



Statusrapport 2017

Center for Sundhedsfremme

Varde
Kommune



Oversigt over Center for Sundhedsfremmes opgaver

Direkte borger- og patientrelaterede aktiviteter

Samtaler

Patientuddannelse og
undervisning

Træning

Øvrige aktiviteter

Registrering og dokumentation

Opgaver
Center for
Sundhedsfremme

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 2017.

I årets rapport præsenteres også tre cases for udvalgte områder, der har været et særligt fokus på i 2017.

Vision

Center for Sundhedsfremme er et **tværfagligt sundhedscenter**, som **udvikler, iværksætter og understøtter sundhed** gennem **ligeværdigt samarbejde og fællesskaber**.

Tværfagligt sundhedscenter

- Vi er et center, som er opdateret på sundhedsområdet
- Vi arbejder sammen på tværs af vores fagligheder for at sikre kvalitet i eksisterende tilbud og for at udvikle nye
- Borgeren har mulighed for at møde relevante fagpersoner

Udvikler, iværksætter og understøtter

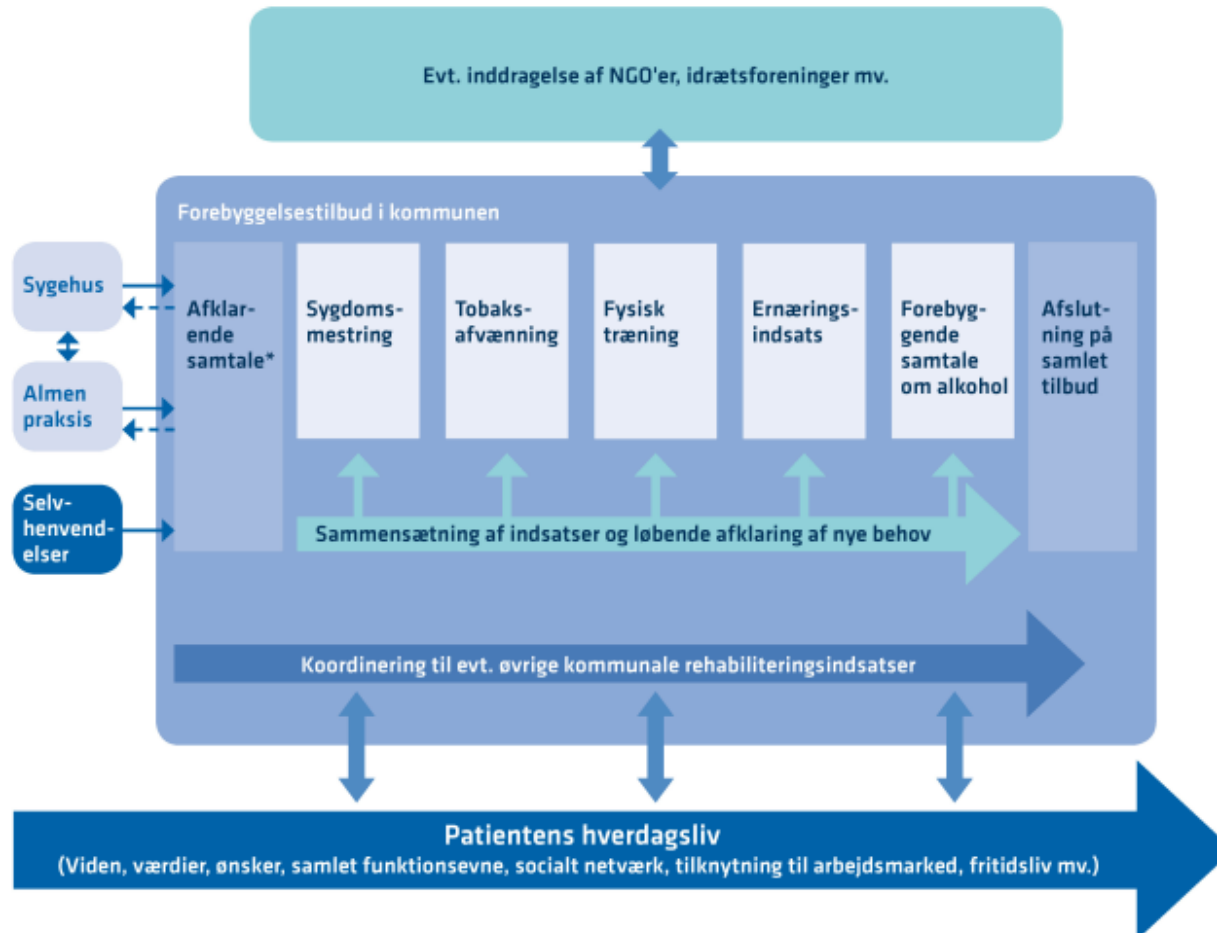
- Vi udvikler og iværksætter nye sundhedstiltag
- Vi understøtter initiativer og aktiviteter på sundhedsområdet

Dette sker i samarbejde med borgere, frivillige, foreninger, interne og eksterne samarbejdspartnere.

