Region Hovedstaden

Ansøgning til samarbejdsprojekter i 2024 mellem region, kommuner og civilsamfund på psykiatriområdet

Frist for at indsende din ansøgning	**Skemaet sendes til**
30. august 2023 kl. 12	Sagsvisitation.center-for-sundhed@regionh.dk

Region Hovedstaden

Skema 1: Ansøgningsskema til projektstøtte

Samarbejdsprojekter mellem region, kommuner og civilsamfund på psykiatriområdet

1.	Projektets titel:	MotionsCaféen evne som social netværksskaber
2.	Ansøger: Adresse: CVR nummer: Bankoplysninger: Navn på projektleder: Tlf. nr.: E-mail: Navn på projektets juridisk ansvarlige person: Tlf.nr.: E-mail:	Håb i Psykiatrien Heimdalsgade 37, 1. SAL 39527871 Nordea 2150 439 451 85 28 Louise Maria Hansen 2896 5458 Louise.maria.hansen@haabipsykiatrien.dk Lotte Frost Jørgensen 60224061 info@haabipsykiatrien.dk Ansøgers personlige underskrift: Sted: _____København_____ Underskrift: _____ Dato: 29_/8___2023.

3.	Oversigt over samarbejdspartnere Oversigt over bilag med tilsagn om deltagelse i projektet.	***Regionspsykiatri:*** F-ACT Frederiksberg/Vanløse og Psykiatrisk Center København, særligt sengepsykiatrien på Frederiksberg (støtteerklæring) ***Kommune:*** Frederiksberg Kommune (støtteerklæring) Københavns kommune ***Civilsamfundstilbud i tæt samarbejde:*** Kæmperne (støtteerklæring) Outsideren (støtteerklæring) SIND København OMBOLD Recovery Lab Fountain House (støtteerklæring) Foreningen for Kunst og Mental Sundhed Skriveskolen PS ***Business case*** Bilag indeholder støtteerklæringer fra de tætteste samarbejdspartnere. I bilag findes desuden Business Case udarbejdet af Implement. Business casen er entydig og meget positiv, når der ses isoleret på det regionale område samt for det offentlige under ét. For Region Hovedstaden svarer business casen til, at der groft sagt spares 2 kroner for hver krone, der investeres. For det offentlige under ét svarer business casen til, at der groft sagt spares 3 kroner for hver krone, der investeres.
5.	Der ansøges om i alt:	__500.000_____ kr. (jævnfør budgetskema)
6.	Projektets varighed:	Projektet forventes igangsat __1__/1 2024____ og afsluttet ___31_/ 12 2024____
7.	Er der ansøgt eller bevilget økonomisk støtte fra anden side:	Ja _x__ Nej ___ Der er ansøgt om økonomisk støtte hos: 1. § 18 København og Frederiksberg kommune Der er bevilget økonomisk støtte fra 1. Frederiksberg Fonden (forventes forbrugt i 2024) MotionsCaféen er afhængig af en større donation i 2024 for at kunne fortsætte. Fra 2019 til 2022 har MotionsCaféen primært været finansieret af midler fra Novo Nordisk fonden, som nu er opbrugt og voksne med svær psykisk lidelse ligger desværre udenfor fondens strategiske indsatsområder.

8.	Indgår der egenfinansiering i projektet, evt. i form af timer:	Programleder, ca. 10 timer ugentligt, arbejder frivilligt. Derudover er alle foreningens back-office funktioner, computer, husleje mv. dækket af egenfinansiering
9.	Hvis svaret er ja til spørgsmål 8, hvad er da projektets samlede budget:	Programleders frivillige timer er ikke prissat. Foreningens totale sekretariatsomkostninger var ca. 400.000 kr. i 2022, hvoraf ca. ¼ kan tilskrives MotionsCaféen, svarende til 100.000 kr. Derudover fundraises fra kommuner og fonde til samlet 200.000 kr. Altså en totaludgift for MotionsCaféen på 800.000 kr. årligt. (beløbet kan svinge meget, da det afhænger af antal deltagere og derfor klip i SATS og udgifter til sund frokost 2x ugentligt samt oplevelsesture)

