



Forebyggelsesrådet for ældrebefolkningen Beretning for 2019-2020



Indholdsfortegnelse

Indholdsfortegnelse	2
Forebyggelsesrådet 2019-2020	3
Forebyggelsesrådets medlemskreds	3
Økonomi	3
Forebyggelsesrådets initiativer i perioden	4
Fald	4
Stikprøveanalyse	5
Budgetreservation	6
Faldrapport og revideret handlingsplan for faldforebyggelse	6
Ældre, Forebyggelse og Frivillig indsats	6
Overgang til seniorlivet	7
Forebyggelse og Covid-19 pandemien	7
Andre initiativer	7
Høring	7
Borgmesterhenvendelse til Sundheds- og Ældreministeren	7
Afklarende samtaler	7
Temamøde for Social- og Seniorudvalget	8
Nyhedsbrev 60+	8
Løbende orientering om forebyggelsesindsatser	8

Forebyggelsesrådet 2019-2020

Forebyggelsesrådet for ældrebefolkningen har fungeret siden 2014. Rådets opgave er at rådgive Social og Seniorudvalg samt Byråd i det forebyggende arbejde. Forebyggelsesrådets arbejdsområde omfatter både den borgerrettede og den patientrettede forebyggelse.

Forebyggelsesrådets medlemskreds

2019-2020

Seniorrådet: Lisbeth E. Knudsen og Finn Kamper-Jørgensen (formand)

Ældre Sagen, Fredensborg: Jørgen Simonsen og Henrik Nielsen/Niels Søndergaard/Erling Vraa.

DH, Fredensborg: Lis Kofoed

Almen praksis: Henrik Rømer (tiltrådt som medlem i 2018)

Suppleant for Seniorrådets medlemmer: Anette Lewinsky

Suppleant for DH medlem: Inge Zeisner

Henrik Nielsen udtrådte af rådet januar 2019. I stedet tiltrådte Niels Søndergaard. Niels Søndergaard udtrådte af rådet i foråret 2020. I stedet tiltrådte Erling Vraa.

Fra administrationen deltager Ældre og Omsorgschef Hans Bækvang, Leder af Træning og Rehabilitering Benedicte Fenger, Leder af Humlebæk dagcenter Trine Zørn samt Sundhedskonsulent Line Berg Torsbakke fra Center for Kultur, Fritid og Sundhed.

Forebyggelsesrådet betjenes ledelsesmæssigt fra center for Ældre og Omsorg.

Forebyggelsesrådet sekretariatsbetjenes af udviklingskonsulent Pia Sølbeck-Nielsen fra Ældre og Omsorg.

Økonomi

Der er henholdsvis afsat 100.000 kr. i 2019 og i 2020, hvoraf kr. 75.000 årligt anvendes til sekretariatsbetjening af Forebyggelsesrådet.

De resterende 25.000 kr. disponerer Forebyggelsesrådet selv over til afholdelse af temamøder, honorar til praktiserende læge og særligt sagkyndige, jf. ovenfor, diæter, forplejning o.lign.

I beretningsperioden har rådet holdt 6 møder i alt. 4 møder i 2019 og 2 møder i 2020. At der kun er holdt 2 møder i 2020 skyldes Covid-19 situationen.

Forebyggelsesrådets initiativer i perioden

Forebyggelsesrådet har i beretningsperioden arbejdet med flere temaer. Blandt andet kan nævnes:

- Fald
- Overgang til Seniorlivet
- Ældre, Forebyggelse og Frivillig indsats
- Covid-19 pandemien og forebyggelse

Særligt arbejdet omkring fald har været et tema, der er arbejdet meget med i de to forgangne år.

Temaerne vil blive uddybet i beretningen.

Fald

Allerede tilbage i slutningen af 2018 besluttede Forebyggelsesrådet at sætte et øget fokus på forekomsten af fald hos ældre og mulige indsatser for at forebygge fald.

Forebyggelsesrådet nedsatte derfor en arbejdsgruppe, som skulle udarbejde et udkast til en handlingsplan for fald. Arbejdsgruppen bestod af Finn Kamper-Jørgensen, Jørgen Simonsen, Benedicte Fenger samt Ronnie Skat Persson (faldforebyggelseskonsulent).

