

Nyt fra Centret

Bliv kandidat i interventioner

Studerende på kandidatuddannelsen i Folkesundhedsvidenskab på SDU kan som noget helt nyt vælge at specialisere sig inden for interventioner og evaluering. Center for Interventionsforskning har været med til at udvikle den nye specialisering.

Kandidatstuderende, der læser folkesundhedsvidenskab på SDU, får nu et alternativ til de allerede eksisterende specialiseringer på kandidatuddannelsen. Det er specialiseringen "Intervention og evaluering", der tilbydes for første gang her i efteråret.

Formålet med specialiseringen er at gøre kandidaterne særligt kvalificerede til at udvikle, implementere og evaluere evidensbaserede interventioner og ruste dem til at styre og facilitere disse på tværs af sektorer og forvaltninger. På specialiseringen forstås interventioner meget bredt. Det er ikke kun de store forkromede og forskningstunge interventioner inden for sundhedsfremme og forebyggelse, som de studerende lærer om. De lærer også om at kunne implementere og evaluere mindre og mere praksisnære indsatser.

Efterspørgsel på kandidater

Det er forskere ved Center for Interventionsforskning og Statens



Foto: Arkivfoto fra SDU

Institut for Folkesundhed (SIF), der har udviklet specialiseringen, heriblandt lektor Teresa Holmberg fra Center for Interventionsforskning, der er nyudnævnt vicedirektør på kandidatuddannelsen.

– Vi har længe arbejdet for at få en specialisering for at imødekomme den efterspørgsel, der er i for eksempel kommuner og patientorganisationer på kandidater, der kan arbejde med interventioner og evalueringer. Så det er dejligt, at det er lykkedes med specialiseringen, siger Teresa Holmberg.

Center for Interventionsforskning og SIF er blandt landets førende inden for forskning i interventioner, og specialiseringen giver derfor centret og SIF en oplagt mulighed til at uddanne og klæde fremtidens kandidater godt på.

Den nye specialisering udbydes som et samarbejde med den eksisterende kandidatuddannelse. Det betyder, at kandidaterne følger alle obligatoriske moduler og fag på kandidatuddannelsen.

Af journalist Birgitte Hornhaver

Svær opgave at fremme sund kost i gymnasiernes kantiner

Viljen og lysten til omstilling er til stede blandt personalet. Alligevel er det forbundet med store udfordringer at få flere sundere fødevarer ind i gymnasiernes kantiner. Center for Interventionsforskning har i en indsats på 14 gymnasier undersøgt, hvad der skal til for at servere sundere mad til gymnasieeleverne. Her fortæller projektmedarbejder Katrine Sidenius Duus fra centret om indsatsen.

Hvad var formålet med projektet?

– Det overordnede formål med kantineindsatsen var at støtte op om regelmæssige og sunde måltidsvaner blandt gymnasieelever. Indsatsen er en del af centrets projekt *en go' Bgym'*. I starten af skoleåret fik kantinepersonalet på alle indsatsgymnasier besøg af en fagkonsulent med ekspertise i kost og ernæring i starten af skoleåret. Konsulenten gennemførte et kantinetjek, fik overblik over kantinen "sundhedstilstand" og rådgav herefter kantine i sunde alternativer. *En go' Bgym'* ønsker at skabe sundere rammer på gymnasierne, fordi vi ved, at mange elever har uhenigtsmæssige madvaner. Vi ved også, at kost kan have betydning for elevernes energi, koncentrationsevne og indlæringssevne, og at omgivelserne har stor betydning for vores adfærd. Så kantinenes udbud af sunde madvarer kan påvirke elevernes sundhed, fordi deres daglige

valg af fødevarer afspejler det udvalg og de tilbud, de møder. Oplysning er godt, men hvis ikke rammerne omkring eleverne gør det muligt at træffe et sundt valg, bliver det besværligt. Så vi ville forsøge at påvirke personalet i kantinerne til at ændre deres daværende udvalg og engagere lederne på gymnasierne, så de blev opmærksomme på, at de har mulighed for at prioritere sundhed i aftalerne om kantine-drift.

