



København Kommune  
Sundhed og Omsorgsforvaltningen  
Folkesundhed København

Sjællandsgade 40  
2200 København N  
[folkesundhed@suf.kk.dk](mailto:folkesundhed@suf.kk.dk)

28. januar 2011

## **Høringssvar på "Længe Leve København", Københavns kommunes sundhedspolitik 2011-2014**

I Danske Fysioterapeuter, Region Hovedstaden glæder vi os over Københavns kommunes fokus på daglig fysisk aktivitet. Det er positivt, at kommunen erkender de gavnlige effekterne af daglig fysisk aktivitet og vi støtter op om denne tilgang.

I Danske Fysioterapeuter, Region Hovedstaden mener vi, at Længe Leve København er både fremsynet og fagligt forankret. Der findes i dag betydelig evidens for, at daglig fysisk aktivitet fremmer det gode sunde liv, både i fysisk og psykisk forstand. Derfor glæder vi os over Københavns kommunes ambitiøse mål om at skabe én af de bedste storbyer i Europa, når det handler om sundhed.

Til at nå dette mål anbefaler vi, at Københavns Kommune gør brug af fysioterapeutisk ekspertise. Det er oplagt at benytte denne ekspertise til at uddanne og rådgive andet personale i, hvordan de kan hjælpe borgerne til mere bevægelse i hverdagen. Ligeledes kan fysioterapeuterne være med til at løse nogle af de konkrete sundhedsfremmende opgaver i kommunen.

Vi har som faggruppe vores primære fokus på bevægelse og fysisk aktivitet herunder motivation. Derfor kan kommunen med fordel drage nytte af at have tilknyttet fysioterapeuter i arbejdet med at gøre København til en sundere by. Dels i implementeringsfasen på områder hvor der traditionelt ikke har været fokus på bevægelse og fysisk aktivitet. Dels i forbindelse med udviklingen af de nye sundhedsmæssige løsninger og tilbud til københavnere.

Projekter om hverdagsrehabilitering er eksempler på at fysioterapeutisk ekspertise øger de ældre borgeres mobilitet og livskvalitet.

Københavns kommune kunne med fordel benytte den erfaring i andre sammenhænge.

Socialpsykiatrien er et eksempel på hvor en sådan tilgang kunne være relevant. Vi ved, at mange psykisk syge kan have dårlige kostvaner og være fysisk inaktive. Vi anbefaler derfor, at der tilknyttes fysioterapeuter til kommunens forskellige bo- væresteder. Fysioterapeuterne kan hjælpe og motivere til en sundere hverdag. Fysioterapeuten vil både fungere som en rådgivende og vejledende enhed overfor personale, frivillige og brugere i forhold til livsstilssygdomme og fysisk aktivitet, men vil også kunne hjælpe med at systematisere indsatsen lokalt. Fysioterapeuten vil ligeledes have mulighed for at forholde sig til

den enkeltes bevægeapparats lidelser (socialforvaltningens nuværende tilbud om genoptræning efter servicelovens § 86 stk. 1 beror i høj grad på borgerens egen evne til at være opsøgende).

Det er rigtigt set, når man i "længe leve København" har sat så klart fokus på børneområdet. Vi ved, at motionsvaner og aktivitetsniveau bliver grundlagt mens man er barn, så hvis man kan forebygge allerede ved at sætte ind i barneårene kan der være vundet meget. De fysiske rammer er rigtig vigtige, men at børn bliver sunde og fysisk aktive børn, kræver imidlertid mere end gode rammer for udfoldelse. Flere og flere børn i København er inaktive og uvant med fysisk aktivitet. Derfor er det vigtigt at lære og give børn lyst til at være aktive, samt understøtte, motivere og fastholde dem i aktiviteterne.

I lighed med et af de mest effektive forebyggelsestiltag, regelmæssig skoletandpleje, kunne man indføre et noget lignende tiltag ved at etablere "motorik screening" hvor børns fysisk form og motorik bliver undersøgt og udarbejdelse af en "aktivitetsplan". Det ville give mulighed for, på et tidligt tidspunkt, at hjælpe ikke kun de synligt fede børn, men også børn i generelt dårlig form eller motorisk dårligt fungerende børn.

Sidst men ikke mindst mener vi, at fysioterapeuter bør inddrages i planlægningen af byens rum.

Længe Leve København lægger op til mere brug af eksperter, og vi ser frem til inddragelse på netop dette område. Vi har mange gode bud på hvordan vi skaber en sundere by. Der skal være flere gratis motionstilbud i byen, både for yngre og ældre borgere. Og så skal det være nemmere at tage cyklen. Vi glæder os til at bruge vores faglighed i arbejdet med at gøre København til én af de sundeste byer i Europa. Vi stiller os gerne til rådighed med henblik på uddybning og udvikling af vores tanker og ideer.

Med venlig hilsen

Tine Nielsen

Regionsformand for Danske Fysioterapeuter, Region Hovedstaden