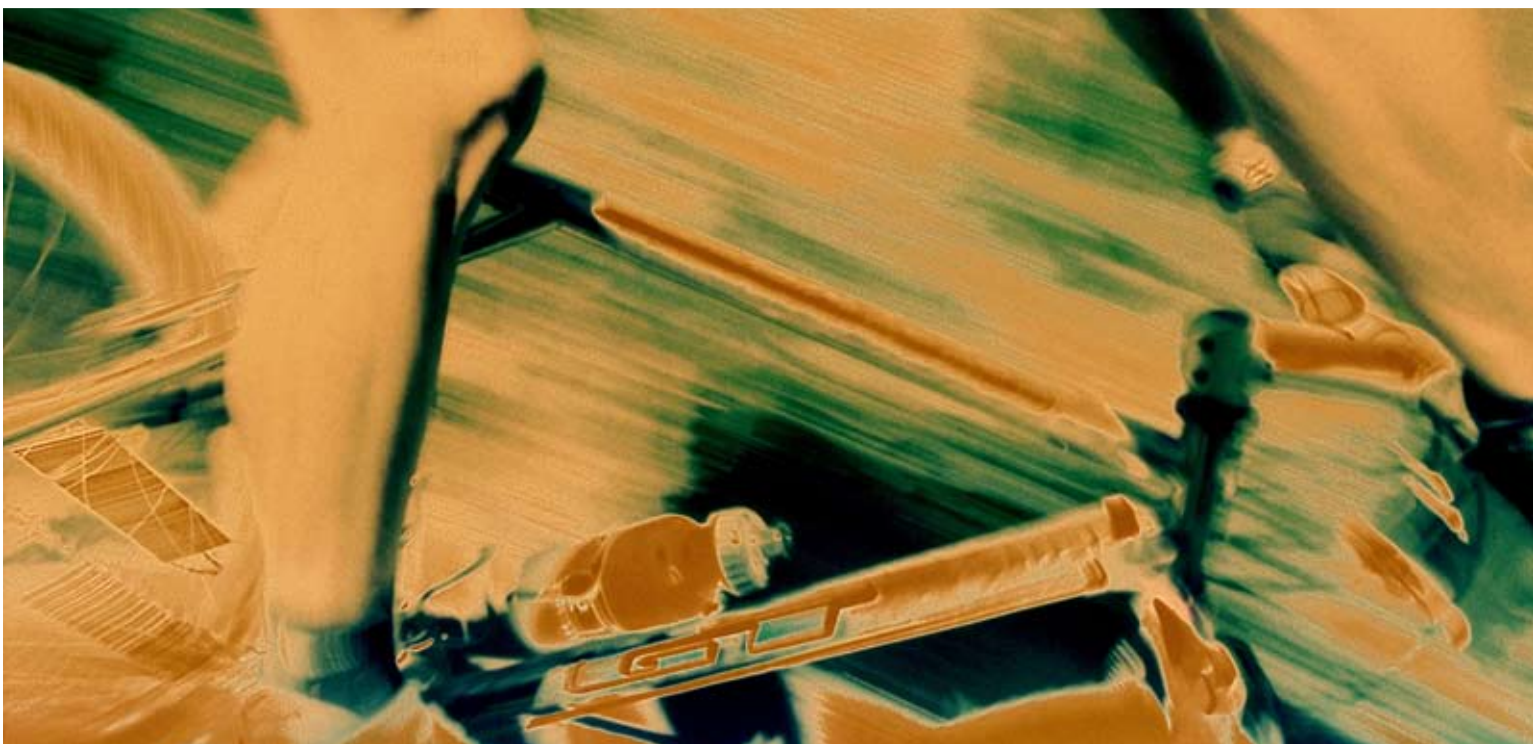




SUND INDSKOLING

- evaluering af sundhedsfremmende indsatser i SFO og
indskoling i Frederikshavn Kommune

Ole Lund

2009:4

MOVEMENTS

Sund indskoling

- evaluering af sundhedsfremmende indsatser i SFO og indskoling i Frederikshavn Kommune

Projektervaluering af
Ole Lund

**Sund indskoling - evaluering af sundhedsfremmende indsatser
i SFO og indskoling i Frederikshavn Kommune**

Udarbejdet for Frederikshavn Kommune af:

Ole Lund

Center for forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund

Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet

Udgivet 2009

ISBN 978-87-90923-41-9

Serie: Movements, 2009:4

Serieudgiver: Institut for Idræt og Biomekanik

Forsidefoto: Scanpix/Masterfile

Forsidelayout: Anne Charlotte Mouret

Opsætning: Lone Bolwig

Tryk: Print & Sign, Odense

Indhold

Forord.....	5
1. Præsentation af 'Sund indskoling'	7
2. Evaluering.....	8
2.1. Evalueringens formål	8
2.2. Dataindsamlingsmetoder	8
2.3. Oversigt over rapporten	9
3. Sundhedsambassadørerne.....	11
3.1. Forløbets form og indhold	11
4. Kursisternes profil	12
5. Kursisternes oplevelse af sundhedsambassadørkurset	14
5.1. Kursisternes forventninger til kurset	14
5.2. Kursisterne oplevelse af kursets form og indhold	15
5.3. Kursets evne til at motivere, inspirere og skabe ejerskab.....	17
5.4. Opsummering	17
6. Kursisternes oplevelse af det daglige arbejde som sundhedsambassadør	18
6.1. Sundhedsambassadørernes oplevelse af kursets og samlingernes brugbarhed i arbejdsprocessen.....	19
6.1.1. Titlens brugbarhed	22
6.1.2 Netværkets brugbarhed	24
6.2. Sundhedsambassadørernes oplevelse af samarbejdet med de andre på institutionen ..	25
6.3. Sundhedsambassadørernes oplevelse af samarbejdet med projektledelsen	27
6.4. Sundhedsambassadørernes oplevelse af arbejdets tidsmæssige krav	27
6.5. Sundhedsambassadørernes forventninger til det fremtidige samarbejde med kommunen	28
6.6. De hidtidige sundhedsambassadørsindsatser	29
6.7. Opsummering.....	32
7. Diskussion	33
7.1. Sundhedsambassadøren: En ildsjæl?.....	33
7.2. Opbakning fra baglandet	34
7.3. Forandringerne trægthed	34
7.4. Indsatsens fremtidige fastholdelse	36
7.5. Uklarhed om projektets fremtid	37
7.6. Netværks-problemer.....	37
8. Legepatruljekurserne	39
8.1. Kursets form.....	39
9. Kursisternes profil	39

10. Kursisternes oplevelse af kurset	41
11. Efter kurset.....	42
11.1. Kursets brugbarhed.....	42
11.2. Elevernes oplevelse af at være en del af legepatruljen.....	42
11.3. Tovholderlærernes oplevelser af at være en del af legepatruljen.....	44
11.4. Modtagelsen af legearrangementerne	46
11.5. Legearrangementernes betydning	47
11.6. Opsummering.....	49
12. Diskussion	50
13. Konklusion og anbefalinger	51
13.1. Specifikke anbefalinger	51
13.1.1. Forventningsafklaring	51
13.1.2. Bedre sammentømring af sundhedsambassadørnetværket.....	52
13.1.3. Give sundhedsambassadørerne mere tid	53
13.1.4. Sundhedsambassadør-teams	53
13.1.5. Flere sundhedsambassadører	54
13.1.6. Kurser skal være praksisorienterede	54
13.1.7. Fastholdelse af legepatruljen	54
13.1.8. Skabe nye projekter på basis af tidligere erfaring	55
13.2. Generelle anbefalinger	56
13.2.1. Værnes træghed	56
13.2.2. Integrere bevægelse i de daglige aktiviteter	57
13.2.3. Makropolitiske tiltag	58
14. Resumé	60
14.1. Sundhedsambassadørerne	60
14.2. Legepatruljen	62
15. Litteraturliste	63
16. Bilag	64
16.1. Bilag 1: Projektbeskrivelse	64
16.2. Bilag 2: Vision for Sundhedsambassadørerne	68
16.3. Bilag 3: Oversigt over deltagere og deltagende institutioner på sundhedsambassadørkurset	69
16.4. Bilag 4: Oversigt over deltagende institutioner på legepatruljekurset.....	70

Forord

En udbredt bekymring i forhold til sundhedstilstanden hos de danske børn har ført til mange forskellige sundhedsindsatser på skoler og institutioner. Det synes også umiddelbart relevant at vælge disse institutioner, som indsatsområde, idet man her har en gylden mulighed for at påvirke hovedparten af børn og unge.

Projekt 'Sund indskoling', som er udgangspunktet for indeværende evaluering, valgte primært at fokusere på børn i indskolingen og SFO'erne i Frederikshavn kommune. Igen-nem skabelsen af et sundhedsambassadørkorps og oprettelsen af legepatruljer søgte man at afstedkomme sunde ændringer i disse børns dagligdag.

Evalueringen af projektet, som fandt sted i perioden 1. januar 2008 til 16. juni 2009, fokuserer på at afdække projektførløbets aktiviteter med henblik på at belyse forløbets styrker og svagheder.

Det ligger udenfor evalueringens form at klarlægge den sundhedsmæssige effekt, som projektaktiviteterne kan have på børnene.

Evaluator vil gerne benytte lejligheden til at takke elever, lærere, pædagoger og andre, som åbenhjertigt har deltaget i denne evaluering. Uden deres velvilje ville evalueringen ikke have været mulig. Desuden vil evaluator også takke projektleder Karen Poulsen for et rigtigt godt samarbejde.

Ole Lund, Center for forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund, Syddansk Universitet, juni 2009

1. Præsentation af 'Sund indskoling'

I foråret 2007 blev projektet 'Sund indskoling' vedtaget af Sundhedsudvalget og godkendt af kommunalbestyrelsen i Frederikshavn kommune.

Projektet blev gennemført i perioden den 1. august 2007 til 1. august 2009. Der blev nedsat en tværfaglig styregruppe med blandt andre ledelsesrepræsentanter fra Børne- og Ungeafdelingen, Social- og Sundhedsforvaltningens Sundhedsafdeling, en ledende sundhedsplejerske, sundhedskoordinatorer og projektkoordinatoren. Sidstnævnte var ansat i en halvtidsstilling og har stået for den praktiske og organisatoriske styring af projektet.

Projektet var ønsket af Sundhedsudvalget i Frederikshavn Kommune.

Projekt 'Sund indskoling' skulle iværksætte sundhedsfremme og forebyggelse hos børn i indskolings- og skolefritidsordninger i Frederikshavns kommune. Det overordnede formål med 'Sund indskoling' var at:

”... opnå en generel effektiv, koordineret, sundhedsfremmende og forebyggende indsats med særligt fokus på betydningen af kost og motion såvel i børnenes familier som i skoler og skolefritidsordninger/ SFO’ere (...) at projekt 'Sund indskoling' kan medvirke til at fremme børnenes generelle sundhed og for på sigt at opnå et fald i livsstilslidelser hos børn og unge i Frederikshavn kommune.” (se bilag 1)

Projektbeskrivelsen opstillede derudover fem mål og elleve delmål (se bilag 1).

Projektet tog udgangspunkt i antagelsen om, at indsatser, der inddrager børnenes daglige miljøer, har den største sundhedsfremmende og forebyggende effekt. Man valgte konkret at arbejde med to indsatser.

Den ene indsats handlede om at oprette et sundhedsambassadørkorps på kommunens skoler og SFO’er. Mens den anden indsats handlede om at oprette legepatruljer på kommunens skoler.

Sundhedsambassadørindsatser var rettet mod børnehaveklasseledere, lærere og pædagoger. Planen var at opspore ildsjæle blandt disse, som kunne fungere som igangsættere for indarbejdelsen af sundhedsfremmende tiltag på de enkelte institutioner. Disse ildsjæle skulle uddannes til at være sundhedsambassadører på et kursus i foråret 2008 samt plejes på efterfølgende opfølgningsdage.

Oprettelsen af legepatruljer var som metode oprindeligt ikke indskrevet i projektbeskrivelsen, men blev tilføjet projektet efterfølgende. Legepatruljen er et selvstændigt projekt, som blev igangsat 2004 af Dansk Skoleidræt, DGI og Kræftens Bekæmpelse. Projekt 'Sund indskoling' gjorde således brug af andres erfaringer og implementerede et allerede afprøvet koncept i egne indsatser. Målet for denne projektdel var at engagere enkelte lærere og grupper af elever til at varetage en legepatruljeordning, som jævnligt skulle tilbyde skolernes yngste børn fysisk aktivitet i frikvartererne. Både lærere og elever deltog på et dagslangt legepatruljekursus, som løb af stablen den 17. januar 2008.

Succeskriterierne for projektet var:

- At lærere og pædagoger fik større viden i forhold til sundhedsfremme og forebyggelse.
- At lærere og pædagoger kunne udvise autoritet i forhold til projektets delmål (se bilag 1).
- At der skete en positiv ændring af børnenes sundhedsadfærd.

2. Evaluering

2.1. Evalueringens formål

Det er formålet med evalueringen af 'Sund indskoling':

- a) At undersøge i hvilket omfang og på hvilken måde projektet har medvirket til at skabe øget opmærksomhed om børns sundhed samt fremmet sundhedsfremmende tiltag i skoler og skolefritidsordninger.
- b) At undersøge hvordan kurserne for sundhedsambassadører fungerer, hvad deltagerne har fået ud af kurset, hvordan sundhedsambassadørerne har brugt kurset, og hvilke aktiviteter de har gennemført gennem en periode på ca. et år.
- c) At undersøge hvad skoleeleverne på legepatrulje-kurset har fået ud af kurset, hvordan de efterfølgende har brugt kurset, og hvilke aktiviteter de har gennemført i skolen.

Evalueringen koncentrerer sig primært om at undersøge, hvordan uddannelsen af sundhedsambassadører og legepatruljer har fungeret, og hvordan disse har benyttet den viden, som de fik på de forskellige kurser. Det ligger ikke inden for rammerne af evalueringen at kunne give et fyldestgørende svar på, om projektet førte til øget sundhed blandt børn og unge i Frederikshavn kommune. Dog vil evalueringen antyde styrker og svagheder ved projektførløbet med henblik på at identificere projektets potentialer for at fremme sundhed hos børnene. Desuden vil evalueringen på baggrund af analyserne fremsætte nogle forslag til, hvordan man kan udvikle og nytænke et sådant eller lignende koncepter.

2.2. Dataindsamlingsmetoder

Forskellige dataindsamlingsmetoder blev brugt i forbindelse med evalueringen af 'Sund indskoling'.

For at evaluere sundhedsambassadørdelen af projektet blev der foretaget tre spørgeskemaundersøgelser blandt de ansatte på de skoler og SFO'er, som deltog i projektet. De første skemaer blev besvaret i foråret 2008, lige efter at kursisterne var kommet hjem fra det første kursus. Dette skema undersøgte kursisternes oplevelser af kurset.

De efterfølgende skemaer blev udsendt og besvaret i henholdsvis oktober 2008 og maj 2009. I disse skemaer blev kursisterne bl.a. spurgt om, hvordan de havde fungeret som

sundhedsambassadører, hvordan de kunne bruge kurserne, og hvilke aktiviteter de havde gennemført på skolerne.

Det første spørgeskema blev udsendt til 38 kursister. Herfra kom 29 skemaer retur. Det andet skema blev udsendt til 38 kursister, hvor fra 27 kom retur. Evaluators blev efterfølgende bekendtgjort med, at nogle af disse skemaer var blevet udsendt til kursister, der havde trukket sig ud af arbejdet. Det tredje skema blev udsendt til 40 kursister, og 28 kom retur. Da kursisterne udgjorde en forholdsvis lille gruppe, har den enkelte respondents svar eller ikke-svar forholdsvis stor vægt, hvilket betyder, at det kan være problematisk at præsentere data ved hjælp af procentsatser og diagrammer, da dette risikerer at tegne et forenklet billede af sammenhængende. Derfor er det nødvendigt at være opmærksom på, hvor mange kursister, der har svaret på de enkelte spørgsmål, når man drager konklusioner ud fra data.

Derudover blev der foretaget to gruppeinterviews med kursisterne i forbindelse med kurset den 25. november 2008 primært for at komme et spadestik dybere i forhold til spørgsmålene i spørgeskemaerne.

For at evaluere legepatruljedelen af projektet blev der foretaget fire spørgeskemaundersøgelser. Det første spørgeskema blev udsendt til de elever, som deltog i legepatruljekurset den 17. januar 2008. Hensigten med dette skema var primært at undersøge elevernes oplevelse af kurset. Det andet spørgeskema blev udsendt til samme gruppe i juni 2008. Hensigten med dette skema var primært at undersøge, hvad eleverne synes om at være en del af legepatruljen, samt hvordan legepatruljen havde fungeret på de pågældende skoler.

I foråret 2008 udsendtes også et spørgeskema til de lærere, som fungerede som tovholdere for legepatruljerne ude på skolerne. Hensigten med dette skema var primært at undersøge disse læreres oplevelse af, hvordan legepatruljerne fungerede på skolerne, og hvordan de oplevede at skulle koordinere og organisere indsatsen for den enkelte patrulje. Et tilsvarende spørgeskema blev udsendt til lærerne i maj 2009.

Det første spørgeskema til eleverne blev udsendt til 73 elever. Herfra kom 56 skemaer retur. Det andet skema blev udsendt til samme antal elever, hvor fra kun 45 kom retur.

Det første skema til tovholderlærerne blev udsendt til de 16 tovholderlærere. Herfra kom 7 besvarelser tilbage. Det andet blev udsendt til 11 tovholderlærere, hvoraf 9 besvarede skemaet.

Desuden blev de forskellige legepatruljer bedt om løbende at registrere de legepatruljeaktiviteter, som blev igangsat ude på skolerne. På registreringsarkene blev legepatruljerne bl.a. bedt om at nedfælde, hvor mange børn, som deltog i den pågældende aktivitet, og hvordan aktiviteten forløb. Undervejs viste det sig, at denne registrering ikke blev foretaget på alle skolerne, hvorfor evaluator i stedet valgte at spørge til aktiviteternes type, hyppighed og forløb i det andet spørgeskema.

2.3. Oversigt over rapporten

Rapporten indledes med beskrivelser og analyser af indsatserne i forbindelse med sundhedsambassadørarbejdet, bl.a. deltagernes profil, deltagernes oplevelse af kurset og den

efterfølgende proces, samt en diskussion af muligheder og udfordringer, som deltagerne har mødt i forløbet. Herefter beskrives og analyseres indsatserne i legepatruljedelen på tilsvarende vis.

Rapporten afsluttes med et konkluderende afsnit, hvori evalueringens vigtigste resultater udmunder i en række konkrete og generelle anbefalinger.

3. Sundhedsambassadørerne

Formålet med sundhedsambassadørforløbet var at skabe et korps af ildsjæle blandt lærere og pædagoger, som skulle igangsætte sundhedsfremmende tiltag for børn på skoler og SFO'er i Frederikshavn kommune.

3.1. Forløbets form og indhold

Forløbet blev indledt med, at skoler og SFO'er i kommunen blev inviteret til at deltage i projektet. I alt 15¹ skoler og SFO'er tog imod tilbuddet. Flertallet af institutionerne sendte flere deltagere til kurset, mens to institutioner kun blev repræsenteret af en enkelt lærer/pædagog. Syv af de 15 institutioner var repræsenteret med folk både fra SFO og skole.

Selve sundhedsambassadørkurset blev afholdt i dagene mellem den 31. marts til den 2. april 2008. Den første dag bød på et praktisk forløb, hvor kursisterne blev introduceret til fysisk aktivitet i form af 'gamle lege' ved Lars Hazelton (fra Gerlev Legepark).

De efterfølgende to dage overtog to konsulenter fra Colinco Institute styringen. Deres mission var - i samarbejde med kursisterne - at definere sundhedsambassadørernes fremtidige rolle samt klarlægge de første skridt, der skulle tages i sundhedsambassadørarbejdet.

De to konsulenter tog det for givet, at kursisterne allerede besad tilstrækkelig viden om sundhed, og således satte de fokus på at motivere kursisterne samt sikre, at disse vidste, hvad de konkret skulle gøre, når de kom tilbage til skolerne.

Kurset vekslede imellem diskussions-seancer, hvor sundhedsambassadørrollen blevet debatteret, og gruppearbejde, hvor kursisterne skabte fælles målsætninger sammen med deres kolleger.

På en stor del af kurset blev der således arbejdet med spørgsmålet om sundhed og sundhedsfremme på et reflekterende niveau. Dog blev der i de forskellige 'lege' eller praktiske opgaver, som de to konsulenter havde medbragt, også brugt tid på at arbejde med en mere praktisk tilgang til sundhed og forandringsprocesser. Disse afbræk havde tilsyneladende dels det formål at skabe afveksling i kurset, og dels skulle disse få kursisterne til at indse (igennem brugen af egen krop) vigtige pointer i forhold til den opgave, som de stod over for at skulle løfte.

Gruppearbejdet udmundede i nogle fælles faglige målsætninger for, hvordan man kunne virkeliggøre egne visioner i forhold til sundhedsambassadørrollen. Konsulenterne sammenskrev disse visioner i et fælles manifest, som skulle indkapsle, hvad det ville sige at være sundhedsambassadør (se bilag 2).

Slutteligt blev kursisterne bedt om at gå i deres lokale grupper og diskutere samt udarbejde konkrete tiltag, som de ville gå i gang med, når de kom tilbage på skolerne.

Som opfølgning på sundhedsambassadørkurset blev der afholdt to arrangementer, som havde til hensigt at fastholde samhørighedsfølelsen mellem sundhedsambassadørerne samt give dem yderligere input til sundhedsarbejdet.

¹ I virkeligheden deltog 17 institutioner, men de sidste to institutioner var henholdsvis socialpsykiatrien og 'Sundby' i Frederikshavn.

Det første arrangement var et to dages ophold på højskolen Diget, hvor kursisterne den første aften blev introduceret til rytmiske lege under ledelse af en stompinstruktør. Den efterfølgende dag var menuen tre foredrag med forskellige fagpersoner. En repræsentant fra Hjerteforeningen, en forsker fra Syddansk Universitet samt en repræsentant fra Alt om kost-rejseholdet i Region Nordjylland. Disse skulle give kursisterne en større baggrundsviden om sundhed og sundhedsfremme.

Det andet opfølgingsarrangement foregik ligeledes på højskolen Diget. I løbet af den ene dag - som kurset varede - var det planen, at kursisterne sammen med to konsulenter fra konsulentfirmaet Soulfighters i Frederikshavn skulle udarbejde et udkast til en plakat, som skulle indkapsle det fremtidige arbejde for sundhedsambassadørerne.

Hvor det første opfølgingsarrangement i høj grad handlede om vidensformidling til kursisterne, var det andet i højere grad møntet på at skulle skabe en dialog med kursisterne og på denne måde komme ind til benet af, hvad sundhedsambassadørerne fremover skulle lave.

