

Forebyggelses- og Seniorudvalget

Til udvalgets møde 6. september 2018 er der følgende orienteringssager.

Fra Center for Sundhed og Ældre.

3. a): Huskeugen i uge 38 – et nyt initiativ på demensområdet

Under overskriften "Huskeugen", vil Slagelse kommunes dygtige aktører og interessenter på demensområdet i uge 38 sætte fokus på de tilbud, der i kommunen er til mennesker med demens og deres pårørende.

Tanken og formålet bag "Huskeugen" er dels inspireret af Alzheimer foreningens årlige landsindsamling, "Huskedagen", d. 22. september, dels af "Den Nationale Demenshandlingsplan 2025 – Et trygt og værdigt liv med demens". Demenshandlingsplanen er i kommunerne implementeret i forskellige grader, men ét af de tre mål i den er, at Danmark skal have 98 demensvenlige kommuner. Dette foreslås blandt andet nået ved, at: "...kommunernes vifte af tilbud på demensområdet er let tilgængelig for mennesker, der rammes af demens, og deres pårørende, og det samme er information om, hvor man kan få rådgivning til at komme videre". Dette vil "Huskeugen" være medvirkende til.

De foreløbige aktiviteter i "Huskeugen" spænder bredt. Der vil blandt andet blive afholdt foredrag på to apoteker om de medicinske tilbud til mennesker med demens; et foredrag om demensomsorg; en hjælpemiddel- og teknologimesse. Der vil være åbent hus i dagcentre og på enkelte plejecentre, hvor man også kan tale med en demenskonsulent; tilbud om fysisk aktivitet på et aktivitetscenter, og åbent hus i den velfærdsteknologiske udstillingslejlighed.

3. b): Døgnrytmelys, status:

Døgnrytmelys på Quistgården er installeret og taget i brug fra uge 32. Løsningen er etableret på fællesområderne i to af de tre afdelinger. Det er endnu for tidligt at evaluere på brugen af døgnrytmelyset, men de foreløbige indtryk er positive.

På Skovvang forventes installation påbegyndt i uge 37.

3. c): Status efter 2 år med ABC for Mental Sundhed i Slagelse Kommune:

Sundhed handler ikke kun om hvor mange gulerødder vi spiser og hvor langt vi løber. At have det godt, trives og fungere i hverdagen er lige så vigtigt som at være fysisk sund. I Danmark har vi ofte fokus på behandling og forebyggelse med fokus på risici for sygdom. Men både nationale og internationale eksperter peger på, at hvis kurven med stigende antal psykiske lidelser skal knækkes, er vi nødt til at investere og prioritere mental sundhedsfremme.

Slagelse Kommune indgik i 2016 i partnerskabet ABC for mental sundhed, som består af en række andre kommuner, foreninger, organisationer og Statens Institut for Folkesundhed.

ABC for mental sundhed er den største forskningsbaserede indsats med fokus på mental sundhedsfremme i Danmark. Forskningen viser, at det at gøre noget aktivt, gøre noget sammen og gøre noget meningsfuldt er afgørende for en god mental sundhed.

- A) Gør noget aktivt – vær fysisk, mentalt, kulturelt og socialt aktiv. Dans, løb, spil kort, læs en bog, gå en tur i naturen, tag trappen.
- B) Gør noget sammen – bliv medlem af en bogklub, gå til madlavning, deltag i aktiviteter i dit lokalsamfund, dyrk holdsport, gå på cafe med en ven.
- C) Gør noget meningsfuldt – lær noget nyt, giv dig selv en udfordring, hjælp en nabo, lav frivilligt arbejde.

Følgende artikel som er skrevet af forskerne - <http://theconversation.com/heres-a-mental-health-workout-thats-as-simple-as-abc-98124> konkluderer, at ABC budskaberne har stor betydning i forhold til borgernes mentale sundhed.

I Slagelse Kommune er der i perioden brugt meget tid på oplysning om ABC bl.a. ved afholdelse af oplæg og workshops samt udvikling af diverse materialer, der oplyser om vigtigheden af budskaberne i ABC. Derudover er der igangsat forskellige aktiviteter, der alle har fokus på ABC tilgangen og hele Sundhedsugen i 2018 har fokus på mental sundhed herunder ABC. Den enkle ramme og det fælles sprog har gjort, at der er igangsat mange tværgående samarbejder/aktiviteter på tværs af fagcentre samt med eksterne aktører.

Nordea Fonden har givet tilskud til endnu en udviklingsperiode på 3 år hvor der arbejdes videre på udbredelse i kommunerne.

Mere viden: <https://www.altinget.dk/sundhed/artikel/seniorforsker-mental-sundhed-er-et-samfundsproblem-saa-hvorfor-sover-vi-i-timen>