der var således en frygt for, at det ville være svært at adskille den eksisterende boligsociale indsats fra det nye projekt.

Svaret fra Svendborg Kommune var, at SAB jo ikke var ... *super positive omkring det ... så det var den der balance med at inddrage og skabe ejerskab, der var svær* ... (Medlem af styregruppen). At man så alligevel satte projekt Sund i Hømarken i søen henføres til, at man ... *samtidig gerne ville prøve det* ... (Medlem af styregruppen), da der som omtalt var, og er, store sundhedsmæssige udfordringer i Hømarken. Samtidig var man fra Svendborg Kommunes side pressede rent tidsmæssigt, hvorfor man ikke kunne nå at lave det fornødne forarbejde, eksempelvis at holde møder med SAB.

Fra projektholdets side kommenteres dette forhold også, med henblik på *at ... det har lagt låg over det, vi egentligt gerne ville* ... (Projekt Sund i Hømarken). Man har således en formodning om, at hvis der havde været et bedre forarbejde, så kunne man også have nået et bedre resultat.

## Hømarken som kontekst for et projekt

I Hømarken er man pt. i gang med at gennemføre den femte helhedsplan siden 1995, samtidig med at SAB i den periode, hvor Sund i Hømarken har kørt, har været i gang med at gennemføre en gennemgribende reovering af boligmassen. På den ene side har disse to forhold, på hver deres måde, haft afgørende indflydelse på, hvordan Sund i Hømarken har kunnet fungere. På den anden side har et andet forhold også haft stor betydning, nemlig den apati der på nogle måder præger området: *Den største trussel herude er, at kigge ud af vinduet ... du kan se det nu, der er ingen mennesker, der er intet liv her, det er en spøgelsesby ... jeg vil næsten hellere møde otte frække drenge, jeg skal sætte på plads, end det mismod der er her* (Projekt Sund i Hømarken).

Hvis man tager denne præmis op, at Hømarken er præget af en vis form for apati, så kan det måske være med til at forklare, hvorfor det har været så svært at rekruttere deltagere til aktiviteterne. Dette på trods af, at man har fået lavet en lokalsamfundsanalyse, hvoraf det fremgik, at man i Hømarken måtte regne med at skulle arbejde med mange forskellige mindre grupper, med hver deres karakteristika, eksempelvis sårbare etnisk danske mænd, beboere fra det tidligere Jugoslavien med forskellige former for krigstraumer og en dårligt integreret gruppe af borgere fra Tyrkiet (Sund i Hømarken). Det forlyder da også, at ... *det er vanskeligt, og nok også vanskeligere, end jeg havde troet* [at rekruttere beboere til aktiviteterne]. *Man kan sige, at tesen var, at man skulle prøve nogle andre rekrutteringsmetoder, proaktiv rekruttering i forhold til rygestop, og det har vi prøvet, med lidt blandet succes ...* (Medlem af styregruppen).

Man har således på den ene side haft en god forståelse for, hvilke målgrupper der er i Hømarken, og også for, hvad der karakteriserer dem. Samtidig har man også i den indledende lokalsamfundsanalyse gjort sig overvejelser om, i opstartsfasen, at inddrage lokale ildsjæle med henblik på derigennem at få kontakt til de mere ressourcetsvage grupper. Der tales i den forbindelse blandt andet om at inddrage nogle af de Sydfynske Rollemodeller, en ordning der er opstået gennem Svendborg Kommunes integrationsråd. På den anden side ser dette arbejde ikke ud til at have givet det forventede afkast, hvad deltagerantallet til nogle aktiviteter viser. Hvad det så skyldes, kan der være flere mulige forklaringer på.

