



**Høje-Taastrup
Kommune**



Konference: Kan vi ændre på den sociale ulighed i sundhed

Parallelsession d)

Hvordan tilrettelægges forebyggelses- og rehabiliteringstilbud til sårbare borgere?



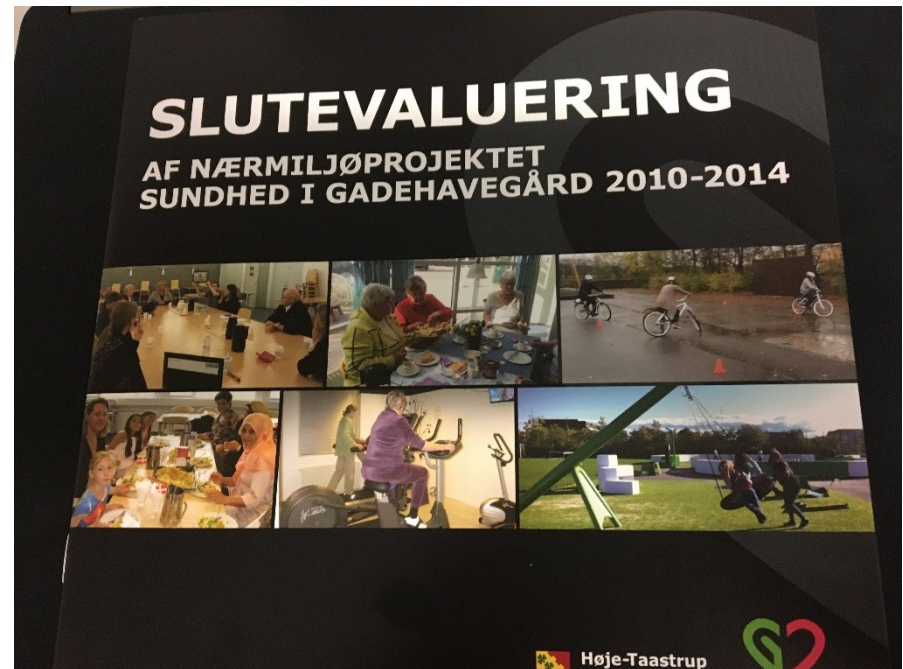
Præsentation

- Kort præsentation
- Metoder til fastholdelse af sårbare borgere – erfaringer fra et nærmiljøprojekt om sundhed
- Metoder til fastholdelse af sårbare borgere – erfaringer fra forløbsprogrammer på Sundhedscenter Espens Vænge



Hvad siger evalueringen?

- Hvilke metoder virker i forhold til fastholdelse?





- **Nærhedsprincippet**
 - vi bringer sundheden ud til borgerne – sundhedstilbuddene afholdes i borgerens lokalmiljø.
 - Medarbejdernes fysiske placering er afgørende. At deres dagligdag er tæt på borgeren
- **Relationsdannelse**
- **Personlige og tætte opfølgninger –**
 - opringninger ved udeblivelse



- **Sms'er** undervejs i forløbet både med påmindelser om fremmøde men også små opmuntringer
- **Netværk, netværk, netværk...**
- **Fleksibilitet** ift borgerens deltagelse på et forløb – tilpas forløbet efter borgernes ønsker og behov
- **Inddragelse af borgernes egne erfaringer**



