

Sluttrapport for ExtraStiftelsen prosjekt ”Friske småtroll”

Virksomhetsområde: Forebygging

Prosjektnummer: 2010/1/0330

Prosjektnavn: **FRISKE SMÅTROLL**

Søkerorganisasjon: **NORGES ASTMA- OG ALLERGIFORBUND**



**ASTMA- OG
ALLERGIFORBUNDET**



KAPITTELINDELING:

Forord

Sammendrag

Innholdsfortegnelse

Kap 1. Bakgrunn for prosjektet/Målsetting

Kap 2. Prosjektgjennomføring /Metode

Kap 3. Resultater og resultatvurdering

Kap 4. Oppsummering / Konklusjon / Videre planer

Referanser / Litteratur

Vedlegg

Forord

Røykfrihet, godt innelima og ren uteluft er de beste forutsetninger for å forebygge astma, allergi og eksem. Det har vært meningsfullt og hyggelig å treffe foreldre og helsearbeidere som takker for god informasjon og støtte til å ta gode valg på vegne av små barn.

Sammendrag

Astma, allergi og eksem er sykdommer som både i Norge og i verdenssammenheng er i sterk vekst. Dette tar både norske myndigheter og Verdens helseorganisasjon alvorlig. I Norge vet vi at stadig flere barn utvikler astma, allergi og eksem. Norske myndigheter har som mål å snu denne utviklingen samtidig som at alle med astma, allergi og eksem skal leve best mulig med den eller de sykdommene de har. Kunnskap om forebygging, tidlig diagnostisering og god behandling er avgjørende for å nå disse målene. «Friske småtroll» har hatt som mål å nå småbarnsforeldre og gi dem kunnskap til å kunne forebygge astma, allergi og eksem i sitt dagligliv. På den måten ville foreldrene få kompetanse til å velge forebyggende løsninger og vite når de trenger søke lege for diagnostisering og behandling av sykdom. Det var et viktig poeng å drive oppsøkende virksomhet i forhold den delen av målgruppen som ikke selv søker kunnskap om temaet.

Målgruppen var i utgangspunktet småbarnsforeldre, men det viste seg også at helsesøstre og barnehageansatte var interessert, og disse treffer jo mange småbarnsforeldre med små og store spørsmål. Disse forespørslene ble derfor også viktige å imøtekomme.

Å finne gunstige arenaer for møtet med småbarnsforeldrene i deres vanlige liv var tyngre enn forventet. På helsestasjonene hadde de fullt program til sine barselgrupper og andre som drev babytreff, åpne barnehager, barnehager, frivilligsentraler i Oslo og Akershus svarte ikke på henvendelser pr e-post og brev. Totalt har foredraget vært holdt 32 ganger og det var omtrent som forventet, men litt mindre enn vi hadde kapasitet til.

Ved å bruke allerede eksisterende treffpunkter har vi spart mye ressurser på PR-arbeid. Treffpunktene er steder småbarnsforeldre oppsøker fordi de er tilpasset deres og barnas behov, de er basert på frivillig og fleksibelt oppmøte og krever ingen forpliktelser.

I selve møtet mellom foreldre og NAAF ønsket vi å gi en liten basis-innføring i temaet i tillegg til å svare på spørsmål og gi individuelle råd. Særlig viktig er kunnskap om forebygging i innemiljø, utemiljø, fysisk aktivitet, arvelige faktorer og symptomforståelse. Tilbakemeldingene har vært svært positive, både fra foreldre og helsearbeidere. Det finnes utrolig mange myter, tidligere anbefalinger og kjerringråd som ikke lenger anbefales. Derfor ble det viktig å komme med faglig begrunnet kunnskap på en forståelig måte og la alle spørsmål få svar, selv om det noen ganger kunne være at dette vet vi ikke nok om til å gi noen råd.

I prosjektgruppen har vi en fagperson (helsesøster), en likemann/frivillig (medlem i NAAF) og informatører (ansatte). Fordi de fleste samlingene har vært på dagtid har det i hovedsak vært informatøren, den ansatte, som har stått for gjennomføringen. Dette har fungert bra.

Vi har fått ett presseoppslag. Vi skulle gjerne hatt flere, men dette arbeidet har kommet i siste rekke i en travel hverdag. Prosjektet hadde midler igjen etter første år, det ble derfor utvidet til å være et toårig prosjekt.

Kap 1. Bakgrunn for prosjektet / Målsetting

Astma, allergi og eksem er sykdommer som både i Norge og i verdensammenheng er i sterk vekst. Dette tar både norske myndigheter og Verdens helseorganisasjon (WHO) alvorlig. WHO's satsing på "The epidemic of chronic respiratory diseases" 2007, legger vekt på disse 4 faktorene: "Major risk factors: Tobacco smoking, Air pollution, outdoors and indoors, Allergens and Occupational exposure". Disse faktorene ble derfor hovedbudskapet i presentasjonen av "Friske småtroll".