For det første kan det simpelthen skyldes, at man her har med dels meget små grupper at gøre, dels at disse grupper i mange tilfælde består af meget sårbare personer. Det betyder, at der ikke er en stor masse at rekruttere fra, hvorfor man i mange tilfælde må være tilfreds med et beskedent fremmøde til aktiviteterne. For det andet har der i forbindelse med boligrenoveringen i Hømarken været en del flytninger for enkelte beboere. Det har i visse tilfælde gjort det svært at holde kontakt til deltagerne, samtidig med at det har vist sig at omdelt information i flere tilfælde ikke er nået ud til beboerne. For det tredje så kan der stilles spørgsmålstegn ved, i hvilket omfang man har formået at udnytte de ildsjæle, der er i området. I nogle tilfælde har det virket godt, og man har eksempelvis oparbejdet et godt forhold til en tidligere beboerrepræsentant i afdelingsbestyrelsen, som nu er med i flere af aktiviteterne, og som også rekrutterer deltagere gennem sit netværk. I forhold til repræsentanten for integrationsrådet, så var vedkommende fraværende ved alle de indledende møder og blev først forholdsvis sent i projektet skiftet ud med en anden. For det fjerde så er der, ifølge personerne bag Sund i Hømarken, ikke blevet henvist deltagere til Sund i Hømarken fra de andre interessenter i lokalområdet. Et forhold der, af personerne bag Sund i Hømarken, føres tilbage til den manglende forventningsafstemning mellem Svendborg Kommune og SAB.

Der blev ved projektets start talt om, at beboerne i Hømarken ville være trætte af, at der nu kom endnu et projekt til området. Dette blev henført til, at man igen er i gang med at færdiggøre en helhedsplan for området, og at der igennem de sidste små tyve år har været en strøm af projekter i Hømarken. Projekter der stort set alle har været koncentreret om at give området et løft for at øge beboernes sociale kapital (Sund i Hømarken 2011). Hvis dette viste sig at være sandt, ville det være en stor hæmsko for projektet, da netop kontakten til beboerne, gennem en proaktiv rekrutteringsindsats, er et af de centrale elementer i Sund i Hømarken. Der kan således siges at være et indbygget dilemma i forhold til den proaktive rekrutteringsindsats. På den ene side er et projekt som Sund i Hømarken afhængigt af, at der kommer et så tilpas

antal deltagere til de forskellige aktiviteter, at det også giver mening. Og man er bekendt med, at det netop i områder som Hømarken kan være svært at rekruttere beboere til aktiviteter. På den anden side må man respektere, at man agerer i et rum, hvor borgeren er i sin fulde ret til ikke at ønske at indgå i aktiviteter. Der er således i den proaktive rekrutteringsindsats en forventning om, at socialarbejderen er i stand til at opretholde en snæver balance mellem på den ene side at holde ved og på den anden side at holde sig tilbage (Nyboe & Ehrenreich).

Det blev således fra en side pointeret, at ... *jeg arbejder meget på den måde, at det er folks hjem, det er et boligområde, hvor folk bor og lever, og så tænker jeg meget på, at det har sine begrænsninger i forhold til hvordan man tager kontakten, hvordan gør man de her ting, og at de ting vi laver hele tiden er nogle tilbud* (Medlem af styregruppen). Alligevel viste det sig, at man med en proaktiv rekrutteringsindsats ikke kom for tæt på nogen. I den forstand har de opsøgende medarbejdere fra Sund i Hømarken haft forståelse for, sammen med vilje til, at møde beboerne på disses præmisser. Her spiller det også ind, at man har arbejdet med den anerkendende tilgang.

## Organisationsformen

Et af de helt centrale punkter i forhold til Sund i Hømarken har været den geografiske placering af kontor, projektleder og projektmedarbejdere. At Sund i Hømarken blev placeret i en lejlighed i Hømarken skal ses i relation til, at både kommunen og SAB i forvejen er repræsenteret fysisk i området. Det være sig i form af Værestedet, et kommunalt sted for områdets unge, Anemonen, der er et lokalt væksthuse, og Kontakten, der er et sted, hvor kommunale medarbejdere en dag om ugen varetager forskellige opgaver vedrørende flex- og skånejob, revalidering, aktivering og behandling af sygedagpengesager. I sammenhæng hermed er der også lokal jobformidling.

