

# Liv i bevægelse

## Forskningsstrategi for PROgrez

2023-2027

### Hvem er PROgrez

PROgrez er en forskningsenhed forankret i Afdeling for Fysioterapi og Ergoterapi på Næstved, Slagelse og Ringsted sygehuse. Vi fokuserer på mennesker med, eller i risiko for at udvikle, sygdom og har gennem seks år produceret internationalt anerkendt viden og succesfulde indsatser, der retter sig mod, at flere skal være i stand til at leve et sundt og fysisk aktivt liv. PROgrez består af 20-25 forskere, flere administrative medarbejdere og en gruppe af klinikere, som alle arbejder engageret med at forbedre mulighederne for, at flere mennesker kan (for)blive fysisk aktive. En af vores styrker er repræsentationen af mange fagdiscipliner, akademiske, kliniske og organisatoriske kompetencer. Tilsammen mestrer og kombinerer vi en bred vifte af forskningsmetoder og prioriterer forskningsexcellence, samarbejde, partnerskaber, brugerinvolvering og implementering højt. Foruden en stor publikationsproduktion og indhentning af fondsmidler til forskningsarbejdet har PROgrez allerede opnået en betydelig impact i samfundet. Vi er kendt som en attraktiv enhed for medarbejdere med stort fokus på at skabe et stærkt sammenhold og godt arbejdsmiljø.

PROgrez' forskning er i overensstemmelse med forskningsstrategien for Næstved, Slagelse og Ringsted sygehuse og Region Sjællands politik for sundhedsforskning. Vi arbejder bredt inden for de 12 løfter Region Sjælland har givet sine borgere og har fokus på FN's Verdensmål, særligt Verdensmål 3: Sundhed og trivsel.

### Den overordnede mission i PROgrez:

*At skabe sundere og mere aktive liv med borgeren i centrum*

Inaktivitet, dalende livskvalitet og dårlig fysisk og mental sundhed er virkeligheden for mange mennesker i Danmark og resten af verden. Vores mission er at ændre på dette ved at få mennesker til at bevæge sig mere i en fysisk og eksistentiel forstand og derved gøre flere mennesker i stand til at leve et liv i fysisk og mental trivsel med mindst mulig sygdom og lidelse. Denne mission kalder på innovative løsninger, så fremtidens sundhedsvæsen i højere grad bliver i stand til at levere individuelt tilpasset omsorg, behandling og uddannelse til det enkelte menneske. Vi vil i dynamiske og brede forskningssamarbejder udvikle, evaluere og implementere sådanne løsninger, som understøtter udbredelsen af fysisk aktivitet og eksistentiel udvikling i forebyggelse, behandling og rehabilitering på tværs af forskellige risikogrupper, sygdomme og sektorer.

Missionen skal gennemføres i tæt samspil med klinisk praksis og med involvering af en lang række interessenter fra hele samfundet, ikke mindst borgerne. Ved at gå forrest og koble forskning, klinik, uddannelse og myndigheder vil vi i PROgrez understøtte, at evidensbaserede og effektive indsatser

implementeres. Netop denne kobling betragter vi som en fundamental forudsætning, hvis det enkelte menneske skal sikres den rette sundhedsfaglige omsorg og støtte på det rette tidspunkt – med nye muligheder for et sundt og aktivt liv med mindst mulig sygdom og lidelse.

Missionen betyder, at ny og allerede eksisterende forskning og partnerskaber i endnu højere grad udbygges på tværs af sygehuse, kommuner, private sundhedsaktører og foreningslivet og fastholdes med en stærk forankring til uddannelsesinstitutionerne. Missionen positionerer ikke alene PROgrez som en forskningsenhed, men også som en sundhedshub, der skaber solide bånd mellem forskning og praksis for alle aktører, som stræber efter at bane vejen for et styrket sundhedsvæsen.

Med vores mission og ambitioner om at tune sundhedsvæsnen til i højere grad at matche patienternes behov med tilgængelige indsatser, og i øvrigt at sætte dem i et velfungerende samspil med det omkringliggende samfund, følger også et stort behov for kompetenceudvikling og uddannelse – et behov vi vil understøtte ift. både studerende, klinikere, ledere og andre forskere.

Basis for vores ambitiøse mission i PROgrez kan illustreres som en Stjerne (Fig 1).

