

	3	Borgmesterforvaltningen
	22	By- og Kulturforvaltningen
	27	Ældre- og Handicapforvaltningen
	37	Social- og Arbejdsmarkedsforvaltningen
	43	Børn- og Ungeforvaltningen
		Tværgående kerneområde
	59	Sundhed

SERVICE- & STØTTEFUNKTIONER

BITTENS BLOG

1. MARTS

Fedt!!! Tiltrådte i dag i mit nye job som leder af Velfærdsafdelingen, Odense Kommune. Spændt på, hvad det bringer – nye opgaver, nye kollegaer, nye medarbejdere og en helt ny organisation jeg skal lære at kende. Jeg kommer nok til at savne Accarambas konsulentfunktion, det internationale miljø og den store organisation. Men jeg glæder mig helt vildt til at opleve den kommunale virkelighed!

Nå, men den første dag gik rigtig godt ☐ Der var blomster på bordet, og min søde sekretær Gert havde sørget for morgenbrød til hele afdelingen. Det gik også fint med it'en. Jeg kan arbejde hjemmefra, bærbar pc og telefon stod klar på skrivebordet, og Gert havde modtaget et éngangskodeord, som vi tastede ind, hvorefter jeg straks var i gang og hurtigt fik overblik over dagens møder. Jeg nåede også lige et hurtigt kig

på den overskuelige og informative medarbejderportal. Et par aftener med den, så er jeg nok allerede godt inde i kommunens organisation. Bare sådan en ting som Rekrutteringsguiden. Den kunne mit gamle firma lære meget af. Nu har jeg selvfølgelig ikke brug for at ansætte nogen lige foreløbig, men det er rart bare at vide, at den er der. Jeg er i hvert fald glad for at komme hurtigt i gang. Det er lige min stil!

Nåede også lige at indkalde mine teamledere til statusmøder de kommende dage. Jeg kendte ikke Notes i forvejen, men det virker meget let at gå til. Gert spurgte, om jeg havde brug for et kursus i det, men jeg sagde pænt nej tak. Helt ærligt, et mailprogram er vel et mailprogram!

2. MARTS

Dårlige nyheder lige fra morgenstunden. Fredagshumøret på P3 var ellers på 9, og mit eget var på 10 indtil for 5 minutter siden. Min teamleder for udførerteamet, Lisbeth Kildemose, har sagt op. Hun har lige været inde hos mig og fortælle, at hun har fået nyt job og stopper til den første. Jeg skal lige have styr på mine tanker. Vi skal hurtigst muligt have fundet en erstatning for Lisbeth. Så fik jeg alligevel brug for Rekrutteringsguiden på Medarbejderportalen. Den er da heldigvis let at finde ud af. Og jeg kan se, at Odense Kommune har et fikst rekrutteringssystem, der understøtter hele den administrative proces med at udarbejde stillingsopslag, oprette samtaleudvalg,

vælge annonceringskanaler mv. Sammen med vejledning fra Rekrutteringsguiden skal det nok glide nemmere, end jeg lige regnede med. Hillemand! Jeg tror jeg vil prøve at lave et nyt og spændende stillingsopslag. "Hire well", som man siger. Hmmm ... måske skulle vi også lave en lille film om at være ansat i Velfærdsafdelingen. Det må HR & Kommunikation kunne ordne for mig. Jeg ringer lige til dem. Resten af dagen skal jeg bruge på at gennemgå økonomien og afdelingens resultatkontrakt sammen med Gert. Og så må det ellers gerne snart blive weekend. Jeg er helt blæst.

5. MARTS

Nå, HR & Kommunikation kunne godt give mig nogle gode råd til stillingsopslaget, og filmen er også en mulighed. Super! Jeg skal også lige have styr på opsigelsesreglerne, de må ligge i Personalehåndbogen, og den finder jeg jo nemt på medarbejderportalen. Det er lidt noget bøvl at finde rundt i den, men det er da godt, at den er ved at blive lavet om, så jeg ikke skal ringe til Servicecentret for at spørge om det hele. Skal

vel også kunne klare lidt selv. Fint, stor pige. Nå, så skal jeg lige have styr på opsigelsesreglerne, det må ligge i Personalehåndbogen. Jeg må lige huske at kommentere på, hvor brugervenlig den er, i ØOU brugerundersøgelsen på mandag.

12. MARTS

Pliing! Der tikkede der så lige endnu en lille "2-do-ASAP-HASTER-HOLD MIG CC'et"-mail mere ind. Fra direktøren personligt. Mental note: Jeg må nok arbejde lidt med mine fordomme om tempoet i det offentlige... lige nu lever jeg jo mest livet i indbakken, og jeg vil også gerne nå at tale lidt med mine medarbejdere. Apropos Notes, så siger Gert, at Notes er meget rodfæstet i Odense Kommune. I Accaramba brugte de fleste jo Outlook. Men der var da også nogen, der brugte Notes, Pegasus, GroupWise og sågar Eudora. Ja, og de sidste par år var der endda mange, der brugte Gmail, Hotmail og alt muligt andet. Al den forvirring gjorde det svært at finde folk i adressebogen, og når man skulle indkalde dem til et møde, var man nødt til at ringe rundt. Godt det ikke er sådan i Odense! Men der er da masser af it-systemer i sådan en kommune.

Per, vores lokale it-kontaktperson, viste mig lige en liste over alle kendte it-systemer her i kommunen, og jeg var ved at falde bagover. Det er jo helt vildt! Jeg håber nogen har overblik over alt det. Men der er grænser for galskaben, for her i kommunen har vi som sagt kun ét system til mail og kalender. Basta. Men Gert fortalte dog, at han for nylig var til møde i en arbejdsgruppe, hvor man skulle tage fat på noget, som it-folkene kaldte for applikationskonsolidering ("applika-hvad?", sagde jeg). Ideen var vist at sikre, at vi kun brugte ét it-system til den samme opgave – men også, at sørge for, at vi i det hele taget bruger it, overalt hvor det giver mening - så der er vi åbenbart ikke helt endnu.

14. MARTS

Dadaa. Frisk og frejdig møder jeg ind på arbejdet, og så er der kommet et brev fra en faglig organisation – hvad er nu det?? De ønsker en forhandling, yes sir – men jeg har da ikke gjort noget galt, og forhandling,

det er da ikke lige min stærkeste side. Ringer straks til Servicecentret.

15. MARTS

Så er pulsen kommet ned på et tåleligt niveau igen. Servicecentret tager sig af alle forhandlinger med de faglige organisationer. Så er der håb forude. Jeg kigger straks efter et kursus om forhandling på medarbejderportalen – allerede om 1 måned kan jeg komme af sted. Super!! Trænger også til at møde nye spæn-

dende mennesker. Jeg tilmelder mig med det samme. Nå, men jeg må hellere få sendt fagforeningens brev af sted til Servicecentret, så klarer de næsten resten for mig. Pyyhh, det her ku' da ellers lige give lidt sved på panden.

19. MARTS

Øv! Skulle lige til at sende mit notat til direktøren her mandag morgen, og så gik ESDH ned. Det kører ellers meget godt, for jeg har da ikke været ude for det her før. Men sådan noget skal bare virke!!! Det er egentlig ikke noget man tænker over, undtagen altså, når det ikke virker. Nogen skal bare tage sig af det, så JEG ik-

ke spilder min tid, for der er jo opgaver nok, der skal løses. Vi keder os da ikke her i det offentlige...

27. MARTS

Yippiie! En sten er faldet fra mit hjerte. Jeg har endelig fået sendt oplægget om personalegoder af sted til lokaludvalget – også et input til et godt arbejdsmiljø og medarbejdertrivsel! Så håber jeg, vi får en spændende drøftelse på næste møde. Resten af dagen skal jeg være i selskab med Strategisk Lederforum. Vi skal snakke om, hvordan man bedst deler sit lederskab via MED-organisationen, så vi samlet set får en mere effektiv ledelse, større kvalitet og højere arbejdsglæde. Ikke et øje er tørt. Det er da også på tide, at vi får en

tidssvarende MED organisation, synes jeg. Det er vigtigt, MED repræsentanterne bliver bedre klædt på til de mange ofte svære diskussioner, vi bringer op. Det er fedt, at HR-chefen deltager, så han kan få vores input med tilbage og foretage et fagligt kvalitetscheck - inden den nye strategi for MED-organisationen skal sættes i gang i ØOU.

2. APRIL

Jeg nævnte vist, at jeg synes godt om Medarbejderportalen, hvor du nu altså læser min blog. Det har især overrasket mig, at det var så let og intuitivt at komme i gang med at bruge den. Dels er informationerne lette at finde rundt i, og dels skal jeg ikke bruge kodeord for at komme ind på den her fra afdelingen. Men i går, hvor jeg var på vej til konference i Århus, skulle jeg lige finde noget om ferieregler i Personalehåndbogen.

Så gik jeg bare på nettet fra toget med min bærbare pc og brugte NemID-papkortet (min veninde kalder det for middelalderpapkortet, tih) til at logge på. Det er smart! Ikke alene virker det sikkert, så jeg føler, at jeg trygt kan skrive personlige ting derinde, og at andre ikke udgiver sig for at være mig – det er også nemt...

Hov. Sagde jeg nemt? Nå, ja. Det der med papkortet, det er måske lidt old school, men til gengæld, så bruger man jo efterhånden "PapID" alle steder – jeg bruger det både til banken, til biblioteket og – ssschh – til det nye datingsite jeg er begyndt at bruge. Men det med papkortet, det er lidt ligesom med cykelhjelm – lidt træls i starten, men man vænner sig hurtigt til det, og jeg vil da sige det sådan, at det er fedt ikke at skulle huske på alle mulige forskellige koder til det ene og det andet. Og helt ærligt: Jeg er da sikker på, at kommunens it-folk godt kunne finde ud af at bygge deres eget login-system, hvis de ville – det ville sikkert mere dem (nørd...), men hvorfor skulle vi dog bygge noget, der allerede findes. At vi har 98 kommuner betyder vel ikke, at vi skal gøre det hele 98 gange – det skal mine skattepenge da ikke gå til (-;

16. APIL

Så er den gal igen. Min teamleder Jytte Gruhsballe fra Velfærdsafdelingens administrationsteam har lige beslåret sig over, at hendes medarbejdere skal ind i 2 systemer for at registrere borgerafgørelser – ja en gang imellem endda i hele 3. Hvad gør vi? Vi er presset på tid, kassen er snart tom, og borgerne siger vi

vender ryggen til dem for at nå vores registreringer. Hey! Jeg tager kontakt til IT-afdelingen. Nogen må gøre noget ved det her cirkus.

19. APIL

Havde et fint møde med vores forvaltnings kontaktperson i IT-afdelingen (anede slet ikke, at vi havde sådan en fætter). Han er proceskonsulent og virkede som en helt fin fyr, ret rutineret. Der var også en anden it-mand med, som kaldte sig it-arkitekt. Hallo! Han snakkede meget om standarder og helhedstænkning og alt muligt andet mærkeligt, men det virkede da til, at han forstod vores problemer. I hvert fald vil-

le de gå hjem og tegne og skrive lidt på arbejdsgange og systemer, og de ville også tage fat i en projektleder, som kunne guide os igennem hele processen – også så alt det med indkøb og jura kom helt på plads. Det der med EU-udbud, det er altså ikke for børn, skulle jeg hilse og sige...

25. APIL

Surprise! I dag poppede der en mail ind i min indbakke, fordi Gurli nede fra udførerteamet har været sygemeldt i mere end 20 dage. Mailen er fra Servicecentret og indeholder information om, hvad jeg skal foretage mig som leder i forhold til Gurli, og hvor jeg kan hente mere information eller rådgivning. Det er da service! Det var godt nok meget belejligt at

få den information, så jeg kan arbejde på at fastholde dygtige Gurli. Jeg tror lige jeg ringer til kontaktpersonen i mailen og hører nærmere om den der omsorgssamtale...

27. APRIL

Så blev jeg lidt klogere på processen mht. Gurli. Godt jeg har Gert, der kan hjælpe mig med al sagsbehandlingen og journaliseringen af dokumenter i PPS. Det er smart med alle de systemer til journalisering, så jeg altid ved, hvor jeg skal finde tingene – jeg skal bare lige blive dus med dem først!

Gert deltager også i PA-netværksmøder arrangeret af Servicecentret, og læser Viden Om (det burde jeg vist også....). Men jeg henter en del sparring her – det er virkelig tjekket.

1. MAJ

Så skal jeg snart holde MUS-samtaler. Altid noget jeg har fået lært medarbejderne godt at kende nu.

Det gør det hele lidt lettere. Flere af dem har i øvrigt været inde hos mig og sige, at de syntes det var en fin medarbejderdag vi havde i sidste uge. Et passende mix af fagligt og socialt. Men ikke nok med det: Jeg har også lige fået resultatet af kommunens trivselsundersøgelse, og det satte mig på sporet af, hvor skoen trykker. Det er nu ikke, fordi mine medarbejdere ikke trives – de fleste har heldigvis givet udtryk for, at vores arbejdsmiljø er rigtig godt, men det meget rart lige at vide, hvad der rør sig. Til MUS-samtalerne skal vi bruge Kompetencespejlet. Tidligere på dagen tjekkede jeg, om der skulle stå noget om det på medarbejderportalen. Bingo. Man kan simpelthen næsten finde alt på den portal! (den næste artikel jeg finder derinde hedder sikkert "Få succes på 10 minutter").

Da jeg læste det om MUS og så listen med gode råd til MUS-samtalen, kom jeg i tanke om alt det, folkene fra HR og Kommunikation fortalte om ompetencespejlet, da de var her. For øvrigt altid rart at få nogle ansigter på de folk. Så tog jeg ellers tyren ved hornene og startede med at se på, hvilke aftaler der blev lavet sidste år. Ahhh, det kan jeg så ikke se som ny leder, men så må jeg lige snakke med medarbejderne inden! Det er ellers smart, at man kan holde styr på MUS-samtalerne på denne måde. Mon ikke også jeg lige skulle se på sygefraværet i vores afdeling inden MUSsamtalerne? Jeg tjekker det selvfølgelig på LIS-portalen. Jeg kan se, at en af medarbejderne efterhånden har et meget stort fravær – har hun problemer derhjemme? Måske har hun brug for nedsat tid en periode ... gad vide, hvordan reglerne er, og hvad jeg må spørge om? Jeg tror vist liige jeg må bede om lidt vejledning fra Servicecentret.

19. MAJ

Hæ - jeg føler mig da bestemt ikke overset her i biksen ;-). I dag blev jeg kontaktet af Servicecentret, hvor jeg som ny leder blev tilbudt en konsultantsamtale med en udviklingskonsulent fra HR & Kommunikation. Derudover blev jeg inviteret til et introduktionsarrangement sammen med andre nyansatte ledere. Fedt – og så får jeg også hilst på samtlige direktører. Man er vel nysgerrig efter at se, hvem "gi-

rafferne" er. Og så skal jeg da også lige have tilmeldt mig kurserne for nye ledere, der kører her til efteråret. Fik jeg for øvrigt nævnt, at jeg slog min chef med 4 minutter på 10-kilometeren til Eventyrløbet i forårs:)

6. JUNI

Gisp! Ingeborg Gralms altså – ja, det er lederen af Velfærdsafdelingens borgerteam; vi kalder hende "lo-kaltornadoen". Hun drøner rundt og snakker om målgrupper, synlighed og kommunikation i øjenhøjde. Hele tiden. Holder hun da aldrig fri? Hun kom brasende ind på mit kontor i dag, lige midt i koordinationsmødet. Hun ville bare dele en succeshistorie med mig: Siden vi fik vores selvbetjeningsløsning op at køre på www.odense.dk, har vi fået 28 % færre opringer og 40 % færre mails. Mails'ne er de værste. De tager vores tid, fordi folk altid glemmer at skrive, hvem de er, og hvad det drejer sig om. I telefonen kan man da få det hele at vide, og så ellers prøve at lokke dem til at klare det selv næste gang. Venligt, men bestemt. For hele ideen er jo, at borgerne mest skal henvende sig med de ting, de ikke selv kan klare nemt på

nettet. Og tit går det jo også hurtigere for alle parter på den måde.

Nå, men Ingeborg fortalte også, at medarbejderne faktisk har taget rigtig godt imod den nye medarbejderportal.

Mange af dem var godt trætte af den gamle, og det er jo også meget nemmere at skrive noget inde på den nye. Så Ingeborg synes vi skulle droppe det trykte nyhedsbrev og bare lægge det ind på medarbejderportalen. Da jeg nikkede til det, ville hun straks ringe til HR og Kommunikation, men jeg kom da i tanker om, at vi skal henvende os til kommunikationskonsulenten i vores forvaltning i stedet for.

15. JUNI

På ledermødet i dag blev vi spurgt, om vi havde lyst og mulighed for at have en kontorelev i afdelingen. Jeg sagde straks ja! Det er da spændende at lære de unge ind i arbejdslivet, og det kan da give et frisk pust i dagligdagen og en ekstra ressource til at løfte forskellige opgaver. Da jeg selv var ung så... nå, det er vist ved at være et stykke tid siden. Hmmm ...

jeg må vist hellere lige finde en, der har lyst til at være oplæringsansvarlig først. Jeg ringer til Servicecentret og hører, hvad der forventes af vedkommende og af os som afdeling.

21. JUNI

JUBII - Gert har sagt ja til at være oplæringsansvarlig for en ny elev, der starter her den 1. september.

Det bliver da sjovt at følge sådan en elev, og jeg tror

også det bliver en spændende udfordring for Gert. Jeg vil lige tjekke op med Servicecentret, om Gert kan komme på et kursus eller noget, så vi kan give eleven den allerbedste start. Velkommen her i min butik!

22. JUNI

Tiden løber (når man har det sjovt)! Jeg kan ikke komme ud, for sommerferien står for døren (ja, den var gammel, men det kan du selv være). Men jeg har bare 1000 ting jeg skal nå, inden jeg går fra. Jeg kan godt mærke, at alle de relationer jeg har fået opbygget her i kommunen også begynder at kaste noget arbejde af sig, for det er jo vigtigt at vedligeholde sit netværk, ikke? Heldigvis kan jeg lettere få ting igennem nu, fordi jeg ved, hvem jeg skal ringe til. Jeg har også fundet ud af, hvordan Odense Kommunes projektmodel virker. Det er utrolig smart, at vi har en fælles model og et fælles sprog, hvor ord som styregruppe og mile-

pæl betyder det samme for alle. Om projektmodellen så hedder KINGS, PRINCE, CECIL eller noget helt fjerde, det er knap så vigtigt. Men ak, kære læser. Efter ferien er jeg måske nødt til at skære lidt ned på aktiviteten her på bloggen - kan simpelthen ikke nå det hele, skal også lige pleje mit privatliv lidt - men jeg håber at kunne tage fat igen i løbet af efteråret, når vi forhåbentlig er kommet godt igennem vores it-harmoniseringsprojekt. Og så: Read my lips: F-E-R-I-E!!!

21. SEPTEMBER

Gurli er desværre stadig sygemeldt pga. alvorlig sygdom. Jeg har haft en tæt kontakt til hende under sygdomsforløbet, men jeg kan nu se, at hun nok ikke vender tilbage til sit arbejde. Jeg tog derfor i dag igen kontakt til en HR-rådgiver i Servicecentret, for at blive lidt klogere på, hvad jeg som leder skal gøre. Jeg

blev rådgivet i, hvordan jeg skal indhente en lægelig udtalelse om Gurlis muligheder for at komme tilbage på sit arbejde. Så det er så næste skridt – det er bare ikke rart ikke at kunne gøre mere som leder i sådan en sag.

10. OKTOBER

Tilbagemeldingen fra lægen angående Gurli var, at hun desværre ikke kan komme tilbage til sit arbejde igen. Jeg er meget taknemmelig for, at jeg ikke stod alene om processen, da det er en svær beslutning at skulle af med Gurli. Ud over alt det praktiske omkring samtalen med Gurli og det med at skrive et fremsen-

delsesskema til Servicecentret, så tager de sig af det meste af den administrative proces. Jeg håber virkelig det bedste for Gurli fremover Hun er allerede og vil blive savnet her i afdelingen.

24. NOVEMBER

Wow! Nu er vi gået i luften med vores nye registreringssystem Harmony. Projektlederen er stolt over, at vi holdt planen og budgettet – vi andre er bare glade for, at "skidt" virker som det skal.

Men sikke en masse møder og skrivearbejde, der skal til. Det fatter man jo ikke, når først man sidder der med det færdige system. Så er alt forarbejdet pludselig bare ligegyldigt. Og nu, hvor Harmony har erstattet de 3 gamle it-systemer, så tænker man jo slet ikke over, hvor bøvlet det hele var før. Det er fedt, at vi kan bruge vores tid på at tage os af borgerne – det er jo dem, vi er der for, right?

