



Slutrapport NYKRAFT 2018

Bakgrund och behov

Arbetsmarknads- och integrationsenheten (AMI) arbetar med uppdrag från både socialförvaltningen och arbetsförmedlingen där de erbjuder arbetsträning och praktik med syfte att stärka deltagarna inför arbete. Inom enheten finns olika grupper av människor med olika behov, varav nyanlända kvinnor som deltar i etableringen på Arbetsförmedlingen är en grupp. Inom målgruppen nyanlända kvinnor finns ett identifierat behov av en ökad hälsomedvetenhet, då hälsa är en förutsättning för att kunna få och behålla ett jobb och integreras i samhället. En ytterligare viktig del av etableringsprocessen handlar om att lära sig språket i mottagarlandet. Kombinationen språkinläring och hälso-främjande insatser har visat sig ha positiva effekter för både språket och hälsan.

Mål och Syfte

Projektet syftade till att möta upp identifierade behov och öka hälsomedvetenheten hos nyanlända kvinnor i Hallsbergs kommun, och därigenom stärka deras möjligheter till arbete/sysselsättning och självförsörjning för att underlätta en god etablering i samhället.

Det övergripande målet var att öka hälsomedvetenheten bland nyanlända kvinnor.

Projektets delmål var att öka deltagarnas;

- kunskaper om levnadsvanor inklusive ANDT och kost
- fysiska aktivitet
- möjlighet till kulturella aktiviteter
- känsla av tillhörighet och meningsfullhet
- kunskaper i svenska språket
- självkänsla och lust att använda svenska språket
- möjlighet till delaktighet och inflytande i samhället

Metod

Metoden för projektet var en ny metod; NYKRAFT. Metoden är inspirerad av Seniorskraft som använts med framgång i Laxå och Askersund under flera år med målet att främja ett hälsosamt åldrande.

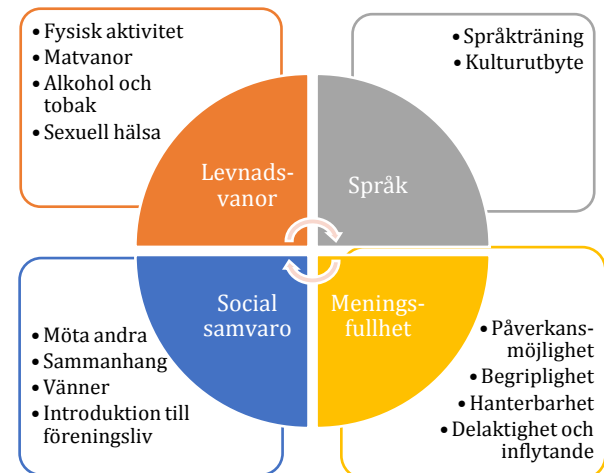
Seniorskraft går ut på att erbjuda regelbunda aktiviteter till en grupp människor parallellt med hälsotester och motiverande samtal. Tanken var att använda samma grundkoncept men att byta ut målgruppen äldre till nyanlända- och arbetssökande kvinnor.

Metoden NYKRAFT bygger på fyra faktorer som är viktiga för en god hälsa hos målgruppen;

- Levnadsvanor - fysisk aktivitet, matvanor, alkohol och tobak
- Språk – språkträning, kulturutbyte
- Meningsfullhet - delaktighet och inflytande, påverkansmöjligheter, begriplighet, hanterbarhet
- Social tillvaro - samvaro med andra personer, sammanhang, vänner

För att uppnå delmålen genom projektmodellen bestod projektet av tre komponenter; hälsosamtal, hälsoenkät och aktivitetsprogram.

Metodmodell



Tre individuella hälsosamtal hölls under projektets gång, det första vid uppstart, det andra i mitten av aktivitetsprogrammet och den sista precis efter avslutat program. Projektledaren höll i samtalen som följde en hälsoenkät om hälsa och levnadsvanor.

