



Interreg

Deutschland - Danmark



EUROPEAN UNION



WIPP- Get started

**Sammen med ældre borgere:
Udformning af aktiv og sund aldring!**

Journal 01/2018

WIPP – Get started!



Foto: Andrea Gahrens/ AOK

WIPP-projektet finansieres af Interreg Tyskland-Danmark med midler fra Den Europæiske Fond for Regionaludvikling. Læs mere om Interreg Tyskland-Danmark på www.interreg5a.eu

Besøg også vores **hjemmeside**:
<http://www.wipp-online.eu>

Indhold



Hvad handler pjecen om?

side 1



Hvem er med?

side 3



Hvordan går det med
ældrebefolkningen?

side 7



Hvad er WIPP's potentiale?

side 10



Hvad gør vi – helt konkret?

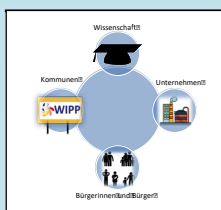
side 15

Indhold



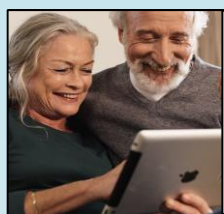
Hvilke opgaver varetages af hvem?

side 20



Hvorfor er et netværk så frugtbar?

side 23



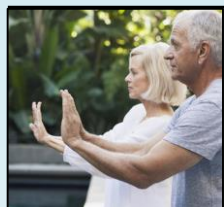
Hvad betyder...?

side 25



Hvad er der hidtil sket?

side 28



Hvordan kommer vi videre?

side 32

Hvad handler pjecen om?

Sammen med ældrebefolkningen: Udformning af aktiv og sund aldring!

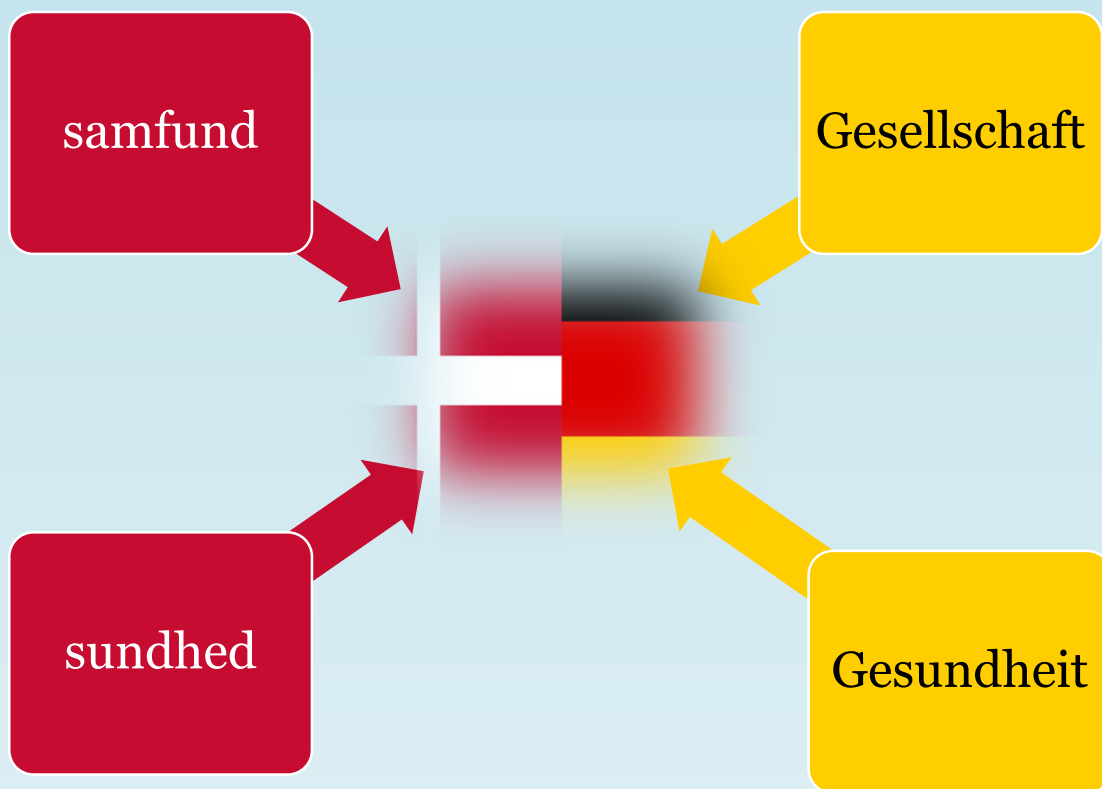
WIPP-projektet (Welfare Innovations in Primary Prevention; velfærds-innovationer i primær forebyggelse) bygger på de grænseoverskridende resultater og erfaringer fra et tidligere Interreg 4a-projekt HANC (Healthy Ageing Network of Competence; kompetencenetværk for sund aldring). WIPP-projektet benytter de indsamlede erfaringer fra HANC og involverer nye vigtige projektpartnere på tværs af grænserne, med henblik på udvikling og implementering af en ny forebyggelsesmodel.