At placere Sund i Hømarken i Hømarken gav således god mening i relation til dels at kunne arbejde sammen med andre interessenter, der er repræsenteret i området, dels i forhold til at oparbejde et kendskab til, og senere også en fortrolighed med, områdets beboere. Et forhold der har stor betydning i forhold til at rekruttere til deltagelse i aktiviteter (Nyboe & Ehrenreich). Samtidig viser det sig, at det i samarbejdet mellem kommuner og borgere i udsatte boligområder kan være en fordel at være placeret i lokalområdet. For det første betyder en lokal placering, at der er stort fokus på netop dette projekt, for det andet skabes der med en lokal placering en trygheds- og tillidsrelation til borgerne, og for det tredje viser den lokale placering, at det er lettere at koordinere indsatsen i forhold til andre interessenter (Mygind 2013).

Men det, at man har placeret projektets kontor fysisk i Hømarken, er også et forhold, der er blevet problematiseret flere steder fra. De to positioner der står over for hinanden er på den ene side, at ... *det er rigtig godt at få de erfaringer i forhold til en forankring i et udsat nærmiljø, samtidig er det en udfordring at fastholde identiteten med kommunen ... det er en meget svær balance, og den model, hvor man bor hele tiden derude, skal måske ændres i fremtiden* (Medlem af styregruppen), og på den anden side, at ... *Det har overhovedet ikke været noget problem at komme herud, vi har fået stillet en lejlighed til rådighed ... men med hensyn til det strategiske samarbejde, det har ikke været der ... vi har været nødt til at ar-*

*bejde meget alene* (Projekt Sund i Hømarken).

Selv om der ikke er enighed om, hvor vidt det er godt at have placeret kontoret i Hømarken, så kan det have haft betydning for to forhold. På den ene side kan den have haft betydning for, at der er kommet en så god og konstruktiv kontakt til mange af de marginaliserede grupper i Hømarken, som tilfældet er. Noget kunne tyde på at denne kontakt er blevet mulig på grund af, at man har kunnet opbygge tillid over lang tid via tilstedeværelsen i Hømarken, ... *og derfor giver det mening, at vi er blevet sat herude* (Projekt Sund i Hømarken). På den anden side kan placeringen, i et eller andet omfang, have haft betydning for, at det ikke har været muligt i tilstrækkelig høj grad at involvere det kommunale bagland, og dermed også andre interessenter, når der skulle udarbejdes større ansøgninger og lignende. Man har været for langt væk fra der, hvor de strategiske beslutninger træffes ... *herinde* [fra kommunen] *fylder projektet ikke ret meget. Og det er i det hele taget en stor udfordring, at vi ikke har det tættere på ... når man er en satellit, så er man ikke en del af moderplaneten* (Medlem af styregruppen).

Det konkluderes da også, ganske pragmatisk, at ... *man skal overveje nøje, om de fordele der er, ved at have sådan en satellit, om det tætte kendskab man får til borgerne, om det vægter højere end det tætte kendskab, kollegaskab og faglige udvikling, man får, ved at være tæt knyttet til området, man hører til* (Medlem af styregruppen). Udfordringen i et projekt som Sund i Hømarken består her i, at man kun er tre ansatte, hvorfor man må vælge enten at have kontoret i kommunale rammer eller være placeret i det boligsociale område. Hvad løsningen bliver, kan der ikke siges noget om, men det er til forhandling ... *det er en meget svær balance, og den model, hvor man bor hele tiden derude, skal måske ændres i fremtiden* (Medlem af styregruppen).

## Aktørniveauet

Det ses ofte, at enkelte aktører har stor betydning for, hvordan projekter klarer sig, og at de dermed bliver gjort synonyme med et projekt. I den forbindelse er projektholdet bag Sund i Hømarken bredt sammensat, så de dækker flere forskellige fagligheder, eksempelvis kost, motion, mental sundhed og kreative processer. At der er mange fagligheder på spil, og at det også er det, man har søgt efter, ses blandt andet ved at man i rekrutteringen af en projektleder ... *gerne ville have en anden end en, med en sundhedsfaglig baggrund, for at få nogle andre øjne på, hvordan man kan arbejde med sundhed, nærmiljø, social kapital med mere ...* (Medlem af styregruppen).

