



Parasport Danmark og Lev inviterer til  
**Sundhedskonference 2020**

## Sundhedskonference

- med fokus på borgere med  
udviklingshandicap

**Fredag den 15. maj 2020**

Arena Nord, Harald Nielsens Plads 9, 9900 Frederikshavn



# PROGRAM FOR DAGEN

Kl. 9.00 **Ankomst, registrering og kaffe**

Kl. 9.30 **Velkomst** v/Formand for Lev, Anni Sørensen og Formand for Parasport Danmark, John Petersson

Kl. 10.00-10.40 **Idrætscertificering af institutioner for mennesker med udviklingshandicap**  
Modul 1A v/Zenta Kirstejn Johansen

Zenta er uddannet ergoterapeut med en master i idræt og velfærd. Lektor fra Ergoterapeutuddannelsen fra VIA, Aarhus. Hun er ansat som uddannelseskonsulent i Parasport Danmark. Med en idrætscertificering klædes institutionerne på til at anvende pædagogisk idræt for at få mere fysisk aktivitet ind i hverdagen. Institutionen inspireres til, at borgerne får mere bevægelsesglæde, højere grad af samvær og mere fællesskab med andre borgere, som til sammen giver øget trivsel.



Kl. 10.00-10.40 **Tidlig opsporing af sygdom blandt udsatte borgere. Virker det?** v/Marie-Louise Mølbak  
Modul 1B - Resultater fra den tværgående evaluering af "Tidlig opsporing af sygdom hos borgere med betydelige kognitive og psykiske funktionsevnededsættelser".

Marie-Louise Mølbak er konsulent og projektleder i konsulenthuset COWI. Marie-Louise har en kandidat i folkesundhedsvidenskab og laver til dagligt analyser og evalueringer på sundheds- og beskæftigelsesområdet. Den tværgående evaluering omfatter fire kommunale projekter, som blev tildelt midler fra satspuljen til at gennemføre sundhedstjek hos personer med betydelige kognitive og psykiske funktionsevnededsættelser i perioden fra 2015 til 2018. Projekterne havde til formål at sikre tidlig opsporing af sygdomme, ved at praktiserende læge gennemførte sundhedstjek af disse borgere. Tanken var, at tidlig opsporing hos målgruppen kunne reducere forekomsten af sygdom, og at sundhedstjek kan være med til at sikre en større lighed i sundhed, da de mest udsatte borgere i samfundet dermed får bedre muligheder for at benytte de eksisterende sundhedstilbud og styrke deres handlekompetencer. Evalueringen blev gennemført for Sundhedsstyrelsen.



Kl. 10.45-11.25 **Healthy Athletes – Sundhedsscreening for atleter med udviklingshandicap** v/Rikke Blomgren  
Modul 2A

Rikke er uddannet fysioterapeut og har en kandidat i Idræt samt en Master i Idrætspsykologi. Hun har været medlem af Parasport Danmarks Medicinske Udvalg siden 2003 og har været Clinical Director i Healthy Athletes i FunFitness og Health Promotion i Special Olympics siden 2003.

I 1997 begyndte Special Olympics Healthy Athletes at tilbyde gratis sundhedsscreeninger og uddannelse til Special Olympics-atleter i et indbydende, sjovt og trygt miljø. Siden da er der lavet over 2 millioner gratis helbredsundersøgelser og uddannet mere end 260.000 frivillige sundhedsfagfolk og studerende til at behandle mennesker med udviklingshandicap. Disse frivillige tager færdighederne tilbage til deres praksis og leverer sundhedsydelse af højere kvalitet til mennesker med udviklingshandicap i deres lokalsamfund. Dermed er Healthy Athletes med til at gøre en stor forskel for borgere med udviklingshandicap og deres ret til at leve et sundt liv.



Kl. 10.45-11.25 **Sundhedsfremmepraksis på de psykiatriske og øvrige bosteder - sammenhæng mellem sundhedsfremme og pædagogisk praksis** v/Marie-Louise Mølbak  
Modul 2B - Resultater fra kortlægningen "Monitorering af sundhedsfremmende indsatser på bosteder".