Region Hovedstaden

Skema 2: Projektbeskrivelsesskema

Samarbejdsprojekter mellem region, kommuner og civilsamfund på psykiatriområdet

1.	Projektets titel:	MotionsCaféen evne som social netværksskaber
2.	Projektbeskrivelse (max 2.400 tegn)	MotionsCaféen er på Frederiksberg/Vanløse blevet et centralt samligssted for mennesker med svær psykisk lidelse. Det lykkes årligt at tiltrække ca 100 nye deltagere, hvor af ca. 50% bliver faste gengangere. På trods af løbende udskiftning grundet indlæggelser, dårlige perioder, gode perioder osv har vi løbende 50 faste gengangere fra en målgruppe, som ellers kan være svær at få deltagelse fra. Deltagerne vurderer tilbuddets attraktivitet til 4,8 på en 5-trinsskala. MotionsCaféen på Frederiksberg har motionstilbud 4-5 gange ugentligt alle årets 52 uger; heraf med sund fedtfattig frokost 2x ugentligt. Vi holder til i SATS Falkoner og KU.BE Frederiksberg. Der afholdes oplevelsesture flere gange årligt bl.a. til Royal Run, Sankt Hans løbene mv. Intern evaluering viser, at deltagerne oplever umiddelbar velvære pga. det sociale samvær, fællesskabet og motionen. De ugentlige sociale aftaler, motionen og fællesskabet bidrager til en samtidig øget fysisk sundhed og øget mental trivsel; mere motion og tilløb til at ændre kosten i en sundere retning. MotionsCaféen har stærk opbakning fra psykiatrien, kommuner, Professor Bente Klarlund og Vicedirektør i Region H Psykiatri, Ida Hageman. Det fulde projekt indeholder både en forankringsdel på Frederiksberg/Vanløse og en skalerbardel i en ny MotionsCafé i Gladsaxe. Nærværende projekt rummer således ikke MotionsCaféen i Gladsaxe. Ambitionen er, baseret på succesen på Frederiksberg, at få MotionsCaféen udbredt til hele Danmark. Vi bliver allerede nu kontaktet af både psykiatri og kommuner indenfor RHP, idet de savner et tilsvarende tilbud. MotionsCaféen har fundet en lokal organisering omkring motion, en vigtig første trædesten for brobygning mellem civilsamfundet og mennesker med svære psykiske lidelser. MotionsCaféen er unik i sin karakter og kan løfte de mest udsatte borgere til et værdigt liv med mening, større sundhed og glade øjeblikke. Denne projektansøgning vedrører et nærmere kig på og udvikling af MotionsCaféens brobyggende funktion og evne.

3.	Baggrund, forudsætning og motivation for projektet:	Mennesker med svær psykisk sygdom har en overdødelighed på 20 år og der mangler brugbare livsstilstilbud, der kan tiltrække, rumme og fastholde målgruppen. Udfordringen er at det omhandler en særlig vanskelig gruppe, hvad angår både rekruttering og fremmøde, samt at opsamle data fra. Novo Nordisk Fonden valgte i 2019 at støtte foreningen Håb i Psykiatrien til at eksperimentere med sundhedsfremmende tilbud til målgruppen i samarbejde med distriktspsykiatrien Frederiksberg og Vanløse. Motionsfællesskabet er blevet helt unikt både i forhold til samarbejdet med distriktspsykiatrien, samskabelse med deltagerne, den gensidige omsorg og ikke mindst pga. størrelsen af det attraktive tilbud. Deltagernes tilbagemeldinger omkring tilbuddet peger på øget mental og fysisk sundhed samt et øget netværk – og det sociale samvær trækker ligeså meget som motionen. Vi vil gerne dykke ned i det perspektiv af den personlige recovery, som handler om relationer til andre mennesker. **"Recovery er mulig – men ikke uden, at der er noget eller nogen at recover sammen med"** Vi er nysgerrige på, om og hvordan MotionsCaféen indfrier deltagernes behov for at recover sammen med nogen.
4.	Beskrivelse af projektets målsætning:	At identificere og styrke de parametre, som gør MotionsCaféen til en trampolinbund for at opnå den sociale omgangskreds, som individet ønsker i forhold til personlig recovery.
	Delmål:	A. Afklare deltagernes behov for andre i deres personlige recovery B. Prioritering af ønsker C. Afprøvning af kendte eller nye samværs/netværksinitiativer D. Evaluere om dette projekt har styrket nogen eller noget
5.	Hvordan lever projektet op til social- og psykiatriudvalgets puljekriterier?	MotionsCaféen er startet på Frederiksberg, og har her fundet en lokal organisering omkring motion, en vigtig første trædesten for brobygning mellem civilsamfundet og mennesker med svære psykiske lidelser. MotionsCaféen er unik i sin karakter og kan løfte de mest udsatte borgere til et værdigt liv med glade øjeblikke. Det fulde projekt indeholder både en forankringsdel på Frederiksberg og en skalerbardel i Gladsaxe. MotionsCaféen er et nyt og velfungerende miniprojekt i Danmark, som har vist sig at gavne deltagernes både fysiske og mentale sundhed i overordentlig stor grad. Udover at bidrage til øget netværk og livskvalitet for den enkelte deltager, bidrager projektet også til at skabe bedre tværsektorielt samarbejde, overgange i behandlingen samt en bedre sammenhæng i patientforløb, idet den ambulante og sengepsykiatrien får en relevant henvisningsmulighed både i forbindelse med personlig recovery og i forbindelse med de obligatoriske KRAM-samtaler.

