

**KORT OMTALE AV PROSJEKT SOM HAR FÅTT TILDELTE KVALITETSUTVIKLINGSMIDLAR i 2011.**

Skjemaet skal brukast som informasjon til nettstaden om kvalitetssettinga i Helse Vest

**Prosjektnamn**

Utvikling av sjølvhjelpsgrupper i etterkant av "Bra mat for betre helse"

**Prosjekteigar** (Helseforetak/avdeling/eining som er ansvarleg for prosjektet)

Jæren DPS v/Lærings- og meistringssenteret.

**Prosjektleder** (kontaktperson)

Wendy Pollack, erfaringskonsulent ved LMS

**Bakgrunn for prosjektet/hovudpunkt.**

Kvifor blei prosjektet starta?

Jæren DPS v/LMS har i lengre tid arbeidd med prosjektidear for å auka kompetansen og erfaringane relatert til sjølvhjelp. Likeeins har Jæren DPS arbeidd med idear og tiltak for å gjera tilboda våre tilgjengelege for personar med minoritetsetnisk bakgrunn.

"Bra mat for betre helse" er eit av dei mest tilgjengelege kursa for minoritetsetniske kvinner. Tilbod med fokus på mat og matlaging har låg terskel. Kontakt med kvinnene gjer vegen kortare for å komma i kontakt med menn frå dei minoritetsetniske miljøa.

**Mål for prosjektet**

Kva for forbetring håper de at prosjektet skal føre til?

Å gje personar som treng endringar i kosthaldet reiskap til bruk i kvardagen gjennom auka kunnskap og sjølvhjelp.

Målgruppe:

Personar med psykiske lidningar og/eller rusproblem

**Metodisk tilnærming / evaluering av effekt**

Kva skal gjerast og korleis skal effekten av tiltaket målast ?

1. Rekruttera deltakarar til "Bra mat for betre helse" kurs. Særskilt fokus på kvinner med minoritetsetnisk bakgrunn. Motivera og rekruttera til sjølvhjelpsgruppe.
2. Kartlegging og studier av ulike modellar innan sjølvhjelp.
3. Prøva ut valt(e) modell(ar) innan sjølvhjelp.
4. Evaluera modellen for sjølvhjelpsgruppe
5. Dokumentasjon gjennom heile prosessen

**Planlagt bruk av resultat i eiga eining** (implementering i drift m. v.)

Blir dette tiltaket positivt, vil ein føra dette vidare med nye kurs og grupper.

**Overføringsverdi / overføring av kunnskap til andre einingar i regionen**

Fagtidsskrift, vitenskapleg artikkel, presentasjon på fagdagar, konferansar osv

Dokumentasjonen av prosjektet vil vera ope og tilgjengeleg på våre heimesider. Prosjekterfaringane vil delast med andre interesserte, internt og eksternt

**Oppstarttidspunkt** (planlagt)

August 2011

**Sluttidspunkt** (planlagt)

Etter 1 år