

Slutrapport HAMSAM 2.0

Strömsund

Projektid 170701 - 181231

Rut Sannemo, projektledare HAMSAM 2.0



Sammanfattning

Projekt HAMSAM 2.0 genomfördes under perioden 1 juli 2017 till 31 december 2018. Samverkande parter var Strömsunds kommun, Arbetsförmedlingen Strömsund och Region Jämtland Härjedalen. Projektägare Strömsunds kommun genom Framtid- och utvecklingsförvaltningen. Medfinansiering från Samordningsförbundet Jämtland. Målgruppen för projektet var i första hand nyanlända/utrikesfödda ungdomar inskrivna på gymnasieskolans språkin introduktionsprogram (IMSPR) och en åldersmixad grupp av nyanlända/utrikesfödda deltagare inskrivna på Arbetsförmedlingen.

HAMSAM 2.0 har varit en förlängning av det tidigare genomförda HAMSAM-projektet som bland annat bedrevs i Strömsund. En av de sex genomförda grupperna i HAMSAM var en ungdomsgrupp som var på väg att avsluta gymnasiet. De kom inte vidare i sina studier och blev inte behöriga till de nationella programmen. En av orsakerna var en sporadisk skolgång eller total avsaknad av utbildning från sitt hemland. Bristande kunskaper i svenska språket och bristande skolgång sedan tidigare försvårade möjligheten att uppnå behörighet till de nationella programmen. Detta sammantaget ledde fram till en förlängning och projekt HAMSAM 2.0 med vinkling på insatser på ungdomars motivations- och kunskapshöjning. Deltagandet i HAMSAM 2.0 kombinerades med studier på gymnasiet IMSPR och ingick i deras studieplan. Vi valde att arbeta med förberedande insatser inför vuxenlivet genom att:

- öka kunskaper inom hälsa genom en hälsoskola
- genomföra fördjupningsteman inom samhälls- och arbetsmarknadskunskap
- arbeta med språkutveckling och förberedande insatser inför utbildning/arbete

Projekt HAMSAM 2.0 har bestått av två delar, 12 veckors samhälls- och arbetsmarknadskunskap parallellt med en hälsoskola.

Under projektets gång har vi totalt arbetat med 40 deltagare (18 kvinnor och 22 män). Fördelning i de båda grupperna:

- tre genomförda ungdomsgrupper, ålder mellan 17-20 år och totalt 33 deltagare (14 kvinnor och 19 män)
- en genomförd åldersmixad grupp, ålder mellan 25-60 år och totalt 7 deltagare (4 kvinnor och 3 män).

En språkutveckling skedde för alla fyra grupperna och i deltagarutvärderingar har det framkommit ökade kunskaper inom hälsa, samhälle och arbetsmarknad. Projektet har bland annat bidragit till att arbetsmarknadskunskap fått ta mer plats inom gymnasieskolans språkin introduktionsprogram. Implementeringsdiskussioner ledde fram till att Hälsocentralen i Strömsund kan erbjuda hälsoskola under vår och höst med förkortat koncept.

Innehållsförteckning

Sammanfattning	2
Innehållsförteckning	3
Bakgrund	5
Målgrupp	5
Mål för projektet	6
Aktiviteter	6
Mål för projektet	6
Mål för projektets deltagare	6
Samverkan	6
Projektorganisation	6
Utvärderingsplan	7
Implementeringsplan	7
Resultat	7
Urval	7
Deltagare	7
Aktiviteter	10
Arbetsätt	10
Samhälls- och arbetsmarknadskunskap	10
Samhällskunskap	10
Arbetsmarknadskunskap	11
Hälsa	12
Photovoice	13
Hälsoskola	13
Distriktssköterska	14
Fysioterapeut	14
Kurator	14
Folktandvården	14
Barnmorska	14
Ungdomsmottagningen	14
Kommunens alkohol- och drogförebyggande samordnare	14
Projektmål	14
Aktiviteter	14
Nätverkskarta	14

Mål för projektets deltagare	15
Skattningsskalan vid start – avslut	15
Samverkan och erfarenhetsutbyte.....	16
Utvärdering.....	17
Avslutande frågor samhälls- och arbetsmarknadskunskap.....	17
Avslutande frågor hälsoskolan	17
Avslutning	18
Implementering.....	18
Diskussion.....	19
Bilaga 1 Förlängningsidé.....	21

Bakgrund

Efter tidigare genomförd projektperiod i HAMSAM framkom det behov av att utöka antalet informationstillfällen i hälsoskolan. Deltagarna efterfrågade mer information om hur kroppen fungerar, vanliga sjukdomar och det psykiska måendet. I deltagarutvärderingarna från det tidigare HAMSAM-projektet framkom att kunskapen deltagarna fått i hälsoskolan varit värdefull och viktig. Många ansåg att det var för kort tid att ta till sig informationen som för en del var helt ny kunskap. Ökat kunnande kring hälsa och egenvård är ett viktigt inslag för att komma ut i arbetslivet med målet att bli självförsörjande.

Under det tidigare HAMSAM-projektet arbetade vi med sex grupper varav en grupp endast bestod av ungdomar som var på väg att avsluta gymnasiet. Det var skolans koordinators som ville testa HAMSAM för dessa ungdomar för att de skulle få med sig viktig kunskap ut i vuxenlivet. De hade inte kommit vidare i sina studier och hade inte blivit behöriga till de nationella programmen. Det fanns olika orsaker till detta, få år i grundskola eller sporadisk skolgång i hemlandet. Låg nivå i svenska språket som gjorde det svårt att uppnå behörighet till de nationella programmen. En del ungdomar kommer till Sverige i de senare tonåren och då är tiden hindret, de hinner inte uppnå behörighet innan 20 årsåldern. Ingen eller bristande skolgång samt bristande kunskaper i svenska språket försvårar etableringen på arbetsmarknaden. Dessa ungdomar har en längre väg att gå för att kunna klara av en utbildning.

När det dök upp en möjlighet att göra en förlängning av det tidigare HAMSAM-projektet så blev fokus på ungdomar från gymnasieskolans introduktionsprogram. Tillsammans med koordinators på skolan och samordnaren på hälsocentralens hälsoskola skissade vi fram en tanke om HAMSAM 2.0 (Bilaga 1 Förlängningsidé). HAMSAM 2.0 blev en förlängning och vidareutveckling av HAMSAM-projektet. Vi ville pröva alternativa insatser i kombination med studier på gymnasiet. I delen samhälls- och arbetsmarknadskunskap en fördjupning inom områdena sömn, stress, ANDT, yrkesinformation, attityder, värderingar, ekonomi och Photovoice. I hälsoskoledelen blev det en utökning av lektionstimmar och antalet träffar med bland annat kurator.