I Norge vet vi at stadig flere barn utvikler astma, allergi og eksem. Særlig er økningen av astma godt dokumentert. I Nordland ble 6000 barn på 2. -8. trinn kartlagt og studien lagt frem i jan 2009. Ca 20 % har eller har hatt astma i følge undersøkelsen. Dette er en dobling siden tilsvarende undersøkelse fra 1995. Tallene bekreftes av tilsvarende undersøkelse fra Oslo i samme periode. Det antas at astma koster Norge ti milliarder kroner årlig, og vi vet at astma er den hyppigst forekommende kroniske sykdommen blant barn i Norge og forårsaker 20 % av alle akuttinnleggelse blant barn på norske sykehus. 900 000 nordmenn sliter med pollenallergi. Totalt 1,4 millioner personer har astma, allergi eller eksem i Norge.

I "Nasjonal strategi for forebygging og behandling av astma- og allergisykdommer 2008 – 2011" ønsker norske myndigheter å stanse økningen av astma og allergisykdommer hos barn. NAAF har samme mål; å snu denne utviklingen samtidig som at alle med astma, allergi og eksem skal leve best mulig med den eller de sykdommene de er rammet av. Kunnskap om forebygging, tidlig diagnostisering og god behandling er avgjørende for å nå disse målene. Vi tror at kunnskapsformidling til særlig sårbare målgrupper, som småbarn via deres foresatte, er en av mange måter å nå dette på. I denne sammenhengen ved å oppsøke dem der de er. På den måten ville vi også treffe dem som ikke i utgangspunktet er oppmerksom på viktigheten av å forebygge, og skape den nødvendige motivasjonen for å finne ut av ting på egenhånd etter hvert som barna vokser opp.

Regionens ansatt hadde testet ut ideen om miniforedrag for foreldre i liten skala og ønsket å videreutvikle det. I våre møter med småbarnsforeldre opplever vi at de er både interesserte i og ivrige etter informasjon og at mange sier at dette var noe de ikke har tenkt på før.

Vi søkte derfor midler fra stiftelsen Helse og Rehabilitering til å drive kunnskapsformidling til småbarnsforeldre gjennom oppsøkende virksomhet i region Oslo og Akershus.

Prosjektets målsetting

Større kunnskap hos foreldrene til småbarn vil forebygge slik at færre utvikler astma, allergi og eksem og at de som har disse diagnosene raskere får riktig behandling. Målsettingen var derfor å nå flest mulig småbarnsforeldre og gi dem nok kunnskap og motivere dem til å forebygge astma, allergi og eksem i sitt dagligliv. Å vise hvor trygg informasjon om disse spørsmålene er har vært viktig for langtidseffekten av prosjektet. På den måten vil flere få kompetanse til å velge forebyggende løsninger og vite når de trenger søke lege for diagnostisering og behandling av sykdom. Målgruppen var småbarnsforeldre, men på forespørsel fra helsesøstre så vi at de representerer en meget verdifull gruppe når det gjelder spredning av informasjon til småbarnsforeldre om disse spørsmålene. Deres henvendelser til oss er derfor mer enn gjerne imøtekommet.

Kap 2. Prosjektgjennomføring / Metode

Prosjektgruppen, ved prosjektleder har jobbet for å skape kontakt med dem som drifter aktuelle møteplasser for småbarnsforeldrene og gi vårt tilbud der småbarnsforeldrene allerede er. Etter kontakt med noen helsestasjoner, viste det seg at helsestasjonene ikke hadde noen mulighet til å gi oss innpass i sine barseltreff. Dermed ble åpne barnehager, barnehager og frivilligsentraler kontaktet i hovedsak på e-post, men også noen pr. brev. Det var liten respons i forhold til antall utsendinger, men vi har vært hos noen. I tillegg svarte noen helsestasjoner at de ønsket informasjonen for seg og de ansatte ved helsestasjonen. «Friske småtroll» har vært på 6 fagmøter for til sammen rundt 100 ansatte ved helsestasjoner i Oslo og Akershus.

Ved å bruke allerede eksisterende treffpunkter, har vi spart masse ressurser på PR-arbeid. I tillegg traff vi et bredere utvalg av foreldrene, både dem som lurte på noe i forkant og dem som kom på spørsmål underveis.

Mange i denne målgruppen bruker internett aktivt, og at de fleste finner mye informasjon om det de lurer på der. Gjennom å oppsøke målgruppen ønsket vi å fortelle hvor de kan finne god, riktig og trygg informasjon om astma, allergi og eksem (www.naaf.no/fersking og andre relevante sider) på internett. Veldig mange av dem vi snakket med ble veldig fornøyde med å kunne diskutere den informasjonen de selv hadde søkt opp, slik at de fikk en dypere forståelse for tematikken. En del valgte også å melde seg inn i NAAF for å få mer informasjon fremover.

