

RYGESTOP PÅ DIT SPROG

CASE ÅRHUS & GLADSAXE

SAMT "SUMMEN"



STOPLINIEN

PROFESSIONEL RÅDGIVNING
SMS 'RYGESTOP' TIL 1231*

*der koster om SMS-takst



Sigarayı bırakmak

– imkansız değil

(Giv slip på rygning – det er ikke umuligt!)



Sigarayı bırakmak
– imkansız değil

Sundhedsstyrelsen

Bliv
røgfri

STOPLINIEN
GRATIS RÅDGIVNING
SMS 'RYGESTOP' TIL 1231*

*der koster om SMS-takst



HVAD SKAL VI VENDE?

- Mål?
- Hvordan har projektet fungeret?
- Hvilke værktøjer er blevet brugt?
- Mål er et praktisk perspektiv, give inspiration, åbne op for vidensdeling.

MÅL FOR AKTIVITET

- Aktiviteter, og rekruttering i alle 7 kommuner
- I niveauet 100 rygere fordelt på alle kommuner.
- Opkvalificering indenfor rådgivning (MI)
- Opkvalificering indenfor digitale medier, og hvordan disse kan bruges til rekruttering
- Fælles markedsføringsmateriale udviklet specielt til denne kampagne.
- Vidensdeling kommuner imellem / Best case deling
- Danne basis for videre udrulning

ÅRHUS

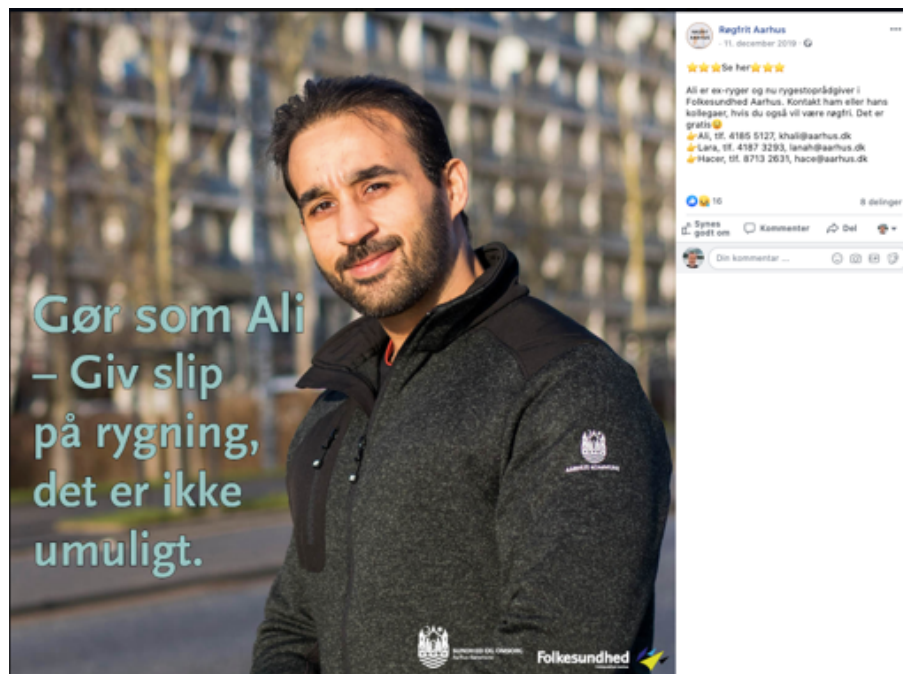
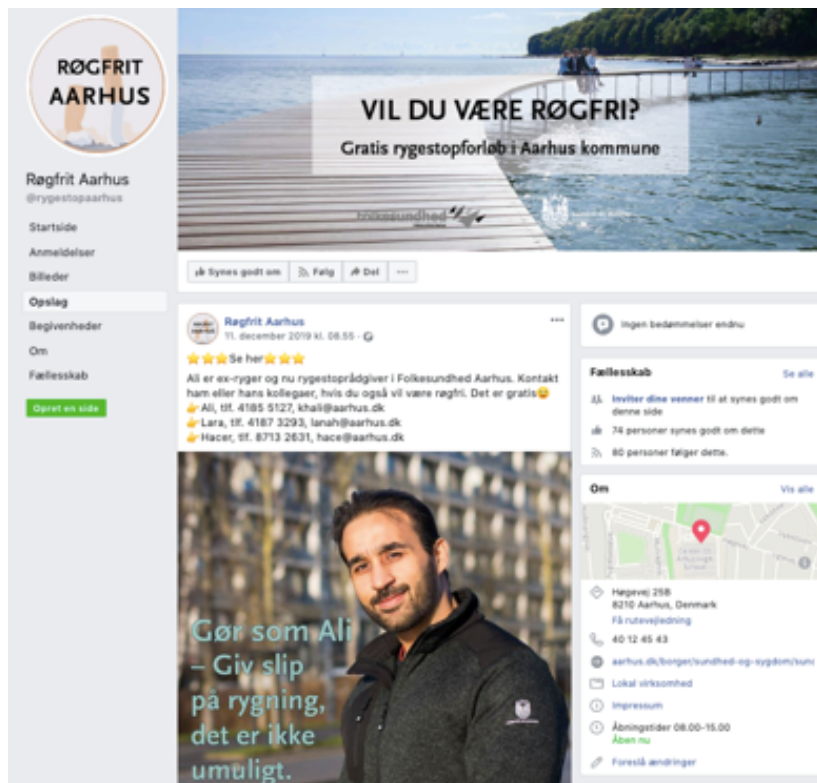
RPDS - CASE