Målgrupp

Ungdomsgrupp: nyanlända/utrikesfödda deltagare inskrivna på gymnasieskolans språkintruktionsprogram (IMSPR). Alternativt ungdomar inskrivna på Arbetsförmedlingen.

- 10-12 deltagare per grupp och ska ha fyllt/fyller 18 år
- Förstå svenska språket då aktiviteten sker på lätt svenska utan tolk/språkstöd
- Prioritering ungdomar med uppehållstillstånd, i andra hand asylsökande ungdomar som inte fått beslut

Mixad åldersgrupp: nyanlända/utrikesfödda deltagare inskrivna på Arbetsförmedlingen.

- 10-12 deltagare per grupp i ålder 18-64 år
- Förstå svenska språket då aktiviteten sker på lätt svenska utan tolk/språkstöd

Mål: 45 deltagare med så jämn fördelning som möjligt mellan kvinnor och män. Resultatet ska analyseras utifrån ett jämställdhetsperspektiv.

Mål för projektet

Aktiviteter

Nedanstående aktiviteter pågick parallellt med varandra.

- **12 veckor Samhälls- och arbetsmarknadskunskap, fyra dagar i veckan.** Fördjupning inom områdena sömn, stress, ANDT, yrkesinformation, attityder, värderingar, ekonomi och Photovoice.
- **12 veckor Hälso skola, en dag i veckan.** Utökning av både lektionstimmar och antalet träffar för att ge utrymme för fler och djupare diskussioner. Fördjupning inom temaområden med kurator, sjukgymnast och distriktssköterska.
- Skapa en nätverkskarta för varje individ
- Skattningsskala start – avslut

Under projektperioden genomföra fyra gruppverksamheter med tre ungdomsgrupper och en åldersmixad grupp.

Mål för projektet

- Arbetsmarknadsnärmande insatser för nyanlända
- Arbeta utifrån att öka egenmakten
- Arbeta utifrån att öka kunskapen om samhällets rättigheter, skyldigheter och möjligheter
- Arbeta utifrån ett hälsoperspektiv

Mål för projektets deltagare

- För HAMSAM:s deltagare, stegförflyttning närmare arbete och egen försörjning
- Ökad egenmakt, deltagarna stärkt sig som individer
- Hanterbara verktyg för egenvård för att behålla/öka sin hälsa
- Ökad medvetenhet om den egna hälsan
- Ökad upplevelse av den egna hälsan

Samverkan

Kring målgruppen ungdomar kunde samverkan se olika ut utifrån varje individs behov. En regelbunden kontakt mellan projektet och gymnasieskolans koordinator för alla ungdomar som kom från gymnasieskolan. Informationsöverföring inför gruppstart och under pågående aktivitet löpande uppföljningar. I övrigt kunde följande bli aktuella: mentor, rektor, studie- och yrkesvägledare, personal vid HVB boende, handläggare vid arbetsförmedling, handläggare vid socialtjänsten.

Kring målgruppen mixad åldersgrupp skedde samverkan främst med handläggare från Arbetsförmedling. Andra aktörer kunde vara studie- och yrkesvägledare, handläggare inom socialtjänsten allt beroende på varje individs behov.

Projektorganisation

- *Projektledare* – samordna insatserna samt kontakter mellan de olika aktörerna. Agera även aktivt i gruppverksamheten.
- *Samordnare* – samordna insatser inom hälsoskolan, agera även aktivt i hälsoskolan.

- *Nätverksteam* – personal representerande olika professioner och aktörer som samverkar kring individen
- *Implementeringsgrupp* – ansvariga vid Strömsunds kommun, Arbetsförmedlingen Strömsund och Region Jämtland Härjedalen
- HAMSAM 2.0 styrgrupp på regional nivå tillsammans med Samordningsförbundet Jämtland

Utvärderingsplan

- Halvårsvis avrapportering och implementeringsdiskussion sker i DUA:s¹ lokala styrgrupp och LOKSAM-gruppen
- Slutrapport presenteras senast 190301
- Löpande rapporteringar i SUS (System för uppföljning av samverkan)

Ekonomisk skriftlig uppföljning och utvärdering enligt överenskommelse med Samordningsförbundet.

Implementeringsplan

Strömsunds kommun ska tillsammans med Region Jämtland Härjedalen, hälsocentralen Strömsund ansvara för att leda implementeringsarbetet under projektets gång.

Projektets lokala implementeringsgrupp och DUA:s projektgrupp ska under projekttiden överväga olika former för implementering i ordinarie verksamheter.

Resultat

Urval

Urvalet till ungdomsgrupperna gjordes på gymnasieskolan av bland annat koordinator, mentor och rektor. Ungdomar som inte kom vidare och där man velat pröva andra insatser för att motivera till fortsatta studier Urvalet till den åldersmixade gruppen gjordes av handläggare på Arbetsförmedlingen.

Både ungdoms- och den åldersmixade gruppen var blandade både utifrån kön, språk och hemland. Denna variation var positiv då det blev utbyten av erfarenheter och kultur på ett naturligt sätt. Det svenska språket blev det gemensamma språket då vi träffades. Gruppernas sammansättning var ibland en utmaning då det i vissa grupper fanns en stor spridning i språkkunskaper, från att ha en utbildning och bra språkkunskaper till att vara analfabet och språksvag.

Ungdomsgrupperna kombinerade språkintruktionsprogrammet med deltagande i HAMSAM 2.0 som var en del i deras studieplan. För den åldersmixade gruppen kombinerades deltagandet med SFI-studier.