Ligeværdigt samarbejde og fællesskaber

- Vi har viden om sundhed - borgeren har viden om eget liv
- Sammen finder vi den bedst mulige vej
- Vi tror på vigtigheden i ligeværdigt samarbejde og fællesskaber

Kommunale differentierede indsatser



Case: Rygestop

Tobaksrygning er den enkeltfaktor, der har den største negative indflydelse på danskernes helbred. Derfor har Center for Sundhedsfremme fokus på rygestartforebyggelse blandt unge og rygestop for henholdsvis unge og voksne.

Der tilbydes differentierede indsatser for at matche borgernes behov. Indsatserne er individuelle og gruppe forløb, rygestop i naturen og digitalt rygestop.

De borgere, som følger rygestoprådgivning i Center for Sundhedsfremme og er økonomisk og/eller socialt udfordret, kan få tilskud til rygestopmedicin. Dette virker til at være en stor motivation for at vælge rygestop.

I 2017 deltog i alt 40 borgere i rygestopforløb. Allerede i 2018 har 37 borgere deltaget i rygestopforløb, hvilket tillægges muligheden for at få tilskud til rygestopmedicin.



The screenshot shows a news article on the website ugeavisen.dk. The article title is "Vera hjælper andre med at kvitte smøgerne". The author is Karina Øhlenschläger, and the date is 11. december 2017 kl. 12:11. The article content includes a photo of Vera Hansted standing next to a poster titled "Gratis rygestop". The poster features a stack of cigarettes and a lit cigarette. The text on the poster is partially visible, mentioning "Gratis rygestop" and "Vera Hansted er en af Varde Kommunes rygestopinstruktører, kurserne er gratis. Foto: Karina Øhlenschläger". The article text below the photo starts with "Center for Sundhedsfremme i Varde Kommune hjælper borgerne til at blive røgfri, og det er ganske gratis." There is also a "Mest læste" section with several article links.

<https://ugeavisen.dk/varde/Vera-hjaelper-andre-med-at-kvitte-smoegerne/artikel/338868>

Case: Patientuddannelser

I Center for Sundhedsfremme er der forskellige typer af patientuddannelser til borgere:

- Lær at tackle kroniske smerter
- Lær at tackle angst og depression til både unge og voksne
- Vejen Videre til borgere med KOL, hjertesygdom og type 2-diabetes
- At leve med en senhjerneskade

På Lær at tackle kurserne er underviserne frivillige med personlige erfaringer i forhold til kroniske smerter/angst/depression. På de øvrige patientuddannelser er det sundhedsprofessionelle, der underviser.

I 2017 har i alt 78 borgere deltaget på patientuddannelse.

Har følt mig meget tryk ved hele oplevelsen. Udviklet mig meget personligt, og i forhold til min sygdom.

Det har været super godt og jeg er glad for det

Et super godt kursus, har lært rigtig meget. Det var nogle fantastiske undervisere, som var meget åbne og motiverende.

Det kunne godt være 2 -3 uger længere, så man kan nå at få noget social kontakt sammen med de andre. Kurset har været meget koncentreret.

Case: Kræftområdet

Der opleves øget tilgang på kræftområdet, primært til træning.

Tilgangen skyldes selvhenvendelser på baggrund af opfordring fra behandlende afdeling på sygehus, Jobcentret eller via intern henvisning i Center for Sundhedsfremme.

Alle borgerne får en afklarende samtale ved start, hvor borgerens og evt. pårørendes behov drøftes.

Indsatser på kræftområdet er træning, bækkenbundstræning, naturkræfter (udenørs forløb), temaundervisning og individuelle samtaleforløb. Størstedelen af borgerne ønsker træning.

Pga. den øgede efterspørgsel på træning er der oprettet et ekstra hold.

Den enkelte borgers forløb afsluttes med en opfølgende samtale.



45 borgere har i 2017 været tilknyttet et kræftforløb.

Koordinator på kræftområdet ansat pr. 1. august 2017.