4. Kursisternes profil

Følgende profil af kursisterne er baseret på de svar, som kursisterne afgav i forbindelse med den første spørgeskemaundersøgelse.

I alt 38 lærere og pædagoger deltog i sundhedsambassadørkurset. Kursisterne - der svarede på spørgeskemaet (i alt 30) - havde en alder, der spændte mellem 28 og 53 år. Det vil sige, at kurset både tiltrak forholdsvis nyuddannede og personer med større erfaring.

57 pct. af disse kursister var pædagoger, mens kun 23 pct. var lærere (n=30), hvilket tyder på, at pædagogerne havde mere tid og plads samt lyst og interesse til at deltage i projektet.

Institutionerne var derudover hovedsageligt repræsenteret ved kvindelige ansatte. Det vil sige, at 13 pct. af kursisterne var mænd mod 87 pct. kvinder (n=30). At kvinderne tilskyndende er mere tilbøjelige til at engagere sig i tiltag, som slår sig på at være sundhedsfremmende, synes at være en generel tendens, som også ses i andre sundhedsprojekter.²

Kursisterne blev i den første spørgeskemaundersøgelse spurgt om, hvor ofte de selv dyrkede idræt eller var fysiske aktive. Et flertal på 53 pct. svarede en eller to gange om ugen, og 30 pct. svarede næsten hver dag, imens kun syv pct. svarede næsten aldrig eller aldrig (n=30). Ligeledes betegnede et flertal også deres nuværende form som god eller nogenlunde. Et stort flertal svarede, at de i forvejen var glade for bevægelse og fysisk aktivitet (87 pct., n=30) og de fleste mente også, at de spiste sundt. Disse svar tyder på, at projektet overvejende appellerede til personer, som man umiddelbart vil sige levede sundt. Dog er det nødvendigt at påhæfte svarene det forbehold, at det kan være meget forskelligt, hvad folk forbinder med sund adfærd.

Kursisterne blev i den første spørgeskemaundersøgelse spurgt, hvad der gjorde, at de

2 Ses bl.a. også i andre projekter, som evaluator har evalueret (Lund & Andreassen 2008; Lund 2009)

meldte sig til kurset. De fleste (46 pct., n=28) svarede, at de selv havde taget initiativ til deltagelsen. Der var færre, som enten var blevet bedt om at deltage af skoleledelsen, spurgt af en kollega eller spurgt af projektlederen på projektet.

Ydermere blev de bedt om at beskrive deres baggrund for at melde sig til kurset. Flere mente, at de besad kompetencer inden for området sundhed. Her blev nævnt at man underviste i idræt, natur og teknik eller hjemkundskab; at man var skolens koordinator for legepatruljen (se afsnit 8 og frem); at man var zoneterapeut, healer, massør eller lignende; at man selv mente, at man levede sundt og derfor kunne fungere som rollemodel for børnene; eller at man selv havde erfaringer med at tabe sig og omlægge egen levevis. De fleste gav også udtryk for, at de besad et stort ønske om at gøre noget for at øge sundheden blandt børn. Nogle karakteriserede endda dette ønske som ”brændende”. Flere gav også udtryk for at have en tro på, at en øget sundhed blandt børnene ville have positiv effekt på børnenes indlæringssevne.

Det tyder således på, at de fleste kursister var motiverede for at slå et slag for sundheden, inden de mødte op til kurset. Dog gav nogle få kursister udtryk for, at deres engagement var bygget på almindelig sund fornuft, hvilket måske kunne tyde på, at sundhedsfremme er blevet et så positivt ord, at mange føler sig forpligtiget til at gøre noget for sundheden, hvis chancen byder sig.

I første spørgeskemarunde blev kursisterne spurgt om, hvad de forstod ved sundhed. Det var gennemgående, at sundhed blev beskrevet som noget fysisk og psykisk samt at sundhed kunne skabes igennem den ’rigtige’ kost og hyppig fysisk aktivitet. Nogle kursister nævnte ligeledes, at sundhed hang sammen med følelsen af glæde. Besvarelsene tegner et billede af sundhed som noget, der overvejende finder sted på individniveau. Dog nævnte nogle enkelte kursister også betydningen af de fysiske og sociale omgivelser.

Der var bred enighed blandt kursisterne om, at forældrene bærer et stort ansvar, når det kommer til børnenes sundhed (100 pct., n=30). Derimod mente kursisterne, at skolen, kommunen og børnene selv bar et middel til stort ansvar.

Kursisterne blev også spurgt om de syntes, at der blev gjort nok for børnenes sundhed på skolen. 53 pct. svarede ”nej”, mens 47 pct. svarede ”ja, noget” (n=30). Derudover blev de spurgt, hvordan de syntes, at skolen skulle lære børnene sundere vaner. Der var forholdsvis stor enighed om, at skolens fysiske indretning skulle fremme og inspirere barnets bevægelsesglæde (93 pct., n=28); at skolen skulle gribe hårdt ind over for mobning (90 pct., n=29); at lærerne skulle være gode rollemodeller (83 pct., n=29); at børnene skulle ud i alle frikvarterer, hvor vejret tillader det (76 pct., n=29); at der skulle undervises i sundhed gennem hele skoleforløbet (75 pct., n=28) og at børnene skulle have mindst en times fysisk aktivitet om dagen (72 pct., n=29).

Ovenstående giver et lille indblik i, hvilke holdninger og perspektiver, som kursisterne bragte med ind i projektforsløbet, og kan derfor være med til at forklare de indsatser, som kursisterne senere valgte (eller vælger) at iværksætte på deres institution.

5. Kursisternes oplevelse af sundhedsambassadørkurset

I dette afsnit gennemgås kursisternes oplevelse og vurdering af sundhedsambassadørkurset med henblik på at skabe en forståelse for den indvirkning, som dette arrangement har haft på kursisterne.

Overordnet set virkede de responderende kursister tilfredse med kurset. I første spørgeskemaundersøgelse, som blev foretaget umiddelbart efter kurset, svarede alle på nær en enkelt, at kurset havde været ”virkelig godt” (73 pct.) eller ”godt” (23 pct., n=30). Billedet var lidt anderledes i den anden spørgeskemaundersøgelse, hvor kurset var kommet på afstand, og kursisterne i en tid havde stået overfor at skulle virkeliggøre ideerne fra kurset på de respektive institutioner. Et flertal mente nu, at kurset havde været godt, mens lidt færre mente, at kurset havde været meget godt.

Endnu en gang er det dog nødvendigt at understrege, at det relativt lille antal respondenter gør, at man skal være varsom mod at drage generelle slutninger på baggrund af disse besvarelser. Bl.a. svarede kun 26 kursister på dette spørgsmål i det andet spørgeskema mod 30 i det første skema. Når respondentgrundlaget er så lille, har den enkelte respondents svar stor vægt, hvilket vil sige, at de fire udeblevne respondenter i den anden undersøgelse kunne være årsagen til, at billedet ser anderledes ud. Derfor kan man ikke med sikkerhed tale om en egentlig tendens. Men et synes sikkert, at der blandt de svarende kursister var udpræget tilfredshed med forløbet af kurset (for uddybning se afsnit 5.2.)

5.1. Kursisternes forventninger til kurset

I den første spørgeskemaundersøgelse svarede kursisterne, at de enten havde store eller middelstore forventninger til, at kurset ville give dem konkrete redskaber, som de kunne bruge i sundhedsarbejdet på institutionerne. De fleste gav også udtryk for, at disse forventninger enten helt eller delvist var blevet indfriet.

Desuden havde kursisterne enten store eller middelstore forventninger til, at de på kurset ville møde og udveksle erfaringer med andre kursister samt at skabe et netværk med disse. Flertallet mente, at kurset efterlevede disse forventninger.

Ovenstående tyder på, at de fleste kursister også oplevede, at de fik noget med hjem fra kurset. Nogle oplevede tilsyneladende, at de fik lidt for meget med hjem fra kurset. I hvert fald gav nogle kursister i interviewene udtryk for, at de var blevet overraskede over, hvor ambitiøst det første kursus udviklede sig til at blive.

”Jeg ved ikke lige om, jeg fik læst papirerne ordentligt. Men jeg blev overrasket over, det var så stort... jeg havde slet ikke forventet det der med, at så er vi uddannet til sundhedsambassadører. Hold da kæft mand! Hvad er det jeg er gået ind til? For mig var det bare at få en masse ting med hjem, og det fik jeg selvfølgelig også, men sådan lige at blive uddannet til sundhedsambassadør, der tænkte jeg hold da op! ”
(Kursist)

Flere af kursisterne gav udtryk for, at man ikke havde forventet at få en titel, som ville udpege dem til at have sundhedsfaglig pondus. Og som det vil blive omtalt senere, havde flere kursister et ambivalent forhold til dette.

5.2. Kursisterne oplevelse af kursets form og indhold

Der var stor tilfredshed med første dagen på sundhedsambassadørkurset, som bød på forevisning og afprøvning af legeaktiviteter samt foredrag alt sammen ved Lars Hazelton fra Gerlev Legepark.

89 pct. (n=30) af kursisterne syntes virkelig godt om denne del af kurset. Først og fremmest blev Lars Hazeltons engagement fremhævet, som værende meget smittende. F.eks.: *"Han [Lars Hazelton] er et livsstykke..", "Det var fantastisk at være vidne til den energi han havde...", "Skønt at der er nogen som brænder for noget..."*.

Derudover blev der lagt vægt på, at det var sjovt og befriende at få lov til at lege. Dette blev muligvis nævnt med en slet skjult hentydning til, at kurser af denne art ofte foregår meget stillesiddende. Men kursisterne så også perspektiver i at prøve legene på egen krop, idet det gav kursisterne konkrete og brugbare ideer til deres eget sundhedsarbejde. Nogle gav endda udtryk for, at netop det, at man havde prøvet legene på kurset, gjorde det nemt at tage legene med hjem og bruge dem på institutionerne.

Desuden gav flere kursister også udtryk for, at legene virkede som 'isbrydere', idet de fik kursisterne til at smide egne hævninger og dermed komme lidt tættere på medkursisterne.

Noget tyder således på, at der er flere positive facetter ved at lade kursisterne på et sundhedskursus afprøve den sunde adfærd i praksis i stedet for kun at oplyse kursisterne herom. Foruden at ryste kursisterne sammen giver sådanne praktiske aktiviteter tilsyneladende også kursisterne et personligt kendskab til den sunde adfærd, som muligvis gør, at den er nemmere at overføre og implementere i andre sammenhænge.

Kursisterne var også positive i forhold til forløbet af resten af kurset. Næsten alle kursister mente, at disse to dage (1. og 2. april) havde været gode eller virkelig gode. Flere nævnte, at kurset havde en god vekselvirkning mellem plenum-diskussioner og gruppearbejde. Og igen satte kursisterne pris på, at der ind i mellem de teoretiske diskussioner også blev lavet små praktiske øvelser eller lege.

I det hele taget følte de fleste kursister, at der var godt styr på strukturen i kurset. Dog følte flere kursister, at programmet den første dag virkede en smule for komprimeret og tidspresset. I første spørgeskemaundersøgelse blev dette kommenteret således: *"Næsten for meget stof på for kort tid...", "Det var hårdt, da vi ikke rigtigt havde tid til at bearbejde alle indtrykkene..."*.

Hvor nogle kursister gav udtryk for, at der var blevet kastet en masse bolde op i luften på den første dag, følte en del kursister, at trådene blev samlet den næste dag: *"Jamen, det var jo ligesom her, vi fik essensen af det, vi havde arbejdet med den foregående dag. Så det var rigtigt rart.", "Her kom den røde tråd. Samlet indsatsredskaber. Der er nu lagt en vej..."* Som det sidste citat antyder, følte mange, at man blev mere konkret på den sidste

dag. Flere oplevede, at dette skete i kraft af, at man fik mere tid sammen med kollegerne fra egen skole til at diskutere, hvordan man skulle gribe situationen an, når man vendte tilbage til skolen:

”Super godt, at vi til sidst kom ud i de grupper, vi evt. skal arbejde i, når vi kommer tilbage til institutionen. Vi nåede at høre hinandens ideer og tanker” (Kursist)

”Nu fik vi endelig lov til at komme i grupperne med dem fra vores egen skole og begynde på det, vi nu havde i tankerne. Jeg er heller ikke i tvivl om, at vi ikke var klar før denne dag til at arbejde med det, men det var dejligt at komme i gang.” (Kursist)

Det tyder på, at kursisterne følte, at det var nødvendigt at forholde sig abstrakt til emnerne på kurset og diskutere disse i overordnede termer, men der tegner sig samtidigt også et billede af, at kursisterne følte det mindst lige så vigtigt, at man fik tid til at konkretisere tankerne på kurset i forhold til vilkårene på den enkelte institution. Derfor var det meget vigtigt for kursisterne at få tid til at sidde sammen med kolleger fra egen institution og drøfte, hvad man skulle gøre, når man kom tilbage til institutionen. Der var dog nogle kursister, som var ene om at repræsentere egen institution. Disse gav udtryk for, at det var svært at udarbejde konkrete strategier på kurset. Desuden var flere institutioner kun repræsenteret af SFO'en. Flere af disse oplevede ligeledes at mangle deres lærerkolleger i at kunne udarbejde konkrete strategier, som ville blive bakket op, når man vendte tilbage til institutionen.

Næsten alle kursister svarede 'nej' eller 'delvis nej' til spørgsmålet: 'Gav kurset dig mere viden om sundhed, end du havde inden kurset?' Noget tyder på, at fraværet af direkte sundhedsoplysning på kurset var med til at give kursisterne en bredere forståelse af begrebet sundhed:

”På et konkret plan lærte jeg ikke noget nyt om sundhed. På et mere abstrakt plan lærte jeg noget om rummelighed. Jeg blev også inspireret til at sætte fokus på det med at gå en anden vej, når man ikke kan komme videre og til at tænke positivt.” (Kursist)

Som det tidligere er nævnt, var det ikke konsulenternes mål at oplyse kursisterne om sundhed, men at motivere kursisterne samt konkretisere, hvad det ville sige at være sundhedsambassadør. Som en kursist udtalte: ”*Jeg syntes kurset gav mig mere viden om, hvad en sundhedsambassadør står for og ikke så meget om sundhed.*”

Et flertal af kursisterne mente således også, at man i løbet af kurset fik mere viden om og ideer til, hvordan man kunne fremme den 'den sunde skole'. Mange af de kursister, der kommenterede dette yderligere i spørgeskemaet gav udtryk for, at dette først og fremmest skete i kraft af de lege og udeaktiviteter, som de blev præsenteret for i løbet af kurset.

Andre følte, at de fik givet sundhedsarbejdet en struktur, bl.a. ved at man fik lavet en plan for skolen, eller man fik ideer til, hvordan man kunne skabe en strukturændring på institutionen. Flere påpegede også vigtigheden af at være afsted med flere fra egen institution, og at man på denne måde fik skabt sig et fundament, hvorfra man fremover kunne påvirke resten af institutionen.

Kursisterne udtrykte ligeledes en udpræget tilfredshed med de to konsulenter fra Colinco Institute, som var tovholdere på de to kursusdage. Kursisterne hæftede sig bl.a. ved, at de to konsulenter supplerede hinanden godt, var engagerede og engagerende, havde humor, lod kursisterne komme til orde og var underholdende at være sammen med. Evaluator, der observerede kurset, fornemmede også, at de to konsulents personligheder og energi var vigtige brikker i måden, kurset kom til at fremstå. Og derfor tyder meget på, at konsulenternes være- og fremgangsmåde havde stor betydning for, at kurset fik en overvejende positiv modtagelse af kursisterne.

5.3. Kursets evne til at motivere, inspirere og skabe ejerskab

I den første spørgeskemaundersøgelse blev kursisterne spurgt, om kurset gav kursisterne lyst og inspiration til at arbejde for den 'sunde skole'/SFO, og et klart flertal svarede 'ja' (90 pct., n= 30). Som tidligere nævnt stemte dette også overens med den stemning, som evaluator oplevede, at kursisterne opbyggede eller fremviste på kurset.

Det lader til, at især to aspekter synes at have betydning for kursisters engagement. Dels at de fleste kursister besad et ønske om at gøre noget for sundheden allerede inden de mødte op på kurset (hvilket muligvis har betydet, at kurset har haft forholdsvis let ved at mønstre kursisters engagement om sundhedsambassadøropgaven). Dels at kursisterne på kurset blev mødt af andre engagerede personer. I gruppeinterviewene kom det frem, at særligt kursuslederne på sundhedsambassadørkurset havde været vigtige brikker i at skabe følelsen af ejerskab i forhold til projektet hos kursisterne.

En af kursisterne mente dog, at det var nødvendigt, at kurser af denne slags også bragte kursisterne mere på banen. Man skulle f.eks. forpligtes til at introducere egne ideer og erfaringer på efterfølgende kursusgange, da dette formentlig ville betyde en højere grad af involvering, og at ejerskabsfølelsen i forhold til projektet på denne måde ville blive større.

5.4. Opsummering

- Kursisterne udtrykte stor tilfredshed med sundhedsambassadørkurset.
- Kurset formåede især at mobilisere en positiv energi hos kursisterne, som betød, at disse forlod kurset med masser af gå på mod.
- Kursisterne var især begejstrede for konkrete og praktiske aktiviteter, såsom forskellige lege, samarbejdsøvelser eller gruppediskussioner om de specifikke forhold på den enkelte institution.
- Foruden at ryste kursisterne sammen gav de praktiske aktiviteter tilsyneladende også kursisterne et personligt kendskab til disse, der gjorde, at disse var nemme at

overføre og implementere i andre sammenhænge.

- Væremåden hos kursuslederne havde en betydningsfuld indvirkning på skabelsen af en positiv atmosfære under kurset.

6. Kursisternes oplevelse af det daglige arbejde som sundhedsambassadør

Hvor foregående afsnit især handlede om oplevelsen af det afholdte kursus, har dette afsnit til hensigt at undersøge, hvordan kursisterne – nu sundhedsambassadørerne - oplevede processen fra kurset til projektets afslutning.

Som det ses af nedenstående tabel havde et flertal af sundhedsambassadørerne en overvejende positiv oplevelse af denne proces.

Hvordan oplever du den proces, som du har været en del af i forbindelse med sundhedsarbejdet?	N=	Pct.
Meget god	6	21
God	17	59
Nogenlunde	5	17
Dårlig	1	3
Meget dårlig	0	0
I alt	29	100

Desuden gav flertallet udtryk for tilfredshed med at fungere i rollen som sundhedsambassadør. Af de 30 sundhedsambassadører, som deltog i tredje og sidste spørgeskemaundersøgelse, svarede fem, at de virkelig godt kunne lide at være sundhedsambassadører, 12 svarede, at de godt kunne lide det, otte at det havde været okay, mens to svarede, at de egentlig ikke brød sig om at deltage heri. Flere kommenterede dette med, at de fandt det spændende at være med i et projekt, der arbejdede med sundhed. En nævnte dog direkte, at det var svært at afse tid til arbejdet.

Sundhedsambassadørerne blev ligeledes spurgt, om de var motiverede for at fortsætte arbejdet som sundhedsambassadør. Ud af 28 svarende sundhedsambassadører svarede syv i meget høj grad, ni svarede i høj grad, seks svarede i nogen grad, mens 4 svarede i ringe grad eller i meget ringe grad.

Efterfølgende blev sundhedsambassadørerne spurgt, om de overvejede at melde sig ud af sundhedsambassadørkorpset. To svarede ja. En svarede, at han/hun allerede havde meldt sig ud, og endnu tre vidste ikke, hvad de skulle svare. I uddybende kommentarer blev bl.a. nævnt, at man havde svært ved at afse tid til arbejdet. De resterende 22 svarede nej til dette spørgsmål og viste dermed, at de var indstillet på at fortsætte som sundhedsambassadører. Flere af disse gav endda udtryk for, at de havde ønsket om at ”få mere

at vide” samt at videreudvikle sundhedsambassadørarbejdet. Dette tyder på, at flertallet af sundhedsambassadørerne besidder en vilje og lyst til at forsætte sundhedsarbejdet på institutionerne.

Dog skal det nævnes, at tilslutningen til de to samlinger efter kurset ikke var den samme som på kurset. Det er ikke muligt at konkludere, om dette var et tegn på, at motivationen blandt sundhedsambassadørerne var aftagende. Formentlig skyldtes en del af afbuddene, at flere lærere havde svært ved at få fri til disse arrangementer, da det ville kræve, at skolerne brugte penge på vikarer.

6.1. Sundhedsambassadørernes oplevelse af kursets og samlingernes brugbarhed i arbejdsprocessen

På spørgsmålet om sundhedsambassadørerne betragtede det afholdte kursus som en god hjælp i det videre arbejde med sundhed på skolerne/SFO'erne, svarede 13 ud af 26 svarende 'ja' og 12 svarede 'delvis', mens en enkelt svarede 'ved ikke' i den anden spørgeskemaundersøgelse. Spørgeskemaet gav sundhedsambassadørerne mulighed for at uddybe deres svar. Nogle sundhedsambassadører gav udtryk for, at de fandt kurset brugbart, fordi de her fik gode ideer, som de kunne arbejde videre ud fra, og fordi de fik lavet en decideret plan for sundhedsarbejdet for den enkelte institution.

En sundhedsambassadør gav udtryk for, at kurset var med til at synliggøre, at de tiltag, som man allerede var i gang med på skolen, var rigtige. En anden sundhedsambassadør fortalte, at han/hun følte, at skolens ledelse blev mere lydhøre overfor den pågældendes ideer efter kurset. Desuden gav nogle sundhedsambassadører også udtryk for, at kurset var brugbart, i og med at det gav sundhedsambassadørerne en følelse af ikke at stå alene. For dem, der var af sted med kolleger, virkede kurset i flere tilfælde sammentømmende for denne gruppe. Men også sundhedsambassadører, der var af sted alene, følte at være en del af et hold efter kurset. En af disse gav udtryk for, at dette især skyldtes, at hun var kommet tættere på projektlederen og vidste, at hun havde dennes opbakning.

Frem for alt gav sundhedsambassadørerne udtryk for, at kurset havde været med til at give dem et 'boost', som betød at de gik mere engageret til værks i forhold til sundhedsarbejdet.

”Jeg kom tilbage med fornyet energi og havde fået sat det på plads, som jeg ville med det her sundhedsambassadør. Det var også ligesom, at jeg også blev en resurse-person for skolen og de andre pædagoger. At de vidste, at så snart de havde nogle ideer eller et eller andet, så kunne de komme hen til mig, og så kunne vi virkelig få dem ud i livet nu. Skolelederen ønskede også at få alt det ud af mig, som jeg havde lært på kurset og få det brugt. Det som der var at bruge i forhold til de der øvelser, vi havde. Det var sådan godt til ryste sammen, f.eks. nu skulle vi have nye børn fra [en anden] skole, der skulle være sammen med 7. klasserne. Og der havde jeg jo lige lynhurtigt nogle ting, som vi kunne bruge. Så jeg synes, at der var mange gode konkrete ting, som man kunne tage med videre.” (Sundhedsambassadør)

Et stort antal sundhedsambassadører fortalte ligeledes, hvordan de havde brugt de lege og samarbejdsøvelser, som de havde stiftet bekendtskab med på kurset.