Marie-Louise Mølbak er konsulent og projektleder i konsulenthuset COWI. Marie-Louise har en kandidat i folkesundhedsvidenskab og laver til dagligt analyser og evalueringer på sundheds- og beskæftigelsesområdet. Formålet med undersøgelsen var at få viden om sundhedsfremmepraksis på de psykiatriske og de øvrige bosteder og undersøge sammenhænge mellem sundhedsfremme og pædagogisk praksis – herunder at afdække, hvordan sundhedsfremmepraksis kan forbedres, og hvilke muligheder der er for at udvikle sundhedsfremmende indsatser på bosteder. Undersøgelsen var en landsdækkende undersøgelse blandt regionale, kommunale og private bosteder for borgere med psykiske vanskeligheder, kognitive forstyrrelser og/eller udviklingsforstyrrelser. Undersøgelsen blev gennemført for Hjerteforeningen i 2018 i samarbejde med Statens Institut for Folkesundhed.



Kl. 11.30-12.15 **Er idrætsforeningerne klar på inklusion?** v/Peter Kock Hansen  
Modul 3A

Peter har en kandidat i Idræt og Sundhed og er ansat som udviklingskonsulent i Parasport Danmark, med blandt andet samarbejde med eksterne idræts- og handicaporganisationer samt uddannelsesinstitutioner. Han har foretaget flere foreningsundersøgelser omkring inklusion i de danske idrætsforeninger.

Med baggrund i foreningsundersøgelser i tre kommuner, belyses muligheder og barrierer for større inklusion i idrætsforeningerne. Oplægget lægger op til drøftelse af oplevelser og hverdagen i foreningerne og hos de mennesker, der har behov for nye inkluderende idrætstilbud.



Kl. 11.30-12.15 **Sundhedsfremmende indsats til personer med multiple funktionsnedsættelser – er det muligt at øge fysisk aktivitet?** v/Michelle Stahlhut  
Modul 3B

Michelle har en PhD og er forskningsfysioterapeut på Center for Rett syndrom på Rigshospitalet. I oplægget præsenteres erfaringer og resultater fra pilotprojektet U-PART (Uptime Participation), hvor der har været fokus på at fremme deltagelse i meningsfulde og engagerende fysiske aktiviteter hos personer med Rett syndrom.



## PROGRAM FOR DAGEN - fortsat

Kl. 12.15 **Frokost**

Kl. 13.00-13.40 **KRAM Naturen** v/Joan Riis  
Modul 4A

Joan Riis er sundhedskonsulent i Udviklingshæmmedes Landsforbund (ULF). I projektet KRAM Naturen inviterer de mennesker med udviklingshandicap med ud i naturen. De arrangerer naturdage, hvor målgruppen skal opleve, sansе og bevæge sig til naturen. De krammer træer og taler om naturen. Joan vil fortælle om projektet og de tilbagemeldinger, som de får fra borgere og personale efter en oplevelse i naturen.



Kl. 13.00-13.40 **Sundhed og diabetes** v/Jane Kudsk  
Modul 4B

Jane er uddannet levnedsmiddellkandidat med speciale i sundhedsfremme og ernæring. Hun har sin egen virksomhed, Spis dig fri, hvor hun vejleder Type 2 diabetikere. Hun har tidligere arbejdet i et kommunalt sundhedshus og som projektmedarbejder hos Udviklingshæmmedes Landsforbund. Oplægget omhandler Type 2 diabetes. De følgeskader, man kan opleve pga. sygdommen, kan i høj grad forebygges med sund mad og livsstil. Men opgaven omkring at støtte borgere med udviklingshandicap til en sundere livsstil er ikke så ligetil. Derfor rammes de også oftere af livsstilssygdomme som diabetes. Jane Kudsk kommer her med et bud på, hvordan et bredere og mere positivt sundhedssyn kan være vejen frem.



Kl. 13.45-14.25 **Bike for borgere med udviklingshandicap** v/Kresten Rex Mortensen og Børge Neesen  
Modul 5A

Kresten er socialpædagog og har arbejdet med borgere med udviklingshandicap i næsten 30 år. Han er pt. ansat som socialkonsulent i SUF. Kresten har arbejdet med idræt i alle sine ansættelser og har været tilknyttet Special Olympics området. Børge er uddannet personlig træner og international body bike instruktør og har ejet en kæde af fitnesscentre. Han har desuden en søn med Downs Syndrom. Oplægget handler om den gode historie, motivation, fællesskab og hvad musik kan gøre, når det handler om motion. Konceptet er, at alle kan være med uanset handicap og kondition. Det handler om at holde en fest, når man sidder på cyklen, man synger med på musik, man kender og samtidig får motion ind i hverdagen. Børge vil desuden fortælle sin historie om at have et barn, som ikke får de samme tilbud om sportsaktiviteter som andre børn.



