



BRUGERUNDERSØGELSE 2014

PATIENTRETTET FOREBYGGELSE

EPINI^QN

KØBENHAVNS KOMMUNE
Sundheds- og Omsorgsforvaltningen

Brugerundersøgelse 2014 – Patientrettet Forebyggelse

Brugerundersøgelsen er udarbejdet af Epinion P/S og Afdeling for Data og Analyse, Sundheds- og Omsorgsforvaltningen, Københavns Kommune.

Layout: KK design

Forsidefoto: Henrik Friberg

Rapporten kan downloades fra www.kk.dk

INDHOLDSFORTEGNELSE

Forord	4
Indledning	5
Resumé af undersøgelsens resultater	5
Oversigt over nøglespørgsmål	8
Kort beskrivelse af metoden	9
Tilfredshedsbarometer	9
Markering af forskelle mellem genoptræningscentre og over tid	10
Profil af målgruppen	11
Undersøgelsens resultater – Tilfredshed	13
Samlet tilfredshed.....	13
Den indledende samtale.....	14
Den fysiske træning	14
Den individuelle motionsvejledning	15
Kostvejledningen	15
Undervisningen i praktisk madlavning	16
Undervisningen i sygdom	17
Rygestopvejledningen.....	17
Udbytte af forløbet	18
Afsluttende samtale og fastholdelse.....	20
Motion	21
Undersøgelsens resultater – Trivsel	24
Livskvalitet	24
Ensomhed og kontakt til andre	24
Selvvurderet helbred.....	25
Tryghed.....	25
Brugernes gode råd til bedre forebyggelsestilbud	25
Svarfordelinger på alle spørgsmål	27

FORORD

Når Sundheds- og Omsorgsforvaltningen løser sine opgaver, sker det ud fra en vision om at skabe rammerne for et godt, sundt og langt liv for københavnere. I den forbindelse er brugernes oplevelse af vores indsats en afgørende ledestjerne.

Derfor gennemfører Sundheds- og Omsorgsforvaltningen årlige brugerundersøgelser med det formål at blive klogere på, hvad brugerne mener, vi gør godt, og hvad vi kan gøre endnu bedre.

Denne rapport præsenterer resultaterne af brugerundersøgelsen 2014, hvor i alt 720 brugere af de kommunale forebyggelsescentre har givet deres mening til kende. Hensigten er at tegne et billede af, hvordan borgerne i 2014 oplever forebyggelsescentrenes indsats og deres egen situation. Dermed danner rapporten udgangspunkt for arbejdet med udvikling af kvaliteten til gavn for københavnere.

God læselyst.



Ninna Thomsen

Sundheds- og Omsorgsborgmester



Katja Kayser

Administrerende direktør

INDLEDNING

Denne rapport præsenterer resultaterne af en kvantitativ brugerundersøgelse blandt Københavns Kommunes borgere, som på grund af enten en kronisk sygdom eller risikofaktorer for at udvikle en kronisk sygdom har deltaget i et forløb på et af kommunens forebyggelsescentre. Dataindsamlingen er gennemført ved hjælp af telefoniske interviews. Spørgeskemaet indeholder 92 spørgsmål om brugernes tilfredshed med forebyggelsescentrene og med deres trivsel i hverdagen.

Der er i alt gennemført 720 interviews med brugere af forebyggelsescentrene fordelt på de fem forebyggelsescentre i Københavns Kommune.

Interviewene er gennemført i fire perioder gennem 2014 for at sikre, at brugerne havde forløbet i forebyggelsescentrene friskt i hukommelsen i forbindelse med undersøgelsen.

Undersøgelsen er gennemført af Epinion P/S for Københavns Kommune, Sundheds- og Omsorgsforvaltningen (SUF).

Denne rapport omhandler resultater for hele SUF.

For en detaljeret beskrivelse af undersøgelsens metode, se bilaget til rapporten.

RESUMÉ AF UNDERSØGELSENS RESULTATER

Brugerundersøgelsen 2014 blandt brugere af forebyggelsescentrene giver ligesom i 2012, hvor undersøgelsen sidst blev gennemført, et billede af, at brugerne på stort set alle områder er tilfredse med kommunens tilbud.

Samlet tilfredshed

Langt størstedelen af brugerne er alt i alt tilfredse med deres forløb på et forebyggelsescenter. Faktisk svarer 70 %, at de er ”meget tilfredse” og yderligere 23 %, at de er ”tilfredse”. Kun 3 % er enten ”utilfreds” eller ”meget utilfreds”. Ligeledes føler langt de fleste brugere sig velkomne på forebyggelsescentret.

Til trods for den meget udbredte tilfredshed er der tale om et mindre fald i tilfredsheden i forhold til 2012. Ligeledes er der tale om en mindre nedgang i forhold til, i hvor høj grad forløbene alt i alt lever op til brugernes forventninger. Dette kan ikke umiddelbart forklares med stigende forventninger til forløbene. I hvert fald er der færre brugere end i 2012, der angiver, at de havde ”meget høje forventninger” til forløbet, inden de startede.

Den indledende samtale

Langt størstedelen af brugerne (94 %) er ”meget tilfredse” eller ”tilfredse” med den indledende samtale med en medarbejder fra forebyggelsescentret. Dette er på samme niveau som i 2011 og 2012. Brugere med kronisk sygdom er gennemsnitligt mere tilfredse med den indledende samtale end brugere med risikofaktorer. 78 % af alle brugere oplever, at tilbuddet er fleksibelt i forhold til deres behov.

Den fysiske træning

Blandt de brugere i brugerundersøgelsen, som har deltaget i fysisk træning, er 87 % alt i alt tilfredse med udbyttet af den fysiske træning. Generelt er graden af tilfredshed med den fysiske træning på niveau med

2012. Dog ses det, at der sket et mindre fald i brugertilfredsheden i relation til, om der var en god stemning på holdet, og om øvelserne blev tilpasset, så brugeren fik noget ud af træningen.

Knap hver tredje (31 %) af de brugere, der har deltaget i fysisk træning, har derudover deltaget i prøvetimer i et motionstilbud, fx i en lokal idrætsforening. Heraf er 61 % fortsat i et eller flere af de motionstilbud, hvor de har haft prøvetimer.

Den individuelle motionsvejledning

94 % af de brugere, som har modtaget individuel motionsvejledning, er alt i alt tilfredse med udbyttet af motionsvejledningen. I 2014 tilbydes individuel motionsvejledning kun til brugere med risikofaktorer. Af samme årsag er det første gang, at disse spørgsmål indgår i brugerundersøgelsen.

Kostvejledningen

Blandt de brugere, som har modtaget kostvejledning enten individuelt eller på hold, er 86 % alt i alt tilfredse med udbyttet af kostvejledningen. 85 % af brugerne mener, at de havde mulighed for at tage emner op i kostvejledningen, som havde betydning for dem. Generelt er brugere med kronisk sygdom mere tilfredse med kostvejledningen end brugere med risikofaktorer. Tilsvarende er brugere med kronisk sygdom også mere tilbøjelige til at svare, at de i deres hverdag kan bruge den viden, de har fået om mad, end tilfældet er for brugere med risikofaktorer.

Brugere med henholdsvis kronisk sygdom og risikofaktorer modtager ikke det samme kostvejledningsforløb. Brugere med kronisk sygdom får primært et individuelt tilbud, hvor brugerne med risikofaktorer får et holdtilbud.

Motion

72 % af brugerne angiver, at de dyrker motion (på tidspunktet for brugerundersøgelsens interview, dvs. efter forløbet), heraf dyrker 37 % motion dagligt/næsten dagligt, og yderligere 58 % dyrker motion 1-3 gange om ugen. I forhold til 2012 er der i dag færre brugere, der angiver, at de dyrker motion, mens det er på samme niveau som i 2011.

Undersøgelsen viser, at der er flere, der dyrker motion efter forløbet, og at de samtidig dyrker motion oftere, end før de begyndte på forløbet i forebyggelsescentret.

Undervisningen i praktisk madlavning

Blandt de brugere, som har modtaget undervisning i praktisk madlavning, er 87 % alt i alt tilfredse med udbyttet. Generelt ligger tilfredsheden med undervisningen i praktisk madlavning på niveau med 2011 og 2012. Det gælder for alle spørgsmål om praktisk madlavning.

Undervisningen i sygdom

91% af brugerne, som har modtaget undervisning om deres sygdom i forbindelse med forløbet, er alt i alt tilfredse med udbyttet. Tilfredsheden med undervisningen i sygdom ligger generelt på samme niveau som i 2011 og 2012.

Rygestopvejledningen

74 % af brugerne, som har modtaget rygestopvejledning i forbindelse med forløbet, enten individuelt eller på hold, er alt i alt tilfredse med udbyttet. 55 % er eller har været holdt op med at ryge.

Udbytte af forløbet

69 % af brugerne angiver, at de har nået de mål, som de satte sammen med personalet. Relativt flere brugere med kroniske sygdomme end brugere med risikofaktorer angiver, at de har nået målene. De årsager til ikke at have nået målene, som flest brugere angiver, er dels sygdom/indlæggelse og dels manglende motivation/lyst.