6.	Målgruppe(r):	Målgruppen for MotionsCaféen er mennesker med svær psykisk lidelse. Denne definition er ikke absolut, men fortolkes, som mennesker, som har det så svært psykisk, at de ikke kan deltage i de almene tilbud i hverken civilsamfund eller kommune.
7.	Metoder, der skal udvikles: Aktiviteter, der skal gennemføres: Hvem skal bidrage eller udføre hvad:	Vi har socialt samvær i MotionsCaféen, tager på oplevelsesture og laver brobygning til andre tilbud. Men vi skal have afklaret, om det rent faktisk er det rette vi gør og om vi kan gøre mere for at sikre, at individet har nogle andre mennesker at recover sammen med. A. Behovsanalyse (Jan-feb 2024) Invitere målgruppen til miniworkshop og kombinere med frivillig input via spørgeskema el.lign. Vi ønsker at undersøge, hvad behovene er for at få netværks "hjælp". Er der brug for praktisk brobygning eller skal der hellere fokuseres på at styrke den enkeltes autonomi til selv at opsøge netværk? Vi vil tilstræbe at deltagelse i undersøgelsen skal være en frivillig proces, idet personlig recovery kan være følsomt og for nogen fungerer bedst uden for megen selvanalyse. B. Idé generering og udvælgelse herfra (marts 2024) Vi laver en sjov workshop, hvor man kan byde ind med idéer baseret på behovsanalysen. C. Afprøvning af kendte eller nye samværs/netværksinitiativer (april – okt 2024) D. Evaluering (Nov- dec 2024) Evalueringen vil både evaluere nye initiativer så vel som hele processen. Om det er forstyrrende i det hele taget at skulle analysere på sine egne behov og ønsker og ikke bare "follow the flow". Projektleder og øvrigt personale fra Håb i Psykiatrien står for planlægning og fremdrift med støtte fra peerfrivillige, som kan rekrutteres og styrkes i samme proces. Alle deltagerne i MotionsCaféen, som gerne vil bidrage, kan bidrage til analyse, idegenerering, evaluering, planlægning og udførsel af de konkrete tiltag, samt selvfølgelig deltage i disse.

8.	Indpasning af indsatser i eksisterende behandlingstilbud:	KRAM samtaler er obligatoriske i F-ACT teams, men kan ikke lede til egentlig handling, hvis man ikke kan henvise/tilbyde en brochure til et tilbud, som er relevant for patienten. Behandlerne i F-ACT synes det var uværdigt og nedbrydende at tale KRAM faktorer uden at kunne tilbyde borgerne et sted at gå hen og få hjælp. Heraf udsprang ideen om MotionsCaféen. Når den enkelte borger har opbygget lidt fysisk og mental styrke ved at deltage i MotionsCaféens tilbud, ser vi, at mod og handlekraft øges og at de via relationer i MotionsCaféen inspireres til og lykkes med at genoptage kontakt med familie/venner, eller formår at opsøge nye fællesskaber med eller uden vores assistance. Der sker en udvikling i forhold til at blive mere sig selv gennem samvær med andre.
9.	Plan for kommunikation/formidling til professionelle i projektet:	Vi har taget fat i emnet omkring afklaring af den ansvarshavenderolle for den sociale recovery mellem psykiatri og civilsamfund til folkemødet 2023, og til psykiatritopmødet 2023, vil vi stå for en parallelsession om netop implementering af samarbejdet om recovery. Vi planlægger tilsvarende fokus på emnet til både folkemøde og psykiatritopmøde 2024, samt løbende indlæg på LinkedIn. De specifikke læringer fra dette projekt vil indgå i ovenstående kommunikationsplan
10.	Organisering af projektet:	Projektet drives af projektleder, som refererer til programleder Lotte Frost Jørgensen, som er formand for Håb i Psykiatrien. Projektleder er ansvarlig for fremdrift i forhold til projektplan. MotionsCaféen organiseres af en ledende træner, som sikrer det trygge og brugerinddragende rum, motion som didaktisk kan rumme alle, samt koordinering af mad og trænere inkl. løbende justeringer af tilbuddet efter brugerinput. Den ledende træner varetager samtidig rollen som frivilligkoordinator og sørger for løbende rekruttering, oplæring og sparring med frivillige. Projektleder, Louise Maria Hansen er uddannet ergoterapeut med en kandidat i sundhedsfremme og sundhedsstrategier og desuden uddannet træner. Programleder, Lotte Frost, er ansvarlig for projektet i forhold til bidragsydere og bestyrelsen i et langsigtet og strategisk perspektiv. Lotte er samtidig backup for projektleder. Projektleder er ansvarlig for fremdriften og udviklingen af bæredygtige samarbejdsmodeller.

11.	Projektets tidsplan – vedhæftes som bilag:	A. Behovsanalyse (Jan-feb 2024) B. Idé generering og udvælgelse herfra (marts 2024) C. Afprøvning af kendte eller nye samværs/netværksinitiativer (april – okt 2024) D. Evaluering (Nov- dec 2024) I hele perioden udvikles der videre på MotionsCaféens grundmodel, hvor brugerinvolvering i motionsudbud, program og nye initiativer er helt afgørende for stedets attraktivitet og mulighed for fortsat at inspirere til både fremmøde og aktiv deltagelse. Samtidigt inviteres flere og flere til at byde ind som peerfrivillig, når vi kan se et godt match for dette, som sikrer gode muligheder for succes for den frivillige.