Stjernens midte består af vores kernelementer, fysisk aktivitet og sygdomsmestring i feltet mellem forskning, klinik og uddannelse. Rundt om kernen er de centrale byggesten i vores forskningsarbejde; viden, implementering og innovation. Stjernens yderste formationer indikerer, hvordan vi sætter forskningsindsatserne i spil med og mellem uddannelsesinstitutioner, hospitaler, kommuner, almen praksis, myndigheder, patientforeninger og foreningslivet.

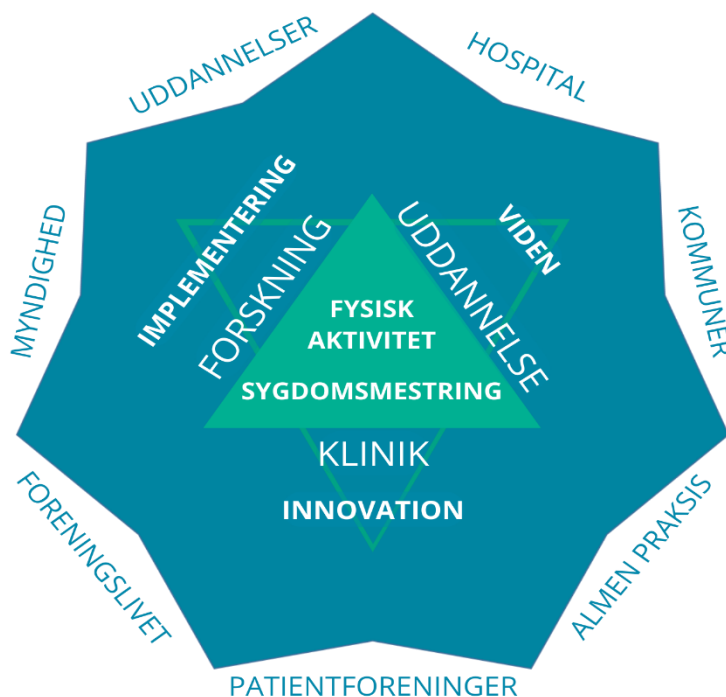


Fig 1: PROgrez' mission illustreret som en stjerne

## Forskningsområder

Vores mission afspejles i fem primære forskningsområder, som alle vil fremskynde et visionært, attraktivt og innovativt sundhedsvæsen og -miljø. De fem forskningsområder forventes at føre til vedvarende sundhedseffekter for mennesker med, eller i risiko for at udvikle, sygdom.

### ***1. Lettere adgang til fysisk aktivitet og træning som forebyggelse og behandling***

Vi vil raffinere, udvikle, evaluere og implementere let tilgængelige forebyggende sundhedsindsatser med udgangspunkt i borgernes behov og ønsker.

### ***2. Træning som alternativ til kirurgi og vanlig behandling***

Træningsbaserede sundhedstiltag udvikles, evalueres og implementeres som et alternativ eller supplement til kirurgi og vanlig medicinsk behandling. Der stiles mod fleksible løsninger, som leveres så tæt på borgernes hverdag som muligt – fx i eget hjem eller gennem digitale sundhedsløsninger.

### ***3. Bevægelse i hverdagslivet***

Betydningen af bevægelse i hverdagslivet klarlægges i relation til et sundere liv for borgere med eller i risiko for at udvikle kronisk sygdom. Desuden undersøges det gennem borgernære perspektiver, hvordan lysten til at bevæge sig kan øges og fastholdes som en naturlig del af hverdagen for flere.

### ***4. Kvalitet af træning og sundhedsindsatser på tværs af sektorer***

Eksisterende træningsbaserede sundhedsløsninger evalueres. Der bygges nye broer mellem organisationer og sektorer med fokus på, hvad der virker i menneskers levede liv med eller i risiko for sygdom, for at øge fysisk og eksistentiel sundhed hos den enkelte.

### ***5. Rammer der kan opmuntre til bevægelse under sygdom***

Det undersøges, hvad kontekstuelle rammer betyder for menneskers oplevelse af at bevæge sig med eller i risiko for sygdom. Potentialerne for, hvordan sundhedsvæsenet kan invitere til, at syge mennesker bevæger sig mere i såvel fysisk som eksistentiel forstand, undersøges. Der udvikles løsninger med det formål at etablere omsorgsfulde tiltag til at leve et sundere liv med velvære, når mennesker er i kontakt med sundhedsvæsenet, og mindske oplevelsen af sårbarhed i hverdagslivet med sygdom.