Afsluttende samtale og fastholdelse

54 % af respondenterne angiver, at de har haft en samtale med en medarbejder, efter de har afsluttet alle de planlagte aktiviteter i forebyggelsescentret; og 51 % angiver, at de har snakket med forebyggelsescentret om, hvad de kan gøre for at fastholde deres nye vaner fremover. I begge tilfælde er der tale om et fald i forhold til tidligere. Faldet gør sig også gældende, når brugere med kronisk sygdom betragtes isoleret. 74 % af brugerne mener, at de i ”høj grad” eller ”nogen grad” har fået den hjælp fra forebyggelsescentrets medarbejdere, de havde behov for til at planlægge, hvad de fremover kan gøre. Her er der ligeledes tale om en nedgang i forhold til tidligere. Det er især brugere med risikofaktorer, der angiver, at de ikke har fået den nødvendige hjælp.

Brugernes generelle trivsel

Generelt viser undersøgelsen, at brugerne vurderer forskellige elementer af trivsel i deres hverdag dårligere end i 2012. 65 % af brugerne vurderer deres livskvalitet som ”meget god” eller ”god”, mens 11 % vurderer den som ”meget dårlig” eller ”dårlig”. Ligeledes vurderer 65 % af brugerne, at forløbet på forebyggelsescentret i ”høj grad” eller ”nogen grad” har medvirket til at forbedre deres livskvalitet. Dette er et fald i forhold til 2011 og 2012.

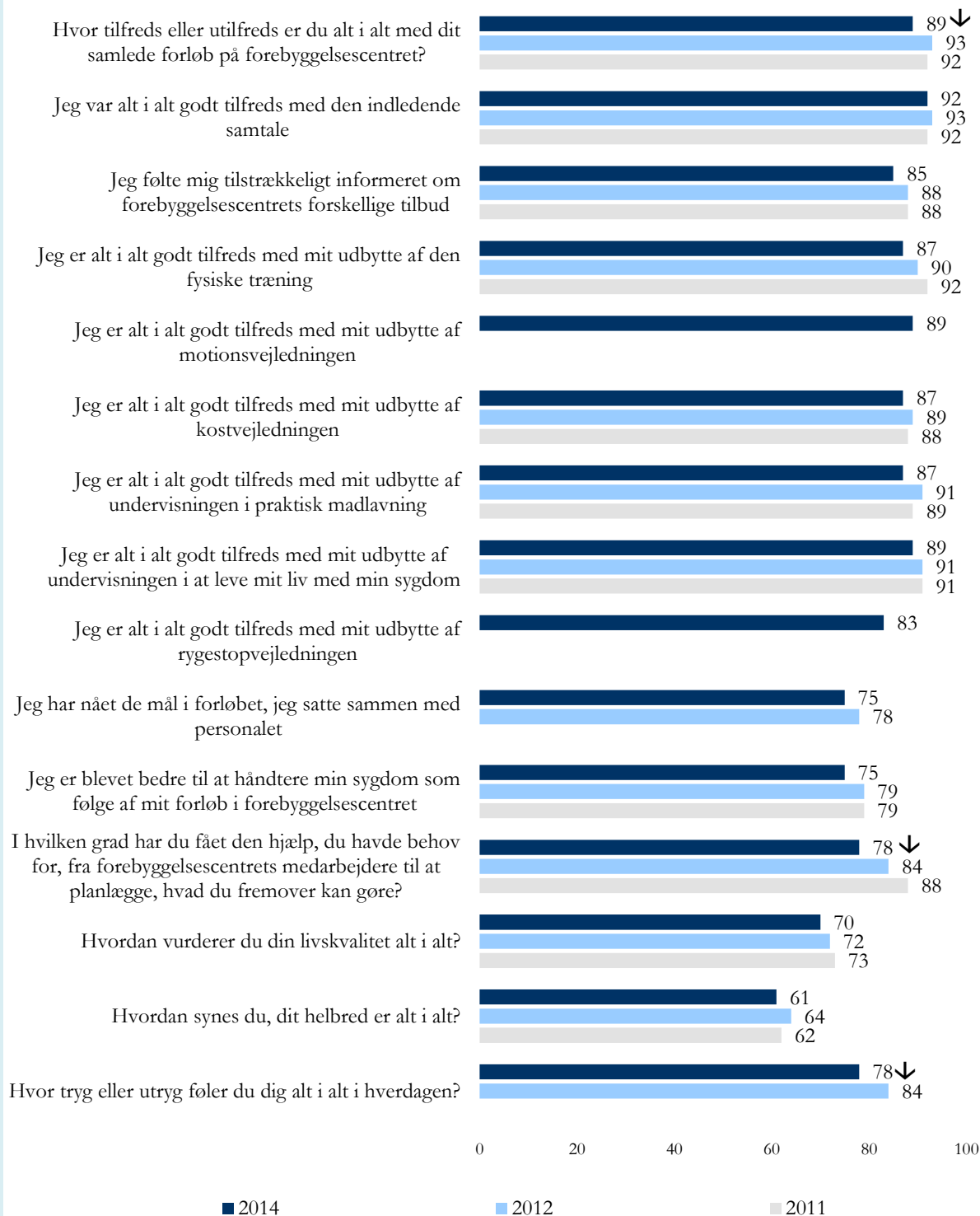
52 % af brugerne vurderer deres helbred som ”meget godt” eller ”godt”, mens 16 % vurderer det som ”meget dårligt” eller ”dårligt”. 65 % af brugerne vurderer, at forløbet på forebyggelsescentret i ”høj grad” eller ”nogen grad” har medvirket til at forbedre deres helbred. Igen er der tale om et fald i forhold til 2011 og 2012.

10 % af brugerne angiver, at de ofte er alene, selvom de har mest lyst til at være sammen med andre; og yderligere 16 % angiver, at det sker en gang imellem. Dette adskiller sig ikke signifikant fra 2012.

Endelig angiver 78 % af brugerne, at de føler sig ”meget tryk” eller ”tryk” i hverdagen, mens 6 % føler sig ”meget utryk” eller ”utryk”. Dermed ses et fald i brugernes tryk sammenlignet med 2012.

OVERSIGT OVER NØGLESPØRGSMÅL

Oversigt over nøglespørgsmål – 2014 sammenlignet med 2012 og 2011:
Resultater vises på 0-100 skala, hvor 0 er mest negativt og 100 mest positivt.



KORT BESKRIVELSE AF METODEN

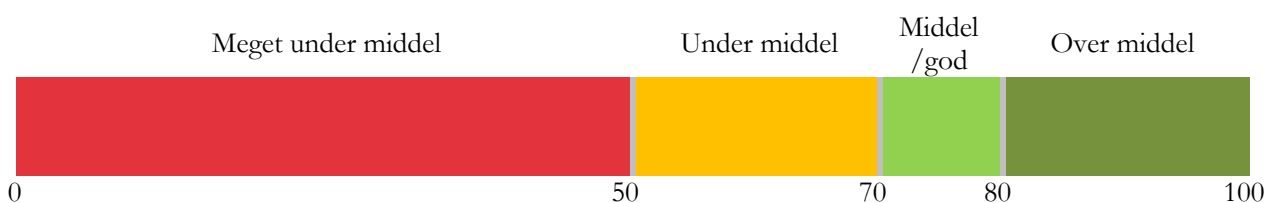
I spørgeskemaet har deltagerne besvaret en stor del af spørgsmålene på en gradskala med fem svarmuligheder. Deltagerne har f.eks. på mange spørgsmål kunnet svare ”meget tilfreds”, ”tilfreds”, ”hverken/eller”, ”utilfreds” eller ”meget utilfreds”. Besvarelsene er herefter omregnet til en skala fra 0-100, hvor 100 er den mest positive ”tilfredshedsscore”, som kan opnås. Skalaen udtrykker dermed, hvor mange deltagere, som har besvaret de enkelte spørgsmål positivt eller negativt.¹

Tilfredshedsbarometeret kan dermed bruges som en vejledende indikator for, hvornår scoren ligger på et tilfredsstillende niveau, og ikke mindst om billedet af brugernes tilfredshed ændrer sig fra år til år.

Der rapporteres udelukkende resultater for de enkelte forebyggelsescentre baseret på mindst 30 besvarelser af det givne spørgsmål. Når svarene på nogle spørgsmål kun præsenteres for hele SUF skyldes det altså, at der er for få besvarelser til at kunne opdele resultaterne på forebyggelsescenterniveau.

Tilfredshedsbarometer

Som det fremgår af barometret nedenfor, opdeles resultaterne i fire intervaller henholdsvis 0-49 (meget under middel), 50-69 (under middel), 70-79 (middel/god) og 80-100 (over middel).



I rapporten er det kun nogle spørgsmål, som er omregnet til en samlet tilfredshedsscore. Det gælder særligt de spørgsmål, hvor det er interessant at se, om tilfredsheden har udviklet sig over tid, dvs. om brugerne f.eks. har ændret holdning fra 2012 til 2014.

Ved andre spørgsmål giver det et bedre billede at afrapportere resultatet som procentandele, der har afgivet de enkelte svarmuligheder. Dette vil derfor kunne læses i tabellerne for disse spørgsmål.

Spørgsmål, som er formuleret med ja/nej-svarkategorier, rapporteres som oftest som andelen af beboere, der har svaret ”ja” til det pågældende spørgsmål.