Deltagare

Projektet hade som mål att arbeta med fyra grupper vilket också gjordes med fördelningen tre ungdomsgrupper och en åldersmixad grupp. Projektets mål var att 45 kvinnor och män skulle delta i projektet, totalt blev det 40 deltagare under projekttiden med en jämn fördelning mellan könen (18

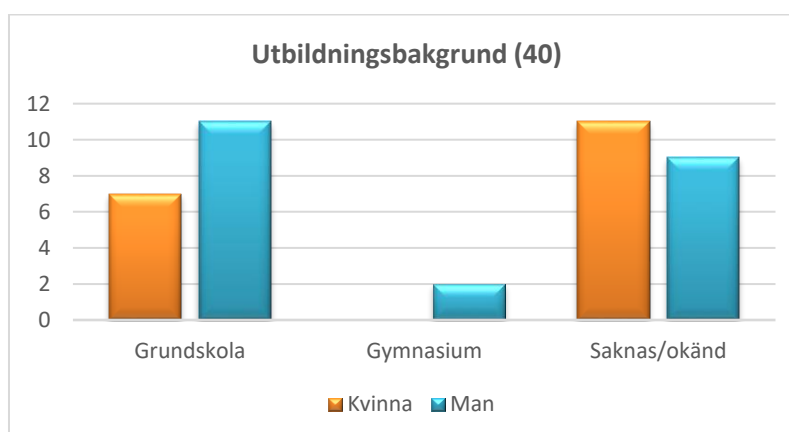
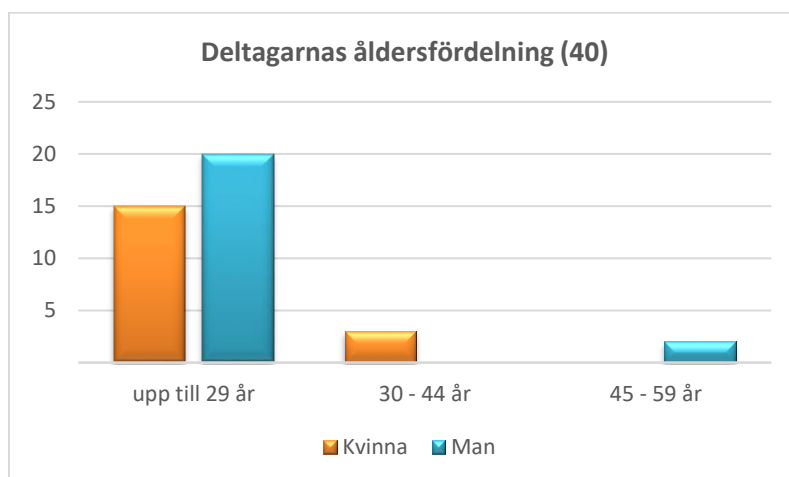
¹ DUA, delegationen för unga och nyanlända till arbete (A2014:06)

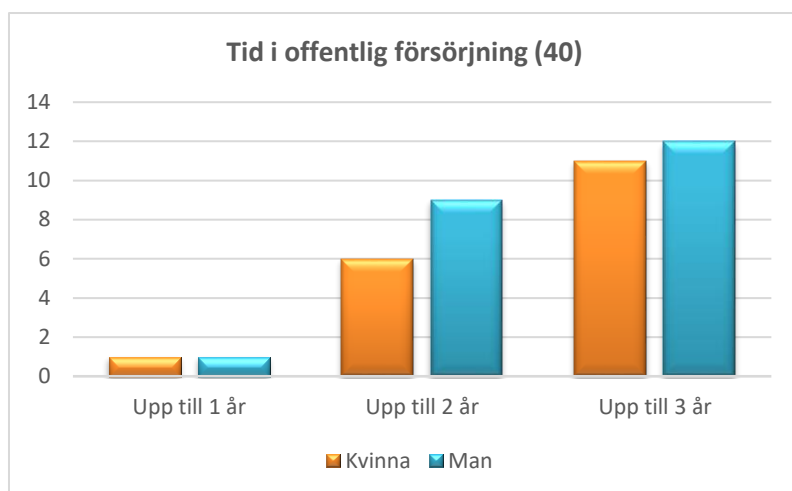
kvinnor och 22 män). Deltagarna i projektet kom från Afghanistan, Eritrea, Somalia, Syrien och Thailand.

Ungdomsgrupperna hade en ålder på 17-20 år, totalt 33 deltagare (14 kvinnor och 19 män). Dessa tre grupper följde skolans terminer. Ungdomarna bestod både av de som kommit som ensamkommande och de som kommit med förälder/föräldrar/anhöriganknytning. Språkmässigt krav var att deltagare skulle förstå det svenska språket utan tolk/språkstöd. De flesta av deltagarna befann sig på nivå C i svenska och det blev en märkbar skillnad för deltagare som befann sig på B nivå med lägre kunskaper. Den sista och avslutande gruppen bestod av tio deltagare varav endast en hade uppehållstillstånd. Under projekttiden fick ytterligare två uppehållstillstånd, medan övriga fått avslag som överklagades.

I den åldersmixade gruppen var åldern mellan 25-60 år, totalt 7 deltagare (4 kvinnor och 3 män). Språkmässigt krav var att deltagare även här skulle förstå det svenska språket utan tolk/språkstöd. I denna grupp låg språknivån mycket lågt samt att det var övervägande delen deltagare helt utan skolbakgrund från sitt hemland.

Nedan följer beskrivning av deltagarna i HAMSAM 2.0 utifrån statistik från SUS (Försäkringskassans system för uppföljning av samverkan)