Kurset var således brugbart i den efterfølgende proces, fordi det inspirerede og motiverede sundhedsambassadørerne. Det kom dog også frem, at flere sundhedsambassadører så en grænse for kurset brugbarhed. Denne grænse mente man gik ved de ressourcer, som den enkelte institution kunne stille arbejdet til rådighed. Det vil sige, at de ideer og den motivation, som sundhedsambassadørerne havde med sig efter kurset, i nogle tilfælde blev begrænset af 'virkeligheden' ude på institutionen, hvor andre hensyn blev prioriteret højere.

I de to gruppeinterview, som blev foretaget i afslutningen af den første samling efter kurset, blev sundhedsambassadørerne bl.a. spurgt om brugbarheden af at samles på denne måde. Generelt set udtrykte sundhedsambassadørerne sig positivt overfor at være blevet introduceret for stomp på første dagen. Der var dog mere delte meninger i forhold til den efterfølgende dags tre foredrag. Flere sundhedsambassadører følte, at man blev præsenteret for tre foredrag med meget ens budskaber, hvor samme slides, tal m.m. blev gentaget. Bl.a. derfor følte flere sundhedsambassadører, at det var begrænset, hvor meget ny viden, der var at hente i de tre foredrag. En sundhedsambassadør mente således, at havde det ikke været for stomp-indslaget, så havde kurset været spild af tid.

"Vi behøver ikke altid at have de der dyre foredragsholdere, som snakker meget hurtigt og søvndyssende og det der. Det kan være meget svært at sidde stille og høre på." (Sundhedsambassadør)

Andre sundhedsambassadører udtrykte også ønsker om, at samlingen havde været mere praktisk orienteret. Man kunne således godt have tænkt sig at have brugt idrætsfaciliteterne på stedet (Højskolen Diget) til at afprøve hinandens ideer og på den måde fået noget mere konkret med hjem. Der var således et stort ønske om at blive bekendtgjort med, hvad sundhedsambassadørerne på de andre institutioner gjorde for sundheden med henblik på at bruge af hinandens ideer.

Andre sundhedsambassadører gav udtryk for, at et mere praktisk orienteret kursus ville virke positivt i forhold til sammentømringen af sundhedsambassadørerne. En sundhedsambassadør gav udtryk for dette på følgende vis: "*Man lærer ikke hinanden yderligere at kende blot ved at sidde og høre foredrag.*" Noget tyder på, at mange sundhedsambassadører fandt det værdifuldt at lege, grine og være aktive sammen (som det f.eks. skete i forbindelse med stomp-aktiviteten), idet dette styrkede sammenholdet og gensidigheden mellem sundhedsambassadørerne. Man påpegede bl.a., at en bedre sammentømring højst sandsynligt ville betyde, at sundhedsambassadørerne ville gøre brug af hinanden i det daglige arbejde, f.eks. ved at ringe til hinanden og spørge om gode råd. Den følgende kommentar viser dog, at en enkelt sundhedsambassadør gav udtryk for, at der var blevet leget alt for meget igennem forløbet: "*Jeg gider ikke lege med andre voksne!*".

Men en del tyder altså på, at sundhedsambassadørerne kun i mindre grad fandt de

generelle oplysninger om sundhed, som de fik i forbindelse med foredragene, brugbare, og tillagde de praktisk orienterede aktiviteter, såsom lege, erfaringsudveksling m.m. mest værdi.

Sundhedsambassadørerne blev ikke på samme måde spurgt om deres oplevelse af den sidste samling, men i stedet blev de³ – i det tredje spørgeskema – spurgt om deres samlede oplevelse af projektforløbet (dvs. kurset, samlingerne m.m.) med henblik på, om det havde været en god hjælp for dem.

Oplever du, at processen har været en god hjælp for dig i det videre arbejde med sundhed på din SFO/skole?	N=	Pct.
Ja	14	48
Delvis	11	38
Nej	2	7
Ved ikke	2	7
I alt	29	100

Ovenstående tyder på, at projektperioden var betydningsfuld for flere af sundhedsambassadørerne. I kommentarerer herom uddybes dette bl.a. således:

”Det har været super at have andre sparringspartnere og få nye ideer og høre, hvad der rører sig. Det har også været rigtigt godt at opleve forskellige kursusholdere og se andre muligheder.” (Sundhedsambassadør)

”Det at have et fast mål og at være flere sammen om inspirationen og det videre arbejde har været godt. At mødes med andre skoler/SFO’er har været inspirerende. At blive puffet til på kurserne har været godt.” (Sundhedsambassadør)

”Den har hjulpet med at konkretisere forskellige tiltag, der har været brug for på vores skole. Den har hjulpet med at holde fast i tanker og visioner. Der er kommet mange nyttige input og en bred forståelsesramme i forhold til sundheds/trivselsarbejde.” (Sundhedsambassadør)

”Der er kommet nogle tiltag i gang på skolen og i SFO’en, som udelukkende skyldes, at vi tre sundhedsambassadører har arbejdet med tingene og sat noget i værk.” (Sundhedsambassadør)

Noget tyder på, at projektets aktiviteter har været vigtige dels som fastholdelse af sundhedsambassadørerne i arbejdet, og dels som kilde til inspiration.

Men igen tyder noget på, at nogle ambassadører har oplevet at være oppe imod kræfter

3 Blev besluttet i samråd med projektlederen.

ude på skolerne som ikke kunne overvindes med de 'redskaber', som de erhvervede sig i processen, f.eks.:

"Pga. kommunernes sparrerunde kan det være svært at lave den store revolution inden for området..." (Sundhedsambassadør)

"Processen har været god, men vores skole deltager ikke. Der er ikke fokus på sundheden. Man gør slet ikke brug af den viden, de tre sundhedsmedarbejdere har. Der er en holdning, at det nok koster ressourcer. Så vores viden bliver kun meget lidt brugt." (Sundhedsambassadør)

"Jeg har haft mange andre opgaver og har derfor ikke været så engageret, som jeg gerne ville." (Sundhedsambassadør)

For flere sundhedsambassadører har det altså været oplevelsen, at institutionens økonomi, og overordnede prioriteringer var svært forenelige med sundhedsambassadørarbejdet, og i enkelte tilfælde betød dette, at arbejdet gik helt i stå.

6.1.1. Titlens brugbarhed

Nogle sundhedsambassadører følte, at man med titlen sundhedsambassadør havde et godt trumfkort at spille ud, idet det skabte mere lydhørhed på institutionen. Flere sundhedsambassadører fortalte, hvordan de følte, at skoleledelserne var blevet mere interesserede i at høre, hvad de havde af forslag, efter at de var blevet del af sundhedsambassadørkorpset.

Andre sundhedsambassadører oplevede, at titlen også gav mere gennemslagskraft og autoritet i forhold til visse forældre. F.eks. fortalte en sundhedsambassadør, hvordan en mor til et overvægtigt barn var blevet mere åben overfor sundhedsambassadørens forslag og hjælp, efter at sundhedsambassadøren havde fortalt, at hun var sundhedsambassadør. Sundhedsambassadøren fortalte, at hun også tidligere havde tilbudt denne mor hjælp, men at dette var blevet overhørt af moderen. Dette havde nu ændret sig, hvilket sundhedsambassadøren mente skyldtes, at hun kunne bryste sig af at være sundhedsambassadør.

Andre sundhedsambassadører havde et mere ambivalent forhold til sundhedsambassadørrollen. Nogle sundhedsambassadører fortalte, at de ikke brød sig om navnet, idet de følte, at de ikke besad tilstrækkelig faglighed til at bære navnet. En sundhedsambassadør fortalte, at hun følte, at hun løj over for folk, når hun fortalte, at hun var sundhedsambassadør. Udtalelsen blev begrundet med, at hun ikke rigtigt vidste, hvad titlen indebar. Hun udtrykte således tvivl om, hvad andre forventede af hende, hvis hun præsenterede sig selv som sundhedsambassadør, og om hun kunne leve op til disse forventninger.

På kurset blev sundhedsambassadørens rolle nedskrevet i en vision. Her står bl.a.:

"Sundhedsambassadørkorpset i Frederikshavn Kommune består af ildsjæle fra forskellige personalegrupper... I arbejdet har vi således vort fokus på at sundhedsarbej-

de er inkluderende i forhold til alle børn, - uanset etnicitet, social baggrund, fysisk, psykisk og social udvikling... at vi tør udfordre vante tankegange og overbevisninger, at vi er klar til at ændre kurs, når noget ikke virker, og til stadighed søger løsninger på det, som endnu ikke er lykkedes... Måden vi som Sundhedsambassadører løser vores opgaver på er præget af motivation, lyst til at gøre en forskel og en evne til at reflektere over det, vi går og gør... Vi er en del af et levende netværk, hvor vi til stadighed følger op på vores muligheder og evaluerer vores resultater, således at vi kan udnytte hinandens erfaringer og kompetencer til at sikre, at vi får opsamlet og videreformidlet læring... Vores netværk er også vort talerør til forvaltningen og de medier, der sikrer, at der tildeles de ressourcer, der er nødvendige for fortsat udvikling og at vores arbejde bliver set og anerkendt... Som Sundhedsambassadører er vi rollemodeller, og vi er de ressourcepersoner, som forvaltningen, vore kolleger og forældre bruger, når der skal hentes inspiration, idéer og løsninger. Vi formidler til elever, forældre, skolebestyrelser, kolleger og eksterne samarbejdspartnere, og vores engagement og mod, bliver vore kollegers engagement og mod.” (se bilag 2)

Dette synes umiddelbart at være en bredt omfavnende vision, som muligvis kan have været årsag til, at nogle sundhedsambassadører følte, at de havde svært ved at finde sig tilpas i rollen. Måske fordi det kunne være svært at efterleve disse visioner i en travl hverdag, eller fordi visionen synes at være for luftig og derfor være svær at give betydning i dagligdagen.

Sundhedsambassadør-titlen havde også en anden betydning, idet mange sundhedsambassadører oplevede, at det at blive udnævnt til sundhedsambassadør medførte en større følelse af ansvar i forhold til at skulle igangsætte sunde tiltag på institutionerne.

”Jeg oplever faktisk i processen, at jeg er begyndt at føle i vist ansvar... Jeg er sgu aldrig gået op i titler og sådan noget, men alligevel oplever jeg, at jeg i hvert fald vil være sikker på, at jeg har fået sat noget i gang her på skolen, fordi hvis jeg nu skal mødes med de andre eller der er nogle, der begynder at spørge eller skrive og sådan nogle ting. Så der føler jeg pludselig enormt ansvar ved at være udnævnt til sundhedsambassadør.” (Sundhedsambassadør)

For nogen blev denne ansvarliggørelse brugt som motivation, men for andre blev det for meget, og de ringede til projektlederen for at høre om mulighederne for at blive meldt ud af sundhedsambassadørkorpset. De forskellige opfattelser af sundhedsambassadørrollen tyder på, at den definering af rollen, som blev skabt på kurset, var uklar. På den anden samling blev der arbejdet videre med klarlæggelsen af sundhedsambassadørernes arbejdsområde, bl.a. i form af en plakat. Hvilken betydning dette har haft er ikke muligt at fastslå med denne evaluering.

Samtidigt med at titlen pålagde sundhedsambassadørerne en ansvarsfølelse for projektet, mente en del sundhedsambassadører også, at titlen forpligtede kommunen til at forsætte sin medspillende rolle også efter projektets afslutning.

6.1.2 Netværkets brugbarhed

En sundhedsambassadør gav udtryk for, at sundhedsambassadørrollen mest af alt handlede om at være del af et korps af ligesindede, hvis sparring man kunne bruge i indførelsen af sundhedstiltag på egen institution. Hun oplevede bare ikke, at dette fællesskab var blevet holdt i live efter det første kursus.

”For mig indebærer navnet noget fælles, fordi vi lavede et fælles manifest osv., men det fælles synes jeg bare ikke, at der er så meget i nu.” (Sundhedsambassadør)

I hvor høj grad samarbejder du (og din sundhedsambassadør-gruppe) med sundhedsambassadørgrupper på de andre SFO'er/skoler?	N=	Pct.
I meget høj grad	0	0
I høj grad	0	0
I nogen grad	6	22
I mindre grad	6	22
Slet ikke	15	56
I alt	27	100

De fleste sundhedsambassadører gav således også udtryk for, at de ikke netværkede med sundhedsambassadørerne på de andre skoler. Nogle mente, at dette skyldtes, at sundhedsambassadørerne var kommet for langt væk fra hinanden, fordi der var gået for lang tid imellem det første kursus og næste samling. Andre oplevede, at man havde nok i arbejdet på egen institution, og derfor blev kontakten med ambassadørerne på de andre institutioner enten glemt eller nedprioriteret.

Desuden gav flere sundhedsambassadører udtryk for, at et samarbejde på tværs af institutionerne er en proces, som tager tid. Flere sundhedsambassadører følte, at korpset var blevet bedre sammentømret ved at deltage på opfølgingsarrangementet. Man mente derfor, at flere samlinger ville betyde, at det med tiden ville blive nemmere og mere naturligt at bruge hinanden på tværs af institutionerne. I denne forbindelse blev det fremhævet, at det havde været positivt for sammentømringen af korpset, at kurset og den første samling løb over flere dage og derfor krævede, at man tog en overnatning på stedet. Dette gav nemlig tid til deltagerne at være sammen på andre vilkår end det rent faglige.

Nogle sundhedsambassadører gav udtryk for, at fastholdelsen af et netværk ville kræve, at der blandt sundhedsambassadørerne blev udpeget en tovholder, som skulle sørge for, at sundhedsambassadørerne forsat blev samlet efter projektets ophør. Problemet var blot, at der ikke var nogen, som ville påtage sig dette job. Dette skete på trods af, at sundhedsambassadørerne var enige om, at der var betydelige fordele i at få skabt et netværk, hvor der kunne udveksles erfaringer på tværs af institutionerne. Følgende kommentar var meget sigende for den holdning, som herskede hos sundhedsambassadørerne, og hvorfor

ingen påtog sig tovholderrollen: *"Fordi vi nok går rundt og har nok i vores eget"*.

Nogle sundhedsambassadører gav udtryk for, at fastholdelsen af et netværk ville kræve, at man skabte en erfaringsportal på internettet. Men modsat frygtede en sundhedsambassadør, at en erfaringsportal kunne betyde mere tid foran computeren:

"Jeg er skolelærer, fordi jeg godt kan lide at have med børn at gøre, og ikke fordi jeg gider at sidde bag den computer og beskrive, hvad det er, jeg laver evig og altid. Det er jeg ved at kaste op over, hvis man lige skal have det kilet ind i 10-frikvarteret i stedet for at tale med kollegerne, så nej, det gider jeg ikke!" (Sundhedsambassadør)

Sådanne holdninger synes ikke umiddelbart at levne oprettelsen af en erfaringsportal mange chancer. Dog blev man på det tredje kursus (igen) enige om, at man ville forsøge at få et netværk på internettet op at stå. Denne gang ville en af kursusholderne lave portalen, hvor dette skulle foregå. Efter at dømme på aktiviteten på hjemmesiden ser det dog ud til, at der på denne måde er kommet mere gang i netværket.⁴

6.2. Sundhedsambassadørernes oplevelse af samarbejdet med de andre på institutionen

Sundhedsambassadørerne blev i det tredje spørgeskema spurgt, om de følte, at det afholdte kursus gjorde dem godt udrustede til at 'sælge' deres sundhedsbudskab til kollegaerne på institutionen.

Gjorde processen dig godt udrustet til at 'sælge' sundhedsbudskaber til de andre medarbejdere på din SFO/skole – og på den måde at få skolen til at arbejde for denne sag?	N=	Pct.
Ja	13	46
Delvis	10	36
Nej	2	7
Ved ikke	3	11
I alt	28	100

At finde opbakning og deltagelse fra kollegaerne synes at være essentielt, hvis grupperne skulle lykkes med at gøre den enkelte institutions dagligdag sundere.

På en af institutionerne synes dette ikke nødvendigt, da de fleste allerede arbejdede i denne retning: *"På vores skole arbejder de fleste for sagen i forvejen. Hos os er vi fire, der deltog i kurset, ikke mere sundhedsambassadører end mange af de andre. Og det er jo positivt."*

På en anden institution var sundhedsambassadøren blevet modtaget meget positivt:

⁴ Portalen findes på <http://sund.freeforums.org/>. Portalen blev oprettet den 25. marts 2009. Den 15. juni 2009 havde siden syv medlemmer. Fire af disse var sundhedsambassadører. På siden var indrykket fire indlæg. Kun et af disse var fra en sundhedsambassadør.

”Der har været stor opbakning, og med min titel har jeg været tovholder for forskellige projekter.”

Flertallet af de svarende sundhedsambassadører oplevede også opbakning fra skoleledelsen:

I hvor høj grad føler du, at skolens ledelse har bakket op omkring dit sundhedsambassadørarbejde?	N=	Pct.
I meget høj grad	10	35
I høj grad	5	17
I nogen grad	10	35
I ringe grad	2	7
I meget ringe grad	1	3
Ved ikke	1	3
I alt	29	100

Men alligevel blev evaluator bekendtgjort med, at flere lærere ikke kunne møde op til de to samlinger efter kurset, fordi man fra skolernes ledelse ikke kunne finde tid og ressourcer her til.

Selvom de fleste sundhedsambassadører blev mødt af positive tilkendegivelser fra de andre ansatte på institutionerne, tyder noget på, at flere sundhedsambassadører havde svært ved at få budskabet igennem, så dette også medførte, at konkrete sundhedstiltag blev igangsat på institutionen. Syv af de svarende sundhedsambassadører oplevede at få en virkelig god modtagelse på deres institution. Indebærende at de andre ansatte var imødekommende og konstruktive, og at der straks blev igangsat konkrete initiativer. 12 oplevede en god modtagelse, hvor de andre ansatte var imødekommende, men sundhedsambassadørerne oplevede, at det var svært at igangsætte konkrete initiativer. Fem sundhedsambassadører oplevede at få en nogenlunde modtagelse, hvor der både var positive og negative tilkendegivelser og ingen konkrete initiativer. To oplevede at blive modtaget ret dårligt. Enkelte sundhedsambassadører kommenterede tendensen til, at det var svært at få igangsat konkrete initiativer på institutionerne således: *”... det er svært at videregive det [erkendelserne på kurset] i samme ånd, jeg ville ønske at alle fra min afdeling havde været med.”* Andre gav udtryk for, at det som pædagog i SFO'en var svært at få skolens lærere og ledelse med på vognen. Noget tyder på, at de institutioner, som var repræsenteret med sundhedsambassadører i både lærer- og pædagogstaben, havde bedre vilkår, når det gjaldt om at iværksætte en fælles indsats for både SFO'en og skolen. Projektlederen oplevede netop dette og mente, at pædagoger som stod alene med arbejdet på institutionen havde det svært, bl.a. fordi de havde sværere ved at råbe skolelederen op. Andre mente, at man fik sine muligheder for at skabe sunde tiltag på institutionen begrænset af, at institutionen fra kommunalt hold var blevet pålagt at spare.

Noget tyder således på, at sundhedsambassadørerne i høj grad blev mødt af positivitet

blandt de andre ansatte på institutionerne, men at det på de fleste institutioner var langt sværere at få disse til at indgå i et konkret sundhedsarbejde.

6.3. Sundhedsambassadørernes oplevelse af samarbejdet med projektledelsen

Blandt sundhedsambassadørerne herskede stor tilfredshed med det arbejde, som projektlederen havde udført. Som en sundhedsambassadør udtrykte det, så var projektlederen "... *limen, der holdt sammen på projektet*". Dette mente sundhedsambassadørerne især skyldtes, at projektlederen udviste stort engagement i forhold til projektet. Helt konkret oplevede man dette ved, at projektlederen kom med gode ideer, kom på besøg på institutionerne, holdt kontakten ved lige, og holdt sundhedsambassadørerne fast i arbejdet. F.eks. mente sundhedsambassadørerne, at projektlederen var god til at hænke op i folk, hvis man ikke lige havde tilmeldt sig kurserne eller lign. Sundhedsambassadørerne fremhævede desuden projektlederens naturlige interesse og omsorg, som gav sig udslag i, at hun hurtigt lærte de enkelte i projektet at kende ved navn og kunne skelne de enkelte tiltag fra hinanden. Sundhedsambassadørerne oplevede, at dette personliggjorde samarbejdet med projektlederen og fik sundhedsambassadørerne til at føle sig godt tilpas og værdsat. "*Det er virkelig rart, at man bliver dus med hende med det samme!*", "*Hun er god til at rose på de rigtige tidspunkter!*" Mange sundhedsambassadører udtrykte derfor et ønske om, at projektlederen fortsatte som tovholder for projektet, velvidende at hun ville gå på pension ved projektperiodens afslutning. Flere sundhedsambassadører frygtede, at projektet ville smuldre uden projektlederen ved roret. Andre sundhedsambassadører mente dog, at projektet kunne overleve uden den nuværende projektleder ved roret, men man fandt det nødvendigt, at der stadig var en tovholder fra kommunen. Bl.a. fordi projektlederen som kommunal repræsentant gav sundhedsambassadørerne bedre kort på hånden, når de skulle spørge deres skoleleder om lov til at deltage i fremtidige kurser eller samlinger. Man mente, at man på denne måde havde mere vægt bag invitationen, end hvis det blot var en af sundhedsambassadørerne, som var tovholder og inviterede sundhedsambassadørerne til samling.

Andre sundhedsambassadører fandt også en kommunal tovholder nødvendig, for ellers var der fare for, at sundhedsambassadørarbejdet blev tilsidesat i forhold til andre projekter, som havde en tovholder: "*For kommer der et andet projekt med en person på, så falder dette måske i baggrunden, hvis der ikke er nogen overordnet styring!*"

6.4. Sundhedsambassadørernes oplevelse af arbejdets tidsmæssige krav

12 ud af 26 sundhedsambassadører svarede i den tredje spørgeskemaundersøgelse, at de havde brug for mere tid for at kunne levere en optimal indsats i sundhedsarbejdet på institutionen. Dette tyder på, at mange sundhedsambassadører følte, at presset fra andre arbejdsopgaver begrænsede den sundhedsindsats, som de kunne lægge for dagen. Flere sundhedsambassadører gav udtryk for, at de fandt det svært at prioritere sundhedsambassadørarbejdet lige så højt som undervisningsopgaver eller pædagogiske opgaver. Nogle

sundhedsambassadører mente dog, at dette var et spørgsmål om tid, da det tager tid at indarbejde sundhedsarbejdet i dagligdagen, så det får lige så meget vægt som de andre gøremål.