AFSLUTTENDE MØDE I GRUPPEFORLØB



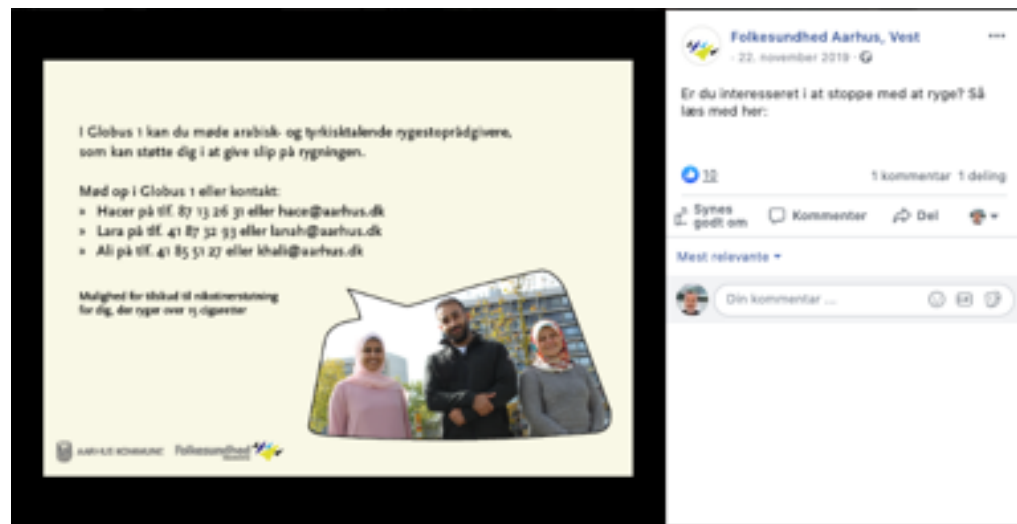
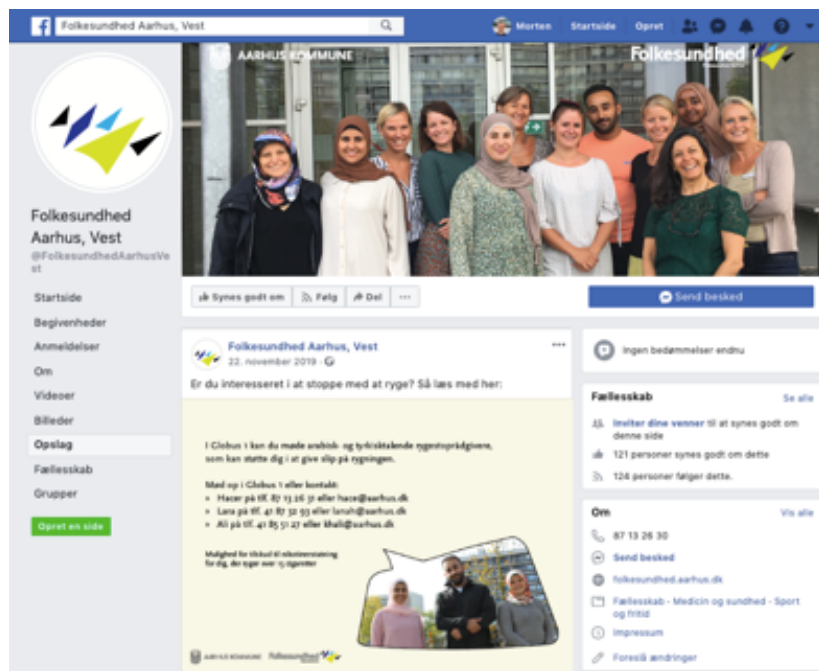
Fra venstre: Susan, Gulhan, Cenep, Sati

