

Pressemeddelelse
Juni 2016

Værestedsbrugere lykkes med at skabe struktur i eget liv!

- Evalueringsrapport af indsats viser tilfredshedsgrad på 100 %

Særlige teknikker kan få værestedsbrugere til at tage bedre hånd om eget liv og helbred. Det viser en evalueringsrapport baseret på en værestedsindsats, hvor socialt udsatte har deltaget i mestringskurset LÆR AT TACKLE kronisk sygdom, som ligger i tråd med *De Små Skridts Metode*.¹ Projektet er gennemført med støtte fra Partnerskabspuljen under Sundheds- og Ældreministeret i et partnerskab mellem Komiteen for Sundhedsoplysning, Landsforeningen af Væresteder samt værestederne Akademiet i Fredericia, Solstrålen i Fredericia og Perron 4 i Randers.

Den gennemsnitlige levetid blandt socialt udsatte er cirka 20 år kortere end hos den generelle danske befolkning², bl.a. fordi udsatte sjældent benytter eksisterende sundhedstilbud³. Årsagerne ses blandt andet i mistillid til det etablerede system, afstand og manglende kendskab til sundhedstilbud⁴. For at imødegå disse forhindringer blev selvhjælpskurset LÆR AT TACKLE kronisk sygdom tilbudt på væresteder, fordi væresteder er fristeder, hvor socialt udsatte føler sig trygge ved at komme. Undervisningen blev varetaget af værestedsmedarbejdere og -brugere, der havde gennemført en instruktøruddannelse. Desuden sikrede netværk, dannet på kurserne, at brugerne blev fastholdt i deres handleplaner og målsætninger – også efter kursets afslutning.

Evalueringsrapporten for kurset viser en tilfredshed på 100 % hos gennemførte kursusedtagere på værestedsprojektet. Heraf vurderer 81 % af deltagerne, at de er blevet bedre til at sætte sig mål og nå dem. 75 % vurderer, at de er blevet bedre til at håndtere sygdomssymptomer, og 53 % svarer, at de er blevet bedre til at kommunikere med sundhedsprofessionelle. Tendensen peger dermed på, at kursisterne i høj grad har fået udbytte af kurset. En kursusedtager siger således om tilbuddet:

'Kurset har givet mig nogle gode værktøjer til at få det bedre. Det betyder også meget for mig, at vi er flere fra kurset, der fortsat mødes. Det giver meget til at komme videre, så jeg ikke falder tilbage til de dårlige vaner.'

Perron 4 i Randers er et af de væresteder, som har udbudt indsatsen. Her fremhæver afdelingsleder Gine Nørager, Center for Særlig Social Indsats, at værestedernes trygge rammer er gode afsæt for forandringsarbejdet, og at det har vist sig, at også andre end værestedsbrugere vinder på indsatsen:

'Vi får meget tilbage fra brugerne ved at afholde kurserne. Brugere begynder efterfølgende at tage mere aktiv del i værestedet, bl.a. ved at engagere sig som brugerfrivillige og selv tage initiativer til at sætte ting i gang.'

Overordnet konkluderer COWI, som har udført procesevalueringen, at partnerskabsprojektet har nået en gruppe, der sædvanligvis er vanskelig at nå i sundhedsfremmende og forebyggende tiltag. De vurderer endvidere, at LÆR AT TACKLE er en relevant indsats til fremme af mestringsstrategier, sundhed og trivsel blandt brugere af væresteder. På baggrund af de positive resultater fortsætter indsatsen på de deltagende væresteder, og flere er i gang med at forberede implementering af indsatsen.

Hent rapporten i kort form [her](#)

Hent den komplette rapport [her](#)

For oplysninger om projektet kontaktes specialkonsulent i Komiteen for Sundhedsoplysning Malene Norborg Petersson, mn@sundkom.dk / 3027 7747. **Øvrige spørgsmål** rettes til presseansvarlig i Komiteen for Sundhedsoplysning Birgitte Sabra, bs@sundkom.dk / 5142 4202.