Sundhedsambassadørerne blev ligeledes spurgt om, hvor meget tid de havde brugt på sundhedsambassadørarbejdet. Ud af 27 svarende gav syv udtryk for, at de brugte mellem 0-1 time om måneden på arbejdet. Ni svarede mellem 1-2 timer. Tre svarede mellem 3-5 timer. Fire svarede fra 5 timer og derover og fire svarede, at de ikke vidste, hvor meget tid de brugte. Dertil skal nævnes, at syv ud af 26 sundhedsambassadører svarede, at de var blevet tildelt mere tid til sundhedsambassadørarbejdet.

6.5. Sundhedsambassadørernes forventninger til det fremtidige samarbejde med kommunen

Sundhedsambassadørerne blev i alle spørgeundersøgelserne spurgt om, hvilke forventninger de havde til projektledelsen og kommunen i forhold til det fremtidige sundhedsambassadørarbejde.

Generelt set tegner de afgivne svar et billede af, at sundhedsambassadørerne har forventninger om opbakning, opfølgning og økonomiske støtte.

Sundhedsambassadørerne ser gerne, at opbakningen kommer igennem en kommunal tovholder. I den tredje undersøgelse svarede 13 ud af 26 sundhedsambassadører, at en optimal indsats fra deres side krævede fortsat tilstedeværelse af en kommunal tovholder. En sundhedsambassadør beskrev betydningen af dette således: *"... det føles rart, når nogen fra kommunen interesserer sig for det, vi laver, kommer og ser vores projekter."*

Desuden udtrykte mange sundhedsambassadører ønsker om flere fremtidige arrangementer, hvor de blev samlet igen. Dels for at udveksle erfaringer med de andre sundhedsambassadører og på den måde blive inspireret til nye sundhedstiltag, og dels at blive videreuddannet inden for sundhedsområdet, bl.a. ved at høre om gode erfaringer fra andre kommuner eller lignende. I den forbindelse blev der også udtrykt forventninger om, at der ville blive uddannet flere sundhedsambassadører.

Mange sundhedsambassadører nævnte derudover, at de havde en forventning om, at kommunen ville støtte sundhedsambassadørernes arbejde økonomisk. Økonomiske midler fra kommunen ville efter sundhedsambassadørernes mening dels betyde, at man kunne foretage sig mere på institutionerne, og dels at der kunne blive afsat mere tid til sundhedsarbejdet i den enkelte sundhedsambassadørs arbejdsdag, eller at merarbejdet ville medføre et tillæg på sundhedsambassadørens lønseddel. Flere sundhedsambassadører nævnte i denne forbindelse, at kommunens ambitioner om at ville være Nordjyllands sundeste kommune forpligtede:

"Jeg mener, at når man har sat et mål om, at man i Frederikshavn kommune vil være Nordjyllands sundeste kommune, må de også sørge for, at vi sundhedsambassadører får noget 'tid', så vi kan arbejde videre med vores projekter. Ellers er jeg sikker på, at det går i sig selv igen, da alle har så forrygende travlt i forvejen." (Sundhedsambassadør)

”Jeg mener, når man i kommunen har sat sig for at blive Nordjyllands sundeste kommune, må der bestemt også følge nogle penge til skolerne med i købet. Der er så mange ting, man kunne gøre bedre, men hele tiden bremses man af, at der ikke er penge til det.” (Sundhedsambassadør)

Flere sundhedsambassadører mente i denne forbindelse også, at kommunen var forpligtet til at fortsætte projektet udover projektperioden. *”Det ville være rigtigt godt, hvis projektet ikke kun varede et år, men fortsatte ...”, ”... at det [projektet] ikke kun er en døgnflue, og at kommunen ved, at der skal sættes midler af til det.”, ”... ting tager tid. Nogle gange lang tid...”*

Flere sundhedsambassadører fortalte dog også, at de forventede, at de selv ville fortsætte med at have fokus på sundheden i deres arbejde, også selvom projektet lukkede ned. Ligeledes gav nogle sundhedsambassadører udtryk for en tro på, at den megen fokus på sundheden, som generelt hersker i samfundet, med tiden ville betyde, at denne kommer til at spille en større og større rolle på skolerne.

6.6. De hidtidige sundhedsambassadørindsatser

Et meget interessant perspektiv i indførelsen af sundhedsfremme i indskolingen er, at skolen/SFO'en er et sted, som er i kontakt med stort set alle børn, og derfor er en sundhedsindsats i skoleregion ikke nødt til at gå ud og rekruttere sine deltagere. Børn er tvunget til at gå i skole, og således har skolen en unik mulighed for at præge børnene i en sundere retning.

Følgende opridsning af de hidtidige sundhedsambassadørindsatser er blevet til på baggrund af et sparsomt materiale fra de enkelte institutioner. Derfor er det ikke muligt at foretage en dybdegående analyse af de enkelte sundhedsindsatser, og det er umuligt at pege på, hvilken sundhedsmæssig effekt, de valgte tilgange har haft.

I det andet spørgeskema blev sundhedsambassadørerne spurgt om deres sundhedsarbejde på daværende tidspunkt havde afstedkommet faktiske aktiviteter for børnene på de respektive skoler/SFO'er. Ud af 26 svarende sundhedsambassadører gav 20 udtryk for, at sundhedsarbejdet havde afstedkommet aktiviteter for børnene, mens seks svarede, at noget sådant ikke var sket på deres skole/SFO. I det tredje spørgeskema blev sundhedsambassadørerne spurgt om det samme. Ud af 28 svarende kunne 23 fortælle, at de havde igangsat aktiviteter på deres institution, mens fem svarede, at der endnu ikke var igangsat aktiviteter på deres institution. Idet flere af sundhedsambassadørerne kommer fra samme institution, svarer besvarelserne til, at der var igangsat aktiviteter af sundhedsambassadører på 11 ud af de 14 institutioner, som fra starten deltog i projektet.

Sundhedsambassadørerne blev i foråret 2009 bedt om at beskrive de sundhedsindsatser, som de havde været med til at sætte på institutionerne, så evalueringen kunne skabe et overblik over disse indsatser. Følgende er en gengivelse af disse beskrivelser. Kun ni sundhedsambassadører repræsenterende seks institutioner returnerede en beskrivelse til evaluatoren.

Institution 1:

I skoledelen har man på denne institution indført en grøntsagsordning, som går ud på, at eleverne må spise grøntsager (og kun grøntsager) i timerne.

I de klasser, hvor det fungerede godt, var det oplevelsen, at eleverne spiste flere grøntsager, fordi det var hyggeligt at sidde og spise sammen, samt spiste mere varieret, idet de inspirerede hinanden.

Sundhedsambassadøren i SFO'en var med til at arrangere en forældredag for at forbedre institutionens legeplads. På denne dag fik man lavet udendørs bordtennisborde, nedlagt fliser i græsplænen til gamle lege, lavet udendørs scene m.m.

Derudover har man øget samarbejdet med andre institutioner, bl.a. i form af besøg.

Institution 2:

På denne institution er der opstået et samarbejde mellem indskoling og SFO efter sundhedsambassadørkurset. Både skole og SFO donerer timer til to pædagoger, der deltager i enkelte sundhedstimer. Der er desuden placeret nogle enkelte sundhedstimer i SFO-tiden. SFO og indskoling holder desuden fælles teammøder 3-4 gange om året.

- Man har indført et nyt sundhedsfag i indskolingen ("hjernegymnastik"), som henter sine timer fra dansk, matematik samt ekstra bevilligede sundhedstimer. Faget foregår hver dag fra kl. 10 til 11.30. Faget indeholder 20 min. "talgympastik", 20 min. bevægelse, 20 min. læsning og 20 min. leg. Om fredagen indeholder faget sang, bevægelse og taktil rygmassage.
- Der er blevet afholdt et fælles forældremøde, hvor man orienterede om og debatterede indskolings sundhedstiltag.
- Man har i indskolingen arbejdet med at definere sundhed, og denne definition ligger til grund for et øget fokus på undervisning i sundhed.
- Desuden arbejder hele det pædagogiske personale med et projekt omkring inddragelse af forskellige læringsstile i undervisningen.
- I nogle klasser afholdes der "gulerodspauser", hvor børnene må drikke vand, spise frugt og grønt.
- Man afholder "anderledesdage" for indskolingen, bl.a. har man været i svømmehallen, bygget dæmninger, været på fisketur osv.
- Man har desuden afholdt en emneuge for indskolingen, hvor emnet var leg.
- Man har haft besøg af Lars Hazelton fra Gerlev Legepark, som holdt foredrag for lærere i indskolingen. I den forbindelse har man indkøbt en legetaske samt bøger med lege.
- I SFO'en har sundhedsambassadøren introduceret børnene for 'gamle lege', sat fokus på sundhed og trivsel samt lavet ture ud af huset, bl.a. besøgt andre institutioner.

Institution 3:

På denne institution har sundhedsambassadørerne sat fokus på udeliv, bl.a. ved at igangsætte daglig løb i skoletiden for en 0. klasse og en 1. klasse. Næste år fortsætter dette i 2. klasse og i de nye 0. og 1. klasser. Man har desuden bl.a. planer om at skulle deltage i Sæbygårdløbet.

Derudover har man haft besøg af Lars Hazelton, som legede med eleverne og herefter hele lærerkollegiet.

Institution 4:

Sundhedsambassadøren på denne institution har været med til at afvikle følgende aktiviteter:

- Man har afholdt et personalemøde, hvor man arbejdede med institutionens forståelse af begrebet sundhed.
- Man har igangsat 'gamle lege' i børnenes udetid, som er rettet imod de børn, der ikke er interesseret i de mest populære aktiviteter såsom fodbold og rundbold.
- Hver onsdag afholdes der aktiviteter i hallen i 1½ time.
- Der er skabt en frugtordning til børnene hver mandag, som er gratis for forældrene.
- Man har iværksat en årlig tilbagevendende cykeltur for 2. klasse, hvor de i løbet af 3 mandage cykler rundt og besøger hinanden.
- En gang om året afholdes 'Grøn børne-torsdag', hvor hele indskolingen hjælper med at fjerne skrald fra indfaldsveje til byen i samarbejde med borgerforeningen.
- Alle skolens klasser har lavet et sundhedsmanifest, der gælder for den enkelte klasse.
- Man har afholdt en trivselsuge, hvor krop, bevægelse og trivsel var i fokus.
- Sundhedsambassadøren har i institutionens månedsbrev fået et fast punkt, der hedder "det sunde hjørne", hvor sundhedsambassadøren tager forskellige emner op.
- Man har arbejdet med social læring i indskolingen, hvor man brugte et skab (også kaldt "venskabet") som omdrejningspunkt. Fra dette skab kom der forskellige trivselsopgaver, og i skabet var der krammeplastre, bamse og tudekiks til børnene, så de kunne hjælpe hinanden.
- Man har skabt en massagebar, hvor det enkelte barn kan slappe af, mens det får massage med en rullende and.
- Desuden har man påbegyndt et samarbejde med skolebestyrelsen omkring kost og bevægelsespolitik.

Institution 5:

På denne institution har sundhedsambassadørerne været med til at indføre en ordning i SFO'en, som betyder, at der serveres ordentligt morgenmad (f.eks. hjemmelavede boller m.m.) Projektet kørte som en forsøgsordning i 3 mdr., men den er nu blevet permanent, og 20 børn gør brug af ordningen.

I skoledelen har man afholdt en emne uge, ”Sund livsstil”, hvor der var fokus på at brede sundheden ud. Der blev på skolen i denne forbindelse lavet 3 bordtennisborde og hinkeruder. Ydermere blev der fremstillet ”Slå til munkenspil”. Man indhentede i denne forbindelse økonomisk støtte fra lokale virksomheder. Derudover blev der lavet en masse sund mad, ture ud af huset osv.

Derudover er sundhedsambassadørerne i gang med et idékatalog om sunde tiltag, som skal stå på biblioteket og kunne benyttes af alle interesserede.

Institution 6:

Sundhedsambassadøren på denne institution var med til at iværksætte fortræning til Skagensløbet i august 2008, hvor institutionen vandt pokalen for skolen med flest deltagende elever. Desuden har man iværksat ”daglig dosis” i skolegården for 0. klasse. Dette er 15-20 minutters udendørs bevægelse for klassetrinnet hver dag. Fra august 2009 skal både 0. og 1. klasse deltager i daglig dosis. Planen er, at 2. klasse også skal være med, men det tager endnu et år, fordi der skal laves plads til dette i skemalægningen. I 0. klasse har man iværksat en tradition, hvor børnene uddeler frugt til fødselsdage i stedet for slik/flødeboller/kage. Fra august 2009 gælder dette både 0. og 1. klasserne.

I tredje spørgeskemaundersøgelse blev sundhedsambassadørerne også bedt om at op-ridse de aktiviteter, som de havde været med til at søsætte på institutionerne. Udover ovenstående aktiviteter blev følgende nævnt:

- Bevægelse på skoleskemaet for de yngste.
- Bedre udnyttelse af legeområder, dvs. mulighed for flere lege og anden aktivitet.
- Vand i stedet for saft.
- Mere bevægelse i udetid med voksne som rollemodeller.
- Månedlige aktivitetsdage med forskellige aktiviteter og sund mad.
- Sundere mad i SFO'en, f.eks. frugt hver dag.
- Skridttællere til lærere og elever.

Det er ikke muligt ud fra ovenstående at give et tydeligt billede af frekvensen, deltagerantallet omfanget eller betydningen af disse aktiviteter.

6.7. Opsummering

- Sundhedsambassadørerne gav udtryk for, at kurset havde været brugbart i den efterfølgende proces. Først og fremmest fordi det havde motiveret og inspireret sundhedsambassadørerne.
- Det var forskelligt, hvordan sundhedsambassadørernes initiativer blev modtaget ude på institutionerne. Nogle oplevede, at initiativerne havde været svære at forene med institutionens prioriteter, imens andre mødte større velvilje og modtagelighed.
- De fleste sundhedsambassadører blev mødt af positivitet blandt de andre ansatte på institutionerne, men mange oplevede, at det var svært at få disse til at indgå i et

konkret sundhedsarbejde.

- Titlen som sundhedsambassadør var med til at skabe en ansvarsfølelse, som hos nogle virkede motiverende, mens andre følte ansvaret for stort.
- Ønsket om at danne et aktivt netværk mellem sundhedsambassadørerne har haft det svært. Bl.a. fordi man glemte at bruge hinanden i det daglige, eller fordi man endnu ikke følte nok gensidighed til at tage kontakten. Ligeledes blev den internetbaserede erfaringsportal heller ikke brugt af sundhedsambassadørerne.
- Sundhedsambassadørerne gav udtryk for stor tilfredshed med projektlederens indsats i hele processen, og mange så gerne, at hun fortsatte som tovholder for sundhedsambassadørerne.
- Flere sundhedsambassadører følte ikke, at der i dagligdagen var nok tid til sundhedsarbejdet.
- Sundhedsambassadørerne havde forventninger om, at kommunen også efter projektperioden ville byde ind med opbakning, opfølgning og økonomisk støtte. Set i lyset af kommunens ambitioner om at være Nordjyllands sundeste kommune mente man, at dette var et reelt krav at stille.
- Der er (eller har været) igangsat aktiviteter af sundhedsambassadører på 11 af de 14 institutioner, som deltog i projektet.

7. Diskussion

Herunder diskuteres nogle af de muligheder og udfordringer, som sundhedsambassadørerne har stået overfor i forløbet.

7.1. Sundhedsambassadøren: En ildsjæl?

I projektbeskrivelsen gives der udtryk for at man gerne ser, at de lærere eller pædagoger, som man tog ind i projektet, var eller blev ildsjæle. Tilsammen med den lange række af mål og delmål som skitseres i projektbeskrivelsen, synes forventningen fra den kommunale styregruppe side at have været, at man med udpegningen af ildsjæle, som ville kæmpe sundhedens sag ude på institutionerne, kunne opnå meget.

I visionen fra sundhedsambassadørkurset bliver sundhedsambassadøren bl.a. beskrevet som en ressourceperson, som har overskud til at hæve sig over dagligdagen, se den i et andet perspektiv og igangsætte ændringer. Visionen blev skabt på sundhedsambassadørkurset, hvorfor sundhedsambassadørerne selv var med til at skabe store forventninger til, hvad de skulle kunne præstere på institutionerne.

Men spørgsmålet er, om man med de meget ambitiøse målsætninger i tilstrækkelig grad tog højde for de udfordringer, som sundhedsambassadørerne ville møde i deres arbejde.

Under interviewet gav nogle af sundhedsambassadørerne udtryk for, at det kunne være svært at være en ildsjæl på mange forskellige områder i det daglige. På denne måde for-

klarede man bl.a., hvorfor der endnu ikke var blevet skabt et levende netværk mellem sundhedsambassadørerne. Noget tyder på, at nogle af sundhedsambassadørerne enten blev begrænset i at levere en brændende indsats, eller blot ikke brændte så meget for projektet, som man havde haft en forventning om fra kommunens side.

Man kan derfor stille spørgsmålet, om det er for ambitiøst af bygge et projekt op på forventningen om, at det skal bæres af ildsjæle blandt lærere og pædagoger.

I nogle tilfælde synes strategien at være lykkedes, bl.a. på institutioner, hvor der har været en generel lydhørhed overfor at arbejde sundheden ind i dagligdagen, og hvor der blev værnet om sundhedsambassadøren. På andre institutioner synes sundhedsambassadørerne ikke at have haft tilstrækkelig med plads til at være ildsjæle.

Herunder diskuteres, hvordan bl.a. prioriteringer og kulturelle forhold hos institutionerne, samt hvordan sundhedsambassadørernes oplevelse af kommunens rolle i projektet synes at have haft betydning for, hvor brændende et engagement den enkelte sundhedsambassadør viste for sagen.

7.2. Opbakning fra baglandet

Sundhedsambassadørerne oplevede at blive modtaget på forskellig vis, da de returnerede til institutionerne. Nogle oplevede generel velvilje og en skoleledelse, der var ivrig efter at få at vide, hvad kurset havde bragt af nye ideer. Modsat oplevede andre, at skoleledelsen lod sundhedsambassadørerne forstå, at institutionens prioriteringer ikke kunne rumme sundhedsambassadørernes input. I sådanne tilfælde kan man diskutere relevansen ved at institutionen deltog i projektet, fordi de pågældende sundhedsambassadører tilsyneladende ikke fik rammerne til at kunne leve op til projektets målsætning om ultimativt at gøre børnene i indskoling sundere. Selvfølgelig kan man tænke, at disse sundhedsambassadører fik noget personligt ud af projektet, som de vil kunne bruge i egne undervisningssituationer, men mere gennemgribende planer synes svære at gennemføre uden ledelsens opbakning. Det kan derfor diskuteres, om ikke det havde været nødvendigt, at projektet fra starten havde sikret sig, at der var en engageret skoleledelse bag de lærere og pædagoger, som deltog i projektet.

7.3. Forandringernes træghed

Flere sundhedsambassadører gør i spørgeskemaerne opmærksom på, at ting tager tid, bl.a. det at skabe et effektivt sundhedsambassadørkorps og det at skabe en sundere institution.

Mange af sundhedsambassadørerne følte sig efter kurset inspireret til at gå ud og foreslå sundhedsfremmende ændringer på institutionerne, men blev hurtigt konfronteret med den enkelte institutions kultur. En kultur, der var båret af ritualer og traditioner, og som definerede, hvad der var anerkendt som værende 'rigtige' og 'forkerte' måder at gøre tingene på. På en institution, hvor trivsel, bevægelse og sundhed ikke har haft de allerbedste rammer, kan man også forvente, at dette er blevet en del af institutionens kultur. Yderligere er det også forventeligt, at kulturen er blevet en del af personerne på institutionen,

således at de ofte håndhæver kulturen uden selv at være klar over det.

Vi lærer af den kultur, vi lever i. Kulturens stil er så inkorporeret i os, at vi ikke tænker over den. (Duesund 2003)

Heri ligger trægheden, når man står overfor at skulle skabe forandringer og adfærdsændringer. Derfor tager det tid at indarbejde nye rutiner, arbejdsgange og holdninger hos både institutionens ansatte og børn, og derfor kan det tage tid at inkorporere en kultur på institutionerne, som helt naturligt vil nære trivsel, bevægelsesglæde og sundhed.

I sidste spørgeskemaundersøgelse gav 16 ud af 28 svarende sundhedsambassadører udtryk for at være meget motiveret for at fortsætte arbejdet som sundhedsambassadør. Spørgsmålet er, om disse også fortsætter arbejdet, når projektet ophører, især hvis man befinder sig på en institution, hvor sundheden ikke bliver prioriteret. I sådanne tilfælde ses en risiko for, at selv den motiverede sundhedsambassadør kan falde tilbage i en for sundheden mindre aktiv rolle, fordi sundhedsambassadøren bliver træt af at hele tiden skulle krydse klinger med institutionens selvforståelse og kultur.

Manglende tid var en vægtig faktor, når sundhedsambassadørerne blev bedt om at beskrive de hindringer, som dagligt mødte dem i varetagelsen af sundhedsambassadørfunktionen. Dette kunne tyde på, at man har oplevet sundhedsambassadørarbejdet som *merarbejde*, der skulle gøres udover det sædvanlige pædagog- eller lærerarbejde. Generel travlhed med det egentlige arbejde betød derfor, at sundhedsarbejdet risikerede at blive tilsidesat. En del af forklaringen på, hvorfor sundhedsarbejdet kan opleves som *merarbejde*, hænger muligvis sammen med, at hensynet til børnenes sundhed ofte ikke er integreret i institutionernes kultur. Bl.a. holdes fysisk aktivitet på et minimum i traditionel skolestisk klasseundervisning, fordi oplevelsen er, at eleverne lærer bedst, når de sidder stille.⁵ Når man tænker på, at børn bruger en stor del af deres tid i skolen, er det ud fra et sundhedsfremmende synspunkt ikke optimalt, at traditionel skoleundervisning på denne måde hæmmer børnenes bevægetrang. Noget tyder på, at hensynet til sundheden nemt kan komme til at spille anden violin, f.eks. hvis valget står i mellem at bruge noget af tiden på at bevæge sig fysisk eller at bruge al tiden på det fag, som egentlig står på skemaet, fordi målet om høj faglighed ofte rangeres højere end målet om høj sundhed.

På nogle institutioner synes der at være tegn på kulturelle forandringer, som tegner en bedre udsigt for disse sundhedsambassadørers fremtidige arbejde. På en af institutionerne er man således i gang med en gennemgribende ændring af skolen, så den tager større hensyn til sundheden.⁶ På andre skoler synes sundhedsambassadørernes igangsætning af f.eks. morgenløb i egne undervisningstimer at have sat en trend i gang, som har betydet, at andre lærere også er begyndt at bruge tid på at løbe/lege i deres undervisning.

