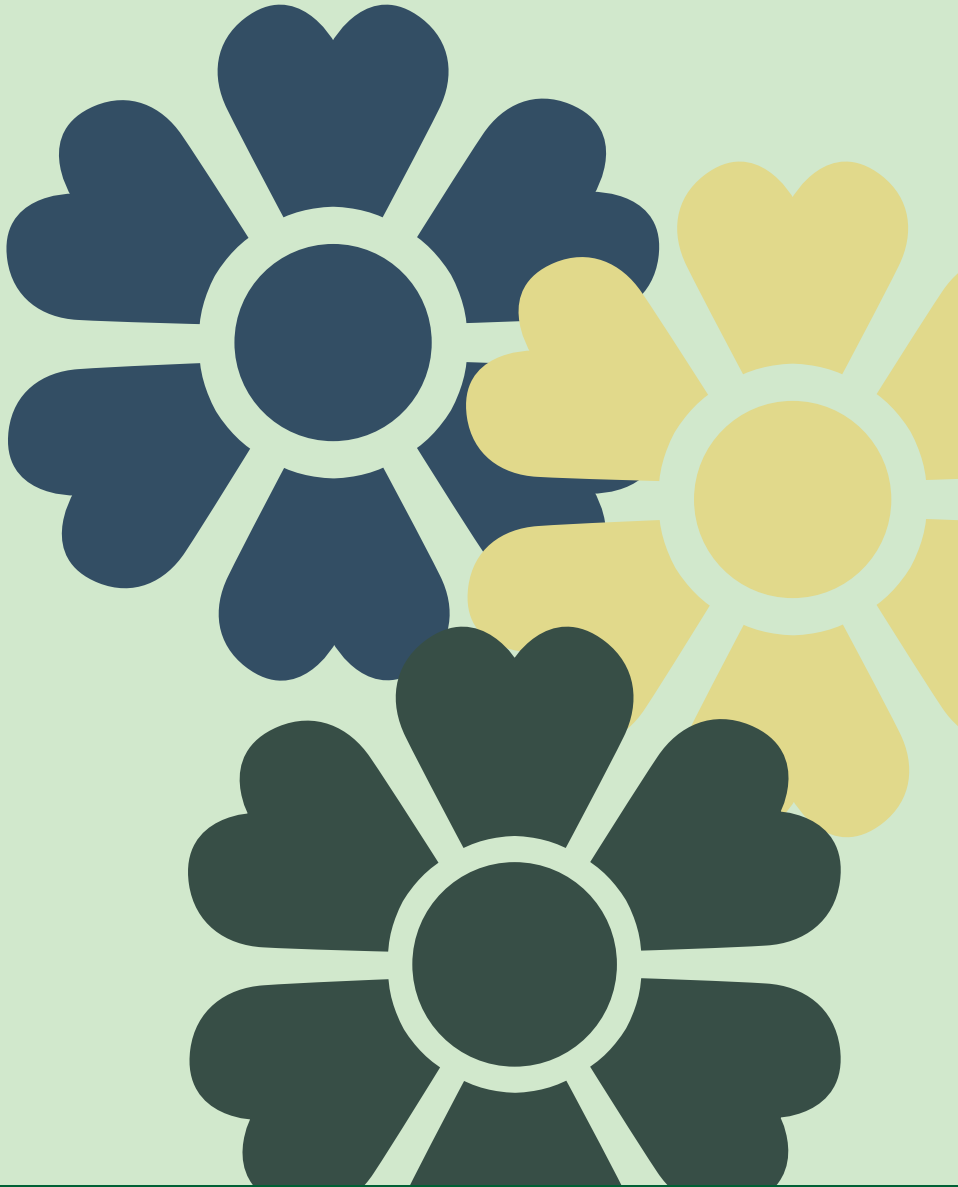


Årsberetning

2010



Komiteen for Sundhedsoplysning

Indhold

Mest sundhed for pengene • 1
Komiteens kerneområder og kompetence • 3
Publikationer 2010 • 5
Projekter i 2010 • 15
Tilskud og bevillinger i 2010 • 30
Komiteen som organisation • 31
Medlemmer af styrelsen 2010 • 33
Det sagkyndige udvalg 2010 • 34
Sekretariatet 2010 • 35
Formænd og direktører 1964-2010 • 36

“Efter kommunalreformen er et af kommunernes vigtige områder “sundhed og forebyggelse”. KL’s medlemskab hos Komiteen for Sundhedsoplysning er med til at understøtte dette område og sikre, at der løbende bliver udviklet nye initiativer, som er til stor nytte for alle landets kommuner. Komiteens meget store dækningsområde sikrer, at alle kommuner – hvis de ønsker det – kan bruge noget af Komiteens materiale. Særligt inden for “patientuddannelsesområdet” er der meget for kommunerne at hente. Her har Komiteen i løbet af en kort årrække formået at skabe en unik platform, som alle kommuner kan drage nytte af.”

Kommunernes Landsforening

Mest sundhed for pengene

Siden sin etablering i 1964 har Komiteen beskæftiget sig med mange forskellige former for forebyggelse. Alt fra etablering af nye nordiske og europæiske forebyggelsesnetværk, faste forelæsninger på universiteter til udvikling af nye projekter og publikationer.

Siden sin start har produktionen af publikationer været en fast bestanddel af Komiteens arbejdsplan. Ud over publikationer om fx amning, pubertet og *Små skridt til vægttab* har Komiteen igennem årene stået for produktion af forskellige magasiner, fx forebyggelsesbladet "Vital" og bladet "Journal", som begge i en årrække blev produceret i samarbejde med bl.a. Sundhedsstyrelsen. Men det blad, Komiteen har produceret længst, er Komiteens eget blad "UNG" rettet til unge i alderen 14-16 år. Siden 1988 – hvor bladet så dagens lys – er det blevet sendt gratis ud til alle landets skoler og uddelt til alle landets 8.-10. klasser. I mere end 20 år har Komiteen udsendt flere end 13.000.000 mio. eksemplarer. Landets unge er i mere end 20 år gennem denne anderledes formidlingsform blevet gjort opmærksom på forebyggelsesområder.