FACEBOOK - AKTIVITETER



Organisk:	2335
Betalt:	1049
I alt:	3384
Klik:	232
Interaktioner:	60

FACEBOOK - AKTIVITETER



Ikke boostet opslag

RYGESTOP PÅ DIT SPROG - REKRUTTERING

- Gennem **lægen**, og **mund til mund** metode har været den primære rekrutteringsmetode.
- Typisk analfabeter vi har haft dialog med, så mund til mund / relationer bedst da de ikke kan læse hvad der står på materiale
- Personale har været med på **Multikultur festival**. Rygestoppostkort har været med, men har ikke givet noget i denne sammenhæng.
- Har haft gode resultater med at køre **lokale forløb** (meget individuelle forløb) – eksempelvis i eget hjem (hjemmets beboer + 2 veninder som er inviteret)
- 20 personer igennem rygestop indtil nu – 50 % stoppet. 60 / 40 mænd og kvinder
- Århus har løbende rygestop - Rygestop På Dit Sprog tilbydes løbende.
- Facebook aktiviteter (forrige sider)

RYGESTOP PÅ DIT SPROG – TILGANG / VINKEL

- Forskel ift etniske danskere – I denne gruppe er det vigtigt at man som rådgiver **praler** af sin erfaring – JEG er den rådgivende / styrende.
- Der skal være (og kommunikeres) tydelige **rammer** for rygestop, og hvad det går ud på.
- Det er vigtigt, at have fokus på **små successer** -> små skridt på vejen.
- Kan vi få dem ind i **overvejelsesfasen** – "Hvad nu hvis?" = lottokampagne..

RYGESTOP PÅ DIT SPROG – FORLØB / UDFORDRINGER

- Rygestopforløb i målgruppen **kræver mere tid** end "standardforløb".
- Det er vigtigt, at have fokus på **belønning, anerkendelse, diplom** etc. .
- Der er **ikke respekt** blandt venner / familie ift det at skulle kvitte smøgerne og gå på rygestop. Der bliver presset med "gavmild gæstfrihed" hos både tyrkere og arabere. "Skal du ikke have en cigaret?"
- Samtidig er **fællesskab** ofte bygget op om rygning, og når du stopper er du ikke en del af fællesskabet. "Når du ikke ryger, hvem skal jeg så ryge med?" kan være vennens kommentar.