Region Hovedstaden

Skema 3: Budget for hele projektperioden

Samarbejdsprojekter mellem region,
kommuner og civilsamfund på psykiatriområdet

1. Projektets titel:	MotionsCaféens evne som socialt trinbræt			
2. Regnskabsansvarlig:	Navn: Lotte Frost Jørgensen			
	Tlf.nr.: 60224061			
	E-mail: info@haabipsykiatrien.dk			
	Aktivitetsomfang (antal)	Timetal og sats	Beløb i kr.	Noter
4. Faglig projektledelse:	Projektfremdrift, frivillig koordinering og samarbejde med kommuner, psykiatri og div. civilsamfund (delvis finansiering)	275 kr. i timen af 15 timer ugentligt	150.000	
5. Fagprofessionel bistand:	Professionelle trænere Professional hjælp til promovering &vidensdeling	4 ugentlige træningsgange af 500 kr 500-1000 kr. i timen	80.000 15.000	Trænerne får 200-250 kr. i timen, og bruger minimum 2 timer hver gang. Fotograf, web og journalistisk hjælp
6. Materialer	Sund frokost i KU.BE til 25 deltagere (delvis finansiering)	80 kr. per person 2 x ugentligt	160.000	Fællesskabet omkring måltidet er stedet, hvor ideer bliver skabt, vi får besøg udefra og planlægger ture.
7. Øvrige udgifter	Tilskud til oplevelsesture (billetter, transport, forplejning) Klippekort til SATS til 15 deltagere (delvis finansiering) Telefon, IT og kontorartikler	 60 kr. per deltagelse 2 x ugentligt	40.000 50.000 5.000	Idéer, planlægning og delvis udførsel af peerfrivillige
ANSØGT BELØB I ALT:			500.000	Derudover ansøges ca. 200.000 kr. fra andre sider (§18, fonde mv)

Psykiatri

Psykiatrisk Center
København

Direkte 38643920

Dato: 22. august 2023

Støtteskrivelse til Håb i psykiatrien

MotionsCaféen er et fristed for personer med psykisk lidelse.

MotionsCaféen har siden september 2019 tilbudt et Motionsfællesskab for mennesker med svær psykisk lidelse. Koncepter tager udgangspunkt i ligeværdig samskabelse, løbende justeringer og med frie rammer til at afprøve elementer, som kan skabe glæde og håb i et motionsfællesskab. Fællesskabet er blevet helt særligt både i forhold til rummelighed, gensidig omsorg og antal sårbare samlet i et rum.

MotionsCaféen er en nødvendig første trædesten efter psykiatrisk indlæggelse, under eller efter psykiatrisk ambulant behandling, når der er brug for andre (ligesindede, frivillige mv.) at kunne lave sine personlige recovery med og via.

MotionsCaféen fungerer derfor også som en vigtig trædesten, der kan styrke deltagernes handlekraft og mod i forhold til at udforske andre tilbud og livsbaner.

Vi ser fra vores synsvinkel en vigtig værdi i MotionsCaféen,

...idet der er fokus på kost og motion som en del af en sund livsstil.

...idet MotionsCaféen støtter op om initiativer i ambulatorierne til gavn for også de patienter der potentielt bliver brugere af motionscaféens tilbud.

...idet MotionsCaféen er med til at bygge bro til en meningsfyldt hverdag udenfor behandlingspsykiatrien.

...idet MotionsCafeen motivere til at komme ud af hjemmet og skabe nye bekendtskaber.

Vi kan se på de patienter som bruger MotionsCafeen, at de vokser i nærværet med andre, at de får mulighed for at øve sig i sociale relationer.

Med venlig hilsen

Charlotte Bøttger — Oversygeplejerske

Birte Smidt — Cheflæge

Psykiatrisk Center København

Charlotte Bøttger

FREDERIKSBERG
KOMMUNE

Dato: 23-08-2023

Til rette vedkommende

Frederiksberg Sundhedscenter har siden 2019 haft mulighed for at henvise borgere med psykiske lidelser til Motionscafeen på Frederiksberg.

Motionscafeen er et unikt tilbud, hvor deltagerne både får støtte til motion og tilbydes et socialt fællesskab med mulighed for at spise et måltid mad sammen og komme på fælles udflugter. Motionscafeens målgruppe har ofte oplevet stigmatisering og ensomhed og har ofte en historie, hvor det har været vanskeligt for dem at benytte sig af de kommunale, sundhedsfremmende tilbud eller deltage i almindelige idrætstilbud i foreningsregi. Motionscafeen lader brugerne selv definere egne mål med indsatsen, hvilket er med til at skabe rum for forandring for den enkelte bruger.

Vi har fået mange positive tilbagemeldinger fra de borgere, som bruger Motionscafeen. De beskriver cafeen som en tryg ramme for motion og socialt samvær.