Helt præcis 22 år blev det til, før vi i sommeren 2010 måtte stoppe udsendelsen af bladet. Det er aldrig en skam at lukke et projekt, der har eksisteret i så lang

tid, men det er ærgerligt – på grund af manglende økonomiske midler – at skulle lukke et projekt, der igennem to årtier har været en succes.

2010 bød dog på flere nye projekter end lukning af gamle. I regi af patientuddannelsen har Komiteen i samarbejde med Region Syddanmark arbejdet på patientuddannelse på tværs af diagnoserne hjerte, KOL og diabetes. Komiteen har udviklet et helt nyt materiale til patientuddannelse af nyrepatienter og har med midler fra TrygFonden iværksat et stort smerteforskningsprogram. Samtidig med dette har vi udviklet og produceret et væld af nye publikationer. Dette er sket på eget initiativ, i samarbejde med andre og for andre. Sidst, men ikke mindst blev det i slutningen af 2010 besluttet, at Sundhedsstyrelsens og Danske Regioners 5-årige projekt vedrørende afstigmatisering af psykiatrien som et selvstændigt sekretariat skulle placeres i Komiteen.

Det internationale område har i en årrække været prioriteret lavere end de nationale opgaver, men i 2010 har Komiteen alligevel åbnet for det internationale arbejde. På baggrund af den danske succes med Stanford Universitets CDSMP (Lær at leve med kronisk sygdom) har Komiteen de sidste par år hjulpet den Schweiziske fond Careum med igangsættelse af deres

“Lær at leve med kronisk sygdom”-projekt i Schweiz. Dette har været med til at udvide Komiteens samarbejdspartnere på den internationale scene.

Den danske succes i forhold til implementering og drift af Stanfords projekt “Lær at leve med kronisk sygdom” har givet genlyd såvel hos Stanford som hos WHO-Europe. Komiteen har derfor iværksat et samarbejde med WHO’s regionale kontor for Europa i forhold til at se på udviklingen af et program, der kan forbedre den europæiske befolknings egenomsorg. Under overskriften “Patient-empowerment” er der i regi af WHO nedsat en arbejdsgruppe med repræsentanter fra flere europæiske lande samt Komiteen for Sundhedsoplysning.

I november 2010 afholdt fonden Careum en international konference med overskriften “The power of patients” med deltagere fra hele verden. På konferencen havde Komiteen både en workshop og var ordstyrer for en plenumdiskussion. Men vigtigst af alt var, da professor Kate Lorig fra Stanford Universitet kom med tilkendegivelsen, at den danske udgave af CDSMP (Lær at leve med kronisk sygdom) var i verdensklasse. Ikke en gang Stanford selv var så gode som Danmark. Derfor fik Danmark ved Komiteen frit råderum i forhold til at teste Stanfords programmer, der er tilknyttet CDSMP, også selv om disse endnu ikke er frigivet af Stanford.

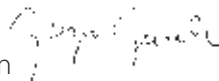
Alt det internationale arbejde har medført, at Komiteen har været med til at etablere et internationalt netværk, som på tværs af Europa skal arbejde med “patientuddannelse”. Første møde blev afholdt i

Zürich i november 2010, og næste møde i marts 2011 skal afholdes hos Komiteen.

Siden 2003, hvor Komiteen havde i alt 6 ansatte er det kun gået en vej, nemlig op. Ved årsskiftet havde Komiteen ansatte. Igennem årene har vi udviklet en publikationsafdeling, som ud over redaktion, layout og tryk også skriver, rådgiver og vejleder om, hvordan tekster kan forfattes. Blandt Komiteens faste samarbejdspartnere er bl.a. Dansk Selskab for Almen Medicin, Fødevarerstyrelsen, Sund By Netværket og Sundhedsstyrelsen.

I projektafdelingen udvikles hele tiden nye projekter, som alle har et nationalt sigte samtidig med, at de projekter Komiteen allerede har i drift kvalitetssikres og videreudvikles. I projektafdelingen samarbejder vi med alle landets regioner, de fleste af landets kommuner samt forskellige offentlige styrelser og ministerier. Komiteens projekter dækker en bred vifte af målgrupper og fagområder fra “UNG-dialog”, hvor målgruppen er unge fra 5. til 10. klasse over “Lær at leve”, som i sin målgruppe har alle med en kronisk sygdom til projekt “Nyreskolen”, som er en udvikling af et helt nyt undervisningskoncept til dialysepatienter. Fælles for alle projekterne er dog fokus på det faglige og det omkostningsmæssige – kort sagt “mest sundhed for pengene”.

Gregor Gurevitch
Formand for styrelsen



Charan Nelander
Direktør



Komiteens kerneområder og kompetence

Komiteen for Sundhedsoplysning er en sygdomsbekæmpende, almennyttig forening, der siden 1964 har arbejdet tværfagligt med mange organisationer og offentlige organer.

Formål

Komiteens formål er at deltage aktivt i samfundets sygdomsforebyggende og sundhedsfremmende arbejde.

KERNEOMRÅDER

Publikationer

Komiteen kan tilbyde hjælp til udvikling af sundhedsfremmende oplysningsmaterialer, lige fra udarbejdelse af manuskriptet og journalistisk bearbejdning til layout og produktion. Samtidig kan vi tilbyde pakning og distribution af næsten alle former for publikationer m.v. inden for sundhed og forebyggelse.