RYGESTOP PÅ DIT SPROG - MOTIVATION

- Fokus på motivation – selv om du kun tror 1 % på det, er det stadig noget!!! Brugere har rigtig meget brug for at "blive bygget op"
- **"Der er jo 1 % chance"** udtalte en kvindelig borger som har været i gruppeforløb.
- Fortælle (især kvinder), at dette er noget du gør for dig selv! KUN for dig selv – det er super godt, og rose dem.
- Fokus på, at du **er på vej**, og du skal aldrig give slip på ønsket om at stoppe. Motiverende fokus.
- Hvis det er manden som er motiveret, er det **hele familien** som bakker op. Hvis det er kvinden, så er det **kun børnene** der støtter.

RYGESTOP PÅ DIT SPROG - UDFORDRINGER

- **SKAM** er især en følelse kvinder har.
- Generelt manglende **opbakning** til kvinder.
- Rygestoppere **hører** ikke altid efter hvad Hacer siger – de vil selv finde ex. stopdato.
De vil helst selv bestemme.

RYGESTOP PÅ DIT SPROG - REKRUTTERING

- Næste aktivitet er gruppeforløb på arabisk / tyrkisk. Rekruttering starter i januar – blandt andet med **Whatsapp**. Desuden personlig rekruttering i blandt andet Bazar vest og Livsværkstederne.

7. januar havde vi 2 ansatte i Bazar Vest for at rekruttere til det kommende arabiske gruppeforløb



RYGESTOP PÅ DIT SPROG - AMBASSADØR

Har overvejet at bruge ambassadør, og ville gerne have brugt tyrkisk mand, Rifat, som ambassadør, men han var begyndt at ryge.... Han er med på næste rygestophold, hvor planen er at han skal stoppe og bruges fremadrettet.



GLADSAXE

RPDS - CASE

FORLØBER FOR RYGESTOP PÅ DIT SPROG



DIGITALE RESULTATER

75.000 PERSONER NÅET 

1.350 REAKTIONER 



185.000 EKSPONERINGER 

FORBRUGT: DKK 3.000

DIGITALE RESULTATER - EKSEMPEL

18.500 PERSONER NÅET 

M: 60 / K: 40 – Mobil: 96 %

19.000 EKSPONERINGER 



DIGITALE RESULTATER - EKSEMPEL

12.600 PERSONER NÅET 

M: 51 / K: 49 – Mobil: 99 %

20.400 EKSPONERINGER 



DIGITALE RESULTATER - EKSEMPEL

12.800 PERSONER NÅET 

M: 50 / K: 50 – Mobil: 98 %

20.500 EKSPONERINGER 



ELEMENTER – PLAKAT + POSTKORT



Skriv til
rygestop@gladsaxe.dk
eller ring / SMS på
24 76 66 21

**SAMMEN OM
ET RØGFRIT
FÆLLESSKAB I
HØJE GLADSAXE**

HØJE GLADSAXE KVITTER SMOGERNE
- VIL DU OGSÅ VÆRE MED?

Vi starter fælles rygestophold 23. oktober kl. 17.00-18.30 på GXU, Gladsaxevej 198 i "kantin'en".
Det er ganske gratis, og der er mulighed for at få hjælp til nikotinprodukter når du deltager på kurset.

 **GLADSAXE**

   **HJERTE**
Fælles Rygestop Netværk

 Følg os på Høje Gladsaxe Kvitter Smøgerne



Skriv til
rygestop@gladsaxe.dk
eller ring / SMS på
24 76 66 21

**SAMMEN OM ET
RØGFRIT FÆLLESSKAB
I HØJE GLADSAXE**

HØJE GLADSAXE KVITTER SMOGERNE
- VIL DU OGSÅ VÆRE MED?

Vi starter fælles rygestophold 23. oktober kl. 17.00-18.30 på GXU, Gladsaxevej 198 i "kantin'en".
Det er ganske gratis, og der er mulighed for at få hjælp til nikotinprodukter når du deltager på kurset.