Handlingsplanen blev forelagt for Social- og Seniorudvalget i marts, som på denne baggrund besluttede at iværksætte følgende af handlingsplanens 2 punkter:

- 1) Gennemførelse af en stikprøveanalyse blandt udvalgte borgergrupper i kommunen. Her kunne relevante medarbejdere i kommunen i en given periode på højst 2 uger registrere alle faldepisoder (Hjemmepleje, plejehjemsbeboere og borgere, der har kontakt med træning).
- 2) Opfordringen til at deltage i faldregistrering vil kunne ske via det digitale nyhedsbrev 60+ og/eller via udlevering af skema i almen lægepraksis (90 % af ældre ser deres praktiserende læge årligt).



På Forebyggelsesrådsmødet i maj 2019 blev det besluttet, at stikprøveanalysen skulle gennemføres i efteråret 2019 og at der i forhold til planlægning og gennemførelse af stikprøveanalysen blev nedsat en administrativ projektgruppe.

Projektgruppens deltagere kom fra Træning og Rehabilitering, forebyggelseskoordinatorer, hjemmeplejen, plejecenter, dagcentre, kommunens tilgængelighedskonsulent samt forebyggelsesrådets sekretær.

Formand Finn Kamper-Jørgensen har holdt møde med direktør Thomas Barfod og formand for infrastruktur- og teknikudvalget Freja Kristensen den 8. august 2019. I mødet deltog også

teamleder Jacob Hansen Wrisberg og Pia Sølbeck-Nielsen. På mødet blev faldulykker i det offentlige rum drøftet, og om det var muligt at indberette fald på kommunens "Giv et tip".

Stikprøveanalyse

Indenfor en afgrænset tidsperiode (2 uger) og ressourceramme blev der tilrettelagt en interviewundersøgelse via den ældre borgers udfyldelse af et fast struktureret, digitalt spørgeskema. Målgruppen for undersøgelsen var alle ældre 65+ - årige.

I spørgsmålene søges oplysning om:

- Alder og køn
- Fald inden for det seneste år – og stedet for fald
- Konsekvensen af faldet, herunder knoglebrud og andre skader
- Helbredsmæssige risikofaktorer hos den ældre
- Risikoomstændigheder på faldstedet
- Hjælp efter faldet

Opfordringen til ældre borgere om at deltage i undersøgelsen via udfyldelse af skemaet skete gennem en række informationskilder:

- Digitalt nyhedsbrev til ældrebefolkningen, udsendt af kommunen til ældre, der har ønsket dette nyhedsbrev via mail (ca. 3.000 ældre)
- Oplysning om digital adgang til skemaet blev udbredt via biblioteker og almen praksis
- Deltagelse i spørgeskemaundersøgelsen kunne ligeledes tilgås fra kommunens dag- og aktivitetscentre, forebyggelseskoordinatorerne, de trænende terapeuter, hjemmeplejen og plejecentrene.

Stikprøvens resultater

Ud af kommunes ca. 9.500 ældre 65+ årige bidrog 17 % med svar, i alt 1.569 personer. Opgørelsen viser, at hver tredje ældre 65+ er faldet i løbet af det seneste år – tallet er størst for de 80+ årige, hvor næsten hver anden ældre er faldet.

Med baggrund i 2019-stikprøveundersøgelsen estimeres det, at der i blandt Fredensborg Kommunes ældrebefolkning 65+ på 9.500 personer årligt forekommer omkring 500 knoglebrud, 250 forstuvninger, 530 tilfælde med "slog hovedet" samt 1.100 tilfælde med lettere tilskadekomst. I undersøgelsen har der været sat fokus på individuelle, helbredsmæssige risikofaktorer hos den ældre samt på omstændigheder ved fald og hvor faldet fandt sted.

De fleste – 61 % er faldet på et hjemligt område, samlet set er det 45 % der er faldet inden for i hjemmet. Hver fjerde – 26 % - er faldet på et offentligt trafikområde. I 13 % af faldene har der været tale om ujævn belægning på gangsti, fortov mv.

To ud af tre ældre oplyser, at de har kronisk sygdom, tallet er højest hos de 80+ årige. Andre individuelle risikofaktorer for fald omfatter forekomst af svimmelhed. Det findes hos hver sjette ældre.

