

Evaluering af Sundhedspuljen 2014

Social- og Sundhedsudvalgets sundhedspulje i 2014 var på i alt 479.430 kr. inklusiv overførte midler fra 2013.

Midlerne blev fordelt således:

1. Fit Family New Born	75.000 kr.
2. Vil du med på opdagelse	72.000 kr.
3. Ansøgningspulje	332.430 kr.

NOTAT

HVIDOVRE KOMMUNE

Børne- og Velfærdsforvaltningen
Sundheds- og Bestillerafdelingen

Fit Family New Born

Et tilbud for nybagte mødre, som før graviditeten var overvægtige

På baggrund af erfaringer med Fit Family i Hvidovre Kommune og Små Skridt for nyblevne mødre i Tårnby Kommune udviklede Sundhedscentret og Sundhedsplejen i fællesskab Fit Family New Born: Et skræddersyet tilbud til nybagte mødre med et BMI >30, som ønsker at ændre livsstil, og give deres barn og familie en sund start.

Formålet med Fit New Born var, at give mødrene redskaber, viden og støtte til at reducere deres overvægt samt hjælpe dem til små holdbare livsstilsændringer, så de og deres familier kunne få en sundere hverdag. Deltagerne skulle gøres bevidste om deres nuværende, uhensigtsmæssige handlemønstre og opnå handlekompetence til at skabe resultater for sig selv.

I 2014 blev der afholdt tre hold. Alle tilmeldte mødre fik ved forløbets start og afslutning tilbud om individuelle samtaler og satte personlige mål. Tre måneder efter forløbets afslutning, mødtes hvert hold til en opfølgning.

Gennem forløbet blev der arbejdet både individuelt og i gruppe, og temaer som bl.a. 'Sund og nem mad med en baby på armen', 'De 5 grundsmage', 'Tallerkenmodellen', 'Morgenmad og mellemmåltider' og 'Søde sager', var på programmet. Endvidere blev der arbejdet med BMI, daglige kostskemaer, skridttæller og forventninger. Ved hver mødegang blev der desuden lavet sund mad, for at give mødrene en fornemmelse af, hvor nemt det egentlig kan gøres, at lave sund mad i en familie med børn.

På Social- og Sundhedsudvalget møde den 1. december 2014 er det besluttet at udvide tilbuddet, således at flere kan få glæde af det.

Vil du med på opdagelse

Dagtilbud på éndagsture sammen med forældre og sundhedspleje

På baggrund af gode erfaringer med projektet "Vil du med på opdagelse?", som havde til formål at styrke netværket mellem forældrene indbyrdes samt forældre og personale, blev konceptet i 2014 videreudviklet med midler fra sundhedspuljen. Målet var at inddrage Sundhedsplejen, i forsøget på at løfte den svageste gruppe af forældre til et bedre samarbejde om deres børns udvikling og sundhed.

Tidligere erfaringer viste at man ved at inddrage forældrene i institutionernes dagligdag, kom i dialog med andre forældre end dem, man normalt var i dialog med. Sammen med tre dagtilbud i Avedøre Stationsby planlagde Sundhedsplejen derfor syv bondegårdsture med børn, forældre, personale og den lokale sundhedsplejerske. Formålet med bondegårdsturene var at skabe et forum med mulighed for uformel dialog mellem sundhedsplejersken, forældre og pædagoger.

Alle syv bondegårdsture var succesfulde. Den dialog der var lagt op til, var mulig og sundhedsplejersken fik talt med familier, der ikke før havde været dialog med. Samtidig var der plads til indbyrdes dialog mellem forældrene, samt forældre og personale. Forældrene brugte flittigt sundhedsplejersken til stort og småt omkring børn og opdagelse.

De deltagende forældre var en meget blandet forældregruppe, bestående af både danske og etniske forældre, forældre med og uden arbejde, samt både mødre og fædre. Forældrene var meget interesserede i arrangementet og generelt var der stor tilslutning. Der er kun modtaget positive tilbagemeldinger og mange har fået et bedre kendskab til den lokale sundhedsplejerske.

Ansøgningspuljen 2014

Social- og Sundhedsudvalget afsatte i 2014 332.430 kr. til en ansøgningspulje. Der blev informeret om puljen internt i kommunen samt via Ældrerådet, Handicaprådet, Frivillighedsrådet, erhvervskonsulenten, patientforeninger og idrætsforeninger.

12 ansøgere søgte om i alt 367.200 kr. til forskellige indsatser som "Fysisk aktivitet for gigtpatienter", "Kulgleadyner til beboere med uro og angst" og "Vejledning og åben rådgivning om alkohol- og stofmisbrug". 11 fik tilsagn om tilskud, heraf fik 2 et mindre beløb end ansøgt. Midlerne var ansøgt inden for hovedområderne i Hvidovre Kommunes Sundheds- og Forebyggelsespolitik, suppleret med et tema fra Sundhedsstyrelsens forebyggelsespakker:

1. Kost
2. Rygning
3. Alkohol
4. Motion og fysisk aktivitet
5. Seksuel Sundhed
6. Stofmisbrug
7. Mental sundhed (tema fra sundhedsstyrelsen)

Ved udvælgelsen blev der lagt vægt på følgende baggrundskriterier:

- Øget social lighed i sundhed
- Tværgående indsatser
- Deltagernes egne ressourcer
- At det sunde valg bliver en del af hverdagen
- Forandringer i opfattelsen af sundhed/sygdom hos borgere og medarbejdere

