



# 1ST NYHEDSBREV

SPAHC FØRSTE TVÆRNATIONALIONALE MØDE

Ceuti på 24. -25. oktober 2016

*Spanien*

Denne publikation er udarbejdet i projektet "SPAHC" inden for rammerne af det europæiske program "Erasmus+ KA2 strategiske partnerskaber for voksenuddannelse". Dette projekt er finansieret med støtte fra Europa Kommissionen. Denne publikation repræsenterer alene forfatterens synspunkter, og Kommissionen kan ikke holdes ansvarlig for enhver brug, der kan gøres af oplysningerne heri.

Projekt kode: 2016-1-ES01-KA204-025099

## 1ST NYHEDSBREV

**I dag står vores samfund over for forskellige udfordringer: forældres mangel på forældre- og sociale færdigheder, manglende brug af digitale medier på en effektiv og sikker måde, stillesiddende liv, forældre bruger ikke nok tid sammen med deres børn. Undervisere mangler værktøjer og metoder til at nå forældrene og tilskynde dem til at udføre en sundere livsstil.**

### **SPAHC**

(Stærkere forældre - sundere Fællesskaber) er et projekt på 2 år, der tager sigte på at udvikle innovative ikt-redskaber og metoder til professionel (pædagoger, lærer etc) til at nå forældrene, give dem forældrekompetencer, gøre dem bevidste om vigtigheden af at gennemføre en sundere livsstil og tilbyde forældre aktiviteter og værktøjer til at nå disse mål.

Medfinansieres af Erasmus + programmet (strategiske partnerskaber for voksenuddannelse - Samarbejdet for Innovation og udveksling af god praksis). Partnerne i dette projekt, der kommer fra 7 forskellige lande, vil uddanne voksne i forhold til sunde forebyggende foranstaltninger.

**MÅL:** Den første målgruppe er voksenundervisere, som partnerskabet vil tilbyde intellektuelle værktøjer udviklet gennem projektet. Andre modtagere er familier, især med børn fra 0 til 18 år med et ønske om sundere livsstil sammen.

**RESULTATER:** Projektet vil udvikle to intellektuelle produkter: 1. Et on-line spil vedr sunde spørgsmål, som voksne og børn kan spille sammen. 2. En app, der vil vise sunde aktiviteter, der finder sted i partnernes kommune og omkringliggende områder, og som vil tjene til bevidstgørelse blandt

forældrene.

En bruger-IKT Guide for Voksen-undervisere med anbefalinger til at bruge og administrere it-værktøjer på den mest effektive måde med udgangspunkt i de erfaringer, der udvikles gennem projektet.

### **Forventede resultater:**

Stærke værktøjer til undervisere, der adresserer forældre og familier på sunde spørgsmål.

En stor indvirkning på borgere i forhold til at hjælpe dem til at følge en sundere livsstil.

### **Vigtige aspekter:**

PProgram: Erasmus + KA2 Voksenuddannelse

Startdato: 01/09/2016

Slutdato: 31/08/2018

Budget: 182.070,00 €

### **Partnere:**

- Ceuti Kommune (Spanien),
- Viborg Kommune (Danmark),
- A.L.I.A.T. (Rumænien),
- Gmina Miejska Ilawa (Polen),
- Iskenderum Ungdoms- og Uddannelsesorganisation (Tyrkiet),
- Euro-Net (Italien),
- Folkesundhedsinstituttet i Varazdin (Kroatien).



## SPAHCO FØRSTE TVÆRNATIONALE MØDE

### SPAHCO kick-off mødet fandt sted i Ceuti på 24-25 oktober 2016.

Dette møde var en mulighed for partnerne for at møde hinanden og præsentere deres organisationer og erfaring med projektet.

Viborg Kommune, der har været den ledende partner i et tidligere EU-projekt "Power to resist", som ALIAT og Ceuti også deltog, forklarede de vigtigste resultater fra dette projekt til resten af partnere, så alle kunne lære heraf og udnytte disse erfaringer.

Power to Resist var et Grundtvig-projekt med fokus på at ændre alkohol kulturer i europæiske familier. Hovedformålet var at hjælpe samfundet, uformelle og ikke-formelle uddannelsesorganisationer / foreninger til få bedre viden og værktøjer til, hvordan man ændrer voksne, forældre og familiers holdning til alkohol.