Hvad fandt I ud af?

– Først og fremmest at forandring er mulig, men ikke let. Det handler især om personalets værdier og faktorer, såsom individuel motivation og gejst. Og så handler det om kantinenes rammer, herunder ikke mindst økonomien. Som vi havde forventet, spiller økonomi en stor rolle for viljen til at ændre i udbuddet, da de sundere og mere fedtfattige råvarer som hovedregel er en anelse dyrere. Og man kan ikke bare sætte prisen tilsvarende op, da elevernes økonomi er stram. Et eksempel kunne være, at vi gerne ville overbevise dem om, at slik og sukkerholdige sodavand bør undgås i en gymnasiekantine. Men det er lidt ømtåleligt, da det blandt andet er på de varer, kantinerne tjener gode penge uden at skulle bruge kræfter på tilberedning. Så konsulenten prøvede at få dem til at mindske salget ved at gøre de usunde varer mindre synlige. Overordnet set rykkede kanti-

nerne sig ikke meget i forhold til udbud af slik og kager i projektperioden. Der, hvor de rykkede sig, var med hensyn til fuldkorn. De fik indført grovere varianter af brød og pasta. Her fik de et alternativ, som ikke krævede omlægninger i arbejdsrutiner. Og hvis de ikke selv bagte brødet, kunne de blot bestille noget andet. Vi mødte åbenhed og lyst til at arbejde med sundere alternativer, men personalet var også bevidste om de begrænsede forudsætninger. Helt at fjerne de mere fastfood-prægede tilbud som pølsehorn og pizzaslices er ikke populært, da personalet ved, at eleverne er glade for de varer, og at det er en forretning. Så her er løsningen snarere en sundere pizzadej og sundere fyld. Konsulenten holdt fokus på,



Foto fra projektets opfølgende besøg: Værsgo at spise: Mange kantiner begyndte at bruge mere fuldkorn i brød og pasta. Her gav kantinepersonalet dem et alternativ, som ikke krævede omlægninger i arbejdsrutinerne.

hvilke retter og varer de havde i forvejen, og hvordan de kunne optimere disse inden for en realistisk ramme.

Personalet var glade for, at der kom nogen udefra med idéer og viste interesse for kantinen. De skal skubbes lidt til, og konsulentten fik lysten til at blusse op. Men erfaringen var også, at entusiasmen hurtigt dalede, da konsulentten var væk igen.

Da vi lavede et opfølgende besøg og kantinetjek undervejs i projektperioden, havde mange kantiner ændret i udvalget og løftet sig på ernæringsindhold. Så vi kunne se og måle en positiv forandring.

Hvordan skal jeres viden og erfaringer bringes i spil?

– Vi har udarbejdet en kantinerapport, målrettet ledelsen på gymnasier, der ønsker at skabe sundere rammer for eleveres måltider. Og så vil vi prøve gennem forskellige medier at synliggøre, at der nu findes et katalog med inspiration, redskaber og anvisninger til, hvor man kan hente viden, og hvordan man konkret kan gribe forandringerne an.

Vi ved, at sundhed er i konkurrence med en lang række andre punkter, der er på en gymnasieledelses agenda. Og ledelsen savner måske også faglighed på det felt. Vores interviews med kantinepersonalet viser, at det er vigtigt, at alt foregår i en dialog mellem ledelse og kantinepersonale, så det ikke opleves som et diktat. I forhold til personalet håber vi, at de via kantinetiltaget er blevet opmærksomme på, at de også selv skal gøre en indsats og reklamere, når de skal have eleverne til at betale for sundere madvarer.

Af journalist Søren Ravnsborg



Foto fra projektets opfølgende besøg: Et typisk udvalg i kantinen: Æbler og bananer side om side med slik. Projektet viser, at det ikke er helt nemt at overbevise kantinerne om at undgå slik og andet sukkerholdigt.