Man har således fra gruppen bag Sund i Hømarken haft nogle forventninger om, at der ikke udelukkende skulle arbejdes med sundhed i traditionel forstand. Sundhed skulle således sættes ind i en bredere kontekst, set i relation til den bredt funderede indsats, der var lagt op til, og hvor der tales om at øge den sociale kapital for områdets beboere (Sund i Hømarken 2011). Og man var samtidig med hele projektholdet i stand til at kunne dække hele projektets sundhedsfaglige område.

Aktørerne har også måttet sætte deres egen personlighed ind i forhold til projektet. De har således været nødt til også at fremstå som rollemodeller, i forhold til selv at foretage de sunde valg. De er på den måde blevet bedømt af deltagerne, og blevet gjort synonyme med

projektet. Samtidig har der været et krav om, at de til stadighed skulle være både proaktive, i forhold til rekruttering, og respektfulde og anerkendende i forhold til beboerne.

Projektets medarbejdere har endvidere også haft viljen og evnen til at arbejde med de aktiviteter og de beboergrupper der er i Hømarken. Dette afspejler sig i, at man har været nødt til at involvere sig selv i projektet, blandt andet ved at fremstå som rollemodeller i forhold til også selv at tage de sunde valg. I den forbindelse har der været udtrykt en skepsis over for, hvad det vil betyde, i kombination med at man har kontoret placeret i Hømarken.

På baggrund af ovenstående konstateres det, at:

- Projektets mulighed for succes blev fra starten besværliggjort, da der ikke var indgået nogen fast samarbejdsaftale mellem Svendborg Kommune (som repræsentant for Sund i Hømarken) og SAB.
- Organisationsformen med fast tilstedeværelse i Hømarken gav fordele i forhold til kontakten til beboerne men bagdele i forhold til kontakten til det kommunale bagland.
- Aktørernes rolle har haft nogen betydning, om end den ikke må overvurderes, da konceptet, at have en proaktiv og anerkendende tilgang til borgerne, også har stor betydning.

## Konklusion

Efterfølgende kommer der et bud på, hvor vidt Sund i Hømarken er lykkedes med for det første at styrke det tværfaglige samarbejde i nærmiljøet, for det andet at skabe sunde rammer i nærmiljøet og for det tredje at udvikle effektive metoder til fastholdelse og rekruttering.

At det ikke i større omfang er lykkedes at styrke det tværfaglige samarbejde i nærmiljøet må henføres til, at det fra projektets start ikke lykkedes at få etableret et struktureret samarbejde med SAB. Det har betydet, at der ikke er sket en koordination af de indsatser, som de to interessenter har gjort i området, hvilket både kunne have været med til at gøre det tydeligere, hvem der udførte hvad, og også kunne have været med til at ressourcerne blev anvendt mere optimalt. At der ikke fra starten af er lavet klare retningslinjer for, hvem der gør hvad i Hømarken, kan ses ved ... *den der selvbekræftelse ... inert i et system ... den unødige modstand der er til at tænke et projekt på en anden måde ... så kan det jo også meget hurtigt blive projekt på projekt på projekt, hvis det er, at man ikke gør det på skulderne af hinanden ... de har haft noget modvind, med at få informationer ud, med at få folk til at deltage ... der har været nogle systemer, der har lukket sig om sig selv ... og der har været noget momentumtab i starten* (Medlem af innovationsgruppen).

På den anden side har Sund i Hømarken arbejdet sammen med mange andre af de institutioner, der er repræsenteret i Hømarken. Der er således blevet gennemført aktiviteter sammen med den lokale skole, den lokale jobformidling, ungdomsklubben etc. Dette samarbejde er for størstedelens vedkommende gået efter planen, om end det har vist sig at kræve megen tid til møder med videre. Konkluderende må det således konstateres, at det på et overordnet plan ikke i tilstrækkeligt omfang er lykkedes at styrke nærmiljøets tværfaglige samarbejde, om end der har været et godt samarbejde med enkeltstående aktører i forbindelse med enkelte aktiviteter. Et samarbejde der især er foregået i den sidste del af projektets periode.

