

Evaluering projekt Brobygning – fra kommunal træning til træning i forening

Indledning

Jeg vil gerne starte med at sige FOU tak for at bakke økonomisk op om projektet med midler til kursus – det har været en meget vigtig indsats i forløbet.

Projektet har nu kørt i de aftalte 13 uger, og der er i hhv. tre og to uger før projektets afslutning blevet afviklet opsamlings-/evalueringsmøder med de kommunale samarbejdspartnere (ledere og terapeuter fra hhv. Sundhedshuset og Træningsafdelingen) en dag, samt foreningsformænd og de frivillige instruktører en anden dag.

Der har været afholdt 10 timers SGI Seniorfitness kursus, hvor de involverede foreningers instruktører deltog. Som aftalt, blev de øvrige Foreningsfitness i Svendborg også inviteret. Ollerup Fitness deltog med en instruktør, og der deltog en instruktør mere fra SG.

DGI-kurset var meget godt. Den lille gruppe gjorde, at der var god tid til erfaringsudveksling, spørgsmål, både blandt de frivillige instruktører internt, men også både til og fra en meget velkvalificeret DGI-instruktør – som i øvrigt var vild med vores koncept.

Begge de deltagende foreninger har desuden modtaget 2000 kr. for Kultur og Fritids Uddannelses og Kursus konto. Dette var en del af oplægget til foreningerne, da vi "solgte" ideen til dem.

Den korte konklusion er, at der er blevet givet udtryk for, at de 13 uger har været for kort tid til at kunne fastslå, om projektet har været en succes og er bæredygtigt i forhold til fremtiden. Derfor fortsætter projektet i efteråret 2023 i 14 uger med fuld opbakning fra både samarbejdspartnere og foreningerne og alle parter mødes til "endelig evaluering".

Antal deltagende foreninger, deltagere, fremmøde og hvor mange er videre

Antal deltagende foreninger

I flg. projektbeskrivelsen var målet, at der var tre til fire lokale Foreningsfitness der deltog i projektet. Det blev kun to foreninger med hver to instruktører. Det er der både fordele og ulemper ved.

Fordel: Kun to giver god kontinuitet i forhold til deltagerne - det er de samme instruktører de møder fra gang til gang. "Vagtplanen" blev lavet sådan, at der hvor det kunne lade sig gøre, var der en fra hver af de to foreninger, så man altid kunne svare på spørgsmål i forhold til disse.

Ulempe: Det er skrøbeligt, hvis der opstår sygdom.

Birthe Bergmann har stået som "tilkaldevikar" og det er brugt en gang.

Antal deltagere og fremmøde

Der har været 15 deltagere tilmeldt i alt. En af disse nåede ikke at være med, men vil gerne være med i efteråret.

Der var seks tilmeldte (alle fra Sundhedshuset) til start i marts. Første gang mødte to op – det betød at der blevet lavet afbudsregler, som har fungeret fint.

Trods en bagkant på projektet den 19. juni, blev der lavet løbende optag. Det kostede 200 kr. at være med, som gik til de to involverede foreninger, og det har ikke været et problem, selv om man f.eks. kunne havde mulighed for at være med fire gange.

I forbindelse med en pressemeddelelse (se bilag 3) i starten af april på Svendborg Kommunes Facebook og i Ugeavisen, kom der flere tilmeldinger – nu hovedsageligt fra Træningsafdelingen

T.O.

Sundhedshuset terapeuter arbejder med genoptræningsforløb for "de fire store", kræft, kol, diabetes og hjerte-kar-sygdomme. Træningsafdelingens terapeuter arbejder med genoptræning af borgere, der typisk er blevet opereret i hofte, knæ og skuldre m.m.

I forhold til projektets ide med, at deltagerne kunne træne i samme hus og i samme maskiner, vidste vi godt, at det ikke gjaldt for de borgere, der træner i Træningsafdelingen (foregår typisk på forskellige plejecentre). Til gengæld viser det sig, at de borgere, der kommer derfra, typisk er fysisk bedre og godt kan klare det skift.

