

REFERAT Sundheds- og Forebyggelsesudvalget - 2022-2025 d. 08-10-2025

Mødedato Onsdag d. 08. oktober 2025 kl. 08:30

Mødested Seniorcenter Gulkrog, Multirummet, Gulkrog 9-11, 7100 Vejle

Indholdsfortegnelse

Fællesmøde mellem Sundheds- og Forebyggelsesudvalget og Seniorudvalget.....	3
Digital godkendelse af beslutningsprotokol.....	6

Punkt 66: Fællesmøde mellem Sundheds- og Forebyggelsesudvalget og Seniorudvalget

27.00.00-P00-4-24

Resumé

Sundheds- og Forebyggelsesudvalget og Seniorudvalget holder et fællesmøde for at sætte fokus på og drøfte potentielle fælles dagsordener og projekter omkring sundhed og forebyggelse. Der er afsat 1 time til mødet.

Sagsfremstilling

I forbindelse med udarbejdelsen af den nye sundhedspolitik, som netop er vedtaget, har Sundheds- og Forebyggelsesudvalget en ambition om, at komme i tættere dialog med de øvrige politiske udvalg om potentielle fælles dagsordener og projekter omkring sundhed og forebyggelse.

Sundheds- og Forebyggelsesudvalgets besluttede på deres udvalgsmøde den 8. september 2025, at de ønsker at drøfte to projekter med Seniorudvalget, som de to forvaltninger samarbejder omkring, og som begge viser potentialer og resultater. Begge projekter er gjort til en del af 'Fremtidens ældrepleje - velfærd i centrum'.

“Fremtidens Ældrepleje – Velfærd i Centrum” blev vedtaget af Byrådet den 19. juni 2024, hvor Byrådet besluttede at afsætte 50 mio. kr. i en drifts- og investeringspulje til seniorområdet til projekterne.

På den baggrund besluttede Seniorudvalget den 4. september 2024, at midlerne skal målrettes de fem strategiske fokusområder:

1. Forebyggelse under overskriften Træning og trivsel for alle ældre i Vejle Kommune.
2. Frisatte lokalplejehjem.
3. Bedre facilitering og inddragelse af frivillige.
4. Investering i teknologi, renovering og forskønnelse.
5. Investering i tilknytning og kompetenceløft.

Projekterne er etableret i samarbejde med sundhedsområdet

Mødets fokus og program

De to tiltag, som fællesmødet har fokus på er:

1. Træning og trivsel for ældre i Vejle Kommune - hård fysisk træning til ældre
2. Bedre facilitering og inddragelse af frivillige - aktivitetskoordinatorer på aktivitetshusene

Der er afsat 1 time til mødet.

Mødet indledes med en fælles rundvisning på Seniorcenter Gulkrog, hvor udvalgene ser nogle af faciliteterne og nogle af de aktiviteter, der foregår på Seniorcenter Gulkrog. Derefter præsenteres udvalgene kort for de to projekter, og der lægges op til politisk drøftelse.

Programmet for fællesmødet er:

1. Præsentation og rundvisning på Seniorcenter Gulkrog med fokus på stedet, og hvordan der arbejdes med brugerstyrede aktivitetshuse
2. Kort introduktion til de to projekter v/direktørerne
3. Fælles drøftelse af begge samarbejder og muligheder for eventuel udvidelse af projekterne

De to projekter

Seniorudvalget fik på udvalgsmødet 10. september 2025 en status på projekt brugerstyrede aktivitetshuse. Sundheds- og Forebyggelsesudvalget får en tilsvarende status på udvalgsmødet 6. oktober 2025. Projektet Træn dig Stærk er der ikke tidligere af rapporteret om.

Træning og trivsel for ældre i Vejle Kommune - hård fysisk træning til ældre

Målet med projekt ”Træn dig stærk” er at højne trivsel og sundhed samt forebygge behovet for hjælp til at håndtere hverdagen blandt alle borgere på 65+ år, som bor i eget hjem og har risiko for tab af funktionsevne. Gennem styrketræning, med den rette belastning, øges evnen til at reagere hurtigt, og der opnås bedre forudsætning for at afværge fald, rejse sig uden at bruge armene, klare trapper osv.

