

Sundhedsmæssige udfordringer i Rødovre Kommune



Sundhedsprofilen 2017

Risikofaktor	Rødovre 2017	Region H 2017	Viborg 2017
Dårligt fysisk helbred*	12 %	9 %	11,9
Daglig rygning*	18 %	16 %	17 %
Fysisk aktivitet < WHO standard.	28 %	26%	30%
Overvægt* – moderat/ svær	34 %/17 %	31 %/13%	36%/19%
Dårlig mental sundhed	14 %	14 %	12,6 %
Højt stressniveau (Data Danskernes sundhed 2017)	24 %	25 %	25%
Svage sociale relationer	20 %	21 %	-



Rødovres sundhedsmæssige udfordringer

Rygestop

Rekruttering

Facebook, Lokalavisen,
www.rk.dk, postkort

VBA modellen, idræts-
/kulturforeninger

Forskellige rygestop modeller

Gruppekurser, individuelt,
Unge, E-Kvit

Lokation:

Sundhedscenter og lokalt



Cafemodellen

- 35 deltagere
- 76% rygestop



Gruppekursus



Forebyggelse

- Sundhedsplejen systematisk i 8. klasse
- VBA i første besøg hos familierne

Rødovres sundhedsmæssige udfordringer

Overvægt

Tidlig indsats:

- Vægtenheden for børn og unge
- Systematisk indsats



Holbækmodellen

Indsatser for voksne:

- Sundhedssamtale
- Styrke til vægttab
- Individuelt forløb
- Torsdagsvejning
- Holbækmodellen for voksne



Vores adfærd afviger ofte fra vores gode intentioner



Forskellige mennesker =
Forskellige metoder

Rødovres sundhedsmæssige udfordringer.

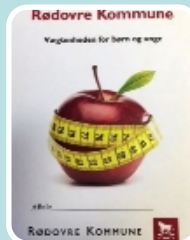
Fysisk inaktivitet

Fokus på at bevæge sig.

- Idrætsskole i Rødovre
- Cykelstier og cykelløb
- Naturens Rige – grønne rum
- Mandagsgang fra Sundhedscenter
- Styrker fysisk aktivitet i forløbsprogrammer
- Styrker fysisk aktivitet i Vægtenheden



Samarbejde med Kultur- og Fritid
Biblioteket
Folkeoplysningsudvalg
Idrætsforeningerne



Særlige tilbud til motion:

- for børn og unge
- for unge ledige



cykelløb

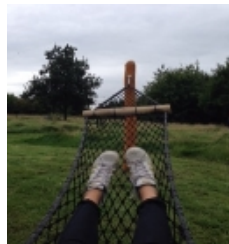
Unge mentale trivsel/sundhed

Udfordring	Alle > 16 år Rødovre	Unge 16-24 årige	25-34 årige
Højt stressniveau	25 %	32 %	29 %
Mental sundhed	14 %	20 %	17 %
Ensomhed	7 %	12 %	11 %
Svage sociale relationer	20 %	22 %	17 %

Sundhedstiltag indenfor mental sundhed

Voksne

- Stressramte- samarbejde mlm. Jobcenter og Sundhedscenter
- Mental Balance
- Sundhedssamtaler
- Aktivt frivillige sociale foreninger
- Læseguides



Børn/unge

- Børnehuset
- Udviklingscenter Skiftesporet
- Familiehuset
- Forældrenetværk for forældre til børn med autisme-spektrumforstyrrelser.
- Bydelsmødre
- "Teenager i Familien"
- Headspace