Uagtet forskellene mellem det tyske og det danske sundhedssystem er denne indsats en stor inspiration til at håndtere de tilsvarende grænseoverskridende udfordringer i den voksende ældrebefolkning.

I journalen „WIPP – Get started“ præsenteres projektets baggrund og de tidligere aktiviteter beskrives.

Hvad handler pjecen om?

**Sammen med ældre borgere:
Udformning af aktiv og sund aldring!**



Hvem er med?

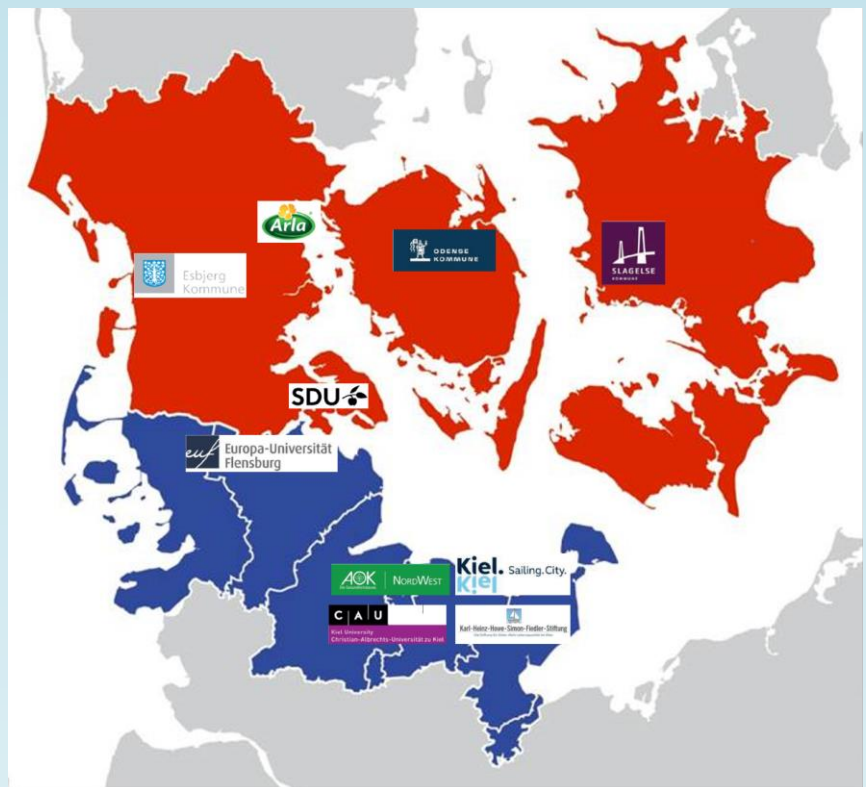
Projektet er en grænseoverskridende investering i sundhed.

Samarbejdspartnere i WIPP-projektet:

**1 Hovedpartner
(Leadpartner)**

**9 Projekt-
partner**

**25 Netværk-
partner**



Hvem er med?

Projektet er en grænseoverskridende investering i sundhed.

Lead Partner

1. Syddansk Universitet (SDU) 

Projektpartner

1. Esbjerg Kommune (EK) 
2. Slagelse Kommune (SK) 
3. Odense Kommune (OK) 
4. Arla Foods – Danmark (AF) 
5. Christian-Albrechts-Universität zu Kiel (CAU) 
6. Europa-Universität Flensburg (EUF) 
7. AOK NORDWEST (AOK) 
8. Landeshauptstadt Kiel (LHK) 
9. Karl-Heinz-Howe-Simon-Fiedler-Stiftung Kiel (HF) 

Hvem er med?

Projektet er en grænseoverskridende investering i sundhed.

Netværkspartner

1. Frivilligcenter Slagelse
2. Bolig Korsør
3. Faaborg MidtFyn Kommune
4. University College Lillebælt
5. Ældresagen Fredericia
6. Forskningsenheden for sundhedsfremme, Syddansk Universitet
7. Archimed A/S
8. UC-Syd (University College Syddanmark)
9. Tværsektorielt Samarbejde, Region Syddanmark
10. Gentofte Kommune
11. Welfare Tech
12. Foreningen Multikulturelle Plejehjem
13. Holbek Kommune
14. Rehfeld-IQvia

Hvem er med?

Projektet er en grænseoverskridende investering i sundhed.

