

OPFØLGNING PÅ INDSATSER UNDER SUNDEDSSTRATEGIEN (2019)

Opfølgning på indsatser og projekter





Indhold

Indledning.....	3
TEMA 1 – Borgernes mulighed for et sundt hverdagsliv	4
Mål: Færre Borgere der ryger dagligt – med særligt fokus på at forebygge unges rygestart.....	4
Mål: Flere borgere skal være fysisk aktive.....	6
Mål: Færre børn og voksne skal føle sig ensomme	8
TEMA 2 – Borgernes mestring af eget liv.....	8
TEMA 3 – Det Borgernære Kommunale Sundhedsvæsen	8
Mål: Øget sundhed og livskvalitet blandt udsatte borgere, hvilket indebærer tidlig opsporing af somatisk sygdom hos psykisk syge borgere.....	9
Mål: Tidligere opsporing af borgere med kronisk sygdom og livsstilsrelaterede sygdomme, således at de kan tilbydes rette forløb og dermed forebygge følgesygdomme. Herunder også tidlig opspring af børn og unge med astma	10
Mål: Antallet af forebyggelige indlæggelser skal nedbringes	11
Mål: Borgere der har oplevet tab af færdigheder, skal støttes i at opnå bedst muligt funktionsniveau	11



Indledning

Dette notat indeholder en kort status på de indsatser, som hører under Ishøj Kommunes sundhedsstrategi. Notatet indeholder kun de indsatser og projekter, som *ikke* særskilt er blevet afrapporteret til Social- og Sundhedsudvalget inden for det sidste halve år, eller som udvalget får en status eller evaluering på inden for de næste par måneder. Dette notat kan derfor ikke betragtes som fyldestgørende i forhold til projekter og indsatser under sundhedsstrategien.

Notatet er først og fremmest inddelt efter sundhedsstrategiens tre temaer:

1. Borgernes mulighed for et sundt hverdagsliv
2. Borgernes mestring af eget liv
3. Det borgernære kommunale sundhedsvæsen

Under sundhedsstrategiens tre temaer indikeres de forskellige mål, samt de tilhørende indsatser og projekter. Disse er blevet farvekodet ud fra de ansvarshavende centre således:

Center for Voksne & Velfærd
Center for Dagtilbud & Uddannelse

Center for Børn & Forebyggelse
Center for Ledelse & Strategi





TEMA 1 – Borgernes mulighed for et sundt hverdagsliv

Overordnede mål:

1. Færre kronikere og livsstilssyge borgere
2. Flere borgere er fysisk aktive
3. Flere borgere oplever at have et godt mentalt helbred

Mål: Færre Borgere der ryger dagligt – med særligt fokus på at forebygge unges rygestart

Røgfri Kommune

Ishøj Byråd har truffet en beslutning om, at Ishøj skal være en røgfri kommune. Det betyder, at de tre indsatsområder: røgfri skoletid for alle folkeskoleelever, røgfri arbejdstid for alle ansatte i Ishøj Kommune og røgfrie kommunale udearealer på kommunens matrikler træder i kraft pr. den 1. august 2019. Beslutningen understøtter målet og ambitionen om, at ingen børn og unge – og max 5 % af den voksne befolkning, ryger i 2030. Implementeringen af røgfri kommunale udearealer i forhold til skiltning mv. vil ske gradvist. Vi starter med de udearealer, hvor der i høj grad færdes børn og unge, så som legepladser, kultur- og fritidsområder mv. Ved at understøtte, at rygning bliver en mindre synlig del af det offentlige rum, så er kommunen med til at forebygge, at børn og unge begynder at ryge.