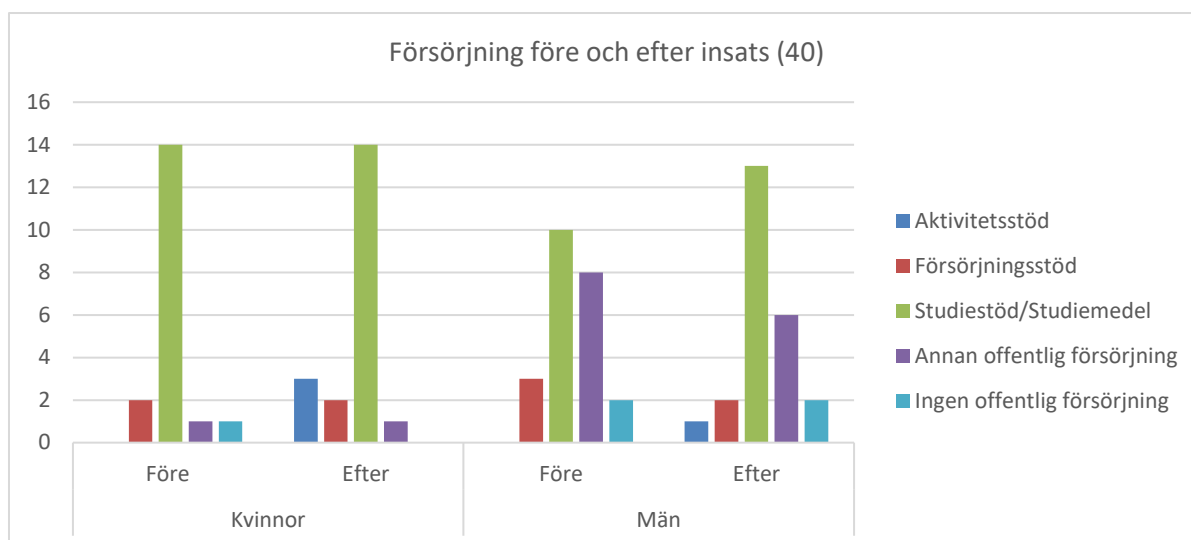


Då det gäller försörjning (se figur nästa sida) så kan deltagare uppbära mer än en försörjningsinsats, till exempel försörjningsstöd och aktivitetsstöd. Under ersättningsformen "Annan offentlig försörjning" ingår etableringsersättning. "Ingen offentlig försörjning" innebär att deltagaren uppbär lön eller helt saknar förvärvsinkomst. Uppbär deltagaren föräldrapenning strax innan registrering ingår den också i denna kategori. I HAMSAM 2.0 hade en kvinna ingen offentlig försörjning vid starten hon uppbar då föräldrapenning. Två män hade ingen offentlig försörjning varav en man hade deltidsarbete (subventionerat) både vid start och avslut. Den andre mannen (ungdom) hade inget uppehållstillstånd och höll på med överklagande av sitt beslut, befann sig "mellan stolarna" ersättningsmässigt.

Utskrivning till arbete, studier eller arbetsökande blev avslutningsanledningen för alla utom en som avslutades i förtid på grund av sjukdom. Övriga fortsatte med utbildning, började utbildning eller fortsatte vara arbetsökande. För ungdomsgruppen så blev det full återgång till gymnasiestudier efter avslutad HAMSAM 2.0.

För den åldermixade gruppen gick två kvinnor ut i praktik inom vård och tvätterier. För en man blev det praktik inom vården och deltagande i KIVO-projektet ². En tid efter avslut fick en av kvinnorna en extratjänst vid tvätteriet.

² KIVO, kvalitetssäkrad inkludering i vård och omsorg



Aktiviteter

Arbetsätt

Arbetsättet i samhälls- och arbetsmarknadskunskapen har fokuserat mycket på att hålla igång svenskan så mycket som möjligt i alla de olika momenten. Inför varje tema började vi med att kolla vad deltagarna visste om ämnet. Det kunde göras muntligt eller genom att deltagarna antecknade på postitlappar. Sedan gick vi igenom temat och varvade med högläsning laget runt och gruppleadarens framförande. När det dök upp svåra ord skrevs de upp på tavlan för att deltagarna skulle kunna utöka sitt ordförråd. Åhörarkopior delades ut och om det fanns delades material ut på hemspråket. I slutet av passet ställdes frågan "Vad har du lärt dig idag?" vilket gav alla tillfälle att säga något om passet. Det var ett bra sätt att alla fick komma till tals och bli synliggjorda. Nästa dag då vi träffades började med "Vad pratade vi om igår?" att titta tillbaka i backspeglarna. Deltagarna fick gå fram till tavlan och skriva ned stödord från föregående pass där man också fick ta med sina anteckningar, huvudsaken att man var aktiv. Ibland fick de stå kvar och berätta för de andra och på så vis repetera och använda språket, när det hakade upp sig hjälpte de andra till.

Vi tillämpade ett språkutvecklande arbetsätt på så sätt att vi jobbade före – under – efter vilket gjort deltagarna delaktiga. Under de 12 veckorna såg vi utveckling av språket, kunskaper och självkänslan. Detta har varit möjligt eftersom vi hade små grupper med max 12 deltagare.

Samhälls- och arbetsmarknadskunskap

Samhälls- och arbetsmarknadskunskapen var tidsmässigt cirka 108 timmar och pågick under tolv veckor med eftermiddagsträffar. Lokalmässigt höll vi till på Gröna skolan som inrymmer Lärcentrum, flyktingmottagning och SFI-undervisning. För ungdomsgrupperna var det bra att få byta miljö och komma till en ny byggnad och lokal. Det var också bra att de fick bryta upp från sina invanda mönster och tillfälle att skapa nya.

Samhällskunskap

Delen samhällskunskap är en omfattande del och det var inte alltid vi hann med alla delarna. Det berodde oftast på låg språknivå. Sedan var det också några deltagare från ungdomsgruppen som hade med sig förkunskaper från skolans samhällskunskap och vi kunde då hoppa över eller minska

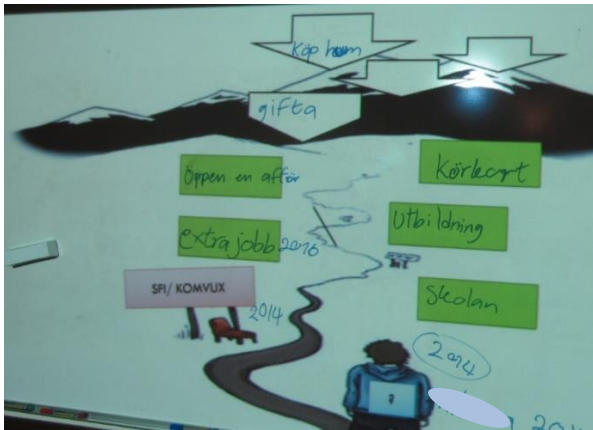
ned på vissa delar. Gruppträffarna ledde fram till bra diskussioner som ibland blev högljudda, vilket gav tillfälle att ta upp demokrati och respekt vid dessa tillfällen. Nedan följer de aktuella temaområdena:

- **Geografi och befolkning** (förstärkt med minoriteten samer, Jämtlands län, flora och fauna i Jämtland)
- **Boende och miljö** (återvinning, miljö, boende, skötsel, trivselregler, kontrakt, flytt, hemförsäkring)
- **Praktiskt vardagsliv** (konsumenträtt, Kronofogdemyndigheten, ekonomi, budget, internetbetalning, betalningsanmärkning, ID-kort, E-legitimation)
- **Skatt och social välfärd** (skattens användande, socialförsäkring)
- **Jämlikhet och jämställdhet**
- **Skydd mot diskriminering och våld**
- **Att leva tillsammans** (familj, barn, barnomsorg, skola)
- **Demokrati i Sverige** (förstärkt med info om kommunens uppbyggnad, genomgång kommunens hemsida)
- **Politik och delaktighet** (förstärkt med info om hur man röstar)
- **Migrationsverket** (familjeåterförening, svenskt medborgarskap)
- **Viktiga telefonnummer** (112, 1177, 114 14, 113 13)
- **Vardagstrygghet** (brand, trafiksäkerhet, VMA, barn)

Arbetsmarknadskunskap

Under det här temaområdet arbetade vi med kunskaper som kan vara bra att ha med sig in i vuxenlivet och för att komma ut i arbetslivet.

