



Statusrapport 2016

Center for Sundhedsfremme

Varde
Kommune



Oversigt over Center for Sundhedsfremmes opgaver

Direkte borger- og patientrelaterede aktiviteter

Individuel samtale

Undervisning

Træning

Aktiviteter ud af huset

Registrering og dokumentation



Samarbejde og sparring

Evaluering

Øvrige opgaver

Faglig undervisning

Konsulentfunktion

Udvikling

Formidling

Fundraising

Statusrapporten giver et overblik over borger- og patientrettede aktiviteter i Center for Sundhedsfremme i 2016.

I årets rapport præsenteres også tre cases for udvalgte områder, der har været et særligt fokus på i 2016.



Case: Arbejdsmarkedsrettet fysioterapi

- D. 1. jan. 2016 startede Jobcenteret og Center for Sundhedsfremme et nyt forløb op. Gennem arbejdsmarkedsrettet fysioterapi og vejledning om sundhed, livsstil og arbejdsmarkedet er der fokus på at øge borgerens ressourcer og muligheder for at genindtræde på arbejdsmarkedet.
- I 2016 har i alt 183 borgere afsluttet et forløb.
- Der er gode erfaringer fra samarbejdet, gode effekter af forløbet og god borgertilfredshed. Se fx artiklen i Ugeavisen, hvor Thomas Hyldgaard, der bor i Årre, bl.a. fortæller:
- *"Kombinationen af at have en kontaktperson som Malene, der har stået for træning, samtaler og stresscoaching, har hjulpet mig så meget, at jeg nu, for første gang i to år, føler mig klar til at vende tilbage på arbejdsmarkedet i en deltidspaktik".*

ugeavisen.dk

SØG



Menu ▾

Du er her: [Forside](#) - [Varde](#) - Thomas fra Årre er aktiv sygemeldt



Thomas Hyldgaard Dam har fuld tillid til sin mentor fysioterapeut Malene Andersen. Thomas har atter genfundet sin indre styrke og er nu på vej tilbage til arbejdsmarkedet, som han forlod med depression og stress.

af Malene Wonsbek
For Ugeavisen.dk

© 2016 gødt om

Thomas fra Årre er aktiv sygemeldt

DEL   Af Malene Wonsbek mwo@ugeavisen.dk 17. januar 2017 kl. 07:00

Med forløbet "aktiv sygemelding" er Thomas Hyldgaard Dam ved at være rustet til at genoptage arbejdslivet efter en længere sygdomsperiode.

<http://ugeavisen.dk/artikel/270631:Varde--Thomas-fra-AArre-er-aktiv-sygemeldt>

Case: Demens

I 2016 har demenskonsulenterne haft

- I alt 1531 kontakter med henholdsvis borgere, pårørende og personale (se tabel 1).
- Kontakt vedrørende 120 nye borgere, som har demens. Aldersfordelingen på disse borgere fremgår i tabel 2.

Tabel 1

	Telefonsamtale			Hjemmebesøg		
	Borger	Pårørende	Personale	Borger	Pårørende	Personale
I alt	60	631	366	348	77	49
I alt	1057			474		

Tabel 2

	Kvinder			Mænd		
Alder	50 – 65	66 – 75	Over 76	50 – 65	66 – 75	Over 76
I alt	5	9	55	4	13	34

Kompas-klubben

I efteråret 2016 startede et nyt tilbud op til yngre borgere med demens, som er tidligt i deres forløb. I Kompas-klubben arbejdes med fysiske, sociale og lærende aktiviteter. Aktiviteterne kan fx være hård fysisk træning, kognitiv træning gennem spil, havearbejde, lettere husholdning og historiefortælling.



Case: Mental sundhed unge

- Andet års elever på Varde Handelsskole og Varde Gymnasium har som noget nyt fået et oplæg omkring mental sundhed. Andet års eleverne er udvalgt, da de oplever det største faglige pres.
- Formålet med oplægget er, at de unge får mulighed for at tilegne sig viden om, hvordan de kan arbejde med deres egen mentale sundhed. Hvad der er vigtigt for dem i deres hverdag, samt hvilke metoder de kan anvende, hvis de føler sig udfordrede.
- I tabellen nedenfor ses elevernes vurdering af emnets relevans og på efterfølgende slide ses de unges tilbagemeldinger til oplægget.

Tabel 3: Er temaet "Mental Sundhed" relevant for klassen?