Der er blevet arbejdet med sundhedsbegrebet i dets videste betydning, i et forsøg på at skabe sunde rammer for Hømarkens beboere. Der er således gennemført aktiviteter, der dels er fokuseret på direkte at skabe sundhed, eksempelvis i form af motionsaktiviteter, dels er sundhed tænkt ind i alle aktiviteterne i form af indirekte påvirkning, hvilket eksempelvis ses ved at der serveres sund mad i forbindelse med møder og lignende. Samtidig har man i Sund i Hømarken gennemført en række af forskellige aktiviteter, hvoraf nogle har karakter af events, mens andre er gennemgående fra år til år, med henblik på at komme med tilbud, der matcher de forskellige beboergrupper, der findes i området. Denne prioritering betyder på den ene side, at man har fået nogle af de normalt set sværest tilgængelige beboergrupper med i aktiviteterne, hvilket i sig selv må betegnes som en succes. På den anden side har det haft betydning for, at man ikke har kunnet opprioritere andre aktiviteter, hvor de kvantitative succeskriterier måske ville være lettere at indfri. Det kan således konkluderende siges, at man er lykkedes med at skabe sunde rammer for et end dog meget bredt udsnit af Hømarkens beboere. Samtidig er der blevet arbejdet med at øge beboernes sociale kapital.

Rekruttering af beboere til aktiviteterne har været en af Sund i Hømarkens største opgaver. I den forbindelse har man arbejdet på mange kommunikationsplatforme med den anderkendende og proaktive tilgang til beboerne i centrum. Det har vist sig, at man har haft stor succes med at rekruttere beboere ved at oparbejde en personlig relation til dem. Samtidig viser rekrutteringen også, at det ikke i nævneværdig grad er lykkedes at rekruttere beboere

til aktiviteterne gennem opslag, flyers og lignende. Man har ligeledes haft en vis succes med at henvise deltagere fra en aktivitet til en anden, for derigennem at sikre sig deres aktive deltagelse i Sund i Hømarken. Dette har været en måde at fastholde deltagere på. En anden har været at sende sms-beskeder før aktiviteterens start. Endelig har man søgt at fastholde deltagere via kontingentopkrævning. I nogle tilfælde har det medført, at antallet af deltagere er faldet drastisk, mens der kun er en aktivitet, hvor deltagerne er fortsat trods indførelse af et kontingent. Konkluderende omkring rekruttering og fastholdelse kan det konstateres, at det er lykkedes bedst i de tilfælde, hvor man har oparbejdet relationer til en fast gruppe af personer, samtidig med at disse personer er meget dedikerede til netop denne aktivitet.



## Litteratur

Ibsen, B. m. fl. (2012): *Idrættens outsiders - Inklusion eller eksklusion af vanskeligt stillede børn og unge i idræt*. Odense, Movements 2012:7.

Juel, K., Sørensen, J. og Brønnum-Hansen, H.: *Risikofaktorer og folkesundhed i Danmark*. København, Statens Institut for Folkesundhed, 2006.

Kvale, Steinar: Interview. *En introduktion til det kvalitative forskningsinterview*. København, Hans Reitzels Forlag, 1997.

Ministeriet for By, Bolig og Landdistrikter: *Udsatte boligområder. Værktøjskasse*. Ministeriet for By, Bolig og Landdistrikter.

Mygind, Rikke Engly: *Samarbejde om beskæftigelse - mellem kommuner og boligsociale helhedsplaner i udsatte boligområder*. Center for Boligsocial Udvikling 2013.

Niras: *Nærmiljø-sundhedsprofil for Hømarken. Forebyggelsesindsatser i nærmiljøet*. Niras 2011.

Nygaard, E., Bak, L. & Diderichsen, F.: *Afsluttende Evaluering af Projekt Sundhed i almene boligområder*. Københavns Universitet 2012.

Sigurd, Fredrik & Darsø, Lilie: *Boligsociale sundhedsindsatser. Baggrund og kortlægning af sundhedsfremmende indsatser i udsatte boligområder*. Center for Boligsocial Udvikling 2013.

Sund i Hømarken: *Lokalsamfundsanalyse Maj 2011*. Sund i Hømarken 2011.

