AMMEHJELPEN

SLUTTRAPPORT

Prosjektnummer: 2020/HE1-314576
Prosjektnavn: Korte filmer om amming
Søkerorganisasjon: Ammehjelpen

FORORD

Denne rapporten viser hvordan det ble arbeidet med prosjektet og de erfaringene vi gjorde oss. Prosjektet er et rent informasjonsprosjekt, med korte instruksjonsfilmer som viser praktiske og konkrete råd knyttet til ulike situasjoner og utfordringer ved amming. Film er et spesielt egnet medium til å gi slik praktisk og konkret veiledning. De vil derfor være til stor hjelp for mødre som ønsker å amme sine barn, og for ammehjelpere og helsepersonell som veileder mødrene.
Filmene er nå tilgjengelige på nettsiden ammehjelpen.no og Ammehjelpens kanal på YouTube.
Dette var et ett-årig prosjekt som involverte fagpersoner og frivillige i Ammehjelpen og brukergruppen, dvs mødre og deres babyer som stilte opp som «filmstjerner». Prosjektet var et samarbeid med filmselskapet Leidar (tidligere Snöball Film). De bisto i utviklingen av manus, med location og rekvisitter i tillegg til selve det filmtekniske. Vi vil takke Leidar for et godt samarbeid, butikken Bæreglede for gratis lån av utstyr og mødrene som stilte opp for prosjektet. Vi vil også takke medlemmene i den faglige referansegruppa.

SAMMENDRAG

Målsetting, målgruppe og bakgrunn for prosjektet

Ammehjelpens formål er at mødre skal få all den hjelp og støtte de trenger til å amme så lenge de selv ønsker. Primærmålgruppen for filmprosjektet er gravide og mødre som ønsker å amme. Det er flere sekundærmålgrupper: helsepersonell som arbeider med amming og våre egne ammehjelpere, samt familie og andre nærstående til dem som ammer.

Vi vet at film som informasjonsmateriell er et nyttig hjelpemiddel for å vise ammestillinger og ulike tips og triks for å få til ammingen. De siste filmene våre var fra 2009, så det var nødvendig med oppdatering. Det var i tillegg flere temaer som ikke var dekket fra før.

Beskriv i hvilken grad oppsatte effektmål ble nådd (ref søknadsskjemaet)

Arbeidet som Ammehjelpen gjør, er et akutt arbeid for å hjelpe dem som sliter der og da. På sikt og i en større sammenheng er det også et viktig folkehelsearbeid, når en tar i betraktning ammingens fordeler for både mor og barn. Filmene har utvilsomt verdi som et hjelpemiddel for ammehjelperne og helsepersonell i veiledningen. Mødrene selv og deres støttepersoner kan også lettere finne ut av eventuelle problemer.

Vi har statistikk fra YouTube og ammehjelpen.no som viser at filmene er mye benyttet. Til sammen over 40 000 visninger fra 10. mai til 26. september 2022. Hvis vi går ut fra at hver bruker har sett to filmer i gjennomsnitt, kan vi estimere 20 000 brukere på snaut 5 måneder.

I søknaden skrev vi: "Det kan være sannsynlig at filmene vil nå ut til om lag 500 000 kvinner i løpet av de neste 10 årene". Statistikken hittil viser at det kan være et rimelig anslag.

Antall personer i målgruppen nådd av prosjektet

20 000

Prosjektgjennomføring/metode

Prosjektet ble gjennomført av Ammehjelpen sentralt. Daglig leder var prosjektleder. Fagansvarlig, som er ammehjelper, utdannet jordmor og ammespesialist, hadde ansvar for det faglige innholdet. En ekstern faggruppe ble oppnevnt for å kvalitetssikre manus. En profesjonell bæreveileder som også er ammehjelper, fikk ansvaret for filmen om amming i bæretøy.

Det ble skrevet kontrakt med filmselskapet Leidar. Kontrakten omfattet regissør, manusarbeid, location, filmopptak og alt etterarbeidet.

