

Dine data – din sundhed

Formål

Projektet handler om fokus på sundhed. Det er projektets filosofi, at vi som mennesker selv kan bidrage til at holde øje med vores sundhedstilstand ved hjælp af de kropsbårne teknologier, der bl.a. er udviklet til motions- og idrætsområdet.

Idégrundlag

Filosofien kan beskrives med følgende slogan:

”Doner dine data og hold fokus på din sundhed”

I det overordnede perspektiv er det idemæssige afsæt, at vi ved at donere vores egne data fra kropsbårne teknologier til et fælles system, mens vi er raske, kan monitorere os selv og automatisk få besked, hvis vores nøgletal ændrer sig. Ændringer i nøgletallene kan både give anledning til at søge læge eller allerbedst ”blot” give anledning til ændringer i kost og motionsmønstre.

Strategisk og forretningsmæssigt kan projektet ses i sammenhæng med bæredygtig velfærd. Projektet bidrager til tanken om at tage hånd om egen sundhed og velfærd, og til muligheden for at opdage sygdomme på et tidligt tidspunkt og derved måske undgå langvarige sygdomsforløb ved at rette op på mindre ting.

Det konkrete formål med projektet er at afprøve et relativt enkelt projekt på skoleområdet, hvor motion og leg kommer i fokus. Det teknologiske afsæt er stadig de kropsbårne teknologier og indsamling af data.

Indhold

Projektet skal foregå på skoleområdet, hvor skoleelever bliver udstyret med Garmin Vivosmart HR+. Det kunne f.eks. ske i forbindelse med en motionsdag. En del af aktiviteterne kunne være at konkurrere på tilbagelagte kilometre, forbrændte kalorier, overvundne højdemetre mv. Data fra aktiviteterne skal løbende opsamles og kan enten vises på en storskærm eller blot skrives på en tavle, så dataindsamlingen bliver en del af konkurrencen og fællesskabet.

Opsamlingen af data vil samtidigt give en pejling på den motionsmæssige tilstand af en række skoleklasser. Hvis projektet gennemføres tilbagevendende, f.eks. én eller to gange om året, vil der på sigt kunne laves statistik omkring udviklingen i den motionsmæssige tilstand af skolebørn.

Det er vigtigt at gøre sig sine pædagogiske overvejelser, så projektet iværksættes og udføres som leg og at ingen børn hænges ud for at være i dårlig form. Dette kunne f.eks. sikres ved at samle og vise data klassevis og lade konkurrencen foregå i mellem de enkelte skoleklasser. En mulighed er også at lave en kalorieforbrændingskonkurrence, der i princippet stiller alle børn lige uanset deres aktuelle form og alder.

Der bringes umiddelbart ingen ny teknologi i anvendelse, men eksisterende teknologi udnyttes på en ny måde og bidrager til, at vi som kommune forbereder os på, at den eksisterende teknologi omkring kropsbårne teknologier udvikler sig meget i disse år og at de fremtidige muligheder for at donere egne sundhedsdata må forventes at blive omfattende.

Økonomi

Den største økonomiske udgift vil være indkøb af Garmin Vivosmart HR+. Den dagsaktuelle pris er ca. 1.500 kr. Der skal som minimum indkøbes ét classesæt, der kan gå på omgang mellem de klasser, der skal deltage i projektet.

Udgiften til ét klassesæt Garmin Vivismart HR+ anslås til ca. 50.000 kr.

"Garmin Vivosmart HR+ er et smart aktivitet pulsar som kan hjælpe dig med den daglige måling af din aktivitet. Vivosmart HR+ kan måle din hjerterytme igennem dit håndled hvor uret sidder. Uret har GPS lokation, og kan give dig hurtige og smarte notifikationer i forhold til din træning og helbred. Vivosmart HR+ hjælper dig med at overvåge din ønskede træning, og kan blandt andet hjælpe med: interval træning, skridtmåler og kan overvåge din søvnrytme. Et super ur der kan hjælpe dig med at overvåge og holde styr på dine aktiviteter og sammenligne for dagen forinden"

Gennemførelse

Kompetencegruppen Kultur & Fritid skal stå for udrulningen af projektet, herunder også stå for kontakten til skoleområdet. Der skal desuden anvendes lærerressourcer på den udvalgte skole, det kan eventuelt indpasses i de i forvejen planlagte motionsdage. Der skal medarbejdere med fra sundhedsområdet, da projektet og de indsamlede data er interessante for området.

Når projektet er gennemført, skal det evalueres, om det er lykkedes at indsamle de relevante data. Det skal evalueres, om projektet har været en succes i relation til skoleområdet og skolebørnene. Det formodes i den sammenhæng, at projektet vil understrege den positive effekt af mere bevægelse for børn og unge i skolen og foreningslivet. Er der ønske om at forsætte projektet som en tilbagevendende begivenhed? Evt. gennemføre projektet på andre skoler? Endelig skal også teknologien evalueres. Er Garmin Vivosmart det rigtige valg? Kan data indsamles fra de enkelte ure på en hensigtsmæssig måde mv.

Det bør samtidigt evalueres, om den kropsbårne teknologi skal forsøges anvendt på andre områder i Hedensted Kommune – f.eks. sundhedsområdet og ældreområdet.

Projektdeltagere

Projektejer: Frans Andersen, Kultur & Fritid

Projektleder: NN

Projektdeltagere: NN, NN

Projektbeskrivelsen sendes til hr@hedensted.dk senest tirsdag den 25. oktober.