5 Umiddelbart synes de daglige aktiviteter i mindre grad at være bundet af et pensum i SFO'erne, og derfor er det nærliggende at tro, at pædagogerne har bedre muligheder for at påvirke de daglige aktiviteter i en sundere retning ved at gøre f.eks. bevægelse og sund kost til en integreret del af disse. Dog følte flere pædagoger – ligesom lærerne – sig ophængte af andre gøremål og havde derfor svært ved at give sundhedsarbejdet den fornødne tid og plads.

6 Beslutningen om, at denne forandring af skolen skulle finde sted, var dog taget før deltagelsen i projekt 'Sund indskoling'.

7.4. Indsatsens fremtidige fastholdelse

Mange sundhedsambassadører såede tvivl om, hvad der vil ske med korpset, hvis kommunen som planlagt valgte at trække sig ud af arbejdet. Nogle følte, at kommunen i så fald svigtede:

”... jeg har det sådan, at man ikke bare kan lukke sådan et projekt. Altså man kan ikke sætte tid på et projekt med det navn, vi har fået. Så skulle vi bare have heddet: ”nogen, der interessere sig for, at børn skal motionere”, og så kan vi sgu tage det frem fra skuffen, når vi gider. Men jeg synes, at det et eller andet sted er blæst op til noget, at nu skal vi gøre en indsats. Nu skal vi virkelig gå ud og brænde for det osv. Og pludselig er pengekassen tom. Det var så det projekt. Videre til det næste!”
(Sundhedsambassadør)

Således ses en risiko for, at oplevelsen af at kommunen løber fra sit ansvar vil være medvirkende til, at den enkelte sundhedsambassadør mister sin motivation, føler sig mindre forpligtet eller helt opgiver ævred.

Hvad det betyder for sundhedskorpset, at projektet lukkes, synes svært at spå om, men noget tyder på, at man i forbindelse med projektet har opsporet en kreds af motiverede lærer og pædagoger og skabt en tænding for projektet. Spørgsmålet er blot, om interventionsperioden har været lang nok til at engagementet og tændingen hos den enkelte sundhedsambassadør også kan holde til at stå på egne ben?

Ved at bruge en interventionsform, som specifikt retter sig mod en gruppe lærere og pædagoger, af hvem det forventes, at de igangsætter de hjul som ultimativt skal gøre indskolingen og SFO’erne til et sundere sted, løber man en risiko for, at indsatsen forsvinder, hvis motivationen i gruppen mistes. En del tyder på, at sundhedsambassadørkorpsets rodfæstning stadig viser en del skrøbelighed, bl.a. fordi flere sundhedsambassadører gav udtryk for at blive demotiveret af udsigten til at skulle arbejde uden kommunal opbakning. Men på den anden side fortalte flere sundhedsambassadører, at forløbet ikke havde været spildt, idet forløbet havde givet dem en del input om sundhed, og om ikke andet ville dette have indflydelse på deres arbejde fremover.

Overordnet set synes det relevant at diskutere, om kommunen og deltagerne er gået ind til projektet med den samme forventning. Noget tyder på, at man hver især har haft en forventning om, at den anden part skulle være den drivende kraft i projektet. Kommunen har tilsyneladende haft en forventning om, at man igennem forløbet fik tændt deltagernes engagement så meget, at de efter projektets ophør ville fortsætte som en gruppe ildsjæle, der ville være katalysatorer for sundheden på kommunens institutioner.

På den anden side har flere deltagere givetvis haft en forventning om, at kommunen skulle fortsætte med at være den drivkraft, som holdt sammen på korpset og skabte gode vilkår for korpsets arbejde. Dette rejser spørgsmålet om, hvem der tager ansvaret for, at projektets ideer og tiltag videreføres.

7.5. Uklarhed om projektets fremtid

I projektbeskrivelsens perspektivering står:

”Efter afslutning af projektperioden forventes det, at den generelle udvikling af sundhedsfremme og forebyggelse i indskolingsforløbene fortsættes. Det er væsentligt fortsat at opretholde interessen for og fokus på arbejdet hos de professionelle voksne, som arbejder med kommunens børn i det daglige.” (se bilag 1)

Projektgruppen giver her udtryk for en forventning om, at indsatserne fortsættes, men det antydes samtidigt, at det fortsat vil være nødvendigt, at deltagerne i projektet plejes, så de fortsætter arbejdet. Spørgsmålet er, om styregruppen bag projektet har gjort sig klart, hvordan man vil sørge for, at dette sker. Noget tyder på, at dette ikke har været tilfældet, og at dette har skabt en usikkerhed hos flere sundhedsambassadører i forhold til, om kommunen fortsat ville spille en rolle i projektet. Hvis usikkerheden hos sundhedsambassadørerne – som tidligere antydet – var medvirkende til, at motivationen hos disse begyndte at svinde, synes denne fremgangsmåde at have modarbejdet opfyldelsen af projektets egne ambitioner om at fremdyrke et korps af ildsjæle.

Det kan modsat indvendes, at deltagerne i projektet har haft mulighed for at sætte sig ind i rammerne for projektet og derfor burde vide, at der ikke fandtes en plan for, hvordan kommunens rolle ville være efter projektperiodens udløb.

Det er dog tydeligt, at deltagerne har haft en klar forventning om, at projektet ikke blot var en kortfristet indsats, bl.a. fordi man tog kommunens ambitioner om at ville være Nordjyllands sundeste for gode varer. Denne tro på en fremtid for projektet har ganske givet også været nødvendig, hvis det overhovedet skulle give mening for den enkelte sundhedsambassadør at brænde for projektet.

Uklarheden omkring projektets fortsatte skæbne - som man fra kommunal side har troet kunne afklares til sidst i forløbet, når man var blevet klogere på projektets potentiale - har derfor muligvis haft en negativ indvirkning på den indsats, flere sundhedsambassadører har lagt for dagen. Og således kan man frygte, at man på grund af denne fremgangsmåde paradoksalt nok ikke har set projektets egentlige potentiale udfolde sig i projektperioden.

På den anden side set blev den kommunale støtte til projektet fastlagt, inden projektet overhovedet var skudt i gang. Det kan på dette tidspunkt være svært for en kommune at garantere et projekt langvarig støtte, idet man endnu ikke med sikkerhed ved, om projektets indsatser kan generere den forventelige opgang i borgernes sundhed.

Dette viser, at kortfristede interventionsperioder indeholder en række strategiske problemstillinger, som kan få betydning for projektets resultater.

7.6. Netværks-problemer

Idet de fleste sundhedsambassadører gav udtryk for at blive motiveret og inspireret af at mødes og udveksle erfaringer med sundhedsambassadører fra de andre institutioner, sy-

nes et levende sundhedsambassadørnetværk at rumme gode muligheder for at fastholde sundhedsambassadørerne i sundhedsarbejdet.

Med undtagelse af perioder på kurset og samlingerne synes forløbet dog endnu ikke at have gjort netværket aktivt og levende. Muligvis fordi projektførelsen ikke gav netværket tilstrækkelig tid til at blive indarbejdet. Flere sundhedsambassadører gav udtryk for, at man havde brug for mere tid sammen med de andre sundhedsambassadører, før man ville bruge netværket udover samlingerne i forløbet. Flere nævnte i den forbindelse, at der var gået for lang tid i mellem samlingerne, og derfor var man kommet på afstand af den stemning, som man i fællesskab havde skabt på kurset. Denne distancering skete ubevidst, dels fordi man havde nok i arbejdet med at få implementeret egne tiltag på institutionen, og dels fordi man blev ophængt af andre arbejdsopgaver, som betød, at der ikke var tid til vedligeholde kontakten til de andre. Således 'glemte' de fleste sundhedsambassadører tilsyneladende, at man var en del af et sundhedsambassadørkorps, som man kunne bruge i det daglige.

Der var tilsyneladende også problemer med at få alle til at møde op, når der blev indkaldt til samlinger undervejs i forløbet. Som før nævnt skyldes det bl.a., at flere lærere ikke kunne få fri til samlingerne, men det skal ikke udelukkes, at nogle meldte fra, fordi de havde mistet lysten undervejs.

Noget tyder på, at forløbet ikke som ønsket formåede at skabe den gensidighed (eller gruppefølelse) mellem sundhedsambassadørerne, som kunne have betydet, at netværket blev en aktiv medspiller i sundhedsambassadørernes daglige arbejde.

Det er ligeledes diskutabelt, om man kan sætte sin lid til, at internetportaler kan fungere som samlingssted og erfaringsdatabase for korpsen på indeværende tidspunkt. Flere af sundhedsambassadørerne brød sig ikke om at bruge meget tid foran computeren. Desuden synes flere af disse heller ikke at have tid til at gøre dette i arbejdstiden.

På baggrund af at netværket især blev holdt i live af den kommunale tovholder, er der meget, der peger på, at en kommunal tovholder er nødvendig for fastholdelsen af et sundhedsambassadørnetværk.

8. Legepatruljekurserne

Formålet med legepatruljekurset var at skabe fysisk aktivitet i frikvartererne på skolerne i Frederikshavn kommune. Projektet gjorde brug af Projekt Legepatrulje, hvis formål er:

”... at skabe fysisk aktivitet for alle børn i frikvartererne gennem leg og bevægelse. Elever fra 6.-9. klassetrin uddannes til legepatruljer på et kursus i lokalområdet tilrettelagt og styret af legeinstruktører. Tilbage på skolerne skal eleverne fungere som forbilleder for yngre skolekammerater og inspirere de yngste elever til at sætte gang i legeaktiviteterne. Legepatruljen er på den måde også med til at skabe sociale relationer på tværs af alder, køn og sociale skel.”⁷

På kurset deltog 73 elever samt 16 lærere, som havde indvilliget i at være tovholdere for legepatruljerne ude på skolerne.

58 elever svarede på evalueringens første spørgeskema og 46 på det andet spørgeskema. 7 lærere svarede på evalueringens første spørgeskema og 9 på det andet spørgeskema. Det er disse besvarelser som er grundlaget for denne analyse.

8.1. Kursets form

Kurset blev afholdt den 17. januar 2008 og foregik i Arena Nord i Frederikshavn. Elever og lærere fra 11 af oplandets skoler deltog i kurset.

Kurset blev varetaget af legepatruljens faste legeinstruktører.

Disse instruktører delte eleverne op i grupper. I disse grupper blev eleverne introduceret til en legemappe, og man afprøvede legene her i. I løbet af dagen skulle eleverne skiftes til at forevise forskellige lege for hinanden. Dagen blev afsluttet med, at eleverne fik lov til at lege på egen hånd, imens instruktørerne gennemgik forskellige organisatoriske og teoretiske forhold med lærerne, som man fandt nødvendige for, at legepatruljerne kunne blive et fast programpunkt på skolerne.

9. Kursisternes profil

Eleverne havde en alder, der spændte mellem 11 og 15 år. 60 pct. (n=58) af de svarende elever var piger, imens 40 pct. var drenge.

75 pct. (n=58) af eleverne dyrkede idræt eller indgik i aktiv leg hver dag eller næsten hver dag. 22 pct. var aktive en eller to gange om ugen. Kun 3 pct. svarede, at de næsten aldrig eller aldrig var aktive.

85 pct. (n=57) af eleverne deltog en eller flere gange ugentligt i idrætsaktiviteter i en sportsklub eller idrætsforening.

Ovenstående tyder på, at størstedelen af disse elever havde for vane at være idrætsligt aktive. Derudover gav flertallet af eleverne udtryk for, at de kunne lide at have idræt i

⁷ <http://www.legepatruljen.dk/Leg/Default.aspx?Page=2626>

skolen (84 pct., n=58), og at de havde let ved faget (72 pct., n=58). Dog svarede kun 55 pct. (n=58), at de kunne lide idræt i skolen, når de fik sved på panden. 38 pct. svarede 'både og' til dette spørgsmål, mens 7 pct. svarede, at de ikke kunne lide at få sved på panden i idrætstimerne.

Nedenstående tyder ligeledes på, at eleverne også i frikvartererne i skolen ofte var fysisk aktive.

I dette spørgsmål vil vi gerne vide, hvad du foretager dig i skolefrikvartererne			
	Passer (pct.)	Både og (pct.)	Passer ikke (pct.)
Jeg sidder næsten altid ned i frikvartererne (n=53)	2	47	51
Jeg går ofte rundt og snakker (n=55)	55	45	0
Jeg løber ofte rundt og leger (n=54)	44	50	6
Jeg er ofte ude og bevæge mig i frikvartererne (n=56)	43	50	7
Jeg spiller ofte bold i frikvartererne (n=55)	31	44	25

57 pct. (n=58) af eleverne gav udtryk for at de kunne lide at gå i skole. 41 pct. svarede 'både og' og 2 pct. svarede, at de ikke kunne lide at gå i skole. 51 pct. (n=57) gav udtryk for, at de havde let ved skoleopgaver. 46 pct. svarede 'både og', og 4 pct. svarede, at dette ikke var tilfældet.

Herudover blev eleverne spurgt om, hvorfor de havde meldt sig til legepatruljen. Lidt under halvdelen (49 pct., n=55) blev spurgt af en lærer om de ville deltage. 27 pct. gav udtryk for, at de selv tog initiativ her til.⁸ Eleverne gav følgende uddybning af deres be-
væggrunde for at deltage:

Hvorfor har du meldt dig til legepatruljen? (n=56)	Pct.
For at hjælpe andre børn til at bevæge sig mere	66
For at forbedre sundheden på skolen	38
For at hjælpe andre børn til at lege mere	73
Fordi jeg selv har lyst til at lege noget mere	38
Fordi jeg selv har lyst til at bevæge mig noget mere	45
Fordi jeg gerne vil være sundere	43
Andet	20

⁸ Flere elever gav dog udtryk for, at der på skolen blev trukket lod mellem de elever, som havde vist interesse for at deltage i kurset.

Eleverne lagde altså mest vægt på at komme til at hjælpe andre børn til at lege og bevæge sig mere i frikvartererne. At ville forbedre sundheden på skolen var tilsyneladende ikke i lige så høj kurs hos eleverne.

10. Kursisternes oplevelse af kurset

I dette afsnit gennemgås både elevernes og tovholderlærernes oplevelse og vurdering af kurset.

Overordnet set virkede de fleste godt tilfredse med kurset. Fire af de syv svarende tovholderlærere svarede, at de fandt kurset 'virkelig godt'. De resterende fandt kurset 'godt'.

71 pct. (n=56) af eleverne syntes, at kurset havde været 'virkelig godt'. 18 pct. syntes at kurset havde været 'godt', mens 9 og 2 pct. fandt kurset henholdsvis 'nogenlunde' eller 'dårligt'.

Der var generelt set enighed blandt eleverne om, at det havde været positivt, at man på kurset blev introduceret til en række nye lege. *"Jeg synes, at det var et godt kursus, fordi vi lærte mange sjove lege og havde det sjovt."*, *"Det var mega-sjovt at blive aktiveret. På den måde fandt man virkelig det indre legebarn frem."* Umiddelbart kan det virke underligt, at et barn mellem 11-15 år har brug for at finde sit indre legebarn frem, men generelt set var essensen i de fleste kommentarer, at eleverne havde haft det sjovt på kurset. Og at grunden her til især var, at eleverne selv var aktive og prøvede legene på egen krop.

Flere elever fandt det også positivt, at man på kurset havde mødt elever fra andre skoler, og at der blev skabt bånd til disse, som rakte udover kurset.

Desuden tyder resultaterne fra første spørgerunde, at kurset også virkede motiverende for de fleste elever. 77 pct. (n=56) svarede 'ja' til, at kurset gav dem lyst til at igangsætte lege på deres skole. Dels fordi man fik øjnene op for nogle nye og sjove lege: *"Man fandt ud af, at man kunne gøre frikvartererne meget sjovere, end de var i forvejen."* Og dels fordi mange fik lyst til at vise disse lege til skolens mindre klasser: *"Jeg vil gerne vise de små børn alle legene."* En af eleverne kommenterede dette med følgende: *"... det var dejligt med en dag, hvor man virkelig lærte noget, derfor kunne jeg godt tænke mig noget mere af sådan noget på min skole..."* Mange elever gav ligeledes udtryk for, at kurset føltes meget lærerigt, og som kommentaren antyder, hang dette muligvis sammen med, at eleverne følte sig mere aktivt involveret på denne dag, end de var vant til ude på skolerne.

Derudover gav 76 pct. (n=54) af eleverne udtryk for, at kurset gav dem flere ideer til, hvordan man kunne igangsætte lege på skolen. Dette tyder på, at et flertal af eleverne også fik undervisningsfærdigheder ud af kurset.

11. Efter kurset

11.1. Kursets brugbarhed

I anden spørgerunde blev eleverne bedt om at beskrive det fra kurset, som de efterfølgende havde brugt ude på skolerne. Eleverne svarede således:

Hvad har du fået ud af legepatruljekurset, som du har brugt, når du har stået for et legepatruljearrangement? (Marker gerne flere felter) (N=45)	N=	Pct.
Har endnu ikke været med til at arrangere et legepatruljearrangement	6	13
Jeg synes ikke, at kurset har givet mig noget, som jeg kan bruge til noget	3	7
Kurset lærte mig at stille mig op over for andre børn og fortælle om og igangsætte en leg	25	56
Kurset lærte mig en række gode lege	35	78
Kurset lærte mig, hvordan jeg kan undgå, at der opstår konflikter undervejs i legene	19	42
Kurset lærte mig at være opmærksom på, at alle er med i legen	29	64
Jeg føler, at min deltagelse på kurset har givet mig en særstatus på skolen	14	31
Andet	2	4

Som nævnt tidligere tyder dette på, at de fleste oplevede at få noget brugbart med hjem fra kurset. For de fleste var dette konkrete lege, men en stor del af børnene havde også fået en opmærksomhed på at alle var med, når der blev leget i skolegården. Derudover gav flere udtryk for, at kurset havde givet dem nogle organisatoriske og formidlingsmæssige redskaber, som de kunne bruge, når de stod i skolegården.

I første spørgerunde fandt tovholderlærerne ligeledes kurset brugbart. Fire ud af syv svarede 'i høj grad' til spørgsmålet om, hvor brugbart kurset havde været i det videre arbejde på skolerne. En enkelt lærer svarede 'i meget høj grad', og to svarede 'i nogen grad'.

I anden spørgerunde blev tovholderlærerne spurgt om, i hvor høj grad de oplevede, at kurset og opfølgningsdagen med Lars Hazelton havde været brugbart i det videre arbejde på skolen. Her svarede en enkelt 'i meget høj grad'. Tre svarede 'i høj grad' og tre svarede 'i nogen grad', mens en enkelt svarede 'i mindre grad'.

11.2. Elevernes oplevelse af at være en del af legepatruljen

I anden spørgerunde svarede 54 pct. (n=46) af eleverne, at de var med til at arrangere legearrangementer 1-2 gange om ugen. 24 pct. stod for legearrangementer hver dag eller næsten hver dag. 11 pct. havde på tidspunktet for besvarelsen endnu ikke deltaget i afviklingen af legepatruljeaktiviteterne på skolerne.

Eleverne blev i samme undersøgelse bedt om at kategorisere de gode oplevelser ved at være en del af legepatruljen:

Hvad har været godt ved at være med i legepatruljen (n=43)	N=	Pct.
Det er sjovt	35	81
De små ser op til mig	32	74
Det er godt at have ansvar og sætte noget i gang	27	63
Jeg får selv leget	17	40
Jeg får selv motioneret	24	56
Jeg har fået nye venner	21	49
Jeg bliver mere voksen og moden	17	40
Belønningerne er gode	12	28
Flere af mine klassekammerater synes, at det er fedt, at jeg deltager i legepatruljen	3	7
Jeg kan se at børnene, der deltager bliver glattere	37	86
Andet	5	12

Det tyder på, at de positive oplevelser primært lå i, at man havde det sjovt under de enkelte legepatruljeaktiviteter, at man oplevede at blive respekteret og anerkendt af de børn, som deltog i aktiviteterne, samt at man fandt det givende at se børnenes glæde ved at deltage i aktiviteterne.

Eleverne blev ligeledes bedt om at beskrive det, som ikke havde været så godt ved at være med i legepatruljen:

Hvad har IKKE været så godt ved at være med i legepatruljen (n=43)	N=	Pct.
Der er ikke noget negativt ved at være med i legepatruljen	13	30
Det er ikke sjovt, når det regner eller er koldt	20	47
Jeg kan ikke være sammen med mine venner/klassekammerater i frikvartererne	15	35
Det tager meget af min tid	5	12
Det er kedeligt i længden	10	23
Vi bliver ikke belønnet for vores arbejde	6	14
De store børn kan godt være irriterende	12	28
De små børn kan godt være irriterende	9	21
Det kan være svært at få ro til at forklare legene	15	35
Flere af mine klassekammerater synes, at jeg er lidt barnlig, når jeg deltager i legepatruljen	9	21
Andet	7	16

Som det ses af figuren var der ikke én bestemt negativ årsag, der stod ud i forhold til de andre. Men dårligt vejr, umedgørlige børn og manglende tid til f.eks. at være sammen

med sine venner og klassekammerater i frikvartererne synes at have været kilde til de fleste mislyde i forhold til projektet. I andre svar i skemaet gav nogle af eleverne også udtryk for at opleve legepatruljen som hårdt arbejde, især hvis man tog del i arbejdet hver dag. Dog skal det påpeges, at 30 pct. af eleverne ikke fandt noget negativt ved at deltage i legepatruljen.

Eleverne blev derefter spurgt om, hvad de syntes om at være en del af skolens legepatrulje:

Hvad synes du om at være med i skolens legepatrulje?	N=	Pct.
Jeg kan virkelig godt lide det	14	30
Jeg kan godt lide det	11	24
Jeg synes det er ok	14	30
Jeg bryder mig ikke om det	4	9
Ved ikke	3	7
	46	100

Over halvdelen af eleverne kunne lide at være at være med i legepatruljen, og kun få elever gav udtryk for, at de ikke brød sig om det.

Adspurgt om i hvor høj grad eleverne fortsat var motiveret for at være med i legepatruljen svarede 42 pct. (n=46) 'i høj grad' eller 'i meget høj grad'. 26 pct. svarede 'i nogen grad', mens 24 pct. svarede 'i ringe grad' eller 'i meget ringe grad'.

På spørgsmålet om eleverne ville forsætte arbejdet efter sommerferien 2008, svarede 50 pct. (n=42) 'ja', 33 pct. 'nej' og 17 pct. 'ved ikke'. 'Nej'et blev overvejende begrundet med, at man ikke havde tid til at være sammen med vennerne samt manglende lyst, bl.a. fordi legepatruljearbejdet blev kedeligt i længden. I sammenhæng hermed blev tovholderlærerne i den anden spørgerunde spurgt, om der havde været stor udskiftning blandt de elever, som havde varetaget legepatruljerne. Seks svarede 'nej'. Tre svarede 'ja'. En af de sidstnævnte begrundede dette med, at eleverne ikke fik noget for deres arbejde. En anden begrundede det med, at der på skolen var en politik, der betød, at kun eleverne på 6. klassetrin varetog legepatruljen og derfor skete der en 'naturlig' udskiftning af hele holdet ved starten af et nyt skoleår. En sådan politik eller lignende forhold bør derfor inddrages i betragtningen af den tredjedel af eleverne, som ikke ville fortsætte i legepatruljen efter sommerferien.

