

Referat for sparringsmødet i Det Digitale Sundhedscenter

26 maj 2026

Mødets formål og ramme

Mødet blev ledet af Christian Røj Voldby (programleder) og fokuserede på overgangen fra blot at få borgere til at downloade sundhedsappen *Mit liv, min sundhed* til rent faktisk at få dem til at anvende den aktivt i hverdagen (casen fra Odense Kommune "Download til brug").

Mødet blev optaget af hensyn til kollegaer, der ikke kunne deltage. Mødet er tilgængeligt på Det Digitale Sundhedscenters hjemmeside under fagperson og sparringsmøde.

Erfaringer fra Odense Kommune

Jane Poulsen, Sara og Eva præsenterede erfaringer fra Center for Sundhed og Forebyggelse i Odense Kommune, hvor appen primært anvendes på hjerte-, KOL- og diabetesforløb samt i *Røgfrit Odense*.

Odense har haft succes med at øge antallet af downloads på baggrund af følgende strategier:

- **Ledelsesansvar og anerkendelse:** En leder tog i 2025 initiativ til, at appen *skulle* bruges. Ledelsen har anerkendt, at digital implementering kræver både tid og mental energi af medarbejderne.
- **Projektleder:** Der blev ansat en dedikeret projektansvarlig til at drive implementeringen.
- **Interne arbejdsmetoder:** Medarbejderne har etableret faste "makkerskaber" med afsat tid i kalenderen til intern sparring. Derudover har de afholdt en temadag (med fokus på medarbejdernes egen usikkerhed ved appen) samt fælles "lejesessioner" og opfølgninger.
- **Faste rammer for borgerne:** Ifølge kommunens indsatsbeskrivelse skal appen som udgangspunkt præsenteres for alle borgere ved den afklarende samtale. Den tilbydes enten som et individuelt, håndholdt mestringsforløb (hvor der kan afsættes op til 4 samtaler) eller som et supplerende værktøj til diagnosespecifikke gruppeforløb. De har desuden lavet fysiske tema-foldere, som borgerne får med hjem i deres blå mapper.

Hovedudfordringen: Fra download til brug

På trods af gode download-tal oplever Odense Kommune, at borgerne ikke fastholder brugen af appen derhjemme. Selv ved de håndholdte individuelle forløb må medarbejderne konstatere, at borgerne møder trofast op til samtalerne, men at appen ikke er blevet åbnet eller arbejdet med i mellemrummene.

- **Borgernes feedback:** Borgerne giver udtryk for, at appen er svær at finde rundt i, svær at navigere i, og at den "vil rigtig mange ting på én gang". Mange glemmer den i en travl hverdag, eller fordi de har en sårbarhed (f.eks. kroniske smerter eller står uden for arbejdsmarkedet), som gør, at der er mange andre ting at forholde sig til. Samtidig føles appen ikke forpligtende nok, men ses mere som et "ekstra tilbud".

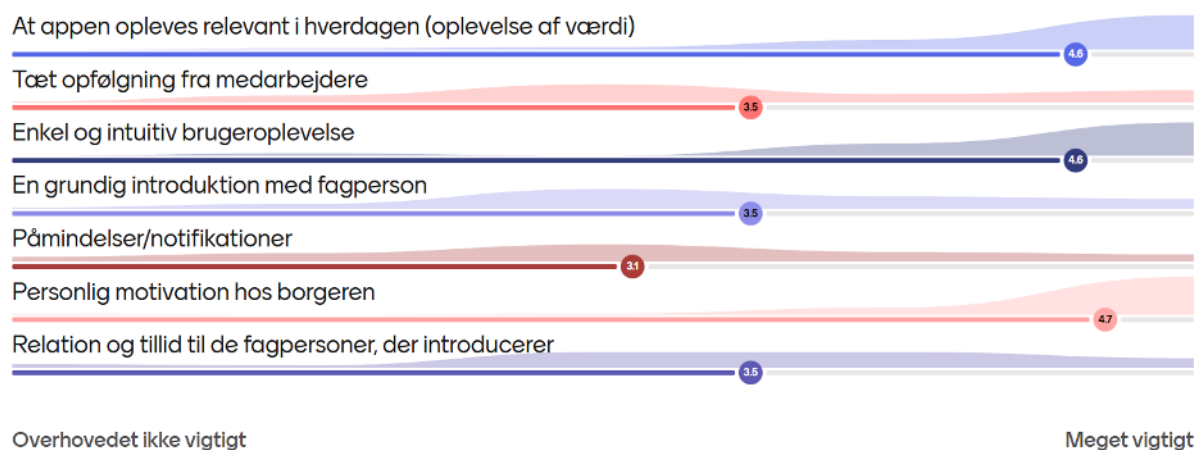
Perspektiver fra andre kommuner

Dette var genkendt blandt andre kommuner, Marianne Stannum genkendte udfordringerne fuldstændigt. De har forsøgt at gøre download til en fælles aktivitet på deres smartphone-hold, men data viser samme nedslående resultat: Borgerne logger på i situationen, men bruger den ikke efterfølgende derhjemme. Egedal understregede dog vigtigheden af ikke at give op, men i stedet søge inspiration til, hvordan man motiverer målgruppen bedre.

