

# Bilag 1:

# ANSØGNINGER

Puljen til forebyggende og trivselsfremmende aktiviteter og indsatser

August 2022

# #1 Det dobbelte kram som arbejdsgrundlag for mental sundhed

*Afdeling for skole*

## Formål med indsatsen

Formålet er at bruge de dokumenterede erfaringer fra ABC for mental sundhed og arbejdsgrundlaget 'Det dobbelte kram' som fælles afsæt for forståelse af mental sundhed bredt hos det pædagogiske personale på skolerne og andre nøglepersoner, og således styrke mental sundhed, og undervisningen i sundhed, seksualundervisning og familiekundskab (SSF) og bidrage til at håndtere udfordringer for SSF.

## Målgruppe

Det pædagogiske personale på skoler og dagtilbud, KPE samt sundhedsplejersker.

## Kort beskrivelse af indsatsen

Der er stort fokus på SSF - som står for sundhed, seksualundervisning og familiekundskab, og er ét af de timeløse fag i folkeskolen. Det har tidligere været et politisk ønske og er nu også et stort ønske fra fælles elevråd SKE, at vi har en indsats på SSF-området, for at styrke kvaliteten og kvalificere det pædagogiske personale samt understøtte fælles afsæt, sprog og rammer, både i forhold til mental sundhed, identitet og handlemuligheder for børn og unge. Både Sundhedsstyrelsen og Socialstyrelsen referer til 'Det dobbelte kram' senest i hovedrapporten side 105. 'Det dobbelte kram' handler om sundhedspædagogik og mestring og Peter Thybo fra Sundhedsuniverset vil kunne bidrage med oplæg, materialer og det rette fokus vi har brug for. Yderligere: 'Det dobbelte kram' er en dynamisk helhedsorienteret tværvideenskabelig sundheds-, og trivselsmodel og har fokus på beskyttende faktorer for sundhed og trivsel.

## Forventet effekt

Fælles forståelsesramme/afsæt/sprog for alle involverede – ledelse pædagogisk personale, KPE, sundhedsplejersker mv. som arbejdsgrundlag for det videre arbejde. Det er meningsfuldt at alle på tværs af fagligheder har set og hørt det samme.

## Ansøgt beløb

50.000 kr.

## Poster i budgettet

Foredragshonorar a 2 timers varighed fordelt på 3 dage/3 lokationer 52.350,6 kr.

## Er der søgt tilskud andetsteds?

Nej

## #2 Verdens bedste kollega og arbejdsplads 2.0

*Hjælpemiddelområdet*

### Formål med indsatsen

At arbejde med trivselsudfordringer på arbejdspladsen og derved forhindre mistrivsel

### Målgruppe

Medarbejderne på hjælpemiddelområdet

### Kort beskrivelse af indsatsen

I en afdeling under stadigt krydspres, i evig forandring og med nedskæringer i sigte under hvert års budgetforhandlinger, kan det være svært at holde fanen højt og have fokus på trivsel og mental sundhed i afdelingen. Symptomerne er ofte at vi mister forståelsen for hinandens forskelligheder, og ikke har overskud i hverdagen til at rumme mere end sit eget skrivebord. Vi har tidligere fået en lille forsmag på et foredrag med John Harmsen via et webinar, og hans tilgang ramte virkelig plet på afdelingen og dens problematikker og forskelligartethed. Derfor ønsker vi os et foredrag for hele afdelingens medarbejdere med John Harmsen, som kan give os et fælles udgangspunkt for at højne trivslen på arbejdspladsen.

### Forventet effekt

Vi forventer at skabe et fælles arrangement, som alle i afdelingen kan referere til, og tage udgangspunkt i, som kan øge fællesskabsfølelsen og trivslen i en afdeling under konstante forandringer.

### Ansøgt beløb

18.500 kr.

### Poster i budgettet

18500 kr. ex. moms, som inkluderer transport og timeløn til foredragsholder.