Projektarbejdsformen skal styrkes OK ønsker at styrke projektarbejdsformen, og ØOU vil derfor gennemføre en tilfredshedsundersøgelse blandt porteføljeledere, styregruppedeltagere, projektledere og projektdeltagere. Dette vil blive brugt til at forbedre

projektunderstøttelsen, i form af f.eks. projektmodellen, skabeloner, guider og øvrige værktøjer til gennemførelse af projekter.

En af de gode ting ved det nye system er, at det har et selvbetjeningsmodul, så borgerne selv kan indtaste oplysningerne – og det spiller selvfølgelig sammen med Digital Post og NemID og jeg skal komme efter dig. Det sparer tid for os, og borgerne er glade for det. Genialt, at borgerne laver meget af registreringsarbejdet selv, så vi bare skal tage os af det rent faglige. Og så selvfølgelig hjælper dem, der har brug for det. Som leder må jeg også sige, at det er en fornøjelse at se, hvordan samarbejdet er blomstret op, nu hvor frustrationerne over de gamle besværlige systemer har lagt sig. Det er lige sådan her, det skal være.

28. NOVEMBER

I dag var jeg igen til møde i digitaliseringsudvalget vedr. borgersagsbehandling. Okay, jeg har da møder nok at rende til, men jeg kan da godt se, hvorfor man har slags. Vi skal nok få klaret de dagtildag opgaver, der er med it'en, men hvordan styrer vi egentlig, at de valg vi træffer, hænger sammen med det, vores naboafdelinger går og gør?

Jamen, jeg vil da nok sige, at uden det mandat og de relationer, vi har fået opbygget i digitaliseringsudvalget, så ville det da have været rigtig svært for os at erstatte de 3 gamle registreringssystemer med Harmony. For på en måde – så er det letteste jo bare

at rulle noget mere it på, når det gamle ikke duer, ikke?

Men det er bare ikke så fed en idé alligevel! For det hele skal jo hænge sammen. Sådan rigtigt. Derfor er det meget bedre at overveje, om den it, vi har brug for, allerede findes i kommunen forvejen – måske i en anden forvaltning. Den slags hedder koordinering, og det er vigtigt, men det er ikke altid lige let, og man bliver ikke altid populær, når man "blander" sig i andres ting. Omvendt, så kan man også få høvl, når arbejdsprocesserne ikke hænger sammen på tværs. Så meget overblik har jeg da fået nu (der må klappes).

1. DECEMBER

Sådan der. Har lige besvaret den årlige tilfredshedsundersøgelse fra Servicecentret. Det er svært at bevare pessimismen! Min indre brokker.. må jo erkende, at it'en bare kører. Og det gælder hele vejen rundt. Jeg har ikke engang grebet vores ESDH-system i at være nede det sidste halve år. Men OK, måske har jeg

heller ikke liige nået at få journaliseret det hele, så jeg er ikke så flittig en ESDH-bruger, som jeg burde være. Men alle siger, at det kører godt. Også rart, at de lige måler på det, så vi brugere bliver hørt. Og at de offentliggør det. Mere af den slags!

28. FEBRUAR

Hurra! Nu har jeg været i Odense Kommune i et helt år. Tiden er bare fløjet afsted. Jeg savner IKKE Accaramba. Det var bare bundlinie-bundlinie-bundlinie hele tiden. Fatter ikke, at jeg har kunnet undvære den mangfoldighed og kompleksitet, som jeg har op-

levet her i Odense Kommune. Selv kantinen er god! Og mine medarbejdere siger endda, at de vil nominere mig til årets chef. Hvornår mon jeg vågner af min drøm?

ERHVERV OG TURISME

NETHANDEL ER VEJEN TIL ØGET OMSÆTNING HOS SHIRAZ SELECTED

STUDIEBYEN ODENSE

19. Februar 2010: Stine 20 år fra Vejen

12. JANUAR 2009

ENDAGSTURISME

ODENSE PÅ ÉN DAG - NOGET FOR ENHVER SMAG I HELE FAMILIEN

NETHANDEL ER VEJEN TIL ØGET OMSÆTNING HOS SHIRAZ SELECTED

PRODUKTIVITET (ERHVERVSINDKOMST + 10.000 I DET PRIVATE ERHVERV)

Helle er marketingchef i Shiraz Selected – en succesfuld vinhandel i Odense C. Vinhandlen har ligget på gågaden i årtier og er kendt af alle odenseanere som et sted, hvor man får kompetent rådgivning om vin til weekendens gode middag. Virksomheden klarer sig godt.

Men allerede i 2005 står det klart for Helle, at hun bliver nødt til at rationalisere virksomhedens arbejds-gange, når det gælder indkøb, udsalg og levering af vin til virksomhedens mange forhandlere. Hun oplever, at hun spilder tid på at tale i telefon og sende mails frem og tilbage for at bekræfte ordrer og sikre lagerbeholdning, når forhandlerne ønsker at købe partier af vin hjem til deres lokale butikker.

Helle køber derfor et digitalt produktkatalog (et it-system), der kan tilgås via internettet landet over. Her kan forhandlerne logge ind, bestille vin og se priser og informationer om vinene. Helle tager rundt og præ-senterer systemet, og hun bruger en masse krudt på at lancere det overfor sine kollegaer og chefer, der langsomt ser lyset: de sparer tid.

Produktkataloget bliver langsomt et vigtigt omdrejningspunkt for virksomhedens salg til forhandlerne, og Helle får nu etableret en webshop, så også almindelige danskere kan købe vin online.

Kort efter lanceringen af webshoppen får Helle en invitation til Udvikling Odenses 'E-businessevent', og hun beslutter sig for at tage med til det store arrangement i Fionia Park i juni 2009. Her hører hun, at Udvikling Odense opretter et netværk for e-købmænd, og hun beslutter sig for at deltage. I august 2009 bli-

ver Helle en del af 'E-business Netværk 3' for store, fynske virksomheder, der har nettet som salgskanal. Hun bliver hurtigt en fast del af netværkets møder, og hun deltager ca. en gang om måneden for at drøfte fx e-handelsstrategi og forankring af webshoppen internt i organisationen.

For Helle betyder netværket, at hun får 'kollegaer', hun kan ringe til og som hjælper hende med udviklingen af shoppen. Faktisk går det rigtig godt med Helles vinhandel på nettet – hun deltager i mange af Udvikling Odenses faglige seminarer om e-handel, og f.eks. er seminarerne om brugervenlighed og online markedsføring noget af det, hun får mest ud af. I efteråret 2010 tager hun imod et gratis 'E-businesstjek', hvor Udvikling Odenses erhvervskonsulent gennemgår hendes webshop. Det tjek giver hende en god ide til en ny Facebook-baseret kampagne.

Helle har skabt en helt ny salgskanal for sin virksomhed, og hun er i praksis ikke blot marketingchef, men også salgschef med ansvar for en god del af virksomhedens samlede omsætning. Det er faktisk gået så godt, at Hanne har ansat en marketingassistent, og at hun også har taget en praktikant fra Syddansk Erhvervsskoles Multimediedesign-linje – et tilbud, hun fik øjnene op for, da Udvikling Odense holdt præsentationsoplæg om praktikant-ordningen.

Helle har været med til at sikre, at Shiraz Selected fortsat har sin smukke butik på gågaden – fordi hun har sikret sig, at virksomheden får del i den stadig stigende omsætning på nettet. Hvis ikke Shiraz Selected havde taget deres del af vinhandlen på nettet, så havde andre gjort det.

Februar 2010: Stine 20 år fra Vejen

HØJTUDDANNEDE (5.000 FLERE HØJTUDDANNEDE I BESKÆFTIGELSE)

Jeg er lige kommet hjem fra en 3 mdrs. tur med rygsæk rundt i Asien og det eneste, jeg tænker på er, hvordan jeg kan komme af sted igen, men mine forældre vil have mig med til Uddannelse Uden Grænser messen i Odense. Hmm lyder altså lidt kedeligt, når man lige har dykket med skildpadder og været til full moon parties på Koh Samui. Nå men messen var faktisk meget cool. Der var studerende på de forskellige stande og ikke bare voksne studievejledere og de var gode til at fortælle, så man selv kunne forestille sig at være studerende. Det endte faktisk med, at jeg fik lyst til at komme i gang med bøgerne igen. En af de piger fra lærerseminariet, som jeg talte med, fortalte at

der er rigtig mange fede events for studerende i Odense. Hvert år er der stor gratis studiestartsfest for alle de nye studerende med seje navne som Duné og Veto. Det har jeg ikke hørt nogle af dem, der er flyttet til København og Århus fortælle om. På vej ud af døren fik jeg stukket en flyer i hånden med de nyeste aktiviteter for studerende i foråret. Street Soccer, Fælles Fredagsbar og studieslutfest.

Det lyder da rimelig fedt. Hvem der bare havde et studiekort stod der på forsiden. Tja måske skulle jeg bare se at komme i gang.

Studiebyen Odenses strategi er at skabe attraktive events for studerende på byens videregående uddannelser. Det er de sociale arrangementer på tværs af uddannelsesretninger, som skal give de studerende en god oplevelse, et bredere netværk og en stærkere tilknytning til byen, så de på sigt fungerer som ambassadører for nye studerende.

I 2010 afholdt Studiebyen Odense:

- Street Soccer turnering på Odense Havn.
- Studieslutfest på Amfiscenen med Turboweekend, Love Shop og VM kamp på storskærm.
- Studiestartsfest hos Albani med Duné.
- Fælles Fredagsbar i Skibssmeden på Odense Havn.

JULI 2011

Jubiii.. Jeg er kommet ind på drømmestudiet. Lige om lidt skal jeg starte på psykologi.

Jeg har allerede fundet en lejlighed, som jeg skal dele med min gymnasieveninde Rikke. I velkomstpakken var der en folder, som fortalte om, hvor meget billigere, det er at bo i Odense end i København og Århus. 150.000 sparer man på 5 år. Skrev det lige på min status update på Facebook og fik et par misundelige

kommentarer fra københavnernerne. Tutorerne har planlagt en fed introuge for os. Bl.a. skal hele holdet til Studiestartsfest på torsdag nede i Albanis lagerbygninger. Det lyder ret sejt. Jeg vil også gerne være med til at arrangere nogle af alle de der studieby ting. Det har jeg hørt, man kan komme til.. skal lige finde ud af noget mere..de har vist en hjemmeside, der hedder noget med studiebyen Odense..

Aktiviteter i Studiebyen Odense 2011

- Fælles Fredagsbar februar
- Gallery Music Art på Brandts marts
- Street Soccer og studieløb april
- Studieslutfest juni
- Studiestartsfest september
- Fælles Fredagsbar oktober

SEPTEMBER 2016

STUDIEBYEN ODENSE

Tiden flyver.. nu har jeg været i Odense i over fem år. Har lige afleveret speciale. Det er bare gået så stærkt. Nogle gange har jeg været så opslugt af studiet, at jeg har glemt alt omkring mig. Andre gange har jeg fordelt tiden mere mellem fritid og studie. Det har været utrolig nemt at få venner i byen. Jeg er kommet meget i Studiestuen i Overgade, hvor der er hyggelig stemning og sjove mennesker. Og før jeg fik set mig om, fandt jeg ud af, hvor meget der kribler og krabler under overfladen i Odense. Jeg har været frivillig på Odense Internationale Film Festival, hjulpet studiebyen med at arrangere Fælles Fredagsbar på havnen – vi fandt på nogle ret skøre ting med at bodypainte nogle køer, som faktisk endte med at få en ret stor artikelomtale i Jyllands Posten. Jeg fik også et fedt stu-

diejob - hos SDU's Karrierecenter søgte et lille reklamebureau efter en studerende, som kunne hjælpe med målgruppesegmentering og de faldt for min lidt anderledes profil. Så fedt at jeg har kunne bruge mine kompetencer. Går og overvejer om jeg selv skal starte noget op. Jeg har i hvert fald masser af ideer og gåpåmod. Og ja så mødte jeg jo også Mikkel, der læser medicin til en af de der fredagsbarer. Han er bare helt perfekt. Lige om lidt flytter vi sammen og vi er begge enige om, at vi bliver boende i Odense. Der er nyt supersygehus og letbane på vej, der skyder spændende virksomheder op i Forskerparken. Det er ikke kun mig, der har rykket mig enormt siden 2011 – også byen har forandret sig for øjnene af os alle sammen.

Studiebyen Odense er et samarbejde mellem Odense Kommune og Odenses tre store videregående uddannelsesinstitutioner University College Lillebælt, Erhvervsakademiet Lillebælt og Syddansk Universitet.

12. JANUAR 2009

Kl. er 9.55 mandag den 12. januar 2009 og Gitte og hendes mand Jørgen møder op til iværksætterrådgivning i Udvikling Odense. Gitte og Jørgen bliver modtaget i et hyggeligt lokale.

Efter lidt indledende small-talk og kaffe i koppen er Gitte klar til at fortælle om sin drøm som selvstændig. Gitte er 45 år og har hidtil været ansat i en planteservicevirksomhed, men ønsker nu selv at starte en Landsdækkende planteservice. Det er rigtig godt, at Gitte har taget sin mand med, så vi kan få klarhed over, hvorvidt planerne er afstemt på hjemmefronten. Vi tjekker også lige, at Gitte ikke har en konkurrenceklausul på sit nuværende job.

Vi starter med at drøfte hendes idé: Hvilket behov skal dækkes hos kunden?, Hvad kan gøre Gittes ydelse unik? Kan hun sælge yderligere services med? Og hvad skal hun tjene sine penge på. Vi når også at drøfte spørgsmål som virksomhedsnavn og stil, hvor ofte kunden vil købe ydelsen? Hvad prisen skal være for ydelse? Og hvor meget Gitte forventer at sælge? Samtidig kigger vi på Gitte selv – Hvad er hendes kompetencer og styrker? Og hvad motiverer hende. Og selvfølgelig kigger vi også på hendes svagheder og ikke mindst hvad der skal der til for at afhjælpe dem.

I forlængelse heraf går Gitte hjem og arbejder videre med spørgsmålene og får taget hul på de første sider af sin forretningsplan.

14 dage efter kommer Gitte igen og denne gang tager vi fat på det afgørende spørgsmål om kunderne. Hvor findes kunderne?, Hvor mange er de? Kan man sige noget om deres alder, køn, adfærd, holdninger, interesser og behov? I den forbindelse er det også rigtig vigtigt, at vi får kigget på Gittes konkurrenter – Hvad kan de, som Gitte ikke kan? Og hvad har Gitte af plusser i forhold til dem. Og hvordan kan Gitte styrke sin position yderligere?

Gittes hjemmearbejde er nu at tage kontakt til potentielle kunder og samtidig lave en ”markedsanalyse”, så Gitte har en idé om behovet for at påbegynde en sådan virksomhed.

Samtidig arbejder Gitte videre med sin forretningsplan.

I begyndelsen af marts er Gitte klar til sit tredje møde – hvor vi drøfter markedsføring og økonomi. Gitte er noget nervøs overfor det med økonomi – bare ordene etableringsbudget og driftsbudget giver hende ”myrekryb”. Vi får dog afmystificeret det med økonomien en del og Gitte får som hjemmearbejde at påbegynde udarbejdelsen af sine budgetter.

I begyndelsen af april er Gitte klar med sit etablerings- og driftsbudget, men det med likviditetsbudgettet er for stor en mundfuld for hende. Derfor gør hun brug af en af aftaler, som Udvikling Odense har lavet med div. revisorer, advokater, markedsføringskonsulenter, etc. der tilbyder iværksættere 2 timers gratis rådgivning.

I begyndelsen af maj kommer Gitte igen og vi foretager en sidste afpudsning af hendes forretningsplan, inden hun er klar til at tage i banken. I begyndelsen af juni vender en glad Gitte tilbage – banken har givet grønt lys for, at hun kan starte. Dels har Gitte lavet et godt hjemmearbejde og dels har hun selv mulighed for at skyde penge i sin virksomhed.

Gitte og jeg bruger herefter mødet på at lave en tids- og handlingsplan for de ting, der skal gøres fremadrettet. Bl.a. valg af virksomhedsform, oprettelse i Cpr-registret, finde lokaler, istandsætte lokaler, udarbejdelse af hjemmeside, tegne div. forsikringer, tage kontakt til underleverandører og ændring af forskudsregistrering.

Efter endnu et par måneder er Gitte i fuld gang og det går rigtig godt. Men efter ca. et halvt år kunne Gitte godt tænke sig at få tilknyttet en af Udvikling Odenses mentorer, da hun ønsker sparring til at få virksomheden til at vokse endnu mere.

Og nu skriver vi så januar 2011 altså 2 år efter Gittes første møde og det går rigtig godt. I dag har hun en blomstrende forretning med 15 ansatte. Og illustration af selvstændige mål for turismeområdet:

ODENSE PÅ ÉN DAG - NOGET FOR ENHVER SMAG I HELE FAMILIEN

(Odense som én af Danmarks mest attraktive bydestinationer, øge endagsturisme/flerdagsturisme med 30%)

Før turen

- Hey, moar, har du set, at man kan fodre giraffer i Odense ZOO? Skal vi ikke snart prøve det...?, nærmest råber Jonas stakåndet, idet han flyver ind i stuen, hvor hans forældre Britt og Torben sidder og snakker. Jonas er 11 år gammel og går i 4. klasse. Siden familien Aagaard var i Tanzania på safaritur i 2007 har dyrene på den afrikanske savanne været Jonas' største interesse.

Britt smiler og spørger, hvad det er for et blad han har i hånden. Jonas rækker hende det seneste O! magasin, som har et tema om Odense ZOOs nye afrikanske verden Kiwara, der åbner 1. juni.

- Det var måske ikke så dumt, så kan vi også få set på den der sovesofa til gæsteværelset. Der er jo åbnet en ny IKEA ovre på den lille ø, siger Britt, idet hun ser en oversigt over shoppingmuligheder i Odense.

- Tjoo, Torben trækker på det på godt jysk. Han havde egentlig planlagt at skulle på genbrugspladsen med haveaffald i Kr. Himmelfartsferien.

- Kom nu, far, insisterer Jonas i det han hopper op på ham, så Torben er ved at tabe pusten. På den anden side, tænker Torben, så kan det være, jeg kan finde en ordentlig habitjakke til Søs og Peters sølvbryllup senere på måneden. Det har nemlig ikke været muligt at købe gedigent herretøj i Kolding centrum efter Kolding Storcenter har lagt hele midtbyen øde, og Torben afskyr de der kæmpe centre, så et smut til Odense var måske fornuftigt nok.

- Hallooo..., hoveddøren smækker og Jonas' storesøster Tilde vælter ind i stuen. Tilde er 14 år og elsker at skrive og vil gerne være journalist. På beskeden om at turen går til Odense i weekenden, svarer Britt:

- Ok, men så skal jeg altså på Mediemixeren – der kan

man blive interviewet af Jes Dorph fra Nyhederne. Tilde har hørt om det nye center i Samfundsfag, og er straks med på idéen.

Afsted

Og så gik turen til Odense fredag efter Kr. Himmelfartsdag. Familien Aagaard lagde ud med at besøge Odense ZOO, hvor de også parkerede bilen og købte oplevelsespas til byens attraktioner. Efter et par timer i den hyggelige have med frokost, tog de Åfarten ind til bymidten – og til Torbens store begejstring var det med jazz om bord.

Her splittede de op. Britt og Tilde tog på Brandts, hvor de besøgte Mediemixeren og nåede også et smut ned igennem Brandts Passage og så på designerbutikker og tøj, inden de faldt sammen på en café til en gang æblekage og chokolade. Torben og Jonas fandt hurtigt en herretøjsforretning i en sidegade til gågaden, hvor de begge blev ekviperet fra top til tå. Derefter lejede de to bycykler og drønedede ned til Jernbanemuseet og legede lokofører i de gamle, flotte damp tog.

Familien mødtes igen ved fem-tiden på Odense Banegårdscenter, hvorfra de tog toget til Fruens Bøge for at hente bilen. Herfra kørte de til IKEA, spiste aftensmad – köttbullar med potatis - og fik bestilt en sovesofa og et nyt skrivebord til Jonas, mens Tilde gik amok i accessories. De kørte fra Odense ved otte-tiden...

Bagefter

Tilbage i skolen kunne Jonas imponere klassekammeraterne med, at han havde fodret en ægte giraf direkte af sin egen hånd, og Tildes næste samfundsopgave handlede om mediernes rolle i samfundet og blev belønnet med et 12-tal. Torben fik for en gang skyld komplimenter for sin påklædning til sølvbrylluppet, og med den ny sovesofa var Britt endelig glad for at kunne invitere gæster til at overnatte...