I langt de fleste tabeller og figurer præsenteres resultaterne fordelt på forebyggelsescentre. Af hensyn til tabeller og grafers overskuelighed, anvendes i rapporten de følgende forkortelser for forebyggelsescentrenes navne:

- AMA: Forebyggelsescenter Amager
- BIN: Forebyggelsescenter Nørrebro
- VBH: Forebyggelsescenter Vanløse
- VKV: Forebyggelsescenter Vesterbro-Kgs. Enghave
- IBØ: Forebyggelsescenter Østerbro

¹ Tilfredshedsscorene udregnes som et simpelt gennemsnit af de enkelte besvarelser på en 5-punktsskala, hvor hver besvarelsestype tæller for en given værdi, henholdsvis: 100, 75, 50, 25 og 0.

Markering af forskelle mellem forebyggelsescentre og over tid

Som en del af undersøgelsen er resultaterne testet for, om der er forskelle i brugernes svar på tværs af forebyggelsescentre. Helt nøjagtigt er det undersøgt, om nogle forebyggelsescentre i 2014 adskiller sig fra det samlede gennemsnit i enten positiv eller negativ forstand. Hvis dette er tilfældet, er det markeret i tabellerne med et lille plus (+) eller minus (-) ud for resultatet for det pågældende forebyggelsescenter. Plus betyder således, at forebyggelsescentrets resultat er statistisk signifikant bedre end det samlede gennemsnit for alle forebyggelsescentre, og minus betyder, at et givet forebyggelsescenter scorer statistisk signifikant dårligere end det samlede gennemsnit. Plus og minus siger altså ikke noget om udviklingen over tid for lokalområderne, kun om, hvorvidt de i 2014 adskiller sig fra det samlede gennemsnit.

Hvis der er sket en udvikling over tid i det samlede resultat for hele SUF, dvs. fra 2012 til 2014, så markeres dette med en pil ud for det samlede resultat for 2014. Pil op (↑) markerer, at resultatet er steget statistisk signifikant, og pil ned (↓) viser, at resultatet ligger lavere end i 2012. Det samme gælder, hvis der var en udvikling fra 2011 til 2012, så markeres det med en pil ud for scoren for 2012.

Der vil i mange tabeller ses forskelle i scorer og resultater på tværs af forebyggelsescentre og år, hvor det ikke er markeret med et symbol, at der er en forskel eller sket en udvikling. Dette skyldes, at forskellene ikke er statistisk signifikante, dvs. at variationerne ikke er store nok til, at det med sikkerhed kan siges, at der er tale om en reel forskel. Det afhænger af antallet af besvarelser på hvert enkelt spørgsmål, hvor stor forskel der skal være, før der er statistisk signifikant forskel på resultaterne på tværs af forebyggelsescentre og over tid.

PROFIL AF MÅLGRUPPEN

Undersøgelsens målgruppe består af personer i Københavns Kommune (i alderen 18+), som har diagnosen KOL, hjerte-karsygdom og/ type 2 diabetes, og derfor har deltaget i et forebyggelsesforløb på ét af Københavns Kommunes i alt 5 forebyggelsescentre. Ud over disse brugere, som alle har kroniske sygdomme, er brugere med risikofaktorer for at udvikle kroniske sygdomme (inaktivitet, overvægt, forhøjet BT, lipider og langtidsblodsukker) også inkluderet i undersøgelsens målgruppe i 2014. Borgere med risikofaktorer har ikke tidligere været inkluderet i brugerundersøgelsen om patientrettet forebyggelse.

Som hovedregel afrapporteres borgere med kronisk sygdom og borgere med risikofaktorer som samlet gruppe i rapportens tabeller. I de tilfælde, hvor der er forskelle på de to gruppers resultater i brugerundersøgelsen, beskrives dette tydeligt i tabeller og/eller tekst.

Det mest optimale for brugerundersøgelsen ville være at udtrække brugere til deltagelse baseret på datoen for deres afslutning af forløbet – hermed ville det være sikkert, at alle deltagere havde afsluttet deres forløb (enten gennemført eller stoppet før tid) og havde det i frisk erindring, når de blev interviewet. Denne fremgangsmåde er dog ikke mulig i 2014 pga. den måde, der registreres på i Sundhedsportalen.

Derfor er valgt en anden udtrækningsmetode til undersøgelsen, hvor totalpopulationen er udtrukket fra Sundhedsportalen efter følgende to kriterier:

- Hjemmeboende borgere, der har haft deres første møde mellem 4 og 6 måneder inden trækning af totalpopulationen, og som har haft mindst ét møde i forebyggelsescentret.
- Borgere, hvor forebyggelsescentret inden for en måned før trækning af totalpopulationen har afsendt en elektronisk epikrise til praktiserende læge, dvs. hvor forløbet er afsluttet (men ikke nødvendigvis fuldført).

Ved gennemførelsen af interviewet spørges brugerne indledningsvis, om de har gennemført hele deres forløb, om de stadig er i gang, eller om de er holdt op, inden de var færdige med hele forløbet. Brugere med fuldt gennemførte forløb er dernæst blevet stillet alle efterfølgende ”indholdsspørgsmål” i spørgeskemaet. Det samme gælder for brugere, der er ophørt med deres forløb før tid, men efter mindst 5 ugers forløb. Ud af de 720 brugere, som gerne ville deltage i undersøgelsen, er der gennemført fuldstændige interview med 620 brugere, som enten har gennemført hele deres forebyggelsesforløb eller er stoppet efter mindst 5 ugers deltagelse.

Der er ikke gennemført interview med brugere, som ved opkaldet svarer, at de endnu ikke er færdige med deres forløb. Disse brugere er spurgt om, hvornår de forventer at afslutte forløbet, og de er så blevet ringet op i en efterfølgende dataindsamlingsrunde, hvor de er interviewet, hvis deres forløb rent faktisk var afsluttet.

185 brugere (26 %) har oplyst, at de er stoppet med deres forløb før tid. Denne gruppe er i interviewet opdelt i to grupper. Brugere, som er ophørt før tid, men har gennemført mindst fem uger, har som nævnt deltaget i det fulde interview. Disse brugere udgør i alt 85 brugere. De resterende 100 brugere, som er stoppet inden for de første fem uger, er kun stillet enkelte spørgsmål om deres generelle trivsel (se kapitel om trivsel).

I nedenstående tabel ses fordelingen for alle 720 deltagere i undersøgelsen fordelt på de fem forebyggelsescentre.

	Antal brugere	Procent
Forebyggelsescenter Amager	185	26%
Forebyggelsescenter Nørrebro	114	16%
Forebyggelsescenter Vanløse	146	20%
Forebyggelsescenter Vesterbro-Kgs. Enghave	113	16%
Forebyggelsescenter Østerbro	162	23%
Total	720	100%

Nedenstående figur viser brugernes fordeling på køn og alder.

Brugernes fordeling på køn og alder	Procent
Mænd	56%
Kvinder	44%
Under 70 år	72%
70-79 år	23%
80 år og derover	5%

Tabellen viser fordelingen mellem køn og alder på de interviewede brugere fra forebyggelsescentrene. Fordelingen på køn og alder stemmer overens med totalpopulationen, dvs. den samlede målgruppe for brugerundersøgelsen.

I forhold til den tilsvarende undersøgelse i 2012 er målgruppen i 2014 udvidet til også at omfatte borgere med risikofaktorer. Målgruppen for undersøgelsen er altså borgere med de tre koniske sygdomme, som er oplyst nedenfor, samt borgere med risikofaktorer.

Brugernes fordeling på profiler	Antal brugere	Procent
KOL	131	18%
Hjertekar	129	18%
Diabetes	252	35%
Borgere med risikofaktorer	208	29%
Total	720	100%

UNDERSØGELSENS RESULTATER – TILFREDSHED

Samlet tilfredshed

I tabellen nedenfor er brugernes overordnede tilfredshed med forløbet vist. Desuden viser tabellen, i hvor høj grad brugerne har følt sig velkomne på forebyggelsescentrene.

Skala 0-100	AMA	BIN	IBØ	VBH	VKV	SUF 2014	SUF 2012	SUF 2011
Hvor tilfreds eller utilfreds er du alt i alt med dit samlede forløb på forebyggelsescentret?	92+	85	91	88	90	89↓	93	92
I hvilken grad har du følt dig velkommen på forebyggelsescentret?	98	94	97	93	97	96	97	97

Brugerne er også blevet spurgt, om forløbet alt i alt har levet op til deres forventninger, og hvordan deres forventninger var, før de startede i forløbet.

Skala 0-100	AMA	BIN	IBØ	VBH	VKV	SUF 2014	SUF 2012	SUF 2011
I hvilken grad har forløbet alt i alt levet op til dine forventninger?	87+	81	87+	80	84	84↓	88	-

Hvor høje eller lave forventninger havde du til forløbet, inden du startede?