 Følg os på Høje Gladsaxe Kvitter Smøgerne

 **GLADSAXE**

   **HJERTE**
Fælles Rygestop Netværk



ELEMENTER – ROLL UP



Skriv til
rygestop@gladsaxe.dk
eller ring / SMS på
24 76 66 21

**SAMMEN OM
ET RØGFRIT
FÆLLESSKAB I
HØJE GLADSAXE**

HØJE GLADSAXE KVITTER SMOGERNE
- VIL DU OGSÅ VÆRE MED?

Vi starter fælles rygestophold 23. oktober kl. 17.00-18.30 på GXU, Gladsaxevej 198 i "kantin".
Det er ganske gratis, og der er mulighed for at få hjælp til nikotinprodukter når du deltager på kurset.

Følg os på Høje Gladsaxe Kutter Smøgerne





Skriv til
rygestop@gladsaxe.dk
eller ring / SMS på
24 76 66 21

**SAMMEN OM
ET RØGFRIT
FÆLLESSKAB I
HØJE GLADSAXE**

HØJE GLADSAXE KVITTER SMOGERNE
- VIL DU OGSÅ VÆRE MED?

Vi starter fælles rygestophold 23. oktober kl. 17.00-18.30 på GXU, Gladsaxevej 198 i "kantin".
Det er ganske gratis, og der er mulighed for at få hjælp til nikotinprodukter når du deltager på kurset.

Følg os på Høje Gladsaxe Kutter Smøgerne





Skriv til
rygestop@gladsaxe.dk
eller ring / SMS på
24 76 66 21

**SAMMEN OM
ET RØGFRIT
FÆLLESSKAB I
HØJE GLADSAXE**

HØJE GLADSAXE KVITTER SMOGERNE
- VIL DU OGSÅ VÆRE MED?

Vi starter fælles rygestophold 23. oktober kl. 17.00-18.30 på GXU, Gladsaxevej 198 i "kantin".
Det er ganske gratis, og der er mulighed for at få hjælp til nikotinprodukter når du deltager på kurset.

Følg os på Høje Gladsaxe Kutter Smøgerne





Skriv til
rygestop@gladsaxe.dk
eller ring / SMS på
24 76 66 21

**SAMMEN OM
ET RØGFRIT
FÆLLESSKAB I
HØJE GLADSAXE**

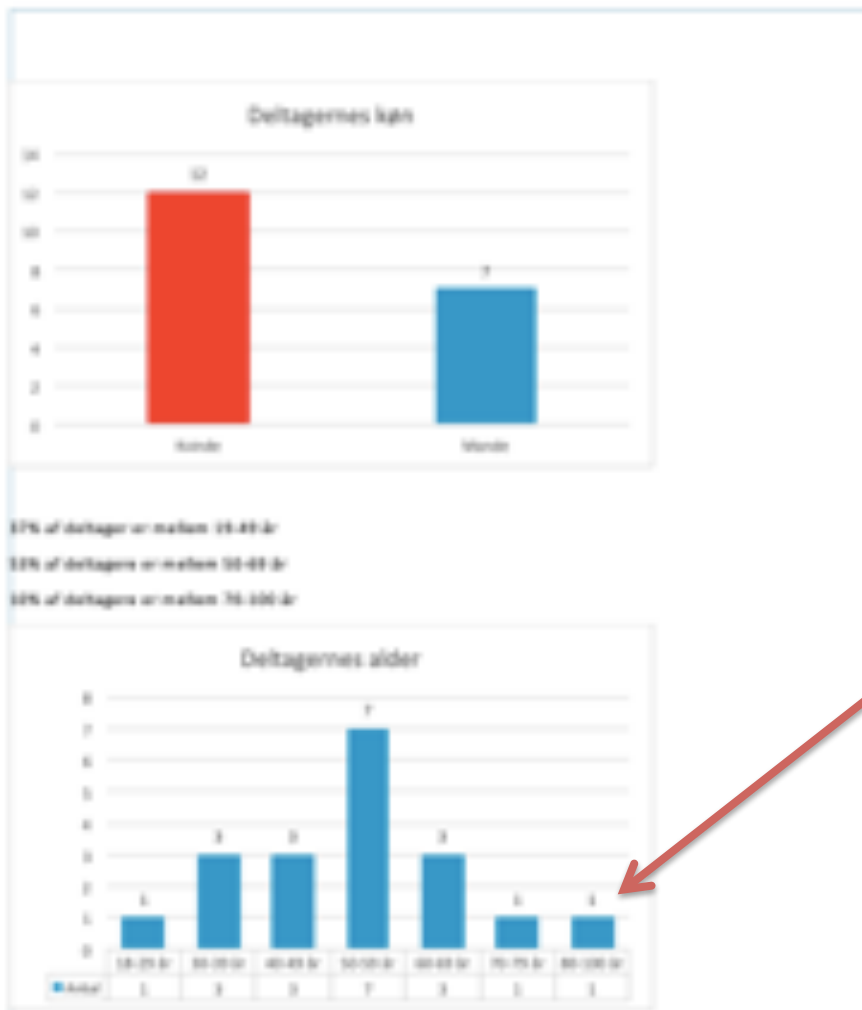
HØJE GLADSAXE KVITTER SMOGERNE
- VIL DU OGSÅ VÆRE MED?