BAGGRUND for projektet LÆR AT TACKLE kronisk sygdom på væresteder

Siden udgangen af 2014 har værestederne Akademiet i Fredericia, Solstrålen i Fredericia og Perron 4 i Randers dannet ramme om selvhjælpskurset LÆR AT TACKLE kronisk sygdom, der giver værestedsbrugerne redskaber til at skabe sig en bedre hverdag på trods af sygdom, misbrug mm. LÆR AT TACKLE ligger i tråd med *De Små Skridts Metode*, som værestederne har udviklet på baggrund af mange års erfaring, og som de benytter i arbejdet med socialt udsatte borgere.

I projektperioden deltog i alt 67 værestedsbrugere på et kursusforløb. Testgruppen har bestået af primært enlige, kortuddannede mænd og kvinder, hvoraf næsten alle er uden for arbejdsmarkedet. Cirka 70 % har mindst én belastende livsomstændighed såsom nuværende eller tidligere misbrug eller hjemløshed.

Projektet er nu afsluttet, og evalueringen viser, at deltagerne er blevet bedre til at sætte sig mål og nå dem, løse problemer samt kommunikere med venner, familie og fagpersonale. Desuden angiver størstedelen, at de er begyndt at bevæge sig mere og spise sundere.

LÆR AT TACKLE kronisk sygdom er et evidensbaseret mestringsforløb, som allerede udbydes via sundhedsforvaltningerne i halvdelen af alle danske kommuner. Det er første gang, kurset udbydes på væresteder i Danmark. Det sker i kraft af et partnerskabsprojekt mellem Komiteen for Sundhedsoplysning, Landsforeningen af Væresteder samt de tre nævnte væresteder. Projektet er støttet af partnerskabspuljen Sundere liv for alle under Sundheds- og Ældreministeret.

Citater fra kursister, der har deltaget i LÆR AT TACKLE kronisk sygdom på væresteder:

- 1 *'Handleplanerne fastholder en i at lave det, man skal. Hvis jeg har en dårlig dag, får jeg hverken handlet eller ryddet op eller taget bad. Det hjælper handleplanerne mig med.'*
- 2 *'Det var godt, at kurset blev afholdt på værestedet. Det er i trygge rammer. Jeg har snakket med de andre om det. Vi er alle enige om, at vi aldrig ville have kunne overvinde os selv til at tage på sundhedscentret. Så jeg håber meget, at der fremover vil blive afholdt kurser på værestedet, så andre får samme mulighed, som vi har været heldige at få.'*
- 3 *'Det var brugere, der formidlede det ud. De havde selv været der. Vi var i øjenhøjde. Kommunikationen var en helt anden, end hvis det havde været en sygeplejerske eller en sagsbehandler. Så havde jeg nok tænkt, at det ikke lige var noget for mig. Kommunikationen var ikke skæv. Jeg forstod, hvad hun sagde. Det var ligesom det, der gjorde hele udslaget for mig og nok også for andre.'*
- 4 *'Handleplanen har været hele omdrejningspunktet. Den har gjort meget for mig. Jeg kan ikke sige, at det kun har været dette kursus, men jeg er blevet glad. Det har jeg ikke været i 15 år, har jeg fundet ud af. Jeg er blevet hverdagsglad og tilfreds med tilværelsen. Modgang er blevet lettere at bære.'*

¹ <http://www.vaeresteder.dk/Publikationer/De-Sm%C3%A5-Skridts-Metode-2-0.aspx>

² Davidsen M. et al. (2013): Dødelighed blandt socialt udsatte i Danmark, 2007-2009. Statens Institut for Folkesundhed og rådet for Socialt Udsatte.

³ Sundhedsstyrelsen (2013) Sundhedstilbud til socialt udsatte borgere

⁴ Sundhedsstyrelsen (2013) Sundhedstilbud til socialt udsatte borgere