	AMA	BIN	IBØ	VBH	VKV	SUF 2014	SUF 2012
Meget høje forventninger	7%	7%	9%	8%	5%	7%↓	12%
Høje forventninger	28%	23%	25%	27%	23%	25%	27%
Hverken høje eller lave forventninger	44%	41%	52%	41%	46%	45%	45%
Lave forventninger	11%	13%	12%	9%	16%	12%	8%
Meget lave forventninger	3%	3%	1%	3%	3%	3%	3%
Ved ikke	7%	14%	1%	12%	6%	8%	5%
Total	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

Den indledende samtale

Et af temaerne i brugertilfredshedsundersøgelsen er, om borgerne er tilfredse med den indledende samtale og information i forbindelse med forløbet. Der er stillet fire spørgsmål om dette emne, og de er præsenteret herunder.

Skala 0-100	AMA	BIN	IBØ	VBH	VKV	SUF 2014	SUF 2012	SUF 2011
Jeg var alt i alt godt tilfreds med den indledende samtale	94+	87-	91	90	94+	92	93	92
Jeg fik tilstrækkelig mulighed for at fortælle, hvad jeg gerne ville opnå med mit forløb	91+	84	89	84	90	88	89	91
Jeg følte mig tilstrækkeligt informeret om forebyggelsescentrets forskellige tilbud	89+	80	86	81-	89+	85	88	88
Jeg oplevede, at tilbuddet var fleksibelt i forhold til mine behov	83	77	83	79	88+	82	-	-

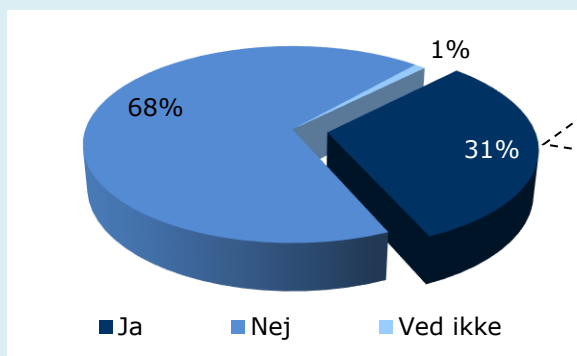
I forhold til den samlede tilfredshed med den indledende samtale viser undersøgelsen, at brugere med kronisk sygdom er mere tilfredse end gennemsnittet, mens brugere med risikofaktorer er mindre tilfredse med den indledende samtale. Således er den gennemsnitlige vurdering af den indledende samtale 93 for brugere med kroniske sygdomme, mens den er 88 for brugere med risikofaktorer.

Den fysiske træning

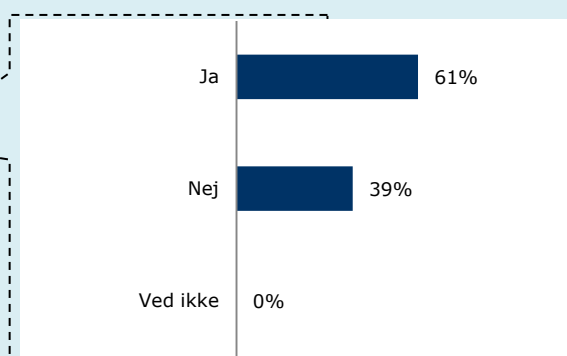
477 af respondenterne i brugerundersøgelsen har besvaret spørgsmålene om fysisk træning. Nedenfor er deres tilfredshed med den fysiske træning på forebyggelsescentrene vist. Efterfølgende er de spurgt, om de som led i træningsforløbet har deltaget i prøvetimer i et motionstilbud, og om de i så fald er fortsat med at benytte dette motionstilbud.

Skala 0-100	AMA	BIN	IBØ	VBH	VKV	SUF 2014	SUF 2012	SUF 2011
Jeg er alt i alt godt tilfreds med mit udbytte af den fysiske træning	92+	81-	87	81-	93+	87	90	92
Der var en god stemning på holdet under den fysiske træning	93	90	92	89	94	91↓	94	95
Øvelserne blev tilpasset, så jeg fik noget ud af træningen	90+	79	86	80	91+	85↓	89	90
Holdstørrelsen var passende	90	83	87	87	90	87	90	88
Jeg er godt tilfreds med min egen indsats i den fysiske træning	87	81	85	86	91+	86	87	88
Jeg fik god inspiration til at fortsætte med træning på egen hånd	88	81	86	83	84	85	-	-

Har du som led i dit træningsforløb deltaget i prøvetimer i motionstilbud, fx i en lokal idrætsforening?



Er du fortsat i nogle af de motionstilbud, hvor du har haft prøvetimer?



Den individuelle motionsvejledning

86 respondenter i brugerundersøgelsen har modtaget individuel motionsvejledning, som i 2014 kun tilbød til brugere med risikofaktorer. Dette er et nyt tema i årets brugerundersøgelse i forhold til tidligere. Disse spørgsmål er præsenteret herunder.

Skala 0-100	SUF 2014
Jeg er alt i alt godt tilfreds med mit udbytte af motionsvejledningen	89
Motionsvejledningen foregik i en behagelig atmosfære	93
Jeg havde mulighed for at tage emner op i motionsvejledningen, som havde betydning for mig	85
Jeg er godt tilfreds med min egen indsats i undervisningen	84
Jeg kan bruge den viden, jeg fik om motion, i min hverdag	89

Kostvejledningen

260 respondenter i brugerundersøgelsen har modtaget kostvejledning, enten individuelt eller på hold. Nedenfor er deres tilfredshed med kostvejledningen vist.

Skala 0-100	AMA	BIN	IBØ	VBH	VKV	SUF 2014	SUF 2012	SUF 2011
Jeg er alt i alt godt tilfreds med mit udbytte af kostvejledningen	89	82	85	84	93+	87	89	88
Kostvejledningen foregik i en behagelig atmosfære	95+	90	89	91	93	92	94	96

Jeg havde mulighed for at tage emner op i kostvejledningen, som havde betydning for mig	90	82	86	89	89	88	-	-
Jeg er godt tilfreds med min egen indsats i undervisningen	87	81	79	90+	86	84	85	87
Jeg kan bruge den viden, jeg fik om mad, i min hverdag	88	78	85	84	89	85↓	91	89

Det bemærkes, at spørgsmålet om brugernes mulighed for at tage emner op i kostvejledningen er ændret i forhold til tidligere år. Derfor er resultaterne fra tidligere års brugerundersøgelser ikke sammenlignelige med årets resultat.

På flere af spørgsmålene om tilfredshed med kostvejledningen viser undersøgelsen forskelle mellem brugere med kronisk sygdom og brugere med risikofaktorer. Derfor præsenteres spørgsmålene opdelt på de to grupper herunder.

Skala 0-100	Brugere med kronisk sygdom	Brugere med risikofaktorer	SUF 2014	SUF 2012	SUF 2011
Jeg er alt i alt godt tilfreds med mit udbytte af kostvejledningen	89+	82	87	89	88
Kostvejledningen foregik i en behagelig atmosfære	93+	88	92	94	96
Jeg havde mulighed for at tage emner op i kostvejledningen, som havde betydning for mig	89	86	88↑	-	-
Jeg er godt tilfreds med min egen indsats i undervisningen	85	83	84	85	87
Jeg kan bruge den viden, jeg fik om mad, i min hverdag	87+	81	85↓	91	89

Undervisningen i praktisk madlavning

92 respondenter i brugerundersøgelsen har modtaget undervisning i praktisk madlavning i forbindelse med forløbet. Nedenfor er deres tilfredshed med undervisningen vist.

Skala 0-100	SUF 2014	SUF 2012	SUF 2011
Jeg er alt i alt godt tilfreds med mit udbytte af undervisningen i praktisk madlavning	87	91	89
Der var en god stemning på holdet til undervisningen i praktisk madlavning	91	95	96
Jeg havde mulighed for at tage emner op i undervisningen, som havde betydning for mig	84↑	-	-
Der var et tilpas forhold mellem tavleundervisning, dialog og praktiske øvelser	84	89	88

Holdstørrelsen var passende	89	92	90
Jeg er godt tilfreds med min egen indsats i undervisningen	88	92	91
Jeg kan bruge den viden, jeg fik om madlavning, i min hverdag	85	89	88

Brugerundersøgelsen rummer relativt få svar fra borgere med risikofaktorer, som har deltaget undervisning i praktisk madlavning. Undersøgelsen kan derfor ikke påvise, om der er forskel på borgere med kronisk sygdom og borgere med risikofaktorer i relation til undervisning i praktisk madlavning.

Undervisningen i sygdom

127 af respondenterne i brugerundersøgelsen har modtaget undervisning om deres sygdom i forbindelse med forløbet. Nedenfor er deres tilfredshed med undervisningen vist. Borgere med risikofaktorer modtager ikke undervisning i sygdom, hvorfor disse spørgsmål kun er stillet til borgere med kronisk sygdom.

Skala 0-100	SUF 2014	SUF 2012	SUF 2011
Jeg er alt i alt godt tilfreds med mit udbytte af undervisningen i at leve mit liv med min sygdom	89	91	91
Der var en god stemning til undervisningen	92	92	94
Jeg havde mulighed for at tage emner op i undervisningen, som havde betydning for mig	90↑	-	-
Der var et tilpas forhold mellem tavleundervisning, dialog og praktiske øvelser	85	87	83
Holdstørrelsen var passende	90	89	91
Jeg er godt tilfreds med min egen indsats i undervisningen	90	89	89
Jeg kan bruge den viden jeg fik, til at tage hånd om min sygdom hverdagen	92	92	89

Også i relation til undervisning i sygdom er spørgsmålet om brugernes mulighed for at tage emner op ændret i forhold til tidligere år, hvorfor der ikke kan sammenlignes med tidligere resultater.