- **Røgfri skoletid**
 - Forældre og elever er blevet orienteret via forældreIntra omkring beslutningen.
 - Eleverne har via Ishøj Fælleselevråd været med til, at komme med forslag til hvordan vi bedst hjælper *røgfri skoletid* på vej. Det betyder bl.a. at Ungdomsskolen er inviteret ind som en vigtig aktør.
- **Røgfri arbejdstid**
 - Beslutningen har været behandlet og drøftet i MED-systemet.
 - Der er udarbejdet en personalepolitisk retningslinje for røgfri arbejdstid.
 - Der har været afholdt rygestopkurser for medarbejdere i foråret 2019, og der afholdes flere i løbet af sensommer/efteråret 2019. Der har været stor tilslutning til rygestopkurserne.



- **Røgfri Udearealer**

- I løbet af august vil der blive skiltet på de offentlige legepladser i Ishøj Kommune. Dernæst vil skiltningen af andre kommunale udearealer følge. Der vil blive kommunikeret i en positiv og henstillende tone, som f.eks. 'Tak fordi du ikke ryger her', da erfaringen viser, at det har den mest positive effekt.

SSP-indsats i grundskolen

Indsatsen omfatter undervisning i social pejling og flertalsmisforståelser på 6. årgang i folkeskolen. Undervisningen sigter mod at mindske risikoadfærd blandt eleverne, f.eks. i forhold til rygning og alkohol. Status i april 2019: I skoleåret 2018/2019 er undervisningen indtil videre gennemført på Strandgårdskolen og Gildbroskolen. Det planlægges, at undervisningen gennemføres på de øvrige skoler inden sommerferien.

Tværkommunale rygestopindsatser (Bliv en vinder uden tobak og Røgfrihed på tværs)

Bliv en vinder uden tobak

Projektet er et tværkommunalt tre-årig samarbejde som løber i perioden 2017 – 2020 mellem Ishøj Kommune og syv andre kommuner (Albertslund, Brøndby, Dragør, Glostrup, Hvidovre, Høje-Taastrup og Vallensbæk). Visionen er "En røgfri generation, så ingen børn og unge ryger i 2030". Fokus er arbejdet med: tobaksfri skoletid, tobaksfri fritid, tobaksfri ungdomsuddannelser. Der udarbejdes forskelligt materiale, som kommunerne kan bruge i arbejdet med at fremme en tobaksfri ungdom, herunder bl.a. skabeloner til at skilte med på kommunale udearealer.

Røgfrihed på tværs

De rygestopkurser som, udbydes af Ishøj Kommune, indgår det tværkommunalt samarbejde for perioden 2018-2020 mellem 9 af kommunerne på Sydamer og Vestegnen. Formålet er, at borgerne i Ishøj, såvel som andre kommuner, kan deltage på rygestopkurser på tværs af kommunegrænserne.

Samlet set nåede kommunerne målsætningen om, at nå 5 % af dagligrygerne med et rygestoptilbud i 2018. Der er en vis usikkerhed forbundet med data på kommuneniveau, ligesom der må tages forbehold for, at den samme borger kan tælle med flere gange, hvis vedkommende benytter sig af flere tilbud.

I 2018 er der umiddelbart registreret 21 Ishøj borgere hos Stoplinjen, 98 Ishøj borgere hos E-kvit samt 45 borgere i kommunalt rygestoptilbud. Flere borgere var dog tilmeldt kurser, men dukkede ikke op til undervisningsgangene. Ishøj Kommune har derfor næsten nået målet i forhold til at nå 5 % af kommunens dagligrygere. Andelen af Ishøj borgere som gennemførte hele det tilmeldte



rygestopkursus i 2018 var dog væsentlig lavere end de øvrige kommuner i projektet, ligesom succesraten om, at være røgfri 6 mdr. efter kurset også var noget lavere end for de øvrige kommuner.

Rygestopkurser til borgere

Ishøj Kommune har indgået et samarbejde med Apoteket, som tilbyder rygestopkurser til borgerne, som ønsker at stoppe med at ryge. Der planlagt 6 rygestopkurser i 2019, hvoraf de 4 hold er gennemført inden sommerferien.