Sundhedsstyrelsen: *Socialt udsatte borgeres sundhed – barrierer, motivation og muligheder*. Sundhedsstyrelsen 2007.

Sundhedsstyrelsen: *Behandling af tobaksafhængighed – anbefalinger til en styrket klinisk praksis*. Sundhedsstyrelsen 2011.

Sundhedsstyrelsen: *Forebyggelsespakke – mental sundhed*. Sundhedsstyrelsen 2012.

Sundhedsstyrelsen: *Sundhedstilbud til socialt udsatte borgere*. Sundhedsstyrelsen 2013.

Tegnestuen Jens V. Nielsen: *Byfornyelsesatlas DK2*. Ministeriet for By, Bolig og Landdistrikter 2013.

Vedung, E.: *Public Policy and Program Evaluation*. New Brunswick: Transaction Publishers 1997.

# Serien MOVEMENTS

Se de tidligere udgivelser i rapportserien på CISC's hjemmeside: [www.sdu.dk/cisc](http://www.sdu.dk/cisc)

- 2014:12 Karsten Østerlund: Social kapital i gymnastik og fitness: En undersøgelse for landsudvalget i DGI Gymnastik & Fitness.
- 2014:11 Ejgil Jespersen: Handicapforskning i idræt og bevægelse - Statusnotat om Center for Handicap og Bevægelsesfremme, August 2014.
- 2014:10 Jim Toft og Maja Ahler: Bevægelse, krop & sind: Idræt, sport og motion i socialpsykiatrien i Ringsted, Slagelse og Sorø Kommune.
- 2014:9 Karsten Østerlund, Kamilla Ryding og Ejgil Jespersen: Idræt, fritid og helbred for mennesker med funktionsnedsættelse.
- 2014:8 Jens Høyer-Kruse og Bjarne Ibsen: Undersøgelse af Farum Arena.
- 2014:7 Rikke Agnete Andersen: Stemmer i Idræts huset.
- 2014:6 Karsten Østerlund: Undersøgelse af 'DM i foreningsudvikling' 2012-2013.
- 2014:5 Jens Høyer-Kruse og Lau Tofft-Jørgensen: Undersøgelse af idrætfaciliteter i Skanderborg Kommune.
- 2014:4 Kurt Lüders: Sprækker i ADHD-diskursen.
- 2014:3 Peter Mindegaard og Bjarne Ibsen: Brugerundersøgelse af AquaPunkt-vandtræning.
- 2014:2 Bjarne Ibsen: 10 års forskning i bevægelser - CISC 2004-2014: Staturrapport for Center for forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund - baggrund, undersøgelser og publikationer.
- 2014:1 Anna Staal: Unge, idræt og recovery: Evaluering af udviklingsprojekt om idræt for sindslidende.
- 2013:12 Maja Ahler: Lars Legemester og HandiLeg.
- 2013:11 Bjarne Ibsen, Malene Thøgersen og Klaus Levinsen: Kontinuitet og forandring i foreningslivet: Analyser af foreningslivets udbredelse, sammensætning og karakteristika i 00'erne.
- 2013:10 Thomas Gjelstrup Bredahl: Slutevaluering af projektet "Sund Rekrut"
- 2013:9 Peter Mindegaard, Bjarne Ibsen, Anne-Merete Kissow og Jan Sau Johansen: Brugerundersøgelse af undervisning i varmtvandsbassin.
- 2013:8 Sigrid Alison Rytz, Lars Elbæk og Bjarne Ibsen: Matematik- og læsetræning i en fodboldklub: Evaluering af Projekt Helhed i B 1909.
- 2013:7 Jens Høyer-Kruse og Bjarne Ibsen: Undersøgelse af 'DM i foreningsudvikling'
- 2013:6 Michael Fehsenfeld, Peter Mindegaard og Bjarne Ibsen: YOUR GAM3: Gadeidræt i udsatte boligområder.
- 2013:5 Jan Toftegaard Støckel: Fysisk aktivitet i skolefritidsordninger: En analyse af institutionsstrukturer og kulturer under forandring.
- 2013:4 Kurt Lüders og Ejgil Jespersen: Idrætsdeltagelse blandt unge voksne med sindslidelser.
- 2013:3 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: EN GOD OMVEJ – Bevægelse i lokalområdet: Samlet evaluering af otte kommunale anlægsprojekter til fremme af rekreativ fysisk aktivitet.
- 2013:2 Jan Toftegaard Støckel: Evaluering af Anbragte Børn i Bevægelse.
- 2013:1 Bjarne Ibsen, Malene Thøgersen og Lau Tofft-Jørgensen: Fritidsfaciliteterne i Fredensborg Kommune.
- 2012:17 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Naturparken Mellem Bakkedrag og Dalstrøg - Evaluering af en omdannet græsmark ved boligbebyggelse i Sønderborg.