### Er der søgt tilskud andetsteds?

Nej

# #3 Bevægelse for Marievangsskolens erhvervslinje

*Marievangsskolen*

## Formål med indsatsen

På Erhvervslinjen ønsker vi at tilbyde eleverne i 9.E en mulighed for at tilføje nye sundhedsfremmende værdier til deres hverdag og liv fremadrettet efter deres dimension fra Marievangsskolen. Eleverne i klassen har ikke deltagelse i foreningsliv ved siden af skolen og besidder heller ikke motivation for dette, da et flertal tidligere har haft givet det en chance, men dog uden at have opbygget et forhold til en særlig sportsgren.

## Målgruppe

Eleverne på Marievangsskolens Erhvervslinje, der er et praksisorienteret skoletilbud for 8. og 9. årgang. De unge er i alderen 15-17 år. Der er i skoleåret 2022/23 indskrevet 15 elever på linjen.

## Kort beskrivelse af indsatsen

Tanken bag at give de unge mennesker et abonnement til Fabrikken er at tilbyde dem noget alternativt på deres skoleskema, hvor de får aktiveret deres krop og sind, mens det sker med udgangspunkt i sundhedsfremmende værdier. Her er undervisningen på Fabrikken orienteret mod at arbejde med den fysiske såvel som den mentale sundhed blandt eleverne, så der kan skabes rammer for at præge deres motivation i forhold til at bruge dele af deres fritid på aktiviteter, gerne på Fabrikken, hvor de arbejder mod at øge deres mentale sundhed og trivsel gennem fysisk aktivitet. Her tilbyder Fabrikken et spændende tilbud med et kompetent og imødekommende miljø at komme i som ung, der ikke tidligere har været fysisk aktiv gennem fitness. Eleverne vil have mulighed for både at prøve kræfter med Crossfit, Fitness og diverse hold Fabrikken tilbyder.

Klassen skal hver tirsdag eftermiddag i skoletiden afslutte deres skoledag på Fabrikken, og får mulighed for at træne efter skole om torsdagen med pædagogen.

## Forventet effekt

15 elever får læring i at træne deres krop og få redskaber til selvstændigt at kunne lave en forebyggende indsats mod dårlig ryg, og hvad der ellers følger med af fysiske skavanker inden for diverse erhvervsfag, hvor de kommer til at bruge deres krop.

## Ansøgt beløb

17.550 kr.

## Poster i budgettet

- Holddeltagelse. pris pr måned deltager 70,- med 15 deltagere. Samlet i 11 måneder fra august 2022 til og med juni 2023 11.550 kr.
- 15 stk. træningselastiksæt a 400,- stk. til træning og bevægelse i skolen i hverdagen 6000 kr.

## Er der søgt tilskud andetsteds?

Nej

## #4 Projekt 1. hjælps kursus for børn

*Børneinstitutionen Birkelunden*

### Formål med indsatsen

Give børnene viden og færdigheder, der gør dem i stand til at træde til ved ulykker. ex. at tilkalde hjælp og give førstehjælp. Færdigheder de kan gøre brug af videre i livet.

Formålet er også, som del af deres alsidige personlige udvikling at opnå fælles forståelse i børnegruppen omkring førstehjælp.

### Målgruppe

De 2 ældste børnegrupper samt deres tilknyttede personale.

### Kort beskrivelse af indsatsen

Vi har årligt en tradition med at afholde en Sundhedsuge i uge 41. Her arbejder vi med aktiviteter inden for både kost, bevægelse, sociale relationer og fællesskab.

Vi ønsker i år at kunne udvikle ugen (eller en uge op til) ved at afholde 1. hjælps kurser målrettet de 2 ældste børnegrupper.

Vi vil både før og efter kurset bruge forskelligt materiale fra "1. hjælp i børnehøjde"

### Forventet effekt

Børnene får fokus på at de er en del af et socialt fællesskab hvor man passer på hinanden og opnår kompetencer, hvor man hjælper hinanden.

Børnene bliver opmærksomme på egen krop, hvad der sker i kroppen ved skade og hvordan de evt. reagerer.

Børnene bliver bevidstgjorte om eventuelle farer i deres omgivelser.