Brukerne (mødre, helsepersonell og ammehjelpere) ble involvert tidlig i prosessen og bedt om å komme med innspill til temaer. Ut fra disse ble det satt opp en liste med til sammen 29 temaer. Under arbeidet med manus, ble én film sløyfet, og noen temaer ble slått sammen. Vi endte opp med 24 filmer.

Mødre og babyer til opptakene ble rekruttert gjennom Ammehjelpsgruppen på Facebook med ca 30 000 medlemmer.

Opptakene gikk over 4 hele dager i november 2021 i et stort hus der det var mulig å få opptak fra stue, soverom og kjøkken.

Etterarbeid med grovklipp, finpuss av tekster, VoiceOver, musikk og tekstplakat ble gjort i samarbeid mellom Leidar, fagansvarlige i Ammehjelpen og prosjektleder.

Resultater og resultatvurdering

Filmene, som er prosjektets resultat, er blitt et godt hjelpemiddel for våre brukere, og ammehjelperne som gir veiledning. Filmene fremstår med et rent, helhetlig uttrykk og en fin stemning. De er merket med Ammehjelpens logo. Filmselskapet avsto fra å ha sin logo med, og det ble også avklart med Stiftelsen DAM at det ikke var et krav om å ha med deres logo.

Statistikk fra google analytics pr 26. September 2022
Youtube: Antall avspillinger i Norge: 27 440
Avspillinger direkte via artiklene på ammehjelpen.no: 14 400.
Filmenes varighet er fra 0:36 min til 4:26 minutter, med et gjennomsnitt på 3 minutter.

Vi har ingen måte å vurdere om målsetningene innfridde mht helseeffekter, da disse vises først etter flere år og er utenfor omfanget av vårt prosjekt.

Én av mødrene som deltok i prosjektet er blitt ammehjelper, det er en fin bonus.

Oppsummering/videre planer

Filmene dekker et stort behov for informasjon i en virkelighet der amming og ammeveiledning er nedprioritert i det offentlige helsevesenet. Ammehjelpen skal være et supplement til det offentlige, men vi blir i stor grad benyttet som erstatning for mangelfull kunnskap hos helsepersonell og tilbud til mødrene. Barselpoliklinikker og helsestasjoner har begrensede åpningstider. En spesialisthelsetjeneste for ammeproblemer finnes ikke.

Filmene vil kunne brukes i flere år framover. Ammehjelpen vil fortsette sitt arbeid med å gi gratis ammehjelp til dem som henvender seg til oss.

Kap 1. BAKGRUNN FOR PROSJEKTET

Ammehjelpen har ca. 240 godkjente ammehjelpere som svarer på telefoner, eposter og i sosiale media der mødre og andre spør om råd og veiledning om amming. De siste fem årene har vi i gjennomsnitt besvart rundt 30 000 henvendelser. Vi så behovet for å fornye filmene vi har på nettsiden vår, med ny kunnskap og flere temaer. De forrige filmene våre var fra 2009. Filmene vil bidra til at det er enklere for mødrene selv å finne svar på spørsmål og at ammehjelperne har et nyttig hjelpemiddel for å vise mødrene som de veileder via telefon, epost eller sosiale medier, som er i all hovedsak de kanalene vi yter ammehjelp over.

Prosjektet er gjennomført med tildelingen fra Stiftelsen DAM som hovedkilde for finansieringen. Organisasjonen har også bidratt med egne midler.

Kap 2. MÅLSETTING OG MÅLGRUPPE

Målsettingen med prosjektet var fornyelse av Ammehjelpens instruksjonsfilmer på ammehjelpen.no

Ammehjelpens formål er at mødre skal få all den hjelp og støtte de trenger til å amme så lenge de selv ønsker. Primærmålgruppen for filmprosjektet er gravide og mødre som ønsker å amme. Det er flere sekundærmålgrupper: helsepersonell som arbeider med amming og våre egne ammehjelpere, samt familie og andre nærstående til dem som ammer.

Vi vet at film som informasjonsmateriell er et nyttig hjelpemiddel for å vise ammestillinger og ulike tips og triks for å få til ammingen. De siste filmene våre var fra 2009, så det var nødvendig med oppdatering. Det var i tillegg flere temaer som ikke var dekket fra før.