- Arbetsmarknaden i landet, länet och kommunen
- Framtidsjobben, olika yrken (Arbetsförmedlingens yrkesfilmer)
- Arbetsförmedlingens hemsida
- Arbetsförmedlingens handläggare besökte gruppen vid fyra tillfällen (digitala jag, yrken mm)
- Ansökningshandlingar (CV, personligt brev, egenskapsord, Varumärket DU)
- Anställningsintervju och genomförande av en anställningsintervju
- Kroppsspråk och sociala koder
- Anställningsformer, anställningsavtal, semester, frånvaro, svart jobb
- Arbetsmiljö
- Framtidsplan



Bilden ovan visar en framtidsplan som en av deltagarna jobbade fram. Deltagarna fick om de ville presentera den för de övriga vilket alla valde att göra. Vi jobbade en hel del med att göra presentationer inför andra och detta var ett bra tillfälle. Vi upptäckte att det fanns skillnader i hur kvinnor och män tänkte sig sin framtid. Bilden ovan är från en kvinna i ungdomsgruppen som i första hand tänkte sig utbildning och arbete för att längre fram planera för att skaffa sig en familj. Detta var vanligt förekommande bland kvinnorna i ungdomsgrupperna. Männerna hade oftare i sin planering att gifta sig och skaffa barn i tidigare skede. Det gav bra tillfällen att diskutera kring jämställdhet, utbildnings- och yrkesval.

Hälsa

Här hade vi en fördjupning inom områdena sömn, stress och ANDT. Då vi pratade om stress fick deltagarna skriva ned sina stressorer som vi sedan gick igenom för att se om vi kunde finna motåtgärder. Det ledde fram bra diskussioner och insikter i det egna ansvaret att ta hand om sig själv. Sömnen var ett annat område som vi fokuserade lite mera på. En hel del hade dåliga sömnrutiner och orolig sömn då det var på natten som tankarna kom. Detta ämne kopplades på ytterligare i hälsoskolan och träffarna med kuratorn.

Ordlistor till hälsoskolan arbetades fram redan i det tidigare HAMSAM projektet och används fortfarande. Inför träffarna på hälsoskolan gick vi igenom ordlistorna för att underlätta informationen på hälsoskolan. Vi pratade också kring det aktuella temat för att få lite förkunskap och dagen efter hälsoskolan fick gruppen berätta vad dom hade lärt sig.

- Ordlistor hälsoskolan
- Hemsidor (vårdguiden och apoteket)
- Begreppet hälsa
- Yrkesfilmer vårdrörken
- Egenvård – Hälsocentral – Länssjukvård – Regionsjukvård (uppbyggnad av sjukvården)
- Hygien, bakterier och virus
- Riktlinjer kläder, hygien och livsmedel inför praktik/arbete
- Sömn
- Stress, motåtgärder
- Alkohol, narkotika, droger och tobak
- Att lära sig nya saker

Photovoice

Vi arbetade med Photovoice och Maria Warnes *”Med våra ögon – en metodbok om Photovoice”*³ Deltagarna fick till uppgift att ta två bilder utifrån sin vardag på sin skola (Hjalmar Strömerskolan). Den ena bilden skulle representera något som var bra på skolan och den andra bilden något som var dåligt eller mindre bra och som kunde bli bättre. Detta var ett uppskattat inslag i ungdomsgrupperna, som en deltagare uttryckte det *”Din uppgift som vi skulle ta bilden från Hjalmar det var bra gruppuppgiften.”*

Ett exempel var en deltagare som tog sina båda bilder på två olika dörrar. Den ena dörren representerade det första klassrummet han hade som ny i Sverige. Han hade många positiva erfarenheter från den tiden med lärare, kompisar och undervisning. *”jag känner glädje när jag ser dörren”*. Den andra bilden var kuratorns dörr som ofta var stängd och ingen fanns där, oftast borta. Detta lyfte vi i gruppen som kom med förslag om att kurator skulle skriva på sin dörr då hen var borta. Förslaget tillsammans med andra förslag på ändringar/förbättringar överlämnades till rektor. Photovoicearbetet har deltagarna fått presentera för skolans koordinator.

Utifrån det här arbetssättet kan man få in många olika inslag genom att ta bilder, diskutera och presentera:

- Se sin vardag
- Respekt, att lyssna på när andra pratar
- Formulera sig och använda språket
- Vara konstruktiv, lyfta fram positiva och mindre positiva saker
- Lösningfokusering, förslag på förbättringsområden
- Presentation inför inbjuden gäst
- Arbetsmiljöfrågor
- Demokrati, att kunna säga och skriva vad man vill
- Diskrimineringsgrunderna kopplade till demokrati

Hälsoskola

Hälsoskolan hade träff en gång i veckan under tolv veckor med totalt 30 timmar. Hälsoskolan pågick parallellt med samhälls- och arbetsmarknadskunskapsdelen. Träffarna var förlagda på hälsocentralen i Strömsund och genomfördes av professionen där samt kommunens alkohol- och drogförebyggande samordnare. Förutom att de informerade om aktuellt tema så presenterade de sig och berättade om sin utbildning och inom vilka områden man kunde arbeta. Detta gav ett mervärde då deltagarna även fick denna information och kunde ställa frågor om yrket. För många var det ny information att det fanns fler yrkeskategorier på en hälsocentral förutom läkare och sköterska. En av professionen på hälsocentralen hade samiskt ursprung som visade sig vara en bra icebreaker. Inför att hen skulle ha sitt tema så pratade vi om samernas ursprung, minoritetsbefolkning, renskötande folk och att Strömsund kommun är en samisk förvaltningskommun. När hen och deltagarna möttes blev det en speciell koppling mellan dem. Deltagarna upplevde en igenkänning av att själva vara en minoritet i Sverige med speciella kläder vid t.ex. högtider samt att de blev nyfikna och ställde många frågor.

Eftersom träffarna var direkt från morgonen inleddes de med kaffe/te och smörgås. Detta då många hoppade över frukosten. Det blev också en naturlig diskussion kring kost och att deltagarna blev

³ <http://miun.diva-portal.org/smash/get/diva2:562778/FULLTEXT01.pdf>

piggare och orkade hänga med. Efter genomgången hälsoskola delade vi ut ett diplom som visade innehåll och närvaro.

Nedan följer tema- och ansvarsområden i hälsoskolan:

Distriktssköterska

Hur vår kropp ser ut och fungerar (t.ex. vad är hälsa, organens funktion, torso och skelett).

Kosten, vad är bra mat (t.ex. vitaminer, blodsockernivå, regelbundenhet).

Egenvård, vad kan jag göra själv för att må bra (t.ex. tips vid enklare åkommor, husapotek, kontakta sjukvården och sjukvårdsupplysningen).

