



Forebyggelse, formidling og forskning - vidt og bredt

Forebyggelse – de overordnede linjer

De overordnede linjer varetages af Torben Jørgensen, fra Forskningscenter for forebyggelse og sundhed og Lene Sillasen, der er formand for Det nationale forebyggelsesråd. De vil tale om henholdsvis strukturel og individuel forebyggelse og om en ny forebyggelsesstrategi.

Anne Leonora Blaakilde vil give sit bud på holdningsmæssige barrierer for forebyggelse og sundhed og det nære perspektiv behandles blandt andet af Anne Marie Enderlein, der vil komme ind på etiske og æstetiske overvejelser i mødet med den ældre borger og Esmá Birdi, der vil give sit bud på kultur og kommunikation med etniske ældre.

Forskning og politik

Forskningen spiller ind med fire ph.d.-studerende fra Institut for Folkesundhed der vil fortælle om deres aktuelle forskning.

Set i lyset af efterårets politiske udspil omkring de forebyggende hjemmebesøg sættes der også spot på det politiske, og derfor afsluttes årskurset med en paneldebat om de forebyggende hjemmebesøgs betydning og fremtid i kommunerne.

Workshops

Igen i år vil der være en række spændende workshops med relevante temaer. For eksempel bliver der mulighed for at høre om D-vitamins positive og negative effekter, om måltider til ældre og småtspisende eller om faldforebyggelse.

Vidensdeling

Der er også programsat et seminar med vidensdeling og erfaringsudveksling, hvor forebyggere fra forskellige kommuner fortæller om deres erfaringer fra aktuelle projekter. Hvis I, i jeres kommune har et spændende projekt som I gerne vil fortælle de andre forebyggere om, må I meget gerne henvende jer til sekretariatet, så det kan komme på programmet.

Praktisk information

Årskurset holdes på Scandic Bygholm Park i Horsens.

Pris inkl. overnatning fra d. 7. marts:

for medlemmer	4.750 kr.
for andre	5.050 kr.

Pris for deltagelse fra den 8. marts:

for medlemmer	4.450 kr.
for andre	4.750 kr.

Prisen reduceres med 500 kr. uden overnatning og 250 kr. ved overnatning i dobbeltværelse.

Tilmeldingsfrist d. 5. februar 2010. Yderligere praktiske oplysninger finder du sidst i programmet.

SUFO's årskursus d. 7.- 9. marts 2010

Søndag d. 7. marts 2010

- Kl. 15.00 **Kroppen som gine – kulturens evige påklædningsdukke**
Rids af kroppens idéhistorie
Peter Thielst, Cand. mag & mag. art i Filosofi, forfatter og forlægger
- Kl. 16.30 **SUFO's generalforsamling**
Indkaldelse udsendes i slutningen af januar 2010.
- kl. 19.00 **Middag**

Mandag d. 8. marts 2010

- Kl. 9.30 **Velkommen**
- KL. 9.40 **Strukturel versus individuel forebyggelse**
- Hvordan hjælper vi individet til et reelt frit valg?"
Torben Jørgensen, ledende overlæge, professor, dr.med.,
Forskningscenter for Forebyggelse og Sundhed, Glostrup Hospital.
- KL. 10.40 **Det nationale Forebyggelsesråds nye strategi**
Lene Sillasen, administrerende direktør for Sundheds- og Omsorgsforvaltningen i
Københavns kommune og formand for Det nationale Forebyggelsesråd
- Kl. 11. 10 **Holdningsmæssige barrierer for forebyggelse og sundhed?**
**- Kan borgere blive FOR proaktive i forhold til deres eget helbred – eller i forhold til
sundhedsvæsenets holdninger?**
Anne Leonora Blaakilde, kulturforsker og post doc. ved Center for Sund Aldring
- Kl. 12.00 **Frokost**
- Kl. 13.15 **Etiske og æstetiske overvejelser i mødet med den ældre borger**
Anne Marie Enderlein, sygeplejerske og cand. mag i idehistorie
- 14.15 **Find-din-workshop-pause**

SUFO's årskursus d. 7.- 9. marts 2010

Kl. 14.30

Workshops

1. Etisk refleksionsmodel

Hvad stiller jeg op, når jeg er i tvivl om hvorvidt jeg kan, skal eller bør handle?

Faglig etisk sparring – hvordan? Lær den etiske refleksionsproces og brug den sammen med dine kollegaer.

Anne Marie Enderlein, sygeplejerske og cand. mag i idehistorie

2. Måltider til ældre og småtspisende

Udfordringen ift. kost til småtspisende er, at behovet for energi falder samtidig med at behovet for vitaminer og mineraler er uændret. Et utilstrækkeligt energiindtag medfører øget risiko for træthed, sygdom, nedsat livskvalitet og funktionsdygtighed. Workshoppen tager primært udgangspunkt i sygdomsforebyggende og sundhedsfremmende strategier samt den nyeste ernæringsfaglige viden i forhold til småtspisende ældre.

Henriette Daabeck, professionsbachelor i Ernæring og Sundhed med speciale i Sundhedskommunikation

3. Alder er ikke den eneste årsag til at man falder

33 % af mennesker over 65 år falder én gang om året. 50 % af mennesker over 80 år falder én gang om året. Men alder er aldrig den eneste årsag til at man falder! Hør om årsager til svimmelhed, balance- og faldproblemer. Resultater fra 2 års systematisk faldregistrering og faldforebyggelse i Frederiksberg Kommune. Udarbejdelse af forslag til faldregistreringsskema.