Forebyggelsesrådet blev præsenteret for resultaterne på Forebyggelsesrådets møde i maj 2020. På mødet besluttede Forebyggelsesrådet, at undersøgelsens resultater skulle offentliggøres i form af en rapport. Forebyggelsesrådet nedsatte en gruppe til dette arbejde bestående af Finn Kamper-Jørgensen, Kirsten Stougaard (udviklingskonsulent), Benedicte Fenger, Ronni Skat Persson og Pia Sølbeck-Nielsen.

Budgetreservation

Sideløbende med udarbejdelse af faldrapporten indgav Forebyggelsesrådet hørings svar til både 1. og 2. runde til budgetforhandlinger, hvor Forebyggelsesrådet på baggrund af undersøgelsens resultater anmodede om en budgetreservation.

I hørings svaret foreslog Forebyggelsesrådet for Ældrebefolkningen, at der på kommunens budget reserveres 100.000 kr. i hvert af årene 2021 og 2022 til intensiveret faldforebyggelse for ældrebefolkningen. Pengene frigøres, når konkrete forslag i rådets flerårige handlingsplan er godkendt af Social- og Seniorudvalget.

I forbindelse med budgetforliget blev der bevilliget kr. 100.000.



Faldrapport og revideret handlingsplan for faldforebyggelse

På mødet i Forebyggelsesrådet i september 2020 blev indsatserne fra faldrapporten drøftet i forhold til handleplanen, herunder også finansiering. Rådet besluttede, at handlingsplanen skulle tilrettes således, at den tager udgangspunkt i analysens talgrundlag og at anbefalingerne fra faldrapporten skrives ind i handleplanen. Til dette arbejde blev der nedsat en arbejdsgruppe bestående af Finn Kamper-Jørgensen, Benedicte Fenger og Pia Sølbeck-Nielsen.

Faldrapporten blev offentliggjort i november 2020 sammen med en pressemeddelelse fra Fredensborg Kommune.



Ældre, Forebyggelse og Frivillig indsats

Forebyggelsesrådet havde på mødet i december 2019 en idé drøftelse omkring forebyggelse og frivillige indsatser hos ældre. Rådet drøftede emnet for at tage stilling til, om der i løbet af 2020 skal udarbejdes en samlet udviklingsplan omkring forebyggelse og frivillige indsatser.

Forebyggelsesrådet havde som inspiration til emnet inviteret Peter Søndergaard (leder af frivilligcentret) til at fortælle om centrets nuværende arbejde og tanker omkring det.

Rådet havde en orienterende drøftelse og konkluderede, at det er vigtigt at afklare målgruppen for indsatsen. Rådet drøftede særligt gruppen af sårbare borgere i eget hjem samt temaer til en fremtidig drøftelse omkring frivillige indsatser hos ældre.

- Det konkrete samarbejde med Frivilligcentret Fastholdelse af aktivitet efter kommunale tilbud og kurser
- Etniske minoriteter
- Patientforeningernes dialog fora
- Folkeoplysning om frivillige indsatser
- Koordinering mellem kommunale tilbud og frivillige indsatser
- Lokalekortlægning i kommunen omkring foreningslokaler i Fredensborg Kommune

Finn Kamper-Jørgensen, Peter Søndergaard og Pia Sølbeck-Nielsen har i forsommeren 2020 mødtes for at tale om initiativer sammen med frivilligcentret og patientforeninger. Arbejdet er dog blevet udskudt på grund af Covid-19 situationen.

Overgang til seniorlivet

På mødet i Forebyggelsesrådet i september 2020 fortalte Lisbeth Knudsen om overgangen til seniorlivet. Rådet havde på mødet en indledende drøftelse, som mundede ud i en beslutning om, at det bør overvejes, hvordan informationerne til ældrebefolkningen om tilbud i kommunen kan forstærkes i fremtiden.

Herudover var ønske fra Forebyggelsesrådet om, at der blev udarbejdet en oversigt over motionsruter og at der evt. bliver flere markerede motionsruter i kommunen.

Der blev ligeledes peget på de eksisterende tilbud; Forebyggende hjemmebesøg, Genstart og pensionistguiden.