Rygestophold for gravide

Som et forsøg i 2019 tilbydes individuel rygestopvejledning til gravide borgere. Ishøj Kommune har for kalenderåret 2019 indgået en partnerskabsaftale med Ishøj Apotek om at forestå denne vejledning. Forløbet består af seks vejledninger på hver en times varighed. Til individuel vejledning kan der være op til tre deltagere. Deltagernes eventuelle partner kan også deltage. Det betyder, at der kan være 2-6 gravide borgere, som kan modtage tilbuddet i 2019. Tilbuddet evalueres ved årets slutning for at vurdere, om det skal være et permanent tilbud fra 2020. Der har ind til videre ikke været muligt at rekruttere gravide rygere til et rygestopforløb.

Mål: Flere borgere skal være fysisk aktive

Tib Tab Tynde

Et tilbud med træning og kostvejledning til overvægtige børn fra 0-6 klasse og deres familier. Tilbuddet består af (a) individuelle rådgivninger hos sundhedsplejersken, (b) gratis madlavningsaftner for hele familien, (c) gratis svømning to gange ugentligt samt (d) et kortere gruppeforløb. Samarbejdet starter ofte med en sundhedssamtale på skolen, men direkte henvendelse til Tip Tap Tynde er også muligt.

Siden slutrapporten for skoleåret 2017-2018 blev fremlagt i november 2018, har yderligere 9 børn startet på Tip Tab Tynde og kommer til individuelle samtaler hos sundhedsplejersken. Dog har der været en tendens til at mange familier tilmelder sig, men kun møder op 1-2 gange.

Generelt er der stor tilfredshed med svømmeundervisningen, højere deltagerfrekvens i samtaler med sundhedsplejerskerne, og relativt velfungerende madlavningskurser. Da madlavningskurserne har haft udfordringer med at gøre kurserne attraktive for deltagere og frivillige, foretages der ændringer på dette tilbud. Det sker i form af færre madlavningsaftner forankret på Strandgårdsskolen, og to undervisere som står de aftner. Siden november har der været afholdt to madlavningskurser; det første i november med stor deltagelse, det anden i marts/april med få



deltagere. Det vurderes, at Tip Tab Tynde stadig er et godt koncept, som er blevet mere økonomisk rentabelt end det har været tidligere.

Skolesport

Skolesport består af holdaktiviteter med idrætslege, motorisk træning og bevægelse tilpasset en gruppe af socialt og motorisk usikre børn på max 20 deltagere. Der er på alle skoler udpeget en skolesportsleder, der sammen med junioridrætsledere står for Skolesport på skolen. Eleverne får positive oplevelser med kropslig udfoldelse gennem skræddersyede idrætsaktiviteter. Skolesport er med til, at børnene får styrket deres kropskompetencer og selvtillid, de opnår bevægelsesglæde og en bedre koncentrationsevne.

Leg, bevægelse og fællesskab uden alder

Leg, bevægelse og fællesskab uden alder er et initiativ, der inkluderer syv dagtilbud og 30 ældre medborgere. Når dagtilbuddet går i hallen til leg og bevægelse, deltager aktive senioridrætskørelpere, som de varme og hjælpende hænder via leg, bevægelse og fællesskab sammen med personale og børn. Initiativet er med til at flere børn får lyst til leg og bevægelse, og at børnene igennem aktiviteterne får styrket deres selvtillid og kropskompetencer. En anden gevinst er den glæde, som opstår når personale, børn og senioridrætskørelpere laver bevægelseslege sammen, ligesom det positive udbytte som senioridrætskørelperne får ved at deltage. Der er i indsatsen således også fokus på den mentale sundhed. I dette tilbud deltager samlet 250-300 børn.

Legepatrulje – i dagtilbud

I flere dagtilbud arbejdes der med Legepatrulje. Indsatsen er med til at styrke overgangen fra børnehaven til skolen via store-lille relationen. Legepatruljen (skolebørn) fra distriktsskolen besøger børnehaven og leger med kommende skolebørn. Der ses tegn på glæde og ro, når børnene igen genkender de større elever på skolen. De større elever opnår viden om krop, bevægelse, trivsel og lederskab. Den positive feedback de mindre elever giver de større elever har effekt på de større elevs selvværd og selvtillid.

