

Evaluering af Sundhedspuljen 2018

NOTAT

Ældre- og Sundhedsudvalgets Sundhedspulje 2018 var på i alt 569.114 kr. inklusiv overførte midler fra 2017.

Midlerne blev fordelt således:

- | | |
|-----------------------------------|-------------|
| 1. Sundhedstjek til anbragte børn | 175.000 kr. |
| 2. Digital motionsoversigt | 50.000 kr. |
| 3. Ansøgningspulje | 344.114 kr. |

HVIDOVRE KOMMUNE

Center for Sundhed og Ældre
Sundhedscentret
Sundhedskonsulent:
Anette Jacobsen Sembler

Dato: 30. november 2018/bzq

"Sundhedstjek til anbragte børn"

Projektet har modtaget 175.000 kr. som udelukkende er blevet brugt til løn, svarende til en sundhedsplejerskes arbejde 15 timer ugentligt. I foråret blev tilbuddet udviklet, og tilbuddet startede op i efteråret 2018.

Status for projektet 15. november 2018:

I starten af året blev strukturen omkring sundhedstjek udviklet af Sundhedsplejen i samarbejde med børnefamilieafdelingen og familieplejekonsulenterne.

Det blev aftalt, hvordan familierne skulle kontaktes, og hvordan og hvor sundhedstjekket skal foregå. Man skulle blandt andet finde en måde at komme i kontakt med plejefamilier og opholdssteder (første kontakt via familieplejekonsulenten), og forholde sig til udveksling af personlige oplysninger jf. persondataforordningen. Da strukturen blev fastlagt, blev der udarbejdet og trykt en pjece, som beskriver indhold af og rammer for sundhedstjek for anbragte børn. Pjecen er blevet distribueret til samtlige plejefamilier og anbringelsessteder i forbindelse med møder med sagsbehandlere og konsulenterne.

Efter at Sundhedsplejen er kommet tilbage i Børnesundhedshuset er aktiviteterne kommet rigtigt i gang. Der er ca. 100 anbragte børn. Der har været telefonkonsultationer med børn født i de sidste 5 måneder af året. Ingen af de anbragte børn, der indtil nu er blevet kontaktet, har været til sundhedsplejerske i deres hjemkommune. De er derfor blevet indkaldt til sundhedstjek i Børnesundhedshuset. Nogle gange er sundhedsplejerskerne nødt til at tage ud til børnene, der hvor de opholder sig, idet de psykisk har det så dårligt, at de kan klare rejsen til Børnesundhedshuset.

Oversigt over aktiviteter:

	Kontakterede familier	Aftalte konsultationer - opfølgning	Gennemførte konsultationer
august	7	(1 har ikke svaret) 1 kontaktes igen i januar 1 ny tid i november	4
september	5	1 kontaktes igen i januar 2 afbud på dagen, ny aftale i december	2
oktober	5	(2 har ikke svaret) 1 – mor vender tilbage med forslag til tidspunkt for konsultation	1

		1 – skal besøges på anbringelsesstedet, aflysning og ny aftale i december	
november	8 (planlagt)		
december	3 (planlagt)		

Samlet status på aktiviteter

7 gennemførte konsultationer, 4 konsultationsaftaler inden jul, 2 skal kontaktes igen i januar, 1 forældre vender tilbage om konsultationstidspunkt.

6 gange er planlagte konsultationer aflyst på dagen – nogle gange fordi børnene er blevet akut indlagt.

Hos alle 7 børn, der har været i konsultation, har der været bemærkninger til barnets sundhed. Bemærkningerne handler om: pubertet, overvægt, pladfod, astma, problemer med sanseintegration som følge af for tidlig fødsel, hash og rygning, syn, motion, søvn og indsovning, mundmotorik og udtale.

Alle gennemførte sundhedstjek har givet værdi for barnet. Fx for et barn, der har været i plejefamilie fra helt spæd. Plejefamilien vidste, at barnet var født for tidligt, men havde ingen detaljerede oplysninger. Der har ikke været kontakt til den biologiske mor, så en masse viden om barnet er forsvundet. Ved at se i barnets journal kunne familien oplyses om, hvor tidligt barnet var født og se, at det havde haft sansemotoriske udfordringer helt fra starten.

Ved alle konsultationer har der været sundhedsforhold, som der skulle følges op på, så det har indtil videre vist sig yderst relevant at foretaget tjekket.

Indsatsen er kommet godt i gang, og der er lavet aftaler om sundhedstjek for en del flere børn i de sidste to måneder af året.