Med venlig hilsen

28/8 23

Leder af forebyggelsesområdet
Addie Dusl Frederiksen.

København d. 16. august 2023

Støtteerklæring

Jeg tilkendegiver hermed, at Idrætsforeningen Kæmperne støtter op om Håb i Psykiatriens Motionscafé.

Kæmperne er en idrætsforening for folk over 18 år med psykiske og/eller sociale udfordringer, som har brug for et socialt og trygt sted at dyrke idræt. Vi definerer ikke, hvornår man er psykisk sårbar, så vores målgruppe er meget bred og vores medlemmer kommer med meget forskellige forudsætninger. Alle er velkomne hos os, men det kan være svært at nå ud til de borgere, som grundet svær psykisk sygdom, har brug for ekstra støtte og motivation til at komme i gang med træning.

I den forbindelse kan Motionscaféen være en god første trædesten, der hjælper borgerne i gang og efterfølgende støtter dem til komme videre til andre tilbud og fællesskaber i civilsamfundet, og det skaber stor værdi for os, at Motionscaféen arbejder aktivt på at bygge bro hen imod vores eget tilbud.

Vi samarbejder med Håb i Psykiatrien og bidrager gerne med viden og gode råd, for at skabe de bedste rammer om Motionscaféen.

Christine M. Topp
Foreningskoordinator

FONDEN
FOUNTAIN HOUSE

Fonden Fountain House
Teglværksgade 22
2100 København

Tlf. 39 16 09 10
E-mail: mseider@fountain-house.dk

Samarbejdes og støtteerklæring til Motionscafeen på Frederiksberg

MotionsCaféen er et fristed for personer med psykisk lidelse.

MotionsCaféen har siden september 2019 tilbudt et Motionsfællesskab for mennesker med svær psykisk lidelse. Koncepter tager udgangspunkt i ligeværdig samskabelse, løbende justeringer og med frie rammer til at afprøve elementer, som kan skabe glæde og håb i et motionsfællesskab. Fællesskabet er blevet helt særligt både i forhold til rummelighed, gensidig omsorg og antal sårbare samlet i et rum.

MotionsCaféen fungerer derfor også som en vigtig trædesten, der kan styrke deltagernes handlekraft og mod i forhold til at udforske andre tilbud og livsbaner.

I Fountain House oplever vi, at mennesker der efter en længere periode, hvor psykiske lidelser har taget initiativet fra dem, via motionscafeen kommer på benene igen og søger ud i fællesskabet på ny.

Derfor samarbejder vi gerne med MotionsCaféen i deres brobyggende indsats til vores tilbud i Fountain House.

Med venlig hilsen

23/8-23

Mogens Seider

Direktør

Fonden Fountain House.

OUTSIDEREN SER PSYKIATRIEN INDEFRA

22. august 2023

Støtteerklæring vedrørende MotionsCaféen på Frederiksberg

Foreningen Outsideren har et nært forhold til Håb i Psykiatrien og deres Motionscaféen, der er et fristed for personer med psykisk lidelse.

MotionsCaféen har siden september 2019 tilbudt et motionsfællesskab for mennesker med svær psykisk lidelse. Konceptet tager udgangspunkt i ligeværdig samskabelse, løbende justeringer og med frie rammer til at afprøve elementer, som kan skabe glæde og håb i et motionsfællesskab. Fællesskabet er blevet helt særligt både i forhold til rummelighed, gensidig omsorg og antal sårbare samlet i et rum.

MotionsCaféen fungerer derfor også som en vigtig trædesten, der kan styrke deltagernes handlekraft og mod i forhold til at udforske andre tilbud og livsbaner.

Outsideren støtter og samarbejder gerne med MotionsCaféen i deres brobyggende indsats til vores mange tilbud i Outsideren.

Med venlig hilsen

Boris Lauritzen
Leder - Foreningen Outsideren
Heimdalsgade 37, 1. sal
2200 København N
Telefon: 52167723

http://www.outsideren.dk/

Psykiatri

Direktionen

Region Hovedstadens Psykiatri
Kristineberg 3
2100 København Ø

Telefon 38640001
Fax 3864 0007
Web www.psykiatri-regionh.dk

Til rette vedkommende

Dato: 1. april 2019

Region Hovedstadens Psykiatri skal hermed udtrykke sin støtte og anerkendelse til projektet "Konceptudvikling af en attraktiv MotionsCafé via brugerinddragelse i en iterativ designproces".

Vi indgår gerne et samarbejde om dette meningsfulde projekt, hvor patienter kan inviteres til deltagelse via deres kontaktperson på hospitalet. Flere tidligere gennemførte livsstilsprojekter har kun vist begrænset eller ingen effekt på livsstilsparametre (livskvalitet, BMI etc.), og der er derfor brug for nytænkning. Den omfattende inddragelse af patienterne til at designe aktiviteterne i dette projekt, giver håb om, at det bliver lysten, der driver værket og ikke pligt, eller hvad andre mener er godt for en. Samtidig er det nytænkende, at det er brugerne selv, der definerer egne mål med indsatsen. Dette vil naturligvis også i sig selv være med til at styrke oplevelsen af autonomi og indflydelse på egen sundhed.