PARK OG NATUR

En dag i familien Hansens liv

MILJØ - INDUSTRI MILJØ

Trafikstøj fra vejen gjorde livet surt

MILJØ - LANDBRUG OG GRUNDEVAND

Grundvandsbeskyttelse og drikkevandssikkerhed

EN DAG I FAMILIEN HANSENS LIV

Familien Hansen bor i et parcelhus i Stenløse og tæller 4 familiemedlemmer. Faderen hedder Peter Hansen, 39 år, og han arbejder som specialkonsulent i en større virksomhed med hovedsæde i København og lokalafdeling i Odense. Han er gift med Sussi Hansen, 34 år, som arbejder som sygeplejerske på OUH's børneafdeling. Sammen har de børnene Søren på 11 år, som går i 5. klasse og Sofie på 7 år, der går i 1. klasse.

En dag i familien Hansens liv starter klokken 6.00, når vækkeuret ringer. I dag skal Peter til et vigtigt møde i København, så han er hurtigt ude af sengen og af sted på cyklen til stationen, så han kan nå toget 6.45 fra Odense. Han kører langs åstien og glæder sig over, at der lige er kommet ny belægning på stien, så han kan køre lidt hurtigere uden at risikere at skride ud med cyklen. Der mangler bare en bedre forbindelse fra deres hus og ned til stien, så børnene også mere trafiksikkert kan bruge mulighederne, tænker han.

Sussi står også op, laver morgenmad, smører madpakker og vækker børnene. Den store kan selv cykle i skole. Hun minder ham om, at han skal huske sit fodboldtøj til eftermiddagens træning. Søren er vild med fodbold og vil gerne træne hver dag, hvis det kunne lade sig gøre. Der er mange hold i hans klub, så de må deles om de baner, der er.

Sussi selv når lige at sende en sms til de andre på hendes "walk-and-talk" hold, som nu har fungeret i nogle måneder. Sammen med nogle veninder, har Sussi helt uformelt startet deres eget "walk-and-talk", da de andre 3 piger også gerne ville have noget motion, noget frisk luft og ikke mindst en god snak. De mødes derfor en gang om ugen, altid i et nyt område og går en god tur. De skiftes til at arrangere. I dag er det Sussi, der har arrangeret. Hun har undersøgt mulighederne lokalt, men desværre var der ikke nogen steder tæt på, som kunne bruges til den times gåtur, som det skal være. Hun sms'er til de andre piger, at

de bliver nødt til at mødes ved Skovsøen, som er deres "nødplan", hvis de ikke kan nå at finde andre steder. Sofie skal på udflugt til en af byens nye temaparker med sin klasse i dag, så hun skal have godt fodtøj og regntøj med i tasken. Sussi glæder sig over, at Sofie går i en klasse, hvor lærerne er rigtig gode til at få børnene med ud til spændende områder. Som regel kommer Sofie begejstret hjem og fortæller, og tit ender det med, at de bliver nødt til at lave en udflugt til området i weekenden, fordi Sofie så gerne vil vise dem stedet. Det var rigtig sjovt, da de var på Stige Ø for nylig, tænker Sussi, mens hun lægger et par ekstra kiks i Sofies madpakke.

Sussi vinker farvel til Søren, der selv kan køre i skole og gør klar til at køre Sofie i skole. På vejen snakker de om, at det er skønt, at gadetræerne nu lige er sprunget ud, og fuglene synger så dejligt. Det er sandelig godt, at der er blevet plantet nye gadetræer, da de gamle desværre måtte fældes for et par år siden. Selvom de nye træer slet ikke er så flotte som de gamle, så synes Sussi alligevel, at de vokser hurtigt, og det er dejligt at se. Sussi har hørt, at det ikke er alle steder i byen, at der plantes nye træer, når de gamle ikke kan mere p.g.a. økonomien.

Sussi føler sig privilegeret ved at bo i et kvarter, hvor der blev plantet. Om eftermiddagen henter Peter Sofie i SFO'en, og Sussi kører derfor direkte til "walk-and-talk" med veninderne ved Skovsøen. En af veninderne fortæller, at de lige er blevet medlem af et "græsningslaug" i Seden. Hun fortæller begejstret om, at de sammen med 7 andre familier vil indkøbe kalve, der skal græsse på nogle enge ned til Odense Å. De skal kun "passe" dyrene 3 uger fordelt på hele sæsonen, så det er til at overkomme. Børnene er ellevilde, og det er da en dejlig fornemmelse at kunne hjælpe med at passe naturen. Tidligere var der fyldt med Kæmpe Bjørneklo på dette areal, men fremover vil kalvene være med til at holde bjørnekloen på afstand. At de så også får noget dejligt og billigt kød i fryseren, gør ikke sagen dårligere...

Derhjemme over aftensmaden snakker familien om, hvad der er sket. Søren fortæller, at hans fodboldklub nok kommer til at få bedre betingelser for træning, da nogle af forældrene i klubben har påtaget sig at løse nogle af de opgaver, som kommunen tidligere løste. Det betyder, at de kan bruge flere penge på at passe banerne, og derfor kan der spilles mere på dem. Så kan Søren's hold få lov til at træne 3 gange om ugen i stedet for 2 gange. Dét er lige sagen.

Om aftenen skal Peter til et møde på den lokale skole. Det er kommunen, der har inviteret, fordi man gerne vil lave en udviklingsplan for det grønne område, som ligger ca. ½ kilometer væk fra deres bolig. Det er et område, som i dag er lidt trist og kedeligt, men Peter kan godt se, at det kan få en vigtig funktion for ungerne. De talte over aftensmaden om, hvad Peter skulle tage med af ønsker til området. Sussi sagde gode forbindelser til andre grønne områder, så hun kan få sin "walk-and-talk" til at fungere, Søren sagde selvfølgelig fodbold, og Sofie sagde, at det kunne være spændende med en eller anden form for forhindringsbane. Peter selv tænkte, at det kunne være hyggeligt med et godt sted, hvor man ind imellem kunne tage hen og grille. Nogen gange vil man grille i sin egen have, men andre gange kunne det være fint, hvis man kunne være lidt sammen med andre, også for børnenes skyld.

Inden Peter lægger sig på puden den aften, har han nået at lave en aftale med sin gode ven Terkel om, at de skal på en lille fisketur i weekenden. Peter har hørt om, at Stavids Å er rigtig god lige for tiden, hvad Havørreder angår, så det skal afprøves. Så kan de også lige følge lidt med i, hvordan det går med det store vådområdeprojekt i området, som er rigtig spændende.

Det vil gøre fiskerimulighederne endnu bedre. Der skulle laves flere af den slags projekter, synes Peter.

Mens Peter er til møde på skolen om aftenen, ringer Sussi til sin gamle mor. De aftaler, at de kan tage børnene med ud til den nye legeplads med en "Jane-bane" (Tarzan og Jane), som Sofies klasse har besøgt, mens Peter skal ud at fiske med sin kammerat.

Sammen glæder de sig over, at der er så mange gode muligheder inden for kommunegrænsen, så man ikke skal til at bruge en masse tid og penge på at transportere sig til andre steder, som børnene synes, er sjove at besøge, og som de voksne også har en god fornemmelse ved at bruge et par timer i.

TRAFIKSTØJ FRA VEJEN GJORDE LIVET SURT

Familien Jensen bor i en ejerlejlighed på Skibhusvej. De er rigtig glade for deres lejlighed, som ligger centralt i et hyggeligt kvarter med masser af liv. Men livet i gaden har også haft en ulempe for familien.

Lejligheden har almindelige termovinduer, der vender ud til vejen, så familien har i mange år følt sig generet af støjen fra trafikken på Skibhusvej, selv når vinduerne mod vejen er lukkede. De mener, at deres problemer med at falde i søvn, med hovedpine og med forhøjet blodtryk skyldes, at de er udsat for trafikstøj. På nettet har de fundet nogle undersøgelser, der bekræfter, at det kan være tilfældet.

Derfor skrev familien for nogle år siden til kommunen og bad dem om, at der blev gjort noget ved familiens støjgener. Selv om boligerne langs Skibhusvej udsættes for vejstøj, der overskrider Miljøstyrelsens vejledende støjgrænser, fik familien det svar, at kommunen ikke havde pligt til at afhjælpe støjgenerne langs kommunens veje. Der var derfor ikke afsat penge til formålet, og kommunen kunne ikke hjælpe dem. Hvis familien ønskede generne begrænset, var det op til dem selv at foretage støjdemper af lejligheden. Familien Jensen besluttede dengang at leve med støjen – sådan er det jo at bo i en by!

Men nu har familien igen undersøgt, om kommunen dog ikke kan gøre noget. De er meget glade for deres lejlighed, og vil nødigt til at flytte, men støjen fra gaden er ved at tage pippet fra dem. Familien har fået oplyst, at kommunen stadig ikke har pligt til at bekæmpe vejstøj, men at den nu er forpligtiget til at foretage kortlægning og planlægning for støj – herunder støj fra veje. Den første kortlægning og planlægning på enkelte udvalgte veje blev afsluttet i 2010, og næste runde kortlægning og planlægning udføres i 2012 og 2013. Denne gang forventes det at omfatte alle støjende veje i byzonen.

I aviserne står der næsten dagligt noget om kommunens ambitiøse Trafik- og mobilitetsplan, som vil flytte rundt på biltrafikken i og omkring bymidten. Nogle

veje vil få væsentlig mindre trafik, mens andre veje vil få mere trafik. Skibhusvej er en af de veje, hvor trafikken forventes at gå i vejret, og familien frygter nu, at deres støjgener vil blive større.

Heldigvis finder familien Jensen ud af, kommunen i 2011 og 2012 forventer at gennemføre et pilotprojekt med det formål at bekæmpe støjen på en del af Skibhusvej. Projektet gennemføres bl.a. for at afværge de gener som Trafik- og mobilitetsplanen forårsager. Som led i pilotprojektet modtager familien Jensen et tilbud fra kommunen om, at den vil betale 50 % af udgifterne til at udskifte lejlighedens vinduer mod Skibhusvej med lydinduer, der kan løse støjproblemet indendørs, så længe vinduerne er lukkede. De samlede udgifter beløber sig til ca. 30.000 kr. for lejligheden. Hvis støjbelastningen af lejligheden var større, ville kommunens tilskudsprocent også være større – op til 90 %.

Familien skal selv betale de resterende 50 % af udgifterne, men får - ud over mindre støj – også nye vinduer med bedre varmeisolering. Familien håber også, at ejerlejligheden bliver mere værd med de nye lydinduer.

Nogle af familiens naboer vælger at sige nej tak til kommunens tilbud – enten fordi de ikke synes, de har behov for lydinduer, eller også fordi de ikke har råd til at betale deres del af udgifterne.

Familien Jensen vælger dog at sige ja tak til kommunens tilbud, og de nye lydinduer sættes i. Familien oplever, at de nye vinduer er en klar forbedring. Selv om de stadig kan høre vejstøjen, er den nu langt mindre generende end før, og de vejledende støjgrænser overholdes indendørs.

Kommunen vil desuden lægge støjdempende asfalt, næste gang belægningen på Skibhusvej skal udskiftes. Erfaringerne fra projektet kan efterfølgende føre til en beslutning om, at der i Odense Kommune skal oprettes en støjpulje til kommunal finansiering af støjdemper langs andre støjende veje.

GRUNDVANDSBESKYTTELSE OG DRILLEKKEVANDSSIKKERHED

Familien Hansen bor i et parcelhus i Odense V. De er meget glade for at bo i området, som både byder på natur og gode faciliteter som svømmehallen. Familien nyder at tage en svømmetur i fritiden, når de ikke bruger tiden i naturen. Faderen og den ældste søn er ihærdige lystfiskere, og moderen er ivrig efter at finde vilde orkidéer og klokkefrøer. Meget af fritiden går også med at være i haven, og især faderen sætter en stor ære i, at der ser pænt ud. Derfor får plænen en gang plænerens, og græstotterne i indkørselens perlestensbelægning og havens øvrige ukrudt fjernes omhyggeligt med en passende portion RoundUp.

Deres hus ligger ikke så langt fra vandværkets borer. Familien tænker ikke over, at de hver dag bruger vand til madlavning, bad, bilvask, vanding eller til at slukke tørsten. Det er bare at åbne for vandhanen, så strømmer det dejlige vand ud. Den yngste søn Jakob har dog lært en del omkring vand henne i skolen. De har haft en temauge, hvor hele skolen har arbejdet med emnet. Så han husker sin storebror på at slukke for vandet, når han børste tænder eller giver sin mor gode råd til, hvordan hun kan spare på vandet, når hun f.eks. koger æg.

Jakob bekymrer sig nogle gange om miljøet, for han har hørt så meget både i tv og på skolen om forurening af drikkevand. Men til temaugen talte de meget om, at kommunen sørger for, at der findes en rigtig god vandforsyning. Der er rigelige mængder af drikkevand, og kvaliteten er overvejende god. Der er godt nok spor af pesticidrester og nedbrydningsprodukter i 29 ud af kommunens 100 vandværksboringer.

Heldigvis kunne ham fra kommunen fortælle, at der bliver sørget for, at vandet i hanen overholder kriterierne for drikkevand, så intet stof findes over grænseværdien. De holder også øje med udviklingen af forurening i de pågældende boringer, så de kan lukkes, hvis indholdet bliver for højt.

Hjemme over aftensmaden fortæller Jakob begejstret om temaugen. Han har suget en masse oplysninger til sig, fordi det er spændende, og fordi han dagligt kommer forbi vandværkets borer. Familien taler om, at de egentlig føler sig trygge ved at drikke vandet fra hanen, fordi de ved, at der bliver holdt øje med vandværkerne. Jakob kan fortælle, at det er kommunen, der holder øje med, at vandværkerne er i en forsvarlig stand, og at de tjekker vandkvaliteten, og vedligeholder deres bygninger og anlæg, så risikoen for forurening af vandet mindskes. Der er også en effektiv miljøvagt, der rykker ud, hvis

drikkevand eller natur udsættes for akut forurening.

Kommunen holder også øje med vandkvaliteten i de private boringer og brønde i kommunen, da ikke alle borgere er tilsluttet et vandværk. Her er kvaliteten af vandet og indretningen af boringen/brønden dog ikke altid så imponerende. Kommunen rådgiver i så fald beboerne om, hvilke muligheder de har for at forbedre vandkvaliteten, eller hvad de skal gøre for at blive tilsluttet vandværket, hvis det ikke kan betale sig at udbedre brønden/boringen.

Jakob har også hørt om, hvad der ville ske, hvis kommunen stoppede med at holde øje med eller beskytte vandet. Vandets kvalitet ville naturligvis blive ringere, men der kunne også komme bakterier i vandet, som ville gøre folk rigtig syge.

Han havde ikke tænkt på, at når byen vokser ind over områder, hvor der før blev dannet grundvand, så er der ikke længere regnvand nok, der siver ned og bliver til grundvand. Og det vand, der finder vej, trækker pesticider med sig.

I familiens dagligdag ville de normalt ikke skænke vandet en tanke – det er jo en naturlig del af hverdagen. Men Jakob bed især mærke i, at det kunne gå ud over deres fritidsaktiviteter, hvis kommunen stoppede tilsyn og overvågning af grundvandet. Hans storebror og far ville som lystfiskere opleve, at det ville svinde i vandløbene, hvis vandværker, erhverv og private en dag indvandt mere grundvand, end grundvandsressourcen kunne holde til. Hans mor ville også komme til at kigge langt efter truede planter og dyrearter, fordi de langsomt ville forsvinde fra enge og moser, når der ikke længere er tilstrækkeligt med grundvand til at opretholde dem. Og turen i svømmehallen kunne også komme i fare! Folk ville blive syge, fordi ingen tjekkede, at kvaliteten af badevand er sundhedsmæssig forsvarlig.

Temaugen var en spændende oplevelse for Jakob. Han lærte en masse om vand, som han ikke vidste. Og så fandt han ud af, at arbejdet med grundvandet er vigtigt. Der kan gå mellem 20 og 100 år, før man kan se effekten af arbejdet – så derfor skal man handle, når problemet opstår. Det vil Jakob tænke over næste gang, han drikker et glas vand eller tager en svømmetur – og han vil også blive ved med at huske sin storebror på at slukke vandet, når han børster tænder...

SYGEPLEJEN

TORSDAG DEN 18.2.2016: kl. 15:10

ER VEJEN TIL ØGET OMSÆTNING HOS SHIRAZ SELECTED

MEDICINHÅNDBTERING KRÆVER MANGE RESSOURCER

BORGERE SKAL LÆRE AT MESTRE DERES EGEN SYGDOM

KOMPLEKSE BORGERFORLØB KRÆVER STOR KOORDINERING

**VEJLEDNING AF BASISPERSONALET, SÅ DE KAN HÅNDBTERE DE IKKE SÅ
KOMPLICEREDE FORLØB**

AFSKED MED EN BORGER

PÅ TILBAGEVEJEN

HJEMMEPLEJEN - TRÆNING OG HJÆLP

TIRSDAG DEN 16. februar 2016

TORSDAG DEN 18.2.2016: kl. 15:10

Lene kommer glædesstrålende tilbage til sine kolleger på kontoret: "Så er det værd at være sygeplejerske"

"Først var jeg til en rehab-samtale hos en rigtig dårlig dame på 88. Det var rent kaos da vi kom fra den tværfaglige gruppe – men vi sluttede med ro og overblik – og at hun fik hvad hun ønskede sig. Oven i købet skulle vi mindre på banen end vi først troede. Hendes datter var helt med på at vi stillede omsorgstelefonen om til hende når hun var hjemme. – Man kan altså blive helt høj af hvad vi kan når vi arbejder tæt sammen"

"Så havde jeg aftalt med lægen at han og jeg skulle på et opsøgende besøg hos hr. Nielsen der blev udskrevet i sidste uge. Han har tidligere haft svært ved at håndtere de 7 forskellige slags medicin, men det er blevet meget nemmere, for den nye teknik tjekker nu at han

får taget den rigtige medicin på det rigtige tidspunkt. Og så kan jeg jo nu være 100% sikker på at den medicin, der er ordineret er den korrekte – det giver ro på for mig. – Nielsen, lægen og jeg var enige om at vi trygt kunne stole på teknikken, så Nielsen kun kortvarigt fik brug for mig. Han følte sig så sikker, at han næsten ikke reagerede på min tilbud om at han bare kunne ringe hvis han var i tvivl."

"Og sygehuset har sendt os en fyldestgørende melding på hvordan Petra på Svanevej har det. Sammen med en online adgang til den praktiserende læges journal er det nemt at forberede mig til den tværfaglige gruppes møde med hende. – Det er en noget kompliceret forløb, der venter Petra, men lægen fra sygehuset har lovet at være online på videoen, så vi ved fælles hjælp kan gøre det bedst muligt"

Det er tirsdag morgen. Lene er mødt ind i sygeplejeområde Døckerslund, hvor hun er i gang med at gennemgå sin køreliste. Lene har været sygeplejerske i snart 24 år, og meget har ændret sig, siden hun som næsten nyuddannet begyndte i kommunen.

Ressourcerne er de samme, men borgerforløbene er i

dag meget mere komplekse end tidligere. Fokus for sygeplejen er hele tiden at frigøre ressourcer til de komplekse forløb og samtidig gøre så mange af borgerforløbene midlertidige via øget mestring. Dermed vil borgerne opnå en øget livskvalitet, og der skabes plads til nye forløb.

MEDICINHÅNDBLAD KRÆVER MANGE RESSOURCER

Inden Lene skal af sted på sit første besøg, er hun nødt til at have fat i en praktiserende læge på vegne af en borger. Lene er nummer fem i køen til lægen. Det er altid vanskeligt at komme igennem, men hun kan se i Hr. Petersens forløbsplan, at han er udskrevet fra sygehuset dagen forinden med medicin til kun det første døgn. Lene er derfor nødt til at bestille tid ved lægen, så han kan få taget nye blodprøver i dag, inden han kan få ordineret mere medicin. Samtidig har Lene konstateret, at den opdaterede medicinliste, som kommunen sendte til sygehuset, da Hr. Petersen blev indlagt, ikke stemmer overens med den, der kommer retur. Medicinlisten modtages som en fax, der er meget vanskelig at læse. Lene tænker ved sig selv, at denne fax kræver særlig opmærksomhed, da det kan få betydning for Hr. Petersens patientsikkerhed.

Sygehuset har ikke trukket Hr. Petersens opdaterede

medicinliste, inden de har ordineret ny medicin til ham. Sygehuset ved derfor ikke, hvilken medicin han fik, inden han blev indlagt. Medens Lene venter i køen til den praktiserende læge, aftaler hun med sårsygeplejersken, at hun skal deltage i et besøg hos en borger vedrørende sårbehandling.