Fysioterapeut

Motion och kroppen (t.ex. träning, träningsvärk, enklare övningar, dopning, anabola steroider, energidryck).

Kurator

Psykisk och social hälsa (t.ex. jobba med fallbeskrivningar, hur jag har det runt omkring mig, socialt nätverk, avslappning, sömn, stress, depression).

Folktandvården

Tandvård och munhälsa (t.ex. förebyggande tandvård, dolda sockret).

Barnmorska

Reproduktiv hälsa (t.ex. pubertet, sexualitet, fortplantning, graviditet, rätt till säker sex, lagar: abort, smittskydd).

Ungdomsmottagningen

Var aktuell för de tre ungdomsgrupperna som i förväg fick förmedla viktiga frågor som man ville skulle diskuteras. Innehållet varierade från grupp till grupp men handlade mycket om kroppen, sex, relationer och känslor.

Kommunens alkohol- och drogförebyggande samordnare

Information om ANDT (t.ex. förebyggande arbete ungdomar och föräldrar, vad händer i kroppen, lagar: langning, åldersgränser, narkotika).

Projektmål

Aktiviteter

Nätverkskarta

Arbetet med kartläggning av nätverk skedde i samband med temat att söka jobb och i skattningskalan. Det visade sig att övervägande delen av deltagarna inte hade så många kontakter med "svenskar". De tyckte att det var svårt att få kontakt. Deltagarna kändes sig blyga eller upplevde att svenskarna var blyga. De som hade ett varierat nätverk var de som var med i olika idrottsliga sammanhang vilket visade vikten av deltagande i föreningslivet.

Mål för projektets deltagare

Skattningsskalan vid start – avslut

Skattningsskalan är en skala på 10 cm med ytterlägena mycket negativt till mycket positivt. Skalan består av olika påståenden som ifyllaren ska göra en skattning av var hen befinner sig. Syftet med användningen av en sådan skala för utvärdering var att deltagarna kunde se förändringar över tid och själva reflektera över sin utveckling, eftersom 12 veckor är en lång tid och mycket kan hända. Skalan visade sig vara svår att fylla i för många av deltagarna, inte enbart p.g.a. språket och svårigheter i att tolka frågorna, utan många var inte vana att reflektera och omvandla känslor och upplevelser till en skala. Därför valde vi att inte kvantitativt redovisa mätningarna utan istället kvalitativt med information som framkom vid genomgång av skalan.

Områden som ingått i skattningsskalan:

- Samhället – förståelsen hur det fungerar
- Utbildning – möjligheter att studera idag
- Arbete – möjligheter att få ett arbete idag
- Framtidsstro – hur ser du på din framtid
- Meningsfull vardag – något att göra som känns bra
- Egenmakt – känner du att det är du själv som bestämmer över ditt liv
- Socialt nätverk – har du de människor omkring dig som du vill ha och behöver
- Hälsa – upplevelse av din hälsa
- Hälsa – är hälsan viktig för dig
- Hälsa – kan du själv påverka din hälsa

Projektledaren valde även att använda skattningsskalan som underlag för samtal och kartläggning. Vid första ifyllandet och när skalan gemensamt gick igenom framkom det vad personen efterfrågade, var hen befann sig på skalan och förväntningar på HAMSAM 2.0. Stödanteckningar gjordes i samband med samtalet och om något behövde lyftas vidare och personen gav sitt samtycke så kontaktades annan aktör. Vid andra tillfället som skalan fylldes i jämfördes de två skalorna och anteckningar som gjorts. Personen kunde själv se förändringar, utveckling och funderingar framåt. Metoden motiverande samtal användes vid genomgången.

Samhället: många ökade sin gradering med förklaring att de fått ökade kunskaper om bland annat olika lagar och regler, ekonomi, arbetsmarknad, migrationsverket och jämställdhet. De som minskade sin gradering vid avslut uppgav att det fanns så mycket mera att veta om att leva i Sverige än vad man trodde från början.

Utbildning: många ungdomar uppgav att de var nöjda med sin skola och sina lärare. De som ökade sin gradering upplevde sig nyfikna på att utbilda sig vidare, fått ökad kunskap om olika yrken som finns.

Arbete: de som ökade sin gradering, uppgav att de fått kunskap om vad olika yrken innebär och hur man gör en jobbansökan. De som minskade sin gradering har förstått att det behövdes en utbildning och kunskaper i språket för att kunna bli anställningsbar.

Framtidstro: generellt visar skattningen vid starten en lägre nivå än vid avslut. Deltagarna uppgav bland annat planering och ökade kunskaper som en orsak till ökad framtidstro. De som fortfarande hade låg markering vid avslut upplevde sig vilsna och osäkra. Främst bland dom som inte hade uppehållstillstånd och inte visste om de skulle skickas hem.

Egenmakt: de som markerade en ökning uppgav att ökade kunskaper om rättigheter och skyldigheter gav ökad känsla av egenmakt. Ungefär hälften av ungdomarna bodde med föräldrar/förälder och upplevde att det var andra som bestämde. Det kunde även vara från hemlandet som familj och släktingar hade makten att bestämma över ungdomarna.

Socialt nätverk: överlag så efterfrågade man fler kontakter med "svenskar" för att lära sig språket bättre men även för att få ökad kunskap om kultur och samhälle.

Upplevelse av hälsa: de flesta höll på med någon slags regelbunden motion. Däremot förekom det sömnproblem och trötthet hos en hel del. Vid ifyllandet vid avslut hade några tänkt om då det gällde sömn och kost och markerat högre på skalan.

Betydelse av hälsa: hade överlag hög markering.

Påverka sin hälsa: ökad markering vid avslut. Deltagarna uppgav att hälsoskolan gett tips och information som blev till kunskap man kunde använda sig av. Till exempel vid huvudvärk, träningsvärk och mensvärk.

Samverkan och erfarenhetsutbyte

- Region Jämtland Härjedalen som var en del av HAMSAM 2.0 med regelbundna träffar för planering och återkoppling.
- Arbetsförmedlingens handläggare var en samarbetspart som också ingått i gruppträffarna vid fyra tillfällen per grupp och hade information.
- Gymnasieskolan, samarbete främst med koordinators, biträdande rektor och till viss del mentorer.
- Sollefteå kommun – bidragit med erfarenheter inför deras uppstart av eget HAMSAM. De besökte oss inför deras uppstart och vi gjorde ett besök hos dem efter att de startade upp.
- Östersunds kommun, ung integration – bidragit med erfarenheter inför deras uppstart av eget HAMSAM, de var till oss på studiebesök.
- Bergs kommun, Navigator i Berg – bidragit med erfarenheter inför deras uppstart av eget HAMSAM, de var till oss på studiebesök.
- Erfarenhetsutbyte genom Samordningsförbundets regi.