To gode eksempler

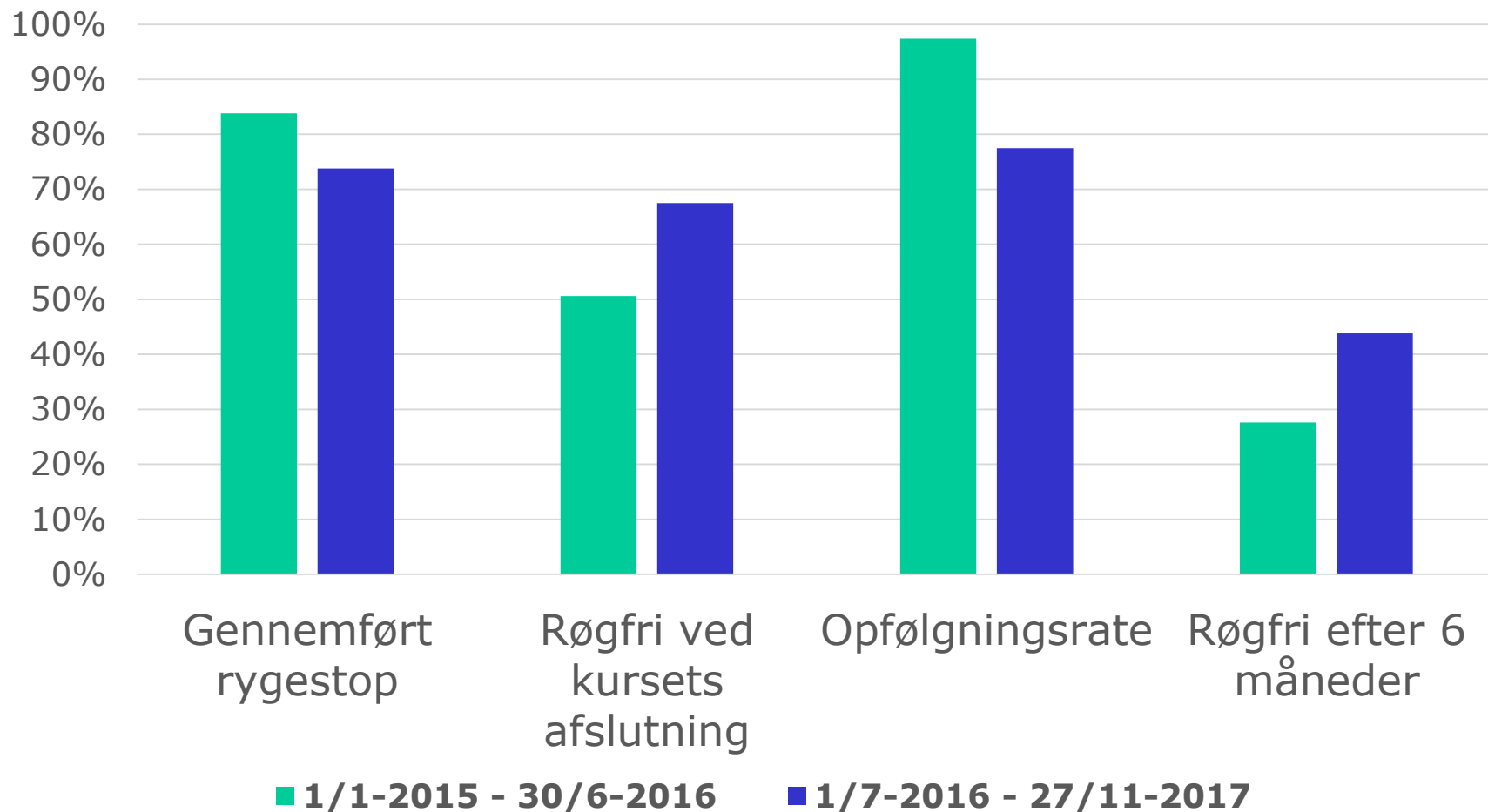
Fastholdelse på rygestop

- Borgerne går på rygestophold så længe de har brug for det
- Nogle er længe om at blive røgfri, andre går der selvom de er røgfri og får støtte.
- Tilskud til nikotinerstatning





Effekten af intensiveret fokus på fastholdelse på rygestophold



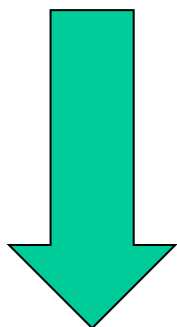


Høje-Taastrup
Kommune



Motion for kvinder

- Peer to peer
- Netværk



20 motionsuvante kvinder
mødes en gang om ugen til
motion og efterfølgende hygge



Fastholdelse på forløbsprogrammer

- KOL 4 x årligt
- Diabetes 5 x årligt
 - Tværfagligt m. deltagelse af sygeplejerske, diætist, ergo- og fysioterapeut
- Foruden forløb i nærområderne



Fastholdelse på forløbsprogrammer

- Historikken omkr. Fremmødet
- Afklarende samtaler
- Gennemgående rolle/kursusleder
- SMS påmindelser
- Andre (og i situationen mere relevante) sundhedstilbud
- Fastholdelsen på KOL og diabeteshold er steget fra 50% til 75% (Målt primo 2016 og ultimo 2017)



sundhedspædagogik

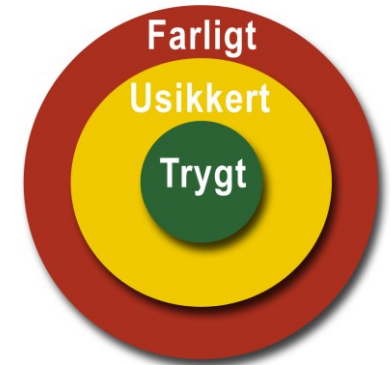
- Kompetenceløft af medarbejdere
- Region Hovedstadens uddannelse
- Interne temadage med fokus på fastholdelse





Sundhedspædagogik

- Værktøjskassen
 - Social læring (Bandura)
 - Motiverende samtale (Rollnick og Miller 2005)
 - Komfortzonen
 - Stages of Changes (Green og Kreuter 1991)
 - Den sundhedspædagogiske jonglør (Engelund et al 2011)





Jonglørrens 4 roller

- Favneren
 - Hyggelig stemning < > undervisning
- Fascillitatoren
 - Slippe fast dagsorden < > styring af slagets gang
- Oversættereren
 - Relevant viden < > så megen viden som muligt
- Igangsættereren
 - Give svar < > støtte deltagerne i selv at finde dem



Deltagerorienteret undervisning

- Borgerne siger:
 - Andres erfaringer er gode
 - Godt at jeg ikke er alene om at have det sådan
 - Vi kom alt for sent i gang med at tale selv



Undervisernes oplevelse

- Stort og stabilt fremmøde
- Engagerede borgere
- Tilfredse borgere
- Mange bolde i luften – travl tid på forløbet
- Behov for hurtigt at kunne ændre dagens program