Lene kommer langt om længe igennem til lægen, og da denne telefonsamtale er afrundet, er hun nødt til at ringe op til to andre praktiserende læger vedrørende borgere om deres medicin. Det er almen praksis, der skal have overblikket over, hvilken medicin borgerne får. Det er dog ofte hjemmesygeplejerskerne, der ender med at varetage koordineringen, da de har kendskab til borgerne. Det kan få fatale følger for borgerne, hvis de får den forkerte medicin. Disse daglige samtaler og venten på at komme igennem til de praktiserende læger tager tid.

BORGERE SKAL LÆRE AT MESTRE DERES EGEN SYGDOM

Den første borger, Lene besøger, er Ellen. Ellen er i begyndelsen af 60'erne og er netop blevet udskrevet fra OUH. Hun har svær Kronisk Obstruktiv Lungelidelse (KOL), hvilket betyder, at hun har vejrtrækningsproblemer, hosteanfald, åndenød, slimophobning og angst. Netop angsten gør det vanskeligt at forcere besøget. Lene tænker på sin køreliste, som allerede er justeret flere gange, siden hun mødte.

Der er udvidet dokumentation ved Ellen, da hun indgår i et regionsprojekt om KOL-forløbskoordination. Via denne forløbskoordination er Ellen også i gang med at lære og leve med sin egen sygdom og tage hånd om den, således hun i højere grad kan blive uafhængig af sygeplejeydelserne. Hermed vil Ellen opnå en højere livskvalitet. Visitationskontoret har bevilget Ellen en såkaldt koordinatorydelse, som sygeplejen varetager. Det betyder, at sygeplejersken forestår ko-

ordinationen af de forskellige samarbejdsrelationer i hjemmet f.eks. sygehus, egen læge og hjemmeplejen. Det er en tids- og ressourcekrævende opgave – men vigtigt, da den understøtter helheden. Lene har også i tankerne, at der muligvis kan blive behov for undervisning og vejledning af hjemmeplejen omkring KOL. Når sygeplejen involveres omkring en borger, hvilket ofte sker på baggrund af en lægefaglig vurdering, vurderer sygeplejersken, om der er tale om en kompleks eller stabil situation, og i den sammenhæng om en anden faggruppe kan tage over på hele eller dele af sygeplejeopgaverne i hjemmet. Inden Lene forlader Ellen, konstaterer hun, at apoteket endnu ikke har været med den medicin, som Lene skal dosere til hende. Lene er derfor nødt til at kigge forbi senere, og samtidig skriver hun ned, at hun skal ringe til de pårørende, der har bedt om en samtale.

KOMPLEKSE BORGERFORLØB KRÆVER STOR KOORDINERING

Den næste borger, Lene besøger, er Jørgen. Han har en hjerneskade på grund af et fald flere år tilbage, og samtidig har han et sår på foden og insulinkrævende diabetes. På grund af hans hjerneskade, kan han ikke selv handle, hvis blodsukkeret falder. Lene har derfor været nødt til at koordinere med flere forskellige for at sikre, han ikke pludselig går i insulinchok, hvilket kan være livstruende for ham. Det har taget flere uger at få denne koordinering på plads. F.eks. har Jørgen en kæreste i Svendborg, og Lene har været nødt til at aftale med Svendborg Kommune, at de skal sørge for insulinbehandlingen og blodsuktermåling, når han er der. Samtidig har Jørgen begyndende inkontinens, og Lene har således også igangsat udredning af dette. Jørgen har også her svært ved at samarbejde på grund af sin hjerneskade. Lene har i dag sat sårsygeplejersken stævne, da det skal vurderes, om de er de rigtige produkter, der anvendes til sårbehandlingen.

Problemet er, at Jørgens sår på foden slet ikke heler, fordi Jørgen selv piller forbindingen af, så snart sygeplejerskerne er gået, og når han får penicillin, glemmer han at tage den. Det er et stort dilemma for sygeplejen, at de i nogle tilfælde må gå på kompromis med deres egen faglighed, og på grund af Jørgens egenrådighed og manglende indsigt i sin situation vil han være en konstant udfordring for sygeplejen. Jørgen vil ikke kunne lære at hånd om sin egen sygdom. Sårsygeplejersken vil tage kontakt til sårambulatoriet på OUH, for at drøfte hvorvidt Jørgen er egnet til at indgå i Tele-sårsprojektet hvor målgruppen er diabetiske fodsår.

VEJLEDNING AF BASISPERSONALET, SÅ DE KAN HÅNDTERE DE IKKE SÅ KOMPLICEREDE FORLØB

Da Lene sidder i bilen igen, bliver hun kontaktet af hjemmeplejen, der har et stort problem med Klara, der er helt omtåget, da hun har taget for meget smertestillende. Lene kender Klara. Hun er medicinmisbruger, og sygeplejen har brugt meget tid på hende for at skabe en stabilitet trods denne medicinafhængighed. Klara har haft mange forskellige læger. Hun

skifter læge, så snart de sætter begrænsninger for hendes medicin. Det giver hele tiden nye samarbejdsrelationer for sygeplejen. Lene sætter sosu-assistenten ind i, hvad de skal gøre.

AFSKED MED EN BORGER

Næste besøg er hos Fru Jensen, der ligger på et plejecenter. Fru Jensen er døende, og Lene får en god samtale med de pårørende om, hvilken palliativ pleje Fru Jensen skal have den sidste tid af sit liv. De pårørende tilkendegiver, at de har været glad for samtalen, som har været med til at gøre dem afklaret og give dem ro

til at tage afsked med deres mor. Inden Lene forlader plejecentret, medicindoserer hun for to borgere, opdaterer og printer deres medicinlister.

PÅ TILBAGEVEJEN

På tilbagevejen kigger hun forbi Ellen, der endnu ikke har haft besøg af apoteket. Lene må udsætte sin medicindosering hos Ellen og kigge forbi senere.

Lene er på vej tilbage til kontoret i sygeplejerområdet Døckerslund. Besøgene for i dag er ved at være ved

vejs ende. Nu venter der en time med dokumentation i det elektroniske omsorgssystem og telefontid, inden hendes arbejdsdag er ved at være forbi.

Dilemmaet i denne fortælling for sygeplejen er:

Sygeplejen har fokus på midlertidige forløb ved at lære borgerne at mestre deres egen sygdom, men dette skaber ikke nødvendigvis tryghed hos borgerne.

Der er indenfor sygeplejen til stadighed tale om flere og flere komplekse borgerforløb, og der skal hele tiden frigøres ressourcer til at håndtere disse komplekse borgerforløb.

Sygeplejen skal indenfor de samme ressourcer matche sygehusvæsnet, der løbende reducerer i antallet af senge og ændrer på akutmodtagelsen.

Den rehabiliterende tænkning fungerer bedst ved de ressourcemæssigt stærke – det er en særlig udfordring at få de svageste involveret

TIRSDAG DEN 16. februar 2016

Telefonen ringer hos visitationskontorets call-center;
"Odense Kommune, det er Camilla"

Rasmus: "Hej, det er Rasmus Klint jr., min far har
brækket hoften i går og er opereret, og de siger, at han
skal hjem fra sygehuset i aften,

Camilla: Hej Rasmus, ja det kan jeg godt se på min
skærm – hvad kan jeg hjælpe mig med?"

Rasmus: "jeg vil jo gerne have, at min far bliver mødt
af de samme folk, som trænede ham sidst, for han har
jo stort set klaret sig selv siden...og det vigtigste for
ham er at ku' klare sig selv"

Camilla: "jeg kan fortælle dig, at det tværfaglige team
allerede er orienteret om, at din far kommer hjem i
morgen, de vil besøge ham i morgen eftermiddag.
Hjemmeplejen tager imod ham, indtil der lavet en

handlingsplan for din far" – "du har selvfølgelig mu-
lighed for ligesom sidst, at deltage på mødet med det
tværfaglige team – er du interesseret i det?"

Rasmus: "det er jeg utrolig glad for at høre, og jeg vil
selvfølgelig gerne deltage på mødet – jeg tager en
snak med far og fortæller ham, at I kommer allerede i
morgen"

Ægteparret Klint bor i et lille rækkehus i Odense C. I rækkehuset ved siden af bor hr. Koch, som altid har været alene.

Naboerne har boet ved siden af hinanden de sidste 40 år og kender hinanden rigtig godt.

Hr. Klint er 79 år gammel og har indtil han gik på pension for 17 år siden arbejdet på kontor. Hr. Klint har i mange haft lidt slidigt i ryggen, men har fået dagligdagen til at fungerer.

Det er fru Klint, der altid har sørget for de huslige gerninger.

Hr. Koch er 69 år gammel og uddannet elektriker, han står selv for indkøb, madlavning, rengøring mm. De to naboer spiller hver onsdag petanque sammen i den lokale klub.

Fru. Klint bliver ramt af en blodprop i hjertet og går desværre bort, hr. Klint er tiden efter igennem en svær sorg, og får i den periode en del hjælp af sine børn til de forskellige daglige gøremål.

Børnene er bekymret for deres far, da Klint i stedet for at få det bedre stille og roligt bliver dårligere og dårligere, og han spiser og drikker mindre fra dag til dag, og det ender med at han får feber.

Børnene tager kontakt til Odense Kommune, der straks sætter noget hjælp i gang hos Klint, men samtidig også orienterer Klint og børnene om, at vi i Odense Kommune arbejder med træning som hjælp, hvilket betyder, at Klint i samarbejde med et tværfagligt team bestående af en kontaktperson fra plejen, en terapeut, en sygeplejerske og en visitator skal have afholdt et tværfagligt møde, hvor børnene er velkomne til at deltage. På det tværfaglige møde skal Klint i samarbejde med det tværfaglige team have beskrevet sine mål og ønsker, og der bliver udarbejdet en handleplan, hvori alle aftaler er beskrevet, så tingene omkring Klint er koordineret og sammenhængende. Klint vil gerne have hjælp til rengøring og indkøb og så vil han gerne have sine kræfter og sin appetit igen. Klint vil gerne lave sin mad selv.

Det tværfaglige team orienterer om muligheden for at få bragt varer ud, hvilket Klint takker ja til.

I forhold til rengøringen fortæller det tværfaglige team, at Hjemmeplejen vil komme hver 14. dag, og at han i samarbejde med hende og evt. med støtte og vejledning fra terapeuten finder frem til, hvilke opga-

ver Klint kan klare selv. Klint giver tydeligt udtryk for, at det er han ikke interesseret i, han vil bare gerne have hjælp til det. Det aftales dog, at det skal prøves af.

Derudover aftales der, at hjemmeplejen kommer og hjælper Klint om morgenen, hvor de skal forsøge at finde ud af, hvilke opgaver Klint selv kan klare. Dette også i samarbejde med terapeuten. Samtidig orienterer sygeplejersken om, at hun i samarbejde med Klints egen læge vil få ham nærmere undersøgt. Efter endt tværfagligt møde får Klint en kopi af den tværfaglige handleplan, hvor hans mål og diverse aftaler står beskrevet.

Sygeplejersken melder hurtigt tilbage til det tværfaglige team, at Klint har blærebetændelse, at han er sat i behandling, og at de skal være opmærksomme på, at han får nok at drikke.

Koch har i samme periode været indlagt på sygehuset efter et fald, han har fået et stort sår på sit højre ben, såret vil ikke hele og benet hæver en del.

Sygehuset kontakter Odense Kommune, da Koch har brug for hjælp til sårpleje, bandagering og til den nedre af- og påklædning..

På samme måde som Klint startes hjælpen hos Koch også op med det samme. Der afholdes et tværfagligt møde inden for den første uge efter Koch er blevet udskrevet fra sygehuset, hvor Kochs ønsker og mål beskrives, og der laves en tværfaglig handleplan.

Koch er en utålmodig mand, han vil gerne kunne klare sig selv hurtigst muligt, og så savner han at spille petanque og møde vennerne.

Hos Klint er der behov for et nyt tværfagligt møde, da medarbejderen fra hjemmeplejen oplever, at han ikke vil samarbejde omkring de opsatte mål og aftaler. Situationen i hjemmet er ved at spidse til.

Det tværfaglige team mødes hjemme hos Klint, dog er visitator ikke repræsenteret, da der ikke er behov for store ændringer i Klints bevilling.

Det tværfaglige team motiverer i samarbejde med Klint, så han kan se en sammenhæng mellem det at være mere aktivt deltagende, og det at genvinde kræfterne. Viden og erfaringer deles mellem Klint og det tværfaglige team, de allerede opnåede opgaver og delmål beskrives, og de kobles sammen med Klints over-

ordnede mål, så han tydeligt kan se en sammenhæng. Der sættes nogle nye mål, der laves nogle nye aftaler, og den tværfaglige handleplan rettes til, så alle relevante fagpersoner kan se, hvad der nu er aftalt. Klint giver sidst på mødet udtryk for, at det nogle gange er svært for ham at se, hvordan tingene hænger sammen, da han ikke tidligere har fejlet noget og derfor ikke har kendskab til, hvad det kræver at komme på højkant igen.

Kochs sår er stort set helet op, han bruger nu støttestrømpe hver dag og sygeplejersken har givet opgaven videre til hjemmeplejen. Koch klarer selv den nedre af- og påklædning nu, hvorfor det næste mål er, at han skal kunne tage støttestrømpen af og på selv. Koch lærer også dét hurtigt, hvorefter hjælpen afsluttes helt. Koch orienteres om, at skulle der opstå behov for hjælp igen, skal han endelig tage kontakt til kommunen med det samme. Koch starter med at spille petanque, hans hverdag ligner stort set sig selv igen.

Klint er uheldig og falder og brækker benet. Da han udskrives fra sygehuset er der en del ting, han har brug for hjælp til. Ud over det brækkede ben, er smerterne i ryggen også taget til, slidgigten har udviklet sig.

Der afholdes et nyt tværfagligt møde, hvor hans mål og ønsker m.m. gennemgås. Klint har lidt mistet troen på det og har ikke helt mod på at kæmpe den kamp, der venter forude.

De første par dage følges terapeuten med kontaktpersonen fra plejen ud til Klint.

Terapeuten vejleder kontaktpersonen fra plejen i, hvordan hjælpen omkring Klint kan tilrettelægges. Terapeuten støtter Klint i at deltage i de forskellige aktiviteter. Ligeledes støtter terapeuten kontaktpersonen fra plejen i de samtaler, hun har med Klint, og terapeuten hjælper til med at motivere Klint.

Der afholdes ca. 1 gang om måneden tværfagligt møde i basisgruppen, uden deltagelse af borgerne. Her har det tværfaglige team mulighed for at videndele, koordinere og aftale nærmere i forhold til Klint, og de andre borgere de kommer og hjælper – altid med fokus på borgerens mål

Hjemmeplejen, som jo ofte er dem, der kommer mest

hos borgerne, har mulighed for at dele gode og dårlige oplevelser, beskrive svære og succesfulde situationer og modtage faglige vejledning og støtte fra henholdsvis terapeut og sygeplejerske. Har personalet fra hjemmeplejen behov for, at enten terapeuten eller sygeplejersken følges med dem ud til en borger, er det også muligt at lave aftale herom.

Koch besøger Klint med en lille gave fra petanquevennerne. Klint beskriver sit forløb, og det er tydeligt for Koch, at Klint har mistet troen på at få sit gamle liv og sin gamle hverdag tilbage.

Koch fortæller om sin oplevelse med Odense Kommune. Hvor glad han var for, at de lyttede til hans mål, ønsker og behov, at tingene omkring ham var koordineret og sammenhængende, og at han ikke skulle fortælle sin historie igen og igen. Han fortæller, hvordan han i samarbejde med både sygeplejersken, kontaktpersonen fra plejen og terapeuten, har arbejdet med delmål efter delmål hen imod det endelige mål, nemlig det at få sin gamle hverdag og sine gamle aktiviteter tilbage.

Besøget fra Koch, plus de tanker Klint har gjort sig, siden det tværfaglige team sidst var på besøg, gør, at Klint beslutter sig for at tage kampen op og få det bedste ud af samarbejdet med det tværfaglige team.

8 uger efter Klint har været faldet og indlagt med brækket ben, mødes det tværfaglige team til en opfølgende snak. Klint har genvundet mange af sine kræfter igen, han er stort set selvhjulpent og er så småt begyndt at snakke om, at han glæder sig til at finde sine petanquekugler frem.

På grund af den tiltagende slidgigt i ryggen, har Klint fremadrettet brug for hjælp til støvsugning og gulvask hver 14. dag, hvilket han bevilliges hjælp til. –Og ellers klarer han resten selv i forhold til personlig hygiejne, madlavning, tøjvask og den lettere rengøring. Klint orienteres om, at hvis hans hjælpsbehov på et tidspunkt ændrer sig, skal han endelig rette henvendelse til Odense Kommune.

Dilemma(er) ved ”Træning som hjælp”

Med rehabiliteringstankegangen går Odense Kommune ind og opsætter præmisser for hvad ”øget livskvalitet på egne vilkår” betyder for den enkelte borger. Erfaringen viser, at de præmisser langt hen ad vejen er de ting, som folk også efterspørger. Og det motiverer til at medvirke til at kunne klare sig selv. Men der vil selvfølgelig være en gruppe af borgere, som har en anderledes opfattelse af, hvad livskvalitet betyder for dem og som modsætter sig de opstillede præmisser i rehabiliteringstankegangen.

En anden vinkel er, at der formentlig hos de borgere, som allerede i dag modtager hjælp, vil kunne være en modstand mod præmisserne, da den enkelte borger vil se det som en serviceforringelse at få frataget eksempelvis praktisk hjælp med henblik på selv at kunne udføre rengøringen.

Endelig vil man kunne møde borgere, der engagereret går ind til træning som hjælp, men som vurderer, at træningen ikke giver tilstrækkelig rehabilitering.



MESTRING AF EGET LIV

HJEMTAGELSE AF BORGER

BOSTØTTE EFTER SEL § 85

HJEMLØS

BORGERTILFREDSHED

BORGERTILFREDSHED VED PERSONLIG BETJENING I BorgerServiceCenter

FLERE SKAL GØRE MERE!

HJEMTAGELSE AF BORGER

BORGERE DER IKKE ER I BERØRING MED FORSORGSHJEM

Ung pige på 18 år overtages fra BUF. Tove har boet på et opholdssted i Jylland med stor personaledekning. Tove har en personlighedsforstyrrelse. Hun er intelligent, bogligt minded og velsoigneret. Hun oplever hurtigt, at der stilles for store krav til hende og hun reagerer ofte med at skære sig ret voldsomt. Hun bliver ofte indlagt på Psykiatrisk afdeling. Tove kan ikke være alene og ønsker at have personale omkring sig nærmest konstant.

Personalet beskriver, at Tove er så selvskadende, at hun kræver mandsopdækning.

Socialcentret vælger at tilbyde Tove et ophold på Bramstrupkollegiet med henblik på en udredning. Tove og personalet på opholdsstedet samt Toves mor er bekymrede for, at Tove skal flytte på Bramstrup. De mener klart, at den personaledekningen der er på Bramstrup er for lav. Visitator tror på, at Bramstrup vil være et godt tilbud for at få et udredningsforløb iværksat og dermed få et bedre grundlag at træffe beslutninger ud fra i forhold til Tove's fremtidige bolig. På Bramstrup er der døgnbemanding med sovende nattevagt, som kan tilkaldes.(vagtværelse).

Der er næsten altid to personaler på arbejde i dag-og aftentimerne til 14-16 beboere.

Tove får hjælp til at strukturere sin dag i små tidsperioder, da hun kan overskue at klare sig selv i en time af gangen. Derefter er der mulighed for at snakke med en medarbejder i 15 min, lægge planer for næste time osv. Der er forholdsvis hurtig fremgang til, at Tove kan være sig selv et par timer.

Tove bliver indlagt hyppigt og har selvmordstanker de første to måneder. En enkelt gang må politiet tilkalde, fordi Tove forlader kollegiet med den melding, at hun vil tage sit eget liv. Politiet finder Tove i god behold. Tove har nu boet på Bramstrupkollegiet i tre måneder. Hun er i en god udvikling.

Sagsbehandleren og Tove har talt om, at næste skridt kan være egen bolig i et opgangsfællesskab med fælles aktiviteter. Planen er udflytning til maj.

Dilemmaer:

Odense Kommune har besluttet at arbejde ud fra Housing First strategien. Hvornår er en person for dårlig til at komme ud i egen bolig? Hvor meget skal vi turde vove? Vi har efterhånden flere erfaringer der viser, at borgeren udvikler sig ved at få et ansvar for sig selv i sin bolig. Dette er vigtige erfaringer for at personalet kan tro på tanken. Vi arbejder med et paradigmeskifte.

BOSTØTTE EFTER SEL § 85

BORGERE DER IKKE ER I BERØRING MED FORSORGSHJEM

Kaj er 35 år. Han har flere uafsluttede universitetsstudier bag sig, er på kontanthjælp, har boet sammen med en kæreste, der nu har slået op. Kaj skal flytte i egen bolig.