11.3. Tovholderlærernes oplevelser af at være en del af legepatruljen

I anden spørgeskemaundersøgelse fortalte størstedelen (7) af tovholderlærerne, at de brugte i omegnen af 0-2 timer om måneden på legepatruljearbejdet. To lærere brugte mellem 3 og 5 timer om måneden.

Derudover blev tovholderlærerne spurgt, om de blev aflønnet for deres arbejde. En

fortalte, at han/hun blev aflønnet økonomisk for arbejdet med legepatruljen, mens syv fortalte, at de blev 'aflønnet' med mere tid.⁹ En enkelte blev ikke aflønnet for arbejdet.

Tovholderlærerne blev bedt om at beskrive egen motivation i forhold til projektet. Alle på nær en svarede i første spørgeundersøgelse, at de 'i høj grad' var motiverede for at forsætte arbejdet med legepatruljen. Den sidste lærer svarede 'i nogen grad'.

I anden spørgerunde svarede en lærer 'i meget høj grad'. Fire svarede 'i høj grad', tre svarede 'i nogen grad' og en enkelt svarede 'i ringe grad'.

På spørgsmålet om hvad de syntes om at være tovholderlærer for legepatruljen svarede tovholderlærerne således:

Hvad synes du om at være tovholderlærer for skolens legepatrulje?	N=
Jeg kan virkelig godt lide det	1
Jeg kan godt lide det	4
Jeg synes at det er ok	4
Jeg bryder mig egentlig ikke om det	0
Ved ikke	0
I alt	9

En lærer kommenterede spørgsmålet med: *"Det er dejligt at møde de glade legepatruljer og deres vilje og lyst til at lave noget godt og spændende for skolens yngste."* En anden lærer satte pris på samværet med eleverne i legepatruljen, og at han/hun på denne måde kom til at kende børnene fra en anden side.

I første spørgerunde svarede alle lærere, at de ville forsætte arbejdet med legepatruljen. I den anden spørgerunde svarede en enkelt lærer 'nej', og en anden svarede 'ved ikke' til dette spørgsmål. 'Nej'et' blev begrundet med, at den pågældende tovholderlærer ville blive udskiftet med en lærer, som underviste på den årgang, som varetog legepatruljen.

Nedenstående viser de behov, som lærerne udtrykte i forhold til at skulle levere en optimal indsats i legepatruljearbejdet.

Det ville være forkert at drage endegyldige konklusioner ud fra denne tabel, men noget tyder på, at halvdelen af de svarende befandt sig godt i de rammer som den enkelte skole gav tovholderlæreren.

Sammenfattende tyder meget på, at der blandt tovholderlærerne var en generel tilfredshed med legepatruljeforpligtelsen.

⁹ I det flere af disse tovholderlærere ligeledes var en del af sundhedsambassadørkorpset vides det ikke om den ekstra tildelte tid også skulle bruges på sundhedsambassadørarbejdet.

Hvad skal opfyldes for, at du formår at levere en optimal indsats i legepatroljearbejdet (marker gerne flere svar)? (N=8)	N=
Mine behov er opfyldt	4
Mere tid	2
Mere løn	2
Mere anerkendelse fra andre	0
Bedre samarbejde med de andre lærere på skolen	1
Bedre kommunikation mellem de ansatte på skolen	1
Mere støtte fra politisk side	0
Større velvilje hos børnene	2
Bedre fysisk indretning af skolen	1
Andet	2
I alt	8

11.4. Modtagelsen af legearrangementerne

Tovholderlærernes besvarelser peger på, at der blev (og stadig bliver) afholdt legearrangementer på de fleste skoler. På de fleste skoler skete dette 1-2 gange om ugen.

Hvor ofte laver I legepatrolje-arrangementer på jeres skole?	N=
Hver dag	0
Næsten hver dag	2
1-2 gange om ugen	6
1-2 gange om måneden	0
Der har ikke været afholdt arrangementer endnu	1
Andet. Skriv gerne hvad	0
I alt	9

Som det ses var der afholdt legearrangementer på alle skoler på nær en. Desuden tyder tallene på, at legepatroljeaktiviteterne har været en ugentlig tilbagevendende begivenhed.

Tovholderlærerne blev i begge spørgerunder spurgt om, hvordan legepatroljen blev modtaget på de enkelte skoler. Overordnet set viste dette, at det især var eleverne i indskolingen (0. - 3.-klasse), som tog godt imod legepatroljen, og som deltog i aktiviteterne. På flere skoler tyder det også på, at legepatroljeaktiviteterne var møntet direkte på denne gruppe, hvilket kan være med til at forklare, hvorfor elever fra mellemskolen og overbygningen kun deltog i begrænset omfang. Målsætningen for projektet var også først og fremmest at aktivere børn fra indskolingen.

Desuden oplevede tiltaget generelt set en god opbakning fra andre lærere, skoleledelse og forældre.

Eleverne blev bedt om at nævne tre aktiviteter, som de mente havde fungeret rigtig godt. Legene ”Her kommer vi”, ”Rundbold” og ”Banke-bøf” blev i denne forbindelse fremhævet af flest elever. Eleverne blev efterfølgende bedt om at beskrive, hvorfor netop de valgte lege fungerede så godt. Man mente, at legene fungerede så godt, fordi de var sjove samt at de var nemme at forklare, forstå og sætte i gang.

11.5. Legearrangementernes betydning

Tovholderlærerne blev i de to spørgeskemaundersøgelser bedt om at give et bud på, hvor mange børn der dagligt deltog i legearrangementerne på skolerne. I første undersøgelse svarede fire af lærerne, at mellem 20 og 30 børn deltog i aktiviteterne, mens tre af lærerne svarede mellem 10 og 20. I anden undersøgelse mente tre lærere, at mellem 20 og 30 børn deltog, mens fem svarede, at tallet var mellem 10 og 20. Det vil sige, at omkring 20 børn jævnligt deltog i arrangementerne ude på skolerne.

I begge spørgeskemaundersøgelser blev tovholderlærerne spurgt om, hvilken betydning de mente, at legearrangementerne havde haft på den enkelte skole. Mere konkret blev tovholderlærerne spurgt om de mente, at legepatruljen havde været med til at øge børnenes fysiske aktivitet og lyst til at lege.

Legepatruljen er med til at øge den fysiske aktivitet i frikvartererne	1. spr.skema N=	2. spr.skema N=
I meget høj grad	1	1
I høj grad	3	3
I nogen grad	3	5
I ringe grad	0	0
I meget ringe grad	0	0
Ved ikke	0	0
I alt	7	9

Legepatruljen har været med til at øge elevernes lyst til at lege	1. spr.skema N=	2. spr.skema N=
I meget høj grad	0	0
I høj grad	3	3
I nogen grad	3	5
I ringe grad	0	0
I meget ringe grad	0	0
Ved ikke	1	1
I alt	9	9

Med forbehold for at tovholderlærerne kan have forskellige opfattelser af, hvad der menes med f.eks. 'i høj grad' eller 'i nogen grad' tyder svarene på, at legepatruljen var med til at motivere til leg og bevægelse i frikvartererne, og at den samlede fysiske aktivitet i frikvarteret blev øget en smule.

På spørgsmålene om legepatruljen var med til at aktivere børn, som ellers ikke var aktive i frikvartererne, eller om legepatruljen næsten udelukkende aktiverede dem, som i forvejen var aktive i frikvartererne, blev der svaret på følgende vis i de to undersøgelser:

Legepatruljen er med til at aktivere børn, som ellers ikke ville være aktive i frikvartererne	1. spr.skema N=	2. spr.skema N=
I meget høj grad	0	1
I høj grad	4	4
I nogen grad	3	4
I ringe grad	0	0
I meget ringe grad	0	0
Ved ikke	0	0
I alt	7	9

Legepatruljen aktiverer næsten udelukkende børn, som i forvejen ville være aktive i frikvartererne	1. spr.skema N=	2. spr.skema N=
I meget høj grad	0	0
I høj grad	3	1
I nogen grad	2	5
I ringe grad	2	1
I meget ringe grad	0	0
Ved ikke	0	2
I alt	7	9

Det er ikke muligt at afklare ud fra datamaterialet, hvor vidt de to grupper (ikke aktive og aktive børn) har afholdt hinanden fra at deltage i aktiviteterne, eller om grupperne fint kunne fungerer sammen i aktiviteterne. Men noget tyder i hvert fald på, at man på alle skoler har fået fat i og aktiveret nogle af de børn, som ellers ikke ville være aktive.

Derudover blev tovholderlærerne spurgt om legepatruljens betydning for skolebørnenes forhold til hinanden. I første spørgerunde mente seks af lærerne, at legepatruljen 'i nogen grad' havde formået at gøre børnene bedre til at omgås hinanden. I anden spørgerunde var fire lærere af denne overbevisning, mens tre svarede 'ved ikke' og to svarede 'i høj grad'. Og set over de to spørgerunder mente halvdelen af lærerne, at legepatruljen 'i nogen grad' havde været med til at mindske mobningen på skolen. Den anden halvdel af lærerne vidste ikke, om dette havde været tilfældet.

11.6. Opsummering

- Evalueringen viser, at elevernes incitament for at tage del i legepatroljearbejdet især var at hjælpe andre børn til at komme i gang med at lege og bevæge sig i frikvartererne. At ville forbedre sundheden på skolen var tilsyneladende mindre prioriteret hos eleverne.
- Blandt både legepatroljeelever og tovholderlærere var der udpræget tilfredshed med det afholdte kursus.
- Legepatroljeeleverne fandt først og fremmest kurset brugbart, fordi det gav dem en række konkrete lege, som de kunne bruge ude på skolerne. Flere af eleverne fik tilsyneladende også nogle organisatoriske og formidlingsmæssige redskaber med sig, som de følte, at de kunne bruge, når de stod i skolegården.
- Legepatroljeeleverne var generelt set tilfredse med at deltage i projektet, dog gav flere elever udtryk for, at de ikke ville fortsætte arbejdet, bl.a. fordi det forhindrede dem i at være sammen med vennerne i frikvartererne, eller fordi legepatroljearbejdet blev kedeligt i længden.
- Tovholderlærerne brugte i omegnen af 0-2 timer om måneden på legepatroljearbejdet.
- Tovholderlærerne var generelt set godt tilfredse med at være tovholdere for legepatroljen.
- Der var blevet afholdt legearrangementer på 8 ud af de oprindeligt 11 startende skoler. Disse arrangementer blev som regel afholdt en til to gange om ugen. Dette kunne tyde på, at legepatroljerne er ved at blive en integreret del af de pågældende skoler. Ifølge tovholderlærerne kunne hver af disse legepatroljer trække i omegnen af 20 børn til legearrangementerne.
- Det var især børnene fra indskolingen (0.-3.-klasse), som deltog i legearrangementerne.
- Legene ”Her kommer vi”, ”Rundbold” og ”Banke-bøf” var de lege, som fungerede bedst.
- Legene fungerede bedst, når de var sjove og enkle at forstå.
- Ifølge tovholderlærerne har man øget den fysiske aktivitet i frikvartererne og formået at tiltrække børn, som ellers ikke ville være aktive på disse tidspunkter af skoledagen. Dette tyder på, at man for et ukendt antal børn formåede at leve op til projektets succeskriterium om at forårsage positive ændringer i børnenes sundhedsadfærd.

12. Diskussion

Denne evaluering viser, at projektet lykkedes med at iværksætte legepatruljen som en ugentlig tilbagevendende begivenhed på flertallet af de deltagende skoler, hvilket viser projektets implementeringsmetoder har været overvejende effektive.

En af de største udfordringer for legepatruljen synes at være frafaldet blandt eleverne. Flere elever gav således udtryk for at køre sur i arbejdet, bl.a. fordi det begyndte at blive kedeligt.

Dette kan muligvis hænge sammen med lidet inspirerende fysiske rammer for legepatruljeaktiviteterne ude på skolerne. I hvert fald gav eleverne i den første spørgeundersøgelse udtryk for, at de ikke fandt skolegården på deres skole særlig interessant. 9 pct. (n=57) gav udtryk for, at skolegården var 'sjov og spændende', mens 54 pct. syntes, at den var 'kedelig'. Eleverne kommenterede dette yderligere: *"Vores skolegård er rigtig kedelig! Der er en mur, nogle stolper og ren asfalt", "... det eneste, du kan lave derude, er at spille bold og hinke. Det kan man altså godt lave bedre", "Den har ikke mange ting, man kan lege med", "Det er Danmarks grimme skolegård."* At legepatruljearbejdet gik hen og blev kedeligt kan derfor skyldes, at eleverne følte mulighederne for aktiviteter blev begrænset af skolegårdens udformning. Men hvor nogle elever så skolegården som en begrænsning, fandt andre efter kurset ud af, at skolegården rummede nye muligheder: *"Den [skolegården] er lidt kedelig, men ikke efter legepatruljen..."*

En enkelt tovholderlærer begrundede det store frafald på skolen med, at eleverne ikke fik noget for det arbejde, de ydede. Det kan diskuteres, om det ville være en god idé at 'aflønne' disse elever. På den ene side kan man argumentere for, at en eftertragtet belønning ville være et incitament til at holde fast, men på den anden side kunne man måske også risikere, at eleverne blot så arbejdet som en pligt, der skulle gøres, før man kunne nyde belønningen. I hvert fald kan det diskuteres, om selve legepatruljearbejdet ville blive sjovere af, at man kunne se frem til en belønning.

De bedste legepatrulje-elever er formentlig dem, der er engageret i deres arbejde, fordi de synes, at det er sjovt at lege med de andre børn. En sådan tilgang vil formentlig også være bedre til at tænde de deltagende børns legegåde. Flere legepatrulje-elever gav således også udtryk for, at varetagelsen af legepatruljen kunne være en belønning i sig selv, bl.a. når man oplevede, at de deltagende børn så op til en, eller når man følte disse børns glæde ved at deltage.

Det skal dog ikke betvivles, at man også kan belønne legepatrulje-eleverne, samtidig med at de bibeholder deres glæde ved arbejdet, og en 'belønning' kan utvivlsomt også forstærke denne glæde, f.eks. hvis den kommer af, at der bygges en eftertragtet særstatus op omkring legepatruljerollen. På nogle skoler blev legepatrulje-holdet f.eks. synliggjort og fremhævet, bl.a. med opslag eller ved at blive præsenteret på morgensamlinger, hvilket betød, at de høstede anseelse hos de andre børn.

13. Konklusion og anbefalinger

'Sund indskoling'-projektet vil efter planen ophøre i sommeren 2009. Men projektet har sat sine spor, bl.a. i form af en aktiv legepatrulje på 8 skoler i Frederikshavn kommune, som ugentligt afholder legearrangementer for i omegnen af 20 børn. Det vil sige, at omkring 160 elever i kommunen ugentligt bevæges i forbindelse med legepatruljeaktiviteterne, og en del af disse var øjensynligt elever, som ellers ikke ville være aktive i frikvartererne.

På trods af at en del elever gav udtryk for manglende lyst til fortsat at være en del af legepatruljen, synes legepatruljedelen af projekt 'Sund indskoling' at fungere. Flertallet af legepatruljeeleverne var tilfredse med kurset og det efterfølgende arbejde ude på skolerne. Det samme kan siges om tovholderlærerne.

Den anden del af projektet efterlader en række motiverede sundhedsambassadører, der hver især har igangsat forskellige tiltag på deres institutioner.

Hos sundhedsambassadørerne udtrykte man også generel tilfredshed med projektførelsen, især sundhedsambassadørkurset, der var en god og positiv oplevelse for næsten alle sundhedsambassadørerne. Mange savnede dog mere tid til at udveksle erfaringer med de andre sundhedsambassadører på kurset og til samlingerne.

Desuden lurede der en hvis usikkerhed hos sundhedsambassadørerne i forhold til, hvad der skulle ske med arbejdet og korpset, hvis kommunen trak sig ud.

Mange sundhedsambassadører synes dog at have været med til at igangsætte forskellige 'sunde' tiltag på institutionerne, såsom morgenløb, morgenmadsordning, fysisk aktivitet i timerne m.m., som tilsyneladende er blevet permanente programpunkter på institutionerne.

Som evalueringen har vist, har projektet åbnet muligheder og stødt på forhindringer, og disse skulle gerne udmønte sig i erfaringer, som fremtidige tiltag kan tage ved lære af. Derfor vil der nu på baggrund af evalueringsundersøgelsens resultater blive fremsat en række specifikke samt mere generelle anbefalinger.

13.1. Specifikke anbefalinger

De første fem anbefalinger er spiret frem på basis af analysen af sundhedsambassadør-delen i projektet. Den sjette er en overordnet anbefaling i forhold til, hvordan man bør udforme kurser i projekter af denne art. De to sidste anbefalinger er fremkommet som følge af analysen af legepatruljedelen.

13.1.1. Forventningsafklaring

Evalueringen diskuterer betydningen af, at projektet tilsyneladende ikke har haft en klar strategi for, hvordan man efter projektets afslutning fortsat ville "... *opretholde interessen for og fokus på arbejdet hos de professionelle voksne...*". Der er indikationer, der taler for, at dette har skabt frustrationer hos nogle af sundhedsambassadørerne og haft negativ indvirkning på deres engagement.

Det anbefales derfor, at kommende projektledelser fremover er meget opmærksomme

på dette, når man udarbejder projekter. Og så vidt det er muligt bør man afklare, hvordan man kan sikre, at projektdeltagerne forsat oplever opbakning og indsatserne videreføres efter projektperiodens afslutning.

Desuden kan man overveje om ambitionerne i projektbeskrivelsen harmonerer med længden af interventionsperioden. F.eks. synes der at være grænser for, hvor store forandringer hos børn og uddannelsesinstitutioner, man kan afføde på et år. I den forbindelse synes succeskriterierne i projekt 'Sund indskoling' ret ambitiøse. F.eks. fremsættes der her håb om, at lærere og pædagoger vil komme til at "... *udvise autoritet i forhold til projektets [i alt 11] delmål*" og "*at der sker en positiv ændring af børnenes sundhedsadfærd.*" (se bilag 1).

Mister man jordforbindelsen under udpegningen af målsætninger og lader ambitionerne overstige, hvad der realistisk lader sig gøre i projektperioden, kan det utydeliggøre kravene til den enkelte sundhedsambassadør, som samtidigt skal varetage et lærer- eller pædagogjob.

Evalueringen anbefaler derfor, at fremtidige sundhedsprojekter med en tilsvarende tidshorisont satser på at lave få konkrete målsætninger, som kan indfries inden for projektperioden. Det kunne f.eks. være, at aktørerne i projektet skulle indfri en målsætning om at indarbejde bevægelse eller indtagelse af sund kost i egne undervisningstimer eller en målsætning om at iværksætte morgenløb for hele indskolingen. Det ville også betyde, at kurser og samlinger i projektførløbet ville komme til at handle om løsningen af nogle meget konkrete opgaver. Således vil man formentlig sikre, at der i perioden bliver iværksat nogle tiltag, som har gode chancer for at overleve også efter projektperiodens afslutning, og måske kan sådanne 'gode eksempler' afføde igangsættelsen af nye tiltag på den enkelte institution.

Klarhed i forholdet mellem ambitionerne og rammerne for projektet vil øjensynligt også betyde, at der bliver større overensstemmelse mellem de forventninger, som de forskellige aktører har til arbejdet. Og dermed kan man undgå at skabe skuffelse og frustration over, at kommunen trækker sig ud af projektet efter projektperiodens ophør.

13.1.2. Bedre sammentømring af sundhedsambassadørnetværket

Evalueringen viser, at mange sundhedsambassadører havde et behov for at øge det gensidige kendskab til hinanden på tværs af institutionerne, og at den manglende gensidighed betød, at netværket aldrig kom til at spille den tiltænkte rolle.

Evalueringen betvivler, at yderligere sammentømring og gensidighed kan skabes igennem den oprettede internet portal.

Evalueringen viser, at når der ikke kan gives mere tid og plads til kurser og samlinger i et projekt som dette, er en engageret tovholder, som ofte er i personlig kontakt med sundhedsambassadørerne, nødvendig for, at der holdes samling på gruppen, at gruppen fastholdes i sundhedsarbejdet, samt at erfaringer udveksles mellem institutionerne. Netværket synes derfor at have levet på en ildsjæle-indsats fra den kommunale tovholder.

Hvis det er et projekts mål at skabe et levende og aktivt netværk mellem sundhedsam-

bassadører på tværs af institutioner taler en del for, at man skal afsætte mere tid i løbet af projektforsøget til, at deltagerne kan mødes og lære hinanden godt at kende. Der skal skabes personlige relationer og man skal mærke fordelene ved at gøre brug af hinanden. Det er i den forbindelse vigtigt, at kurser eller samlinger ikke blot bliver en lang række foredrag, hvor deltagerne kun i mindre grad tilskyndes til at interagere med hinanden. Deltagerne skal i højere grad bringes på banen, her synes især fællesaktiviteter hvor hele kroppen engageres at kunne bryde isen og øge det personlige kendskab, men også igennem erfaringsudvekslinger, hvor deltagerne kan fortælle om og instruere hinanden i egne ideer.

Evaluator ser fordele i et velfungerende netværk, hvor sundhedsambassadørerne kan støtte og inspirere hinanden, men noget tyder på at sundhedsambassadørnetværket er et stykke fra at kunne leve uden kommunal indblanding.

13.1.3. Give sundhedsambassadørerne mere tid

At skabelsen af adfærdsændringer kan være en træg og omfangsrig proces synes at være erfaringen hos flere af sundhedsambassadørerne, bl.a. når de stod overfor at skulle vænne institutionerne til at gå en ny og sundere vej.

Da en del sundhedsambassadører alligevel er lykkedes med at søsætte større eller mindre tiltag ude på institutionerne, ser evalueringen muligheder i korpset, som kommunen også burde dyrke fremover. En del tyder på, at korpset har brug for mere tid til at blive en naturlig del af den enkelte sundhedsambassadørs hverdag og en integreret del af institutionernes kultur. Her spiller kommunen en vigtig rolle, idet man ved fortsat støtte kan sikre, at sundhedsambassadørerne får tid til at arbejde videre. Som tidligere nævnt kunne man fortsætte med at lave årlige samlinger, hvor sundhedsambassadører samles for at erfaringsudveksle. Mere ambitiøst kunne man også ansætte de mest engagerede sundhedsambassadører i fuld- eller deltidsstillinger, hvor de udelukkende skulle arbejde med at iværksætte sundhedsfremmende aktiviteter på institutionen. Desuden kunne en eller flere af disse samtidigt fungerer som tovholder for sundhedsambassadørkorpset og sikre, at der blev indkaldt til samlinger en til to gange i løbet af året.