Netværkspartner

15. Universitätsklinikum Schleswig-Holstein
16. Landesvereinigung für Gesundheitsförderung in Schleswig-Holstein e.V.
17. Kiwi – Kieler Wirtschaft Förderung
18. Fachbereich Soziale Arbeit und Gesundheit – Fachhochschule Kiel
19. Diakonisches Werk Altholstein
20. Landessportverband Schleswig-Holstein e.V.
21. Deutsche Rentenversicherung Nord
22. Gesundheitsamt Hansestadt Lübeck
23. Forschungsabteilung Albertinen-Haus, Zentrum für Geriatrie und Gerontologie
24. Forschungsgruppe Geriatrie Lübeck am Krankenhaus Rotes Kreuz
25. PME FamilienService GmbH

Hvordan går det med de ældre befolkning?

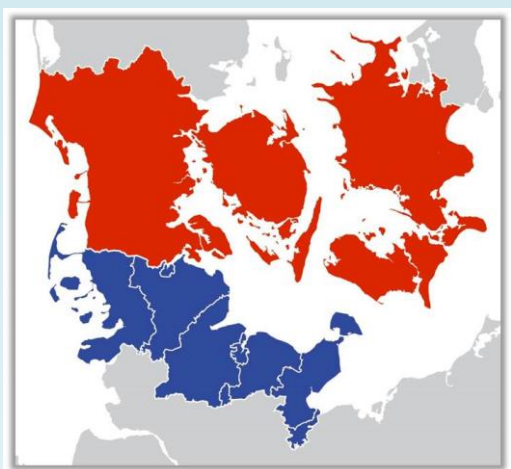
WIPP – en investering i samfund

Vores samfund ændrer sig og vi skal varetage ansvaret for denne ændring. Den demografiske forandring og den stigende andel af den ældre befolkning er en stor udfordring for samfundet.

I de næste 15 år forventes en vækst af borgere over 65 år.

Begrænsninger i funktion og bevægelse er hyppigere i denne befolkningsgruppe end i andre befolkningsgrupper.

Det er derfor særlig vigtigt for borgerne i Slesvig-Holstein og i Syddanmark at leve et aktivt og sundt liv; WIPP-projektet kan vise hvordan det kan gøres.



I de næste 15 år:

6,7% flere borgere over 65 år i Slesvig-Holsten

7,3% flere borgere over 65 år i Syddanmark

Hvordan går det med ældrebefolkningen?

Healthy Life Years

Vi mennesker bliver ældre og ældre. Den gennemsnitlige levealder er steget kontinuerlig i årtier. Men spørgsmålet er, om vi lever længere tid med sygdom eller forbliver sunde i længere tid?

WIPP ser derfor ikke kun på den forventede levetid generelt, men også på **Healthy Life Years (HLY)** - dvs. den forventede levetid, hvor der ikke er nogen handicap eller funktions-nedsættelse. Fordi det er målet: *Lev længe sund og frisk!*

Et af Den Europæiske Unions mål er at øge HLY med 2 år i gennemsnit pr. borger inden 2020 som en del af sundhedsprogrammet.

WIPP-projektet understøtter, at målet nås med en tidlig opsporing (screening) af borgere over 65 år i Slevig-Holstein og i Syddanmark

Hvordan går det med ældrebefolkningen?

Hvad betyder funktionsdygtighed?

Udtrykket "funktionsevne" beskriver overordnet kroppens funktioner, kroppens anatomi, aktiviteter og deltagelse - og indikerer derfor borgerens muligheder for at håndtere dagligdagens opgaver. Som følge heraf kan sundheds-tilstanden og betingelserne for-bundet med sundhedstilstanden be-stemmes. Således ser man ikke på konsekvenser af sygdom, men snarere på de sundhedsmæssige komponenter. I videnskabelige studier og også i WIPP-projektet bliver deltagerne derfor spurgt om deres hverdag og deres muligheder.

Dermed fremkommer et omfattende billede af borgerens funktionsevne og funktionsevne-nedsættelse. Emner er f.eks. at gå en tur (aktiviteter), bor alene (deltagelse), barrierefri levevis (miljøfaktorer) og selv-tillid (personlige faktorer); så forskellige komponenter, der interagerer med hinanden. For at sammenligne resultaterne med hinanden baseres projektet på ICF-modellen: international klassifikation af funktionsevne, funktionsevnenedsættelse og helbredstilstand.

Hvad er WIPP's potentiale?

Trin 1: Identificer skrøbelige ældre mennesker tidligt - reducer funktionstab

Funktionsdygtigheden nedsættes normalt ikke over natten. Hvis sundhedsrisici identificeres tidligt, kan tab af funktionsevnen helt eller delvist undgås og personen kan dermed leve et sundere og aktivt liv i længere tid.