Med venlig hilsen

Ida Hageman, MD
Lægelig vicedirektør
Region Hovedstadens Psykiatri

TRYGFONDENS CENTER FOR AKTIV SUNDHED

Rigshospitalet, 27-01-2021

Anbefaling af MotionsCaféen

Psykisk sårbare mennesker har ofte en livsstil præget af social isolation og vanskeligheder ved at skabe struktur i hverdagen. Mennesker med psykisk lidelse har en betydelig overdødelighed, som i høj grad kan tilskrives en usund livsstil, der bl.a. er præget af betydelig fysisk inaktivitet.

MotionsCaféen er et fristed for personer med psykisk lidelse. Under hensyntagen til disse personers udfordringer støtter personalet psykisk sårbare mennesker, så de får mulighed for at være fysisk aktive.

Der er mange myter, når det gælder mennesker med psykisk lidelse. En af disse myter er, at det ikke er muligt at motivere til fysisk aktivitet. MotionsCaféen afliver denne myte. De viser, at det er muligt at støtte mennesker med psykisk lidelse, så de som alle mennesker kan opleve den positive effekt, som fysisk træning har, på både den fysiske og den mentale sundhed. Det kræver imidlertid helt særlige rammer og personale, der møder den enkelte person, hvor han eller hun er. En sådan ramme er skabt med MotionsCaféen.

Jeg har haft et møde med initiativtagerne til MotionsCaféen og føler mig overbevist om, at der er tale om et særdeles støtteværdigt projekt.

Med venlig hilsen

Bente Klarlund Pedersen
Professor, overlæge, dr.med.
Leder af TrygFondens Center for Aktiv Sundhed
Rigshospitalet

Rigshospitalet – 7641
Blegdamsvej 9 2100 Copenhagen Denmark
Mail: Bente.Klarlund.Pedersen@rh.dk
Tel +45 35457641

Motionscafeen er et fint eksempel på et moderne tiltag, der ikke søger at ændre individets vaner, men sikrer at der er en mulighed for at bevæge sig og spise sammen med andre, uden at føle sig set skævt til.

På trods af adskillige forskningsprojekter over de sidste 10 år, er overdødelighed blandt mennesker med psykisk sygdom et uløst problem. Indsatserne har primært været individrettede, med fokus på KRAM-faktorer. Et godt eksempel er mit Ph.d.-studie CHANGE. På trods af betydelige ressourcer, viste vi at man med stor sikkerhed ikke kan få patienter med skizofreni til at leve sundere med en intensiv individfokuseret. Tilsvarende resultater findes i populationer uden psykisk sygdom. Individrettede sundhedsinterventioner er overordnet ineffektive.

Derudover kan disse interventioner øge oplevelsen af stigma og stress, og derfor forværre det eksisterende problem. Aktuelt anbefales det fra mange aktører at fokus flyttes fra individ til samfund, fra livsstilsvaner til sociale determinanter for ulighed i sundhed. Dette er netop hvad Motionscafeen gør. Derfor bør vi sikre Motionscafeen overlevelse og udbredelse.

Mvh Helene Speyer

Psykiatrisk Center København

Forskningsenheden CORE

Gentofte Hospitalsvej 15, 4 .sal

2900 Hellerup

Tlf: 30556382

Email: helene.speyer@regionh.dk

Til rette vedkommende.

Brøndby d. 27. januar 2021

Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
2605 Brøndby
Tlf. 43262384
E-mail: dai@dai-sport.dk

CVR nr. 17692712

Jeg tilkendegiver hermed at Dansk Arbejder idrætsforbund, DAI og Idræt for sindet, IFS, støtter Foreningen Håb i psykiatriens indsats. En lokal organisering i form af et mødested/motionscafe, hvor borgere kan mødes i trygge rammer, i den svære tid efter udskrivelsen, vil understøtte brobygningen til IdrætForSindet/civilsamfundet.

Idræt for sindet har siden 1996, haft fokus på at understøtte den kommunale socialpsykiatri, til at gå nye veje, med bevægelse, idræt og motion som det bærende fundament. Foreningskulturen udgør platformen, hvor borgerne kan mødes og indgå i nye fællesskaber og idrætsaktivitet. P.t. har vi samarbejde med 35 kommuner som har prioriteret at afsætte ressourcer til formålet, i form af en idrætskoordinator, som motiverer og inddrager borgerne til at indgå i driften af IFS forening. Pt. er vi i dialog med yderligere 15 kommuner, som ønsker IFS modellen implementeret.

IFS foreningen drives af borgere fra målgruppen, som involveres og motiveres til at blive frivilligt i driften af foreningen. En platform og mulighed for at opdage "glemte" kompetencer, og sætte dem aktivt i spil i nye rammer, som en del af borgerens recovery proces. Filosofien bag Idræt for Sindet er illustreret i nedenstående model.