- 2012:16 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: En Voldsom Omvej - Evaluering af en omdannet støjvold i Solrød.
- 2012:15 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Pixlpark - En Digital Legeplads - Evaluering af en omdannet plads i en ny bydel i Roskilde.
- 2012:14 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Et bevægelseeksperimentarium - Evaluering af en omdannet park ved Sundhedscentret i Nykøbing Sjælland.
- 2012:13 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Sidesporet - Evaluering af en omdannet asfaltplads ved Nørre Aaby station.
- 2012:12 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Opfordring til udfordring - Evaluering af omdannede restarealer i Kolding Bycentrum.
- 2012:11 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Byens Arena - Evaluering af en omdannet parkeringsplads ved boligbebyggelse i Høje Gladsaxe.
- 2012:10 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Dronningens Bastion - Evaluering af en omdannet bastion på et historisk voldanlæg i Fredericia.
- 2012:9 Thomas Skovgaard, Kurt Lüders, Jesper von Seelen, Mette Munk Jensen, Bjarne Ibsen, Casper Due Nielsen og Tobias Marling: Svømning i den danske folkeskole.
- 2012:8 Bjarne Ibsen, Venka Simovska og Henrik M. Larsen: Tilgængelighed til og deltagelse i idræt blandt børn og unge på Vesterbro: Evaluering af DGI-byens børne- og ungeprojekt Go-Active.
- 2012:7 Bjarne Ibsen ... et al.: Idrættens outsiders - Inklusion eller eksklusion af vanskeligt stillede børn og unge i idræt: Evaluering af puljen til idræt for vanskeligt stillede børn og unge.
- 2012:6 Jan Arvidsen, Karen Dalgaard Pedersen og Søren Andkjær: Rum og rammer for Aktivt Udeliv: Et litteraturstudie om naturlige omgivers betydning for Aktivt Udeliv.
- 2012:5 Bjarne Ibsen: Human Resource Management for Volunteers in Sports Organisations in Europe.
- 2012:4 Charlotte Skau Pawlowski og Jens Troelsen: EN GOD OMVEJ - Bevægelse i lokalområdet: Kvalitativ analyse af den kommunale planlægnings- og implementeringsproces forbundet med projektet.
- 2012:3 Louise Kamuk Storm, Simon Madsen og Bjarne Ibsen: Evaluering af projekt Grib Chancen.
- 2012:2 Louise Bæk Nielsen og Bjarne Ibsen: Idrætsdeltagelse og idrætsfaciliteter i Vordingborg Kommune.
- 2012:1 Thomas Gjelstrup Bredahl: Slutevaluering af Greve Kommunes metodeudviklingsprojekt "MultiMinen" - For 6-8 årige børn med overvægt.
- 2011:6 Peter Lund Kristensen: Evaluering af 'Sunde vaner fra barnsben': Den kvantitative del - Vejle Kommune.
- 2011:5 Louise Kamuk Storm, Simon Madsen og Bjarne Ibsen: Evaluering af 'Bevæg dig sund og glad: Et projekt i Esbjerg Kommune for overvægtige børn og deres familier.
- 2011:4 Jan Toftegaard Støckel: Evaluering vedrørende projekt Idrætszen.
- 2011:3 Bjarne Ibsen og Louise Bæk Nielsen: Idræt og idrætsfaciliteter på Bornholm.
- 2011:2 Jakob Haahr og Søren Andkjær (red.): Muligheder og begrænsninger for friluftsliv: Konferencerapport - artikler og abstracts.
- 2011:1 Ejgil Jespersen: Evaluering af Krop og Kontor forsøgsprojekter.
- 2010:7 Pernille Andreassen: Evaluering af 'Sunde vaner fra barnsben' - Vejle Kommune.
- 2010:6 Forskningsenheden for 'Bevægelse, Idræt og Samfund' (BIS): Forskningsprofil og udviklingsplaner for 2010-2014.
- 2010:5 Bjarne Ibsen, Anne Mette Walmar Hansen og Eva Vennekilde: Ændringer i kommunal idrætspolitik efter kommunalreformen.

