

2015-11-25

TJÄNSTESKRIVELSE
ÄLN 2015/242-739

Äldrenämnden

Uppföljning av 90+ träning i Nacka kommun 2014/2015

Förslag till beslut

Äldrenämnden noterar informationen till protokollet.

Sammanfattning

I mars 2011 startade en motionsgrupp för personer 90 år eller äldre, vid Sickla Hälsocenter. Verksamheten finansierades initialt av Stockholms läns landsting. Då de valde att inte fortsätta finansieringen beslutade dåvarande social- och äldrenämnden att fortsätta finansieringen. Det är fyra anläggningar i Nacka som erbjuder 90+ träning. Uppföljningen efter ett års deltagande visar att livskvaliteten hos de deltagande i stort sett är oförändrad. Att det inte har förändrats är med tanke på deltagarnas ålder positivt. Beräknad kostnad för 2014/2015 är 500 000 kr.

Ärendet

I mars 2011 startade en motionsgrupp för personer 90 år eller äldre, vid Sickla Hälsocenter. Verksamheten finansierades av Stockholms läns landsting initialt. Under hösten 2014 beslutade dåvarande social- och äldrenämnden att finansiera en fortsättning och en utökning av 90+ träningen då landstinget i Stockholms län tog beslut att inte fortsätta finansiera verksamheten. De anläggningar som ingår är Sickla hälsocenter, World Class Saltsjöbaden, Puls & Träning Sickla och Gym 22 Saltsjö-Boo.

Efter ett års finansiering har sociala kvalitetsenheten följt upp verksamheten. Syftet med uppföljningen är att följa hur de deltagande personerna i 90+ träningen upplever sin livskvalitet före deltagarna påbörjade sin 90+ träning under hösten 2014 och efter att ha deltagit under ett år. Livskvalitetsinstrumentet EQ-5D är det uppföljningsverktyg som används. EQ-5D är ett standardiserat instrument för att mäta och beskriva hälsoutfall. Frågeformuläret består av frågor där individen kan klassificera sin egen hälsa i fem olika dimensioner; rörlighet, hygien, huvudsakliga aktiviteter, smärtor/besvär och nedstämdhet/rädsla på en tregradig skala (inga besvär, måttliga respektive svåra besvär).



Resultaten från EQ-5D visar att livskvaliteten hos de deltagande som är 90 år och äldre i stort sett är oförändrat vid första och andra mätningen. Att det inte har förändrats är med tanke på deltagarnas ålder positivt. Många av deltagarna har under året uttryckt att 90+ träningen bryter en social isolering.

Instrumentet EQ-5D har inte med frågor kring kön eller vilket år och månad den svarande är född. De frågorna och nedan extrafrågor kommer vi att ställa vid nästa uppföljning för att kunna utveckla verksamheten ytterligare.

- Vad har varit bra?
- Vad har varit mindre bra?
- Vad har deltagande i 90+ träningen betytt för dig?

Ekonomiska konsekvenser

Beräknad kostnad är 500 000 kr 2014/2015.

Bilagor

1. Delrapport Uppföljning av 90+ träning 2014 och 2015, 2015-11-03
2. Rapporten Projekt 90+ redovisning av ett styrketränningsprojekt för samhällets äldsta medborgare, 2013-2014

Anders Fredriksson
Social- och äldredirektör

Marie Haesert
Planerare/utvecklare
Sociala kvalitetsenheten