13.1.4. Sundhedsambassadør-teams

Flere af sundhedsambassadørerne gav udtryk for vigtigheden ved at være flere sundhedsambassadører på samme institution, idet man på denne måde kunne støtte hinanden. Der var dog mindst et eksempel på en sundhedsambassadør, som var alene om at repræsentere sin institution, men som var lykkedes med at iværksætte tiltag på institutionen. På trods af dette synes det at være en god idé at være flere om at varetage sundhedsambassadørarbejdet på institutionerne, og en del tyder på, at det er en fordel med ambassadører både blandt lærere og pædagoger, idet afdelingerne ofte ikke besidder det fornødne kendskab til hinandens arbejdsgange og rutiner, og derfor kan det være svært at arbejde på tværs af afdelingerne, hvis ikke begge afdelinger har repræsentanter i korpset.

13.1.5. Flere sundhedsambassadører

Evalueringen viser, at mange af de nuværende sundhedsambassadører har formået at igangsætte sundhedsfremmende tiltag på institutionerne. Flere af disse tiltag, som allerede ser ud til at have etableret sig som permanente tilbud.

Derfor viser evalueringen, at sundhedsambassadør-korpset kan være et redskab, som man kan bruge, hvis man ønsker at gøre institutionerne til et sundere sted at være barn i. Derfor bør man overveje muligheden for at udvide korpset med lærere og pædagoger på institutioner, som endnu ikke har deltaget i projektet. Indsatsen på den enkelte institution er dog meget afhængig af den eller de personer, som påtager sig sundhedsambassadørrollen og om der er opbakning fra resten af institutionen. Derfor bør man i yderligere rekruttering sikre sig, at nye ambassadører bliver fundet blandt personer, der brænder for ideen, og som er indstillet på at yde en ekstra indsats for at få projektet til at lykkes, samt at man finder vilje til handling hos skoleledelsen og kolleger.

13.1.6. Kurser skal være praksisorienterede

Som nævnt tidligere er det vigtigt at kurser, som skal tilskynde deltagere til at gå ud og skabe forandringer på institutioner, er praksisorienterede. Lange foredrag om fordelene ved at være sund, er ikke ensbetydende med, at deltagerne ved, hvad der skal til for at skabe den sunde forandring i praksis.

Evalueringen viser, at deltagerne på både sundhedsambassadørkurset og legepatruljekurset søgte konkrete aktiviteter, som de kunne tage med hjem og indføre på institutionen. Både legepatruljeeleverne og sundhedsambassadørerne synes, at kurserne især blev brugbare på de tidspunkter, hvor de afprøvede konkrete aktiviteter på egen krop.

I stedet for at tale om den sunde adfærd, synes det derfor vigtigt at lære, hvad det vil sige at udføre den sunde adfærd, som det f.eks. skete under legene på begge kurser. Meget tyder på, at det er nemmere at lære andre om sund adfærd, hvis man selv har prøvet at udføre den. Af andre positive betydninger kan også nævnes, at sådanne konkrete aktiviteter ofte holder interessen fanget, skaber glæde og har en positiv indflydelse på atmosfæren på kurset.

Derfor anbefales fremtidige kurser at lægge mest vægt på, at deltagerne afprøver den sunde adfærd, som man gerne ser, at de – som forandringsagenter – skal indføre på institutionerne. Der skal selvfølgelig stadig være tid til at sætte praksis i perspektiv, bl.a. ved foredrag, men man skal være opmærksom på, at det kan være svært at overføre teori til praksis, især i en i forvejen travl dagligdag.

13.1.7. Fastholdelse af legepatruljen

Evalueringen viser, at en tredjedel af de elever, som varetog legepatruljerne, ikke ønskede at forsætte med arbejdet det efterfølgende skoleår. Nogle af disse blev 'tvunget' til at stoppe, fordi man på den pågældende skole havde en politik om, at det var udelukkende 6. årgang, som varetog legepatruljen. Men på trods af dette synes der at forekomme problemer med at fastholde en stor del af eleverne.

Evalueringen viser, at de gode oplevelser i forbindelse med legepatruljearbejdet opstod, når legepatruljeeleverne selv havde det sjovt i forbindelse med legearrangementerne, og når eleverne blev anerkendt og respekteret for deres indsats. Det er således vigtigt, at man sikrer, at eleverne bliver ved med at have det skægt og nyde respekt i arbejdet.

En forbedring af de rammer, hvor legene foregår (især skolegården), kunne formentlig bidrage til, at eleverne fortsat ville opleve, at arbejdet var sjovt. Men også at eleverne inviteres til nye kurser, som kunne introducere eleverne til nye sjove aktiviteter, som de kan bruge i frikvartererne.

I forhold til at sikre respekten og anerkendelsen overfor legepatruljeeleverne, bør den enkelte skoles ansatte skabe en positiv stemning omkring legepatruljen bl.a. igennem synlig værdsættelse, f.eks. i form billeder af eleverne på steder, hvor disse ofte vil blive set.

Ved at selv at deltage i legearrangementerne kan lærerne muligvis også skabe anerkendelse omkring elevernes arbejde. Lærere er ofte i kraft af deres position naturlige autoriteter, som eleverne ser op til. Hvis en eller flere lærere altid deltager i legearrangementerne, viser man, at lærerkorpset billiger tilstedeværelsen af disse aktiviteter og herunder legepatruljens indsats. Derudover vil legepatruljeeleverne formentlig også opleve det som en cadeau at 'kommandere' rundt med de deltagende lærere. En anden mulig betydning ved at lærerne deltager i legene, er muligvis, at flere elever fristes til at deltage, idet mange elever helt sikkert gerne vil konkurrere med skolens daglige autoriteter.

Nogle elever begrundede deres ønske om at blive fritaget fra legepatruljepligterne med, at legepatruljen 'frarøvede' dem muligheden for at være sammen med kammeraterne i frikvartererne, hvilket tyder på, at disse for ofte blev sat til at varetage legearrangementerne. Er dette tilfældet kan man eventuelt 'aflaste' dem ved at udbygge holdet af elever, som varetager legepatruljen på skolen.

13.1.8. Skabe nye projekter på basis af tidligere erfaring

Denne evaluering viser, at det lykkedes at gøre legepatruljen til en ugentlig tilbagevendende begivenhed på 8 ud af 11 skoler i kommunen. Dette viser, at projektets implementeringsmetoder har været overvejende effektive.

Det viser også, at man med fordel kan bygge et projekt op omkring erfaringer og metoder, som er blevet brugt i andre projekter. Man behøver derfor ikke altid at starte fra nul og opfinde den dybe tallerken på ny, når man går i gang med at udtænke nye sundhedsinterventioner.

Derfor anbefaler evalueringen, at fremtidige projektgrupper giver sig tid til at studere tidligere projekter for at tage ved lære af disse og bruge denne lære i udarbejdelsen af de 'nye' initiativer. Mange projekter bliver som dette evalueret og derfor foreligger der efterhånden rigtig mange evalueringsrapporter med værdifulde erfaringer og anbefalinger.

13.2. Generelle anbefalinger

Denne og andre evalueringsprocesser har givet anledning til følgende mere generelle betragtninger i forhold til, hvad man skal være opmærksom på, når man har til hensigt at skabe sundhedsfremmende adfærdsændringer.

13.2.1. Vanernes træghed

I projektbeskrivelsen nævnes der en række mål for projektet. Her i blandt ”*at færre børn og unge bliver overvægtige*”, og ”*at flere børn får bedre kost- og bevægelsesvaner*” (se bilag 1). At ændre vaner eller livsstil hos personer er at forsøge at ændre på den enkeltes personlige fundament. Vaner kan anses for at være ’indre’ nødvendigheder, hvis tilstedeværelse og udførsel man ikke nødvendigvis tænker ret meget over. Vanen kan derfor karakteriseres som en kropslig handling, der sker af sig selv. Da vanerne udgør en stor del af menneskets daglige handlinger (Bourdieu 1997), er det tit og ofte vanerne, der virker bremsende, når man forsøger at ændre sin livsstil.

”Vi reagerer ikke på en bestemt måde, *fordi* vi bliver styret af en bestemt vane. I de fleste tilfælde forekommer det os slet ikke muligt at handle på nogen anden måde.” (Gebauer og Wulf 2001)

Vaner udstikker rammerne, inden for hvilke menneskets adfærd opstår. Det vil sige, at vanerne er et udtryk for den enkeltes reelle kunnen og dermed de muligheder, som den enkelte har for at handle i forhold til omverden. Har man ikke lært at cykle, vil dette ikke forekomme at være en reel mulighed, når man står i en situation, hvor man skal transportere sig selv. På samme måde ligger det ikke lige for at skulle leve sundt, hvis man er vant til en dagligdag med inaktivitet og usund mad. Man er tilbøjelige til at handle, som man har vane for at handle.

Selvom vores samfund er bygget op om troen på, at det enkelte menneske er fri til at vælge sine handlinger, så er det forholdsvist sjældent, at man bruger dette frie spillerum (Gebauer & Wulf 2001). Fra fødslen er man naturligt knyttet til sine forældre, som i den første tid udgør de primære rollemodeller, hvis adfærd man langsomt tager til sig. Efterhånden møder man andre, der ligeledes kommer til at præge ens adfærdsmønstre og kunnen. Man kan således tale om, at man pålægger sig en række indskrænkninger, som man sjældent selv er klar over, at man er i besiddelse af. Men netop dette er med til at afgøre, om man vælger bilen i stedet for cyklen eller sofaen i stedet for idrætstilbuddet. Vaner opleves som meningsfulde at udføre, også selvom de af mange bliver udråbt som ’dårlige’ vaner. F.eks. opleves det som meningsfuldt at tage bilen, fordi det er tidsbesparende og således udgør en vigtig brik i den enkeltes dagsrytme, eller det opleves som meningsfuldt at vælge sofaen, fordi dette er forbundet med tryghed og hygge. Vanerne er således forbundet med følelsen af at gøre noget meningsfuldt, hvilket betyder, at der skal rigtigt gode ’argumenter’ til, før man afholder sig fra at udføre disse vaner. Og her er almindelige fornuftsbetonede argumenter, såsom at tale til personens samvittighed i

forhold til egen sundhed sjældent nok, da dette ofte ikke vil have den samme umiddelbare og følelsesmæssige betydning for den enkelte. Ofte vil en ændring først ske, hvis *noget* bevirker, at det ikke længere er muligt at udføre den 'dårlige' vane, eller hvis man stifter bekendtskab med nye handlemuligheder og finder disse mere meningsfulde at udføre. Dette sker sjældent fra den ene dag til den anden, men er en proces, hvor man til stadighed bliver præsenteret for disse handlemuligheder og fatter interesse herfor, for til slut at være så fortrolig med disse, at de bliver indfældet i kroppen som nye vaner. Dette forklarer, hvorfor gennemgribende livsstilsændringer, som f.eks. omlægning af mad- og motionsvaner, ofte tager lang tid at få indarbejdet i den enkeltes dagligdag.

13.2.2. Integrere bevægelse i de daglige aktiviteter

'Ting tager tid'. Denne talemåde synes at fortælle en vigtig pointe i forhold til projekt 'Sund indskoling'. Derfor anbefaler evalueringen også, at tiltag som dette får mere tid til at rod fæste sig på de deltagende institutioner. Det er nemlig vigtigt, at sundhed ikke blot bliver noget, som institutionen beskæftiger sig med, når der er tid og overskud, men at hensynet til børnenes sundhed integreres i institutionens kultur, således at dette hensyn naturligt indgår i institutionens rutiner, holdninger og handlemåder.

Set i lyset af, at Sundhedsstyrelsen anbefaler børn at være aktive i mindst en time om dagen, samt at børn er 'tvunget' til at bruge en stor del af deres barndom i skoler eller SFO'er, synes der at være interessante sundhedsmæssige perspektiver i at integrere fysisk aktivitet i institutions-tiden.

Nutidens skolesystem bygger i høj grad på den skolestiske pædagogik, som overordnet set adskiller teori og praksis. Det vil grundlæggende sige, at børnene trækkes ud af et praksisorienteret hverdagsliv og indsættes i en skole, hvor viden ofte går forud for kropslige færdigheder. Læring er i skolen ofte en åndelig proces, hvorfor elevens kropslige bevægelser søges passiviseret på en stol bag et bord. I det hele taget betragtes kropslige bevægelser i langt de fleste fag som noget, der griber forstyrrende ind i læringsprocessen, hvorfor eleverne bedes om at forholde sig i ro, mens læreren 'underviser'. Men i 'virkelighedens verden' opstår læring i samspillet mellem teori og praksis og uden at kunne skelne det ene fra det andet, og derfor spiller bevægelse af kroppen en fundamental rolle for læring. Uden kroppens bevægelser er læring utænkeligt (Merleau-Ponty 1994; Dreyfus 2001; Gebauer & Wulf 2001). Det er således også kroppens bevægelser, der muliggør, at eleven kan lære i den passiviserede situation bag bordet, fordi det er bevægelser, der gør det muligt at rette opmærksomheden mod læreren og tavlen, f.eks. ved at hovedet drejes i retning af læreren, eller ved at hænderne nedfælder det, som læreren siger. Så selv den mest formaliserede læringsituation stiller krav til, at man bevæger sin krop. Derfor synes der at være belæg for at omtænke noget af den mere stillesiddende undervisning, således at den samtidig med at være faglig relevant også kan udfordre børnenes fysiske formåen i endnu højere grad.

Det er dog vigtigt, at det giver mening at inddrage de kropslige aktiviteter i undervisningssammenhængen, dvs. at bevægelsesaktiviteterne træner børnene i at vise handle-

kraft inden for det fag, som nu en gang skal læres, f.eks. læsning eller regning.¹⁰

Meget tyder på, at det er sundt at bevæge sig, især når man bliver fængslet af at udføre bevægelserne. Igennem kropslig bevægelse placerer man sig selv i et aktivt forhold til verden og kan 'glemme' sig selv ved at være opmærksomt til stede (Duesund & Skårderud 2003). Når man eksempelvis spiller fodbold, kæmper kroppen ikke med bolden om opmærksomheden. Kroppen fungerer, uden at man behøver at være opmærksom på at bevæge den.

”Der er bestemt store sundhedsmæssige og sociale gevinster ved at lege, lave gymnastik og idræt, men det er netop fordi, der **ikke** står sundhed og social forpligtigelse over indgangsdøren, at disse kvaliteter har så gode muligheder. Udgangspunktet må være aktiviteten, og kan den ikke bære, må den vælges fra.” (Ballisager 2004)

Leg og fysisk aktivitet kan muligvis godt stimulere elevernes evne til f.eks. at læse og regne eller have en positiv effekt på elevernes konditionelle evner, men disse effekter er sjældent bærende som motiv, så længe aktiviteten er i gang. Således tyder meget på, at bevægelsesaktiviteterne, som institutionerne bør vælge at gøre brug af i undervisningen, legepatruljen m.m. først og fremmest skal være sjove og engagerende at deltage i. Det er nemlig især i disse tilfælde, at aktiviteterne bliver sunde. Dels fordi sådanne aktiviteter umiddelbart opleves som 'noget, der er godt for mig'. Og dels fordi sådanne gode oplevelser øger chancerne for, at den enkelte på ny vil kaste sig ud i denne aktivitet, og dermed er kimen lagt til en ny sund vane.

13.2.3. Makropolitiske tiltag

Evalueringen viser, at sundhedsambassadørerne har formået at igangsætte en del mindre tiltag rundt omkring på institutionerne. Men samtidigt tyder en del på, at der også er brug for overordnede politiske beslutninger om forandringer af skoler og SFO'er, hvis man for alvor vil sætte en sund revolution i gang på institutionerne. For når dette projekt satser på, at enkelte individer på kommunens institutioner kan løfte opgaven, risikerer man samtidig også at stå uden en sundhedsindsats, hvis disse ildsjæle brænder ud. For sikre en langsigtet og uophørlig sundhedsindsats på institutionerne er man formentlig også nødt til at gennemføre nogle overordnede strukturelle forandringer. F.eks. kan man iværksætte en revidering af lærer- og pædagoguddannelsen, så disse gives evnen til at integrere faglighed, bevægelse, sund kost m.m. i deres daglige arbejde med børnene. I hvert fald er man nødt til at skabe grobund for, at lærere og pædagoger kan fremstå som sunde forbilleder.

”... som regel handler vi ud fra en model, et forbillede, en forestilling, der fortæller os, hvilke ting vi skal gøre; vi handler uden at reflektere nærmere over det, ganske

10 Eller at bevægelsesaktiviteterne bliver et selvstændigt afbræk fra den stillesiddende undervisning, men stadig synes det vigtigt, at aktiviteterne giver mening at udføre i nuet, f.eks. ved at de skaber glæde. Som det har været nævnt før, er det mere tvivlsomt, om børnene vil tage bevægelsesaktiviteter til sig, hvis disse klart er rettet mod at højne børnenes sundhed.

vist selvstændigt, men vi falder i hak med en anden verden, billedlig talt, som når man lukker en lynlås.” (Gebauer & Wulf 2001)

Tilstedeværelsen af modeller eller forbilleder spiller således en stor rolle for udviklingen af adfærd og livsstil. Hvis forældre, lærere, kammerater eller andre forbilleder er 'detached' (uengagerede) i forhold til sund adfærd, vil 'beundrerne' (børnene) sandsynligvis også blive det. Men hvis 'forbilledet' viser sit engagement, ved måden denne lægger tingene frem på, samt viser, hvordan denne selv er kommet frem til at give den sunde adfærd mening, vil dette kunne have en afsmittende indvirkning på 'beundrerne' (Duesund 2003). At lære en ny adfærd kræver praktiske forbilleder, som man kan identificere sig med, ikke blot vejledere, der fortæller en, hvad man skal gøre (Jespersen 2001). Det personlige islæt er nødvendigt og opstår ved, at forbilledet demonstrerer egen indlevelse i den sunde adfærd. 'Beundrerne' fornemmer den oprigtige glæde, som forbilledet lægger i sine sunde handlinger, hvilket bevirker, at disse føler sig draget af at finde den tilsvarende betydning i egen efterligning af disse handlinger. På denne måde kan forbilleder være med til at øge andre personers oplevelse af egne handlemuligheder og initiere, at disse engagerer sig i en sundere levevis.

Men derudover skal der fra politisk hold også gives mulighed for, at institutionerne kan skabe nogle rammer, hvor børnene bliver tilskyndet til at udøve sund adfærd.

Oplevelsen af handlemuligheder er nært beslægtet med den omverden eller det rum, man befinder sig i.

”Hva vi lærer, gjør og kan, preges av stedenes kontekstuelle vilkår. Vi definerer hva vi kan gjøre ut fra den situasjon vi befinner os i.” (Duesund 2003)

Kroppen er, hvad man kan kalde for 'situationsrummelig' (Merleau-Ponty 1994), hvilket vil sige, at kroppen på grund af tidligere erfaringer med et specifikt rum eller lignende rum umiddelbart bliver indstillet på de muligheder, som rummet indbyder til. Man kan tale om, at kroppen lærer at bebo de 'rum' som man jævnligt færdes i i det daglige. Det vil sige, at rummet *taler* til den enkelte på en måde, som giver sig udslag i umiddelbare (dvs. før-bevidste) kropslige forventninger til, hvad *jeg kan* i det specifikke rum. F.eks. vil de fleste umiddelbart opfatte et rum med en sofa og et tv som et sted, hvor man kan hvile og lade sig underholde, men ikke som et sted for fysisk aktivitet. Dette er med til at understrege, at kroppens før-bevidste beboelse af rummet spiller en stor rolle for den enkeltes adfærd. Det vil sige, at de rum, man til dagligt befinder sig i, er med til at forme ens livsstil.

Der er en generel tendens til, at de offentlige rum (det omgivende samfund), hvor vi tilbringer en stor del af vores tid, stiller færre og færre krav til fysiske udfoldelser, samtidigt med at f.eks. fødevarers tilgængelighed øges. Derfor er den inaktive adfærd oftest den mest åbenlyse adfærd at vælge, samtidig med at man jævnligt bliver udsat for spise-lige fristelser. Noget tyder på, at det, at man bliver vænnet til at vælge f.eks. den inaktive

transportform, også betyder, at den aktive transportform i stigende grad anses for at være en urealistisk mulighed, når man står overfor at skulle transportere sig selv. Denne normalisering af fysisk inaktivitet og lettilgængelige fødevarer i det offentlige rum stiller krav til den enkeltes selvdisciplin, modstandskraft og evne til at gå mod strømmen, hvis man har ambitioner om at leve op til de formaninger, som sundhedsmyndighederne stiller befolkningen overfor. Samtidigt betyder normaliseringen af 'usundheden' i det offentlige rum også, at spørgsmålet om sundhed i høj grad kommer til at handle om den enkeltes evne til aktivt at opsøge og skabe rum for sund adfærd i fritiden. Flyder man bare med strømmen, er der stor sandsynlighed for, at man bliver trukket ind i en inaktiv og 'usund' levevis. Da børn ofte er mindre bevidste om deres levevis, bliver de meget nemt offer for samfundets nedprioritering af bevægelse og opprioritering af forbrug.

'Skolerummet' afspejler også samfundets udvikling. F.eks. spiller fysiske aktiviteter ofte en perifer rolle i skoledagen, fordi skolerummet både i sin fysiske indretning og kultur¹¹ inspirerer til kropslig passivitet. Den fysiske udfoldelse er forvist til frikvartererne og de få idrætstimer. Set i lyset af, at børnene bruger megen tid i skolerummet, kan ændringer af skolernes fysiske rammer få stor betydning for udviklingen af sunde vaner hos børn.

Opsummerende for de generelle betragtninger skal det påpeges, at projekter af denne type, som har en målsætning om at skabe adfærdsændringer hos bestemte målgrupper, gang på gang finder ud af, at vaner er forbundet med oplevelsen af lethed, mens udøvelsen af ny adfærd ofte er forbundet med oplevelsen af besvær. Eller sagt med andre ord: Det er lettere at gøre, som man plejer, fordi vanehandling mere eller mindre giver sig selv. Uanset om disse vaner betyder, at man opfører sig usundt i forhold til sig selv eller sine omgivelser. Derimod kræver det meget mere selvdisciplin og koncentration at skulle udleve ny adfærd, fordi dette er et brud med den måde, som man normalt plejer at færdes i livet.

Vil man undgå, at en adfærdsændrende proces skal opleves alt for besværlig, tyder en del på, at strukturelle ændringer af omgivelserne, hvor målgruppen dagligt færdes, er en effektiv løsning.

14. Resumé

14.1. Sundhedsambassadørerne

Evalueringen viser, at sundhedsambassadørerne har været med til at igangsætte aktiviteter på 11 ud af de 14 institutioner, som deltog i projektet. Disse aktiviteter varierer i form, omfang og hyppighed. Nogle institutioner har mange bolde i luften (i nogle tilfælde som led i andre projekter), mens andre fokuserer på enkelte aktiviteter.