Enkäten resulterade i en hälsoprofil som användes för att se självskattade förändringar i hälsa och levnadsvanor hos deltagare samt som diskussionsunderlag. Aktivitetsprogrammet baserades på aktiviteter som finns tillgängligt i kommunen och föreläsare från Örebro läns idrottsförbund (ÖLIF), Region Örebro län samt Sydnärke folkhälsoteam.

Deltagare

Målgruppen för NYKRAFT var nyanlända kvinnor som deltar i etableringen på Arbetsförmedlingen. Rekryteringen sköttes av personal på AMI i samarbete med Arbetsförmedlingen och socialtjänst. Projektet strävade efter en blandad grupp-sammansättning utifrån följande parametrar som etnicitet och socialt behov. De grupper som erbjöds deltagande var nyanlända kvinnor inom etableringen och arbetssökande svensktalande kvinnor som är inskrivna på arbetsförmedlingen för att ge nyanlända deltagare möjlighet till språkträning och kulturellt utbyte kring levnadsvanor och synen på hälsa. Projektet bestod efter avslutad rekrytering av sex nyanlända kvinnor och ingen från gruppen etablerade svenskar.

Resultat

Aktiviteterna fortlöpte enligt planeringen och det var bra att deltagarna fick planera vissa aktiviteter delvis eller helt på egen hand. De flesta deltagare uppgav spontant att aktiviteterna var bra och att de nu har mer kunskap om samhället och hur de själva kan påverka sin hälsa. Vissa delar av projektet kommer implementeras i AMI:s ordinarie verksamhet såsom mer tydlig planering av fysisk aktivitet, föreläsningar om hälsa och livsstilskunskap. Även i de hälsoprofiler som togs fram visar projektet haft en positiv effekt med förbättring i självskattad hälsa, dock var underlaget litet och intervallen kort så resultaten ska betraktas ur den synvinkeln. I det sista hälsosamtalet fick deltagaren svara på utvärderingsfrågor i relation till projektet och dessa svar påvisar att den sociala aspekten av NYKRAFT varit av störst vikt.

På frågorna *Upplever du att din sociala situation har förbättrats med projektet* och *Upplever du att du har förbättrat dina språkkunskaper* svarade fem av sex ja. Samtliga svarade att de ökat sin kunskap kring levnadsvanor.

Vad har NYKRAFT gett dig? (citat ur utvärdering)

"Lärt känna nya människor, det sociala har varit det största"

"Ta hand om min kropp– äta och dricka bra"

"Fick ett socialt liv, ett stort plus"

"Information om ålder när det är lagligt att drick alkohol"

"Lärt mig om hälsoinformation och matlagning"

"Kunskap om hälsa – tidigare hade jag sömnproblem men började promenera mycket och sover bättre"

"Det har varit jättebra, träffade människor och har fått både ny och gammal information"

Framtiden

Delar av projektet kommer implementeras i AMI:s verksamhet men då finns en uppdragsgivare som också kräver en tydlig arbetslinje i samverkan med livsstilskunskap liknande aktiviteterna i projektet. Fysisk aktivitet och kostrådgivning kan numera vara en aktivitet i deltagarnas planering. Ett annat alternativ är att det sker i den förordningsstyrda samhällsorienteringen med flera praktiska inslag med fokus på empowerment. Det har visat sig i Arbetsförmedlingens statistik att färre kvinnor deltar i samhällsorienteringen och i arbetsförberedande utbildning. En orsak kan vara uppdraget och den pedagogiska ansatsen inte utgår från deltagarens behov för att informationen ska bli meningsfull och begriplig. Lärdomar är att ambitionen för att stärka målgruppen måste vara att se hur information kan överföras och samtidigt stärka egenmakten.

Kontakt samordnare Sydnärke ungdomsråd

Annika Karlsson Juliussen, Folkhälsoutvecklare, Sydnärke folkhälsoteam
annika.karlsson.juliussen@lekeberg.se Tel: 0585-489 51