Derfor har WIPP til formål at identificere de personer, der har brug for særlig hjælp og give dem den rette støtte.



reducere funktionstab

føringer tab af den fysiske funktionsevne

forbedre livskvaliteten

øge sunde livsår

reducere sundhedsudgifterne

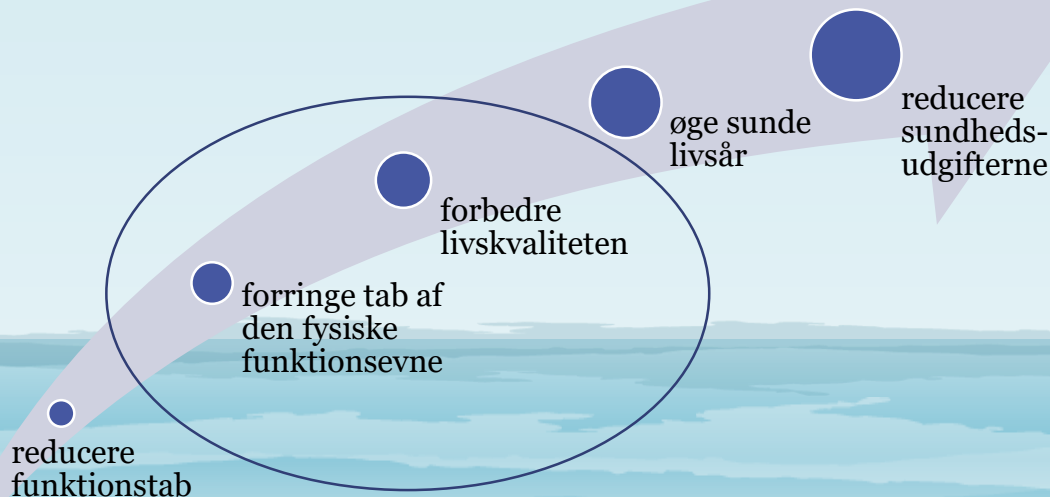
Hvad er WIPP's potentiale?

Trin 2: Reducer risikoen for funktionstab og forbedre livskvaliteten



WIPP ønsker at nå ud til ældre og hjælpe dem med at forblive aktive, sunde og i stand til at klare deres hverdag uden begrænsninger.

At kunne gå en tur, gå op og ned ad trappen, købe ind, tage en bus, klare almindelige husholdningsopgaver og opbygge eller bevare sociale relationer - alt dette bør være muligt for ældre gennem WIPP så længe som muligt.



Hvad er WIPP's potentiale?

Trin 3: Øge sunde leveår og reducere sundhedsudgifterne

WIPP-projektet har til formål at hjælpe ældre mennesker til at forblive sunde og aktive i længere tid, så antallet af sunde år øges.

Det hjælper ikke kun de ældre borgere direkte, men vil også reducere omkostningerne i sundhedsvæsenet.



reducere
funktionstab

forringe tab af
den fysiske
funktionsevne

forbedre
livskvaliteten

øge sunde
leveår

reducere
sundheds-
udgifterne

Hvad er WIPP's potentiale?

WIPP viser nye veje - med ansvar for bæredygtige forandringer

WIPP-projektet har fastlagt høje mål. Det er også vigtigt hvordan målene opnås. Betingelser som socialt ansvar, holdbarhed og bæredygtighed bliver konkret omsat i praksis.