Forebyggelse og Covid-19 pandemien

Covid-19 epidemien, der i Danmark begyndte i 2020, har været på Forebyggelsesrådets dagsorden i 2020. Kommunen har etableret en særlig indsatsgruppe for at forebygge spredning af epidemien. Forebyggelsesrådet er af administrationen løbende blevet orienteret om situationen på ældreområdet i kommunen i og har haft mulighed for at kommentere situationen. Der er bl.a. 2 gange udsendt et ekstraordinært digitalt nyhedsbrev til ældrebefolkningen om indsats og gældende restriktioner.

Da træningscentrene lukkede ned i kommunen, havde træningsenheden bl.a. udarbejdet et hjemme træningsprogram, som man kunne tilgå via det udsendte nyhedsbrev.

Andre initiativer

Høring

Forebyggelsesrådet besluttede på mødet i december 2019 at indgive høringssvar til høringsmateriale vedr. Kultur-, Fritids- og Sundhedspolitik 2019-2022.

Borgmesterhenvendelse til Sundheds- og Ældreministeren

Borgmester Thomas Lykke Pedersen den 2. marts 2020 sendt brev til Sundheds- og ældreminister Magnus Heunicke om Forebyggelsesrådet for Ældrebefolkningen i Fredensborg Kommune.

Afklarende samtaler

Benedicte Fenger orienterede Forebyggelsesrådet på mødet i december 2019 om de afklarende samtaler i kommunen. Alle borgere, der henvises enten direkte til en afklarende samtale eller til et forløbsprogram i Træning og Rehabilitering tilbydes en afklarende samtale. Der er også borgere, der selv henvender sig til dette tilbud. Antallet af borgere, der henvises til dette tilbud, er støt stigende og inkluderer borgere over 18 år med andre kroniske diagnoser end Hjertesygdomme, KOL, kræft, diabetes og rygproblemer. Almen praksis vil gerne have tæt dialog med kommunen omkring forebyggelse og forebyggende tilbud i kommunen. Træning og rehabilitering er opmærksom på dette fx i epikriser, når borgeren giver samtykke hertil.

Temamøde for Social- og Seniorudvalget

Forebyggelsesrådet planlagde i 2020 temamøde for Social- og Seniorudvalget med temaet fald og forebyggelsesrådets arbejde. Temamødet var planlagt til efteråret 2020, men måtte desværre udsættes på ubestemt tid på grund af Covid-19 situationen.

Nyhedsbrev 60+

Forebyggelsesrådet giver løbende input til Nyhedsbrev 60+ omkring forebyggelse til ældrebefolkningen.

Løbende orientering om forebyggelsesindsatser

Det er et fast punkt på forebyggelsesrådets dagsorden, at der orienteres om kommunale aktiviteter vedr. forebyggelse, som også kan spille en rolle for forebyggelse på ældreområdet. Sådanne orienteringer kan efterfølgende give anledning til initiativer.

Der har i 2019 og 2020 været orienteret om en række temaer, bl.a.:

- Sundhedsstyrelsens såkaldte forbyggelsespakker, der på en række områder giver anbefalinger til forebyggende indsats, - også i kommuner.
- Sundhedsaftale 2019 – 2023 for Region Hovedstaden. Aftalen har til formål at udvikle og implementere sammenhængende indsatser mellem almen lægepraksis, sygehusvæsenet og den kommunale sundhedsindsats. Betydningen af sammenhængende forløbsprogrammer med patientrettet forebyggelse for de store sygdomsgrupper er blevet fremhævet af vor kommune.
- Årsmøde 2019 i kommunen med almen lægepraksis. Forebyggelsesrådets arbejde blev præsenteret.
- Ældrebefolkningens sundhedsprofil er blevet gennemgået.
- Forebyggelseskomponenterne i kommunal demografireguleret budgetlægning er i notatform tilgået økonomi forvaltningen som led i kommunens nye model for demografireguleret budget.
- Strategien og indsatsen for "Bevæg dig for livet" er blevet kommunalt vedtaget. Forebyggelsesrådet har tidligere udarbejdet en handlingsplan for at fremme ældres fysiske aktivitet.
- Der er orienteret om fjernmonitoreret hjemmetræning.

FOTO forside: Colourbox