- 2010:4 Karsten Østerlund: Gå i Gang: Slutevaluering.
- 2010:3 Lise Specht Petersen: Rum for idræt og leg på Vesterbro.
- 2010:2 Bjarne Ibsen og Carsten Hvid Larsen: Aktivitet eller idrætspolitisk arbejde? Frivilligt arbejde i DGI Vestsjælland og DGI Nordsjælland.
- 2010:1 Bjarne Ibsen, Jan Toftegaard Støckel og Charlotte Klinker: Børn og fysisk aktivitet på Vesterbro.
- 2009:7 Lise Specht Petersen og Bjarne Ibsen: København – en by i bevægelse: evaluering af Københavns Kommunes motionsstrategi.
- 2009:6 Ole Lund: Evaluering af projekt 'Sund Cirkel'.
- 2009:5 Carsten Hvid Larsen og Bjarne Ibsen: Frivilligt arbejde i Gigtforeningen.
- 2009:4 Ole Lund: Sund indskoling – evaluering af sundhedsfremmende indsatser i SFO og indskoling i Frederikshavn Kommune.
- 2009:3 Kirsten Kaya Roessler: Gruppesamtaler som psykologisk behandling af kroniske smerter: erfaringer fra projektet "Tilbage til arbejdet".
- 2009:2 Lars Breum Christiansen og Jens Troelsen: Bevægelsesmuligheder i Kolding By 2008.
- 2009:1 Ole Lund: Rend og Hop – Vi si'r stop: et sundhedsprojekts bestræbelser på at skabe bedre betingelser for det sunde liv i Varde Kommune.
- 2008:10 Lars Breum Christiansen og Jens Troelsen: Bevægelsesmuligheder i Roskilde By.
- 2008:9 Per Jørgensen: Idrætspolitik i Gentofte Kommune gennem 100 år.
- 2008:8 Jens Høyer-Kruse, Malene Thøgersen, Jan Toftegaard Støckel og Bjarne Ibsen: Offentlige-frivillige partnerskaber omkring børn og fysisk aktivitet.
- 2008:7 Pernille Vibe Rasmussen: Foreninger og integration: Undersøgelse af foreningers vilkår for integrationsarbejde i Københavns Kommune.
- 2008:6 Thomas Gjelstrup Bredahl: Ekstern evaluering af Motion på Recept i Frederiksberg Kommune: September 2007.
- 2008:5 Thomas Gjelstrup Bredahl: Evaluering af Motion på Recept i Nordjylland 2007.
- 2008:4 Jens Troelsen, Kirsten Kaya Roessler, Gert Nielsen og Mette Toftager: De bolignære områders betydning for sundhed: hvordan indvirker bolignære områder på sundheden? – og hvordan kan udformningen gøres bedre?
- 2008:3 Ole Lund og Pernille Andreassen: Gå i gang: evalueringsrapport.
- 2008:2 Jan Toftegaard Støckel (red.): Parallel leg eller integreret leg? – partnerskaber om børn, leg og bevægelse.
- 2008:1 Pernille Vibe Rasmussen og Kirsten Kaya Roessler: Stofmisbrug og fysisk aktivitet: Evaluering af "Krop og læring – Mere styr på eget liv".
- 2007:1 Bjarne Ibsen: Børns idrætsdeltagelse i Københavns Kommune 2007.