I selve møtet mellom foreldre og NAAF ga vi en kort intro om temaet før vi pratet med enkeltpersoner, svarte på spørsmål om konkrete bekymringer og problemstillinger og ga generelle råd. Særlig ble det viktig å gi kunnskap om forebygging i innemiljø, utemiljø, fysisk aktivitet, arvelige faktorer og symptomforståelse. Vi brukte en fagperson (helsesøster) så langt det var praktisk mulig å koordinere. Tilbakemeldinger vi fikk viser at den enkeltes mulighet til en samtale om konkrete

erfaringer motiverer til å velge god forebygging og behandling. Derfor mener vi det var viktig å legge opp til disse "en til en" møtene.

Det var avgjørende å finne gode treffpunkter for småbarnsforeldrene for at prosjektet skal bli vellykket. Hverdagen til småbarnsforeldre er ofte fylt av praktiske gjøremål i forhold til jobb, hjem og barn. Å forvente at de selv aktivt skal oppsøke informasjonsmøter eller melde seg på kurs er ikke sannsynlig. Selv om vi fikk til færre avtaler enn vi hadde håpet, fungerte det veldig godt de stedene vi faktisk var.

I Oslo og Akershus er det et enormt antall småbarnsforeldre å henvende seg til. Regionen favner 22 kommuner i Akershus og 15 bydeler i Oslo. Vi ønsket oss oppslag i lokale medier, og fikk det i Nordstrands Blad som dekker et område med rundt 50 000 innbyggere. Dermed nådde budskapet ut til flere. Region Oslo og Akershus ønsket å få til så mange treffpunkter som mulig, rundt 15 – 30 besøksmøter. Vi har rukket 32, og prosjektet blir avsluttet litt før tiden fordi prosjektleder har søkt seg til ny jobb f.o.m september 2012. Listen vi har opparbeidet av gode samarbeidspartnere vil likevel være verdifull fremover for nye treff og foredrag.

Prosjektgruppen har bestått av: Ane Heiberg, regionssekretær (prosjektleder), Eva Høili, regionssekretær, Eva Sørby, frivillig/likemann/småbarnsmor, Silje Ones, regionsstyremedlem/småbarnsmor, Veslemøy Ruud, helsesøster med lang erfaring rundt astma, allergi og eksem i sitt arbeid. Prosjektgruppen har styrt prosjektet og samkjørt dette med regionens øvrige arbeid. I styringsgruppen satt Silje Ones fra regionens styre og NAAFs HR-kordinator Britt Inger Skaanes.

All informasjon som er videreformidlet i «Friske småtroll» er kvalitetssikret i samråd med fagpersoner i NAAFs sekretariat. NAAFs informasjonsmateriell er også delt ut ved behov.

Tidsplanen ble fulgt i store trekk.

Januar/februar:

- Kontakte mulige kontaktpersoner/instanser for møteplasser.
- Sette opp en plan for treff.
- Samkjøre fagperson, likemann/bruker og informatør om faglig fokus.
- Lage basis foredrag og oppdatere alle på nærliggende viktig kunnskap og materiell.
- Forberede pressekontakt

Mars- nov:

- Utadrettet virksomhet. Ca to til fire besøk hver måned.

Des:

- Oppsummere, lage plan for videre oppfølging. Fortsatt penger igjen. Prosjektet ble søkt videreført for 2012. Dette ble innvilget og kontakt med mulige møteplasser og utadrettet virksomhet har også funnet sted i 2012. Timebruk for prosjektleder og utgifter, se regnskap.

Kap. 3. Resultater og resultatvurdering

Mange småbarnsforeldre bekymrer seg unødige, andre igjen tar ikke hensyn de burde ta i forhold til sine barn. Vi tror våre råd har hjulpet foreldre til å gjøre gode valg i hverdagen basert på kunnskap. Særlig har vi rost foreldre som lar barna leve røykfritt. Kunnskap om godt innelima har gått igjen i mange samtaler og her har mange praktiske hverdagstips blitt tatt godt imot.

For regionen har prosjektet utvidet kontaktnettet som vi kan bruke til å videreføre tilsvarende treffpunkter i kommende år. Denne måten å jobbe på er også formidlet til de andre regionslagene i NAAF som en av mange muligheter til oppøkende informasjonsvirksomhet.

Kap. 4. Oppsummering / Konklusjon / Videre planer

«Friske småtroll» har gitt regionen et ansikt utad og dermed gitt mulighet til å spre god informasjon til dem som trenger det mest. NAAFs informatør er blitt tatt svært godt imot alle steder, og det har vært utelukkende hyggelige møter. Mange av foreldrene vi har kommet i kontakt med har vært svært takknemlige og noen har bedt om andre typer foredrag i sine barnehager o.l. i etterkant. Listen over kontakter er verdifull og vil bli benyttet fremover. I NAAF sentralt er det er satt i gang nytt prosjekt for å utvikle flere hjelpemidler for ansatte og frivillige i regionene som en videreføring av dette arbeidet.

Referanser / Litteratur

www.naaf.no

Vedlegg

1	Regnskap sendes inn senere
2	PP-presentasjon av «Friske småtroll»
3	Friske småtroll flyer/plakat
4	
5	
6	