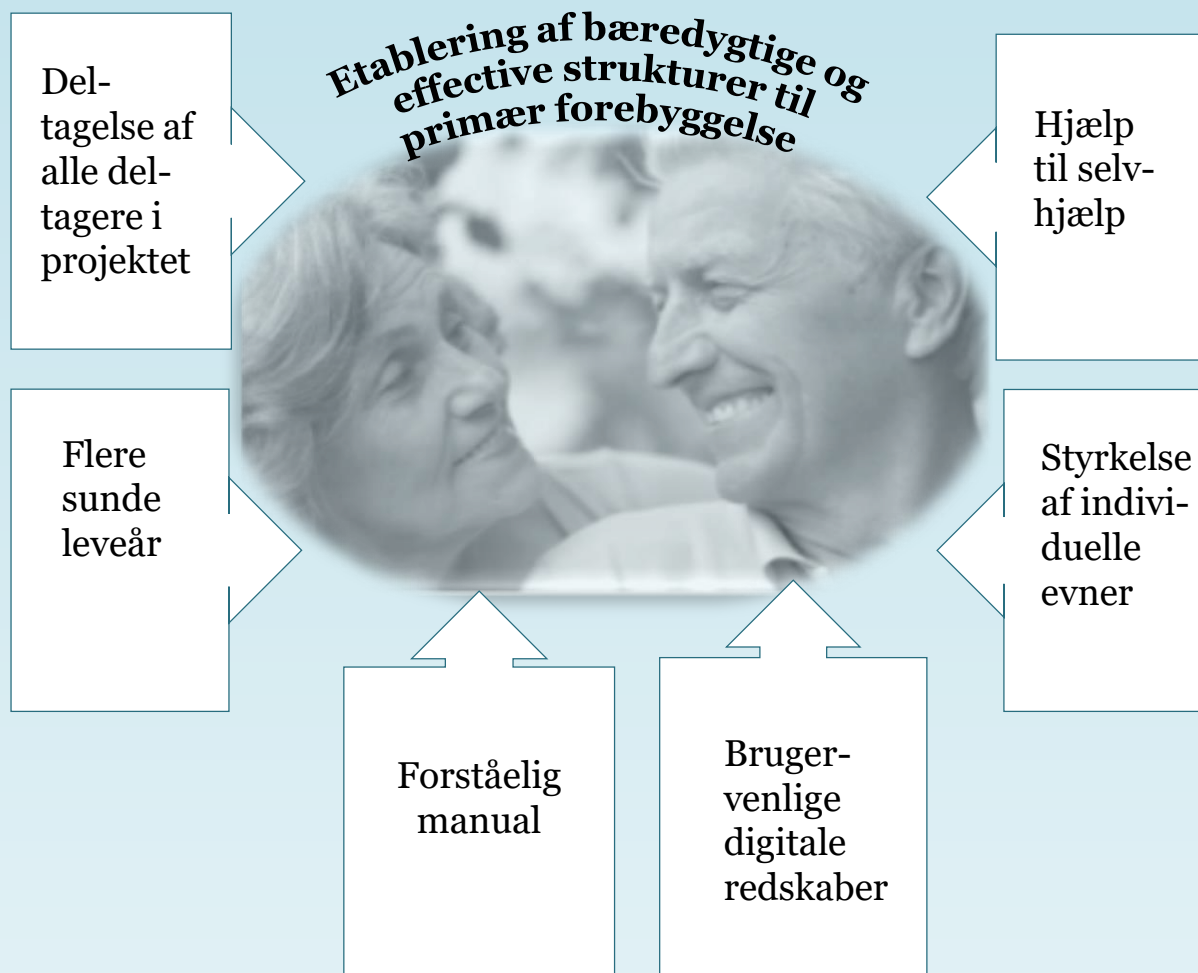
WIPP engagerer sig for den ældre befolkning, så at kommuner, virksomheder, velgørende institutioner og universiteter tager i fællesskab socialt ansvar for ældre borgere.

Dermed styrker ældre borgere deres personlige evner og deres sundhedsrelevante ressourcer, fordi de opnår et højere niveau af sundhedsbevidsthed. De ældre borgere bør således have kompetence til at hjælpe sig selv i forhold til deres sundhedsmæssige bekymringer. Borgerne øger deres færdigheder i forhold til sundhedsrelevante handlinger på internettet, og deres sociale kompetencer øges; det sikrer en generelt sund aldring (se figuren til højre).

Hvad er WIPP's potentiale?

WIPP-projektet vil sikre, at alle de effektive primære forebyggelsesstrukturer, som bliver oprettet indenfor WIPP-projektet, eksisterer videre efter projektets afslutning. Dette sikres af et permanent observatorium.

Det er, hvad projektet og netværkspartnerne siger om, hvad WIPP skal betyde:

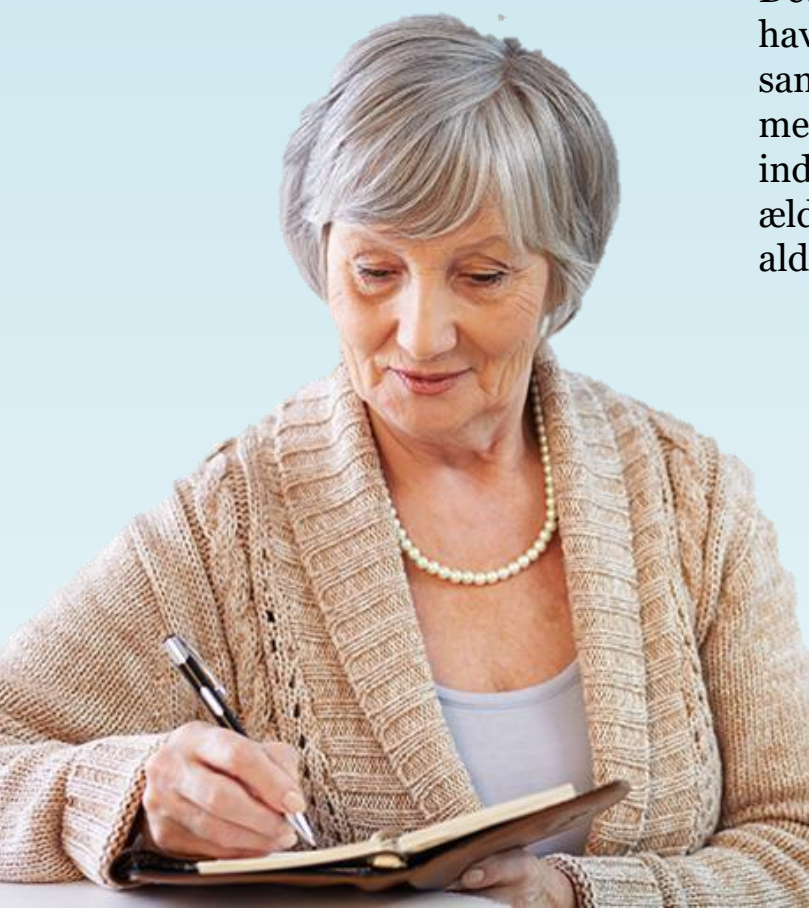


Hvad gør vi – helt konkret?