Projektudvikling

Komiteen udvikler løbende projekter med national udbredelse for øje. I Komiteen samarbejder vi altid med de relevante samarbejdspartnere inden for de forskellige fagområder. Vi foretager litteraturgennemgang og har altid fagligheden som omdrejningspunkt, når vi udvikler projekter. Vi varetager selv driften af vores

projekter, når det er hensigtsmæssigt for Komiteen og de involverede projektpartnere.

Konsulentytelser

Vi tilbyder mange former for ydelser. Fra oplæg og foredrag til afholdelse af kurser, seminarer og konferencer samt udarbejdelse af forskellige oplæg til sundhedsfagligt brug.

Fælles for samtlige områder er, at vi i Komiteen samarbejder med andre sundhedsorganisationer om udvikling og gennemførelse af sygdomsforebyggende, patientstøttende og sundhedsfremmende projekter.

KERNEOMRÅDER

- **Publikationer**
- **Projektudvikling**
- **Konsulentytelser**



KOMPETENCE

Komiteen arbejder inden for hele det brede sundhedsområde og derfor også med alle KRAM-faktorerne: Kost, Rygning, Alkohol og Motion. Mange af Komiteens publikationer omhandler emner vedr. KRAM og mange af Komiteens øvrige projekter relaterer sig til KRAM.

Komiteen er manøvredygtig og i stand til på meget kort tid at udvikle materialer og projekter af høj kvalitet og til tiden. Publikationernes og projekternes faglighed sikres gennem et tæt, eksternt samarbejde med relevante fagkonsulenter.

I staben er man fortrolig med alle processer inden for udgiver- og projektvirksomhed: idéudvikling, planlægning, implementering, redaktion, grafisk tilrettelægning, prepress og produktion samt leverandørkontrakt og kalkulation. På publikationsområdet har vi et indgående kendskab til det grafiske marked og samarbejder med de bedste leverandører i Danmark. Hertil kommer, at vi er vant til at operere i forhold til pressevirksomhed, markedsføring, distribution og salg.

Ledelse

Komiteens overordnede ledelse varetages af en styrelse sammensat af repræsentanter fra medlemsorganisationerne, med bistand af et sagkyndigt udvalg.

Formand for styrelsen er Gregor Gurevitsch, MPH. Formand for det sagkyndige udvalg er centerleder, cand. psych. Johanne Bratbo. Den daglige ledelse af Komiteen varetages af direktør Charan Nelander.

KOMITEENS VIRKSOMHED

Sekretariatet i 2010

Styrelsen

Styrelsen er Komiteen for Sundhedsoplysningsbestyrelse.

Styrelsen har holdt ordinære møder den 6. maj og den 9. november 2010. Formand for styrelsen er Gregor Gurevitsch og næstformand er KL's repræsentant i styrelsen Lars Lindskov.

Forretningsudvalg

Komiteens forretningsudvalg består af formand Gregor Gurevitsch, næstformand Lars Lindskov og repræsentant for Tandlægernes Nye Landsforening (TNL) Dorte Mørkbak.

Det sagkyndige udvalg

Det sagkyndige udvalg rådgiver styrelsen og sekretariatet vedrørende sociale, psykologiske og sundhedsfaglige spørgsmål. Ud over Komiteens medlemsorganisationer er også Socialministeriet og Sundhedsstyrelsen repræsenteret. Formand for udvalget er centerleder Johanne Bratbo.

Publikationer i 2010

Journalistisk og redaktionel bistand samt layout og distribution er en del af Komiteens kerneydelser. Vores vigtigste samarbejdspartnere er Sundhedsstyrelsen, Fødevarestyrelsen, Dansk Selskab for Almen Medicin og Sund By Netværket.

I samarbejde med SUNDHEDSSTYRELSEN

Spørg til alkoholvaner – diagnostik og behandling af alkoholproblemer

Klinisk vejledning udarbejdet sammen med Dansk Selskab for Almen Medicin (DSAM) og Sundhedsstyrelsen. Vejledningen henvender sig til praktiserende læger om opsporing, diagnostik og behandling af alkoholproblemer. Mange danskere har et stort alkoholforbrug, der over tid kan udvikle sig og få alvorlige konsekvenser for den enkelte, for de pårørende og for samfundet. Der finder desværre en betydelig underbehandling sted. Den praktiserende læge kender de fleste patienter og har derfor en central rolle i en styrket indsats over for alkoholproblemer hos patienterne. Denne kliniske vejledning er udarbejdet til almen praksis og giver konkrete redskaber til at hjælpe patienter med alkoholproblemer.

Små skridt til vægttab

Denne guide viser, hvordan man kan tabe sig og blive sundere ved små, gradvise ændringer i mad- og aktivitetsvaner. Guiden tager udgangspunkt i den nuvæ-

rende livsstil og giver råd om, hvordan man kan lægge sine uhensigtsmæssige vaner om i en sundere retning. Guiden indeholder udfordringer, man kan stille sig selv samt information om vægtvenlig mad, motion og træning i opmærksomhed og selvindsigt.

Barn i vente

“Barn i vente” udkom i 2010 i en ny og omskrevet udgave. Bogen henvender sig til den gravide og hendes partner. Bogen gennemgår bl.a. graviditetens undersøgelser og den gravides kontakt med jordemoder og sygehus frem til udskrivelsen efter fødslen. “Barn i vente” er et naturligt supplement til den information, der gives på jordemodercentre. Bogen er udgivet af Sundhedsstyrelsen og kan med fordel læses afsnit for afsnit, efterhånden som informationerne passer til forløbet af graviditet, fødsel og barsel.

Vejledning om ‘Forebyggende sundhedsydelse til børn og unge’

Vejledningen beskriver, hvordan de forebyggende sundhedsydelse og den sundhedsfremmende indsats over for børn, unge og deres forældre kan til-

rettelægges i overensstemmelse med bestemmelserne i gældende lovgivning. Vejledningen indeholder to dele: Første del er af rammesættende, udredende og beskrivende karakter og er primært henvendt til politikere og sundhedsfaglige ledere med ansvar for planlægning af den kommunale sundhedsindsats. Anden del er en konkret vejledning om de ydelser, som den kommunale sundhedstjeneste og almen praksis skal tilbyde børn, unge og familier. Denne del kan være et nyttigt redskab for praktikernes tilrettelæggelse af indsatsen.