Kaj lever en meget isoleret tilværelse. Han er præget af en voldsom angst, som gør ham socialt handicappet. Kaj tør ikke gå udenfor og kan derfor ikke selv handle ind. Han køber sin mad via nettet så længe pengene rækker. Derefter er det meget lidt, han får at spise.

Kaj får kun medicinsk behandling. Det kan lykkes for bostøtten at få ham til læge på gode dage. Kaj får ingen kognitiv behandling fra psykolog eller lign.

Kaj skal flytte i egen bolig. For at få ydelser fra kommunen skal han møde op på diverse kontorer. Dette er en udfordring af de helt store. Han skal i Ikea (billigste sted) og købe møbler. Dette kan han ikke overskue og får derfor ikke købt møbler. Han flytter ind i en tom lejlighed og har kun en madras og sin computer med.

Bostøtten arbejder med at få lejligheden etableret, således at Kaj kan fungere i lejligheden. På gode dage kan de træne i at købe ind. Kontakten foregår ved besøg to gange om ugen samt mailkontakt dagligt på hverdage. Kaj har ingen anden kontakt end bostøtten. Kaj vil gerne arbejde med IT og har evner i den retning, men han tør ikke komme ud i en praktik. Han ønsker at få en hjemmearbejdsplads.

Dilemmaer:

Gruppen af personer der udvikler en invaliderende angst er stigende og det er vanskeligt at få dem i behandling. Denne gruppe borgere øger presset på udgifterne i socialcentret.

Hvor meget social støtte skal vi stille op med til denne gruppe?

Skal Socialcentret iværksætte ydelser/social støtte velvidende at der ikke bliver iværksat understøttende behandling i f.eks. regionen (psykolog)?

HJEMLØS

SOCIALT UDSATTE OVER 24 ÅR DER ER I BERØRING MED FORSORGSHJEM

Casen handler om en mand på 55 år, Lars. Han har et massivt alkoholmisbrug og som følge deraf har han været gennem en social deroute. Lars har udover alkoholmisbruget et sparsomt netværk og har svært ved at indgå i netværksrelationer. Han har også svært ved at begå sig i sin lejlighed.

Lars har for 15 år siden levet et almindeligt liv, forstået på den måde, at han har uddannelse som smed og har arbejdet ved DSB. Han har haft eget hus på landet. Han har dog ikke haft kone og børn og har altid haft et yderst sparsomt netværk. Han har gennem lang tid haft et stort alkoholforbrug og han kom på et tidspunkt meget langt ud i alkoholforbruget og det endte i en social deroute med arbejdsløshed, kontanthjælp og at han til sidst måtte sælge sit hus han.

Køberen af huset indvilligede dog i, at Lars kunne blive boende til leje i huset. Det fungerede godt i mange år, men de sidste fem år har Lars været så langt ude i alkoholmisbruget, at han ikke har kunnet tage vare på boligen.

Lars kom gennem en årrække på et af Odenses forsorgshjem. Som aktiveret og senere i forløbet også som periodisk beboer. Lars havde på det tidspunkt mistet sit arbejde og havde derfor gavn af stedets aktivering da stedets serviceleder altid kunne finde en opgave som han kunne overskue.

Stedets pædagoger hjalp Lars med forskellige problemstillinger. Lars fik en støtteordning i eget hjem, men trods ihærdige forsøg på at motivere Lars til at gøre rent mv. er langsomt blevet af en sådan beskaffenhed, at han ikke længere kan bo der.

Lars har tidligere ofte opholdt sig hos sin mor i vinterperioder, men moren afgik ved døden for ca. 1/2

år siden, og denne mulighed eksisterer ikke længere. Efter moderens død eskalerede Lars misbrug og han har nu ingen korttidshukommelse og kan ikke længe orientere sig i tid, sted og handling. Han falder ofte og slår sig og er svær at komme i kontakt med. Han kommer og går på forsorgshjemmet og når han kommer, fremstår han voldsomt usoigneret blandt andet med gammel indtørret afføring i bukserne. Lars bliver ofte kørt på forsorgshjemmet af borgere og politiet der finder ham rundt omkring. Han er endvidere en hyppig gæst på OUH.

Lars har i dag ikke noget reelt fungerende netværk, han er venlig og høflig, men har svært ved at indgå i relationer både på egen hånd og i forhold til det professionelle system. Ligeledes er hans familiære netværk meget sparsomt og magter ikke kontakt til ham.

Dilemmaer:

- Det er til trods for de offentlige myndigheders indgriben gået ned ad bakke for Lars. Hvordan og hvor længe skal de kommunale indsatser foregå/fortsætte?
- Hvad er det offentliges opgaver i denne forbindelse?
- Kan og skal de kommunale indsatser støtte op om at få skabt et holdbart indhold i tilværelsen – udover indsatser som bolig, støtte til misbrugsbehandling mv. – så yderligere marginalisering forhindres?
- Hvilke krav kan fagpersonen stille til borgeren?
- Hvordan motiverer vi borgeren til at tage ansvar for eget liv?
- Kan man begrænse hjælpen til udelukkende at være fokuseret på at opretholde en tålelig tilværelse – harm reduction?

BORGERTILFREDSHED VED PERSONLIG BETJENING I BorgerServiceCenter

Betty Hansen er 67 år og kommer i BorgerServiceCenter en mandag formiddag kl. 11.45, fordi hun skal have fornyet sit kørekort. Til hendes forbløffelse er der sort af mennesker i ventelokalet. Hun får sig kæmpet frem til Informationen, hvor hun får udleveret et nummer, får tjekket sit medbragte billede og bliver bedt om at vente, til hendes nummer kommer frem på skærmen. Der går en lille times tid, før Betty Hansen kan træde hen foran skranke nummer 15, hvor hun i løbet af få minutter får ordnet sit ærinde. Så irriteret over ventetiden, men tilfreds med betjeningen forlader hun BorgerServiceCenter.

Med 5-årige Nikolaj i hånden klemmer Jesper Pedersen sig onsdag middag ind ad glas døren til BorgerServiceCenter. Han skal have sine to unger med på campingtur til Harzen i påsken, og de skal alle tre have pas. Imidlertid når han ikke længere end til Informationen, hvor han får at vide, at han også skal have den 2-årige Nikoline med, hvis hun skal have pas. De billeder han viser er i øvrigt for dårlige: Der er genskin i hans briller, og Nikolaj griner stort. Det må man ikke i dag.

Irriteret råber han: "Det er fandme typisk kommunalt", inden han drejer om på hælen og går fra en lettere utilpas borgerrådgiver. Dagen efter er han klar igen, nu med begge børnene og gode fotos.

Men – underskriften fra hans fraskilte kone mangler på børnenes pasansøgninger, så han må endnu en gang vende hjem med uforrettet sag. Endelig, mandag eftermiddag, lykkes det for Jesper Pedersen at få ekspederet sine ansøgninger afsted.

Den efterfølgende lørdag tropper familien Lykke-Nielsen op i BorgerServiceCenter med far, mor og tre børn. De skal alle sammen have pas, for til foråret går turen til Thailand på en tur, de har fået råd til, fordi far Morten har arvet sin gamle moster. Morten har læst på odense.dk, at der er åbent i borgerservice den første lørdag i hver måned – og han har også printet og udfyldt alle pasansøgninger og tjekket kravene til billederne. Så alt er på plads og i orden, da familien entrer centeret kl. 10.03. Her er stille og fredeligt, og familien kommer til med det samme. Efter 20 minutter forlader de BorgerServiceCenter med et muntert "Tak for god behandling" til borgerrådgiveren, som kan gøre klar til næste ekspedition med en god fornemmelse indvendig.

Dilemma:

Hvilke kunder skal vi gøre det nemt for? Hvordan får vi flere til at søge information på hjemmesiden? Er ventetid altafgørende for den gode oplevelse? Skal BorgerServiceCenter overhovedet give folk en god oplevelse eller blot løse deres ærinder?

FLERE SKAL GØRE MERE!

Den 38-årige Jesper Pedersen møder op i BorgerServiceCenter en torsdag eftermiddag efter en travl arbejdsdag. Jesper skal flytte fra sin kone Trine og deres to børn efter en skilsmisse.

Irritationen melder sig allerede ved indgangen, for der er rigtig mange mennesker, der venter. Endvidere har Jesper også været lidt irriteret over, at der ikke var en flytteblanket i PostDanmarks flyttemappe, - det var der for fem år siden, da familien flyttede til Odense Kommune!

Han når til informationen, hvor han forklarer sit ærinde. Til sin store forbavselse får han ikke udleveret et nummer. I stedet spørger borgerrådgiverne, om han har en Nem-id, der gør det muligt at melde flytningen via nettet. Jesper svarer, at det har han, men det er jo kun til hans Netbank!

Borgerrådgiveren svarer, at borgerne kun kan melde flytning via den elektroniske flytteløsning, men at vi gerne står til rådighed for at hjælpe ham med at få koblet hans Nem-id op til de offentlige systemer og samtidig være behjælpelig med at få flytningen klaret over nettet.

Han får nu at vide, at han kan henvende sig til de to borgerrådgivere, der er uddannet digitale ambassadører og står ved borger-pc'erne for at yde medbetjening på kommunens elektroniske løsninger.

Jesper Pedersen springer let og elegant en meget lang kø over og der går max. 10 minutter, til han har fået sin Nem-id clearret til brug for de offentlige systemer og fået meldt flytning. Som bonusgevinst ved han også, at han nu ikke længere behøver at møde op personligt, men kan bruge den Digitale Postkasse til at ordne sine ærinder til det offentlige Jesper går tilfreds ud af døren og kaster et blik på de mange, der venter!

Dilemma:

Kan vi kræve, at borgerne skal benytte de elektroniske løsninger? Er det ok at tilbyde økonomiske og/eller andre fordele for de borgere, der benytter sig af selvbetjeningsmulighederne.

SUNDHED OG TRIVSEL

UNGE, DER HAR EN NEGATIV FOKUSERING PÅ VÆGT

UNGES BRUG AF SMERTESTILLENDE MEDICIN

UNGES BRUG AF HASH

UNGE, DER RYGER

UNGE, DER IKKE TRIVES I SKOLEN

BØRN OG UNGE, DER IKKE FÅR SUND KOST

BØRN OG UNGE, DER ER INAKTIVE OG STILLESIDDENDE

OVERVÆGTIGE BØRN OG UNGE

BØRN OG UNGE I UDSATTE POSITIONER

MENTAL SUNDHED I FOLKESKOLEN

BØRN OG UNGE, DER HAR PROBLEMER MED ENSOMHED OG SOCIALE RELATIONER

BØRN, DER HAR ET LAVT FREMMØDE I SKOLEN

SMITSOMME SYGDOMME I SKOLEN

SMITSOMME SYGDOMME I DAGTILBUD

USIKKERHED HOS NYBAGTE FORÆLDRE, DER HAR BETYDNING FOR BARNETS TRIVSEL

MANGLENDE TANDSUNDHED BLANDT UDSATTE GRUPPER

BØRN OG UNGE I FAMILLIER MED VOLD

UNGE, DER HAR EN NEGATIV FOKUSERING PÅ VÆGT

Mia lader morgenmaden stå fremme på spisebordet. Hun har ikke særlig meget lyst til morgenmad, fordi hun synes, at hun er blevet lidt overvægtig på det sidste. Madpakken, som er lagt frem, ved Mia allerede nu ikke kommer op ad tasken. Hun syntes ikke, at madpakker er særlige appetitlige. Hen på eftermiddagen kan Mia godt mærke, at hun er sulten og træt, og har hovedpine. Det er tydeligt for Mias klasselærer, at hun ikke er særlig frisk i eftermiddagstimerne. Nogle piger fra klassen nævner en dag overfor klasselæreren, at Mia måske har et problem. Klasselæreren tager det op med Mia og hendes forældre, men Mia synes, at det er svært. Hun er jo overvægtig, synes hun.

Inden helbredsundersøgelsen med skolelægen svarer hun på et spørgeskema, hvor hun angiver, at hun synes, at hun er overvægtig. De andre piger i klassen er tynde-re. Til helbredsundersøgelsen viser det sig, at Mia er normalvægtig ligesom de andre piger i klassen. Børn- og ungelægen på skolen undrer sig over, at pigerne i de større klasser har lignende historier.

Fakta:

41 procent af normalvægtige piger i 7.-9. klasse i Odense, synes de vejer for meget (Skolebørnsundersøgelsen 2009).

UNGES BRUG AF SMERTESTILLENDENDE MEDICIN

Frederik synes, at det er hårdt om morgenen. Han har siddet og set TV til langt ud på natten. Så da han bliver vækket, skal han næsten skubbes ud af sengen og ud af døren. I en matematiktime hen på eftermiddagen får Frederik ondt i hovedet. Og det er en dag, hvor han har ikke fået nogen hovedpinepiller med hjemmefra. Egentlig vil han gerne hjem, men læreren insisterer på, at han skal blive. Læreren følger med Peter ned på skolens kontor for at spørge om nogle smertestillende piller. Sekretæren siger nej som hun plejer. Skolen har nemlig vedtaget, at de ikke må udlevere medicin, uden at forældrene har accepteret det.

Nogle elever ringer til deres forældre for at få lov at tage nogle piller, men læreren foreslår Frederik, at

drikke noget vand og få noget frisk luft i stedet. Og det hjælper faktisk. Der kan være lidt tung luft i lokalet, og han har egentlig ikke fået drukket så meget vand i løbet af dagen. Det er noget lidt andet Frederik oplever derhjemme; der har han let adgang til pillerne.

Fakta:

22 procent af eleverne i 7.-9. klasse i Odense har taget medicin for hovedpine flere gange indenfor de seneste 30 dage. 57 procent af piger i 8. klasse har taget medicin for hovedpine mindst én gang indenfor de sidste 30 dage, hvilket er højere end landsgennemsnittet (Skolebørnsundersøgelsen 2009).

UNGES BRUG AF HASH

Et startende hashmisbrug

Efter gentagne konflikter med sin mor, er Michel flyttet over til sin far i Odense. Det er lidt hårdt at være tilflytter, og hun savner alligevel sin mor og dagligdagen i Jylland. I Odense får hun nogle nye venner, som ryger. Michel begynder også så småt at ryge. Med tiden bliver der også røget lidt hash. Ja, det bliver til tre-fire gange om ugen. Michel mener ikke, at det er et stort problem – hun er jo ikke afhængig. Hun vil stoppe lige efter forårets terminsprøver. Men det bliver lidt anderledes end hun har planlagt, da hendes klasselærer siger, at han tror, at hun har et problem. Han har set, at hun af og til har røde øjne, og at hun har fået sværere ved at koncentrere sig. Derfor kontakter klasselæreren hendes forældre, og de laver en aftale med kommunens rusmiddelkonsulent. Rusmiddelkonsulenten har forståelse for, at hashmisbruget ikke skal takles alene. Der er jo andre problematikker i spil såsom ked-somhed, ensomhed og konflikter i hjemmet, som også skal håndteres. Efter Michels opfattelse er der også en del andre i klassen, der ryger hash. Hun bliver derfor lidt overrasket over, da emnet bliver taget op i klassen, at der kun er to andre i klassen, der har prøvet at ryge hash.

Sociale relationer, fravær i skolen og hashmisbrug

Klokken er 8.30 da Stine træder ind ad døren til klasseværelset. Hun finder forsigtigt sin plads nede bagved. På vej hen til sin stol kigger hun blot ned i gulvet. Hun ved at det ikke er godt, at hun for tredje dag i træk kommer for sent. Hovedpinen melder sig allerede til næste time. De ting, læreren står ved tavlen og fortæller, flyder ud i ét for hende. Det elektriske lys virker alt for stærkt, og det skærer hende i øjnene. Stine er på ingen måde oplagt til at deltage aktivt i timen. Hun får tankeflugt. Stine tænker på, hvorfor hun nu også lod sig presse til at sidde oppe hele natten sammen med Lotte og Betina og ryge hash? Men på den anden side var det nu også sjovt og dejligt. Hun mødte i sin rus en helt anden og sjovere verden uden bekymringer. I går var en af de dage, hvor mor

alligevel bare lå på sofaen og drak sig fra sans og samling. Tårerne presser sig på i Stines øjenkrog. Hver gang hendes mor drikker, minder det hende om hendes far, som begik selvmord for et år siden.

Som tiden går, kommer Stine dybere ind i en ond cirkel af misbrug. Der er flere og flere dage, hvor Stine kommer for sent i skole. Nogle dage pjækker hun endda. Nu er det ikke kun Lotte og Betina, hun ryger med. Der er kommet flere til gruppen, og det er svært at sige nej til at ses, når nu de er så mange. Stine vil heller ikke føle sig udenfor.

En dag får Stine dog taget sig sammen til at komme i skole. Natten har været lang men som et sandt drømmeland. Stine træder igen ind ad døren for sent som så mange andre gange. Hendes øjne er røde og lyset skærer nu endnu skarpere i hendes øjne end ellers. En opmærksom lærer er klar over, at Stine har problemer. Læreren har efter timen en samtale med Stine. Stine kan ikke lyve overfor sin lærer. Hun kan ikke svare på, hvorfor hendes øjne er så røde, og hvorfor hun ikke har været så meget i skole på det sidste. Stine ved inderst inde godt, at hun ikke er på rette spor. De får sig en god samtale og bliver enige om, at der skal gøres noget ved problemet. Stine bliver indstillet til et såkaldt Drop-in værksted. Her modtager hun undervisning af en speciallæge og en misbrugs-konsulent. De holder motiverende møder, hvor Stines mor nogle gange deltager. Alt dette i håb om, at Stine med tiden vil opnå bæredygtige relationer og et liv uden misbrug.

Fakta:

9,7 procent af eleverne i 7.-9. klasse i Odense har prøvet hash (Skolebørnsundersøgelsen 2009). Odense ligger noget lavere end landsgennemsnittet, hvor en WHO rapport viser, at 13 procent af pigerne og 20 procent af drengene i 8. klasse har prøvet at ryge hash.

UNGE, DER RYGER

Pia går i 9. klasse og skal derfor, som alle andre, til helbredsundersøgelse hos skolenes børn- og ungelæge. Her fortæller Pia for første gang en voksen, at hun har røget i et års tid. Pia ryger cirka tre eller fire cigaretter dagligt. Hun har ikke fortalt nogle om, at hun ryger; hverken til hendes forældre eller lærere på skolen. De vil formentlig sige, at det er dumt og usundt at ryge, og det ved hun jo godt. Hun har egentlig lyst til at snakke med nogle voksne om det, men har samtidig heller ikke rigtig modet til det. Flere af de andre piger i gruppen ryger derhjemme, fordi deres forældre selv ryger. Det vil være helt anderledes med Pias forældre, hvis ikke de var så fordømmende overfor rygning. For Pia handler det om at være en del af den pige-gruppe, som hun har været sammen med i mange år. Når de ryger, så er hun jo også nødt til det. Hun vil gerne stoppe med at ryge, men hun vil ikke være den eneste.

For godt en uge siden havde hun ellers muligheden for at tage hul på problemet. Hun og veninderne var i et frikvarter gået om bag gymnastiksalen. Her plejer de at mødes for at ryge. Stedet er kendt af flere, så der kommer som regel flere derom. Pludselig står Pias

klasselærer der og beder alle om at slukke deres cigaretter. Der ikke må ryges på skolen. Flere af drengene bag gymnastiksalen siger, at de jo bare kan forlade skolens område. Læreren siger, at det kan han jo ikke gøre noget ved, men at det er en dårlig idé. Rygning er hverken sundt for helbredet eller økonomien. Drengene forlader skolens område.

Da Pia og børn- og ungelægen har snakket om rygning og de tilhørende emner, bli-ver de enige om at gøre noget ved det. Første skridt bliver at tale med hendes forældre om det, så de kan bakke hende op i at holde op med at ryge.

Fakta:

9 procent af drengene i 7.-9. klasse i Odense ryger dagligt. For pigerne er tallet 6 procent (Skolebørnsundersøgelsen 2009). National rygelovgivning vurderes at have haft en positiv effekt på andelen af rygere de senere år.