Kap 3. PROSJEKTGJENNOMFØRING/METODE

Eksterne bidragsytere/brukermedvirkning

I forkant av søknadsarbeidet, spurte vi ammehjelperne og brukerne våre (mødre og helsepersonell) om hvilke temaer de savnet på film. Det gjorde vi ved å spørre medlemmene i Ammehjelpsgruppen på Facebook (da med 30 000 medlemmer) og ammehjelpere i vår interne gruppe og via nyhetsbrev. I Ammehjelpsgruppen er det i tillegg til gravide og ammende, helsepersonell som arbeider med amming. Ut fra disse tilbakemeldingene og våre egne vurderinger ble det satt opp en liste over temaer.

Det ble i tillegg opprettet en referansegruppe med fagpersoner utenom Ammehjelpen som bisto med å kvalitetssikre det faglige innholdet.

Opprinnelig plan var at både brukerne og den faglige referansegruppen skulle være mer involvert i hele prosessen.
Det viste seg imidlertid at det ble for komplisert å involvere dem etter at filmopptakene var gjort og materialet var grovklippet. Tidsskjemaet fra opptak til ferdigstilling av filmene var meget stramt. Referansegruppen hadde ikke hatt store innvendinger om manusene som ble brukt, og det ble ansett som uhensiktsmessig at flere personer skulle delta i den siste fasen.

Utsatt prosjekt

Vi hadde oppstartsmøte med filmselskapet 29. april 2020.
På grunn av pandemien søkte vi og fikk innvilget ett års utsettelse på prosjektet.

Manusutvikling

Nytt oppstartsmøte i august 2020 der vi begynte å planlegge manusarbeidet. Fagansvarlig i prosjektet hadde ikke mulighet til å ta permisjon fra sin fulltidsstilling på sykehus grunnet pandemien. Derfor gikk det litt i rykk og napp fram til våren 2021 da de ble sendt til faggruppa for gjennomgang.

Det ble mer omfattende og utfordrende arbeid med manusutviklingen enn både vi og Leidar hadde sett for oss. Vår fagansvarlig hadde lang erfaring med å beskrive ammesituasjoner, men hadde aldri jobbet med å utvikle filmmanus. Vi opplevde at det var litt som at vi var fra «Ammeplaneten», mens regissøren og filmteamet kom fra «Filmplaneten». Vi var opptatt av korrekt ammeinformasjon, mens filmfolkene tenkte mer på stemningen i filmene og omgivelsene. Dette førte til en god del ekstra tid og dermed utgifter i forbindelse med prosjektet. Filmselskapet opplyste ikke oss om overskridelsene før det hadde påløpt over 100 000 kr ekstra, noe vi reagerte kraftig på. Det ble til at de tok størsteparten av overskridelsen selv, men vi ble belastet med 43 000 kr + mva. Dette er det redegjort for i revisorrapporten.

Under arbeidet med manus ble det gjort en del endringer fra opprinnelig plan. I søknaden var det skissert 29 temaer. Demonstrasjon av Nature Bond brystpumpe/melkeoppsamler kuttet vi ut å lage en egen film om, da dette ville bli produktreklame. Pumpa ble vist i bruk i noen av de andre filmene. Ettersom vi arbeidet med manus, og også under opptaksuka, ble det gjort justeringer slik at alle temaene ble dekket, og vi endte opp med 24 filmer.

