



Lighed i sundhed

Indsatser i bo- og aktivitetstilbud

Elinor Kyhnauv
Gladsaxe Kommune



Gladsaxe kommunes kommunestrategi

”Gladsaxe Kommune er en sund kommune med sunde borgere, hvor der er mindst muligt sygdom som følge af livsstil og ulykker”

Det er Gladsaxe Kommunes målsætning at kommunens service skal understøtte, at borgerne i videst muligt omfang kan leve et godt, selvstændigt og aktivt liv. Derfor integreres sundhed, forebyggelse og rehabilitering i kommunens tilbud.



Indsats i bo og aktivitetstilbud

Sundhed i fokus i de kommunale bo og aktivitetstilbud i Gladsaxe Kommune:

- To botilbud til sindslidende
- Et botilbud til udviklingshæmmede
- Et botilbud til misbrugere
- To aktivitetstilbud til sindslidende
- To aktivitetstilbud til misbrugere
- Støtteteam





Projekt lighed i sundhed

- Kost
- Motion
- Rygeafvænning

- Primær målgruppe
- Sekundær målgruppe



Sundhedsprofil den primære gruppe

- 33% Svært overvægtige
- 19% hjælp til indkøb
- 43 % stillesiddende i fritiden
- 56 ryger dagligt





Kompetenceudvikling Den sekundær gruppe

- Den anerkende samtale
- Sundheds coach
- Rygeafvænnings-
- instruktører
- Andre særlige faglige kurser





Motion

- Fra motion til bevægelse
- Kropsbevidsthed
- Cykeltur til Skagen
- Nintendo-Wii



kost

- Småt spisende
- Medicin og kost
- Viden om vitaminer
- Spis mere fisk
- Mindre sukker mere frugt
- måltidspolitik





Er borgerne blevet sundere?

- Sundhedsprofil
- Ændret adfærd



Resultater

- Organisation
- Ressourcepersoner
- Rollemodeller



Gode råd

- Ledelserne
- Sammenhæng med andre sundhedstiltag
- Bevidsthed om at være rollemodel
- En metode i de pædagogiske arbejde
- WWW.gladsaxe.dk