Vi starter fælles rygestophold 23. oktober kl. 17.00-18.30 på GXU, Gladsaxevej 198 i "kantin".
Det er ganske gratis, og der er mulighed for at få hjælp til nikotinprodukter når du deltager på kurset.

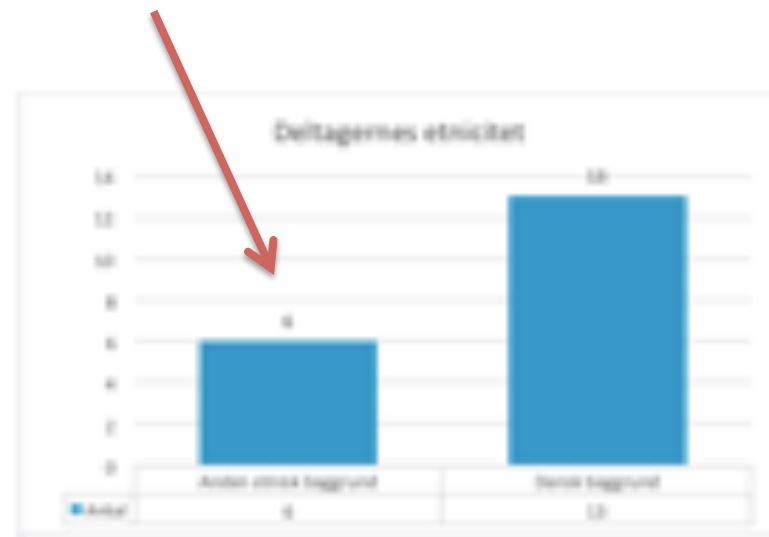
Følg os på Høje Gladsaxe Kutter Smøgerne