Sammen med ældre borgere: Udformning af aktiv og sund aldring!

WIPP-projektet har til formål, at forbedre livskvaliteten bæredygtigt sammen med ældre borgere. Ud over at opretholde funktionsdygtigheden, bør uafhængighed og social deltagelse (integration) også opretholdes og fremmes. Ved et hjemmebesøg bliver ældre mennesker først spurgt om deres bekymringer og behov, men også om deres ønsker.

Det er især vigtigt for ældre at have medbestemmelse: Fordi sammen med projektmedarbejderne skal der findes indsatser, som understøtter ældre borgeres aktive og sunde aldring.



Hvad gør vi – helt konkret?

Sammen med ældre borgere: Udformning af aktiv og sund aldring!

Kerstin Berszuck

Konsulent for forebyggelse på AOK
NORDWEST



"En forudsætning for succes med sundhedsfremmende foranstaltninger er, at målgruppens behov indarbejdes i planlægningen. Her giver WIPP-projektet de bedste muligheder: Informationerne fra hjemmebesøgene og brug af offentlige strukturer er vigtige grundlag for adgang til vellykket og bæredygtig forebyggelse!"

Hvad gør vi – helt konkret?

Sammen med ældre borgere: Udformning af aktiv og sund aldring!

Bent Petersen, Pensionist



Da Bent Petersens kone døde for nogle år siden, blev han på en gang alene og det var ikke let at komme i gang med livet igen. “Når man har været igennem, det er en prøve. Så er det ligesom at det hele går i stå og hvad skal jeg sige. Så var det mærkeligt, at lige pludselig kommer der et brev, om jeg vil have besøg. Der er slet ingen ting, der var nogen der vil kontakte mig fra kommunen, der var nogen, der ligesom har tænkt på en. Når man sådan går rundt i sin egen lille verden.”

Hvad gør vi – helt konkret?

**Sammen med ældre borgere:
Udformning af aktiv og sund aldring!**



Lis Bülow, Pensionist

"Det er netop tryghed, at der er nogen, der interesserer sig for, hvordan man har det og sådan noget, altså i anden forbindelse selvfølgelig end den interesse der er fra venner og bekendte og sådan noget. Det synes jeg, det er stort tryghed. Der er nogen, der holder øjne med os..."

Hvad gør vi – helt konkret?

De seks arbejds pakker

WIPP-projektet forsøger at opnå sine mål gennem 6 dimensioner, også kaldet arbejds pakker:

Vi er sammensat af:

Projektmanagement (AP1),
Arbejde i offentlighed (AP2),
Tidlig identifikation (AP3) og

Intervention (AP4+5).

Perspektiver for bæredygtige og effektive strukturer (alle AP)

Primære indsats skabes på denne måde (AP6)!

Hvilke opgaver varetages af hvem?

Ansvarsområder for de danske projektpartnere

Hovedpartner Syddansk Universitet (SDU; hovedansvarlig for AP1 og AP4): I AP1 er SDU ansvarlig for den overordnede projektledelse, økonomi, koordinering og intern kommunikation. I AP4 er SDU i samarbejde med partnerne ansvarlig for koordination og design af interventionsindholdet.

Esbjerg Kommune (EK; hovedansvarlig for AP5): Udvikling af digitale teknologier til støtte for AP 3 & 4, Udvikling af et internetseminar for online træning og interaktion (AP 5).

Slagelse Kommune (SK):

Udvikle nye innovative metoder til tidlig opsporing af skrøbelige ældre med risiko for funktionstab (AP3), og igangsætte evidensbaserede forebyggelsesinterventioner med henblik på at sænke risikoen for funktionstab og øge livskvaliteten hos ældre (AP4). Endvidere har Slagelse Kommune et særligt fokus på at sikre bæredygtigheden i projektet (AP6).

Odense Kommune (OK; hovedansvarlig for AP3):

Udvikling af nye metoder og screeningmetoder (internetbaseret) til tidlig identifikation af ældre borgere med risiko for funktionsnedsættelse (AP3).

Arla Foods – Danmark (AF):

Generer viden omkring ældres ernærings status, samt undersøge effekten af om et øget mejeriindtag kan være gavnlig for de svageste ældre og være med til at forbedre deres skrøbelige tilstand (AP4.5).

Hvilke opgaver varetages af hvem?