Rygestopvejledningen

53 respondenter i brugerundersøgelsen har modtaget rygestopvejledning i forbindelse med forløbet, enten individuelt eller på hold. Nedenfor er deres tilfredshed med rygestopvejledningen vist. Antallet af respondenter, som har deltaget i rygestopvejledning i brugerundersøgelserne fra tidligere år, er meget lavt, hvorfor nedenstående tabeller ikke rummer resultater fra tidligere år.

Skala 0-100	SUF 2014
-------------	----------

Jeg er alt i alt godt tilfreds med mit udbytte af rygestopvejledningen	83
Rygestopvejledningen foregik i en behagelig atmosfære	90
Jeg havde mulighed for at tage emner op i rygestopvejledningen, som havde betydning for mig	87
Holdstørrelsen var passende	86
Jeg er godt tilfreds med min egen indsats i rygestopvejledningen	74
Jeg kan bruge den viden jeg fik om rygestop, i min hverdag	82

Herefter er brugerne spurgt, om de efterfølgende er eller har været holdt op med at ryge.

Er du eller har du været holdt op med at ryge i forbindelse med rygevejledningen?	
	SUF 2014
Ja, er holdt op	38%
Ja, men er begyndt igen	17%
Nej, men ryger mindre end før	25%
Nej, er ikke holdt op, dvs. ryger det samme som før eller mere	15%
Ved ikke	6%
Total	100%

I forbindelse med rygestopvejledningen tilbydes gratis rygestopmidler. Det fremgår nedenfor, at 55 % af de respondenter, der har modtaget rygestopvejledning, har taget imod tilbuddet om gratis rygestopmidler.

Andel, som svarer ”Ja”	
	SUF 2014
Har du taget imod tilbuddet om at få gratis rygestopmidler i forbindelse med rygestopvejledningen, fx nikotinplaster, -tyggegummi eller receptpligtige rygestopmidler?	55%

Udbytte af forløbet

I tabellen nedenfor er vist, i hvor høj grad brugerne mener, at de har nået de mål, de satte sammen med personalet på forebyggelsescentret.

Skala 0-100	AMA	BIN	IBØ	VBH	VKV	SUF 2014	SUF 2012
Jeg har nået de mål i forløbet, jeg satte sammen med personalet	74	73	76	76	79	75	80

Undersøgelsen viser, at brugere med kronisk sygdom vurderer deres udbytte af forløbet mere positivt end brugere med risikofaktorer. Således er den gennemsnitlige vurdering af, om man har nået de mål i forløbet, man satte med personalet, 77 for brugere med kroniske sygdomme, mens den er 71 for brugere med risikofaktorer.

Nedenfor er vist, hvad de brugere, der ikke mener, at de har nået de opsatte mål, angiver som årsag hertil. Hver bruger kan angive mere end en årsag.

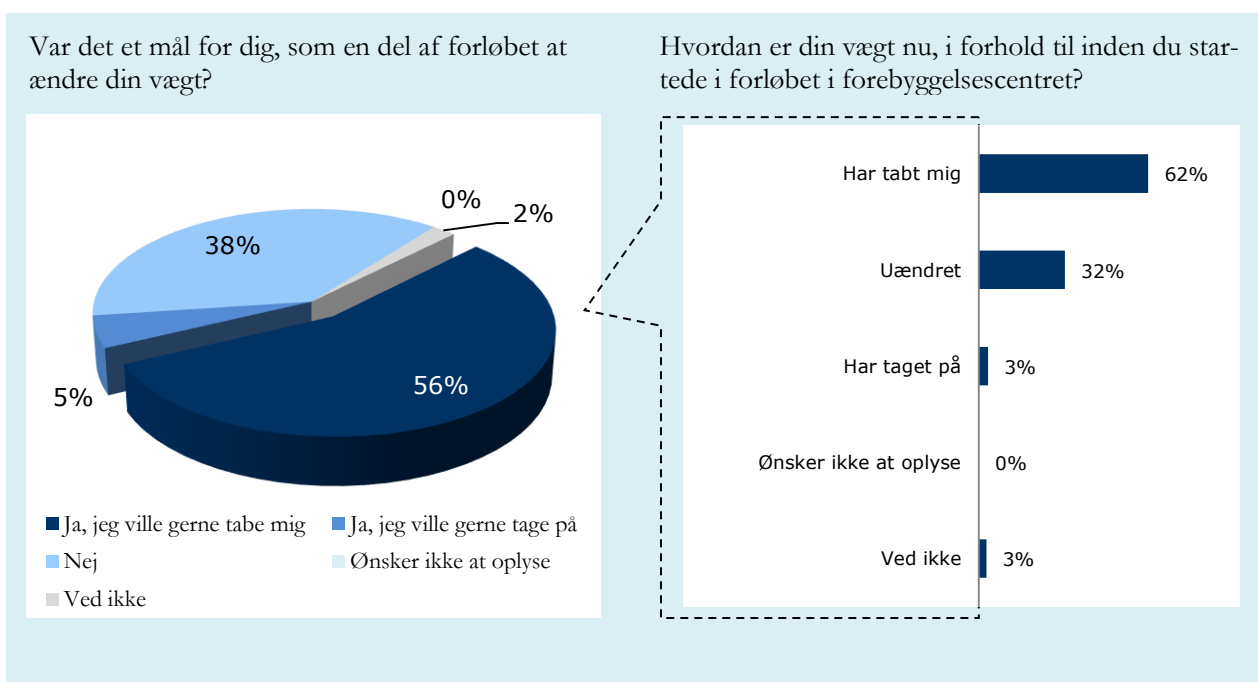
Hvad var årsagen til, at du ikke nåede dine mål?	SUF 2014	SUF 2012
Sygdom/indlæggelse	16%	20%
Manglende motivation/lyst	23%	23%
Arbejdsrelaterede årsager	3%	6%
Større livsforandringer for respondenter (fx skilsmisse, graviditet, pludselig arbejdsløshed..)	0%	0%
Større forandringer i respondenterens omgivelser (fx problemer, sygdom eller død i familien eller vennekredsen)	1%	3%
Træthed	3%	3%
For mange smerter	8%	9%
Det fastsatte mål er urealistisk for mig	4%	20%
Var ikke enig i, at jeg havde brug for et forløb i forebyggelsescentret	0%	6%
Andet, notér	44%	37%
Ved ikke	10%	0%
Total	111%	126%

Brugerne er blevet præsenteret for en række udsagn om udbyttet af forløbet. Nedenfor er angivet, i hvor høj grad de er enige i disse udsagn.

	AMA	BIN	IBØ	VBH	VKV	SUF 2014	SUF 2012	SUF 2011
Jeg er blevet bedre til at håndtere min sygdom som følge af mit forløb i forebyggelsescentret	73	76	77	72	78	75	79	79

Jeg er blevet bedre til at håndtere min sundhed som følge af mit forløb i forebyggelsescentret	-	-	70	-	-	71	-
Jeg har fået sundere kostvaner som følge af mit forløb i forebyggelsescentret	65	63	63	57-	70+	63	66 67
Jeg er blevet mere fysisk aktiv i hverdagen som følge af mit forløb i forebyggelsescentret	69	64	66	66	71	67	73 71
Da jeg startede på mit forebyggelsesforløb, var jeg motiveret for at gøre en indsats	90+	85	86	86	85	87	88 -
Under mit forløb i centret blev jeg gradvist mere motiveret for at gøre en indsats	83	76	83	76	80	80	82 -

56 % af brugerne havde et mål om at tabe sig i forbindelse med forløbet, mens 5 % havde et mål om at tage på i vægt. For de brugere, som gerne ville tabe sig, er det herunder vist, hvordan deres vægt har udviklet sig.



Af de 5 % af alle brugerne, som ønskede at tage på som en del af forløbet, har 50 % taget på, mens vægten er uændret for 40 %.

Afsluttende samtale og fastholdelse

54 % af brugerne angiver, at de har haft en samtale med en medarbejder, efter de har afsluttet alle de planlagte aktiviteter i forebyggelsescentret; og 51 % angiver, at de har talt med forebyggelsescentret om, hvad de kan gøre for at fastholde deres nye vaner fremover.

Andel, som svarer "Ja"	AMA	BIN	IBØ	VBH	VKV	SUF 2014	SUF 2012
Har du haft en samtale med en medarbejder, efter du har afsluttet alle dine planlagte aktiviteter i forebyggelsescentret - det som forebyggelsescentret kalder en afsluttende samtale?	64%	57%	49%	46%	51%	54%↓	68%

Andel, som svarer "Ja"	AMA	BIN	IBØ	VBH	VKV	SUF 2014	SUF 2012	SUF 2011
Har du snakket med forebyggelsescentret om, hvad du kan gøre for at fastholde dine nye vaner fremover?	56%+	51%	49%	48%	49%	51%↓	73%	67%

I tabellen nedenfor er vist, i hvor høj grad brugerne mener, at de har fået den hjælp, de havde behov for, fra forebyggelsescentrets medarbejdere til at planlægge, hvad de fremover kan gøre?