Oversigt over indsatserne

Hvad	Ansøger	Målgruppe	Resultat
Morgenmadsprojekt for skoleelever	Gunghus skolens elevråd	Skolens elever som ikke spiser morgenmad hjemmefra	Påbegyndtes i uge 49, så evaluering af projektet afventes. Desuden blev det vurderet at et mellemmåltid var mere nødvendigt end et morgenmåltid. Derfor vil der blive serveret gulerødder tre gange om ugen i 10-pausen.
Fitnessbasket	Hvidovre Basket	Primært forældre til børn i basketklubben	Klubben kan tilbyde en ny aktivitet: Basket kombineret med cirkeltræning. Holdet har 15-20 medlemmer bestående af klubbens trænere, spillere, forældre og søskende. Flere af medlemmerne, som ikke før dyrkede fysisk aktivitet, får nu rørt sig pga. fitnessbasket.
Fysisk aktivitet for gigtpatienter (holdtræning og individuel træning)	Hvidovre Motionscenter	Gigtpatienter som har afsluttet deres forløb på slidgigt skolen	Deltagere som deltog på SLID skolen, har fået mulighed for at fortsætte træningen sammen i Hvidovre Motionscenter. Deltagerne har vist fysiske symptomforbedringer, forbedring af deres egne forudsætninger og ressourcer, samt har gjort selvhjælpen træning til en naturlig del af hverdagen. Derudover har deltagerne også opnået et styrket socialt fællesskab.
Dance n´ Fun	Musikskolen	Forældre til børn på musikskolen	Der blev afholdt 3 forløb af 8 mødegange og ét forløb er igangværende. I gennemsnit var der 17 deltagere per hold. Deltagerne har bevæget sig og fået fokus på kondition, styrke, sunde madvaner, mental sundhed og samvær.

Massagestol	Samværs- og aktivitetstilbuddet "Samleren" under Socialpsykiatrien	Socialpsykiatrien brugere og medarbejdere	Massagestolen er placeret i Samlerens lokaler og benyttes af stedets brugere og personale. Min. 7 medarbejdere og 15 brugere har benyttet sig af stolen, nogle hyppigt, andre engang imellem. Stolen hjælper både det fysiske og mentale velvære og bruges hovedsageligt til ømme skuldre, nakke, ondt i lænden og har en generel muskelafslappende effekt.
Pilates og linedans	Strandmarkshave	De ansatte ved Plejecenter Strandmarkshave	Personalet blev tilbudt pilates og linedans i foråret 2014. Pilates kørte videre i efteråret. Medarbejderne mødtes på tværs af afdelinger og fik motion, samtidig med at de havde det sjovt sammen og sammenholdet blev styrket.
Lege- og træningsredskaber	Sundhedscentret	Kommunens borgere som besøger Sundhedscentret	Sundhedscentrets reception har træningsbolde, elastikker, massageruller mm. til rådighed for besøgende borgere. Redskaberne skal inspirere til en aktiv hverdag for alle aldersgrupper og er med til, at skabe sunde rammer. Redskaberne har også styrket medarbejderne i, at tænke i alternative lærings- og vejledningsstrategier, og indbygge mere bevægelse i centrets tilbud.
Kugledyner mod uro og angst til Søvangsgårdens beboere	Søvangsgården	Beboere med uro eller angst	Der er blevet indkøbt to kugledyner på henholdsvis 6 kg og 8 kg til at dæmpe og forebygge angst og uro blandt beboerne. Det har været et godt redskab at have for personalet i forsøget på at gøre noget for beboerne. Dynerne kræver tilvænning og effekten af dem vil blive vurderet ud fra evalueringsskemaer. Der afholdes også en temadag i starten af 2015 om forebyggelse af aggressiv adfærd hos demente.
Motionsredskaber	Ungecenter Porten og Familieafdelingen	Ungecenter Portens brugere (12-18 år)	Ungecenteret Porten har etableret et motionsrum med træningsudstyr. Åbningen af motionsrummet var bl.a. med besøg af verdensmesteren i thaiboksning, som trænede de unge. Motionsrummet benyttes dagligt og flere unge har valgt en ny livsstil bestående af træning og motion, som en del af deres hverdag. Nogle unge har bl.a. kvittet rygning, alkohol og andre rusmidler til fordel for træning. Flere og flere unge tilslutter sig motionsrummet, da det ligger i trygge omgivelser.
Vejledning og åben rådgivning om alkohol- og stofmisbrug	ÆOH og jobcenteret	Borgere (16-30 år) med misbrug af stoffer og alkohol samt medarbejdere på det nye Ungecenter på Enghøjsskolen	Den åbne anonyme rådgivning har fundet sted i Enghøjsskolen. Ti gange var planlagt og ni blev gennemført. De unge begyndte at møde op efter de første 3 gange. Indtil da blev tiden brugt på sparring til ansatte i huset og personer omkring de unge. Én pige har efter samtale i den åbne rådgivning stoppet sit hashmisbrug. Fremmødet af unge har været for lille og sporadisk til at etablere et gruppeforløb. Misbrugsbehandlingsstedet Pulsen overtager funktionen fra Januar 2015.
Vandarmaturer med fotoceller til skolens toiletter	Risbjergskolen	Skolens elever	Der er opsat 6 armaturer med fotoceller på elevtoiletterne. Derved undgås der fysisk kontakt med armaturerne og efterfølgende lufthåndtørreerne. Dette betyder en mindre risiko for spredning af bakterier og derved smitte, sygdom og fravær. Vandspildet er også blevet mindre, da vandet ikke bare står og løber, hvis eleverne ikke får slukket for vandhanen.