

## Vær med til at styrke indsatsen for unge med angst og depression

### Pilotkommuner søges

Komiteen for Sundhedsoplysning inviterer kommuner til at deltage i projektet LÆR AT TACKLE angst og depression til unge.

Projektets formål er at afprøve det evidensbaserede peer-kursus LÆR AT TACKLE angst og on<sup>1</sup> blandt unge mellem 15 og 25 år, som har symptomer på angst eller depression. Formålet med indsatsen er at styrke de 15-25-åriges psykiske helbred, reducere symptomer på angst og depression og styrke deres motivation for uddannelse og arbejde. Herunder forebygge frafald på ungdomsuddannelserne og styrke fastholdelse i arbejde.

10 kommuner kan deltage i pilotafprøvningen, hvor der især vil være fokus på organisering af indsatsen, herunder rekruttering af unge. I pilotfasen skal hver kommune afholde ét kursus med 12-14 unge i 2017.

Efter pilotafprøvningen gennemføres en forskningsevaluering i 25 kommuner. I denne undersøgelse, hvordan man mest hensigtsmæssigt organiserer indsatsen samt indsatsens indflydelse på de unges mentale sundhed, psykiske symptomer, mestring og self-efficacy. Evalueringen undersøger også indsatsens betydning for de unges tilknytning til uddannelse og arbejde. Forskningsevalueringen gennemføres som en spørgeskemaundersøgelse med de unge før og efter, de har været på kursus. **Der indgår ikke en kontrolgruppe i evalueringens designet, dvs. alle de unge man rekrutterer til indsatsen kan i princippet komme på kursus.** I denne fase skal hver deltagende kommune afholde 2 kurser i løbet af 2018. Kommuner, der udvælges til pilotfasen, deltager også i projektets forskningsevaluering.

Projektet kan både ansøges af kommuner, som allerede tilbyder et eller flere LÆR AT TACKLE-kurser, og kommuner der ikke aktuelt udbyder LÆR AT TACKLE-kurserne.

### Om at være pilotkommune

#### Pilotkommuner får i forbindelse med projektet finansieret følgende:

- 3 gratis instruktøruddannelser.
- 1 gratis uddannelse af koordinator, såfremt koordinator ikke allerede er uddannet i LÆR AT TACKLE angst og depression.
- Gratis vejledning og certificering af instruktører efter uddannelse.
- Gratis rådgivning og sparring ift. opstart fra Komiteen for Sundhedsoplysning.
- Gratis undervisningsmateriale.
- Gratis rekrutteringsmateriale.
- Gratis kursusbøger til kursister.
- 5000 kr. i honorar som kan anvendes til fx forplejning i forbindelse med kursusafholdelse.
- 3 gratis pladser på instruktørsamling i 2018.

---

<sup>1</sup> Læs mere om LÆR AT TACKLE-kurserne på [www.patientuddannelse.info](http://www.patientuddannelse.info)

### Som pilotkommune forpligter I jer til at:

- implementere indsatsen i et samarbejde mellem fx sundheds-, social- eller beskæftigelsesforvaltning og UU-center, ungeenhed, uddannelsesinstitutioner eller lignende.
- udpege en koordinator for indsatsen. Koordinator skal være ansat i kommunen. Koordinatoren skal uddanne sig til instruktør i LÆR AT TACKLE angst og depression (hvis ikke koordinatoren allerede er uddannet i dette kursus) og skal påtage sig opgaver i forbindelse med rekruttering, kursuskoordination og en mindre opgave vedr. dataindsamling. Derudover er det koordinatorens ansvar at videreformidle informationer fra Komiteen for Sundhedsoplysning til øvrige lokale projektdeltagere.
- rekruttere 3 instruktører. Instruktørerne skal være gode selvhjælpere og have personlig erfaring med angst og/eller depression. Mindst en af de to instruktører skal være mellem 20 og 30 år.
- instruktører (og evt. koordinator) skal kunne deltage på instruktøruddannelse i Middelfart på et af følgende kurser:
  - 29.-30. august og 5.-6. september 2017
  - 2.-3. september og 9.-10. september 2017 (weekendkursus)
- afholde 1 kursus i LÆR AT TACKLE angst og depression for unge i perioden august 2017 til december 2017 (med 12-14 unge).
- opstarte en netværksgruppe for kursisterne efter endt kursus.
- deltage i kvalificering af rekrutteringsmateriale gennem inputs og vurdering.
- bidrage med erfaringer og ideer til implementeringsguide.
- deltage i evalueringen i 2018, hvor der afholdes mindst 2 kurser (med 12-14 unge).