Det ligger uden for rammerne for indeværende evaluering at klarlægge den sundhedsmæssige effekt af disse tiltag. Det kan blot konstateres, at projektet – i kraft af sundheds-

¹¹ En skoles kultur defineres af de daglige aktører, men også af de overordnede retningslinjer som udstikkes af undervisningsministeriet og andre generelle kulturelle strømninger.

ambassadørernes indsat– har iværksat konkrete sundhedsfremmende tiltag på de fleste institutioner, hvilket peger i retningen af, at projektet har formået at leve op til flere af sine delmål, bl.a. at få forankret sundhedsambassadørernes viden til handling i indskolingsforløb og SFO'er.

Evalueringen viser, at sundhedsambassadørerne udtrykte stor tilfredshed med sundhedsambassadørkurset. De var især begejstrede for de konkrete og praktiske aktiviteter, såsom lege, samarbejdsøvelser eller gruppediskussioner om mulige initiativer på den enkelte institution.

Indstillingen hos kursuslederne havde tilsyneladende en stor betydning for skabelsen af en positiv atmosfære på kurset. Og flere sundhedsambassadører gav udtryk fra at være blevet lidt 'høje' af kursusdagene.

Evalueringen viser, at sundhedsambassadørerne især fandt kurset brugbart, fordi det havde motiveret og inspireret dem. Nogle sundhedsambassadører (særligt de, der havde kollegaer med sig på kurset) fik også planlagt nogle konkrete tiltag, som de forventede at igangsætte ved tilbagekomsten til institutionen.

Det var forskelligt, hvordan sundhedsambassadørernes initiativer blev modtaget ude på institutionerne. Nogle oplevede, at initiativerne var svære at forene med institutionens prioriteter, mens andre mødte større velvilje og modtagelighed.

De fleste sundhedsambassadører blev mødt af positivitet blandt de andre ansatte, dog var det besværligt at få disse til at indgå i det konkrete sundhedsarbejde.

Flere sundhedsambassadører følte ikke, at der i dagligdagen var tid nok til at levere en optimal indsats i sundhedsambassadørarbejdet. Hindringen var oftest generel travlhed med lærer- eller pædagoggerningen, hvilket for mange betød, at sundhedsarbejdet kom i anden række. Flere lærere oplevede også at have svært ved at få fri til samlingerne i projektforløbet, fordi dette betød, at der skulle findes vikarer, der skulle erstatte dem.

Blandt sundhedsambassadørerne var der ikke enighed om betydningen af at blive udnævnt til sundhedsambassadør. Titlen var med til at skabe ansvarsfølelse, som hos nogle virkede motiverende, mens andre følte, at ansvaret var for stort. Enkelte følte det så overvældende, at de overvejede at 'melde sig ud' af sundhedsambassadørkorpsen.

Selvom nogle af sundhedsambassadørerne har formået at leve op til projektets succeskriterium om at kunne udvise autoritet i forhold til flere af projektets delmål, har flere stået over for alvorlige udfordringer, som har besværliggjort, at man kunne fungere som primus motor og ildsjæl.

Evalueringen viser, at ønsket om at danne et aktivt netværk mellem sundhedsambassadørerne har haft det svært. Bl.a. fordi man glemte at bruge hinanden i det daglige, eller fordi man endnu ikke følte, at gensidigheden og sammentømringen i korpsen var tilstrækkelig til at nedbryde de barrierer, som afholdt sundhedsambassadørerne fra at kontakte hinanden på tværs af institutionerne. Indtil videre synes heller ikke den internetbaserede erfaringsportal at blive brugt af sundhedsambassadørerne.

Evalueringen viser, at sundhedsambassadørerne var meget tilfredse med projektlederens indsats i hele processen, og mange så gerne, at hun fortsatte som tovholder for

sundhedsambassadørerne. Mange gav udtryk for, at projektlederen ville være uundværlig fremover.

Sundhedsambassadørerne havde forventninger om, at kommunen også efter projektperioden ville tilbyde opbakning, opfølgning og økonomisk støtte. Set i lyset af kommunens ambitioner om at være Nordjyllands sundeste kommune mente man, at dette var et reelt krav at stille.

Alt i alt tegner evalueringen et billede af nogle sundhedsambassadører, som overvejende er godt på vej i at udvikle sundhedsfremmende tiltag på institutionerne, men som endnu ikke er helt klar til at stå på egne ben og stadig har brug for en kommunal tovholder, der kan holde trådene samlet.

14.2. Legepatruljen

Evalueringen viser, at legepatruljen er blevet et aktiv på 8 ud af 11 skoler. På disse skoler blev der ugentligt afholdt legearrangementer for cirka 20 børn. Det vil sige, at omkring 160 elever i kommunen ugentligt deltog i legepatruljeaktiviteterne. Disse børn var hovedsageligt fra indskolingen, hvilket viser, at projektet fik fat i børnene fra den primære målgruppe. Noget tyder også på, at flere af disse børn var børn, som ellers ikke ville være aktive i frikvartererne, hvilket indikerer, at projektet i mindre skala lever op til succeskriteriet om at forårsage en positiv ændring af skolebørnenes sundhedsadfærd.

Arrangements-frekvensen tyder på, at legepatruljen er ved at være en integreret del af disse 8 skoler.

Evalueringen viser også, at hovedparten af legepatruljeeleverne og tovholderlærerne var meget tilfredse med kurset. Eleverne fandt først og fremmest kurset brugbart, fordi det gav dem en række konkrete lege, som de kunne bruge ude på skolerne. Flere af eleverne fik tilsyneladende også nogle organisatoriske og formidlingsmæssige redskaber med sig, som de følte, at de kunne bruge, når de stod i skolegården.

Et flertal af eleverne var også tilfredse med processen efter kurset. Mange af eleverne fandt fornøjelse i arbejdet, fordi der blev set op til dem, fordi de kunne hjælpe andre børn i gang med at lege og bevæge sig, og fordi de oplevede børnenes glæde ved at deltage i legearrangementerne. Dog gav en del af eleverne udtryk for en manglende lyst til fortsat at være en del af legepatruljen, bl.a. fordi arbejdet forhindrede dem i at være sammen med vennerne i frikvartererne, eller fordi legepatruljearbejdet blev kedeligt i længden.

Også tovholderlærerne udtrykte overvejende tilfredshed med at være en del af legepatruljen. Disse brugte i omegnen af to timer om måneden på arbejdet, hvilket tyder på, at de ikke blev overbebyrdede af arbejdet.

Flest elever mente, at legene ”Her kommer vi”, ”Rundbold” og ”Banke-bøf” fungerede bedst. Det var kendetegnende for disse lege, at de var enkle, lette at forstå og ikke mindst sjove at deltage i.

Alt i alt tegner evalueringen et billede af, at denne del af projektet for det meste var velkørende og hvad vigtigt er, ser det ud til, at legepatruljeaktiviteterne fortsætter på 8 ud af 11 skoler, selvom kommunen skulle vælge at forlade projektet ved afslutningen på forløbet.

15. Litteraturliste

Andreassen, P. (2007) *Evaluering af Region Syddanmarks projekt Motion som medicin – Organisering og motionsformidling*. Syddansk Universitet. Odense.

Ballisager, O. (2005). *Skal idræt være sundt?* i Idrætspædagogisk årbog 2004/05. Klim & Institut for Idræt og Biomekanik. Syddansk Universitet. Odense. Pp. 45- 77.

Bourdieu, P. (1997). *Af praktiske grunde. Omkring teorien om menneskelig handlen*. Hans Reitzels Forlag. København.

Dreyfus, H. (2001): *Livet på nettet*, Hans Reitzels Forlag. København.

Duesund, L. (2003): *Kroppen i verden*. BOKAB. Linköping Universitet.

Duesund, L. & Skåderud, F. (2003): *Use the Body and Forget the Body: Treating Anorexia Nervosa with Adapted Physical Activity*, Clinical Child Psychology and Psychiatry Vol. 8(1), SAGE Publications, London.

Gebauer, G. & Wulf, C (2001). *Kroppens sprog*. Gyldendalske boghandel, Nordisk forlag A/S. København.

Lund, O. & Andreassen, P. (2008). *Gå i gang – evalueringsrapport*. Syddansk Universitet. Odense.

Lund, O. (2009). *Rend og hop – Vi si'r stop: et sundhedsprojekts bestræbelser på at skabe bedre betingelser for det sunde liv i Varde kommune*. Syddansk Universitet. Odense.

Merleau-Ponty, M. (1994): *Kroppens fænomenologi*, Det lille forlag. Frederiksberg.

16. Bilag

16.1. Bilag 1: Projektbeskrivelse

Projekt ”Sund indskoling i Frederikshavn Kommune”

Sundhedsfremme og forebyggelse hos børn i indskolingsforløb og skolefritidsordninger i Frederikshavn Kommune.

Baggrund.

Forekomsten af livsstilssygdomme i Danmark er steget markant inden for de seneste årtier – også blandt børn og unge.

En nylig opgørelse over andelen af overvægtige børn peger på, at omkring 20 % af børn og unge er overvægtige. Vi står altså overfor en bekymrende udvikling, som kræver en ekstraordinær indsats.

Børn og unge, der er overvægtige, har meget stor sandsynlighed for også at blive overvægtige som voksne. Der er en tæt sammenhæng mellem udviklingen af overvægt og fysisk inaktivitet og dårlig kondition, og sammen kan de give store helbredsmæssige problemer i voksen-alderen. Allerede i barndommen kan der hos overvægtige ses forstadier til åreforkalkning og type-2 diabetes hos overvægtige unge. Derudover ved vi, at overvægtige børn ofte oplever psykiske og sociale problemer i form af blandt andet dårligt selvværd og mobning.

Formål.

Formålet med projekt ”Sund indskoling” er at opnå en generel effektiv, koordineret, sundhedsfremmende og forebyggende indsats med særligt fokus på betydningen af kost og motion såvel i børnenes familier som i skoler og skolefritidsordninger / SFO’er .

Det er desuden formålet, at projekt ”Sund indskoling” kan medvirke til at fremme børnenes generelle sundhed for på sigt, at opnå et fald i livsstilslidelser hos børn og unge i Frederikshavn Kommune.

Idégrundlaget

Projektets idégrundlag er at inddrage forældre, lærere, ledere og skolebestyrelser i ”Projekt indskoling”. I andre projektforsøg har det vist sig, at de indsatser, der inddrager børnenes daglige miljøer, har den største sundhedsfremmende og forebyggende effekt.

Mål for projektet er:

- at uddanne børnehaveklasseledere, lærere og pædagoger til sundheds-ambassadører.
- at færre børn og unge bliver overvægtige.
- at styrke børns mulighed for indlæring ved en sundere levevis.
- at flere børn får bedre kost- og bevægelsesvaner.
- at inddrage forældre, lærere, ledere, skolebestyrelser og skolernes sundhedspersonale i projekt ”Sund indskoling”.

Delmålene er :

- at kommunens 22 skoler inddrages i projekt ”Sund indskoling”
- at sikre udarbejdelsen en overordnet fælles ernæringspolitik for de 0 - 17 årige
- at sikre at den overordnede ernæringspolitik udmøntes i en kost- og bevægelsespolitik, der konkretiseres på de enkelte skoler, skolefritidsordninger samt øvrige institutioner.

- at inddrage forældre og skolebestyrelser i en dialog om rolle og ansvarspolitik
- at inddrage forældre, lærere, ledere og skolebestyrelser som interessenter i sundheds-fremme og forebyggelse
- at medarbejdere får viden om og kompetencer til at forebygge overvægt hos børn og unge, således, at de kan være ambassadører på området
- at få forankret sundheds-ambassadørernes viden til handling i indskolingsforløb og SFO'er
- at flere børn spiser sundere mad i løbet af deres dagligdag
- at flere børn får mere motion og frisk luft i løbet af deres dagligdag
- at få forankret sundhedsfremmende og forebyggende offentlige børnemiljøer
- at sundheds -ambassadørerne og øvrige ildsjæle blandt medarbejderne kan fungere som primus motors.

Målgrupper

Målgrupper for den generelt forebyggende indsats:

- de professionelle voksne fra Frederikshavn Kommunens børnehaveklasser, skoler og SFO'er, som er i daglig kontakt med børn i indskolingsfasen.
- børn i indskolingsforløb samt SFO'er i Frederikshavn Kommune.
- sekundære målgrupper, der inddrages i projektet, er forældre, skolebestyrelser, ledere samt skolernes / SFO 'ernes øvrige lærere og pædagoger

Indholdet i projektet er:

Ildsjæle blandt personalet i skolernes indskolingsforløb og SFO'er uddannes over i alt 3 dage til sundhedsambassadører med henblik på at medvirke til sundere børnemiljøer.

Der uddannes max. 66 sundhedsambassadører fra skolerne i hele Frederikshavn Kommune.

Efter ½ - 1 år er der opfølgningsdage, hvor sundhedsmedarbejderne i workshops

- reflekterer over det, der er opnået
- får gode ideer fra de andre sundhedsambassadører
- revurderer målsætningerne og målene

Sundhedsambassadørerne skal endvidere:

- fungere som nøgle- og ressourcepersoner
- medvirke til at videreformidle viden om den sammenhæng, der er mellem livsstil og sundhed.
- fungere som primus motors i indarbejdelsen af mere bevægelse og sundere kostvaner.
- medvirke til kvalitetssikring og evaluering af projektet ved at videregive oplysninger til projektkoordinatoren.
- indgå i faglige netværk med andre af kommunens sundhedsambassadører.

Bevægelseskonsulent.

Der etableres en forsøgsordning, hvor en bevægelseskonsulent kommer ud i indskolingsforløbene på alle kommunens 22 skoler. Bevægelseskonsulenten observerer handle-mønstre, videregiver, hvilke iagttagelser, der er gjort, og kommer med ideer til, hvordan bevægelse kan tænkes ind i hverdagens rutiner.

Foredragsarrangement

På de enkelte skoler kan forældre, lærere, pædagoger, skolernes sundhedspersonale, ledelse og skolebestyrelser inviteres til foredragsarrangementer om f.eks. sund kost.

Organisering

Der ansættes en projektkoordinator i 19 timer pr. uge, der i det daglige arbejde refererer til Sund By'ernes sundhedskoordinatorer.

Der nedsættes en tværfaglig styregruppe med blandt andre ledelsesrepræsentanter fra Børne- og Ungeafdelingen, Social - og Sundhedsforvaltningens Sundhedsafdeling, ledende sundhedsplejerske, sundhedskoordinatorer og projektkoordinator.

Projektkoordinatoren udarbejder detailplan for projektet og vil endvidere fungere som tovholder for de enkelte delprojekter.

Projektkoordinatoren vil være ansvarlig for formidling af projektets forløb, delresultater, evaluering til projektets mange deltagere, interessenter og projektets styregruppe.

Der tilknyttes ad hoc en bevægelseskonsulent som støtte for aktiviteterne i skolerne og SFO'erne.

Metode

Sundheds-ambassadører (børnehaveklasseledere, lærere og pædagoger) skal indgå i metodeudviklingen samt:

- være igangsættende for alle børnene, men med særlig opmærksomhed på de stille og inaktive børn
- være opmærksom på ny viden og metoder, der kan fremme en sund adfærd hos børnene
- formidle observationer og erfaringer til forældre og personale og derved direkte og indirekte involvere eller engagere dem i processen.
- gennem oplæg og oplysningsmateriale orientere forældre, lærere, ledelse og skolebestyrelser om projektets indhold

Kurserne for sundhedsambassadørerne skal veksle mellem oplæg og gruppearbejde, hvor deltagerne skal reflektere over, hvordan de kan få mere bevægelse og sundere mad ind i hverdagen i skolerne og SFO'erne.

På kurset for sundhedsambassadørerne arbejdes der med mulighederne, for:

- Hvordan kan en sund dag i skolen og SFO se ud?
- Hvordan får vi de stille børn med ud og lege?
- Hvordan får vi flere børn til at gå i skole?
- Hvordan får vi videregivet inspiration til sundere skolemad?
- Hvordan tænkes bevægelse ind i læring?
- Hvordan får vi mindsket "slikfestdage" i skolen?

Succeskriterierne er:

- at lærere og pædagoger får større viden i forhold til sundhedsfremme og forebyggelse
- at lærere og pædagoger kan udvise autoritet i forhold til projektets delmål.
- at der sker en positiv ændring af børnenes sundhedsadfærd

Erfaringsopsamling, kvalitetsudvikling og evaluering

Der søges eksternt hjælp til evaluering og kvalitetsudvikling fra et udvalgt universitet eller lignende.

Der kan indgå følgende i evalueringen:

- a). hvilke sundhedsfremmende tiltag projektet har foranlediget?
- b). hvilke ændringer projektet har medført?
- c). evaluering af de afholdte aktiviteter
- d). hvilke sundhedstiltag, der vil blive forankret efter projektperioden

Tidsplan for projektet

I perioden fra 1/8 – 07 til 2/2- 08

- 1/8 -07 ansættes der projektleder
- udarbejdes der handle- og detailplanlægning for projektet
- gennemføres oplysningsarbejdet om projektet til interessenter, herunder skolebestyrelser,
- forældre, ledere, børnehaveklasselærere på 20 skoler
- planlægges kursusforløbet for sundheds-ambassadørerne
- arbejdes med offentliggørelse samt PR for projektet

Fra den 2/2- 08 - 1/8-09

- uddannelse af sundhedsambassadørerne
- igangsætning af de planlagte aktiviteter
- opfølgning af projektet med temadag
- opfølgning og planlægning af besøg på skoler af bevægelsespædagog med flere
- evaluering af projektet

Perspektivering.

Efter afslutning af projektperioden forventes det, at den generelle udvikling af sundhedsfremme og forebyggelse i indskolingsforløbene fortsættes. Det er væsentligt fortsat at opretholde interessen for og fokus på arbejdet hos de professionelle voksne, som arbejder med kommunens børn i det daglige.

Desuden er det hensigten, at projekterfaringerne skal bruges til udarbejdelse af lignende tiltag for andre målgrupper blandt børn og unge.

Projektbeskrivelsen er uarbejdet januar 2007 af:

Ledende sundhedsplejerske Rie Jacobsen, sundhedskonsulent Karen Enevold, sundhedskordinator Mette Glargaard, sundhedskordinator Tine Melgaard Dyg samt sundhedskordinator Britta Olsson

16.2. Bilag 2: Vision for Sundhedsambassadørerne

Vision for Sundhedsambassadørkorpset i Frederikshavn Kommune

Sundhedsambassadørkorpset i Frederikshavn Kommune består af ildsjæle fra forskellige personalegrupper på skoler, SFO'er, Fritidsklubber og andre institutioner, hvor børn, unge og voksne mødes.

Sundhedsambassadørerne arbejder ud fra en overbevisning om at leg, bevægelse, og sund mad i institutioner og på skoler, er en vigtig og uomgængelig del af grundlaget for udvikling af det hele menneske, - dvs. trivsel og livskvalitet for børn, unge og voksne.

Som Sundhedsambassadører arbejder vi ud fra et bredt sundhedsbegreb, og lægger afgørende vægt på at krop og sind hænger sammen, således at vi vægter såvel de fysiske, som de psykosociale faktorer i sundhedsarbejdet. I arbejdet har vi således vort fokus på at sundhedsarbejde er inkluderende i forhold til alle børn, - uanset etnicitet, social baggrund, fysisk, psykisk og social udvikling.

Som Sundhedsambassadører søger vi muligheder frem for begrænsninger, dvs. at vi tør bryde med antagelser, at vi tør udfordre vante tankegange og overbevisninger, at vi er klar til at ændre kurs, når noget ikke virker, og til stadighed søger løsninger, på det som endnu ikke er lykkedes. Vi er Forandringsagenter på en mission for sundheden.

Måden vi som Sundhedsambassadører løser vores opgaver på er præget af motivation, lyst til at gøre en forskel og en evne til at reflektere over det, vi går og gør. Vi deler en bred palet af kompetencer og ressourcer, og vi bringer dem alle i spil. Vi er en del af et levende netværk, hvor vi til stadighed følger op på vores muligheder og evaluerer vores resultater, således at vi kan udnytte hinandens erfaringer og kompetencer til at sikre, at vi får opsamlet og videreformidlet læring.

Vores netværk er også vort talerør til forvaltningen og de medier, der sikrer, at der tildeles de ressourcer, der er nødvendige for fortsat udvikling og at vores arbejde bliver set og anerkendt.

Som Sundhedsambassadører er vi rollemodeller, og vi er de ressourcepersoner, som forvaltningen, vore kolleger og forældre bruger, når der skal hentes inspiration, idéer og løsninger. Vi formidler til elever, forældre, skolebestyrelser, kolleger og eksterne samarbejdspartnere, og vores engagement og mod, bliver vore kollegers engagement og mod. Det er – for os - at gøre en forskel. Og netop det, gør os rigtigt stolte.

Skagen den 2. april 2008

16.3. Bilag 3: Oversigt over deltagere og deltagende institutioner på sundhedsambassadørkurset

Deltagere til Sundhedsambassadørkurset den 31. marts til 2.april 2008

Skole	Stilling
Ankermedet Skagen	2 lærere 1 SFO leder 1 ansat i SFO
Hedeboskolen Skagen	1 Bh. Klasseleder 1 Indskolingslærer 1 SFO leder 1 ansat i SFO
Aalbæk Skole	1 Lærer 1 Bh. Klasseleder 1 SFO leder 1 ansat i SFO
Bangsbostrand Skole	2 Lærere 1 Pædagogmedhjælper
Sæbygårdskolen	1 Bh. Klasseleder 1 Lærer 1 ansat i SFO
Fladstrand Skole	1 Lærer 2 ansatte i SFO
Hånbæk	1 SFO souschef
Hånbæk	2 lærere
Socialpsykiatrien	1 Idrætskoordinator
Munkebakkeskolen	2 SFO-ansatte
Ørnevej IFO	2 ansatte i Idræts-SFO
Dybvad Skole	1 ansat i SFO
Strandby Fritidscenter	1 ansat i SFO
Hørby Fritidshjem	1 ansat i SFO
Heldagsskolen	2 pædagoger 1 Medarbejder
Jerup Skole	1 Bh. Klasseleder 1 SFO souschef

16.4. Bilag 4: Oversigt over deltagende institutioner på legepatruljekurset

Skole	Deltagere
Ankermedet Skagen	1 lærer 4 elever
Hedeboskolen Skagen	1 lærer 8 elever
Aalbæk Skole	1 Lærer 8 Elever
Bangsbostrand Skole	2 Lærere 8 elever
Sæbygårdskolen	2 lærere 8 elever
Fladstrand Skole	1 Lærer 8 elever
Ravnshøj skole	1 lærer 5 elever
Dybvad Skole	2 lærere 4 elever
Strandby skole	1 lærer 6 elever
Torslev skole	2 lærere 6 elever
Jerup Skole	2 lærere 8 elever