Skala 0-100	AMA	BIN	IBØ	VBH	VKV	SUF 2014	SUF 2012	SUF 2011
I hvilken grad har du fået den hjælp, du havde behov for, fra forebyggelsescentrets medarbejdere til at planlægge, hvad du fremover kan gøre?	82+	73	80	73	82	78↓	85	88
I hvilken grad gør du noget for at fastholde dine nye vaner fremover?	80	76	79	76	80	78	82	76

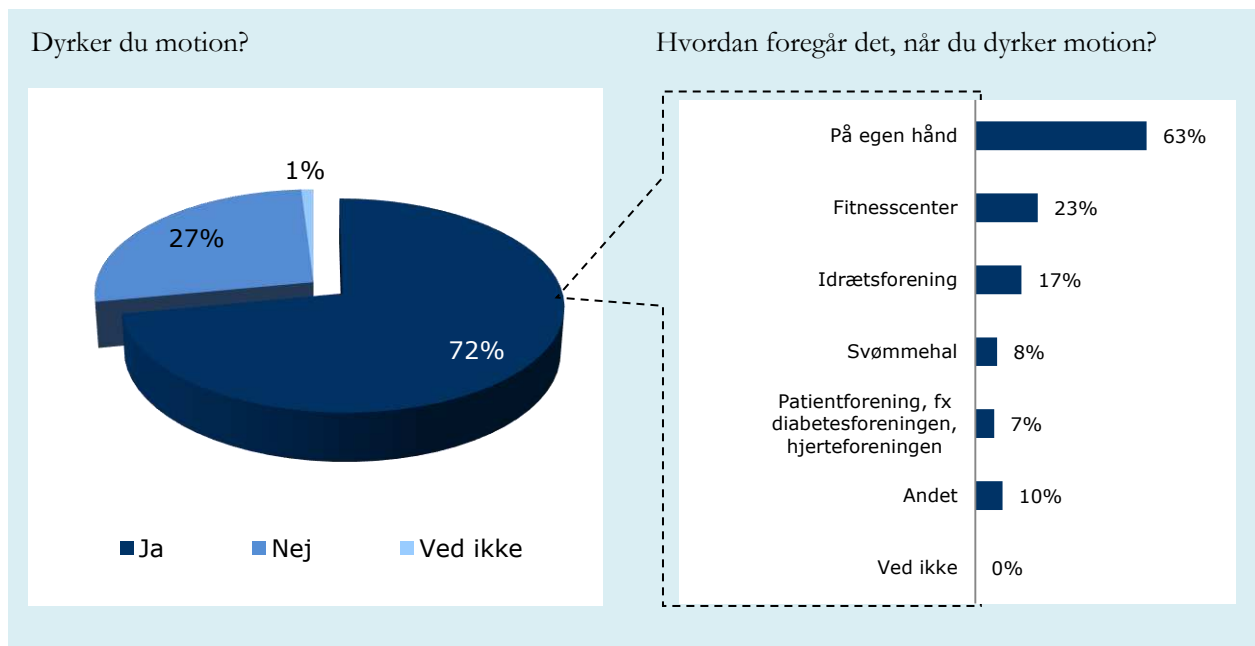
På spørgsmålet, om man har fået tilstrækkelig hjælp fra forebyggelsescentrets medarbejdere til at planlægge, hvad man kan gøre fremadrettet, er der forskel på svarene for brugere med kroniske sygdomme i forhold til brugere med risikofaktorer. Brugere med kroniske sygdomme scorer i gennemsnit 80 på dette spørgsmål, mens brugere med risikofaktorer i gennemsnit scorer 73.

Motion

72 % af respondenterne angiver, at de dyrker motion (på tidspunktet for brugerundersøgelsen, dvs. efter forløbet), heraf størstedelen på egen hånd. Som det fremgår længere nede, var det til sammenligning kun 42 % af respondenterne, der dyrkede motion før deres forløb i forebyggelsescentret.

Andel, som svarer "Ja"	AMA	BIN	IBØ	VBH	VKV	SUF 2014	SUF 2012	SUF 2011
Dyrker du motion?	72%	72%	72%	73%	72%	72%↓	84%↑	74%

De brugere, som dyrker motion, er videre spurgt til, hvordan det foregår, når de dyrker motion.



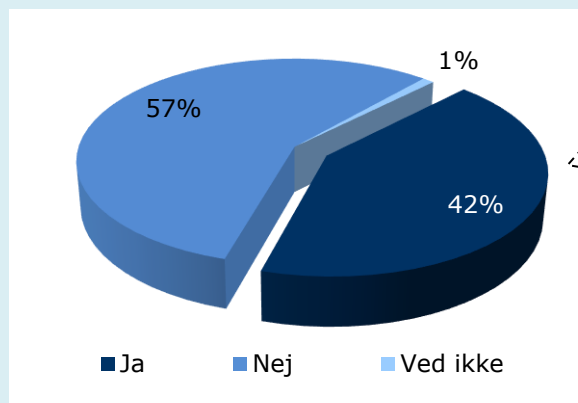
De respondenter, der angiver, at de dyrker/har dyrket motion, er blevet spurgt om, hvor ofte. Det fremgår, at 37 % dyrker motion dagligt eller næsten dagligt, hvor den tilsvarende andel af motionsdyrkerne, der dyrkede motion dagligt eller næsten dagligt før forløbet var 28 %. Der er således både blevet flere, der dyrker motion, og de dyrker samtidig motion oftere end før.

Hvor ofte dyrker du motion?

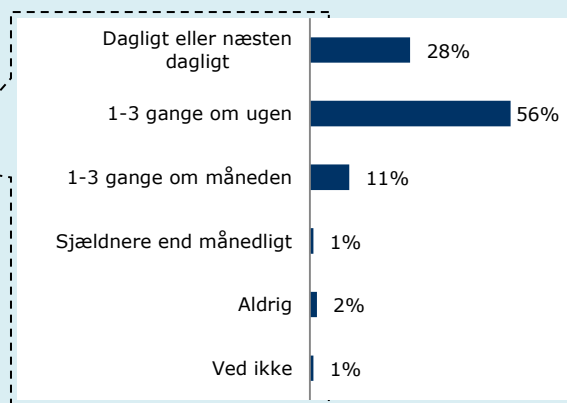
Andel, som svarer:	AMA	BIN	IBØ	VBH	VKV	SUF 2014	SUF 2012	SUF 2011
Dagligt eller næsten dagligt	34%	49%	36%	34%	37%	37%	35%	0%
1-3 gange om ugen	60%	47%	63%	58%	60%	58%	63%	0%
1-3 gange om måneden	4%	3%	1%	5%	0%	3%	1%	0%
Sjældnere end månedligt	2%	0%	0%	1%	3%	1%	0%	0%
Aldrig	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
Ved ikke	0%	1%	0%	2%	0%	1%	1%	0%
Total	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	0%

Dyrkede du motion, før du begyndte på dit forløb Hvor ofte dyrkede du motion, før du begyndte på

i forebyggelsescentret?



dit forløb i forebyggelsescentret?



UNDERSØGELSENS RESULTATER – TRIVSEL

I dette afsnit præsenteres undersøgelsens resultater omkring, hvordan brugerne vurderer forskellige elementer af trivsel i hverdagen.

Alle deltagere i undersøgelsen har besvaret spørgsmålene om trivsel, herunder også de 100 deltagere, hvis forløb er afbrudt inden fem uger.

Livskvalitet

Nedenfor præsenteres svarene på spørgsmålet om brugernes livskvalitet.

Skala 0-100	AMA	BIN	IBØ	VBH	VKV	SUF 2014	SUF 2012	SUF 2011
Hvordan vurderer du din livskvalitet alt i alt?	71	65	70	71	71	70	72	73

Herefter er brugerne blevet spurgt om, i hvor høj grad de oplever, at forløbet på forebyggelsescentret har medvirket til at forbedre deres livskvalitet. Kun brugere med fuldt gennemført eller mindst fem ugers forløb har besvaret spørgsmålet.

Skala 0-100	AMA	BIN	IBØ	VBH	VKV	SUF 2014	SUF 2012	SUF 2011
I hvilken grad har dit forløb på forebyggelsescentret medvirket til at forbedre din livskvalitet?	72+	64	69	65	69	68↓	75	74

Ensomhed og kontakt til andre

Det næste aspekt af trivsel, der indgår i undersøgelsen, handler om ensomhed og kontakt til andre. Den form for ensomhed, der spørges ind til, kan betegnes som 'social ensomhed', det vil sige om en person har mulighed for at være sammen med andre mennesker i det omfang, personen selv synes er passende.

Sker det nogensinde, at du er alene, selvom du egentlig har mest lyst til at være sammen med andre?

	AMA	BIN	IBØ	VBH	VKV	SUF 2014	SUF 2012	SUF 2011
Ja, ofte	10%	13%	6%	9%	12%	10%	6%	9%
Ja, engang imellem	13%	22%	14%	18%	13%	16%	15%	16%
Ja, men sjældent	12%	11%	14%	14%	16%	13%	11%	13%
Nej	56%	47%	56%	54%	50%	53%↓	65%	60%

Ved ikke	10%	6%	10%	5%	9%	8%	3%	3%
Total	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

Selvurderet helbred

Næste spørgsmål afdækker brugernes egen opfattelse af deres helbred.

