



# PROJEKT AKTIVE FÆLLESSKABER

*Nyhedsbrev - april 2021*

Til partnere, deltagere og andre interesserede i projekt Aktive Fællesskaber. Her følger et nyhedsbrev om igangværende og kommende aktiviteter i projektet.

God læselyst!

## Projekt 'Aktive Fællesskaber' skudt godt i gang

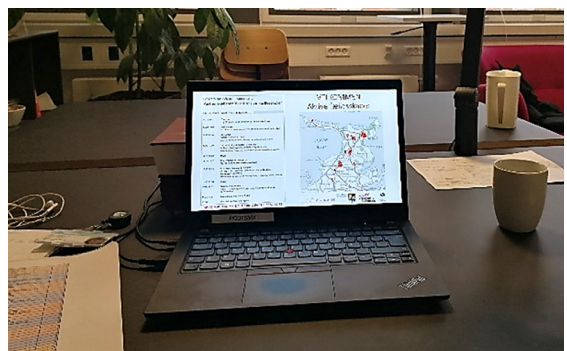
Kort før påske blev partnerskabsprojektet Aktive Fællesskaber mellem Odsherred Kommune, TrygFondens Center for Aktiv Sundhed, Steno Diabetes Center Sjælland og Det Sektorfri Forebyggelseslaboratorium kickstartet med et spændende online arrangement.

Over 50 deltagere var samlet på skærmen, blandt andet 20 lokale patientorganisationer og idrætsforeninger, ledere og medarbejdere fra Odsherred Kommune og forskere.

Til inspiration for det kommende udviklingsarbejde, var Chris MacDonald inviteret til at give et inspirerende oplæg om motivation og fællesskaber, Rune Martens Andersen fra Slagelse Sygehus til at give et indblik i brugen af digitale løsninger til at understøtte fastholdelse i træningstilbud, samt Line Kremmer Pedersen fra Center for Holdspil til at give et oprids af de vigtigste fund i rapporten 'Implementering af brobygning fra kommunalt træningsforløb til idrætsforeninger eller idrætstilbud'.

Fra evalueringen af kick-off kan det fremhæves, at næsten alle deltagere synes det var relevant at deltage, og at de fortsat har lyst til at være med i projektet. Men også at deltagere kom med mange forskellige udgangspunkter:

*"Vi er mange forskellige steder.  
Der kommer et stort arbejde."*



Flere deltagere har kommenteret, at de har noget relevant at bidrage med:

*"Jeg deltog, fordi jeg mener at vores forening kan bidrage med noget i dette projekt."*

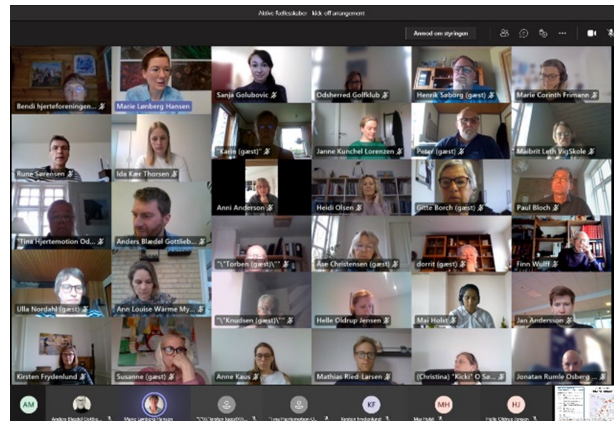
Der var mange der ønskede mere tid til drøftelser i grupperummene, og det tager projektgruppen selvfølgelig med videre til planlægningen af de kommende arrangementer.

*"Det var et super godt arrangement, men der kunne godt have været mere tid til gruppedrøftelserne. De var meget korte, så det var svært at nå så meget. Og man havde lyst til meget mere dialog."*

Fra projektgruppen skal der lyde en stor tak for den energi, nysgerrighed og interesse for projektet, som vi mærkede til arrangementet.