Workshoppen var en mulighed for at lære af andre partners bedste praksis. (Nogle eksempler):

- Sektorudvalg for Gennemførelsen af den nationale strategi til fremme af sundhed i Ceuti (Spanien)
- "Kom unge, lad os dyrke Spor" i Iskenderun (Tyrkiet)
- "Unge Frivillig-arbejde" og "Unge ledere" i Ilawa (Polen)
- e-games udviklet af Euro-net (Italien)
- Skadesreduktionsaktiviteter & sociale økonomiske virksomheder i Bukarest (Rumænien)
- "Lille og Sund" i Varazdin County (Kroatien)
- SSP: Tidlig forebyggelse og arbejde i forhold til digital kultur i Viborg (Danmark)

Projektlederen gennemgik den metode, der vil blive fulgt under hele projektet og gav nogle retningslinjer for aktiviteterens berettigelse og UE synlighed.

Partnere fastsatte de næste skridt i projekt, og blev enige om en dato for de to følgende tværnationale møder.



**POWER TO  
RESIST**

## STÆRKE FORÆLDRE & SUNDE FÆLLESSKABER

**Under det første projektmøde arbejdede deltagerne i grupper for at udveksle synspunkter og drage konklusioner i forhold til en fælles forståelse af, hvad der betragtes som "Stærke forældre" og "Sunde Fællesskaber".**

### Stærkere Forældre:

- Slår aldrig nogensinde deres børn. Alle deltagende lande har en lov mod at slå børn.
- Lader være at give priser for god opførsel eller gode resultater.
- Er generøs med en-til-en samtaler med deres børn. De er stærke lyttere.
- Lader aldrig deres børn føle skam for at opnå en anden adfærd.
- Lader være med at kysse deres børn foran andre.
- Er ikke arbejdsnarkomaner. De tilbringer tid sammen med deres børn.
- Anerkender indsatsen - og ikke resultatet.
- Bliver venner igen efter et skænderi og viser deres børn, hvordan man kommer derhen
- Bruger ikke for meget tid foran skærmen
- Er opmærksomme på at spejling fundet sted. Monkey see – Monkey do.
- Har lært af fortiden - men lever i nuet!
- Uddanner og motiverer deres børn
- Er bløde forældre
- Forbereder børn til livet
- Accepterer at forældre kan være forskellige
- Er glade forældre
- Undgår følelsesmæssig afpresning ("Hvordan kan du være sådan? - Efter alt hvad jeg har gjort for dig!")
- Er involveret med andre forældre
- Er interesseret i andre børns liv. Ikke kun deres egne.
- Er fleksible forældre
- Er konsekvente og velafbalancerede
- Viser børnene, hvordan man rækker ud efter

### hjælp

- Giver børnene viden til at forstå andre mennesker
- Giver tid - en gave til dem og os
- Prædiker ikke, men taler respektfuldt
- Lader børn føle sig trygge
- Lader være med at gøre fysisk og mentalt vold
- Viser deres børn at kærlighed er at have tid til andre mennesker
- Opstiller god familieregler
- Laver lektier sammen med børnene og er opmærksomme skoledagen
- Lytter til musik sammen med børnene
- Viser egne følelser - og gøre det sikkert at gøre det
- Siger nej, men forklarer hvorfor bagefter
- Ved hvor de kan søge viden
- Ved hvor man skal kigge efter sunde samfund
- Forstår deres børn og får dem til at føle sig forstået
- Respekter børns følelser og motiverer dem til at tale mere om dem
- Giver børn redskaber til sund opførsel.



### Sunde samfund:

- Er godt forbundne
- Har en stærk identitet
- Er aktive og kreative
- Arbejder for sundhed
- Får børn til at føle de hører til
- Organiserer "Venlighedsdag" hver måned
- Organiserer blomster til alle mødre på "Mors dag"



- Organiserer "Børn løber for andre børn"
- Organiserer fællesspisninger mellem forældre på skolerne
- Organiserer "Mødre-grupper", hvor mødre på barselsorlov snak og aktieemissioner
- Organiserer "Scientific Picnic" (high-skoler-studerende til elever i grundskolen)
- Er skoler, hvor børn ikke har lov til at medbringe egne IT-enheder
- Er en platform til at udvikle klassefællesskabet
- Er en platform af åbenhed ift forskellige spørgsmål.
- Har god kommunikation mellem medlemmerne
- Interagerer
- Lav følelse af ejendele - både børn og alle voksne
- Har visioner
- Udgør positivt kropssprog