Skala 0-100	AMA	BIN	IBØ	VBH	VKV	SUF 2014	SUF 2012	SUF 2011
Hvordan synes du, dit helbred er alt i alt?	62	58	61	64	61	61	64	62
I hvilken grad har dit forløb på forebyggelsescentret medvirket til at forbedre dit helbred?	71	64	67	63	68	67↓	74	-

Tryghed

Endelig er brugerne blevet spurgt, om de føler sig trygge i hverdagen.

Skala 0-100	AMA	BIN	IBØ	VBH	VKV	SUF 2014	SUF 2012
Hvor tryk eller utryk føler du dig alt i alt i hverdagen?	82+	74-	78	78	77	78↓	84

BRUGERNES GODE RÅD TIL BEDRE FOREBYGGELSESTILBUD

Alle 620 deltagere i undersøgelsen, som har deltaget i et forløb i minimum fem uger, er blevet spurgt, om de har et godt råd til, hvordan forebyggelsescentrenes tilbud kan blive bedre. 260 personer har afgivet et uddybet svar.

Åbne svar: Har du et godt råd til, hvordan forløbet i forebyggelsescentret kan blive bedre?

En stor del af brugernes råd handler om at lave længere forløb, have flere timer, mere undervisning, flere samtaler, osv. Altså kort sagt et ønske om at kunne benytte forebyggelsestilbuddene endnu mere (eventuelt imod egenbetaling). Flere fremhæver, at tilbuddene er for korte til, at man når at ændre sine vaner.

Mange svar handler om sammensætningen af holdene, som i højere grad bør ske på baggrund af for eksempel brugernes alder, køn, sygdom og formåen, så deltagerne på holdet "ligner hinanden" mere. Andre ønsker mere individuel træning. I det hele taget er fleksibilitet og individuelt tilpassede forløb et tema i mange svar. Endelig er der en del, der påpeger, at der har været for stor udskiftning på holdet eller blandt personalet.

Nogle brugere nævner, at tidspunkterne for forebyggelsestilbuddene ofte passer dårligt i forhold til arbejdstid og/eller ferie (især om sommeren).

Endelig er der en lang række andre bemærkninger og råd, for eksempel ønsker om bedre faciliteter/fysiske rammer, mere personale og bedre information, kommunikation og opfølgning. Flere angiver, at de ikke har haft en afsluttende samtale, eller at de ønsker mere opfølgning på forløbet. Desuden er der brugere, der opfordrer til bedre samarbejde mellem tilbuddene og (de praktiserende) læger samt foreslår, at der bliver mulighed for at tale med en psykolog i forbindelse med forebyggelsestilbuddene.

Afdelinger og enheder i SUF kan rekvirere det fulde datamateriale fra de åbne besvarelser (i anonymiseret form) ved henvendelse til Center for Kvalitet og Sammenhæng.

SVARFORDELINGER PÅ ALLE SPØRGSMÅL

Samlet tilfredshed

	Meget tilfreds	Tilfreds	Hverken tilfreds eller utilfreds	Utilfreds	Meget utilfreds	Ved ikke	Total
Hvor tilfreds eller utilfreds er du alt i alt med dit samlede forløb på forebyggelsescentret? (n = 620)	70%	23%	4%	2%	1%	0%	100%
	I høj grad	I nogen grad	Hverken i høj eller lav grad	I mindre grad	I ringe grad/ slet ikke	Ved ikke	Total
I hvilken grad har du følt dig velkommen på forebyggelsescentret? (n = 620)	86%	11%	1%	1%	0%	0%	100%

	I høj grad	I nogen grad	Hverken i høj eller lav grad	I mindre grad	I ringe grad/ slet ikke	Ved ikke	Total
I hvilken grad har forløbet alt i alt levet op til dine forventninger? (n = 620)	58%	23%	9%	5%	1%	4%	100%
	Meget høje forventninger	Høje forventninger	Hverken høje eller lave forventninger	Lave forventninger	Meget lave forventninger	Ved ikke	Total
Hvor høje eller lave forventninger havde du til forløbet, inden du startede? [INTW: Læs svarkategorierne op] (n = 620)	7%	25%	45%	12%	3%	8%	100%

Den indledende samtale

	Helt enig	Enig	Hverken enig eller uenig	Uenig	Helt uenig	Ved ikke	Total
Jeg var alt i alt godt tilfreds med den indledende samtale (n = 620)	71%	23%	1%	1%	1%	2%	100%
Jeg fik tilstrækkelig mulighed for at fortælle, hvad jeg gerne ville opnå med mit forløb (n = 620)	63%	23%	6%	3%	1%	4%	100%
Jeg følte mig tilstrækkeligt informeret om forebyggelsescentrets forskellige tilbud (n = 620)	59%	25%	5%	4%	2%	5%	100%
Jeg oplevede, at tilbuddet var fleksibelt i forhold til mine behov (n = 620)	52%	27%	9%	5%	3%	6%	100%

Den fysiske træning

	Helt enig	Enig	Hverken enig eller uenig	Uenig	Helt uenig	Ved ikke	Total
Jeg er alt i alt godt tilfreds med mit udbytte af den fysiske træning (n = 477)	68%	20%	6%	4%	2%	0%	100%
Der var en god stemning på holdet under den fysiske træning (n = 477)	73%	20%	3%	1%	1%	1%	100%
Øvelserne blev tilpasset, så jeg fik noget ud af træningen (n = 477)	64%	20%	7%	4%	3%	1%	100%
Holdstørrelsen var passende (n = 477)	61%	29%	5%	2%	1%	2%	100%
Jeg er godt tilfreds med min egen indsats i den fysiske træning (n = 477)	60%	29%	5%	3%	2%	1%	100%
Jeg fik god inspiration til at fortsætte med træning på egen hånd (n = 477)	61%	23%	8%	4%	3%	2%	100%

	Ja	Nej	Ved ikke	Total
Har du som led i dit træningsforløb deltaget i prøvetimer i motionstilbud, fx i en lokal idrætsforening? (n = 477)	31%	68%	1%	100%
Er du fortsat i nogle af de motions tilbud, hvor du har haft prøvetimer? (n = 147)	61%	39%	0%	100%

Den individuelle motionsvejledning

	Helt enig	Enig	Hverken enig eller uenig	Uenig	Helt uenig	Ved ikke	Total
Jeg er alt i alt godt tilfreds med mit udbytte af motionsvejledningen (n = 86)	64%	30%	2%	2%	0%	1%	100%
Motionsvejledningen foregik i en behagelig atmosfære (n = 86)	74%	22%	2%	0%	0%	1%	100%
Jeg havde mulighed for at tage emner op i motionsvejledningen, som havde betydning for mig (n = 86)	58%	27%	8%	3%	1%	2%	100%
Jeg er godt tilfreds med min egen indsats i undervisningen (n = 86)	52%	37%	3%	6%	0%	1%	100%
Jeg kan bruge den viden, jeg fik om motion, i min hverdag (n = 86)	64%	27%	7%	1%	0%	1%	100%

Kostvejledningen

	Helt enig	Enig	Hverken enig eller uenig	Uenig	Helt uenig	Ved ikke	Total
Jeg er alt i alt godt tilfreds med mit udbytte af kostvejledningen (n = 260)	62%	24%	7%	4%	0%	2%	100%
Kostvejledningen foregik i en behagelig atmosfære (n = 260)	71%	21%	3%	1%	0%	3%	100%
Jeg havde mulighed for at tage emner op i kostvejledningen, som havde betydning for mig (n = 260)	63%	22%	8%	2%	1%	5%	100%
Jeg er godt tilfreds med min egen indsats i undervisningen (n = 260)	55%	31%	7%	3%	2%	3%	100%
Jeg kan bruge den viden, jeg fik om mad, i min hverdag (n = 260)	63%	22%	5%	5%	3%	2%	100%

Undervisningen i praktisk madlavning

	Helt enig	Enig	Hverken enig eller uenig	Uenig	Helt uenig	Ved ikke	Total
Jeg er alt i alt godt tilfreds med mit udbytte af undervisningen i praktisk madlavning (n = 92)	61%	26%	4%	5%	0%	3%	100%
Der var en god stemning på holdet til undervisningen i praktisk madlavning (n = 92)	68%	26%	2%	1%	0%	2%	100%
Jeg havde mulighed for at tage emner op i undervisningen, som havde betydning for mig (n = 92)	49%	32%	9%	2%	1%	8%	100%
Der var et tilpas forhold mellem tavleundervisning, dialog og praktiske øvelser (n = 92)	59%	23%	7%	5%	2%	4%	100%
Holdstørrelsen var passende (n = 92)	63%	29%	1%	3%	0%	3%	100%
Jeg er godt tilfreds med min egen indsats i undervisningen (n = 92)	61%	32%	1%	2%	1%	3%	100%
Jeg kan bruge den viden, jeg fik om madlavning, i min hverdag (n = 92)	59%	28%	3%	2%	4%	3%	100%