Information om projektet

- Kramfors integrationsenhet
- Gymnasieskolan i Kalix
- Gävleborgs integrationsenhet
- Länets regionträff för de psykosociala enheterna
- Samordningsförbundets dagar

Utvärdering

Vid avslutning både i samhällsdelen och hälsoskolan fick deltagarna fylla i avslutande frågor kring upplevelsen av deltagandet i HAMSAM 2.0. Det var inte lätt att välja bland alla svaren då så mycket bra information framkommit. Alla ville fylla i utvärderingarna och kravet som en del kände att inte kunna skriva så bra, tycktes släppa. Nedan följer beskrivande citat från både samhällsdelen och hälsoskolan.

Avslutande frågor samhälls- och arbetsmarknadskunskap

Vad har varit bra med gruppträffarna och informationen?

"Exempel lektionen är lång 2 timmar men när är ha en rolig timme det går så fort"

"Man tycker om jag vi respektera varandra. Vi prata om hur ska man göra och vad hur ska man göra framtiden. Ja dom är bra jag tycker om att vi hjälpa varandra mycket mycket bra."

"Allt bra. Bra att läsa högt svensk"

"Bra för mig jag varit Hamsam jag lärt mig. Exempel: diskriminering, jämlikhet och jämställdhet. Dyrt att inte betal räkningar. Ekonomi, skatt och social välfärd. Familj, kroppsspråk, arbetsmiljö, varumärket Du. Nya ord."

"Jag känna bra och trävlig när jag varit på den grupp som vi prata och diskotera varandrar. Den där grupp vi lärat mycket om Hälsa och samhälle."

"Det blir bra tycker jag för att kan veta måna nya ord från de andra person."

"Om svartjobb. Om ekonomi. Om haschisch. Om cigarett. Om alkohol. Prata mycket svensk."

"Att sammarbeta och diskuterade visa frågor var rolig. Vi skrattade mycke det var bra."

"Mycket nya ord på olika sätt. Jag mycket gillar att hamsam var bra och toppen. Jag hade att lärt mig samhället bra tycker jag."

"Jag har lärt om mång yrkesutbildning som om vill jag att kan studera på. Jag festå vad göra skattverket, migration, Arbetförmedling. Jag har varit på Hälsoskolan, där de berättar om sina yrke."

"Jag har lärt mig nya ord och hur man söka jobb, egenskap, samarbeta, hygien, CV, historia och hur man gör om man är sjuk eller stress."

"Jag så mycket svenska ord lärt i lärare. Bra och kompisar bra. Jag är jätte glad och nöjda på HAMSAM lärt."

Avslutande frågor hälsoskolan

Vad har varit bra med gruppträffarna och informationen?

"Den där tiden på Hälsoskolan det var bra och jag lärat mycket om vad göra sjukgymnast, barnmoska, sjuksöterska och kurator. De berättar sina arbete och hur de kan hjälpa till folket."

"Jag lärt bra infarmation i Hälsaskolan. Berätta om stressa och sömn, känsla, barnmorska. Sjukgymnast, Folktåndvård, socker. De bra för mig."

”Om hälsa. Om människakroppen yttre inre.”

”Jag lärt mycket på hälsoskolan. Vi har tagit information om olika sjukdomar och hur vi kan skydda sig mot den där sjukdomar. Vi hade en bra lektion maten, vad finns mat hur kan vi köpa en bra mat från affär att kan vi vara frisk.”

”Jag trorr väldigt bra för mig och hälsa nya mäniskor, lära dig om allt nya ordet och många här är snäll och glad.”

”Allting, ex vi visste inte många saker och vad ska vi göra att har ett bra liv som kan men leva längre 😊”

”Jag lärt mycket på hälsa inne och ute kroppen. Också jag vet vem bra och dålig saker på oss hälsa. Så där att jag trivs och njöd på lärt hälsacentralen. Jag säger bra jobb förstås”

”Den hälsoskolan är jättebra lärt till oss. Därför att vi veta varandra och prata varandra och känner varandra. Alla läraren snäll och bra behöver med oss. Jag är mycke glad på lärt mig.”

Avslutning

Avslutningen inom samhälls- och arbetsmarknadskunskapsdelen har utgått från deltagarnas önskemål. Under deltagandet har det framkommit kunskaper och intressen hos deltagarna som styrts innehållet i avslutningen. Avslutningsdagen började med en repetition av de 12 veckorna och diskussioner, sedan fick deltagarna besvara avslutande frågor om upplevelsen av aktiviteterna. Sedan varierade det från grupp till grupp vad vi gjorde. Det har varit frågetävling och pizza. Utbyte av dansuppvisning från schottis till magdans, afghansk dans och dans från Eritrea. Till detta fick vi också prova på danserna vilket ledde till många glada skratt. Vid ett tillfälle hade en deltagare med sig sin dambora (afghansk gitarr) och sjöng sånger. Vi avslutade med gemensamt fika och utdelning av intyg som visade på innehåll och närvaro.

Implementering

I november 2018 genomfördes en implementeringsträff med medverkande från Strömsunds kommun med chef från Framtid- och utvecklingsförvaltningen, chef Arbetsförmedlingen Strömsundskontoret, chef Region Jämtland Härjedalen hälsocentralen Strömsund, projektledare HAMSAM 2.0 och biträdande förbundschef för Samordningsförbundet Jämtlands län. Alla inblandade aktörer har sett ett värde i att HAMSAM 2.0 ska fortsätta vidare i ordinarie verksamheter.

En plan arbetades fram där Region Jämtland Härjedalen kan bistå med två omgångar hälsoskola per år (vår och höst). Inget fortsatt utrymme finns för en samordnarroll från deras sida förutom kort inslag inför varje ny grupp i hälsoskolan, där ansvarig för kommunens grupper överför information till ansvarig distriktssköterska i hälsoskolan.

Ur kommunens perspektiv har man sett stor nytta av HAMSAM-konceptet med kombinationen samhälls- och arbetsmarknadskunskap och hälsoskola och väljer därför att implementera detta i verksamheten. Strömsunds kommun och Framtid- och utvecklingsförvaltningen bistår med att konceptet samhälls- och arbetsmarknadskunskap blir en del i skolans introduktionsprogram. Det blir en del i studieplanen för alla nyanlända ungdomar. Strömsunds kommun bistår med

personalresurser för att kunna genomföra HAMSAM-konceptet för ungdomar och i Samhällsorienteringen för vuxna.