### Procedure for ansøgningen

Ønsker I at deltage i projektet, skal I skrive en motiveret ansøgning. Ansøgningen må maks. fylde 3 sider. I ansøgningen beskrives, hvordan I vil imødekomme ovenstående forpligtelser, og nedenstående spørgsmål besvares:

- Hvorfor er indsatsen relevant hos jer?
- Hvordan vil I organisere indsatsen (hvem indgår i samarbejdet, og hvordan fordeles ansvaret for opgaverne)?
- Hvilke fordele ser I ved at deltage i projektet?
- Hvilke tanker har I ift. at rekruttere de 15-25-årige? Hvilke rekrutteringsveje vil I benytte?
- Hvilke overvejelser gør I ift. sammensætningen af instruktører? Hvordan forestiller I jer at finde instruktører, der er gode rollemodeller til projektet?
- Hvem er koordinator for indsatsen, og hvor er denne person ansat?

Der vil blive lagt vægt på, at det i ansøgningen er klart beskrevet, hvilke parter der forventes at indgå i projektet og at den lokale organisering og samarbejde er velbeskrevet.

### Inspiration til organisering

Baseret på erfaringer fra kommuner, hvor LÆR AT TACKLE angst og depression allerede har været afprøvet blandt unge, anbefales følgende omkring organisering af indsatsen:

- Der afholdes hold kun for unge.
- Den ene af instruktørerne skal være jævnaldrende med kursisterne. Den anden kan være en mere erfaren instruktør. Det vigtigste er, at de unge kursister kan spejle sig i instruktørerne som positive rollemodeller.
- Der afdækkes og opbygges relation til alle samarbejdspartnere, der er i kontakt med og arbejder med unge i kommunen (fx ungepsykolog, familieafdeling, UU-centre, PPR, ungdomsuddannelser, jobcenter, frivillige organisationer mv.)
- Rekrutteringen af kursister sker via personer, som de unge har en tæt relation og tillid til. Det kan fx være vejledere, mentorer eller forældre. Det er en god idé at tage ud på uddannelsesinstitutioner og fortælle om kurset. Flyers, facebookopslag og annoncer kan bruges supplerende.
- Planlægningen af kurser og netværksmøder skal tage højde for, at kursisterne er unge og måske har en travl hverdag med skole, fritidsaktiviteter, job mv.

Flere anbefalinger kan læses her:

[http://www.patientuddannelse.info/media/117568/l\\_r\\_at\\_tackle\\_angst\\_og\\_depression\\_-\\_erfaringer\\_med\\_unge\\_kfs\\_2016.pdf](http://www.patientuddannelse.info/media/117568/l_r_at_tackle_angst_og_depression_-_erfaringer_med_unge_kfs_2016.pdf)

### Deadline og kontakt

Ansøgningsfrist er **mandag den 13. marts 2017 kl. 12**. Ansøgningen sendes via mail til Ann Sofie Nilsson, [an@sundkom.dk](mailto:an@sundkom.dk). Alle ansøgere vil få svar i løbet af uge 11.

Ønsker I at høre mere om projektet, kan I kontakte:

Lea Hegaard, chefkonsulent  
[la@sundkom.dk](mailto:la@sundkom.dk) / 2266 2671

Ann Sofie Nilsson, projektkoordinator  
[an@sundkom.dk](mailto:an@sundkom.dk) / 2029 3126

Med venlig hilsen

Komiteen for Sundhedsoplysning