

## Rutin för dig som rekryterar till Bara Dansa

### Bara Dansa i Örebro kommun

Efter det positiva resultatet från forskningsstudien <sup>(1 2 3)</sup> har Örebro kommun beslutat att fortsatt erbjuda dansinterventionen efter forskningsperiodens slut. Det är en riktad intervention där målgruppen är tjejer, från årskurs 8 och upp till år 3 på gymnasiet med lättare psykisk ohälsa, t.ex. stressrelaterad problematik, magont, huvudvärk och nedstämdhet.

### Syfte

Rutinen är framtagen i syfte att stödja tjejer inför start av Bara Dansa samt vidmakthållande under terminen. Rutinen är framtagen för målgruppen sjuksköterskor och kuratorer inom skolans elevhälsa men kan också användas av andra berörda professioner.

### Rekryteringsprocess på skolorna via skolkurator skolsköterska

- Elevhälsoteamen lyfter frågan och påminner inför nästkommande termins dansgrupp
- Rekrytering påbörjas maj/augusti samt november
- Under augusti och december/januari påbörjas anmälningar för deltagare
- Information om start av termin finns på <http://www.orebro.se/baradansa>
- Skolkurator och skolsköterska tar kontakt med vårdnadshavare för information och samtycke
- Anmälan sker till samordnare, se nedan. Ange flickans initialer och telefonnummer och rekryterarens kontaktuppgifter
- Skolkurator och skolsköterska ansvarar för att informera elev om terminstart och bekräftar medverkan
- Skolkurator och skolsköterska bevakar aktivt och lyfter Bara Dansa inför och under varje termin till kollegor
- Samarbete och bevakning sker i samråd med varandra kontinuerligt

### Första och andra dansveckan

- Representant från skolan följer eller möter upp flickorna till terminens första två danstillfällen
- Viktigt med dialog mellan rekryterarna och dansinstruktör om flickorna kommit eller ej de två första veckorna

### Fortsättningsvis under terminerna

- Skolkurator och skolsköterska lyfter Bara Dansa vid varje nätverksträff, elevhälsoteam och övriga kollegor. Bara Dansa ska finnas med på resp. dagordning
- Närvarorapportering från dansinstruktör/samordnare till skolkurator och skolsköterska sker kontinuerligt
- Viktigt med samordning/dialog om deltagarna för att tidigt kunna uppmärksamma, eventuellt intensifiera motivationsarbetet och hitta lösningar på orsaker till att deltagaren inte kan/vill delta
- Arbetsgrupp med representanter från elevhälsan ses två ggr per termin för avstämning och utveckling av Bara Dansa.

### Terminsavslut

- Flickorna besvarar en enkät anonymt om interventionen vid terminsavslut. Svaren från utvärderingen diskuteras i arbetsgruppen. Resultat från utvärdering och hela dansinterventionen analyseras av arbetsgruppen inför kommande termins dansintervention.

Har du frågor om Bara Dansa och din roll som rekryterare är du välkommen att höra av dig till Marie Cesares Olsson [marie-cesares.olsson@regionorebrolan.se](mailto:marie-cesares.olsson@regionorebrolan.se) 019-602 6322

---

<sup>1</sup> Duberg A, Möller M, Taube J: Dans kan ge unga skydd mot psykisk ohälsa. Läkartidningen. 2013;110:CDTT

<sup>2</sup> Philipsson A, Duberg A, Möller M, Hagberg L: Cost-utility analysis of a dance intervention for adolescent girls with internalizing problems. Cost Eff Resour Alloc 2013 Feb 20;11(1):4

<sup>3</sup> Duberg A, Hagberg L, Sunvisson H, Möller M: Influencing Self-rated Health Among Adolescent Girls With Dance Intervention. JAMA Pediatrics 2013, 167(1):27–31.