INDSIGTER - DELTAGERE



INDSIGTER - DELTAGERE



INDDRAGELSESPPLAN

Ansvarlige	Status	Netværk	Hvem	
Braulio		Bydelsmødre	Bushra Qurashi	
		Bydelsmødre	Muna Dahir	
		Bydelsmødre	Halah	
		Eftermiddagsmøde (kirk)	Sanne Dmberg	mandag (kirk kl. 14-16)
		Torsdagsmiddag (kirk)	Sanne Dmberg	én torsdag om måneden (Kirken kl. 17:30-20)
		Gospelkoret (kirk)	Christoffer Nolsøe Lund	tirsdag (Haraldskirken kl. 19-21)
		Pulsen	De forskellige tovholder	
		Fmille-rul (pulsen)	Jørgen Ejgil Hammer	Onsdag (container kl. 16-18)
		Kreativ eftermiddag (pulsen)	Lotte Grandjean	onsdag (Pulsen kl. 13-15:30)
		Kvindegruppe fredag (pulsen)	Aisha / Muna (bydelsmor)	Fredag (Pulsen kl. 17-19)
		URK Lektiecafe (pulsen)	Peter Bollhorn	Onsdag (Pulsen kl. 17-19)
		Giv Liv	Dorthe	
		Giv Liv	Jeff	
		Bibliotek		
		Onsdagscafé (bibliotek)	Joan Sønderup	onsdag i ulige uger (bibliotek kl. 10:30-12)
		Suleman Naim		26491149
		Familie i centrum	Christina Andersen	torsdag (Lundegården kl. 17-19)
		Drift		
		FairPlay (Ung til ung)	Anna Rytter	hver anden onsdag
		Foreningsnetværk	Majbrit Mouridsen	
		Kirk		
		Seniorklub	Ea	
		Skur2	Martin	
		Vores HG		
Ansvarlige	Status	Netværk	Hvem	
Preben tager fat i netværk i primo uge 41		Café Vera	Jane Bartolin	onsdag (seniorklub kl. 10-14)
		Fotoklub	Lars Laursen	man. (seniorklub kl. 10-14) - tor. (kl. 16-18)
		Håndarbejde	Ulla Reitz	tirsdag (seniorklub kl. 11-15)
		Literatur	Ingelise	mandag (seniorklub kl. 10-12)
		Madklubben Mad og Mænd	Gunner Laursen	torsdag (seniorklub)
		PC-mødestedet	Poul Søgaard	onsdag (seniorklub kl. 13-16)
		Seniorklub for 60+ kvinder	Ashraf Tejani	onsdag (seniorklub kl. 11-15)
		Tirsdagsklubben	Lizi Backhausen	tirsdag (seniorklub kl. 11-14)
		Verdens Kvinder i Gladsaxe	Zara Y. Jensen	fredag (senior kl. 11-15)
		Videoklub	Johnny Bjørnstad	lørdag (seniorklub kl. 10-14)
		Ældrestryken		sidste torsdag i måneden (seniorklub kl. 12-15)
		Gåhold	Agnes Laursen	tirsdag (Pulsen kl. 10-12)
		Nytehaverne	-	
		Alma		
		Batol Shakir Hsownay		
		Skuld	Bruno Jacobsen	
		Jane Jandu		(arb.) 26122544
		Jannik Sørensen		
		Søster		
		Idlyl St. Hilaira		
		Jhon (formand)		
Ansvarlige	Status	Netværk	Hvem	
Gitte		Idrætsanlæg	Thor Storgaard	
		Vores vej til foreningslive (foreninger)	Ida Lykke Bang	
		Stavganger		
		Svømmehallen		
		Stadion		
		Kvintehal		

HVAD HAR VIRKET / IKKE VIRKET?

- Annoncer har virket godt – både M / K.
- Deling af opslag har virket.
- Samarbejde med lokale aktører har virket.
- Identifikation af sponsorer! Grannys, Idrætsanlæg, Richter. Inkl. præmier.
- Udtalelser virker godt – en del interaktioner.
- Konkurrence virker godt ift. interaktioner.
- Landing page + direkte mailadresse kan have positiv effekt

GLADSAXE

RPDS - CASE

RYGESTOP PÅ DIT SPROG - PRAKTIK

- Rygestop vil foregå i beboerrådgivningen i **Værebroparken**.
- Lokale sundhedsformidlere er kontaktpersoner i Værebroparken.
- Brugere er typisk svære at fastholde...
- 2 hold med minimum 7 personer på hver er målet i Gladsaxe. Første kursus for arabisktalende starter op onsdag 29. januar 2020. Tidsrum er 12.30 – 14.30 da det er der de kan.
- Havde næsten et helt hold med tyrkisktalende personer, men ekstern rådgiver var desværre booket.
- Pop up i Værebroparken – rygestop to go!