Undervisningen i sygdom

	Helt enig	Enig	Hverken enig eller uenig	Uenig	Helt uenig	Ved ikke	Total
Jeg er alt i alt godt tilfreds med mit udbytte af undervisningen i at leve mit liv med min sygdom (n = 115)	66%	28%	3%	0%	3%	1%	100%
Der var en god stemning til undervisningen (n = 115)	70%	23%	3%	1%	0%	3%	100%
Jeg havde mulighed for at tage emner op i undervisningen, som havde betydning for mig (n = 115)	69%	23%	3%	1%	2%	3%	100%
Der var et tilpas forhold mellem tavleundervisning, dialog og praktiske øvelser (n = 115)	58%	27%	5%	4%	2%	3%	100%
Holdstørrelsen var passende (n = 115)	66%	25%	4%	2%	0%	3%	100%
Jeg er godt tilfreds med min egen indsats i undervisningen (n = 115)	66%	29%	2%	2%	0%	2%	100%
Jeg kan bruge den viden jeg fik, til at tage hånd om min sygdom hverdagen (n = 115)	71%	23%	3%	0%	1%	3%	100%

Rygestopvejledningen

	Helt enig	Enig	Hverken enig eller uenig	Uenig	Helt uenig	Ved ikke	Total
Jeg er alt i alt godt tilfreds med mit udbytte af rygestopvejledningen (n = 53)	53%	21%	9%	8%	0%	9%	100%
Rygestopvejledningen foregik i en behagelig atmosfære (n = 53)	60%	26%	2%	2%	0%	9%	100%
Jeg havde mulighed for at tage emner op i rygestopvejledningen, som havde betydning for mig (n = 53)	55%	26%	2%	6%	0%	11%	100%
Holdstørrelsen var passende (n = 44)	50%	30%	2%	5%	0%	14%	100%
Jeg er godt tilfreds med min egen indsats i rygestopvejledningen (n = 53)	42%	26%	6%	13%	4%	9%	100%
Jeg kan bruge den viden jeg fik om rygestop, i min hverdag (n = 53)	51%	23%	9%	6%	2%	9%	100%

	Ja, er holdt op	Ja, men er begyndt igen	Nej, men ryger mindre end før	Nej, er ikke holdt op, dvs. ryger det samme som før eller mere	Ved ikke	Total
Er du eller har du været holdt op med at ryge i forbindelse med rygevejledningen? (n = 53)	38%	17%	25%	15%	6%	100%

	Ja	Nej	Ved ikke	Total
Har du taget imod tilbuddet om at få gratis rygestopmidler i forbindelse med rygestopvejledningen, fx nikotinplaster, -tyggegummi eller receptpligtige rygestopmidler? (n = 53)	55%	40%	6%	100%

Udbytte af forløbet

	Helt enig	Enig	Hverken enig eller uenig	Uenig	Helt uenig	Ved ikke	7	Total
Jeg har nået de mål i forløbet, jeg satte sammen med personalet (n = 620)	42%	27%	11%	9%	4%	7%	0%	100%

	Sygdom/indlæggelse	Manglende motivation/lyst	Arbejdsrelaterede årsager	ger for respondentten (fx skilsmisse, graviditet)	givelser (fx problemer, sygdom eller	Træthed	For mange smerter	Det fastsatte mål er urealistisk for mig	havde brug for et forløb i forebyggelse	Andet, notér	Ved ikke	Total
Hvad var årsagen til, at du ikke nåede dine mål? (n = 79)	16%	23%	3%	0%	1%	3%	8%	4%	0%	44%	10%	111%

	Helt enig	Enig	Hverken enig eller uenig	Uenig	Helt uenig	Ved ikke	Total
Jeg er blevet bedre til at håndtere min sygdom som følge af mit forløb i forebyggelsescentret (n = 286)	40%	30%	14%	6%	5%	5%	100%
Jeg er blevet bedre til at håndtere min sundhed som følge af mit forløb i forebyggelsescentret (n = 140)	32%	34%	15%	9%	5%	4%	100%
Jeg har fået sundere kostvaner som følge af mit forløb i forebyggelsescentret (n = 594)	26%	28%	19%	15%	7%	4%	100%
Jeg er blevet mere fysisk aktiv i hverdagen som følge af mit forløb i forebyggelsescentret (n = 594)	31%	30%	17%	12%	7%	2%	100%
Da jeg startede på mit forebyggelsesforløb, var jeg motiveret for at gøre en indsats (n = 620)	60%	30%	5%	2%	2%	3%	100%
Under mit forløb i centret blev jeg gradvist mere motiveret for at gøre en indsats (n = 620)	52%	26%	10%	5%	4%	3%	100%

	Ja, jeg ville gerne tabe mig	Ja, jeg ville gerne tage på	Nej	Ønsker ikke at oplyse	Ved ikke	Total
Var det et mål for dig, som en del af forløbet at ændre din vægt? (n = 586)	56%	5%	38%	0%	2%	100%
	Har tabt mig	Uændret	Har taget på	Ønsker ikke at oplyse	Ved ikke	Total
Hvordan er din vægt nu, i forhold til inden du startede i forløbet i forebyggelsescentret? (n = 356)	58%	32%	7%	0%	3%	100%

Afsluttende samtale og fastholdelse

	Ja	Nej	Ved ikke	Total
Har du haft en samtale med en medarbejder, efter du har afsluttet alle dine planlagte aktiviteter i forebyggelsescentret - det som forebyggelsescentret kalder en afsluttende samtale? (n = 535)	54%	44%	3%	100%

	Ja	Nej, men det vil jeg gerne	Nej, det har jeg ikke lyst til	Ved ikke	Total
Har du snakket med forebyggelsescentret om, hvad du kan gøre for at fastholde dine nye vaner fremover? (n = 620)	51%	25%	18%	6%	100%

	I høj grad	I nogen grad	Hverken i høj eller lav grad	I mindre grad	I ringe grad/ slet ikke	Ved ikke	Total
I hvilken grad har du fået den hjælp, du havde behov for, fra forebyggelsescentrets medarbejdere til at planlægge, hvad du fremover kan gøre? (n = 601)	50%	26%	7%	6%	6%	4%	100%
I hvilken grad gør du noget for at fastholde dine nye vaner fremover? (n = 615)	43%	35%	10%	5%	3%	4%	100%

Motion

	Ja	Nej	Ved ikke	Total
Dyrker du motion? (n = 620)	72%	27%	1%	100%

	På egen hånd	Idrætsforening	Fitnesscenter	Svømmehal	Patientforening, fx diabetesforeningen, hjerteforeningen	Andet, notér	Ved ikke	Total
Hvordan foregår det, når du dyrker motion? (n = 448)	63%	17%	23%	8%	7%	10%	0%	128%

	Dagligt eller næsten dagligt	1-3 gange om ugen	1-3 gange om måneden	Sjældnere end månedligt	Aldrig	Ved ikke	Total
Hvor ofte dyrker du motion? (n = 448)	37%	58%	3%	1%	0%	1%	100%

	Ja	Nej	Ved ikke	Total
Dyrkede du motion, før du begyndte på dit forløb i forebyggelsescentret? (n = 620)	42%	57%	1%	100%

	Dagligt eller næsten dagligt	1-3 gange om ugen	1-3 gange om måneden	Sjældnere end månedligt	Aldrig	Ved ikke	Total
Hvor ofte dyrkede du motion, før du begyndte på dit forløb i forebyggelsescentret? (n = 258)	28%	56%	11%	1%	2%	1%	100%

Livskvalitet

	Meget god	God	Nogenlunde	Dårlig	Meget dårlig	Ved ikke	Total
Hvordan vurderer du din livskvalitet alt i alt? (n = 720)	23%	42%	21%	9%	2%	3%	100%

	I høj grad	I nogen grad	Hverken i høj eller lav grad	I mindre grad	I ringe grad/ slet ikke	Ved ikke	Total
I hvilken grad har dit forløb på forebyggelsescentret medvirket til at forbedre din livskvalitet? (n = 620)	22%	43%	19%	6%	6%	5%	100%

Ensomhed og kontakt til andre

	Ja, ofte	Ja, engang imellem	Ja, men sjældent	Nej	Ved ikke	Total
Sker det nogensinde, at du er alene, selvom du egentlig har mest lyst til at være sammen med andre? (n = 720)	10%	16%	13%	53%	8%	100%

Selvurderet helbred

	Meget god	God	Nogenlunde	Dårlig	Meget dårlig	Ved ikke	Total
Hvordan synes du, dit helbred er alt i alt? (n = 720)	12%	40%	30%	12%	4%	2%	100%

	I høj grad	I nogen grad	Hverken i høj eller lav grad	I mindre grad	I ringe grad/ slet ikke	Ved ikke	Total
I hvilken grad har dit forløb på forebyggelsescentret medvirket til at forbedre dit helbred? (n = 620)	21%	44%	15%	9%	7%	5%	100%

Tryghed

	Meget tryg	Tryg	Hverken tryg eller utryg	Utryg	Meget utryg	Ved ikke	Total
Hvor tryg eller utryg føler du dig alt i alt i hverdagen? (n = 720)	33%	45%	9%	5%	1%	7%	100%