Rekruttering av mødre og babyer
En måned før opptakene startet vi med å rekruttere mødre og babyer til filmene, kort tid etter gjenåpningen av samfunnet september 2021. Det ble postet i Ammehjelpsgruppen i tre runder. Vår vurdering var at vi ikke kunne starte særlig tidligere, ettersom vi var avhengige av å ha unge babyer til opptakene. I etterkant ser vi imidlertid at vi skulle startet tidligere med å prøve å få med minoritetskvinner, fordi vi manglet et godt kontaktnett i Oslo hvor filmingen skulle skje. Vi henvendte oss til prosjektene «Flerkulturell Doula» og "Bydelsmødrene", men de hadde trengt mer tid til å rekruttere kvinner til dette oppdraget. Vi fikk heller ikke mulighet til å kartlegge hvilke ammeproblemer de frivillige som meldte seg, kunne være med og illustrere. Det lyktes heller ikke å få tak i en mor med nyfødte tvillinger, men hun som hadde tvillingjenter på 3,5 mndr stilte opp, og vi fikk vist hvordan en kan amme tvillinger samtidig.
I samarbeid med filmselskapet utarbeidet vi kontrakter med hver enkelt for å sikre oss rettigheter til å legge ut filmene. Filmselskapet utbetalte et lite honorar til hver. De som stilte som reserver, fikk et gavekort fra Ammebutikken.

Opptak
Opptak ble planlagt til uke 47-2021.
Filmselskapet leide et bolighus i Oslo, og sørget for det meste av rekvisitter.
Prosjektleder og fagansvarlig skaffet «ammerekvisittene» og mødre og babyer til opptak.
Til sammen 13 mødre og babyer i alderen nyfødt til 6,5 mnd var på lista, med 7 reserver. Reservene fikk vi ikke bruk for. Vi lyktes dessverre ikke å få et så bredt etnisk mangfold blant mødrene som vi hadde ønsket. Fordi vi ikke hadde mulighet til å velge frivillige ut fra hva slags ammeerfaring de selv hadde, måtte vi bare håpe at de som dukket opp hver dag, kunne illustrere det som stod på dagens innspillingsprogram.
Vi to fra Ammehjelpen ble tilbudt å overnatte i huset, noe som var til god hjelp, da vi begge er utenbys fra og huset lå et godt stykke fra sentrum og kollekivtransport. Det gikk i ett med filmopptak fra klokken 08 om morgenen til 17 på ettermiddagen, og etter det måtte vi forberede morgendagens opptak, så det var uvurderlig å slippe å pendle.

Det var fremdeles koronatiltak, og alle medvirkende måtte ta en hurtigtest før vi begynte for dagen. Heldigvis fikk vi ingen positive tester.

Ammehjelpen stilte også med en bæreveileder i to dager for å bistå under opptakene av amming i bæretøy. Tre mødre viste amming i til sammen 5 forskjellige bæretøy.

Vi hadde tre til fire mor/barn par pr dag. Til noen av filmene trengtes opptak av babyer med forskjellig alder, og i noen filmer måtte enkelte detaljer tas på nytt. Kvelden før siste opptak fikk vi tak i en tvillingmor som kunne stille, og vi kontaktet de andre mødrene og fortalte hvilke ammestillinger/opptak som sto igjen. Slik fikk vi gjennomført alle opptakene som manglet.

Filmfotografene stilte med svær kamerarigg og to kameraer på stativ. Vi ble litt overrasket at de ikke hadde med håndholdt kamera i tillegg. Det var jo mange detaljer som skulle filmes

fra forskjellige vinkler. Det var også utfordrende lysforhold med skifte mellom lav vintersol og mørke morgen og ettermiddag. Men de fikk det til og resultatet ble bra!

Fagansvarlig fra Ammehjelpen fulgte opptakene tett, mens prosjektleder sørget for å ivareta mødrene og babyene som ventet. Filmselskapet sørget for snacks og varm mat og drikke til lunsj.

Etterarbeid/lansering
Grovklipp var ferdig til nyttår. Etter jul var det gjennomgang av filmene på detaljnivå med klipper, regissør, fagansvarlig og prosjektleder på videomøte. Det var også finpussing på tekst til voiceover, valg av stemmen som skulle snakke, samt musikk. Layout og tekstplakat ble bestemt.