RYGESTOP PÅ DIT SPROG - REKRUTTERING

- Prøver samme tilgang som HGKS med uddeling, synlighed etc.
- Postkort bruges, og står på Hovedbibliotek, Bibliografen, forebyggelsescenter.
- I HGKS kunne vi se at **belønning, anerkendelse, diplom** etc. var meget vigtige elementer.
- Typisk **mund til mund** rekruttering har virket.
- Opslag i lokalavis på dansk „Det sker i Gladsaxe“ 15. januar
- Den **tyrkiske** målgruppe i Værebroparken er RIGTIG svær at få fat i var tesen!
- Nabela vurderer det er super vigtigt det bliver **synligt** hvad der foregår, hvor, hvem etc = få paraderne ned! (næste side)

ELEMENTER – A4-POSTER



Vil du være røgfri?

Gladsaxe Kommune tilbyder dig et
Rygestopkursus på arabisk

Vidste du at:

- 25% af alle dødsfald skyldes rygning, knap 14.000 årligt
- 50% af de rygere, der ikke stopper med at ryge, vil dø af en rygeplum, der skyldes rygning
- 60-70% af de rygere der følger et rygestop kursus bliver røgfri



- På kurset får du hjælp og støtte til at stoppe med at ryge. Sammen med andre rygere lærer du hvad du kan gøre for at undgå at ryge i hverdagen og til fester
- Rygestopkurset løber over seks mødegange af to timers varighed
- Du har mulighed for at få tilskud til nikotinerstatning

Kursus starter onsdag den 29. januar kl. 12.30 – 14.30
Sted: Beboerhuset, Værebrovej 76

Tilmelding nødvendig. Sms eller ring til: Sundhedsformidler **Hobela: 2045 3452**
Rygestoprådgiver **Mouna: 4018 3118**

Det er gratis

 **GLADSAXE**



Plakaten handler om rygestopkurset på arabisk

هل تريد التوقف عن التدخين ؟

كومونة كلاسكسه تقدم لك فرصة الاشتراك في كورس دراسي للتوقف عن التدخين باللغة العربية ، مجاناً

هل تعلم :

- 25% من حالات الوفاة بسبب التدخين - حوالي 14 ألف شخص سنوياً
- 50% من المدخنين الذين لا يتوقفون عن التدخين ، يموتون بمرحلة بسبب التدخين. 60-70% من المشاركين في الكورس يتوقفون عن التدخين.



في الكورس ستحصل على مساعدة ودعم للتوقف عن التدخين ، ومع المشاركين الآخرين ستتعلم ما يمكنك القيام به للتوقف عن التدخين اليومي أو في المصحات .
لقامات كورس وقف التدخين لمدة على مدى ستة أسابيع بمعدل ساعتين اسبوعياً .
هذه فرصة لتقديم مساعدة للحصول على معاشات التباكين المساعدة في التوقف عن التدخين .

تبدأ الحلقة الدراسية في يوم الأربعاء 29 يناير من الساعة 12.30 حتى 14.30
Beboerhuset, Værebrovej 76

التسجيل ضروري عند : الوسيلة الصحية السيدة (نبيلة) على التلغون 2045 3452 أو
مرشدة وقف التدخين السيدة (منى) على التلغون 4018 3118

آخر يوم للتسجيل هو الاثنين الموافق 27 يناير الساعة 12 ظهراً

المشاركة مجانية

 **GLADSAXE**

SUMMEN

- Hvad har virket / ikke virket i jeres kommune?
- Fokus på rekruttering / markedsføring / synliggørelse af projekt / tilbud
- Deling af erfaringer – hvad har i oplevet, som i gerne vil give videre?

PAUSE

OPFØLGNING GENERELT

Udover hvad der bliver delt i dag, vil jeg udarbejde en oversigt over hvad der er gjort af erfaringer i de respektive kommuner. Både gode og dårlige.

Input vil være baseret på alle de møder vi holdt med kommuner i løbet af processen