Kantinetiltaget i en go' Bgym'

Kantinetiltaget er en del af det større projekt en go' Bgym' ved Center for Interventionsforskning. Projektet består af flere tiltag, som tilsammen har til formål at skabe rammer og adfærdsændringer, der forbedrer gymnasieelevernes trivsel og velbefindende. Projektet er støttet af TrygFonden og Norda-fonden.

Katrine Sidenius Duus har udarbejdet kantinerapporten og er nu ved at analysere effekten af indsatsen. Projektleder på en go' Bgym' er Rikke Fredenslund Krølner, seniorforsker og centerleder for Center for Interventionsforskning.

Kantinerapporten kan downloades [her](#).

Mere bevægelse i frikvarteret

I sin seneste minirapport giver Center for Interventionsforskning gode råd til, hvordan skoler kan få eleverne til at bevæge sig mere i frikvarteret.

Skoler og andre, der arbejder med børn og unge i skoleregi, kan i en minirapport få inspiration til, hvordan skoleelever kan blive mere fysisk aktive i frikvarteret. Dét er der nemlig brug for. Undersøgelser viser, at størstedelen af danske børn og unge ikke er tilstrækkeligt fysisk aktive i hverdagen med risiko for både deres helbred og trivsel, men også deres læring. Det er Center for Interventionsforskning, der står bag minirapporten. Den kommer med en række anbefalinger samt fem gode råd til, hvordan skoleelever kan bevæge sig mere i frikvarteret. Frikvarteret er nemlig, ifølge rapporten, en oplagt mulighed for elever til at bevæge sig og kan udgøre et væsentligt bidrag til elevernes daglige fysiske aktivitet. Studier viser, at hvis frikvarteret udnyttes optimalt, kan det bidrage med op til 40 procent for drenge og 31 procent for piger af den anbefalede tid for daglig fysisk aktivitet.

I Danmark anbefales det, at børn og unge skal være moderat fy-



Foto: Leif Tuxen

sisk aktive 60 minutter om dagen. Minirapporten bygger på positive erfaringer fra to forskningsprojekter *Space – rum til fysisk aktivitet* og *Drøn på Skolegården*. Målet med de to projekter har været at fremme fysisk aktivitet blandt elever på mellemtrinnet og i udskoling.

Forskning til praksis

Det er sjette gang, at Center for Interventionsforskning udgiver en minirapport som del af serien *Forskning til Praksis*. Målet med serien er at tage grundtankerne fra centrets evidensbaserede sundhedsinterventioner og præsentere dem på lettilgængelig vis for en bred målgruppe.

Forskningsprojekterne *Space – rum til fysisk aktivitet* og *Drøn på Skolegården* er finansieret af

TrygFonden, Kræftens Bekæmpelse og Realdania, Lokale og Anlægsfonden samt deltagende kommuner og skoler.

De fem gode råd til det aktive frikvarter er:

- Tag udgangspunkt i eleverne, når frikvartersaktiviteterne planlægges.
- Skab rum og plads til forskellige aktiviteter.
- Igangsæt aktiviteter.
- Lav regler for det aktive frikvarter.
- De fysiske rammer gør det ikke alene.

Minirapporten kan downloades på www.sdu.dk/sif/rapporter.

Af journalist Birgitte Hornhaver

Direktør: Morten Grønbæk, mg@si-folkesundhed.dk
Centerleder: Rikke Fredenslund Krølner, rkr@si-folkesundhed.dk
Redaktør: Birgitte Hornhaver, biho@si-folkesundhed.dk

SDU 
STATENS INSTITUT FOR
FOLKESUNDHED

Centret er støttet af: TrygFonden, Kræftens Bekæmpelse og Nordea-fonden

Læs mere på vores hjemmeside: www.sdu.dk/sif/forskning/interventioner
Center for Interventionsforskning, Statens Institut for Folkesundhed, SDU, Studiestræde 6, 1455 København K