Vejledning om 'Smitsomme sygdomme hos børn'

Vejledningen henvender sig til institutioner, skoler, forældre og sundhedsvæsenet med oplysninger og råd om smitsomme sygdomme hos børn. For hver sygdom beskrives: smitteforhold, forebyggelse, symptomer, behandling, forholdsregler ved sygdomstilfælde samt hvornår barnet igen må komme i institution efter overstået sygdom.

Sunde børn

Med "Sunde børn" bliver forældrene godt klædt på til at drage omsorg for det lille barn. Bogen indeholder i koncentreret og let tilgængelig form det centrale om barnets sundhed og udvikling, herunder de sidste nye anbefalinger fra Sundhedsstyrelsen. I årets udgave er der nye afsnit om bl.a. amnestillinger og barnets søvn. Der er endvidere en omfattende opslags-

del om barnets sygdomme, helbredsundersøgelser og det danske vaccinationsprogram. Bogen kan læses i forlængelse af Sundhedsstyrelsens "Barn i vente" og vil være aktuel straks efter, at barnet er født.

Mad til spædbørn & småbørn

Som noget helt nyt er den velkendte klassiker suppleret med en dvd, der på en enkel måde gennemgår kernepunkterne i de officielle madanbefalinger til små børn. Dvd'en overvinder evt. sprogbarrierer og er særlig velegnet til forældre, der foretrækker den visuelle kommunikation. Bog og dvd henvender sig til de nye forældre og kan bruges som bindeled mellem sundhedsplejersken og familier, når det gælder spørgsmål om barnets mad. Bogen er også velegnet til dagtilbud og andre med ansvar for børns kost. Bog og dvd giver svar på mange spørgsmål ud fra de anbefalinger om ernæring, som findes fra Sundhedsstyrelsen og Fødevarestyrelsen.

Undersøgelse af celleforandringer i livmoderhalsen

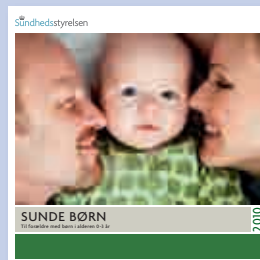
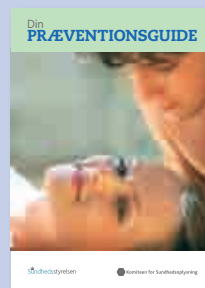
Sundhedsstyrelsens beskrivelse af det officielle screeningstilbud til kvinder om forebyggende undersøgelse for celleforandringer i livmoderhalsen. Hæftets indhold giver den er landsdækkende information, mens omslaget er tilpasset den enkelte region med lokale kontaktinformationer m.v. Hæftet udsendes i samarbejde med regionerne til kvinder, når de inviteres til undersøgelse.

Mammografi – screening for brystkræft

Sundhedsstyrelsens beskrivelse af det officielle screeningstilbud til kvinder om forebyggende undersøgelse for brystkræft. Hæftets indhold giver den landsdækkende information, mens omslaget er tilpasset den enkelte region med lokale kontaktinformationer m.v. Hæftet udsendes i samarbejde med regionerne til kvinder, når de inviteres til undersøgelse.

Din præventionsguide

Denne guide bruges i forbindelse med udskolingssamtalerne i grundskolens ældste klasser. Bogen gennemgår de forskellige præventionsformer og oplyser om fordele og ulemper ved de forskellige metoder. Desuden er der oplysninger om nødprævention, seks sygdomme, graviditet og abort samt kroppens udvikling i puberteten. Guiden kan rekvireres gratis af alle landets skolesundhedsplejersker.



I samarbejde med FØDEVARESTYRELSEN

Glad mad i børnemaver

Bog med opskrifter og ernæringsfaglig information henvendt til daginstitutioner. Her er inspiration og tips til, hvordan man kan planlægge og tilberede sunde og velsmagende måltider til børnene. Indlagt i bogen er seks børnehæfter, der beskriver madens vej fra jord til bord.

Madens historier, 6 hæfter

Hæfterne, der er direkte henvendt til børn i børnehavealderen, beskriver produktionsforløbet for kornprodukter, æg, mælk og ost, kød, fisk samt frugt og grønt. Hæfterne kan bruges til at snakke med børnene om, hvor maden kommer fra, og på den måde skærpe deres interesse for god mad. Der er bokse med ekstra information, så den voksne 'bliver klædt på' til at fortælle om fødevarerproduktion.

Sund mad på arbejdet – et ledelsesansvar

Hæftet henvender sig til virksomhedsledere med inspiration og hjælp til at etablere en politik for sund mad på arbejdspladsen. Ifølge en regeringsbeslutning skal alle statslige arbejdspladser formulere en politik for kantinemaden. Hæftet beskriver fire trin til etablering af en sådan mad- og måltidspolitik på arbejdspladsen.

Sund mad på arbejdet – fra målsætning til handling

Hæftet henvender sig til kantinepersonale og beskriver Fødevarestyrelsens mål for sund kantinedrift. Der er beskrivelse af målsætninger inden for frugt og grønt, fisk, kartofler og kornprodukter, fedt, salt og sukker, drikkevarer og variation. Der er desuden afsnit om økologi og kantinens pris- og kvalitetspolitik. Fødevarestyrelsens 'målsætninger for sund kantinedrift' er en hjælp og inspiration, når arbejdspladsen skal formulere en mad- og måltidspolitik. Hæftet giver hjælp til at omsætte målsætningerne til praksis.