Projektet ”Træn dig stærk” er igangsat på baggrund af Seniorudvalgets beslutning den 4. september 2024, og endelig godkendt i Økonomiudvalget i januar 2025 om at arbejde med forebyggelse under overskriften ”Træning og trivsel for alle ældre i Vejle Kommune”. Beslutningen bygger på en række gode erfaringer med styrketræning til ældre. Der er afsat 5,4 mio. kr. til projektet.

I 2023 gennemførte Genoptræningen i Sundhed en prøvehandling med 2 måneder superviseret hård styrketræning til ældre med funktionsniveau 1, dvs. de får hjælp af hjemmeplejen til fx rengøring og tøjvask. Resultaterne af prøvehandlingerne var gode: Øget maksimal styrke med 15 - 156%, forbedret gang og øget gangdistance, lettere ved dagligdagsaktiviteter som at gå på trapper, rejse-sætte-sig og tørre hår, forbedret velvære i kroppen, øget træningsglæde samt glæden ved socialt samvær.

Med udgangspunkt i de gode resultater fra prøvehandlingen ansøgte Vejle, Fredericia og Kolding Kommune i 2024 om midler fra Sygehus Lillebælt Klyngen til at fortsætte arbejdet med hård styrketræning til ældre - og fik det bevilliget. I Vejle Kommune er ”Idræt i dagtimerne” partner, hvor de har en særlig rolle som brobygger til civilsamfundet, mens Sygehus Lillebælt har en aktiv rolle i forhold til opsporing af de rette borgere til træningsprojektet. Projektet arbejder henimod flere bæredygtige modeller, hvor en varig forankring primært ligger i civilsamfund og eksisterende kommunal drift. Dette projekt afsluttes med udgangen af 2025, hvorefter der udarbejdes en evaluering.

Projektet ”Træn dig stærk” bygger videre på det igangsatte arbejde fra Sygehus Lillebælt Klyngen. I 2025 og frem til nu er der arbejdet med at etablere de rette rammer for at tilbyde træning til alle 65+ årige borgere i Vejle Kommune. Første milepæl i projektet er, at fem aktivitetshuse på plejecentre fordelt i Vejle Kommune ved årsskiftet skal være klar med træningstilbud.

De fem aktivitetshuse tilbyder forskellige former for træning, men alle med træningsprogrammer der har fokus på at styrke muskelmassen hos deltagerne. Flere fælles elementer indgår i træningen: fem styrketræningspunkter (ben, baller, skulder, hånd og coremuskulaturen), styrkelse af bevægelighed, smidighed samt balance.

- Rosengården med fokus på funktionel træning
- Hovergården med fokus på celletræning med 5-6 stationer
- Kastanjehaven med fokus på cirkeltræning
- Aagaarden med fokus på udetræning
- Stensvang med fokus på mobil træning og yoga

Der arbejdes lige nu på at rekruttere frivillige, der skal forestå træningen i aktivitetshusene. Rekrutteringen sker i samarbejde med projektet ”Frisættelse af Plejecentre”, hvor der arbejdes for brugerstyret tilgang via etablering af et husråd. De frivillige instruktører undervises af terapeuter i de specifikke rammer, hvor de skal fungere som frivillige.

Samtidig har den frivillige træner også en vigtig rolle i at styrke træningsfællesskabet i aktivitetshusene. Det social samvær før, under og efter træning er en vigtig brik i styrkelsen af sundheden og trivslen, og samtidigt kan værdien af fællesskabet være en betydelig faktor i forhold til at fastholde de ældre i træningsaktiviteten.

Næste skridt bliver at opspore de borgere, der kan have gavn af tilbuddet. Der arbejdes på flyers, som kan uddeles f.eks. via genoptræning, ambulatorier, praktiserende læger, forebyggende hjemmebesøg og Sundhedskurser.

Der planlægges med løbende evaluering af indsatsen via fysiske test og spørgeskemaundersøgelse. De fysiske test vil fokusere på effekten af den muskelopbyggende træning, mens et spørgeskema skal klarlægge hvad der fastholder borgeren i træningstilbuddet og hvad et eventuelt deltagerfrafald kan skyldes.