I år har 7 dagtilbud deltaget: Ørnebo, Troldebo, Tvillingehuset, Elverhøj, Femkanten, Piletræet og Firkløveren. Tidligere år har også Bøgely og Regnbuen deltaget. Antallet af deltagende børn varierer mellem 24-40 pr. dagtilbud.

Legepatrulje – i skolegården

Der er på alle skoler via legepatruljer skabt en sund legeskultur med aktive pauser for indskolingseleverne. Legepatruljen får de mindste elever til at bevæge sig mere i løbet af skoledagen gennem leg og bevægelse i pauserne. Fællesskabet med legen som centrum får både store og små til at trives bedre. Legepatruljen føler ejerskab og ansvar for at lege med de mindste elever, og de mindste elever føler tryk ved, at de ældste elever vil lege med dem. Afhængig af antallet af børn på skolerne, deltager imellem 25-100 børn.



Mål: Færre børn og voksne skal føle sig ensomme

Åben Psykologisk Rådgivning

Rådgivningen er et tilbud til unge i alderen 15-25 år, hvor unge bosat i Vallensbæk eller Ishøj kan få op til 5 samtaler. Samtalernes temaer kan være mange, f.eks. skilsmisse hos forældre, konflikter derhjemme, tristhed, ensomhed, præstationsangst eller mobning. Den unge bestemmer, hvad der skal tales om og hvor meget vedkommende vil fortælle. Samtalerne kan være anonyme, eller man kan vælge at opgive sit navn.

Rådgivningen varetages af to psykologer fra Center for Børn & Forebyggelse. Rådgivningen har til huse i Brohuset, og der er i øjeblikket en reetablering i gang, i form af nyt telefonnummer, nyt lokale, samt reklame for tilbuddet. Der har cirka været 10-14 bruger i dette år fra både Ishøj og Vallensbæk.

TEMA 2 – Borgernes mestring af eget liv

Overordnede mål:

- 1. Flere syge og udsatte borgere mestrer eget liv**
- 2. Børn og unge med psykiske udfordringer og/eller misbrug fastholdes i uddannelse/job**
- 3. Borgere med kronisk sygdom lever bedst muligt med deres sygdom**

Der har tidligere på året været afrapporteret særskilt på projekter og indsatser, som hører under dette tema, bl.a. i forhold til deltagelse på forløbsprogrammer og misbrugsbehandling mv. Derfor figurerer der ikke nogle opfølgning her.

TEMA 3 – Det Borgernære Kommunale Sundhedsvæsen

Overordnede mål:

- 1. Øget sundhed for udsatte grupper**
- 2. Færre forebyggelige indlæggelser**
- 3. Færre ældre har et faldende funktionsniveau**



Mål: Øget sundhed og livskvalitet blandt udsatte borgere, hvilket indebærer tidlig opsporing af somatisk sygdom hos psykisk syge borgere

Kløverengen

På Kløverengen arbejdes der stadig med fokus på kost og ernæring. Der er ansat to kost- & ernæringskonsulenter i arbejdet med at sikre beboerne næringsrige måltider. Dertil er der ansat en idrætspædagog, som forestår den fysiske aktivitet hos beboerne på Kløverengen. Dette omfatter både deltagelse i holdsport i haller, svømning, gå- og/eller cykelture. Der laves ligeledes gymnastik for nogle af vores ældre beboere, der måtte være lidt gangbesværede. Der er blevet købt 6 el-cykler i efteråret, så beboerne kan starte langsomt ud og få energien og konditionen til at cykle på "rigtige" cykler.

Det 1-årige 'Projekt Livretten' er pr. 1.1.2019 blevet en fast del af Kløverengen, da resultaterne for 2018 har været positive. Projektet afprøvede hvorvidt en integreret kostordning, hvor sund mad morgen og aften er en del af det faste tilbud, kan bidrage en hurtigere recovery-proces for beboerne. Forventningen til projektet var, at beboerne ville få bedre spisevaner, mere energi, bedre døgnrytme, blive mere aktive, og at beboerne i højere grad ville føle sig som en del af et socialt fællesskab på Kløverengen.