Fordelingen af deltagere fra de to afdelinger har været ca. 50:50

Fremmødet har været pænt med alt fra halvdelen til fuldt hus. Afbud har typisk været relateret til sygdommen.

Der har været to instruktører på 12 ud af 13 gange

Hvor mange er videre af de 15 tilmeldte?

- En har meldt helt fra her de sidste 4 gange pga. smerter fra sygdom, og kommer ikke til at fortsætte
- En er ikke mødt op – vil gerne i gang efter ferien, hvis han kan fysisk
- Fem deltagere er i gang eller vil starte pr. august i Thurø Fitness
- BB har sammen med hustru aftale om at få en mere til Thurø torsdag formiddag – denne aftale, fordi der også er kognitive udfordringer
- En har tilkendegivet at ville fortsætte i SG Fitness
- To har tilkendegivet at ville fortsætte i kommunalt tilbud (plejecentre, Frøvelen, Tåsinge)
- Fire ved ikke – det er dem, som næsten kun lige er startet.

Alt i alt, ca. 60% videre i træning – heraf ca. 45 – 50 % i Foreningsfitness

Evalueringsmøder med deltagende parter se bilag 1 & 2

Konklusion

Projektet fortsætter i efteråret 2023, 14 uger fra uge 34 til 48 med ferie i uge 42. Dette sker uden yderligere økonomi til de deltagende foreninger, end den de får med deltagerbetalingen på 200 kr. ligeligt fordelt mellem de to, måske tre foreninger. Dette har alle sagt ja til. Der blev dog talt om at vi evt. kan lave en intern kursusdag, hvor hver instruktør deler ud af sine "mine bedste øvelser"

Der bliver løbende optag, og projektleder Birthe Bergmann (BB) vil håndholde start og udslusning. Det er en ekstra ressource ind i projektet. Når der er skiftende frivillige instruktører på, og alle deltagerne ikke er der hver gang, kan det være svært for de frivillige at holde fast i "nye ind og gamle videre", så derfor er dette aftalt

De deltagere, der er startet i løbet af foråret (senere end første gang, der var 13.03.23) tilbydes at få de resterende gange i efteråret. Det er lige fra 5 til 10 gange. Det har alle taget imod.

Der evalueres endeligt i uge 48 2023.

Her og nu og lidt til fremtiden!

BB kontakter Ollerup Fitness for at høre om de vil være med i projektet – vi kan fortælle om gode resultater.

BB besøger Træningsafdelingen i august for opsamling af procedurer og motivation i forhold til "det at det ikke er træning i lokaler de kender".

Der laves et indstik til folderen, som fortæller om den nye "sæson" og de ting, som manglede i den oprindelige folder.

Desuden skal de "blanketter" vi bruger i dialogen mellem borgere, terapeuter, foreninger (til registrering) og projektleder redigeres og opgraderes ud fra de kommentarer der er kommet under evalueringerne og de nye aftaler der i øvrigt er lavet.

BB spørger nogen af dem, som allerede er "gået over broen og ud i foreningen", om de vil være ambassadører og komme forbi Sundhedshuset et antal gange i løbet af efteråret, hvor de kan fortælle om, hvordan det har været at komme videre.

Et vigtigt fokuspunkt i forhold til fremtiden udover resten af 2023 vil være vil være, hvordan kan vi gøre det bæredygtigt/selvbærende økonomisk, hvis det skal være et fast tilbud fremover. Og kan vi finde en model, der får flere/alle Foreningsfitness i Svendborg Kommune med, uden at det går op i administration.

Måske er der også en mulighed for foreningerne i at søge §18 midler, men det skal ikke være en betingelse for, at man går ind i det.

Birthe Bergmann

22.06.23