Personaler bliver inspireret til at arbejde videre med emnet og vil sætte sig ind i materialet fra "1. hjælp i børnehøjde" så forløbet spænder over flere dage.

### Ansøgt beløb

9.320 kr.

### Poster i budgettet

1 hjælps kursus for børn gennem Hjertevagt.

- 2 kurser à 4375 kr incl. Moms
- 2 pakker med materiale fra 1. hjælp i børnehøjde à 285 kr.

### Er der søgt tilskud andetsteds?

Nej

## #5 Restorativ gymnastik på Agersø

*Agersø Idrætsforening*

### Formål med indsatsen

Fremme sundhed, fysisk og psykisk helbred og mobilitet, styrke og balance for de ældre og kronisk syge på Agersø, så de kan blive længere i eget hjem.

### Målgruppe

Ældre medborgere på Agersø, enlige som par.  
Øboere med gigt eller lign bevægeapparatsrelaterede sygdomme.

### Kort beskrivelse af indsatsen

Vi har en stor gruppe ældre på Agersø og der er ikke et tilbud om plejehjem eller beskyttede boliger på øen. De ældre er derfor ofte nødt til at flytte væk, når de ikke længere er i stand til at klare sig i eget hjem. Der har længe været efterspørgsel på et gymnastikhold med fokus på de skavanker, man får efter et liv med hårdt arbejde og slid. Agersø Idrætsforening tror på at vi med tilbud om restorativ ældregymnastik med fokus på bevægeapparatsrelaterede symptomer, fokus på smidighed, styrke og balance kan fremme denne selvhjulpethed længere, samt forebygge fald og måske kan øboerne blive længere på vores elskede ø. Vi har fået en lokal uddannet instruktør, som har stillet sin ekspertise til rådighed og som vil hjælpe foreningen med at oprette et ugentligt hold for øboerne. Vi har brug for særlige redskaber, så skånsom træning under hensyntagen til deltagernes begrænsninger kan gennemføres. Idrætsforeningen står for aflønning af instruktøren, men anmoder om tilskud til rekvisitter.

### Forventet effekt

Fremme fysisk helbred med større smidighed, styrke og bedre balance hos de ældre på øen  
Forebyggelse af faldulykker grundet fysisk deangement hos ældre medborgere.  
Sideeffekterne er færre smerter, større velvære og dermed større livskvalitet.  
Større lokalt fællesskab, mental sundhedsfremme- Mindre ensomhed blandt enlige på øen.

### Ansøgt beløb

8.520 kr.

### Poster i budgettet

- Knæstøtte/yoga pølle: 15 x 250kr = 3750kr
- Nakkestøtte 15 x 200kr = 3000kr
- Elastikker/bælter 15 stk. a 75kr = 1125kr
- Massagebolde sæt a 3 stk. 129kr, i alt 5 sæt = 645kr

### Er der søgt tilskud andetsteds?

Nej

# #6 Fysisk aktivitet i Ungeplatformen

CPUS - Ungeplatformen

## Formål med indsatsen

Mange af de unge mennesker vi møder i Ungeplatformen (UP) er overvægtige, motionsuvante og har dårlig trivsel. De fleste er på uddannelseshjælp og har begrænsede økonomiske midler.

Formålet er via fysisk aktivitet og fællesskab at (gen-)skabe en nysgerrighed og glæde ved at bevæge sig, så de unge får lyst til at fortsætte med at bruge fysisk aktivitet som et vigtigt element i deres hverdag, da det understøtter deres recoveryproces og bidrager til øget fysisk og mental sundhed og forebygger livsstilssygdomme.

## Målgruppe

Unge i sårbare og udsatte livspositioner i alderen 18 – 30 år, der benytter Ungeplatformen, der er et uvisiteret aktivitets- og samværstilbud (SEL 104).

## Kort beskrivelse af indsatsen

Vi ønsker at tilbyde bevægelsesaktiviteter i regi af lokale foreninger og fitnesscentre (m.fl.) for derigennem at brobygge og introducere til lokalsamfundets fællesskaber.