God gaming?

Gaming bør



Samtaler

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 4773 samtaler i 2017 (tabel 1 og 2). Det svarer til, at der i gennemsnit afholdes ca. 106 samtaler hver uge ved Center for Sundhedsfremme (7 ferieuger er ikke medregnet).



Samtaler

Tabel 1: Unge

Tilbud	Målgruppe	Antal samtaler	Bemærkninger
Trivsels- og sundhedssamtaler	Elever på Produktionsskolen Varde.	155	Evalueres i 2018.
	Studerende ved Varde Handelsskole og Varde Gymnasium og HF.	343	
Øvrige samtaler	Borgere, som har et overforbrug af alkohol eller anvender rusmidler.	135	Evalueres i 2018.

Tabel 2: Voksne og ældre

Tilbud	Målgruppe	Antal samtaler	Bemærkninger
Livsstilssamtaler	Borgere med manglende overskud og handlekompetencer, der medfører sundhedsmæssige konsekvenser.*	1755*	Evalueret via individuelle telefoninterviews.
Demens	Borgere med demens og pårørende.	1293**	Evalueret via projekter.
Forebyggende hjemmebesøg	Forebyggende hjemmebesøg i eget hjem til borgere, der er fyldt 75 år og +80 årige.	1092***	Evalueret via projekt.
Ernæringsindsats	Borgere tilknyttet sundheds- og ældreområdet, som vurderes at have et behov for en ernæringsindsats.	Ikke muligt at trække tal i systemet.	Evalueres i 2018.

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

** Tallet er ikke fyldestgørende pga. personaleskifte i 2017.

*** Derudover har forebyggelseskonsulenterne rettet henvendelse til yderligere 1174 borgere med tilbud om hjemmebesøg.

Forløb/hold

Et forløb/hold i Center for Sundhedsfremme består enten af undervisning, træning eller en kombination af undervisning og træning. Dette suppleres i nogle forløb/hold med samtaler.

På et hold er der en fælles start- og slutdato. På et forløb er der løbende optag, hvor forløbet slutter efter en given periode.

I alt har 643 borgere deltaget på et forløb/hold i 2017. Der har været i alt 7123 kontakter med borgerne. Kontakter dækker over, hvor mange der har modtaget undervisning og/eller træning på de enkelte forløb/hold igennem 2017. Se antal borgere og kontakter i tabel 3 - 5.



Tabel 3: Antal borgere og kontakter på hold

Hold	Målgruppe	Antal borgere, hold og kontakter*	Bemærkninger
Patientuddannelse til kronikere (Vejen Videre)	Borgere med KOL, type 2-diabetes og/eller hjertesygdom.	28 borgere (2 hold). 494 kontakter.	Evalueres i 2018.
At leve med senhjerneskade (patientuddannelse)	Nyligt senhjerneskadede 18 – 65 årige borgere i Varde Kommune med en senhjerneskade i kategorien "let".	6 borgere (1 hold). 23 kontakter.	Mundtlig evaluering.
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.	25 borgere (2 hold). 115 kontakter.	Evidensbaseret koncept udviklet på Stanford Universitet. Evalueres via spørgeskema.
Lær at tackle angst og depression (patientuddannelse)	Borgere over 18 år, der oplever symptomer på eller har en diagnose med angst og/eller depression.	19 borgere (2 hold). 109 kontakter.	Evidensbaseret koncept udviklet på Stanford Universitet. Evalueres via spørgeskema.
Mental sundhed kursus	Borgere med kroniske smerter, symptomer på stress og/eller angst. Borgere som allerede er tilknyttet et tilbud i CFS.	10 borgere (1 hold). 57 kontakter.	Evalueres via spørgeskema.
Rygestop	Borgere som er motiveret for et rygestop.	18 borgere (4 hold). 63 kontakter.	Evalueres via spørgeskema og individuelt telefoninterview 6 måneder efter endt forløb. Data indtastes i Rygestopdatabasen.

