

Sundhed som mål og middel i integrationsindsatsen, Sønderborg Kommune

Nytilkomne flygtninge kommer med andre traditioner i forhold til at udtrykke og handle på sundhed og sygdom. Det kan skabe udfordringer i en dansk kontekst. Sønderborg Kommune har derfor siden 2010 udviklet på og arbejdet med en kombineret integrations- og sundhedsindsats for nytilkomne flygtninge. Indsatsen er udviklet med udgangspunkt i Sønderborg Kommunes Integrationsteams erfaringer med, hvad nye borgere med andre kulturelle baggrund oplever som udfordringer i forhold til at kunne varetage egen sundhed samt forebygge sygdomme. Udgangspunktet har været i et gennemført sundheds- og integrationsprojekt fra 2010-2012 i kommunen, der overgik til drift i 2014.

Målgruppen for integrationsindsatsen "Sund integration" er borgere, der:

- er kommet til Sønderborg som kvoteflygtninge og familiesammenførte
- forventes at kunne lære at cykle
- har ressourcer til og er motiverede for at indgå i et fællesskab
- ikke indtager alkohol eller andre euforiserende stoffer inden eller under mødegangen

Formålet med indsatsen er overordnet at bidrage til integrationen af nytilkomne flygtninge til Sønderborg Kommune gennem styrkelse af de nye borgeres handlekompetence, hvad angår egen sundhed og livssituation. Der er fokus på både sundhedsfremme og forebyggelse i indsatsen, med kombinationen af såvel integration, trivsel og netværk som faktuel viden om helbred og sygdom.

Målene er bl.a.:

- at styrke borgerne i integrationsprocessen, herunder styrke sproglige færdigheder
- at styrke borgernes handlekompetence i forhold til trivsel, kost, motion og forebygge livsstilssygdomme
- bringe nye borgere nærmere ordinært arbejde, uddannelse eller jobtræning/praktik
- facilitere dannelse af sociale fællesskaber, som kan bidrage til kontinuerlig støtte og motivation blandt borgerne, også efter endt forløb

Formen er borgerrettede kursusforløb, hvor sundhed funderet i en bred sundhedsforståelse er både mål og middel i indsatsen. "En sund integration" er af 8-ugers varighed med 12 timer fordelt på to dage ugentligt. Forløbet tilbydes 3 gange årligt, når der kommer nye flygtninge til kommunen.

I 2014 er der gennemført to hold "Sund integration" henholdsvis forår og efterår. Deltagerne i "Sund integration" visiteres gennem jobcentret.

Indholdet er bygget over tre sundhedstemaer, hvori indgår et obligatorisk element om aktivt medborgerskab:

- Sund mad – i teori og praksis, med inddragelse af egne opskrifter/retter samt undervisning i køkkenhygiejne
- Sundhedsformidling, hvor kulturforskelle og sygdomsopfattelser berøres, herunder fx angst, misbrug og hygiejne
- Bevægelse i dagligdagen, gåture, lære at cykle, svømning

- Aktivt medborgerskab – fx foreningsliv, bolig/husholdning, herunder udluftning, og brug af ressourcer som vand, el og varme, færdselslære og byintroduktion, hvor holdet tager på cykel rundt i byen og besøger fx Borgerservice, skoven, biblioteket, skadestue/sygehus.

Undervisningsmetoden i "Sund integration" er praksis læring, hvilket adskiller indsatsen fra andre integrationsindsatser. Det betyder, at der i undervisningen kun er sparsom brug af talk, dvs. kun i de moduler, hvor underviserne vurderer, det er afgørende for forståelsen. Til gengæld prøver deltagerne aktiviteterne på egen krop og står med konkrete madvarer og remedier i madlavningsdelen. De lærer gennem brug af flere sanser. Praksis-læring som undervisningsmetode har ved tidligere evalueringer vist sig at være særligt gavnligt for målgruppen, da mange af de nye borgere ikke nødvendigvis er skolevante, men mere praktisk orienterede. Endvidere har den praktiske tilgang den effekt, at sprogtilegnelse kommer mere naturligt, når den er knyttet til til praksislæring.

Et andet væsentligt pædagogisk princip i indsatsen er, at den enkelte kursist er i fokus og selv har indflydelse på, hvad der er relevant og giver mening at arbejde med i forhold til de udfordringer, de oplever i hverdagen i forhold til at leve sundt.

Projektorganisering, projektförankring, finansiering:

"En sund integration" er én af indsatserne i Sønderborg Kommunes sundhedsplan "Aktivt arbejdsliv" under sundhedspolitikken "Vi spiller sammen om sundhed" fra 2012. Indsatsen er förankret i Sundhed og Handicap, v/Sundhedscentret, der er tovholder på kursusforløbene. Andre samarbejdspartnere er bl.a. Dansk Flygtningehjælp, Lær Dansk, Forvaltningen Borgere & Job.

Resultater gennem årene:

- Samtlige ud af 48 adspurgte deltagere har fået anvendelig viden fra madlavningsundervisning
- Flere oplever øget, brugbar viden om egen forebyggelse af livsstilssygdomme
- 96% ud af 48 adspurgte deltagere har fået anvendelig viden om køkkenhygiejne
- 92% af de adspurgte vil anvende gåture og 88% cykelture som motionsform
- Nogle deltagere er, som følge af forløbet, stoppet med at ryge og har nedsat forbrug af sukker og fedt i madlavningen
- 92% udtrykker, at de er blevet bedre til at passe på sig selv og deres sundhed
- 68% udtrykker, at de er blevet bedre til at forstå dansk som følge af de mange praktiske aktiviteter
- 70% udtrykker, at de generelt føler sig mere klar til at komme videre på fx arbejdsplads

Kontaktperson: Susanne Gyldenhof, Sund By Koordinator I Sønderborg, mail: sgyl@sonderborg.dk