Vi vil etablere et samarbejde med Fællesskab, Krop og Sind (FKS IF), da vi ser muligheden for at bruge FKS IF som et trædestensfællesskab, hvor den enkelte bliver stærkere og mere robust ved at træne sine sociale kompetencer, som er en væsentlig forudsætning for at indgå i andre foreninger og fællesskaber.

Vi vil gerne kunne tilbyde mulighed for at de unge kan deltage i forskellige sportsstævner, da det motiverer og styrker fællesskabet både i forbindelse med træning til og deltagelse i. Derudover oplever vi, at det at have et mål at arbejde hen imod motiverer og skaber en positiv forandring.

Desuden ønsker vi at etablere et samarbejde med Fitness X omkring yoga, fitness samt leje af sal til boksetræning.

## Forventet effekt

Ved at tilbyde bevægelsesaktiviteter i regi af foreninger og fitnesscentre styrkes de unges mestringstro og empowerment i forhold til aktiv og meningsfuld deltagelse i samfundets muligheder og fællesskaber.

Effekten ved at træne i fællesskab bidrager til at styrke den enkeltes fysiske og mentale sundhed samt oplevelse af styrkede livsmuligheder. Det er et vigtigt skridt i retning af at få en meningsfuld hverdag med uddannelse, praktik eller job, hvor man er en del af et fællesskab, men også bidrager til det.

## Ansøgt beløb

35.000 kr.

## Poster i budgettet

- Instruktørudgifter (ca. 1000 kr. pr. time) 12.000 kr.
- 30 medlemskaber af Fællesskab Krop og Sind – Idrætsforening (FKS IF) for ½ år eller 15 for et år. 6.000 kr.
- Deltagelse i forskellige sportsstævner via Dansk Arbejder Idrætsforbund (DAI) - Idræt for sindet 3.000 kr.

- Deltagelse i 2 fodboldstævner og 1 volley- eller badmintonstævne, herunder udgifter til transport 1.500 kr.
- Leje af sal (500 kr./pr. gang) 12.500 kr

Er der søgt tilskud andetsteds?

Nej



# #7 Personaleforeningens motionsløb 2023

*Slagelse Kommunes personaleforening*

## Formål med indsatsen

At øge den mentale og fysiske sundhed ved at skabe et lokalt tilbagevendende motionsløb for medlemmerne i kommunens Personaleforening i samarbejde med forenings- og erhvervslivet.

## Målgruppe

De ca. 7500 ansatte medarbejdere i Slagelse Kommune.

## Kort beskrivelse af indsatsen

Personaleforeningen ønsker at skabe rammerne for et lokalt motionsinitiativ, hvor løbe og gå-hold af 5 personer deltager i en 5 km stafet. Formålet er at medarbejderne skaber relationer på tværs af kommunens afdelinger som et godt udgangspunkt for et øget samarbejde hvilket på sigt kan komme Kommunens borgerne til gode.

Motionsløbet afvikles i samarbejde med Slagelse motionsklub, for at sikre at aktiviteten på sigt kan forankres i foreningslivet. Det gør vi for at trække på de gode erfaringer, som motionsklubben kan bidrage med, men samtidig for at tilbyde en mere langvarig optræning for de medarbejdere der ønsker at træne sig op til det afsluttende arrangement via foreningsholdet "Nyløberne".

Vi involverer lokale musikere og restauratører mv. til skabe musikalske indslag og oplevelser for deltagerne undervejs på ruten og i løbscentrum, med fokus på de lokale erhvervsdrivende.

## Forventet effekt

Vi vil øge motivationen til bevægelse og mental sundhed ved at kombinere meningsfulde sociale initiativer med motionsaktiviteten, for derved at gøre noget sammen som bidrager til det store fællesskab såvel som til det enkelte individ.

## Ansøgt beløb

50.000 kr.

## Poster i budgettet

- Toiletvogne 5.000 kr.
- Afspærring, tidstagning og bevillinger 5.000 kr.
- Løbetrøjer 10.000 kr.
- Leje af telt 15.000 kr.
- Band 15.000 kr.

## Er der søgt tilskud andetsteds?

Nej