Projekt ”Træn dig stærk” er økonomisk forankret i senior. Sundhedsafdelingen deltager med faglig projektledelse.

Indsatsen forventes udvidet til alle aktivitetscentre i samarbejde med projektet om aktivitetscentrene. Men indsigten i, at tung styrketræning er afgørende for at bevare og evt. forbedre sin funktionsevne kan formidles og implementeres i alle idrætsforeninger, foreninger og fitnesscentre hvor seniorer mødes.

Det vil kræve, at der er tilgængelig undervisning for de frivillige instruktører og en mulighed for sparring, så den enkelte frivillige kan søge hjælp hos en fysioterapeut, hvis de er i tvivl om en øvelse til fx en med gigt i knæet eller en halvsidig lammelse. Nogle steder vil det også være gavnligt at understøtte rekrutteringen af frivillige og evt. etablering af et

netværk for de frivillige. Indsatsen kan eksempelvis forankres i Idræt i dagtimerne i samarbejde med fysioterapeuterne i Sundhedsafdelingen.

Bedre facilitering og inddragelse af frivillige - aktivitetskoordinatorer på aktivitetshusene

Formålet med projekt Brugerstyrede aktivitetshuse er:

- At åbne aktivitetshusene (nuværende dagcentre/aktivitetscentre) mere op mod lokalsamfundet
- At gøre aktivitetshusene mere brugerstyrede så lokale, frivillige kræfter i højere grad skaber rammerne om samlingsstederne
- At hvert aktivitetshus får flere aktiviteter. Derfor får de deres eget aktivitetsbudget i projektperioden

Der er to aktivitetskoordinatorer, ansat under seniorområdet, tilknyttet projektet, som har til opgave at understøtte projektet og hjælpe aktivitetshusene i gang. derudover samarbejder Sundhedsforvaltningen med aktivitetskoordinatorerne med henblik på at koordinere lokale aktiviteter, sikre samspil og opsporing af relevante deltagere i det forebyggende arbejde. Projektet løber fra 2025-2027, og der afsat 13,94 mio. kr. til projektet.

Målgruppen for brug af aktivitetshusene er borgere over 60 år fra lokalområdet. Beboere på plejecentre, som ligger i tilknytning til aktivitetshusene, er velkomne til at benytte tilbud og deltage i aktiviteter, hvis de har ressourcer til det. De er dog ikke den primære målgruppe for projektet.

Hvert aktivitetshus får et husråd, der oprettes som en selvstændig forening, som består af frivillige medlemmer. Husrådet skal sætte retningen for aktivitetshuset og være med til at beslutte, hvilke aktiviteter, der tilbydes og har ansvaret for husets budget. På nogle aktivitetshuse oprettes der nye husråd og på andre aktivitetshuse, er det de eksisterende centerråd eller venneforeninger, som får status af husråd.

Klima og resiliensvurdering

Ingen bemærkninger.

Sagens videre forløb

Sagen skal alene behandles i Sundheds- og Forebyggelsesudvalget og Seniorudvalget.

Deltager i sagens behandling

Direktør for Kultur og Sundhed Sofie Plenge og Velfærdsdirektør Anne Mette Lund præsenterer sagen. Aktivitetskoordinatorer Mathias Haarbo Andersen og Centerleder Maybritt Hørup deltager i rundvisning af aktivitetsfaciliteterne.

Indstilling

Kultur- og Sundhedsdirektøren indstiller

at temaerne på fællesmødet drøftes.

Beslutning

Drøftet.

Claus Behrendsen og Eva With deltog ikke i sagens behandling.

Punkt 67: Digital godkendelse af beslutningsprotokol

00.22.04-A00-1-22

Sagsfremstilling

Beslutningsprotokollen godkendes elektronisk i First Agenda.

Indstilling

Kultur- og Sundhedsdirektøren indstiller

at den digitale beslutningsprotokol godkendes.

Beslutning

Godkendt.

Claus Behrendsen og Eva With deltog ikke i sagens behandling.