Kostkompasset – vejen til en sund balance (pjece og plakat)

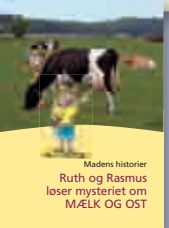
Kostkompasset viser Fødevarestyrelsens 8 kostråd. Hæftet gennemgår de enkelte kostråd og anviser veje til en sund balance mellem mad og fysisk aktivitet.

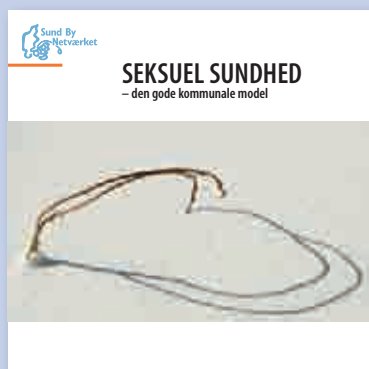
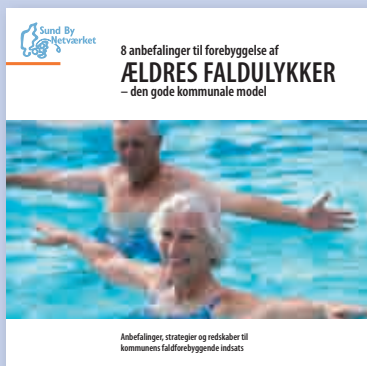
Gi' madpakken en hånd

Folder henvendt til forældre med gode råd og ideer til en sund madpakke ud fra de 8 kostråd. Her er ideer og tips om grønt, brød, pålæg, fisk og frugt.

Hvad skal idrætsaktive børn og unge spise og drikke?

Pjece målrettet trænere, ledere og forældre til børn og unge, der dyrker idræt. Den indeholder gode råd om mad og drikke for børn og unge, der træner 1-1,5 time ca. 1-3 gange om ugen og er til stævne eller kamp i weekenden.





I samarbejde med DANSK SELSKAB FOR ALMEN MEDICIN

Akuthåndbogen

Vejledning for håndtering af akutte symptomer i almen praksis. Håndbogen giver hurtigt overblik over akutte symptomer i almen praksis, hjælp til relevant visitation og anvisning i akut behandling i dag- og vagttid. Vejledningen er skrevet for læger i almen praksis og lægevagten.

I samarbejde med SUND BY NETVÆRKET

Ældres faldulykker – den gode kommunale model

Bog henvendt til politikere, planlæggere og praktikere i det forebyggende arbejde med ældres faldulykker. Publikationen giver inspiration til, hvordan en god kommunal indsats til forebyggelse af ældres faldulykker kan planlægges og implementeres.

Sundhed og trivsel på arbejdspladsen – den gode kommunale model

Kommunen kan bruge arbejdspladsen som arena for forebyggende og sundhedsfremmende indsatser. Denne publikation giver ideer til *hvordan*. Formålet er at bidrage til, at kommunerne udvikler sundhedsfremmende indsatser med fokus på de ansatte, de sygemeldte og de arbejdsløse.

Publikationen henvender sig primært til administrative beslutningstagere og planlæggere i kommunerne.

Seksuel sundhed

Publikationen vil sætte seksuel sundhed på den kommunalpolitiske dagsorden og understøtte det strategiske arbejde med seksuel sundhed lokalt. Der præsenteres en række anbefalinger til, hvad en seksuel sundhedsstrategi bør bygge på. Inden for hvert område er der forslag til konkrete indsatser, der kan styrke borgernes seksuelle sundhed.

I samarbejde med BØRNERÅDET

Opdragelse med hjertet

Hæftet henvender sig til forældre med små børn. Her kan de hente inspiration til, hvordan opdragelsen kan gribes an. Det skal hjælpe forældrene til at tackle konflikter, så børnene lærer en rimelig social omgangsform og samtidig udvikler selvværd og selvstændighed. Teksten er skrevet af sundhedshedsplejerske, ph.d., Else Guldager og journalist Annette Tholstrup og udgivet i samarbejde med Børnerådet

EGNE MATERIALER

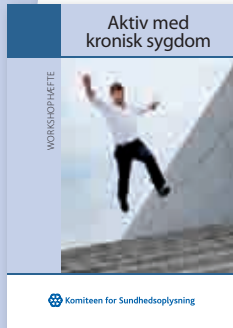
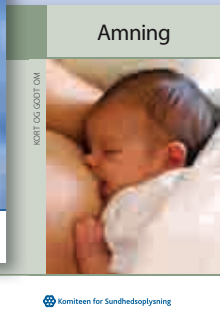
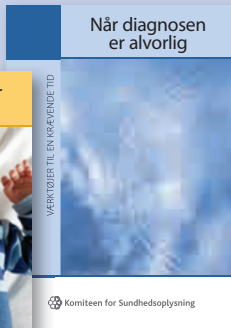
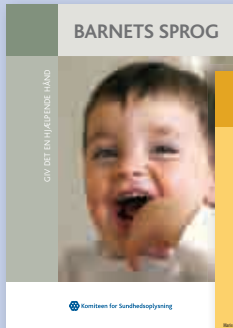
Komiteen producerer også egne publikationer med det formål at dække områder, som trænger til at blive belyst. Publikationerne dækker bredt med hensyn til målgruppe og sundhedsfagligt område. I 2010 har produktionen bestået af både nye udgivelser samt revision af tidligere producerede udgivelser.

Aktive vurderinger

Bogen henvender sig til sundhedsprofessionelle, lærere og andre, der har sundhed som undervisningsområde. Hensigten med "Aktive vurderinger" er gennem dialog, inddragelse og anerkendelse at skabe en lydhør undervisning, der styrker deltagernes refleksion og handlekompetence i spørgsmål, der vedrører egen sundhed. Metoden er bygget op omkring en række praktiske øvelser, der bindes sammen af faglige input om det emne, der undervises i.