Kl. 13.45-14.25 **De Rare Olympiske Lege – at sætte bevægelse fra kan- til kerneopgave** v/Lars Ulrik  
Modul 5B

Lars Ulrik er uddannet fysioterapeut og er sundhedskonsulent i Vejle Kommune. Han er projektleder og har udviklet De Rare Olympiske Lege. Lars fortæller i sit oplæg om tilblivelsen af De Rare Olympiske Lege, som er en festlig dag, hvor tanken er, at disse lege skal være et middel for medarbejderne og et mål for borgerne.



Kl. 14.30 **Kaffe**

Kl. 14.45 **En aktiv borger** v/Jette Tastesen

Jette er næstformand i Udviklingshæmmedes Landsforbund (ULF). Jette vil fortælle, hvad hun gør for at leve sundt i forhold til træning og kost. Hun vil komme ind på de udfordringer det giver, hvad der kan være svært, og hvordan hun håndterer de svære situationer. Hun fortæller, hvorfor hun mener, at det er en vigtig opgave at arbejde med sundhed for hendes målgruppe.



Kl. 15.00 **Paneldebat:**  
Moderator – Jan Sau Johansen, Områdechef, Marselisborgcentret og medlem af Parasport Danmarks bestyrelse

### Paneldebatører:

Anni Sørensen, Formand for Lev  
Marie Sonne, 1. forbundsnæstformand for Socialpædagogernes Landsforbund  
Liselotte Hyeved, Formand for Det Centrale Handicapråd  
Jette Tastesen, Næstformand for ULF  
John Petersson, Formand for Parasport Danmark  
Charlotte Broman Mølbæk, Medlem af Folketinget, Socialistisk Folkeparti, Idræts- og Handicapordfører

Kl. 16.00 **Tak for i dag**

## Velkommen til Sundhedskonferencen

Idræt og motion er vigtig for alle menneskers sundhed og trivsel. Måske er det endnu vigtigere for mennesker med udviklingshandicap, som i gennemsnit lever 14,5 år kortere end resten af befolkningen, og som har kendte udfordringer med sundhed og overvægt.

Idrætten er én vej til bedre trivsel, men den kan ikke stå alene.

Parasport Danmark har gennem arbejdet med Special Olympics idræt oplevet en stigende tendens til livsstilssygdomme blandt atleterne, hvilket vækker bekymring for deres generelle sundhed. Erfaringerne fra Special Olympics' sundhedsscreeningsprogram Healthy Athletes og fra vores medlemsforeninger viser, at der er behov for fokus, udredning og konkrete indsatser på sundhedsområdet for netop denne målgruppe. Lev og Parasport Danmark er derfor gået sammen for at sætte fokus på idræt, motion og sundhed på en konference, hvor vi både diskuterer udfordringer og løsninger.

Vi håber på at kunne inspirere alle, der i en eller anden form er i berøring med eller har en relation til målgruppen.

Vi glæder os til at se jer.

**Lev og Parasport Danmark**

**Pris pr. person:  
kr. 795,-**

**Tilmelding til**  
konferencen via dette  
link senest den 1. maj:  
[https://eu.jotform.com/  
parasportdanmark/  
tilmelding-sundheds-  
konference](https://eu.jotform.com/parasportdanmark/tilmelding-sundhedskonference)

**Spørgsmål til  
konferencen rettes til:**  
**Parasport Danmark**  
Lykke Guldbrandt  
Mail: lgu@parasport.dk  
Mobil: 29 10 31 30

## Special Olympics Idrætsfestival

Parasport Danmark afholder hvert andet år Special Olympics Idrætsfestival - et idrætsstævne for mennesker med et udviklingshandicap. I 2020 er Frederikshavn vært, og flere end 1.000 aktive idrætsudøvere, trænere, ledere og officials indtager byen i dagene 15.-17. maj.

Special Olympics Idrætsfestival er tre dage med idræt, udfordringer,

glæde, socialt samvær, fest og spændende idrætskonkurrencer. Idrætsfestivalen er mere end blot idræt, idet der er flere sociale og festlige arrangementer knyttet til festivalen. Deltagerne kommer fra hele Danmark samt Finland, Færøerne, Island, Norge, Sverige og Tyskland, og der dystes i 12 idrætter. Frederikshavn Kommune, det lokale idrætsliv og

Parasport Danmark glæder sig til at byde velkommen. Special Olympics Idrætsfestival 2020 skydes i gang ved en højtidelig og festlig åbningsceremoni i Arena Nord fredag d. 15. maj kl. 19.30. Deltagerne på Sundhedskonferencen er meget velkomne til at overvære åbningen og kigge forbi i løbet af weekenden.

**Se mere på [www.so-if.dk](http://www.so-if.dk)**