UNGE, DER IKKE TRIVES I SKOLEN

Skolen retter sig ikke helt mod Henrik, hvis du spørger ham. For ham handler skolen næsten kun om at sidde stille, skrive og læse. Hvis det stod til Henrik, så skulle de i langt højere grad være udendørs og lære. Henrik er ikke den stærkeste i klassen, når det drejer sig om det boglige. Han har svært ved at følge med, og han synes, at lærerne stiller store krav. Kravene er så store, at Henrik føler sig presset til grænsen. Han kan mærke, at han tit har ondt i maven og hovedpine. Hans forældre siger, at han har symptomer på stress. Og det bliver ikke lettere af, at hans forældre ikke rigtig kan hjælpe ham. Der er ingen i hans familie, der har taget en uddannelse; så han har ikke nogen af spejle sig i, når det gælder skole og uddannelse. Hen på foråret synes Henrik, at kravene til ham bliver for store, og han begynder at pjække fra skolen. Efter et forløb hos PPR (Pædagogisk Psykologisk Rådgivning) får Henrik konstateret nogle diagnoser, som han ikke helt forstår. De siger, at han har nogle psyki-

ske problemer. Henrik starter i en klasse, som PPR står for. Men Henrik trives heller ikke i den nye klasse. Henriks mor og Odense Kommune har gennem længere tid forsøgt at finde et godt alternativ til Henrik, så han kan opfylde sin undervisningspligt. Han bliver indskrevet på en lokal produktionsskole, men det forløb er også problematisk. Der er ikke rigtig noget tilbud, som Henrik har lyst til at deltage i.

Fakta:

67 procent af elever i 7.-9. klasse er for det meste eller altid glad for deres skole (Skolebørnsundersøgelsen 2009).

Andelen af elever i 7.-8. klasse, der udtrykker, at de for det meste eller altid er glade for deres skole er mindre end landsgennemsnittet i undersøgelse foretaget af Sundhedsstyrelsen.

BØRN OG UNGE, DER IKKE FÅR SUND KOST

”Det er vigtigt, at jeres børn får tilstrækkelig og sund mad med i skole” fortæller klasselæreren i 5. klasse til en forældreaften. Jette, der har en datter i klassen, har hørt budskabet om sund kost mange gange. Og hun synes, at hendes sunde mad-pakker bliver sat i dårligt lys. Hun giver jo sin datter sund mad med i skole. Hun er godt klar over, at det ikke er tilfældet for alle eleverne i klassen. Men de forældre, der ikke giver deres børn sund mad med i skole, er heller ikke mødt frem til forældreaftenen.

Jette har også hørt forskellige historier fra datterens skoledag. De viser, at klasse-kammeraternes forældre har forskellige tilgang til kost. Blandt andet har hendes datter fortalt, at hun og hendes veninde havde undervisning om de otte kostråd i hjemkundskab. De laver fuldkornspastasalat med broccoli, peberfrugt og pesto. Jette's datter kunne godt lide maden, og hun har foreslået at lave opskriften derhjemme. Men hendes veninde, der kommer fra det Jette kalder en resourcesvag familie, kan ikke lide det. Veninden spørger i timen straks om ketchup og fortæller, at hun altid får ketchup på maden derhjemme.

Forældrene, der deltager til forældreaftenen, reagerer ret forskelligt på budskabet om sund kost. Nogle forældre argumenterer for, at medarbejderne ikke skal blande sig så meget i familiernes hverdag. Der er også livlig debat om skolens kostpolitik, selvom den ser ud til at virke. Nogle forældre brokker sig over, at kantinen på skolen også sælger usunde frokosttilbud. Lærerne fortæller, at alternativet er, at nogle unge ikke får mad – og at kantinen jo også skal kunne løbe rundt. Noget bunder også i, at kantinepersonalet nok ikke har så meget erfaring med moderne sund kost. Jette kommer i tanke om, at det er det samme, der gør sig gældende i klubben og fritidsforeningerne, hvor hendes børn kommer.

Lærerne fortæller, at de har gode erfaringer med det ugentlige fælles måltid, hvor eleverne lærer at spise sundt, og hvor der bliver snakket om, hvad sund kost egentlig er. Samtidig fortæller lærerne, at nogle elever har svært ved at koncentrere sig hen på eftermiddagen, fordi de ikke får nok mad i løbet af dagen. Det gælder både i skolen og SFO'en.

Jettes tanker flyver igen. Når Jette tænker over det, er mange af problematikkerne omkring kost de samme som i børnehuset, hvor hun også har en datter. Her er der heller ikke mange børn, der ikke får sund mad med. Alligevel fylder snakken om mad meget i børnehuset. Fra morgenstunden hørte hun en lidt nervøs pædagog fortælle en mor, at hendes dreng nok ikke skulle have chokoladekiks med i mad-pakken, fordi det er imod børnehusets kostpolitik. Det var åbenlyst ikke let for pædagogen at fortælle det til moderen. Jette bliver forstyrret i sine tanker. En lærer fortæller, at der er pause, og at der bagefter er kaffe og kage.

Fakta:

Blandt alle elever i 7.-9. klasse i Odense svarer 74 procent, at de enten for det meste eller altid spiser sund mad (Skolebørnsundersøgelsen 2009)

57 procent af forældre til børn i 0. klasse vurderer, at deres børn kan lide grøn-sager (Pilottest af skole-sundhed.dk)

BØRN OG UNGE, DER ER INAKTIVE OG STILLESIDDENDE

Computer, tv og manglende deltagelse i fysisk aktivitet

Kenneth går i børnehaven og holder af at lege ude. Nogle af de andre børn i børnehaven vil helst være inde, tegne og lege med perler. Kenneth vil helst lege ude, hvor han rigtig kan få sved på panden.

Da Kenneth kommer i skole, er der noget, der forandrer sig. I starten er Kenneth fysisk aktiv som han var i børnehaven, men i 4. og 5. klasse begynder Kenneth at spille en del computer og bruge meget tid foran fjernsynet. Åbenbart så meget at skolens sundhedsplejersker en dag opfordrede ham til at bevæge sig noget mere. De snakkede sammen om nogle mulige foreninger, hvor han kunne lave idræt, som han kunne lide. De talte blandt andet om, at han kunne spille badminton. Han fortalte hende, at han jo ikke var særlig god til idræt og derfor nok ikke ville passe ind i en idrætsforening. En anden mulighed var, at Kenneth deltog i "Projekt Skole-sport", hvor han havde mulighed for at prøve forskellige sportsgrene i skolen for at finde aktiviteter, han har lyst til.

Han har længe vidst, at han ikke var en "fodbold-dreng". Efter at have forsøgt sig med fodbold, hvor han ikke engang kunne spille sig på den lokale klubs 2. hold, sprang han fra. Og det er lidt svært at komme i gang i en forening nu, hvor han ikke har så mange venner. Det er nu engang lettere for ham at være hjemme og spille computer. Han er godt klar over, at det ikke bliver lettere at komme af sted, jo mere tid

han bruger hjemme foran computeren. Men han er jo kun hjemme, for-di han ikke er så god til fodbold og ikke har lyst til at vise det, når drengene fra klassen spiller efter skole. Det er blevet sådan, at han går lige hjem fra skole og ikke ser så mange i fritiden. "Hvis jeg bare havde haft nogle forældre, der ville bakke mig op, og måske køre mig til badminton", tænker han for sig selv. Men ingen i hans familie har tradition for at dyrke sport. Men egentlig er han også temmelig træt. Skolen kan være stressende, synes Kenneth, og han holder derfor af at komme hjem og slappe af i sofaen foran tv'et.

Der er faktisk tilbud til "sådan nogle" som Kenneth. Der er tilbud på skolen eller i den lokale forening, som eksempelvis rugby eller rollespil i skoven. Her kan alle være med uden at være god til idræt. I skolen har nogle elever fra elevrådet arrangeret aktiviteter i frikvarteret, hvor man får rørt sig. Kenneth kender godt tilbuddene. Og han har lyst til at deltage, så han kan snakke med om sin aktive weekend, når klassen mødes mandag morgen. Det er bare svært at komme af sted.

Kost og motion hos socialt udsatte børn og unge
Farvel lyder det, og døren smækker bag moderen. De to brødre Dennis og Mathias på henholdsvis 9 og 10 år skal også i aften være alene hjemme. Det har de været næsten hver aften det sidste lange stykke tid. Klokkeren nærmer sig syv, og de to drenge begynder begge at være sultne. Aftensmaden er noget Dennis og

Mathias selv sørger for. Og de går lidt rundt i køkkenet for at se, hvad de kan finde. I skabet finder de noget hvidt toastbrød, og i køleskabet tager de ketchup og remoulade, fordi de ikke kan finde noget pålæg. Drengene laver toast med ketchup og remoulade. Om aftenen ser de fjernsyn og går sent i seng.

Næste morgen sørger den ældste bror for at få lillebror med op og i skole. Deres mor er kommet meget sent hjem fra besøget hos sin kæreste, og hun sover derfor stadig. Skolen ligger heldigvis tæt på, og drengene har lært selv at finde derhen. I skolen skal Dennis i dag have idræt, men Dennis har svært ved at følge med i de fysiske aktiviteter. Han synes heller ikke, at det er sjovt at dyrke motion. Fodbold er ikke lige ham. Han har aldrig været en "fodbolddreng", og han bryder sig i det hele taget ikke om at løbe eller dyrke nogen form for boldspil. Hen på eftermiddagen bliver Dennis meget træt. Om morgenen skulle han selv stå for at lave madpakke til hans bror og ham. Køleskabet var næsten tomt, og han kunne ikke finde på andet end noget af det toastbrød, de fandt i skabet aftenen før. Lærerne på skolen har igennem længere tid lagt mærke til Dennis' madpakke.

Familien bliver tilknyttet et familiehus, og her får familien støtte og rådgivning. I familiehuset prøver de at inddrage drengene i madlavning. Dennis og Mathias har for nyligt lært, at grøntsager er godt, og at de egentlig også smager godt, hvis bare man putter lidt ketchup på. De har dog fået at vide, at det ikke er

så godt, når de gør det. Derudover prøver familiehuset at gøre de fysiske aktiviteter spændende og sjove for de to brødre, og de finder alternative sportslige fritidsaktiviteter til Dennis, som jo ikke lige er en "fodbolddreng". I familiehuset holder de støttende samtaler med moderen. Moderen får under disse samtaler mange gode råd og vejledning om, hvad hun kan arbejde med. Det er dog hende selv, der skal formå at tillægge sig nye vaner. Med de gode råd i baghovedet kan moderen udvikle forbedringer for familien. Moderen prøver så godt hun kan, at følge familiehusets vejledninger, men hun har en socialt belastet baggrund. Hun er dårligt begavet, har ingen forstand på kost og motion, og hun har i det hele taget svært ved at føre forandringer ud i livet.

Fakta:

13 procent af drenge og piger i 7.-9. klasse svarer, at de foretrækker at se TV, spille computer eller andre stillesiddende aktiviteter frem for at være aktive (Skolebørnsundersøgelse 2009).

20 procent drenge mellem 11-15 år er kun fysisk aktive 1 time mellem 0 og 2 dage om ugen. Det tilsvarende tal for piger er 22 procent (Sundhedsstyrelsen, 2008).

OVERVÆGTIGE BØRN OG UNGE

I de seneste par måneder har Per, en af skolens lærere, lagt mærke til, at Håkon i 5. klasse har det svært. Per er usikker på, om det kan kaldes mobning, men flere af drengene fra klassen kommer med bemærkninger til Håkons tydelige overvægt. Og drengen er ikke rigtig med i klassens fællesskab. Det har ikke høj status at være overvægtig. Per synes, at det er en udfordring, at få Håkon til at acceptere sig selv, og at få klassekammeraterne til at gøre det samme.

Per får derfor sat en skole-hjem-samtale i stand, hvor de taler om problemet med Håkons trivsel. Problematikken omkring overvægt er ikke helt let at tage fat på i samtalen. Selvom problemet er åbenlyst, synes Per stadig, at det er tabubelagt. Da de endelig kommer til at tale om problemet, reagerer moderen meget følelsesladet. Hun fortæller, at hun godt kender til problemet, men at det er svært at erkende, at Håkon er overvægtig. Hun er ked af det på drengens vegne. Overvægten skyldes jo blandt andet dårlige kostvaner i hjemmet. Det er også svært at erkende for hende.

Både Håkon og moderen fortæller, hvor svært og uoverskueligt det er at ændre vaner omkring kost og motion. Moderen synes, hun mangler redskaber til at hjælpe ham. Per ved ikke rigtigt, hvordan man griber "det hele" an, så han henviser til skolens sundhedsplejerske, der måske kan hjælpe Håkon og moderen. Efterfølgende bliver Håkon tilbudt at komme med på et af kommunens tilbud; Camp Fanø for børn i 5. klasse med overvægt. På Fanø arbejder de intensivt i seks uger med blandt andet kost, motion og selvværd. Efter Per har været af sted på Fanø, begynder moderen at overveje, hvordan hun også kan begynde at ta-

Selvom det er en vanskelig samtale siger Pers erfaring ham, at det er den rette start. For at kunne arbejde med drengens overvægt er det centralt, at forældrene bakker ham op og tager ansvar. Andre voksne som eksempelvis hans lærere og skolens sundhedsplejerske skal også gøre det. Drengen får også fortalt, at han i øvrigt har det svært. Han tror ikke på sig selv og har dårligt selvværd. Per ved godt, at mange overvægtige har dårligt selvværd, da han er frivillig træner i en lokal idrætsforening. Her er der meget få overvægtige, fordi de der starter, hurtigt stop-per igen. De får kun få succesoplevelser med bevægelse, hvilket kan være en af grundene til dårligt selvværd. Per vil forsøge at lave nogle tilbud i klubben, der kan rumme overvægtige og andre, der ikke har let ved fysisk aktivitet.

Fakta:

Cirka 5 procent af eleverne i 5. klasse har en BMI svarende til fedme, hvilket fremgår af sundhedsplejerskernes registreringer i forbindelse med elevernes hel-bredsundersøgelse.

Forekomsten af overvægt blandt børn og unge er steget de sidste 10-30 år. Overvægt og fedme blandt børn og unge kan give såvel fysiske som psykiske komplikationer, og kan blive en stor økonomisk byrde for samfundet (Statens Institut for Folkesundhed, 2007).

BØRN OG UNGE I UDSATTE POSITIONER

Inklusion i dagtilbud og skole.

Charlotte har lige sat sig med en større gruppe af børn for at spille et brætspil. Den anden pædagog på stuen er i fællesrummet og leger med Lego. Midt i spillet hører Charlotte, at Anne Sofie græder inde i pudrummet. Charlotte bliver nødt til at rejse sig og gå fra spillet for at se, hvad der sker. Da Charlotte kommer tilbage er hele børnegruppen væk, og det hyggelige spil er ødelagt. Anne Sofie er en pige, som er i en udsat position. Børnehuset har fået tildelt 10 timer om ugen til en støttepædagog, men når støttepædagogen ikke er der, kan det være vanskeligt for pædagogerne at inkludere Anne Sofie. Anne Sofie er højtråbende, og hun har en adfærd, der er anderledes end de andre børn. Charlotte og de øvrige pædagoger i børnehuset synes, at det er vanskeligt med Anne Sofie, da hun ikke har fået en egentlig diagnose. De ved ikke, hvordan de kan takle hende bedst muligt. Men der er lange udsigter, på grund af lang ventetid på udredning fra Odense Universitetshospital.

Inden Anne Sofie starter i skolen, holder skolen og børnehuset et overleveringsmøde, hvor børnehuset fortæller om Anne Sofies styrker og svagheder, og om hvordan skolen kan skabe de bedst mulige rammer for hende. Pædagogerne fra børnehuset fortæller blandt andet, at Anne Sofie trives bedst, hvis dagen bliver meget struktureret. Både i skolen og SFO'en forsøger lærere og pædagoger at give hende faste rammer. Klasselæreren efterspørger alligevel en eller anden form for udredning, da det ville give bedre betingelser for både lærere og Anne Sofie.

Anne Sofie trives nogenlunde i skolen, selvom pædagoger og lærere til tider synes, at det kan være vanskeligt at etablere læringsmiljøer, som inkluderer hende. Anne Sofie kan have svært ved at følge både de skrevne såvel som uskrevne regler på skolen. Hun synes, at det hele er lidt lettere, når hun er til håndbold i den lokale idrætsforening. Der har de en træner, der ikke kender hendes historie, og som sætter nogle fa-

ste rammer. Det er helt befriende for Anne Sofie, når hun ikke skal forholde sig til det faglige i skolen, men bare kan bevæge sig på håndboldbanen.

Sociale kompetencer og inklusion

Erik har igen været oppe at slås med nogle af kammeraterne fra klassen i SFO'en. Erik går i 3. klasse og er med i en drengegruppe, hvor der er mange konflikter og kampe. Erik plejer at blive syndebuk, fordi han i frustration ender med at slå én af de andre drenge. Konflikterne bliver taget seriøst af pædagogerne i SFO'en. Pædagogerne arbejder for at skabe nye legerelationer for Erik, og de forsøger at give de andre drenge et positivt og mere nuanceret billede af Erik. De interviewer hele drengegruppen for at tale om deres relationer, og ansøger om en udredning af Erik. Interviewene viser, at flere af drengene mistrives, og de føler sig tvunget til at gøre noget, de ikke har lyst til. Efter udredningen bliver Erik flyttet til en såkaldt OBS-klasse. I OBS-klassen er der en del andre børn, der mangler sociale kompetencer, så Erik er også med i en del konflikter i den nye klasse.

Fakta:

Odense Kommune har en forholdsvis lav udskillelsesprocent i skolerne på 3,9 %, hvor den på landsplan er 5,6 %. Det skyldes blandt andet, at man i Odense Kommune i en årrække har arbejdet på at fremme inklusion i folkeskolen.

Siden 2005 har der været et særligt fokus på at implementere inkluderende pædagogik på dagtilbudsområdet. Der er stor spredning på, hvor langt dagtilbudene er i implementerings- og forankringsprocessen. Samlet set er personalets oplevelse, at børn i udsatte positioner i særlig grad profiterer af det systematiske fokus på inklusion.

Ca. 99 % af alle børn der efterspørger plads i dagtilbud inkluderes i dagtilbud.

MENTAL SUNDHED I FOLKESKOLEN

Afgangsprøverne står for døren, og eksaminer har aldrig været Niels' styrke. Han kan mærke, at det pres, der i forvejen opleves stort, er endnu større nu. Niels oplever, at han ikke rigtig kan følge med. På det seneste er han begyndt at blive util-pas og reagerer ret kraftigt både verbalt og fysisk, når han ikke kan overskue tingene. Han er også begyndt at sove dårligt om natten. Niels har både talt med andre fra klassen og sin storebror, der har det på samme måde. Hans storebror, der går på erhvervsskole, kunne få hjælp af nogle psykologer, som var på uddannelsen. Men sådan et tilbud er der ikke i folkeskolen, så Niels har ikke rigtig nogen steder at gå hen. Det står jo heller ikke helt galt til.

En lærer på skolen har nævnt for Niels, at han ser ud til at have brug for hjælp. Niels bliver glad for, at læreren har lagt mærke til ham og anerkender hans be-

hov for hjælp. Læreren har også kontaktet Niels' forældre for at få en skole-hjem-samtale. Forældrene bliver overraskende over, at Niels ikke trives. De har ikke set tegn på, at der skulle være noget galt. Det undrer ikke Niels. De har jo så travlt derhjemme, at de ikke taler så meget sammen for tiden.

Fakta:

4 procent af børn og unge mellem 11-15 år føler sig "meget stressede" i hverdagen, og yderligere 38 procent føler sig "lidt stressede" (Sundhedsstyrelsen, 2008)

30 procent af unge mellem 11-19 år i Danmark svarer, at de af og til, ofte eller meget ofte er ensomme (Børn og Unge i Danmark – Velfærd og Trivsel, SFI, 2010)

BØRN OG UNGE, DER HAR PROBLEMER MED ENSOMHED OG SOCIALE RELATIONER

Fællesskab og trivsel

Sommerferien er ved at være slut, og Maja skal til at starte i 9. klasse. I de sidste uger i ferien har hun haft en del ondt i maven. Hun er ret spændt på, at skulle starte i skole igen. På det seneste synes hun, at det hele er begyndt at gå skævt. I skolen klarer hun sig godt fagligt, men hun føler sig ikke rigtig tilpas i klassens fællesskab. Hvis der var nogle spurgte hende, vil hun sige, at hun blev mobbet. Der er nogle piger fra klassen, der gentagne gange og på forskellige måder har været ubehagelige overfor hende; blandt andet fordi hun er faglig dygtig i skolen.

Hendes forældre er skilt. Og da forældrene stadig er meget påvirkede af skilsmis-sen, er de ikke særlig meget sammen med Maja. Så hun fortæller dem ikke, at hun ikke har det godt i skolen. Til gengæld er hun rigtig meget sammen med sin mor-mor. De tilbringer mange eftermiddage sammen, hvor de snakker, spiller og går tu-re. Det hjælper at få talt med mormoren om sine problemer, men hun ser ikke andre jævnaldrende. Noget af det mormoren fortæller hende er, at hun skal lære at takle, at pigerne fra klassen behandler hende dårligt. Mormoren mener, at noget af det vigtigste børn kan lære i dag, er at takle modgang. Det lærte mormoren, da hun var barn. Det har Majas forældre aldrig lært hende.