Hvorfor græder barnet?

Hæftet henvender sig til nye forældre og indeholder dokumenteret viden om spædbarnsgråd. Det giver svar på, hvorfor nogle spædbørn græder ualmindelig meget og bud på, hvad der er den bedste omsorg til et barn, som er næsten utrøsteligt. Selv om det er normalt, at børn græder meget i de første levemåneder, er det en svær tid for familien. Hæftet giver et godt indblik i, hvad videnskaben ved om spædbarnsgråd. Samtidig aflives myter og hjemmestrikkede 'gode råd', som ofte er nytteløse.



Sund på din egen måde

Denne bog er et katalog over, hvad der er sundt. Bogen indeholder de officielle anbefalinger på sundhedsområdet, dvs. inden for mad, vitaminer, motion, alkoholforbrug, arbejdsmiljø m.v. Her er det muligt at orientere sig om sunde vaner og aktiv livsstil. Ud fra mulighederne kan man foretage sine egne valg, da sundhed bl.a. handler om at vælge.

Når diagnosen er alvorlig

Bogen henvender sig direkte til den uhelbredeligt syge og de pårørende. Men den kan også bruges af sundhedsfagligt personale som et værktøj i samtalen med syge. Bogen kan forberede den syge og de pårørende på de fysiske, psykologiske og sociale udfordringer, de er stillet overfor. Der gives også information om hjælp og støttemuligheder for derigennem at bidrage til øget livskvalitet i en ellers vanskelig periode: Bogen er en bearbejdet genudgivelse af 'Den sidste tid' og er skrevet af psykolog Niels Peter Agger, som i mange år har arbejdet med kræftsyge i Kræftens Bekæmpelse.

Lær at leve med kronisk sygdom

Bog med råd om, hvordan mennesker med kronisk sygdom aktivt kan tage vare på eget liv og helbred. Indeholder en cd med afspændingsøvelser. Bogen henvender sig til alle med langvarig sygdom og indeholder tips om aktiv selvhjælp, om at tackle symptomer, om kost og motion, om kærlighed og kommunikation, om rigtig brug af medicin, og om hvordan man kan blive bedre til at bede om hjælp, når

man har brug for det. Bogen er oversat fra amerikansk og bearbejdet til danske forhold. Den kan læses selvstændigt eller bruges i forbindelse med patientkurset af samme navn.

Aktiv med kronisk sygdom

Dette hæfte er udviklet til workshoppen "Aktiv med kronisk sygdom", som kommuner kan udbyde som et ekstra tilbud i forbindelse med patientuddannelsesprogrammet "Lær at leve med kronisk sygdom". I hæftet er skemaer og øvelser fra workshoppen beskrevet, og der er plads til egne noter og refleksioner.

Lær at takle kroniske smerter

Bog med råd om, hvordan mennesker med kroniske smerter kan tage vare på eget liv og helbred. I bogen er indsat en cd med træningsprogram og visualiseringsøvelser. Bogen berører bl.a. følgende emner: balance mellem aktivitet og hvile, kommunikation, håndtering af træthed, kommunikation, problemløsning og valg af behandlingsmetoder.

Spis, leg og ha' det godt

Denne bog giver opskrifter på sund familiemad, lækre drikke og sjove lege for børn og deres voksne. Samtidig er der idéer til, hvordan forældre kan støtte barnet i at bevare en sund normalvægt – eller stoppe overvægt, hvis barnet allerede er lidt for rundt. Bogen henvender sig primært til forældre med børn i 3-6-årsalderen og giver brugbar viden om mad og fysisk aktivitet. Her gives ideer til, hvordan man med god mad og drikke samt fysiske

aktiviteter kan give barnet en sjovere og sundere barndom.

Barnets sprog

Hæftet giver overblik over, hvordan sprogudviklingen typisk forløber hos det lille barn. Der er ideer til, hvordan man kan stimulere barnets sprog og begrebsverden – både når sprogudviklingen forløber problemfrit, og når barnet har forskellige vanskeligheder, som det skal have hjælp til. Desuden er der råd om, hvornår man bør søge hjælp hos en talehørepædagog. Trods den faglige tyngde er det lykkedes at skrive teksten i et enkelt sprog, der gør anvisningerne lige til at gå til. Hæftet er desuden rigt illustreret med fotos og tegninger.

Det man siger

Hæftet er et redskab til at indgå aftaler om, hvad skole og hjem kan gøre for at bidrage til barnets trivsel og læring. Hæftet retter sig både mod barnet, forældrene og klasselæreren. Hensigten er at give hjælp

til, at man allerede ved skolestarten får talt om gensidige forventninger og derigennem når frem til en samarbejdsmodel, der virker for alle parter – ikke mindst for barnet.

Kort og godt om amning

Dette hæfte er baseret på Sundhedsstyrelsens officielle anbefalinger og giver vejledning til den nyblevne mor om, hvordan hun kan få amningen til at lykkes. I hæftet findes bl.a. afsnit om ammestillinger, almindelige ammeproblemer, udmalkning, amning af tvillinger og amning efter kejsersnit eller for tidlig fødsel.

I form efter fødslen

Dette lille hæfte giver øvelser og gode råd til den, der lige har født. Hæftet instruerer i øvelser, der styrker bækkenbunden og hjælper med til at knibe korrekt, ligesom det viser gode øvelser, der styrker mave- og baldemusklér. Man kan også finde gode råd om motion, højden på puslebordet og ammestillinger.

Komiteens bidrag vedrørende "Vejledning om oplysningsvirksomhed om svangerskabsforebyggende metoder"

Komiteen modtager hvert år en bevilling fra Sundhedsstyrelsen til oplysning om prævention og abort, kaldet "Oplysning om svangerskabsforebyggende metoder". For disse midler holdes praktiserende læger og gyn./obs. klinikker forsynede med de gratis udelte publikationer Prævention, Sterilisation og Hvis du overvejer abort. Hæfterne fremstår som en serie.