Hanne Skov, faldkonsulent på Frederiksberg

4. Fysisk aktivitets positive indflydelse på ældres hverdagsliv

Kom og hør om hvorfor vi skal være fysisk aktive gennem hele livet. Hvem har brug for hvilken aktivitet, og hvornår. Kom og bidrag med forslag til hvad du har brug for i dit arbejde, for at budskabet når ud til de ældre.

Stephan Siig Hansen og Vibeke Høy Worm, Ældreheden, Servicestyrelsen

5. Vitamin D – dets positive og negative effekter

D-vitamin er ikke bare et vitamin, men også et hormon af stor positiv betydning for kroppen.

D-vitamin er ikke bare af betydning for kalkomsætningen og herunder knoglerne. Det har også betydning for musklerne og en række sygdomme som diabetes, leddegigt og dissemineret sclerose.

Peter Vestergaard, overlæge ved Medicinsk endokrinologisk afdeling, Århus Universitetssygehus

Kl. 16.00

Sandwich, sodavand og kaffe

Kl. 16.30

Workshops gentages

Kl. 19.00

Festmiddag

SUFO´s årskursus d. 7.- 9. marts 2010

Tirsdag d. 9. marts 2010

Kl. 9.00 **Godmorgen**

Kl. 9.05 **Vidensdeling i grupper**

Der vil være mulighed for at høre om Tønders projekt: *"Få en bedre hverdag efter et sygehusophold"*, Herlev vil fortælle om *"Ældre og trafik"* og Holbæk om *"Arbejdet med fælles referencerammer"*

Kl. 10.05 **Nyt fra forskningen**

4 ph.d.- studerende fra Afdelingen for Social medicin, Institut for Folkesundhedsvidenskab, Københavns Universitet fortæller om hvad de er i gang med lige nu.

"Lokalsamfundets betydning for ældres funktionsevne - et studie af social kapital"

Tine Poulsen, sygeplejerske, cand. scient. san. publ., ph.d. -studerende

"Genkendelseeffekt i forebyggende hjemmebesøg"

Yukari Yamada, sygeplejerske, ph.d.

"Hvad betyder socioøkonomisk status og sociale relationer for tab af funktionsevne?"

Charlotte Juul Nilsson, cand.med., ph. d.- studerende

"Fatigue og aldring"

Anette Ekman, sygeplejerske, cand. scient. san. publ., ph.d. -studerende

Kl. 11.15 **pause**

Kl.11.30 **Kultur og kommunikation med etniske ældre**

Esma Birdi, integrationskonsulent

Kl. 12.30 **Frokost**

Kl. 13.45 **De forebyggende hjemmebesøgs betydning og fremtid i kommunerne**

Paneldebat med blandt andre:

Tove Larsen (S), formand for KLs Social- og Sundhedsudvalg,

Anette Johannesen, Ergoterapeut MSC med speciale i gerontologi, Videncenter på ældreområdet

Kl. 14.50 **Afslutning og tak for denne gang**

Kl. 15.00 **På gensyn i 2011**

SUFO´s årskursus d. 7.- 9. marts 2010

Praktisk information

Årskurset med oplæg og generalforsamling indledes søndag den 7. marts kl. 15.00.
Selve årskurset starter mandag den 8. marts kl. 9.30 og slutter tirsdag den 9. marts kl. 15.00.

Pris inkl. overnatning fra d. 7. marts:

kr. 4.750,- for medlemmer

kr. 5.050,- for andre

Pris for deltagelse fra den 8. marts:

kr. 4.450,- for medlemmer

kr. 4.750,- for andre

Prisen reduceres med 500 kr. uden overnatning og 250 kr. ved overnatning i dobbeltværelse.

Årskurset bliver afholdt på:

Scandic Bygholmpark

Schüttesvej 6

8700 Horsens

Tlf.: 75 62 23 23

Se mere på [Hotelllets hjemmeside](#)

Kørselsvejledning:

Sydfra: Tag frakørsel 56-Horsens V mod 52 og Silkeborg, drej til højre ved Rute 52/Silkeborgvej (Skilte til 52), hold til venstre og bliv på Rute 52/Silkeborgvej, tag 1. vej til højre, og kørsel ad Rute 52/Schüttesvej, drej til venstre ved Schüttesvej, Hotellet ligger på højre side.

Nordfra: Tag frakørsel 56-Horsens V mod 52 og Juelsminde, Fortsæt lige ud (skilte til 52/Horsens/Juelsminde), drej til venstre ved Rute 52/Silkeborgvej, hold til venstre og bliv på Rute 52/Silkeborgvej, tag 1. vej til højre, og kørsel ad Rute 52/Schüttesvej, drej til venstre ved Schüttesvej, Hotellet ligger på højre side.

Ankomst med tog:

Hotellet ligger 10 min. gang fra Horsens Station gennem Bygholm Park. En taxa koster omkring 50 – 60 kr.

For spørgsmål vedrørende tilmeldingen eller andet kan sekretariatet kontaktes på tlf.: 38 77 07 20 eller zenia@osi.dk

Tilmeldingen, der er bindende, sendes elektronisk OSI's hjemmeside www.osi.dk inden den 5. februar 2010.

www.sufo.dk

www.osi.dk