	Varde Handelsskole	Varde Gymnasium	I alt
Ja, det tror jeg	85 elever	168 elever	253 (89,7 %)
Nej, det tror jeg ikke	17 elever	12 elever	29 (10,3 %)

De unges tilbagemeldinger til oplæg om mental sundhed

"Fået
redskaber til
at håndtere
stress"

"Bedre
håndtering af
hverdagens
bump"

"Tænke mere
på, hvad der
gør mig glad i
hverdagen"

"Man er ikke
den eneste
med de
tanker"

"Mere tilstede
i nuet"

"Det er normalt at
være trist i en
periode, men man
kommer ovenpå
igen"

Individuelle samtaler

- Individuelle samtaler afholdes enten som en enkeltstående samtale, som en del af et individuelt forløb med flere samtaler eller kombineres med et holdforløb.
- I alt har der været afholdt 5068 individuelle samtaler i 2016 (tabel 5 - 7). Det svarer til, at der i gennemsnit afholdes ca. 112 individuelle samtaler hver uge ved Center for Sundhedsfremme (7 ferieuger er ikke medregnet).



Individuelle samtaler i tal

Tabel 4: Unge

Tilbud	Målgruppe	Antal individuelle samtaler
Trivsels- og sundhedssamtaler	Elever på Produktionsskolen Varde.	172
	Studerende ved Varde Handelsskole og Varde Gymnasium og HF.	304
Øvrige samtaler	Borgere, som har et overforbrug af alkohol eller anvender rusmidler.	136

Tabel 5: Voksne og ældre

Tilbud	Målgruppe	Antal individuelle samtaler
Livsstilssamtaler	Borgere med manglende overskud og handlekompetencer, der medfører sundhedsmæssige konsekvenser.*	1711
Demens	Borgere med demens og pårørende.	1531
Forebyggende hjemmebesøg	Forebyggende hjemmebesøg i eget hjem til borgere, der er fyldt 75 år og +80 årige.	958**
	Forebyggende hjemmebesøg eller telefon-samtale til særlige risikogrupper fra 65 år.	180**

* Livsstilssamtaler dækker over samtaler med børn, familier, voksne og ældre.

** Derudover har forebyggelseskonsulenterne rettet henvendelse til yderligere 1194 borgere med tilbud om hjemmebesøg.

Tabel 6: Pilotprojekt TOF

Tilbud	Målgruppe	Antal individuelle samtaler
Tidlig opsporing og forebyggelse (TOF)	Borgere i alderen 30 – 59 år, som er i risiko for at udvikle en livsstilssygdom.	61 telefonsamtaler (stratificering). 15 sundhedssamtaler.

Forløb

- Et forløb i Center for Sundhedsfremme består enten af undervisning, træning eller en kombination af undervisning og træning. Dette suppleres i nogle forløb med individuelle samtaler.
- På forløbene er der enten en start- og slutdato eller løbende optag, hvor forløbet slutter efter en given periode.
- I alt har 339 borgere deltaget på et forløb i 2016. Der har været 3334 kontakter med borgerne. Kontakter dækker over, hvor mange der har modtaget undervisning og/eller træning på de enkelte forløb igennem 2016. Se antal borgere og kontakter i tabel 7 og 8.



Tabel 7: Antal borgere og kontakter på forløb

Hold	Målgruppe	Antal borgere og kontakter*
Patientuddannelse til kronikere (Vejen Videre)	Borgere med KOL, type 2-diabetes og/eller hjertesygdom.	33 borgere. 586 kontakter.
At leve med senhjerneskeade (patientuddannelse)	Nyligt senhjerneskeadede 18 – 65 årige borgere i Varde Kommune med en senhjerneskeade i kategorien "let".	13 borgere. 59 kontakter.
Lær at tackle kroniske smerter (patientuddannelse)	Borgere der har haft kroniske smerter i mere end 3-6 måneder, og hvor intensiteten af smerterne er betydeligt forstyrrende for hverdagen.	24 borgere. 94 kontakter.
Lær at tackle angst og depression (patientuddannelse)	Borgere over 18 år, der oplever symptomer på eller har en diagnose med angst og/eller depression.	24 borgere. 129 kontakter.
Hold til overvægtige SSH'er og SSA'er (Varig Sundhed)	Social- og sundhedsassistenter, der ønsker en livsstilsændring samt væggtab.	8 borgere. 53 kontakter.
Rygestop	Borgere som er motiveret for et rygestop.	25 borgere. 89 kontakter.
Mestringstilbud til sygedagpenge-modtagere (Balance i hverdagen)	Sygedagpengemodtagere.	32 borgere. 306 kontakter.