Prævention

Hæftet blev i 2010 opdateret og genoptrykt.

Sterilisation

Hæftet blev i 2010 opdateret og genoptrykt.

Hvis du overvejer abort

Hæftet blev i 2010 opdateret og genoptrykt.

Projekter i 2010

I Komiteen udvikler vi løbende nye projekter. Det kan dreje sig om projekter, der hentes til bearbejdning fra vore udenlandske samarbejdspartnere, eller projekter Komiteen selv udvikler.

PATIENTUDDANNELSE – kurser til mennesker med kronisk sygdom

Komiteen for Sundhedsoplysning varetager fortsat den nationale sekretariatsfunktion for *Lær at leve med kronisk sygdom*. I 2010 blev kurset *Lær at tackle kroniske smerter* oversat og kulturbearbejdet, og workshoppen *Aktiv med kronisk sygdom* blev udviklet i Danmark.

Komiteens abonnementsordning for brugerorganisationer, der udbyder Komiteen for Sundhedsoplysningens kurser, dækker alle de opgaver, der giver bedst mening at løfte nationalt. Vi opererer med et abonnement 1, der indeholder gratis instruktøruddannelser, videreuddannelsesforløb og gratis deltagelse i instruktørdage.

Abonnement 2 er primært for kommuner, der ikke skal uddanne instruktører, men stadig gerne vil profitere af Komiteen for Sundhedsoplysningens værktøjer til kvalitetssikring m.v. For at udbyde Komiteen for Sundhedsoplysningens kurser til mennesker med kroniske sygdomme, skal man tegne en årlig licensaftale. Licensaftalen er inkluderet i abonnementsstyperne.

I 2010 tegnede 22 kommuner sig for abonnement 1 og 45 kommuner for abonnement 2. Yderligere 8 kommuner købte sig til enkeltydelser.

I alt var 75 kommuner i 2010 involveret i *Lær at leve med kronisk sygdom*.

4 kommuner deltog i prætestfasen af *Lær at leve med kronisk sygdom*.

8 kommuner deltog i testforløbet for *Aktiv med kronisk sygdom*.

Sekretariatet varetager følgende opgaver:

- ◆ Administration af den nationale licens
- ◆ Udbredelse af programmet til kommuner, regioner og patientforeninger
- ◆ Uddannelse af instruktører
- ◆ Koordination af vejledning og certificering af instruktører
- ◆ Rådgivning om implementering
- ◆ Evalueringsredskaber til brugerorganisationer
- ◆ Monitorering af kurserne på nationalt niveau
- ◆ Udvikling af produkter tilknyttet Patientuddannelsen
- ◆ Opdatering af kursusmateriale.



Kursusaktivitet

Komiteen for Sundhedsoplysning har afholdt 5 instruktørkurser og uddannet 38 instruktører. 4 kommuner fik uddannet 18 instruktører til at afholde testforløb i *Lær at tackle kroniske smerter* og 8 kommuner fik uddannet 15 instruktører til at afholde testworkshops i *Aktiv med kronisk sygdom*.

I 2010 er vejlederkorpset videreuddannet, således at 11 erfarne instruktører er uddannede masterinstruktører og deltager i vejledning og certificering af instruktører i certificeringsforløb. Hvert halvår har Komiteen for Sundhedsoplysning ansvaret for vejledningen på ca. 50 kurser.

Beskrivelse af de nye kurser

Lær at tackle kroniske smerter, er et kursus, der er udviklet på McGills Universitet i Melbourne, med udgangspunkt i *Lær at leve med kronisk sygdom*. Kurset er udviklet i samarbejde med Stanford Patient Education Research Center, Stan-

ford Universitet. Kurset genbruger strukturen fra *Lær at leve med kronisk sygdom*, men er symptomspecifik. Det vil sige, at alle aktiviteter i kurset er rettet mod problemstillingen kroniske smerter. Kurset er testet i 2010. TrygFonden har bevilliget midler til implementering (2010-13) og en ekstern effektevaluering (2011-2014).

Aktiv med kronisk sygdom er et 1-dags workshopforløb for tidligere kursister på *Lær at leve med kroniske smerter* eller *Lær at tackle kroniske smerter*. Workshopen bygger videre på de metoder, kursisterne lærte første gang, de var på kursus.

Fokus på kurset er at undersøge mulighederne og forhindringerne i forhold til den enkeltes tilknytning til arbejdsmarkedet, hvad angår frivilligt eller lønnet arbejde samt andre former for meningsfyldt aktivitet.

Sundhedsstyrelsens SATS-pulje for socialt udsatte har finansieret udvikling og test (2010-11).

National følgegruppe

Som følge af at Komiteen for Sundhedsoplysning har fået overdraget ansvaret for den nationale licens fra Sundhedsstyrelsen, har Komiteen herefter videreført den nationale følgegruppe. Den løbende udvikling, planlægning og koordinering af projekterne i forhold til øvrige indsatser på sundhedsområdet sikres via den nationale følgegruppe.

Følgegruppen mødes 2 gange årligt og er sammensat af interessenter fra kommuner, regioner, patientforeninger, Sundhedsstyrelsen, KL og Danske Regioner. Endvidere har den regionale netværksgruppe i 2010 besluttet at deltage i den nationale følgegruppe.

Centrale temaer i 2010 har været, hvordan programmet kan udbredes til de resterende kommuner i landet samt orientering om de to nye kurser, der skal implementeres.

Kvalitetssikring af programmet

Komiteen arbejder hele tiden med at gøre kursusmaterialerne bedre. I 2010 er kursusbogen *LÆR AT LEVE med kronisk sygdom* blevet genoptrykt.