Ansvarsområder for de tyske projektpartnere

Christian-Albrechts-Universität zu Kiel (CAU):

Udvikling af et undersøgelsesinstrument til tidlig identifikation, Dataindsamling under hjemmebesøg og deres evaluering (AP3 & AP4).

Europa-Universität Flensburg (EUF; hovedansvarlig for AP2):

Arbejde i offentlighed/ Ekstern kommunikation (AP2).

AOK NORDWEST (AOK; hovedansvarlig for AP6):

Aktivering af hidtil vanskelige målgrupper til sundhedsfremmende aktiviteter, oprettelse af adgang, netværk og samling af ressourcer af vigtige partnere (AP6).

Landeshauptstadt Kiel (LHK):

Fortsættelse og videreudvikling af åbent arbejde med ældre borgere baseret på resultaterne af hjemmebesøg (AP4).

Karl-Heinz-Simon-Howe-Fiedler-Stiftung Kiel (HF):

Gennemførelse af hjemmebesøg samt anbefaling og støtte til foranstaltninger til aktiv og sund aldring af ældrebefolkningen på Kiels østlige kyst (AP4).

Hvilke opgaver varetages af hvem?



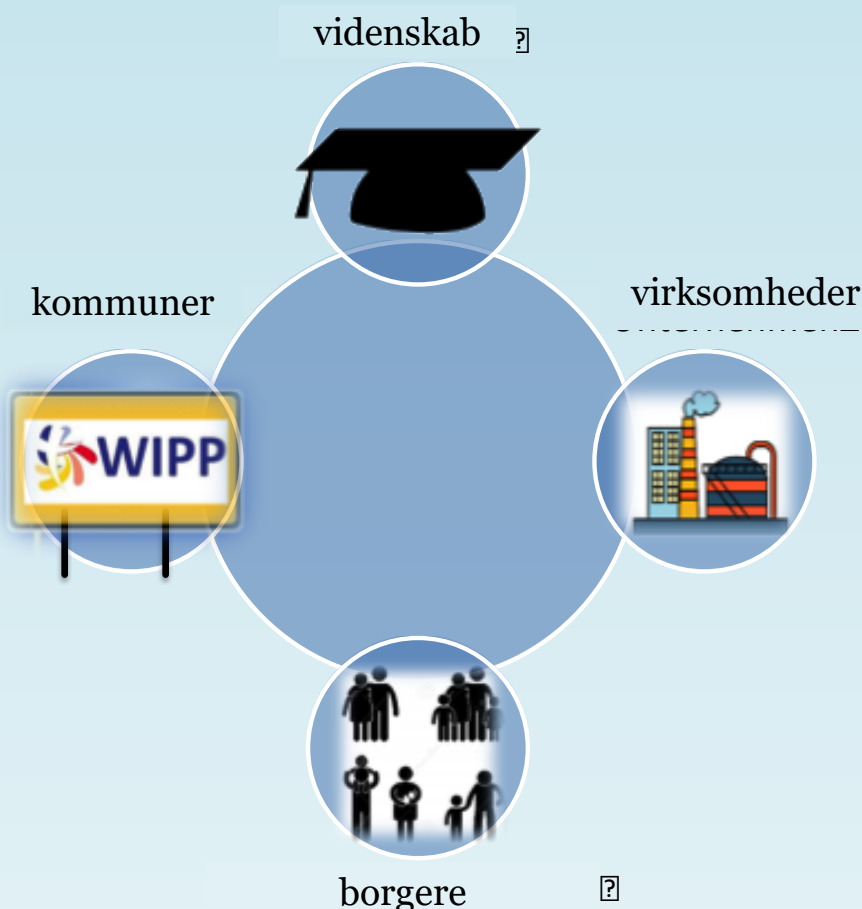
Foto: Andrea Gahrens/ AOK

„Ældre-lodserne“ (i forgrunden), hoved- og projektpartner (i baggrunden) ved kick-off foranstaltningen i Kiel

Hvorfor er et netværk så frugtbar?

WIPP- et kooperativt netværk

Quadrupel-Helix-Modellen beskriver samarbejdet mellem virksomheder, forskningsinstitutioner, sundhedssektoren og borgere, som bør gøre målrettet brug af synergieffekter. Formålet med Kooperationen er at skabe innovationer, hvor borgerne ikke kun er målgruppen, men også er involveret i udviklingen af de nye produkter og processer.



Hvorfor er et netværk så frugtbar?

Fordele ved samarbejdet

WIPP-projektet anvender styrkerne af partnerne fra befolkningen, kommunerne og videnskaben samt virksomheder fra Tyskland og Danmark. Det kommunale netværk forbedres gennem samarbejdet og dermed øges også indflydelsesmulighederne. Netværket sikrer, at alle effektive primære forebyggelsesstrukturer, som blev oprettet indenfor WIPP-projektet, vil eksistere videre efter projektets afslutning.



Hvad betyder...?

...aktiv & sund aldring?