Då det gäller hälsoskolan så kan det ses som två huvudspår. Personer som går SO+HAMSAM:s hälsoskola och ungdomar som går IMSPR+HAMSAM:s hälsoskola. Realistiskt så kan det bli problem att få till renodlade gruppindelningar med hänsyn till minskade antalet nyanlända som kommer till Sverige och vår kommun. Om behov ändå skulle uppstå av fler hälsoskolegrupper än 2 stycken/år får diskussion återupptas med Regionen för att se om det finns någon lösning att öka antalet hälsoskolor per år. Alternativet är en lightmodell av hälsoskolan, egentligen en hälsoinformation, som kommunen genomför i egen regi.

I skrivande stund (februari 2019) pågår en HAMSAM grupp från gymnasieskolans språkintruktionsprogram som tillsammans med vuxna från SO gruppen ska genomgå en åtta veckors hälsoskola. Här såg vi att det fanns en möjlighet att båda grupperna kunde sammanföras utan att bli en allt för stor grupp.

Diskussion

Språket

I grupperna har vi pratat om att språket är viktigt när man bor i ett nytt land, språket är nyckeln till många möjligheter. Vi har därför som förhållningssätt att bara prata svenska när vi träffas. Vi arbetar med ordlistor, högläsning, pratar i mindre grupper och i storgrupp. Vi genomför enklare skriftliga uppgifter som t.ex. inför att skriva CV och personligt brev, Photovoice och i grupparbeten. Skolan har gett feedback på att det skett en språkutveckling hos ungdomarna som deltagit i HAMSAM 2.0 och att de tar för sig i diskussioner. Förklaring till detta är att vi haft små grupper som mest 11-12 personer. Vi har medvetet satsat på kommunikation och muntlig presentation som en metod i samhälls- och arbetsmarknadskunskapen. Utrymme har getts så att alla ska bli sedda och hörda och att vi har träffats flera gånger i veckan under en längre sammanhållen tid.

En av ungdomarna som hade goda språkkunskaper (tal, skrift, läsning och förståelse) ställde en fråga till mig som gjorde att jag fick mig en tankeställare *"Vad gör jag när jag har nyckeln men inte hittar något lås att låsa upp?"*. Hur ska vi hitta dessa lås som nycklarna kan användas till? Hur tar vi vara på den kommande arbetslivsresurs som finns hos ungdomarna? Det här är viktiga frågor att ta itu med annars finns risken att de flyttar från kommunen till någon större stad.

Arbetskraftsförsörjning

Det är viktigt att information om arbetsmarknad, bristyrken och utbildning verkligen når målgruppen. Detta då vi har ett stort kompetensförsörjningsbehov samt att vi vill behålla kommuninnevånare och bli fler. Med kunskap kan personen också fatta beslut som är genomtänkta och genomförbara och att det kan bli en bra matchning ut till arbete. Framöver verkar det bli ett minskat inflöde av nyanlända vilket betyder att vi behöver satsa på att stötta dem som redan bor i kommunen.

Hälsoskolan

Personalen i hälsoskolan har varit en viktig del inte bara informationsmässigt utan även som yrkespersoner. Deltagarna har fått träffa t.ex. en sjuksköterska som berättat om sin bakgrund, utbildning och inom vilka områden man kan arbeta. Deltagarna har fått viktig information om hälsa och förebyggande insatser som är sann och riktig och kan spridas vidare i deras egna nätverk. Det

förekommer en del "skröner" om att t.ex. kroppen förlorar mycket blod vid provtagning som kan vara farligt. Hälsoskolan har gett information om vaccinationer som är ett aktuellt ämne och viktigt att förstå varför man vaccineras. Information om hälsa ger effekter inte bara på individnivå utan även på samhällsnivå.

HAMSAM 2.0 effekter

Återkopplingen från deltagarna och deras utvärdering visar att vi har haft ett bra koncept och språkträningen har nämnts av nästan alla som en viktig del. Språkutveckling har skett i varierande omfattning i alla fyra grupperna och enligt deltagarnas utvärdering har de fått ökade kunskaper om hälsa, samhälle och arbetsmarknad. Dessa ökade kunskaper ger möjlighet till ett bättre liv och leder till ökat KAMSAM⁴ en förmågan att ansvara och leva sitt liv i ett nytt land. De 12 veckorna i HAMSAM 2.0 med fokus på samhällskunskap, arbetsmarknadskunskap och hälsa ger förutsättningar att uppleva känslan att vara en samhällsmedborgare. Genom ökad kunskap kan personen på ett bättre sätt göra egna medvetna val och förståelse om vilka konsekvenser som blir av de val man beslutar sig för att ta.

Implementering och samverkan

I slutet av 2018 träffades projektledare och biträdande rektor för att planera för en ny ungdomsgrupp med start januari 2019. Skolan har sedan höstterminen 2018 lagt in arbetsmarknadskunskap med arbetsplatsbesök för elever i introduktionsprogrammen. Genom deltagande ungdomar i HAMSAM 2.0 har projektledaren fått veta att det är ett uppskattat inslag de har i skolan. Hon har då kunnat lägga in information kopplade till arbetsplatser, sociala koder, skrivna och oskrivna regler som kan förekomma på en arbetsplats.

Samverkan med Arbetsförmedlingen har också varit värdefull. Arbetsförmedlingens handläggare har varit inne i ungdomsgrupperna vid fyra tillfällen varav två tillfällen i Arbetsförmedlingens lokaler. Det har gjort att ungdomarna fått "ansikten" på handläggare, känner till hur det går till att anmäla sig och känner igen lokalen när det blir dags för dem att skriva in sig. De har även fått träffa chefen på Arbetsförmedlingen som berättat om deras uppdrag. Information som professionen från Arbetsförmedling och hälsoskola genomför ger många gånger lite mera tyngd åt innehållet. Gruppledarna i projektet har efteråt kompletterat och fört diskussioner kring informationen.

Svårigheter och farhågor

Det som varit problem från skolans sida är att logistiskt få till scheman för de som deltagit i HAMSAM 2.0 och som samtidigt har sina lektioner på skolan. De har lagt ned mycket arbete för att få till lösningar. En farhåga är hur det kommer att se ut för Arbetsförmedlingen framöver. I Strömsund har vi under lång tid haft bra samverkan med Arbetsförmedlingen och om det blir stora förändringar hos Arbetsförmedlingen så får det konsekvenser på många håll.

⁴ Aaron Antonovsky, känslan av sammanhang (begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet)

Bilaga 1 Förlängningsidé