Målet var å bli helt ferdig med filmene for å lansere dem på Ammehjelpens fagseminar 1. april. Vi rakk ikke det helt, men vi fikk vist én av filmene og på den måten promotert prosjektet. I mai 2022 ble hele samlingen lansert på ammehjelpen.no, det ble sendt ut nyhetsbrev og lagt ut info på Facebooksiden, i Facebookgruppa og på Instagram. Filmene ligger samlet på Ammehjelpens kanal på YouTube, og på ammehjelpen.no ligger de koblet til artiklene våre der det passer inn. Da Ammehjelpen lanserte boka «Ammerevolusjonen» på Litteraturhuset den 10. juni, viste vi også en av filmene.

Kap 4. RESULTATER, VURDERING AV EFFEKTMÅL OG RESULTATVURDERING

Filmene, som er prosjektets resultat, er blitt et godt hjelpemiddel for våre brukere, og ammehjelperne som gir veiledning. Filmene fremstår med et rent, helhetlig uttrykk og en fin stemning. De er merket med Ammehjelpens logo. Filmselskapet avsto fra å ha sin logo med, og det ble også avklart med Stiftelsen DAM at det ikke var et krav om å ha med deres logo.

Statistikk fra google analytics pr 26. September 2022
YouTube: Antall avspillinger i Norge: 27 440
Avspillinger direkte via artiklene på ammehjelpen.no: 14 400.
Filmenes varighet er fra 0:36 min til 4:26 minutter, med et gjennomsnitt på 3 minutter.

Da vi søkte, så vi for oss en spørreundersøkelse der både ammende og helsepersonell ble bedt om å svare på spørsmål om nytte av filmene. Dette ble det ikke rom for i prosjektet, så vi må nøye oss med å vise til antall treff og tilbakemeldinger i artiklene/filmene på ammehjelpen.no. Nettsiden ammehjelpen.no har en knapp der brukerne kan trykke JA/NEI på om en artikkel/video var nyttig, og den blir flittig brukt av dem som leser artiklene.

Vi har ingen måte å vurdere om målsetningene innfridde mht helseeffekter, da disse vises først etter flere år og er utenfor omfanget av vårt prosjekt.

Én av mødrene som deltok i prosjektet er blitt ammehjelper, det er en fin bonus.

Kap 5. OPPSUMMERING/KONKLUSJON/VIDERE PLANER

Økonomisk gikk prosjektet med underskudd, og Ammehjelpen måtte bidra med egne midler i prosjektet, i motsetning til planen. Dette skyldtes uforutsette kostnader ved manusarbeidet (omtalt i kapittel 3).
I ettertid ser vi at vi burde ha søkt om større godtgjørelse til fagansvarlig og lagt inn lønn til prosjektleder i søknaden. Det ble veldig mange dugnadstimer på disse. Dette er en felle det er lett å gå i for en organisasjon som er tuftet nesten 100 % på frivillighet.

Filmene ble bra, enda bedre enn vi hadde håpet. De dekker et stort behov for informasjon i en virkelighet der amming og ammeveiledning er nedprioritert i det offentlige helsevesenet. Ammehjelpen skal være et supplement til det offentlige, men vi blir i stor grad benyttet som erstatning for manglene kunnskap hos helsepersonell og tilbud til mødrene. Dessverre er det fortsatt slik at en kan være "heldig" eller "uheldig" med hvem en treffer i helsetjenesten, om det i det hele tatt er et sted en kan henvende seg med et ammeproblem. Barselavdelingene har ikke lik praksis for å ta imot henvendelser om amming etter at mor og barn er utskrevet. Barselpoliklinikker (de få stedene de finnes) og helsestasjonene har begrensede åpningstider, og de er stengt alle kvelder og helger. Det finnes verken en spesialisthelsetjeneste eller en beredskapstjeneste for ammeproblemer. Da er det nyttig å kunne finne filmer når som helst på døgnet som formidler korrekt informasjon og er lett å søke opp.

Dette prosjektet er avsluttet, og filmene vil vi kunne bruke i flere år framover. Ammehjelpen vil fortsette sitt arbeid med å gi gratis ammehjelp til dem som henvender seg til oss. Vi er nødt til å henge med både i den ammefaglige og den teknologiske utviklingen. Vi ser ikke bort fra at Stiftelsen DAM kan få flere søknader fra Ammehjelpen i framtida.