Vi ser meget frem til den kommende samskabelsesproces, hvor vi i fællesskab skal undersøge og udvikle brobygningen til gavn for borgerne.

[Læs mere om kick-off arrangementet](#)



## Viden om projektet - også på hjemmeside

Formålet med projekt Aktive Fællesskaber er at udvikle og afprøve en model for brobygning mellem kommunale forebyggelsestilbud og motionstilbud i civilsamfundet. Målet er, at flere borgere med type 2-diabetes, hjertekarsygdomme eller svær overvægt fortsætter med at være fysisk aktive efter endt kommunalt forløb. Det skal også undersøges, om man kan inddrage digitale løsninger til at styrke brobygningen og/eller fastholdelsen.

I projektet tror vi på, at hvis vi skal skabe bæredygtige og relevante løsninger for målgruppen, skal alle relevante aktører inddrages i udviklingen af en styrket brobygning. Derfor er der planlagt en samskabelsesproces, hvor vi gennem en række workshops i fællesskab og ligeværdigt skal udvikle og afsøge muligheder for brobygningsaktiviteter.

Der vil snarest komme nærmere information om tidspunkt, indhold og deltagerkreds til disse workshopaktiviteter.

Til kick-off arrangementet gav flere deltagere udtryk for, at de ønskede mere viden om projektet, målgruppen og initiativtagerne. Udover den information om projektet og partnerne, som du kan læse i dette nyhedsbrev, planlægges med løbende at dele viden på forskellige platforme.

Der vil bl.a. blive etableret en hjemmeside for projektet, hvor der vil ligge informationer, links og dokumenter relateret til projektet. Hjemmesiden vil være klar i løbet af maj måned.

[Læs mere om projektet allerede nu](#)

## Puljemidler til projektet

Der er stor interesse for projekt Aktive Fællesskaber - også eksternt. Vi har bl.a. modtaget puljemidler fra hele to puljer i starten af året, nemlig 810.000 kr. fra Steno Diabetes Center Sjællands forskningspulje og 1 mio. kr. fra Danske Regioners Forebyggelsespulje.

Således er der nu et ekstra godt grundlag for at sikre den lokale implementering og forankring i lokalsamfundet i Odsherred, bl.a. ved at have ekstra ressourcer til udviklingsaktiviteter lokalt. Samtidig er der nu også ekstra gode muligheder for at udbrede de gode erfaringer fra projektet, både ved at styrke forskningsaktiviteterne i projektet og ved at have ressourcer til formidling og udbredelse.

## Hvem er partnerne?

### Trygfondens Center for Aktiv Sundhed

TrygFondens Center for Aktiv Sundhed (CFAS) vil med udgangspunkt i forskning udvikle nye træningsformer, der kan anvendes som behandling af en række kroniske sygdomme, som fx type-2 diabetes og hjertekar-sygdomme. I nogle tilfælde har træning som behandling vist sig helt at kunne erstatte medicin, og i andre tilfælde kan træningen fungere som supplement til en traditionel medicinsk behandling.



I dag findes der betydelig viden om effekten af træning hos raske personer - og særligt sportsfolk. Men der er stadig mange ubesvarede spørgsmål, når det handler om personer med alvorlige, længerevarende sygdomme. Samtidig er det forbundet med store udfordringer at overføre resultaterne fra superviseret træning til situationer, hvor den enkelte person træner på egen hånd - og sidstnævnte træningsform er langt den billigste og letteste at udbrede.

I projekt Aktive Fællesskaber ønsker CFAS bl.a. at få erfaringer med metoder til at understøtte fastholdelse af borgere i at være fysisk aktive ved at styrke brobygningen fra de kommunale træningstilbud til motionstilbud i foreningslivet. I projektet står CFAS for den daglige koordinering og fremdrift i projektet, ligesom de leder de forskningsmæssige aktiviteter i projektet.

Læs mere på [aktivsundhed.dk](http://aktivsundhed.dk) eller på Facebook og LinkedIn:



### Det Sektorfri Forebyggelseslaboratorium

Det Sektorfri Forebyggelseslaboratorium samler forskellige aktører og understøtter partnerskabsprojekter med henblik på at afprøve forebyggelsestiltag både i og udenfor sundhedsvæsenet og på tværs af sektorer.