Midtvejsevalueringen fra august 2018 viste, overordnet set, positive resultater; specielt gældende beboernes kost- og søvnvaner. Kun i forhold til træning og bevægelse har der været mindre tydelige resultater. Siden evalueringen blev forelagt SSU i 2018, relaterer de seneste opdateringer sig til projektets permanentgørelse fra 1.1.2019. De positive ændringer hos beboerne har fortsat i samme stil.

Handicap & Psykiatri

Tilbuddene om forskellige sundhedsfremmende aktiviteter gives stadig til borgerne tilknyttet Handicap og Psykiatri, og mange benytter sig af dem. Badminton er et åbent tilbud i socialpsykiatrien en gang om ugen, men der kan være et svingende fremmøde. Træningen foregår i Idræts- og Fritidscenteret. I svømmehallen er der ugentlig tilbud om både svømning samt træning i svømmehallens træningscenter. Borgerne får tilbud om en individuel træningsplan og der er generelt fokus på, at skabe positive ændringer i borgernes liv igennem træning og vejledning. Sidegevinsten ved deltagelse på svømmeholdet er, at de enkelte borgere får et bad og kommer ud af deres lejlighed, og dermed mindsker at borger isolere sig. Deltagelse på holdet styrker også borgernes sociale relationer. Aktiviteterne i svømmehallen inkluderer både borgere med handicap, borgere med erhvervet hjerneskade samt borger med psykiske udfordringer.



Nada (øre-akupunktur) er et åbent tilbud 2 gange om ugen i socialpsykiatrien. Nada fremmer borgernes mestring af angst, uro og søvnproblemer. Borgerne fortæller selv, at nada *giver ro i hovedet, bedre søvn, bedre koncentration, ro til at kunne spise* og mindre *abstinenser*. I 2018 har der ca. været 20 borgere som igennem året har fået nada. Det er blevet en fast gruppe, som modtager nada. Gruppen er dog blevet lidt mindre end i 2017, hvor ca. 27 borgere var tilknyttet.

I 2018 har der var ikke interesse fra nye borgere om at starte op i et mindfulness forløb. Derfor valgte underviseren at lave et opfølgende forløb for dem som tidligere har deltaget. Forløbet startede i efteråret med 6 tilmeldte borgere, men hvor kun 4 havde overskud til at starte forløbet op. Efter halvanden måned var der kun 1 deltager tilbage, da de andre havde meldt fra af forskellige årsager. Underviseren valgte da at stoppe forløbet, da han vurderede at den bedste effekt opnås ved undervisning i en gruppe. Ovenstående viser hvor svært det er for de udsatte borgere at forpligte sig til et forløb, hvor det kræver at man møder op 2 timer om ugen, og derudover skal træne/øve sig hjemme. I 2019 har der således ikke været mindfulness forløb, men er der grundlag for at starte et forløb op, gør underviseren det gerne.

I **Det gule hus** arbejdes der fortsat med forskellige initiativer i forhold til at støtte borgerne i et sundere hverdagsliv. Konkret er der arbejdet med 3 større indsatser i en længere periode, som handler om kost, vægttab og motion. Det vurderes, at der generelt er skabt en større forståelse for sundhed hos borgerne. Er der ønske fra borgerne om at blive vejlet er det også muligt, hvad enten borgeren ønsker at tabe sig eller tage på. Derudover har tilbuddet skabt et fællesskab blandt borgerne.

I **hjemmevejlederteamet** er der fokus på sundhed, når borgerne bliver visiteret støtte og genoptræning af sociale færdigheder. Det er der, fordi der er en bred viden om sammenhængen imellem psykisk sårbarhed og sundhed. Konkret arbejdes der på, at binde den mentale sundhed op på fysisk aktivitet, som eks. svømning og badminton. Derudover har der siden 2018 været endnu større fokus på sundhed i form af projekt 'Sundhedstjek for udsatte borgere'.