Som det fremgår af skemaet, er der en del aflysninger af aftaler, idet børnene på dagen har det for dårligt til at deltage, ligesom der er børn, hvor det ikke er lykkedes at komme i kontakt med anbringelsesstedet. Til forskel fra Sundhedsplejens kontakt med børn og familier, som bor i Hvidovre Kommune, skal kontakten til anbringelsesstederne første gang gå igennem plejefamilie-teamet i Børnefamilieafdelingen. Det tager lidt tid at "løbe i gang", da introduktionspjece ikke altid helt nærværende for plejefamilien/anbringelsesstedet, og derfor må Sundhedsplejen bruge tid på mundtligt at forklare formål med og procedurer for sundhedstjekket.

Enkelte børn skal besøges på deres opholdssted, og det kræver en del flere timer til besøget, end hvis familierne kan møde op i Børnesundhedshuset.

Digital motionsoversigt:

Midlerne er gået til færdigudviklingen af den digitale motionsoversigt, som nu ligger på Sundhedscenterets hjemmeside

<http://www.sundhedscenter.hvidovre.dk/Traening/Motionsoversigt>

Den digitale motionsoversigt er et supplement til det trykte hæfte, der udkom først gang i 2015, som imidlertid hurtig forældes. Den digitale motionsoversigt er nu nem at opdatere fra dag til dag, når der kommer nye eller ændringer i eksisterende tilbud.

Dialog med foreninger og aftenskoler har været væsentlig i forhold til nu at kunne oplyste 95 forskellige motionstilbud og faciliteter til motion i og

omkring Hvidovre, der henvender sig til voksne borgere, som er motionsuvante eller ikke er vant til at bevæge sig, samt motionstilbud for seniorer.

Ønsket har været, at den digitale motionsoversigt skal være tilgængelig for flest muligt. Udviklingen af filtre, ikoner og kort er derfor blevet færdigudviklet og optimeret med fokus på tilgængeligheden for farveblinde, svagtsende og blinde. Der er også lavet en tutorial-film, der hjælper ikke-it-stærke borgere med at navigere rundt på siden.

Både kollegaer og borgere har taget rigtig godt imod den digitale motionsoversigt. Der er sendt information ud til relevante centre og afdelinger i kommunen både internt og eksternt, så den får bredest mulig brugerflade – fx jobcenteret, socialpsykiatrien, genoptræningen samt Hvidovre Hospital og de praktiserende læger.

I Sundhed og Forebyggelse anvendes den digitale motionsoversigt, når diætister, sygeplejersker mv. har dialog med borgerne. Også de ældre har taget godt imod det digitale produkt, hvor en borger fx har sagt:

"Det er da godt nok smart – den vil jeg prøve at gå hjem og kigge på".

Fremadrettet ligger ansvaret for opdateringen af den digitale motionsoversigt hos en sundhedskonsulent i Sundhed og Forebyggelse.

Der er sendt info rundt via Hvidovre Intra om, at den udviklede kortløsning kan anvendes til andre formål i kommunen.

Ansøgningspuljen 2018

I 2018 afsatte Ældre- og Sundhedsudvalget 344.114 kr. til en ansøgningspulje. Der blev informeret om puljen internt i kommunen samt via Ældrerådet, Handicaprådet, Frivillighedsrådet, erhvervskonsulenten, patientforeninger, idrætsforeninger og Hvidovre Avis.

24 ansøgere søgte om i alt 778.885 kr. til forskellige indsatser som 'løbetrykler til daginstitutioner', Seniorfit, Formiddagsfloorball for motionsuvante samt 'Cykling uden Alder'. 17 fik tilsagn om tilskud, heraf fik 10 et mindre beløb end ansøgt. Midlerne blev givet til indsatser, som understøtter Hvidovre Kommunes Sundheds- og Forebyggelsespolitik 2015-2018:

- Sundhed i hverdagen
- Støtte til at leve sundt og leve med sygdom

Oversigt over indsatserne

Nr.	Projekt	Ansøger	Målgruppe	Resultat
1	Motorik og sanseintegration	Minigruppen Sommerfuglen	Børn i 1-4-årsalderen, primært sansesarte for tidligt fødte børn	Der er indkøbt en vandpumpestation og to spinners, så børnene får nogle gode betingelser for at udvikle deres motoriske kunnen og få øget kropsbevidsthed igennem sanseintegration. Vandpumpestationen fordrer, at vores børn kan bruge deres muskel-/ledsans, når de skal pumpe vandet