Forebyggelseslaboratoriet bliver drevet af Region Hovedstaden på vegne af alle regionerne.

Forebyggelseslaboratoriet har en forskergruppe, der understøtter partnerskabsprojekter i forbindelse med udvikling, implementering og evaluering af indsatser på forebyggelsesområdet. Sekretariatet understøtter partnerskabsdannelse og formidler Forebyggelseslaboratoriets erfaringer.

I projekt Aktive Fællesskaber står Det Sektorfri Forebyggelseslaboratorium for facilitering og opsamling på samskabelsesprocessen, som foregår hen over sommeren 2021.

Læs mere på [regionh.dk/forebyggelseslaboratoriet](https://regionh.dk/forebyggelseslaboratoriet) eller på LinkedIn: 

---

## Steno Diabetes Center Sjælland

Steno Diabetes Center Sjælland (SDCS) understøtter og udvikler behandlingen af diabetes på de enkelte sygehuse og i almen praksis i hele Region Sjælland, og SDCS er samarbejdspartner for almen praksis og kommunerne.

Region Sjælland har både den største forekomst af diabetes samt vækst i antallet af nye tilfælde i Danmark. Samtidig har regionen en høj andel af sårbare patienter, og SDCS har derfor et specielt fokus på denne gruppe borgere.

I projekt Aktive Fællesskaber deltager SDCS i udviklingen af projektet og i samskabelsesprocessen med stor viden om målgruppen og et bredt netværk i forhold til behandling og forebyggelse af type 2-diabetes. SDCS har desuden en rolle i forhold til formidling af resultaterne i kraft af deres samarbejde og netværk med sygehuse, almen praksis og kommuner i Region Sjælland samt Steno centrene i de fire andre regioner.

Læs mere på [steno-sjaelland.dk](https://steno-sjaelland.dk) eller på LinkedIn: 



---

## Odsherred Kommune

Odsherred Kommune danner rammen for projekt Aktive Fællesskaber. Ifølge Sundhedsprofilen fra 2017 er næsten hver 4. borger over 16 år i kommunen svært overvægtig, og mere end hver 3. borger er utilstrækkeligt aktiv eller fysisk inaktiv. I begge tilfælde er andelen højere end på regionsniveau.

I tillæg har Odsherred Kommune en relativt høj andel af borgere med kroniske sygdomme, hvor mere end 7 ud af 10 borgere har mindst en kronisk sygdom.



Sammenlignet med resten af Region Sjælland har Odsherred Kommune fx en højere andel borgere med hjertekarsygdomme og type 2-diabetes. I erkendelse af disse sundhedsudfordringer har kommunen flere borgerrettede forebyggelsestilbud med fokus på livsstil, herunder kost, fysisk aktivitet og håndtering af specifikke sygdomme såsom type-2 diabetes og hjertekarsygdomme.

ODSHERRED  
KOMMUNE



Med projekt Aktive Fællesskaber ønsker Odsherred Kommune at udvikle og forbedre brobygningen mellem de eksisterende forebyggelsestilbud og motionstilbud i civilsamfundet. Det vil særligt være medarbejdere fra Sundhedscentret og fra Kultur- og fritidsforvaltningen, der er involveret.

Udgangspunktet for brobygningsaktiviteterne vil være de tilbud, der inkluderer fysisk træning, og som udgår fra Sundhedscentret i Nykøbing og Sundhedshuset i Fårevejle.

Læs mere på [odsherred.dk](http://odsherred.dk) eller på Facebook og LinkedIn:  

## Kommende arrangementer i projektet

### Næste nyhedsbrev

Udkommer på mail i midt maj

### Netværksmøde

Slut maj - mere info følger

### Samskabelsesproces

Sommer og efterår 2021 - mere info følger



Projektet er finansieret af TrygFonden, Steno Diabetes Center Sjælland og Danske Regioner