Aktiv og sund aldring betyder, at få det bedste ud af aldringsprocessen:

At få en bedre mental sundhed ved at være sammen med andre mennesker, kunne grine med andre og dele oplevelser sammen med andre. At blive eller være gammel, er ikke en straf, men en gave, som vi bør værdsætte og bruge.

Hvad betyder...?

...i fællesskab?

I denne sammenhæng betyder "i fællesskab", at de involverede deltager i projektets udviklingsproces.

Fra begyndelsen med indsamling af behov til implementeringen af indsatser er ældre borgere aktivt involveret og har medbestemmelsesret og beslutningskompetencer.

Ydermere betyder "i fællesskab" også, et komplementært og omfattende samarbejde med samfund, videnskab og virksomheder.



Hvad betyder...?

...i fællesskab?

Petra Hampel

Prof. for sundhedspsykologi og uddannelse, Institut for sundheds-, ernærings-, og sportsvidenskab, Europa-Universität Flensburg



"Det grænseoverskridende projekt er med til at nå målet om EU's sundhedsprogram i den dynamiske region i Slesvig-Holsten, samt i Syddanmark og Sjælland! Projektets bæredygtighed sikres også ved oprettelsen af et observatorium, som involverer alle væsentlige aktører inden for sundhedssektoren."

Hvad er der hidtil sket?

Intern kick-off-foranstaltning den 21.2.2017 i Odense (DK) på SDU

Alle projektpartnere deltog i det offentlige kick-off-arrangement på SDU i Odense. Der blev givet vigtige informationer om projektmanagement, datasikkerhed og intern og ekstern kommunikation. De enkelte arbejdsplaner blev præsenteret af de ansvarlige personer.



Hvad er der hidtil sket?

Offentlig kick-off-foranstaltning den 12.06.2017 i Odense (DK) på SDU

Ved "kick-off-foranstaltningen" i Odense blev projektet præsenteret for pressen. Derefter blev forskellige emner, som f.eks målgruppens tilgængelighed sammen med de danske projekt og netværkspartnere diskuteret.



Hvad er der hidtil sket?

Offentlig kick-off-foranstaltning den 28.6.2017 i Kieler Rådhus (DE)

På det offentlige kick-off-arrangement i Kiel præsenterede de tyske projektpartnere WIPP-projektet og dets opgaver og muligheder for pressen. Derefter udarbejdede projekt- og netværkspartnerne projektets mål og fandt kompetencerne hos de projektpartnere, der gerne vil bidrage til WIPP. Derefter blev vigtige kontaktpersoner for borgere informeret om, hvordan man motiverer ældre mennesker til at deltage i WIPP.



Hvad er der hidtil sket?

Offentlig kick-off-foranstaltning den 28.6.2017 i Kieler Rådhus - impressioner

KOMPETENZEN

- Bewegungsangebote:
niedrigschwellig, evaluiert
- Bedürfnisorientierte Arbeit
↳ Fokus im Mittelpunkt
- Coaching → Empowerment
- Unterstützung der Vernetzung
↳ Nachhaltigkeit / Informationen
durch Fachtagungen

ZIELE

- Vernetzung
- Ressourcen nutzen
- individualisierte Bewegungsangebote
- Soziale Teilhabe stärken
↳ niedrigschwellig,
kostengünstig
- Zugänge schaffen
- Bewusstsein über Selbstwirksamkeit
- Nachhaltigkeit



Hvordan kommer vi videre?

I den næste udgave kan du se:

- Præsentation af partner- og netværkpartner-mødet den 8./9. November 2017 i Kiel ved AOK NORDWEST
- Informationer om screening og spørgeskemaer
- Rapportering: Hittidige erfaringer fra hjemmebesøgende og kommuner



Kilder for billederne (i rækkefølge af udgivelse)

http://aok-bv.de/imperia/md/aokbv/presse/bilderservice/senioren/spaziergang1_g.jpg

http://aok-bv.de/imperia/md/aokbv/presse/bilderservice/senioren/seniore3_g.jpg

http://aok-bv.de/imperia/md/aokbv/presse/bilderservice/senioren/sportabzeichen_g.jpeg

<http://www.wipp-online.eu/wp-content/uploads/WIPP-flyer-DE.pdf>

Agentur Fotolia, Copyright corbis_fancy, Bildnummer: 77658307

http://aok-bv.de/imperia/md/aokbv/presse/bilderservice/senioren/schwimmen_g.jpg

Agentur Fotolia, Copyright pressmaster, Bildnummer: 66417292

Agentur Fotolia, Copyright icetastock, Bildnummer: 26394965



Interreg
Deutschland - Danmark



EUROPEAN UNION



WIPP | APPLIED WELFARE
INNOVATION - FOR YOU

The WIPP project is funded by Interreg Deutschland-Danmark with grants from the European Fund for Regional Development. Read more about Interreg Deutschland-Danmark at www.interreg5a.eu