				<p>op igennem en tyk slange. Vestibulærsansen kan udfordres på spinnerne, hvor barnet enten står eller sidder på. De voksne hjælper ofte børnene med at dreje rundt. Nogle børn skal bare sidde og dreje lidt og langsomt, mens andre vil drejes hurtigt og længe. De største af vores børn kan med en fod selv dreje rundt og har stor fornøjelse af at se og spejle hinanden, mens de drejer. Vi oplever, at de mindre skal have mere støtte til aktiviteten og også mere opmuntring.</p>
2	Senioridræt	Senioridræt i Hvidovre	Hvidovreborgere 60+	<p>Der er indkøbt kugler og rekvisitter til spillet Bowls, der er en blanding af petanque og curling. Der spilles én gang ugentligt til Senioridræt i Dansborghallen, hvor Bowls udbydes sammen med andre aktiviteter. Ældre Hvidovreborgere kan herved få dyrket idræt for at få rørt alle muskler én gang om ugen. Deltagerne er meget begejstrede for den nye aktivitet, og folk bliver mere og mere glade for det, jo mere man bliver kendt med teknikken.</p>
3	Formiddags-floorball for motionsuvante	Hvidovre Attack Floorball Club	Pensionister og efterlønnere. Borgere, der har KOL, hjerte-kar-sygdom, er overvægtige m.m.	<p>Formiddagsfloorball er nu et veletableret hold med 25 deltagere tilknyttet. Holdet træner én time hver uge. Samarbejdet mellem klubben, Sundhedscenteret og Center for Holdspil og Sundhed har været afgørende for holdets succes, og der er afholdt en temaaften om effekterne ved floorballtræningen i efteråret. Der er indkøbt floorballstave og bolde, så deltagerne ikke selv skulle investere i eget udstyr. En træner er ansat til at afvikle træningen og tilpasse den, så deltagerne på forskellige niveauer alle kan være med. Der er udpeget en holdleder blandt deltagerne, som står for at samle holdet. På deltagernes initiativ er der afholdt en julefrokost for at styrke sammenholdet på holdet.</p>
5	Børnefamilier på to hjul – Løbecykler	Dagtilbudsafdelingen, Børn og Familier	Børn 2-6 år i Hvidovre	<p>Der er indkøbt 15 børneløbecykler og 1 voksenløbecykel, der blev anvendt til Cykellegedag med 300 deltagende</p>

			Kommunes daginstitutioner	børn og forældre samt til løbicykelløb for daginstitutioner med ca. 200 deltagende børn og pædagoger. Cyklerne udlånes nu til daginstitutioner, der anvender dem til Cyklistforbundets Koncept "Cykelleg". Voksenløbicyklen giver pædagoger mulighed for at være et godt forbillede, når de er på tur/leger cykelleg. Børnene er blevet mere trygge på cyklen gennem leg og det styrker deres motoriske udvikling. Flere institutioner har nu selv investeret i løbicykler, og der arbejdes på, at alle institutioner skal have deres egne cykler.
6	Motions- og Sundhedscafé 2.0	BuQetten og Hvidovre Sundhedscenter	Primært etniske kvinder	Der er indkøbt nye rekvisitter, som fx måtter, bolde, sjippetove, vægte mv til de ugentlige træninger. Det har givet mulighed for en mere social træning, fordi alle kan lave samme øvelser på samme tid. Redskaberne skaber mere variation i træningen, så kvinderne motiveres til at fastholde træningen. Redskaberne giver mulighed for at fokusere på både styrke, kondition og bevægelighed. Forskellige vægte giver mulighed for individuel tilpasning i træningen. Der er indkøbt en lille højttaler til at afspille musik, fordi det er med til at skabe en energisk og positiv stemning i træningen.
9	Parkinsondans	Parkinsonforeningen	Borgere med Parkinsonsygdom i Hvidovre Kommune	Tildelte midler ej anvendt, pga. langtidssygdom hos instruktør.
10	Motion flytter grænser	Ungekontakten Hvidovre Ungdomscenter	Unge med autisme i Hvidovre Ungdomscenter	2x1 time ugentlig har en gruppe unge med autisme mødtes om en motionsaktivitet. De unge har fået en t-shirt med påskriften "Motion flytter grænser", som skaber følelsen af at være sammen om noget fælles. De unge får frugt og vand til motionsaktiviteten. Udover energivæsketilførsel giver det anledning til at tale om kost- og drikkevaner. Der er indkøbt bolde til forskellige boldspil, og derudover er midlerne brugt til motivationsportioner til de