Ensomhed og manglende fritidsliv

Det er ved at være sidst på eftermiddagen. Hong har endnu en dag hjulpet sine for-ældre i deres virksomhed. Forældrene forventer, at Hong hjælper til. Hong føler sig udenfor klassens fællesskab, da han bruger det meste af sin fritid i forældrenes virksomhed. Han bruger meget tid sammen med sin familie og får dækket mange af sine behov for relationer. Men han mangler kontakten til kammeraterne fra skolen. Hong har tit hovedpine og søvnproblemer, og ensom-

heden har smittet af på hans sundhed. Det er først ved et møde med sundhedsplejersken på skolen, at det går op for forældrene, at Hong er ensom. I samtalen får forældrene nogle redskaber til at forstå Hong og til at tyde de fysiske tegn på ensomhed.

Ensomhed, ondt i livet og indlæggelse

Tina går i 9. klasse. Hun er begyndt at få meget fravær i skolen. Det er først, da hun tager en overdosis af hovedpinepiller, at det går op for hendes forældre og lærere, at der er noget galt med Tina. Tina bliver indlagt på den akutte modtageafdeling, hvor en psykiater vurderer hende. Han vurderer, at Tina ikke har nogen psyki-atrisk lidelse, men at hun sandsynligvis ikke trives og er ensom. Tinas forældre er skilt. Ved skilsmis-sen valgte Tina at bo hos moderen, men efter at der har været en del konflikter mellem dem, har Tina valgt at flytte over til sin far. Det betyder, at Tina måtte flytte skole. Tina trives ikke i den nye klasse, og hun har ikke nogen at tale med det om. Forældrene er stadig mærkede efter skilsmis-sen, og Tina er ofte alene hjemme. Derfor er det først ved indlæggelsen på den akutte modtagerafdeling, at det går op for forældrene, at Tina har problemer.

Fakta:

Børn- og ungelægerne oplever flere piger, der sender signaler om manglende trivsel, eksempelvis ved at indtage et overforbrug af piller.

5-10 procent af børn og unge angiver, at de i fritiden højest er sammen med venner i en halv time om dagen i gennemsnit (Børn- og Unge i Danmark – Velfærd og Trivsel, SFI, 2010)

BØRN, DER HAR ET LAVT FREMMØDE I SKOLEN

John har lige skiftet skole, inden han begynder i 1. klasse. På den nye skole opdager de hurtigt, at der er problemer i hjemmet. John har et rigtigt stort fravær, så skolen vælger at kontakte moderen. Det viser sig, at moderen er psykisk syg og har tilbagevendende depressioner. Moderen vil gerne samarbejde med skolen for at hjælpe John. Det er ikke viljen der mangler, men hun magter ikke at ændre situationen. Skolen må derfor fortage en underretning, og familien møder derefter op i et af kommunens familiehuse. I en periode ringer en lærer hver morgen kl. 7. til John for at sikre, at han kommer i skole.

En støttepædagog hjælper familien med at skabe struktur i hverdagen. Moderen blomstrer for en kort periode op, men så flytter moderens kæreste til et andet område i byen, og hun får en ny nedtur. John må skifte skole igen. Efter et år med flere skoleskift vender John og hans mor tilbage til den første skole. Situationen i hjemmet ændrer sig ikke, og moderen accepterer en frivillig anbringelse.

Fakta:

Det gennemsnitlige antal ulovlige fraværsdage per elev i almindelen var i skoleåret 2009/2010 1,5 dage.

SMITSOMME SYGDOMME I SKOLEN

3. klasse skal have svømning. Når børnene står i badetøj er det tydeligt, at flere af dem har sår på kroppen. Pernille, der er lærer, har fået flere sedler, hvor forældrene skriver, at deres barn har børnesår, men at det ikke smitter mere. Men Pernille kan konstatere, at sår er et stort problem. Der er jo flere og flere børn, der får det, så det må jo smitte. De har haft ringet til børn- og ungelægen for at høre, hvad de skal gøre og hvilke forholdsregler, de skal tage. Pernille har i hvert fald ikke lyst til at skulle i bassinet, hvis hun risikerer at få børnesår. Der er flere lærere på skolen, der er

bekymrede for noget så simpelt som forkølelsessår, børnesår mv. Men det bliver faktisk oplevet som et problem, der er svært at få bugt med.

Fakta:

Lærere fortæller, at de oplever smitsomme sygdomme, som eksempelvis sår, som et stigende problem i skolerne.

SMITSOMME SYGDOMME I DAGTILBUD

Henriette er ret presset på arbejdet for tiden. Og i går måtte hun hente Rikke i børnehaven ved middagstid, fordi pædagogerne ringede og sagde, at Rikke var sløj og havde feber. Det betød, at hun ikke nåede dét, hun havde planlagt på arbejdet. Næste morgen er Henriette i tvivl om hvorvidt Rikke er rask og kan tage i børnehaven. Hun ser ikke helt frisk ud, men samtidig mener Henriette, at Rikke godt kan holde til en kort dag i børnehaven. I børnehaven bemærker pæda-

gogerne, at Rikke virker træt, og at hun er ikke helt kommet sig over sygdommen. Pædagogerne ved, at det kan betyde, at Rikke kan smitte flere børn eller pædagoger. Det betyder flere sygemeldinger i morgen. Pædagogerne ringer ikke efter Henriette igen idag.

USIKKERHED HOS NYBAGTE FORÆLDRE, DER HAR BETYDNING FOR BARNETS TRIVSEL

Johanne er for første gang blevet mor. Og hun kan mærke, at hun er usikker på sin nye rolle. Inden Johanne fødte, har hun læst en del bøger om børn, forælderrollen m.m. Men når sønnen græder, er hun alligevel usikker på, hvad det betyder. Hun synes ikke rigtig, hun kan fornemme, hvad hendes søn har behov for. Hun synes heller ikke rigtig, at hun er glad for at være mor. Det at være mor er ikke helt, som hun har forventet. Da hun får besøg af sundhedsplejersken, får hun fortalt om hendes usikkerhed. Sundhedsplejersken fortæller, at det er helt normalt

med de reaktioner, som barnet har. Johanne får at vide, at hun skal læse mindre og "mærke mere efter". Besøget giver Johanne en vis sikkerhed, men hun er stadig i hyppig kontakt med sundhedsplejersken på mail og telefon.

Fakta:

Sundhedsplejersker i Odense oplever, at relativt mange nybagte forældre er usikre på forælderrollen.

MANGLENDE TANDSUNDHED BLANDT UDSATTE GRUPPER

Ahmed er 5 år og går i børnehave. Tandplejen har indkaldt Ahmed flere gange, men han er ikke dukket op. Hans forældre er skilt. Ahmed bor hos sin mor, der altid har været bange for at gå til tandlæge, så hun har ikke taget Ahmed med til tandplejen. Tandplejen har startet et projekt, hvor de besøger udvalgte børnehuse, hvor der er særlig brug for en indsats omkring tandsundhed. Når tandplejen besøger børnehuse, får børnene beskyttende lak på tænderne og fluorbehandling. Som en del af projektet børster medarbejderne i børnehuset tænder på børnene hver dag. Projektet har en synlig effekt på børnenes tandsundhed. Da tandlægen Pia, kommer i børnehuset, får Ahmed også behandlet sine tænder. Det viser sig, at tænderne er så dårlige, at han skal have hevet tolv tænder ud. Der er tale om et stort indgreb. Medarbejdere fra børnehuset og tandplejen får over-talt Ahmeds sted-far til at komme ind til Tandplejen. Pia ved, at det er store indgreb som dette, der giver

børnene tandlægeangst. Og det kan så betyde, at Ahmed ikke kommer i Tandplejen mere. Ahmed er ikke den eneste i børnehuset, der skal igennem en omfattende behandling. I nogle kulturer er der først tradition for at gå til tandlægen, når man har ondt. Forebyggende behandling bliver derfor ikke brugt så meget. Under behandlingen fortæller stedfaderen, at han er rigtig glad for, at Ahmed får hjælp, Ahmed har tabt sig på det seneste, fordi han har ondt, når han spiser. Og pædagoger i børnehaven fortæller, at de tror, at problemer med tænderne har betydet, at Ahmed ikke har så godt et sprog.

Fakta:

3-6 årige børn i Vollsrose har 4 til 5 gange så mange huller sammenlignet med alle 3-6 årige i Odense. 3-6 årige børn i Vollsrose har i gennemsnit 5 huller (Tandplejen, Odense, 2009)

BØRN OG UNGE I FAMILIER MED VOLD

Jonas på 12 år bor sammen med sin mor. Jonas' forældre er skilt. Moderen kommer fra en belastet familie, hvor begge hendes forældre havde let ved at ty til flasken. Jonas' far er meget overvægtig, arbejdsløs og bruger det meste af dagen foran fjernsynet. Her spiser han store mængder fast food, chips og cola.

Dengang de var en lille familie, havde de svært ved at få hverdagen til at fungere. Hverken Jonas' mor eller far havde overskud til at dukke op til forældremøder, Jonas havde meget sygefravær, og når han endelig mødte i skole, var han uoplagt. Lærerne var nødsaget til at have telefonsamtaler med hans forældre - oftest moderen. Her påpegede de overfor Jonas' forældre, hvor vigtigt det var at være i kontakt med skolen og deltage i arrangementer. Forældrene skulle påvirke Jonas i en sådan grad, at han kom i skole, var veloplagt og havde madpakke med. Efter skilsmissen har moderen forsøgt at lytte til lærernes råd. Hun har prøvet at skabe en bedre hverdag for Jonas, og han møder derfor oftere i skole, og har også madpakke med. Jonas besøger engang imellem sin far. En dag hvor Jonas kommer hjem fra besøg hos sin far, observerer moderen, at Jonas opfører sig meget underligt. Han græder og græder og knuger sig ind til hende. Jonas vil ikke slippe hende igen. "Hvad er der dog sket?" spørger hun Jonas. Jonas siger ikke noget, han græder bare. Moderen kigger nærmere på Jonas, og hun ser, at han har aftryk på hals og øjne. Hun ær ham blidt. "Av av" udbryder han og græder videre. "Hvad har han dog gjort ved dig", siger moderen med gråd i stemmen. Jonas er gul og blå over det meste af

kroppen. Han er blevet udsat for grov fysisk vold af faderen. Det fysiske overgreb som Jonas har oplevet, er meget traumatisk for ham, og han viser kraftige angstreaktioner i den efterfølgende tid. Han sover kun op ad morderen hele natten, og ofte vågner han fra et mareridt. Jonas vil helst ikke i skole, men hans mor ved, at det er vigtigt for ham at komme ud og være sammen med andre børn. Efter skole lukker Jonas sig selv inde på sit værelse, og han har efterhånden meget få venner og ønsker på ingen måde at deltage i fritidsaktiviteter. Hos ATA (Alternativ Til Anbringelse), som Jonas og hans mor er blevet tilknyttet, arbejder de med den angst, som efter den traumatiske oplevelse bor i Jonas. De prøver også at skabe et netværk for de to, og de samarbejder derudover med den skole, som Jonas går på. Men rammerne bliver strammere og strammere. De faglige eksperter håber, at de økonomiske ressourcer slår til, så det ikke får betydning for kvaliteten af behandlingen for Jonas.

Fakta:

Hver femte ung i 8. klasse er blevet udsat for fysisk vold mindst en gang af sin far eller mor inden for det seneste år. De unge, der har været udsat for vold henvender sig primært til venner men også til voksne i familie, skole eller klub. (Vold mod unge i Danmark – en spørgeskemaundersøgelse blandt 8.klasses elever, SFI, 2010)

RYGNING

RYGNING BLANDT UNGE

RYGNING PÅ PLEJECENTRE

VOKSNE RYGERE

BEVÆGELSE

BEBÆGELSE BLANDT PERSONER MED EN KRONISK LIDELSE

BEBÆGELSE BLANDT BØRN

BEBÆGELSE BLANDT SOCIALT UDSATTE

KOST

SUNDE KANTINER

ÆLDRES KOST

BØRNS KOST

SOCIALT UDSATTES KOST

KOST BLANDT PSYKISK SYGE

ALKOHOL

UNGES ALKOHOLKULTUR

PSYKISK SYGE OG ALKOHOL

ALKOHOLISKE FORÆLDRE

RYGNING BLANDT UNGE

Pia går i 9. klasse og skal derfor til helbredsundersøgelse hos skolens børn- og ungelæge. Her fortæller Pia første gang en voksen, at hun har røget i et års tid. Pia ryger cirka tre eller fire cigaretter dagligt. Hun har ikke fortalt noget om rygningen til sine forældre eller lærere på skolen. De vil formentlig sige, at det er dumt og usundt at ryge - og det ved hun jo godt. Hun har egentlig lyst til at vende det med nogle voksne, men har samtidig heller ikke rigtig modet til det. Flere af de andre piger i gruppen, ryger derhjemme, da deres forældre selv ryger. Det vil være helt anderledes med Pias forældre, hvis de ikke var så fordømmende overfor rygning. For Pia handler det om at være en del af den gruppe af piger, som hun har været sammen med i mange år. Når de ryger, så er hun jo også nødt til det. Hun vil gerne stoppe med at ryge - men ikke som den eneste.

For godt en uge siden havde hun ellers muligheden

for at tage hul på problemet. Hun og veninderne var i et frikvarter gået om bag gymnastiksalen. Her samles de for at ryge.

Stedet er kendt af flere, så der kommer som regel flere derom. Pludselig står Pias klasselærer der og beder alle om at slukke deres cigaretter, da der ikke må ryges på skolen. Flere af drengene bag gymnastiksalen siger, at de jo bare kan forlade skolens område. Hertil må læreren sige, at han jo ikke kan gøre noget ved det, men at det er en dårlig idé, da rygning hverken er sundt for helbredet eller økonomien. Drengene forlader skolens område.

Da Pia og børn- og ungelægen har snakket om rygning og de tilhørende emner, bliver de enige om, at gøre noget ved det. Første skridt bliver at tale med hendes forældre om det, så de kan bakke hende op i at holde op med at ryge.

RYGNING PÅ PLEJECENTRE

Pias farmor, Grethe har røget siden hun var teenager, og antallet af cigaretter er steget efter hun mistede sin mand for 1 år siden. Tiden derhjemme kan til tider være lang, så det bliver til mange timer hjemme i køkkenet med en kryds og tværs, og en cigaret.

En ældre konsulent fra kommunen gav Grethe den idé, at hun kunne blive frivillig på en af kommunens plejecentre. Grethe har den sidste måned besøgt Jytte, en ældre dame på et plejecenter, der ligger lige i nærheden af hvor Grethe bor. Jytte har svært ved at bevæge sig rundt, så besøgene går typisk med at sidde i Jyttes stue, læse avis og snakke om hvad der sker i byen. Plejecenteret har regler om at der ikke må ryges på plejecenteret. I starten gik Grethe udenfor for at ryge, men hun har efterhånden fundet ud af at hun godt kan holde sig fra cigaretterne, når hun er hos Jytte. Flere af medarbejderne på plejecenteret er stoppet med at ryge, og de har fortalt at de i løbet af kort tid har kunnet mærke, at de har fået det bedre.

Lene - en af Jyttes faste plejere - har ofte været syg, hvilket til tider har skabt store bekymring hos Jytte. Efter at Lene er stoppet med at ryge, har hun haft færre sygedage, og som Jytte siger, så håber hun at Lene så vil droppe sin snak om at gå på efterløn. Nu kan hun jo godt klare at gå på arbejde. Nogle dage kan Grethe gå hjem fra sine besøg hos Jytte uden at tænde en cigaret på vej hjem. De dage hvor hun ikke besøger Jytte ryger hun fortsat mange cigaretter, selv om hun godt ved, at hun burde stoppe. Hendes veninde er lige blevet indlagt på sygehuset med lungebetændelse, og Grethe oplever også selv perioder med kraftig hoste og problemer med vejrtrækningen. Grethe er motiveret for at stoppe med at ryge, og kan jo også selv se at det er muligt, de dage hvor hun besøger Jytte. Grethes datter har på kommunens hjemmeside set at apoteket starter et nyt rygestopkursus op i næste uge, så Grethe vil lige lægge vejen forbi, når hun går hjem fra hendes besøg hos Jytte på onsdag.

VOKSNE RYGERE

Bente er førtidspensionst, men arbejdede tidligere som pædagog. Bentes livssituation er ret kompleks og hun oplever også selv at hun hele tiden får skabt problemer for sig selv.

Bente siger selv at "glasset er halvt tomt" – og der er mange ting der virker besværlige eller uoverskuelige i hendes liv. Bente har tidligere være på et rygestophold men kunne ikke rigtig omsætte rygestop-redskaberne til sin situation og rygestoppet lykkedes ikke.

Nu er Bente igen motiveret for rygestop og vil gerne vise overfor sig selv og andre at hun har kræfterne til at gennemføre et rygestop. Bente mener, at hvis hun nu kan klare et rygestop vil der også være andre ting som hun ændre i sit liv.

Bente begynder på individuelle rygestop-samtaler

med en socialrådgiver i Sundhedsenheden Bolbro efter henvisning fra sin læge. I de individuelle rygestop-samtaler arbejder socialrådgiveren sammen med Bente om at finde ud af, hvad der er grunden til at Bente ryger. Det er blevet tydeligere for Bente at når hun ryger, er det i situationer hvor hun bliver ramt af en følelse af tristhed. Nu er Bente og socialrådgiveren i gang med at afdække hvad Bente så kan gøre i stedet for at ryge. I første omgang prøver de i fællesskab på at finde de rette redskaber til Bente.

Udfordringen ligger i at finde frem til hvad der egentlig er årsagen til at Bente ryger. Ofte har borgere der henvises fra egen læge så komplekse liv at det kan være en krævende proces at få klarhed over, hvilke følelser der ligger til grund for rygetrangen.

BEBÆGELSE BLANDT PERSONER MED EN KRONISK LIDELSE

”Vi skal have pulsen op og fart på fedtet!” lyder det fra fysioterapeut Rikke, og deltagerne, der alle lider af enten KOL (Kronisk Obstruktiv Lungesygdom), diabetes eller en hjertekarsygdom, stemmer i med armsving. Otte borgerne er til træningen på et af Odense Kommunes KRAM-hold for kronikere. Rikke har selv fuld fart på. Hun kommer fra et møde på Ørbækvej, men på cykel kommer hun hurtigt gennem byen via stisystemerne, og hun nåede da også at nikke med sin nye medarbejdercykelhjelm til en kollega på vejen. Rikke tænker også meget på selv at forebygge livsstilssygdomme. Hun ser dagligt borgere med kroniske sygdomme, som ofte skyldes fysisk inaktivitet. To gange om ugen er det derfor Rikke selv, der får pulsen op, når hun går i kommunens motionsrum og tager en løbetur eller en tur i romaskinen. Når det årlige Eventyrløb nærmer sig plejer hun at træne mere, for alle hende kolleger er også med, så der er jo en intern konkurrence om hvem der får den bedste tid.

Alle borgerne på KRAM-holdet har en kronisk sygdom, som de skal lære at leve med, og alle har meldt sig til holdet for at få vejledning og støtte til en sundere livsstil. Det giver en bedre livskvalitet. Det kan en af deltagerne, Michael, godt skrive under på:

”Jeg har aldrig før dyrket motion. Men så satte min læge mig stolen for døren og sagde, at hvis jeg ikke kom af med min overvægt, så ville jeg dø. Jeg fik tilbudt en fedmeoperation, som jeg sagde ja til. Da jeg så bad kommunen om hjælp til rengøring, fordi jeg blev helt udmattet af at gøre det selv, så sagde visita-

toren, at hun ikke kunne give mig hjælp til at få gjort rent, men at jeg kunne få noget motion i stedet. Og det var jo det, jeg havde brug for. Og så startede jeg her. Jeg plejer at sige, at jeg er her for at overleve” slutter Michael med et skævt smil.

Deltagerne på holdet er alle enige om, at det betyder noget at komme ud af døren og af sted et par gange om ugen. De bevæger sig sammen, og får tid til at snakke med andre i samme situation som sig selv. Nogle gange går de ture udenfor, andre gange har de cirkeltræning, hvor de veksler mellem at lave styrkeøvelser sammen i træningslokalet og være ude at få pulsen lidt op igen fx på motionscyklen eller ved at gå op og ned af trapperne.

”Det gode ved det her er, at selv om det er holdundervisning, så tages der udgangspunkt i den enkelte,” fortæller Michael. Lige nu er Michael ikke klar til at træne på egen hånd, men han er begyndt at overveje hvad han kunne tænke sig, og jo mere vægten falder, jo større bliver livsglæden og ønsket om at begynde at gå til dans.