Plenumdrøftelse og interaktion

- **Mentimeter:** Mødedeltagerne prioriterede og rangerede forskellige udsagn via en interaktiv Mentimeter-afstemning for at belyse, hvad der bedst kan understøtte borgerne i overgangen fra download til aktiv brug.

Hvor vigtig er følgende ift. at gå fra download to brug?



Mentimeter øvelese:

"Hvad er gode greb man kan gøre for at få flere borgere 'fra download til brug'?"

Det var især temaerne "brugervenlighed" og "introduktion og opfølgning", som de fleste kom med greb til.

Brugervenlighed

13 responses

Appen skal være mere brugervenlig. Færre funktioner.

Appen skal være mere overskuelig

Bedre opsætningen af appen. Farvortfubktion

Helt lavpraktisk håndholdt hjælp til download og opstart af forløb.

Jeg synes det skal være nemmere for borgerne, at se de emner de kan undersøge i appen.

Præsentation af det mest relevante for borgeren i appen.

Mere intuitiv app, lære nogle gode steder som man kan bruge i appen.

Det svarer til- selvstudie- så det kræver ressourcer både virtuel sundhedskompetence og overskud- spørger vi borgerne hvor realistisk de tænker det er at de bruger den?

Vi er ved at ændre vores indkaldelsesbreve, så app'en præsenteres som et "mens du venter"redskab. Så skal vi forhåbentlig bruge mindre tid på teknisk download sammen med borgeren

De opdateringer der kommer i morgen forventes at hjælpe og øge tilgængeligheden for borgeren. Der arbejdes med projekter som forsøger at øge proces og refleksion fremfor videns indhold.

Give borger hjemmeopgaver inde i appen fx se den x-film, orienter dig i y osv.

Hvad kan mit Liv, som andre app's ikke kan?

keep it simple

Erfaringsdeling

2 responses

Brugererfaring for anvendelse (tidligere deltager) er medunderiser på hold ift anvendelse / erfaring

Give borgerne mulighed for at dele erfaringer med andre

Introduktion og opfølgning

7 responses

Rigtig god introduktion og hvad de skal finde. Opfølgning på introduktion.

Hjælpe borger RIGTIG godt igang! Helt konkret, oprette relevant forløb, evt. opgave, følge op fra start, gradvis overgang til selvstyring.

Bruge app'en i undervisningen samt give "lektier" for i app'en - det der skal gennemgås næste gang.

Fokus skal være vedvarigt. Et andet råd: Fokuser bredere. Fx i opfølgninger på afklarende samtaler. Fokuser på borgere efter endt forløb, som også kunne have gavn af andre elementer.

Borgere har tilmeldt sig et digitalt/hybrid forløb - hvor de fra start var indforstået med at det ville være med hjemmeopgaver mellem mødegangene.

anvende materialet på holdforløb

forskellige film anvendes på alle hold §119 stk 2 og 3

Pårørendeinddragelse

2 responses

Involvare sine pårørende.

Vis helt konkret hvor man finder mere viden/ repeteret viden fra dagens undervisning + opfordre til de ser det sammen med pårørende

Undervisningsintegration

1 response

Bruge appen i sin undervisning Blive ved med at reklamere for appen

Motivation og støtte

1 response

Screenere motivationstype

Præsentation af de nye funktioner i Mit Liv – Min sundhed appen

Caroline og Britt fra brugervenlighedsgruppen holdt en præsentation om de nye funktioner i *Mit liv, min sundhed*.

Lanceringen af de nye funktioner sker d. 28 maj, og vil indeholde følgende nye funktioner.

Nye funktioner

- Søgefunktion
 - Man kan søge i appen: Der dannet en ny menu-knap, som hedder "søg".
 - Man kan søge i: forløb, videns materiale, video og lyd
- Gemmefunktion
 - Det er muligt at markere sessioner, film, videoer, forløb med et flag. Det gør, at man kan vende tilbage til specifik relevant viden hurtigt.
- Vidensknap
 - "Min krop" og "mine tanker", bliver samlet til en ny menu-knap: Vidensknap.
- Dark mode
 - Det er muligt at slå dark mode til i appen.
- Forbedret oplæsningsfunktion
- Øvrige forsimplinger
 - Profil ikon på startsideen er fjernet.

Britt og Caroline afholder d. 4 juni en spørgetime. Her kan man stille spørgsmål til de nye funktioner og der vil sendes en teknisk guide ud med de nye funktioner.

Ligeledes oplyser de om, at arbejdet om en ny forside er påbegyndt.

Præsentationen er vedhæftet, og det er derfor muligt, at se de interaktive film, som kan bruges til at beskrive de nye funktioner og vise hvordan man anvender dem til jeres andre kollegaer.

Mødets afslutning og næste aftale

Mødet blev rundet af med en efterlysning fra det Digitale Sundhedscenter: De søger kommuner, der har konkrete erfaringer med henholdsvis

- 1) *Dataarbejde/statistikmodulet*
- 2) Eksplicit arbejde med *stratificering og udvælgelse af borgere*, der skal tilbydes forløb i appen.

Det næste fælles sparringsmøde er fastsat til den **25. august 2026** kl. 13:00 til 14:00.