				<p>unge, fordi det er en udfordring at få mennesker med autisme til at lave motion og fastholde dem i aktiviteten. Der er mange succeser, bl.a. er flere isolerede unge begyndt at komme ud, to af de unge mødtes uden for Ungekontakten, én er begyndt at cykle på arbejde, én er startet til fodbold i en forening og en ung pige, som aldrig har dyrket motion, var med til håndbold.</p>
11	Stafet for livet Hvidovre	Kræftens Bekæmpelse	Tidligere og nuværende kræftpatienter og deres pårørende	<p>Midlerne er brugt til leje af telte samt borde og stole; madtelt, oplysnings-, børne- og lystelt, fightertelt (til forkælelse af tidligere og nuværende kræftpatienter) samt infotelt og pavillon til lysmand. Teltene dannede til 'Stafet for livet'-arrangementet ramme for aktiviteter, ophold, spisning, salg og information. Deltagerantallet var over al forventning – 709 deltagere. Vi har fået rigtig gode tilbagemeldinger fra deltagerne.</p> <p>Der var stor aktivitet i teltene og gang i den på stafetten i hele tidsrummet, og teltene opfyldte i høj grad behovet og dannede ramme om sammenholdet.</p>
12	Husker du?	Ældre Sagen Hvidovre	2 teaterforestillinger med fokus på demens	<p>Teatergrad opførte 3 teaterforestillinger "Husker du?" fordelt på 2 dage med forskellige spilletider, så alle inkl. folk på arbejdsmarkedet kunne deltage. Dybenskærhave har været gode at samarbejde med ift. koordinering og hjælp ved afvikling af forestillingen i deres lokaler. Frivillige fra Ældresagen hjalp med det praktiske omkring afvikling af arrangementet. Tilskuerne fik sandwich/kage og kaffe.</p> <p>Der var positive tilbagemeldinger på forestillingen fra de, der deltog. Desværre var der færre tilskuere end forventet. Beslutningen om datoer trak i langdrag, og der var ikke deltagere fra andre plejecentre eller pårørende hertil – måske skulle der have været en annonce mere i avisen.</p>
13	Øget diætetisk støtte til	Krogstenshave og	Plejecenterbeboere	<p>Der er indkøbt service og ting til en mere hyggelig indretning, fx planter, lys, billeder mv. til de 2 plejecentre</p>

	plejecenter beboere	Dybenskærhave Plejecentre		<p>målrettet borgere med nedsat appetit. Nedsat appetit skyldes blandt andet, at syns- og lugtesansen er nedsat. Derfor er der indkøbt farvede tallerkner, fordi mad serveret på kontrastfyldte tallerkner, vækker appetitten, samt sikrer, at borgere med demens kan orientere sig i et måltids placering på tallerkenen. Skærmvægge er indkøbt for at kunne afskærme borgere fra forstyrrende aktiviteter og køkkenet for at opnå mere ro omkring måltidet. Tavler med dagens menú og fristekort med mellemmåltider har til formål at friste småtspisende borgere.</p> <p>Borgerne fik målt BMI ved projektets start i september/oktober og vil igen blive målt efter 3 mdr for at måle effekten.</p>
14	Aktiviteter for alle	Svendebjerg-have - Hvidovre kommunes midlertidige døgnpladser	Beboere på Svendebjerghave	<p>Der er indkøbt redskaber til at lave 10 aktivitetsstationer, som er til rådighed i vores aktivitetsstue. Bl.a en motionscykel, en kædedyne og GroundMe samt små aktivitetsspil. Dagvagter, aftenvagter, aktivitetsmedarbejdere og terapeuter har inddraget stationerne i dagligdagen. Oftest træner 5 personer af gangen. Det har givet øget aktivitet særligt om eftermiddagen og aftenen. Stationerne muliggør samtræning på trods af forskelligt funktionsniveau hos borgerne. Det har fremmet borgernes motivation og initiativ for at træne.</p>
15	Sundhedsidræt i Hvidovre Kommune	Hvidovre Gymnastik	Seniorer 60+	<p>Der er afprøvet forskellige initiativer for at styrke sammenholdet og afprøve nye aktiviteter i træningen, der inkluderer flere borgere. I alt er der nu knyttet 42 deltagere til holdet. Der er lejet hytte til en 3 dages træningslejr i Farum i maj. Det var en stor succes, hvor den gode historie i avisen gav 4 nye deltagere på holdet. Instruktøren har fået et Qi Gongkursus og bruger nu disse øvelser i den daglige træning, samt på træningslejre, da det ikke var muligt at få besøg af en gæstelærer. Der blev annonceret med endnu et seniorhold på stol/bold, hvor der har</p>

