

# SAMVÆR SKAL GIVE FØRTIDSPENSIONISTER ET BEDRE LIV

Sidst i januar dumper et brev ind hos de første 100 førtidspensionister i Middelfart Kommune med et tilbud om at blive en del af et fællesskab, der kan afhjælpe mentalt dårligt helbred

af journalist **BODIL REIMERS**, Middelfart Kommune

Da regionerne i 2010 gennemførte en undersøgelse af borgernes sundhedsprofil, viste den tydeligt, at førtidspensionisterne er den mest udsatte gruppe, ikke bare i forhold til dårlige vaner omkring kost, rygning, alkohol og motion, men også i forhold til stress og mentalt dårligt helbred. Samtidig viste en undersøgelse fra Socialforskningsinstituttet, at en femtedel af førtidspensionisterne synes, de har et utilfredsstillende liv og egentlig gerne vil gøre noget for at ændre det. Den udfordring tages de kommende to år op i Middelfart Kommune. Med 2,5 millioner kroner i ryggen fra Pensionsstyrelsen står tre projektmedarbejdere i spidsen for projekt "Sund hele livet", der skal give førtidspensionisterne i hele kommunen forskellige tilbud om at gøre noget ved deres situation både fysisk og psykisk.

Ud over pengene fra Pensionsstyrelsen støtter Middelfart Kommune projektet med godt en million kroner til løn og lokaler. Det er første gang, hele spektret af førtidspensionister i en kommune inddrages som målgruppe, og det giver selvfølgelig store udfordringer, men også mulighed for bedre og bredere tilbud, når der samarbejdes på tværs af hele kommunen.

– Vi har i øjeblikket 1970 førtidspensionister i Middelfart, og det er selvfølgelig ikke

dem alle, der ønsker at være med. Men erfaringer fra det brev om besøgstilbud, borgerne får, når de fylder 75 år, viser, at over halvdelen siger ja tak. Det har vi en forhåbning om, også gælder for dette projekt, der henvender sig til de 18-67-årige, siger projektleder Allan Bentzen.

## HJERTELIGE HJEMMEBESØG

Projektgruppen er knap nok kommet på plads i lokalerne i det gamle psykiatriske hospital i Middelfart, men der er allerede skitseret store planer på tavlen på kontoret, der også fungerer som mødelokale. Det før-



Det handler om at inkludere nogle mennesker, der ellers sidder ude på sidelinjen – eller hjemme i sofaen.

ALLAN BENTZEN, PROJEKTLEDER

ste håndgribelige arbejde er udformning af det brev, der skal sendes ud til førtidspensionisterne som et forvarsel om et besøg af projektmedarbejder Dorthe Hallen.

Modtagerne har fire uger til at takke nej. Kommer der ikke en reaktion, ringer Dorthe Hallen på døren til aftalt tid og håber på at få en samtale i en afslappet atmosfære. – Det første besøg kalder vi "det hjertelige

hjemmebesøg", hvor vi kan spore os ind på, hvordan den enkelte har det, og om der er et ønske om forandring. Hvis der er det, skal vi snakke os frem til, i hvilken retning ønskerne går, forklarer Dorthe Hallen.

En relevant start for mange kunne være deltagelse i motivationsgrupper, der er en bred vifte af sundhedsfremmende tilbud som rygestopkurser, kostvejledning eller motion, der kan være med til at skabe et netværk, mange i målgruppen mangler. Det vil være helt individuelt, hvor lang en samtale bliver, og om der er behov for mere end et besøg. For at Dorthe Hallen kan danne sig et erfaringsgrundlag at bygge videre på, vælges de første 100 førtidspensionister i et afgrænset område. Når disse besøg er afsluttet kan hun og projektgruppen begynde at danne sig et overblik over, i hvilken retning førtidspensionisternes ønsker går, og få en fornemmelse af opgavens omfang. Da et sådant projekt ikke har været prøvet før, er det ikke til at vide, om der er slået for stort brød op, eller projektet kommer i mål. De midler, der er bevilget, strækker sig til udgangen af 2013.

## LYST TIL SAMVÆR

– Til forskel fra andre projekter har dette ikke som mål at skubbe flere førtidspensionister ud på arbejdsmarkedet. Helt enkelt handler det om at give dem et bedre liv, og



Holdet, der står bag projektet, er projektmedarbejderne Lene Ladefoged, Helle Vinnelbo-Johansen, Dorthe Hallen og projektleder Allan Bentzen.

FOTO: LENE LINDSKOV

til det hører også et venligt puf i retning mod at få lyst til at gøre noget sammen med andre. Det forpligter mere, hvis man er fælles om noget, forklarer Allan Bentzen.

Det er også et mål at styrke førtidspensionisternes sociale relationer gennem tilknytning til en forening.

– Vi er jo så heldige at have foreninger inden for snart sagt alle interessefelter. For nogen kan der også blive tale om relationer til en arbejdsplads, men det er på ingen måde et mål i sig selv. Det handler om at inkludere nogle mennesker, der ellers sidder ude på sidelinjen – eller hjemme i sofaen, siger Allan Bentzen.

Det er en blandet gruppe, Allan Bentzen og hans medarbejdere får med at gøre. Der er mennesker, der stort set ikke kommer uden for en dør, men der sidder også førtidspensionister rundt omkring med masser af ressourcer. Dem gælder det om at give grundlæggende viden om, hvad de egentlig må, når de er på pension, og måske motivere dem til at gå ind i et korps af frivillige.

En af ambitionerne i projektet er at åbne to caféer i kommunen, hvor førtidspensionister af alle slags kan skabe netværk og bryde den isolation, mange af dem sidder i. Det er meningen, at disse caféer med tiden skal drives af brugerne selv.

Det har været prøvet før, med svigtende held, at lave selvkørende caféer for specifikke grupper af førtidspensionister. Det nye i dette projekt er, at det bliver for alle, og det, der bliver den største udfordring, er at finde noget, der kan samle så uhomogen en gruppe.

– Vi satser på, at der i det tidlige forår, når den første samtalerunde er færdig, er basis for at etablere den første café, siger Allan Bentzen.

#### FOR DE MEST MOTIVEREDE

Til september udbydes 1. runde af et 13-ugers daghøjskoleforløb, der er tiltænkt de førtidspensionister, der virkelig har motivation og styrke til at rykke ud af deres nuværende situation. Det bliver en række faste aktiviteter kombineret med ønsker

og behov fra de tilmeldte.

– Det kan sagtens være samfundsfag eller andre boglige fag, deltagerne ønsker at samle op på. Men det kan også være styrkelse af selvværd – mange i målgruppen har et meget dårligt selvværd – det kan være læring i sundere kost eller mere hobbybetonede fag, siger projektmedarbejder Lene Ladefoged, der efter det første forløb skal evaluere på, hvad der gik godt, og om der er behov for ændringer.

Socialforskningsinstituttet følger pilotprojektet med spørgeskemaer, der skal udfyldes før og efter et forkøb. Desuden er det et krav fra Pensionsstyrelsen, at der udarbejdes en drejebog undervejs, så andre kommuner kan få glæde af erfaringerne fra Middelfart, og der kommer formentlig også et seminar i slutningen af 2013, hvor medarbejderne vil øse af deres erfaringer.

Succeskriteriet for Allan Bentzen og hans medarbejdere er, at de førtidspensionister, der involverer sig i projektet, selv føler, at de har fået et bedre liv. <