- Præsenterer en positiv tankegang
- Lad være bære en maske
- Vov at fortælle sandheden
- Lad være dommer og joke
- Du må ikke rulle dine øjne
- Gør fritidsaktiviteter
- Lav lokale netværk
- Sørg for, at børn er lykkeligst, når de er sammen med deres venner og deres forældre



## PRÆSENTATION AF PARTNERE

### **CeutiKommune Spanien**

#### **Projektleder**

Ceuti beliggende i Murcia (sydøstlige del af Spanien), har en befolkning på 11.400 indbyggere, men er meget godt forbundet til store byområder. Ceuti er underskriver af Spaniens Sunheds- og forebyggelsesstrategi under det spanske NHS. Dets vigtigste mål er at hæve en sund forventet levealder. Det vil bringe den bedste praksis fra hele Spanien ind i projektet.  
[www.ceuti.es](http://www.ceuti.es)

### **Viborg Kommune (Danmark)**

Viborg er den 9. største kommune i landet. SSP (samarbejde mellem sociale myndigheder, skoler og politi) repræsenterer en bedste praksis. SSP baserer sit arbejde på tidlig forebyggelse og vil føre an på emnet "digital kultur" og ansvarlig anvendelse af ny teknologi.  
[www.viborg.dk](http://www.viborg.dk)

### **Euro-net (Italy)**

Placeret i regionen Basilicata, er Euro-net en non-profit organisation, repræsentant for en lang række europæiske netværk, med stod erfaring i udvikling af e-spil og tegnefilm, og en stor baggrund for deltagelse i EU-projekter. De vil være ansvarlig for at udvikle app og online-spil.  
[www.euro-network.eu](http://www.euro-network.eu)  
[www.synergy-net.info](http://www.synergy-net.info)

### **ALIAT (Rumænien)**

"Alliance for bekæmpelse af alkoholisme og stofmisbrug" er en NGO, som har leveret ydelser til mere end 17.300 stofmisbrugere, 1.400 alkoholmisbrugere og trænet mere end 1.200 professionelle i tidlig opsporing og korte interventioner i alkoholrelaterede lidelser. De vil føre an på emnet "Sociale færdigheder".  
[www.aliat-ong.ro](http://www.aliat-ong.ro)

### **Ilawa kommune (Polen)**

Det Psyko-pædagogiske Forebyggende Center for Afhængighed og Familiehjælp i Ilawa Kommune deltager i SPAHCO, og bibringer en bred vifte af bedste praksis på ungdomsområdet og familier. De vil udvikle vejledningen for voksne pædagoger  
[www.osrodek.ilawa.pl](http://www.osrodek.ilawa.pl)

### **ISKED (Tyrkiet)**

ISKENDERUN Ungdoms- og Uddannelsesorganisation uddanner bl.a. folk i risiko for social udstødelse i mange forskellige henseender. De vil i partnerskabet føre an i arbejdet med social integration.  
[www.iskenderun.org.tr](http://www.iskenderun.org.tr)

### **Folkesundhedsinstituttet i Varazdinska Amt(Kroatien)**

Er ansvarlig for sundhedsfremme, forbedring af trivsel og sygdomsforebyggelse for omkring 200.000 borgere i Varazdin Amt. De bibringer interessante initiativer såsom "Lille & sund" og "Vandring til Sundhed", vil føre an på emnet "Sunde Fællesskaber".  
[www.zzjzzv.hr](http://www.zzjzzv.hr)

#### *Mere information om projektet:*

- <https://www.facebook.com/StrongerParents/>  
- [www.spahco.eu](http://www.spahco.eu)



Denne publikation er udarbejdet i projektet "SPAHC" inden for rammerne af det europæiske program "Erasmus+ KA2 strategiske partnerskaber for voksenuddannelse". Dette projekt er finansieret med støtte fra Europa Kommissionen. Denne publikation repræsenterer alene forfatterens synspunkter, og Kommissionen kan ikke holdes ansvarlig for enhver brug, der kan gøres af oplysningerne heri.  
Projekt kode: 2016-1-ES01-KA204-025099