				været udgifter til bl.a. kursus, undervisningsmateriale samt PR og rekrutteringsarrangement. Der kom kun 6 deltagere, som i stedet er inkluderet på det andet hold.
17	Motion og bevægelse for førtids-pensionister	Foreningen for Førtidspensionister i Hvidovre	Førtidspensionister i Hvidovre	<p>Vi har lavet en aftale med "Hvidovre Atletik og Motion" om brug af lokaler, og fast instruktør hver fredag i 1 ½ time. Inden opstart fik alle deltagere lavet et individuelt træningsskema hos instruktøren. Til træningen laver vi først de individuelle øvelser på maskinerne. Bagefter er vi i salen til fx yoga, afspænding mv. Instruktøren har stor forståelse for deltagernes forskelligheder og udfordringer - og derved er deltagerne trygge ved træningen.</p> <p>Deltagerne hjælper hinanden, og der er plads til et godt grin og der er kommet et godt sammenhold. Flere af deltagerne er begyndt at bruge centeret på andre tidspunkter, og lidt over 1/3 af deltagerne vil fortsætte træningen, når projektet er slut. Deltagerne har bl.a. fået et bedre kondital, mere muskelmasse og bedre balance. Flere har tabt sig under træningen.</p>
18	Cykling Uden Alder	Plejecenter Dybenskærhave	Beboere på Dybenskærhave Plejecenter	<p>Med eget tilskud er der indkøbt en Rickshaw cykel, cykelhelme, lygter, regnslag, tre-punkt sele, vandflasker. samt en tilmelding på booking systemet CUA samt PR-materiale. CUA – Cykling uden alder har været ude og instruere i cyklerne og booking systemet.</p> <p>CUA er et redskab til social og kognitiv træning, sanseindtryk og reminiscens arbejde. Samarbejdet med frivillige giver muligheder, som vi ikke kan tilbyde, men vi kan støtte og gøre det "besværlige" forarbejde for at højne de gamle livskvalitet. Borgmester Helle Adelborg igangsatte projektet d. 26/6-18. Hvidovre Avis var tilstede og udgav en artikel. Der var mange beboere, og der kom også frivillige, som så blev cykelpiloter.</p>

				2 gange hen over sommeren har vi haft events, hvor vi har fået hvervet flere frivillige cykelpiloter.
19	Seniorfit	Hvidovre Volleyball Klub	Seniorer +60	<p>Seniorfit kickstartede med et informationsmøde, hvor over 100 interesserede deltog. Konceptet består af et årligt sundhedstjek og en ugentlig styrketræning med stort fokus på socialt fællesskab. Der er 43 deltagere tilknyttet projektet. Tilskuddet er anvendt til køb af materialer til sundhedstjek, hvor de får målt: Vægt, BMI, fedtprocent, fedtmasse, muskelmasse, total kolesterol, HDL, LDL og langtidsblodsukker (HbA1c)</p> <p>Kombination af sundhedstjek og styrketræning giver mulighed for at vejlede den enkelte deltager om kost og træning, så effekten ikke kun er et resultat af styrketræning. Der er mulighed for individuel samtale i forbindelse med testen. Projektet har vist sig at være unikt, da det også rummer personer med diabetes, hypertension, svære tilfælde af KOL, kræft, gigt, tidligere hjerneblødningspatienter, etc</p> <p>Vi vil efter nytår opsøge samarbejde med Hvidovre avis, Ældrerådet og Sundhedscenteret med henblik på at udvide holdene og evt. også tiderne. En forudsætning for dette vil være fortsat støtte til materialer til sundhedstjek.</p>
22	Ud og se med Dagplejen	Hvidovre Dagpleje	Dagplejere og dagplejebørn	<p>Penge fra sundhedspuljen er anvendt til indkøb af en ladcykel samt cykelhelme. Cyklen bruges hver dag af dagplejen. Hver dagplejer har den i 3 måneder ad gangen.</p> <p>Cyklen bruges til og fra legestuen, til at tage på udflugter til skov og parker og til at besøge andre dagplejere. Det giver mulighed for at komme lidt længere rundt i nærmiljøet og samtidig nyder børnene cykelturen og den friske luft. Og så er det blevet lettere at besøge en dagplejer, som bor langt væk fra eget område.</p>