Mål: Tidligere opsporing af borgere med kronisk sygdom og livsstilsrelaterede sygdomme, således at de kan tilbydes rette forløb og dermed forebygge følgesygdomme. Herunder også tidlig opsporing af børn og unge med astma

Tidlig opsporing af børn og unge med astma

Denne indsats består af et elektronisk spørgeskema, som er udarbejdet efter beskrevne guidelines. Alle børn der starter i 1. klasse og deres forældre svarer på spørgeskemaet i forbindelse



med undersøgelsen og sundhedssamtalen med sundhedsplejersken. Børn der ud fra dette viser symptomer, der kunne indikere en skjult astma henvises til egen læge. Sundhedsplejerskerne fik en kursusdag det første år af en lægefaglig underviser, hvor de blev opdateret med ny viden. Der er dog ikke registreret hvor mange børn, der er blevet henvist på baggrund af indsatsen.

Mål: Antallet af forebyggelige indlæggelser skal nedbringes

Projekt om udsatte ældres tandhygiejne med særligt fokus på demente ældre på plejehjem

Igennem projektet forebygges lungebetændelse, og dermed indlæggelser. Pr. april måned 2019 er der 77 borgere visiteret til omsorgstandplejen. Tandplejen arbejder målrettet for en bedring af mundhygiejnen, et styrket tværfagligt samarbejde med plejepersonale og øvrige relevante aktører, samt for et godt samarbejde med pårørende.

Der har løbende været afviklet undervisning i tandplejevaner, tandsundhed og mulige konsekvenser af dårlig mundhygiejne for personale på Torsbo, Kærbo og i hjemmeplejen. Der er fokus på opsporing af borgere til omsorgstandplejen. Der opfordres løbende til opsporing og visitation til ordningen. Derudover uddeles der foldere om ordningen til læger, tandlæger, apotek, bibliotek og demenscafé.

Mål: Borgere der har oplevet tab af færdigheder, skal støttes i at opnå bedst muligt funktionsniveau

Forebyggende hjemmebesøg

Alle borgere over 75 år får via brev et tilbud om et forebyggende hjemmebesøg. Såfremt dette ikke ønskes, vil næste tilbud blive fremsendt, når borgeren fylder 80 år. Derefter tilbydes det en gang årligt. Derudover kan borgere i målgruppen 65-79 år tilbydes hjemmebesøg, hvis de har særlige behov. Disse behov er beskrevet i Ishøj Kommunes kvalitetsstandard for Forebyggende Hjemmebesøg.



Antal borgere i målgruppen over 75 år, som har modtaget det forebyggende hjemmebesøg:

- År 2017: 360 enlige og 225 ægtepar. I alt: 810 borgere.
- År 2018: -- I alt: ca. 732 borgere¹

Faldet i besøgstallet skyldes ikke, at der er kommet færre borgere over 75 år, idet dette antal fortsat er stigende. Årsagen er derimod, at der har været færre personaleressourcer i en periode grundet implementering af nyt omsorgssystem, omstrukturering i organisationen samt andre medvirkende faktorer.

De forebyggende konsulenter har i 2018 haft stort fokus på forebyggelse af ensomhed. I den forbindelse har de fungeret som gruppeledere i sorg- og livsmodsgrupperne, i et godt og tæt samarbejde med områdets præster. Derudover tilbyder konsulenterne ensomhedsforebyggende hjemmebesøg hos alle enker og enkemænd over 65 år, hvilket der bliver taget rigtig godt imod blandt Ishøj Kommunes borgere.

¹ Tallet for 2018 skal betragtes som et estimat, ligesom det ikke er muligt at gå dybere ind i tallet i forhold til alder, køn osv. Dette skyldes dels skift fra ét omsorgssystem til et andet i løbet af 2018, og dels at det nye system endnu ikke er klar til at levere statistik på området. Derfor er der heller ikke tal for antal enlige og ægtepar for 2018.