Lisbeth Crafack

Udviklingskonsulent

IMPLEMENT
CONSULTING GROUP_

Business case for MotionsCaféen på Frederiksberg i 2022

Håb i Psykiatrien

18. august 2023

Implement Consulting Group
Strandvejen 54
2900 Hellerup

Tel +45 4586 7900
Email info@implement.dk
Implementconsultinggroup.com

CVR 32767788
Bank 4845-3450018236
SWIFT DABADKKK
Iban DK3030003450018236

Indledning

Implement er af Håb i Psykiatrien blevet bedt om at beregne business casen for MotionsCaféen på Frederiksberg i 2022 baseret på de tilgængelige data. I dette notat præsenteres resultaterne af beregningerne, der samlet set viser, at der for det regionale isoleret set og for kommunale og regionale under ét er en meget positiv business case ved MotionsCaféen. For det kommunale under ét samt Frederiksberg Kommune isoleret set er der tale om en positiv business case.

De fire business cases er beregnet på baggrund af data, der er behæftet med en række væsentlige forbehold. Disse redegøres der nærmere for i det følgende. Som følge af disse forbehold skal de beregnede business cases alene ses som en sandsynliggørelse af den samlede økonomi, der har været for MotionsCaféen i 2022.

Datamæssige forbehold
Som følge af, at Håb i Psykiatrien er en nonprofitorganisation, der driver MotionsCaféen på en projektbevilling, er data om deltagergruppen (herunder beskæftigelsesstatus, ydelseshistorik, indsatshistorik, sygdomshistorik, motionshistorik mm.) baseret på, hvad Håb i Psykiatrien har kunne indsamle. I den sammenhæng har en væsentlig overvejelse været, at dataindsamlingen ikke har skulle spænde ben for arbejdet med borgerne (herunder opbygningen af tillid og lyst til at deltage). Et væsentligt element i tilbuddet er således, at deltagerne mødes på en anden måde, end det er tilfældet i deres kontakt med det offentlige system i øvrigt. Det minimerede behov for dokumentation og registrering understøtter denne tilgang og anses som et væsentligt element i indsatsen.

Data vedrørende de oplevede effekter af MotionsCaféen er tilvejebragt ved, at Håb i Psykiatrien har interviewet centrale aktører fra Frederiksberg Kommune og Psykiatrien i Region Hovedstaden. De interviewede har svaret efter bedste evne på, hvilken effekt de oplever, at MotionsCaféen har haft, baseret på deres generelle erfaring med målgruppen sammenholdt med en kontrafaktisk situation, hvor MotionsCaféen ikke havde været der. Der er således tale om en kvalitativ vurdering af effekten baseret på erfaring, og således ikke et egentligt effektstudie, hvilket heller ikke har været hensigten. Yderligere er MotionsCaféens deltagere blevet adspurgt om, hvilken effekt deltagelsen har haft på deres krop og sind.

De nærmere antagelser, der i øvrigt er anvendt i forbindelse med beregningen af business casene, er der redegjort nærmere for i det følgende, hvor det er relevant.

Business cases for MotionsCaféen på Frederiksberg i 2022

De fire business cases er opbygget omkring følgende tre overordnede elementer:

- Håb i Psykiatriens udgifter forbundet med indsatsen i 2022
- Reducerede kommunale udgifter som følge af indsatsen i 2022 (baseret på den afrapporterede effekt)
- Reducerede regionale udgifter som følge af indsatsen i 2022 (baseret på den afrapporterede effekt)

Udgifter forbundet med MotionsCaféen

Regnskabet for Håb i Psykiatrien viser, at der i alt blev brugt *700.264 kr.* på driften af MotionsCaféen på Frederiksberg i 2022.

Reducerede kommunale udgifter

Som beskrevet indledningsvist, så er nøglepersoner fra Frederiksberg Kommune blevet interviewet af Håb i Psykiatrien mhp. at tilvejebringe deres vurdering af effekten af MotionsCaféen. Borgere i Frederiksberg Kommune udgør 57 % af deltagerne i MotionsCaféen, mens 43 % er borgere i andre kommuner. I det følgende er effekterne for Frederiksberg Kommunes borgere afrapporteret særskilt, ligesom der er afrapporteret en samlet kommunal effekt. Sidstnævnte er beregnet ved at gange de rapporterede effekter for Frederiksberg med 75 % (svarende til de øvrige kommuners andel af borgere) ud fra en antagelse om, at effekten forventes at være ens på tværs af kommuner.