På længere sigt kunne Michael godt tænke sig at blive uddannet motionsguide i kommunen, så han kan bruge egne erfaringer og viden om vigtigheden af at bevæge sig, overfor andre medborgere. Michael ved selv hvor vigtigt det er at træne sammen med andre, eller at have nogen til at hjælpe sig i gang, og vide hvad der er af tilbud i lokalsamfundet.

BEBÆGELSE BLANDT BØRN

Kenneth går i børnehave – og holder af at lege ude. Nogle af de andre børn i børnehaven vil helst være inde og tegne og lege med perler, men Kenneth vil helst lege ude, hvor han rigtig kan få sved på panden.

Da Kenneth kommer i skole, er der noget, der forandringer sig. I starten er Kenneth fysisk aktiv som resten af børnehaven, men i 4. og 5. klasse begynder Kenneth at spille en del computer og bruge megen tid foran fjernsynet. Åbenbart så meget, at skolens sundhedsplejersker en dag opfordrer ham til at bevæge sig noget mere. De snakker sammen om nogle mulige foreninger, hvor han kan dyrke idræt, som han kunne lide. De taler blandt andet om, at han kan spille badminton. Kenneth fortæller sundhedsplejersken, at han jo ikke er særlig god til idræt og derfor nok ikke vil passe ind i en idrætsforening. En anden mulighed er at Kenneth deltager i "Projekt Skolesport", hvor han har mulighed for at prøve forskellige sportsgrene i skolen for at finde aktiviteter, han har lyst til.

Han har længe vidst, at han ikke er en "fodbold-dreng". Efter at have forsøgt sig med fodbold, hvor han ikke engang kunne spille sig på den lokale klubs 2. hold, sprang han fra. Og det er lidt svært at komme i gang i en forening nu, hvor han ikke har så mange venner.

Det er nu engang lettere at være hjemme og spille computer. Han er godt klar over, at det ikke bliver lettere at komme af sted, jo mere tid, han bruger hjemme foran computeren.

Men det er jo blevet sådan, fordi han ikke er så god til fodbold og ikke har lyst til at vise det, når drengene fra klassen spiller efter skole. Det er blevet sådan, at han går lige hjem fra skole og ikke ser så mange i fritiden. "Hvis jeg bare havde haft forældre, der ville bakke mig op – og eksempelvis køre mig til badminton" tænker han for sig selv. Men ingen i hans familie har tradition for at dyrke sport. Egentlig er han også temmelig træt. Skolen kan være stressende, synes Kenneth, og holder derfor af at komme hjem og slappe i sofaen foran tv'et.

Der er faktisk tilbud, til "sådan nogle" som Kenneth. Der er tilbud på skolen eller i den lokale forening, som eksempelvis rugby eller rollespil i skoven, hvor alle kan være med uden at være god til idræt. I skolen har nogle elever fra elevrådet arrangeret aktiviteter i frikvarteret, hvor man får sig rørt. Kenneth kender godt tilbudene. Og han har lyst til at deltage, så han kan snakke med om en aktiv weekend, når klassen mødes mandag morgen. Det er bare svært at komme af sted.

BEVÆGELSE BLANDT SOCIALT UDSATTE

Jens har i en periode gået regelmæssigt til fitness (op til 2-3 gange om ugen). Han oplever nu at der er kommet en struktur og rytme i hans hverdag, der ikke var der tidligere. Jens fortæller at fitness har givet ham "et alternativ til sin kedsomhed derhjemme i lejligheden". For Jens har en mere struktureret hverdag, med idræt betydet, at:

'Jeg er ikke så sløv mere, jeg har fået en hobby at gå op i. Det at man går op i noget giver selvtillid og selvværd og nu tør jeg kæmpe videre i andre henseender". Således har fitness givet Jens en forbedret livskvalitet.

Jens fortæller at:

"min krop er hist og pist begyndt at vokse og jeg har tabt mig. Jeg kan også mærke at min krop har det godt, jeg har fået nogle 'muller', så de andre sommetider siger, at jeg har Skipper Skræk arme".

Jens giver tydeligt udtryk for at hans selvtillid er vokset i trit med kroppens ændringer efter at han er be-

gyndt at gå til fitness. Han giver udtryk for, at hvis ikke der havde været et tilbud om at gå til fitness, var han aldrig begyndt at være mere fysisk aktiv eller i det hele taget aktiv.

Jens er socialt udsat og det er vigtigt forsat at understøtte ham i sin fitness, således at de gamle mønstre ikke helt får overtaget over hans liv igen. Et liv hvor han af kedsomhed det meste af tiden sad og drak i sin egen lejlighed:

"trangen til hvidvinen er der ikke når jeg træner. Antabussen tager ikke trangen, men det gør fitnessen".

Nu er udfordringen for Jens at bibeholde træningen på sit fitness hold der er blevet et holdepunkt. Og så skal han vedligeholde interessen for at være fysisk aktiv.

SUNDE KANTINER

Bodil er på vej til frokost i kantinen. Hun er spændt på, hvad de har fundet på i dag. Hun går målrettet mod salatbaren, og tager lidt af alle de fint blandede salater. Tidligere, hvor hun selv skulle blande endte hun ofte med fetaost, soltørrede tomater og dressing på toppen, og brødet smagte nu bedst med et godt lag smør på. Men hun må indrømme at nu savner hun det ikke mere. Tværtimod er hendes frokost blevet mere varieret, spændende og sund. Selv de kolleger, som

havde for vane at spise deres varme måltid mad med sovs og pommefrites, synes efterhånden også godt om de sunde tiltag i kantinen. Sauce og kødretterne er der jo stadig bare i en mere fedtfattig form, og med flere grønsager til. Bodil tænker på sin far, Karl-Erik, han er lige modsat af hende selv brug for fedtholdigt mad.

ÆLDRES KOST

Karl-Erik sidder i sin stue og lytter til radioen, hvor rådhusklokkerne ringer. Han rejser sig forsigtigt og går mod køkkenet. Det er frokosttid for klokken slår jo tolv i radioen, men Karl-Erik har nu ikke mærket nogen sult. Hans appetit er blevet mindre og mindre den sidste tid, og turen frem og tilbage til køkkenet kræver også en del luft. Køkkenet ligger på 1. sal så Karl-Erik skal op af trapperne, hvilket er hårdt, da Karl-Eriks lungefunktion er stærkt reduceret. Han fik sidste år konstateret KOL, og siden da har han været indlagt et par gange på sygehuset. Karl-Erik har derfor tabt sig meget, og har haft svært ved at tage alle de tabte kilo på igen. For 10 år siden vejede han ligefrem for meget, men nu er det lige omvendt. Han har svært ved at finde ud af hvad han skal spise, for at være sikker på at kroppen får hvad den har brug for. I radioen taler de jo altid om at befolkningen er blevet for tykke. Karl-Erik er lige startet til træning på det kommunale træningscenter, hvor de har nogle specielle hold for borgere med KOL. Her har Karl-Erik fået at vide fra de andre på holdet, som har gået der i

længere tid, at de tidligere har fået kostvejledning i hvordan de skal spise rigtigt for at tage på i vægt. Karl-Erik håber på, at han også en dag vil få mulighed for at få hjælp til at tage nogle flere kilo på. Hans læge har givet ham en recept på noget proteindrik, men Karl-Erik kan ikke helt finde ud af hvor meget han skal drikke af det. Terapeuten, som står for hans træning, har været til stor hjælp, og hun har givet gode råd til hvornår det er bedst at drikke proteindrikken. Hun siger at den endelig ikke må erstatte et måltid. Det er alt sammen noget hun har hørt til et foredrag, hvor en af kommunens diætister har præsenteret den nyeste viden på området. Karl-Erik kender ikke så meget til forskning og evaluering, men han håber nu på at kommunen kan give ham hjælp og gode råd til hvordan han bedst muligt kan leve med sin KOL-sygdom, og ikke mindst hvordan han kan få sin appetit tilbage og vægten op.

BØRNS KOST

Bodil, har en datter i 5. klasse. Hun har hørt budskabet om sund kost mange gange: ”Det er vigtigt, at Jeres børn får tilstrækkelig og sund mad med i skole”, har klasselæreren fortalt til en forældreaften. Og hun synes, at hendes sunde madpakker bliver sat i dårligt lys. Hun giver jo sin Emma sund mad med i skole. Hun er godt klar over, at det ikke er tilfældet for alle eleverne i klassen. Men de forældre, der ikke giver deres børn sund mad med i skole, er heller ikke mødt frem til forældreaftenen.

Bodil har også hørt forskellige historier fra Emmas skoledag, der fortæller familiernes forskellige tilgang til kost. Blandt andet har hun fortalt, at hun og hendes veninde havde undervisning om de otte kostråd i hjemkundskab. De laver fuldkornspastasalat med broccoli, peberfrugt og pesto. Emma kunne godt lide maden og har foreslået at lave opskriften derhjemme. Men veninden, der kommer fra det Bodil vil kalde en ressourcsvg familie, kan ikke lide det. Veninden spørger i timen straks om ketchup – og fortæller, at hun altid får det på maden derhjemme.

Forældrene, der deltager til forældreaftenen reagerer ret forskelligt på budskabet om sund kost. Nogle forældre argumenterer for, at medarbejderne ikke skal blande sig så meget i familiernes hverdag. Der er også livlig debat om skolens kostpolitik, selvom den ser ud til at virke. Nogle forældre brokker sig over, at kantinen på skolen også sælger usunde frokosttilbud.

Lærerne begrundet det med, at alternativet er at nogle unge ikke får mad – og at kantinen jo også skal

kunne løbe rundt. Noget bunder også i, at kantinepersonalet nok ikke har så meget erfaring med moderne sund kost. Bodil kommer i tanke om, at det er det samme der gør sig gældende i klubben og fritidsforeningerne, hvor hendes børn kommer.

Lærerne fortæller, at de har gode erfaringer med det ugentlige fælles måltid, hvor eleverne lærer at spise sundt, og hvor der bliver snakket om hvad sund kost egentlig er. Samtidig fortæller lærerne, at nogle elever har svært ved at koncentrere sig hen på eftermiddagen, fordi de ikke får nok mad i løbet af dagen. Det gælder både i skolen og SFO'en.

Bodils tanker flyver igen. Når hun tænker over det, er mange af problematikkerne omkring kost de samme som i børnehuset, hvor hun også har en datter. Her er det også få børn, der ikke får sund mad med – og alligevel fylder snakken om mad meget i børnehuset. Fra morgenstunden hørte hun en lidt nervøs pædagog fortælle en mor, at hendes dreng nok ikke skulle have chokoladekiks med i madpakken, da det er imod børnehusets kostpolitik.

Det var åbenlyst ikke let for pædagogen at fortælle det til moderen. Bodil bliver forstyrret i sine tanker. En lærer fortæller, at der er pause, og at der bagefter er kaffe og kage.

SOCIALT UDSATTES KOST

På værestedet Blochhuset kommer socialt udsatte brugere. Maria, der arbejder på Blochhuset, fortæller om brugernes adfærd i forhold til det at spise frugt. I en periode havde Blochhuset en frugtordning hvor der hver mandag kom frugt til fri afbenyttelse.

Frugten forsvandt meget hurtigt, hvilket var et udtryk for at brugerne var tilfredse med at spise frugt. Nu hvor der skal betales 3 kroner per stykke frugt, oplever Blochhuset at frugten ikke bliver købt. Så selvom frugten er tilgængelig benytter brugerne sig ikke muligheden for at købe frugt. Brugere er ifølge Maria ikke typerne der selv køber frugt i butikkerne så det

er en udfordring at få prioriteret at frugt bliver spist når det skal købes.

Maria fortæller, at der er en øget opmærksomhed på sund kost, men der bruges ikke ret mange ressourcer på at motivere brugerne til at spise frugt. Opmærksomheden på den sunde kost, herunder frugt er dog til stede primært fordi der er et samarbejde mellem Blochhuset og Idræts Kraftcenteret

KOST BLANDT PSYKISK SYGE

Birte er en borger der tidligere har boet på et bosted og har en skizofreni diagnose. Birte tager taxi til alt. F.eks. tog hun taxi til den lokale tankstation efter 4 plader Marabou da kostvejlederen første gang møder hende.

Første gang Birte møder en kostvejleder fra Sundhedsenheden i Bolbro, vejer hun 110 kilo og er allerede i gang med et større vægt tab. Birte udtrykker at hun egentlig slet ikke kan overskue at komme i Sundhedsenheden Bolbro, men vil meget gerne tabe sig mere.

Derfor aftaler de at kostvejlederen skal komme hjemme hos hende selv fremover. Nu mødes de derfor hver fjortende dag hos Birte. Efter en periode taber Birte sig stadig og kostomlægning har smittet af på flere

områder af hendes liv. Blandt andet går Birte nu to gange dagligt og hun kører sjældent med taxi. Birte har spurgt kostvejlederne:

”Tror du man kan spise sig rask” (ift. skizofreni) fordi hun på så mange andre områder har forandret sig så meget og fået overskud til mere. Kostvejlederen og Birte har hele tiden gået efter mindre mål og et af dem har været at begynde at spise frugt. Birte fortæller nu selv, at:

”før spiste jeg aldrig frugt nu spiser jeg næsten dagligt frugt og hver dag grønsager. Og jeg har nu en aftale med min støttekontaktperson om at lave mad så jeg kan lære det”.

UNGES ALKOHOLKULTUR

ALKOHOL

Der er forældreaften for forældrene i 7. klasse på Pernilles skole. Kommunens rusmiddelkonsulent er på besøg, og fortæller om hvordan forældrenes aktive stillingtagen til deres børns alkoholforbrug har afgørende betydning. Pernilles forældre tænker, at det jo ikke er noget problem for dem, da Pernille er en fornuftig pige – og fordi at de fester der i klassen stort set kun foregår i hjemmene, hvor der er ”styr på tingene”.

Da Pernille går i 9. klasse vil gerne holde en fest, nu hun fylder 15. Pernille er begyndt, at få relationer uden for klassen. Blandt andet er hun begyndt at ”hænge ud” med et par drenge fra gymnasiet. Hun er sikker på, at hun vil blive opfattet som unormal, hvis ikke der er alkohol til hendes fest. Derfor spørger hun

hendes forældre om de vil hjælpe hende med at købe lidt alkohol, da hun grundet hendes alder ikke kan købe selv. Hendes forældre forstår hendes bekymring for ikke at blive accepteret, og vil gerne hjælpe med at få købt ind til festen.

Det er egentlig først, da Pernille starter i gymnasiet, at hun for alvor møder alkoholkulturen blandt unge. Festerne foregår nu i byen, hvor Pernille mødes med venner fra gymnasiet eller venner, der på en eller anden måde har tilknytning til det band,

hun synger i. Det bliver gerne til flere ture om måneden. Dagene derpå er ofte hårde – og det går også af og til ud over timerne i gymnasiet.

PSYKISK SYGE OG ALKOHOL

ALKOHOL

I den anden ende af byen sidder Pia, ung kvinde på 32 år i sin lejlighed i et botilbud. Hun er diagnosticeret hebefren skizofren med episoder af vrangforestillinger og angst. Hun har de sidste 1½ år boet på kommunens botilbud for mennesker med en psykiatrisk lidelse. Før Pia kom til botilbuddet, havde hun boet på et kollegium.

Pia fik det dårligt som teenager, da hun ifølge eget udsagn blev lokket til at prøve ecstasy - piller via en veninde. Resultatet af forsøget var ovenstående diagnose og symptomer. Pia er generelt generet af dårlig hukommelse og har episoder med absencer.

Absencerne er viser sig ved, at Pia ikke er til stede i en samtale, og pludselig vågner og spørger til, hvad man lige har sagt. Det kan forekomme flere gange under samtalen. Hun er meget socialt anlagt og vil gerne være sammen med en masse mennesker. Pia har det ofte svært ved at være alene og er tit ud på sene tidspunkter om aftenen/natten for at søge kontakten. Pia er begyndt at søge kontakt på værtshuse, hvilket også omfatter indtag af alkohol. Pia tager medicin for sin sygdom, og den øgede mængde alkohol er sammen med medicinindtag en dårlig kombination.

Medarbejderne på bostedet har flere gange prøvet at tale med Pia om hendes ture på værtshus, og om betydning af at drikke alkohol. Pia vil ikke rigtigt høre hvad der bliver sagt, for hende er det vigtigt at komme ud og snakke med andre mennesker, og hun mø-

der mange sjove mennesker på værtshuset. Som ugentlig aktivitet skal Pia vedligeholde egen lejlighed og har andre aftaler vedr. praktiske gøremål – aktiviteter som Pia slet ikke er motiveret for at udføre.

Kommer der besøg af venner og familie tager Pia selv initiativ til rengøring og tøjvask. Især hendes jævnaldrende kusine betyder meget for hende. Såfremt Pia selv må bestemme menuen på sin ugentlige middag, er hun meget motiveret for madlavning. Her har hun nogle ressourcer, og hun kan lide det. Pia skal oftest hentes, da hun mange gange glemmer aftaler om tidspunkter. Medarbejderne kan se at Pias deltagelsesniveau stiger, når hun selv finder motivationen, og når hun selv kan formulere ønsker og behov. Det vil sige, når det er hendes eget projekt. Når personalet forsøger at motivere hende til samme gøremål, er det som oftest uden held, eller det udsættes og Pia ser det som medarbejdernes behov frem for hendes eget.

De ting der er vigtigt for Pia skal nok ske. Kontakt til fx venner og familie er motivationsfaktorer for Pia og kan være gavnlig i forhold til et rehabiliteringsforløb. Medarbejderne kan mærke at det er lettere for dem at få Pias alkoholproblem på banen, når de tager udgangspunkt i de ting, der optager Pia, og i de behov Pia har. Pia oplever derved et større ansvar for og indflydelse på eget liv.

ALKOHOLISKE FORÆLDRE

ALKOHOL

Kirsten på 35 år enlig mor med hjemboende børn. Kirstens søster er hendes nærmeste pårørende og støtte. Kirsten var arbejdsløs ved første kontakt til

Alkoholbehandlingscentret og nu i 2011 har hun været i aktivering og hun har samtidig planer om at forsætte et uddannelsesforløb. Hendes egen opvækst har været meget ustabil med mobning og mange flytninger. Hun har ikke i sin barndom haft en nær voksen som hun har kunnet søge støtte og hjælp hos i svære situationer, som fx den mobning hun oplevede.

Kirsten henvender sig første gang til Alkoholbehandlingen i 2006 med en høj promise og det aftales at Kirsten skal komme igen dagen efter og blive afruset. Hendes promise er nemlig for høj til at sygeplejersken kan opstarte antabus. Dagen efter kommer Kirsten igen og bliver derefter kortlagt med henblik på at vurdere, hvilket behandlingstilbud der matcher hendes behov. Men hun afsluttes efter afrusningen og kommer ikke videre i behandlingen.

Kort tid efter hendes første henvendelse vender tilbage til Alkoholbehandlingscenteret igen og kommer nu i alkoholbehandling. Denne gang afsluttes Kirsten efter en periode på 4 måneder fordi hun udebliver fra aftalerne på Alkoholbehandlingscentret.

Kirsten dukker atter op i august 2008 med sit mindste barn på 17 måneder på armen. Sygeplejersken indberetter efter aftale med Kirsten til BUF, at hun har henvendt sig beruset hos Alkoholbehandlingscentret. Derfor indberettes Kirsten som en akutsag af sygeplejersken og Kirsten afruses igen. Efter afrusning bliver

Kirsten optaget til en ny kortlægningssamtale og opstarter sit andet forløb i alkoholbehandlingen. Denne gang varer alkoholbehandlingsforløbet halvandet år og hun afsluttes efter at have gennemført selve alkoholbehandlingen. Imens Kirsten er i alkoholbehandling får hun en aflastningsfamilie til børnene. Kirsten er nu afholdene (dvs. at hun ikke indtager alkohol overhovedet) og da hun afsluttes havde hun været afholdende i 13 måneder med antabus. Hun har været visiteret til kognitive samtaler hos alkoholbehandlingen.

Efter at Kirstens forløb er blevet afsluttet i januar 2010 har hun efterfølgende sammen med sin søster henvendt sig 3 gange til alkoholbehandlingscenteret. Første gang var hun bange for at hun ville begynde at drikke, men drak ikke. Den anden gang faldt hun en dag i, og drak. Den tredje gang drak hun kun en eftermiddag. Kirsten går nu til samtaler hos en psykolog hvilket er med til at understøtte Kirsten i ikke at falde tilbage til at drikke alkohol.

Udfordringen har været at sikre, at Kirsten har fået redskaber til at søge hjælp således det kan forebygges at hun igen drikker og Kirsten har formået at tage kontakt til Alkoholbehandlingen. Kirsten får nu psykologhjælp som hun er henvist til gennem sin egen læge, som også giver antabus to gange ugentligt til Kirsten.