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

Tabel 4: Antal borgere og kontakter på forløb

Forløb	Målgruppe	Antal borgere og kontakter*	Bemærkninger
Arbejdsmarkedsrettet fysioterapi	Borgere, som er sygemeldt og tilknyttet Jobcenteret. Jobcenteret henviser til forløbet.	189 borgere. 2609 kontakter.	Evalueret via individuelle telefoninterviews. Forløbet er et samarbejde med jobcenteret.
Varmtvandstræning	Aktivitetsparate uddannelses- og kontanthjælpsmodtagere, borgere i ressourceforløb og jobafklaringsforløb.	12 borgere. 213 kontakter	Evalueres i foråret 2018. Forløbet er et samarbejde med jobcenteret.
Onsdagsmotion	Aktivitetsparate uddannelses- og kontanthjælpsmodtagere samt borgere i ressourceforløb.	21 borgere. 214 kontakter.	Evalueres i foråret 2018. Forløbet er et samarbejde med jobcenteret.
Træning psykisk sårbare (SOS-holdet)	Borgere med en sindslidelse mellem 18 og 60 år, der grundet sindslidelsen har behov for særlig træning.	4 borgere. 113 kontakter.	Evalueres i 2018.
Cafe til børn og unge, der er overvægtige (Café Rend og hop)	Børn, der har udfordringer med overvægt fra primært 4. – 7. klasse.	53 borgere. 498 kontakter.	Evalueres løbende.
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.		

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

Tabel 5: Antal borgere og kontakter på forløb

Forløb	Målgruppe	Antal borgere og kontakter*	Bemærkninger
Hjerterehabilitering fase 2b og 3	Borgere med - blodprop i hjertet - iskæmisk hjertesygdom - Hjertesvigt	Fase 2b: 36 borgere. Fase 3: 44 borgere. 585 kontakter.	Evalueres næste gang i forbindelse med at fase 2 flyttes fra sygehus til kommune.
Kræftrehabilitering - træning	Borgere der har eller har været ramt af kræft.	45 borgere. 666 kontakter.	Målinger ved start og slut samt spørgeskema. Startet ekstra træningsforløb for at imødekomme efterspørgsel.
Kræftrehabilitering - undervisning	Borgere der har eller har været ramt af kræft og pårørende.	91 kontakter.	Evalueres via spørgeskema.
Pårørendegrupper demens	Borgere, som er pårørende til en med demens.	26 borgere (4 grupper) 271 kontakter	Evalueret via spørgeskema. Pårørende på venteliste.
Kompas-klubben	Borgere med demens, som er tidligt i deres forløb.	16 borgere 1002 kontakter	Evalueret via interviews med borgere og pårørende.

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

Ny markedsføring

I 2017 er der kommet fokus på, hvordan Center for Sundhedsfremme kan markedsføre anderledes, både for at få opmærksomhed fra relevante borgere og sundhedsprofessionelle samt for at reducere udgifterne til markedsføring.

Det gør vi bl.a. gennem:

- Korte videoklip med borgere, som har deltaget på vores forløb. Klik på linket til højre for se eksempel fra forløbet Aktiv Sygemelding.
- Korte videoklip vedr. stillingsopslag, hvor der fortælles om centeret og den pågældende stilling.
- Deling af videoer og trykte artikler på hjemmeside og centerets Facebook side.



https://www.youtube.com/watch?v=vO2_HtzlePE

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 afsendt fra CFS
Trivsels- og sundhedssamtaler på Campus	2570 sms'er.
Rusmiddelsamtaler unge og voksne	2823 sms'er.
Forløb til børn og unge, der er overvægtige	681 sms'er til børn og forældre.
Livsstilssamtaler (vejledning vedr. kost, motion, mental sundhed og rusmidler)	Antallet kendes ikke.

Øvrige borger- og patientrettede aktiviteter

Center for Sundhedsfremme har mange borger- og patientrettede aktiviteter, som ikke fremgår under individuelle samtaler og forløb. Det kan være undervisning og events fx i forbindelse med kampagner.

Øvrige borger- og patientrettede aktiviteter	Antal
Aktiviteter i alt	83
Deltagere i alt	2191

Eksempler på øvrige aktiviteter i 2017:

- Undervisning på Produktionsskolen Varde, Varde Gymnasium og Varde Handelsskole i forhold til forskellige emner som kost, mental sundhed, seksuel sundhed, alkohol, rusmidler, rygestop.
- Kun med Kondom kampagne Varde Handelsskole og Varde Gymnasium.
- Lungefunktionsmålinger til national lungedag.
- Kost undervisning på Træning og Rehabilitering's KOL rehabilitering.
- Oplæg omkring kost til forældre med børn i børnehaver.
- Temaarrangementer for ældre "Mod på livet trods livsændring" og webinar "Godnat og sov godt".
- Webinarer digital patientuddannelse - fysisk aktivitet, mental sundhed og seksualitet.
- Kognitiv træning under samarbejdsprojekt "Hold Hjernen Frisk" med Biblioteket.