* Kontakter dækker over, hvor mange der har modtaget undervisning og/eller træning på de enkelte forløb igennem 2016.

Tabel 8: Antal borgere og kontakter på forløb

Forløb	Målgruppe	Antal borgere og kontakter*
Hjerterehabilitering fase 2b og 3	Borgere med - blodprop i hjertet - iskæmisk hjertesygdom - Hjertesvigt	Fase 2b: 26 borgere. Fase 3: 32 borgere. 341 kontakter.
Kræftrehabilitering - træning	Borgere der har eller har været ramt af kræft.	35 borgere. 602 kontakter.
Kræftrehabilitering - undervisning	Borgere der har eller har været ramt af kræft. Pårørende.	57 kontakter.
Cafe til børn og unge, der er overvægtige (Café Rend og hop)	Børn, der har udfordringer med overvægt fra primært 4. – 7. klasse.	47 borgere. 499 kontakter.
Forløb til børn og unge, der er svært overvægtige (Trin for Trin)	Børn, der er svært overvægtige i aldersgrupperne 3 – 9 år, 10 – 15 år og 16 – 18 år.	
Træning til borgere med demens (Bevæg og bevar dig glad)	Borgere med mild grad af demens samt deres pårørende.	16 borgere. 16 pårørende. 335 kontakter.
Træning psykisk sårbare (SOS-holdet)	Borgere med en sindslidelse mellem 18 og 60 år, der grundet sindslidelsen har behov for særlig træning.	8 borgere. 184 kontakter.

* Kontakter dækker over, hvor mange der har modtaget undervisning og/eller træning på de enkelte forløb igennem 2016.

Webinar og e-læring

Borgere

I 2016 har Center for Sundhedsfremme afholdt 15 webinarer til borgere.

Webinarer har været anvendt til undervisning af borgere indenfor følgende områder:

- Digitalt rygestop
- Digital patientuddannelse type 2-diabetes (kost, fysisk aktivitet og trivsel)
- Mod på livet – trods livsændring (om at miste og komme godt videre)
- Godnat og sov godt (søvnforedrag til ældre)

Derudover er der blevet lavet 2 nye e-læringsmoduler til borgere med KOL og e-læring til borgere med type 2-diabetes. Pårørende kan også anvende e-læringen.

Personale

Udover webinarer til borgerne har centeret også anvendt webinarer til:

- Undervisning og vejledning af personale i brug af webinar
- Information om stilling og besvarelse af spørgsmål forud for ansøgningsfrist til stillingsopslag
- Interne personalemøder
- Møder med eksterne samarbejdspartner

SMS

Center for Sundhedsfremme benytter forskellige platforme for at nå kommunens borgere, bl.a. SMS-kommunikation.

Der anvendes særligt SMS-beskeder, når unge og centrets medarbejdere er i dialog.

SMS-kommunikation anvendes i følgende tilbud:

Indsats	Antal SMS'er
Trivsels- og sundhedssamtaler på Campus og Produktionsskolen	2750 sms'er er afsendt fra CFS.
Forløb til børn og unge, der er overvægtige	1660 sms'er er afsendt fra CFS til børn og forældre.
Livsstilssamtaler (vejledning vedr. kost, motion, mental sundhed og rusmidler)	Antallet kendes ikke.

Borger- og patientrettede aktiviteter ud af huset

Borger- og patientrettede aktiviteter ud af huset	Antal
Aktiviteter i alt	227
Deltagere i alt	5301

Eksempler på aktiviteter i 2016 er:

- Besøg på folkeskoler, Produktionsskolen Varde, Varde Gymnasium og Varde Handelsskole i forhold til forskellige emner som kost, mental sundhed, alkohol, rusmidler, rygestop, mobning.
- Varmtvandstræning og motionshold til borgere tilknyttet Jobcenteret.
- Demens pårørende grupper.
- Temaarrangementer for ældre fx "Mod på livet trods livsændring" og "Godnat og sov godt".
- Event ved Nysø kun for mænd i forbindelse med Men's Health Week.
- Risikotest og blodsuktermålinger til Verdens Diabetesdag.
- Fars køkkenskole, madlavning for fædre og børn.