Tabel 1: Reducerede kommunale udgifter

Område	Effekt i kr. Frederiksberg Kommune	Effekt i kr. Kommunerne under ét	Vurderinger, der ligger til grund for beregningen
Reduceret behov for støtte efter SEL § 82	-3.800 kr.	-6.650 kr.	Frederiksberg: 2 § 82-forløb er blevet reduceret med 5 kontakter á 380 kr. (timepris) stykket.
Reduceret behov for beskæftigelsesindsats	-211.432 kr.	-370.006 kr.	Frederiksberg: 2 borgere er kommet 12 måneder tidligere i beskæftigelse, hvilket giver en reduceret udgift til Råd og Vejledning på 2.033 kr. pr. uge (ugepris fra den socialøkonomiske model - SØM).
Reducerede forsørgelsesudgifter	-207.688 kr.	-363.454 kr.	Frederiksberg: 2 borgere er kommet 12 måneder tidligere i beskæftigelse, hvilket giver reducerede forsørgelsesudgifter på 1.997 kr. pr. uge (svarende til gennemsnittet for kontanthjælp og uddannelseshjælp, ugepris fra den socialøkonomiske model - SØM).
Total	**-422.920 kr.**	**-740.110 kr.**	

I tillæg til de kvantificerede kommunale effekter, så er følgende effekter afrapporteret, men ikke indregnet:

- Formentlig færre kontakter med øvrige dele af kommunen (udover § 82 og beskæftigelse)
- Det vurderes, at 4 ud af 10 kommer hurtigere i en virksomhedspraktik ifm. ledighed, hvilket har en positiv effekt på de langsigtede muligheder for beskæftigelse
- Det vurderes, at 2 ud af 10 kommer tidligere i et fleksjob (estimeret 6 måneder tidligere)
- Flere forventes at kunne fastholde deres job som følge af en forbedret livssituation
- Flere forventes at kunne komme i – og forblive i – egen bolig som følge af en forbedret livssituation
- Færre sundhedsudgifter som følge af en forbedret sundhedstilstand
- Øgede skatteindtægter grundet flere i beskæftigelse

Reducerede regionale udgifter

Til beregningen af reduktion i regionale udgifter er der taget udgangspunkt i en enhedspris på et ambulant besøg i Psykiatrien på 1.971 kr. (2022-tal) og en enhedspris på en døgnplads på 3.939 kr. (2022-tal). Der er ikke tillagt ekstraudgifter for de indledende undersøgelser og udredninger, der følger af en indlæggelse.

Tabel 2: Reducerede regionale udgifter

Område	Effekt i kr. Region Hovedstaden	Vurderinger, der ligger til grund for beregningen
Psykiatriske indlæggelser forebygget	-259.974 kr.	I alt 66 indlæggelsesdage forebygget á 3.939 kr. pr. dag
Ambulante besøg forebygget	-946.080 kr.	1 besøg á 1.971 kr. hver 2. måned i et år for de 80 deltagere
Tidligere afslutning af ambulante forløb	-153.738 kr.	12 patienter har 6,5 færre besøg hver á 1.971 kr. pr. besøg
Færre genhenvisninger	-9.855 kr.	5 patienter har 1 ambulant besøg mindre á 1.971 kr. pr. besøg
Total	**-1.369.647 kr.**	

I tillæg til de kvantificerede regionale effekter, så er følgende effekter afrapporteret, men ikke indregnet:

- Formentlig færre kontakter med øvrige dele af det regionale område (udover Psykiatrien)
- Færre sundhedsudgifter som følge af en forbedret sundhedstilstand

Samlede business cases

Baseret på de elementer, der er gennemgået i det ovenstående, så er der herunder opstillet følgende fire business cases for MotionsCaféen på Frederiksberg i 2022:

- Business case A: Frederiksberg Kommune isoleret set
- Business case B: Kommunerne under ét
- Business case C: Region Hovedstaden isoleret set
- Business case D: Det offentlige under ét

Tabel 3: Business cases

Område	Business case A Frederiksberg Kommune	Business case B Kommunerne under ét	Business case C Region Hovedstaden	Business case D Offentlige under ét
Udgifter forbundet med MotionsCaféen	399.151 kr.[1]	700.264 kr.	700.264 kr.	700.264 kr.
Reducerede kommunale udgifter	-422.920 kr.	-740.110 kr.		-740.110 kr.
Reducerede regionale udgifter			-1.369.647 kr.	-1.369.647 kr.
Total	**-23.769 kr.**	**-39.846 kr.**	**-669.383 kr.**	**-1.409.493 kr.**

Som det fremgår af tabel 3, så er der en entydig og meget positiv business case, når der ses isoleret på det regionale område samt for det offentlige under ét. For Region Hovedstaden svarer business casen til, at der groft sagt spares 2 kroner for hver krone, der investeres. For det offentlige under ét svarer business casen til, at der groft sagt spares 3 kroner for hver krone, der investeres.

Business casene for kommunerne under ét og Frederiksberg Kommune isoleret set er let positive, hvilket vil sige, at der groft sagt er balance mellem investeringen og de estimerede reducerede udgifter.

For alle de fire business cases gælder de tidligere nævnte forbehold for de tilgængelige data, ligesom det også er værd at genfremhæve, at det ikke er alle de rapporterede positive og langsigtede effekter af MotionsCaféen, der har kunne kvantificeres i kroner og øre.

[1] 57 % af de samlede udgifter til MotionsCaféen i 2022, svarende til Frederiksberg Kommunes borgeres deltagerandel.