

Sundhedsagentuddannelsen i Løget

Baggrund

Følgende skriv er lavet på baggrund af et gruppeinterview gennemført d. 10 september 2012 forud for Sundhedsagenternes netværksmødet. Der var oprindeligt indkaldt fem sundhedsagenter til interviewet, men kun tre deltog.

De tre informanternes baggrund: De kom fra hhv. hold 1 og 2 af uddannelsen. To bor selv i Løget, mens en kommer udenfor boligområdet. Der var to kvinder og en mand. En er pensionist, mens de to andre er i den arbejdsdygtige alder. En har anden etnisk baggrund, de andre to har dansk baggrund.

Informanterne har hørt om uddannelsen via. hhv. artikel i avisen, anbefaling fra en veninde, og ved at være frivillig i boligområdet.

Det er vigtigt at tidspunktet for uddannelsen ligger så folk der er på arbejdsmarkedet også har ulighed for at deltage.

Hvis uddannelsen ikke havde ligget lokalt i boligområdet ville de to respondenter fra Løget formentlig ikke have deltaget i uddannelsen. For andre er dette dog ikke nogen hindring da flere af uddannelsesdeltagerne kom udefra, inkl. den ene respondent som ikke så noget problem i uddannelsens placering.

Derfor Sundhedsagentuddannelsen

"Det er spændende at kunne være med til at motivere folk til at gøre noget"

Det har de sat i gang efter uddannelsen

Løbehold: Hver torsdag mødes 5-10 kvinder for at løbe en tur sammen. Tempoet er stille og roligt så alle kan være med. Udover motionen er der også et stort socialt aspekt når de mødes. Flere af kvinderne bærer tørklæde – det krævede lidt overvindelse i starten for flere at komme med og deltage, når man er flere der gør det så kommer de næste også. For kvinderne giver det selvtillid at deltage.

Motionsrum: En gang om ugen er motionsrummet åbent for 25+, det skal nemlig ikke kun være for den unge generation at dyrke styrke og konditionstræning i Løgets motionsrum. Der kommer gerne en 5-7 personer.

Lektiecafe: 4 dage om ugen i 1 ½ time er der lektiecafe i Løget. Her kan man få hjælp til dansk, matematik og engelsk. Der er stor interesse – både for at deltage og hjælpe.

Det har de lært

Hvad har i lært på uddannelsen som i bruger nu?

- Mødet med de etniske.
- Inspiration til at arbejde videre.
- *"jeg har fået mere selvtillid"*
- Når folk ser en med etnisk baggrund – føler de sig mere tryk ved også at deltage, og sende deres børn af sted.
- Vi fik meget viden.
- Samarbejde – lærer at lytte til andre.
- Holde oplæg for de andre – teknikker til at gøre det.
- Redskaber til kommunikation og konflikthåndtering. *"der lærte man rigtig meget om sig selv, og om hvorfor man reagerer som man gør nogen gange"*
- Stor bekendtskabskreds – sikre at folk kommer og deltager.

Det kan være svært

Kan være svært at sætte noget nyt i gang hvis man ikke kender nogen.

"Til min eksamensopgave sendte vi indbydelser ud til et informationsmøde, som blev delt ud i hele området. Jeg tænkte, gud hvis alle de mennesker kommer så kan vi jo slet ikke være her. Men så sagde Tina fra Hjerterum til mig, du skal forvente der slet ikke kommer nogen, det kan godt ske. Der kom så en 7-8 stykker. Så det skal man lige vende sig til at der er en anden kultur – det er svært at få fat i folk hvis ikke der er et kendskab". Man skal ringe og sende sms – det er ikke nok med skrevet materiale.

"Jeg kan slet ikke forstå at folk ikke bare tænker som mig – men man skal virkelig passe på at man ikke hiver noget ned over hoved på folk".



Sundhedsagenter



Lysfest 2011 – arrangeret af Sundhedsagenterne

Det har uddannelsen betydet for deres eget liv

- *"Jeg tænker meget over at finde nøglehulsmærker på brødet. Der er nogle ting jeg kan mærke jeg tænker mere over i hverdagen. Ta cyklen ned og handle osv. En masse småting".*
- *"Jeg er blevet mere moden og er begyndt at tænke mere på mig selv. Før der tænkte jeg meget på andre og lyttede ikke til mine kropssignaler. Men nu tænker jeg mere på mig selv og min krop og siger fra".*
- *"Man tager mere hensyn til når børnebørnene kommer på besøg, og ikke bare fylde dem med chokolade"*
- *"Hende jeg bor sammen med har jeg fået til at stoppe med at ryge"*

At engagere sig som frivillig

- *"Det betyder rigtigt meget for mig – når jeg ser folk blive glade – så bliver jeg godt tilpas og vil bare gøre mere – det giver mig meget"*
- *"Jeg har egentligt ikke tid til det hvis man kigger i min kalender, men det giver mig noget at vise at man også kan det og har overskud til det"*
- *"Der er mange med anden etnisk baggrund som har sagt til mig, åh bare du havde været her for længe siden. De har ikke kunne se sig selv i de mange aktiviteter før jeg kom. De er rigtig glade for at jeg har modet. Der er mange der har spurgt om jeg får penge for det (griner) men det gør jeg ikke. Det har de svært ved at forstå"*

Forslag til forbedringer

Der er generelt en god kommunikation med Hjerterum og de boligsociale medarbejdere – *"Hvis man har brug for noget så kan man sagtens henvende sig, og så står de til rådighed"* – men til tider opleves det som en envejskommunikation hvor der kun sker noget hvis sundhedsagenterne selv henvender sig.

"Kommunikationen må gerne gå begge veje – de måtte gerne følge lidt mere op på det – hvordan går det, hvornår starter i hold op, og sådan". "Jeg får ingen rigtig respons den anden vej – jeg kører løbet selv med alt det praktiske – jeg har overhoved ikke haft kontakt med hjerterum - udover da jeg selv skrev". Der efterlyse større støtte til at udvikle aktiviteterne efter uddannelsen.

Der er ønske om en overbygning på uddannelsen – *"Når man får nye indspark så kommer man lige det skridt videre"*.

Anbefaling til andre

Alle tre informanter vil anbefale andre at tage uddannelsen. *"Det giver folk mulighed for at se andre sider af området". "Kom ud af lejligheden og vær med"*.