På baggrund af undersøgelser og anbefalinger fra Stanford Universitet valgte Komiteen i samråd med Sundhedsstyrelsen at ændre navnet på kurset. Fremover hedder kurset *LÆR AT LEVE med kronisk sygdom*, og brugerorganisationerne kan navngive kurset. Samme praksis findes i USA og Canada.

For at understøtte kvaliteten af kurserne i kommunerne udfører Komiteen en række andre aktiviteter, der skal re-

sultere i bedre samarbejde såvel mellem instruktørerne som mellem instruktører og kommuner. Erfaringen viser nemlig, at det gode samarbejde er et vigtigt fundament for at afholde gode kurser.

Evaluering af *Lær at tackle kroniske smerter*

Som en del af projektet med implementering af CPSMP gennemføres der en ekstern evaluering af kursets effekter ud fra et randomiseret, kontrolleret studie-design. Evalueringen gennemføres af Århus Universitetshospital, Forskningsklinikken for Funktionelle lidelser og psykosomatik. Evalueringen gennemføres i årene 2010-2014, men allerede i efteråret 2010 blev pilottesten evalueret. 72 kursister deltog i evalueringen, og der blev fundet positive, statistisk signifikante effekter på deltagernes:

- ◆ *Funktionsbegrænsning*, dvs. deltagerne føler sig mindre begrænsede af smerterne i hverdagen efter de har gennemført kurset
- ◆ *Katastrofetanker* i forbindelse med smerte
- ◆ *Benefit-finding*, altså evnen til at pege på områder, hvor livet med smerter har ført noget godt med sig¹.

Derudover var der samlet set stor tilfredshed med kurset, og næsten alle deltagere

1 Mehlsen M. Lær at tackle kroniske smerter. Udbytte af kurset i de 4 testkommuner i efteråret 2010. Slagelse, Thisted, Aarhus og Aabenraa. Århus Universitetshospital, Forskningsenheden for Funktionelle lidelser og psykosomatik 2011.



vil anbefale kurset til andre med kroniske smerter.

Resultaterne giver grund til at tro, at den randomiserede, kontrollerede undersøgelse af effekten med mere end 400 deltagere også vil vise positive effekter. Resultaterne fra undersøgelsen publiceres løbende og foreligger endeligt i 2014.

Evaluering af *Lær og leve med kronisk sygdom*

I 2009 søgte og fik Komiteen for Sundhedsoplysning midler af TrygFonden til at gennemføre en national evaluering af "Lær at leve med kronisk sygdom". Evalueringen gennemføres eksternt af Dansk Sundhedsinstitut. Ud over fokus på kursernes effekt, evalueres desuden på kommunernes organisering af kurserne med fokus på, hvordan kommunerne gennemfører en optimal rekruttering af deltagere til kurset.

Evalueringen startede op i 2010, og 54 kommuner og 554 kursister deltager i evalueringen. Evalueringens resultater foreligger medio 2011.

Projekt Mere Tid

I forbindelse med de løbende evalueringer af patientuddannelsesforløbet "Lær at leve med kronisk sygdom" har kursisterne ofte efterspurgt mere tid til samtale under forløbet. Dette observeres i tilbagemeldinger fra kursister i de nationale data samt ud fra erfaringer med vejledninger rundt om i landet samt tilbagemeldinger fra instruktører.

For at imødekomme denne efterspørgsel har Komiteen for Sundhedsoplys-

ning i efteråret 2010 gennemført Projekt Mere Tid.

Komiteen for Sundhedsoplysning har i samarbejde med 11 kommuner undersøgt, hvad det betyder for deltagerne i "Lær at leve med kronisk sygdom", at de får mere tid sammen i forbindelse med kurserne. I projektet gav man deltagerne 30 minutter sammen inden modul 2-6. Tiden var ikke struktureret på forhånd og foregik uden deltagelse af instruktørerne. Resultaterne fra evalueringen af disse kurser sammenlignes med resultaterne fra kurser, der er gennemført på almindelig vis.

Projektet viser, at de deltagere, der fik mere tid sammen sammenlignet med de deltagere, der gennemførte et almindeligt kursus, oplevede:

- ◆ Mindre tidspres i undervisningen
- ◆ En bedre dialog mellem undervisere og kursister
- ◆ En bedre dialog kursisterne imellem

I de kurser med mere tid oplevede instruktørerne:

- ◆ Mere koncentrerede kursister
- ◆ Mere positiv stemning på holdet
- ◆ Større engagement blandt kursisterne

Derudover ser det ud til, at den ekstra tid styrker netværksdannelsen på holdene.

Ud fra disse resultater anbefaler Komiteen for Sundhedsoplysning, at kommuner fremover kan give kursister på "Lær at leve med kronisk sygdom" mulighed for, på frivillig basis, at mødes 30 minutter før

modul 2-6. Dette bør foregå i et lokalt adskilt fra instruktørernes forberedelseslokale. Rapporten kan downloades fra www.patientuddannelse.info

Mestringsforum

Med støtte fra TrygFonden har Komiteen for Sundhedsoplysning udviklet et web-baseret netværk, som kursisterne på "LÆR AT LEVE-kurserne" kan bruge til at holde kontakten ved lige med deres medkursister og støtte hinanden i arbejdet med at mestre deres sygdom. Hvert kursushold får stillet et lukket debatforum til rådighed. Her kan de fortsætte de diskussioner, de begyndte på, i kursusforløbet.

Alle de frivillige instruktører har også et lukket forum, hvor de kan støtte hinanden i arbejdet som kursusinstruktører. De kommunale koordinatører har ligeledes et lukket netværk, således at kommunerne har et netværk, de kan trække på, således at de gode metoder til at koordinere kurser og rekruttering på, viderefremmes til de øvrige kommuner.

Den 4. nationale instruktørsamling

Den 2.-3. november 2010 blev den 4. nationale instruktørdag afholdt. I alt deltog 162 instruktører og koordinatører. Arrangementet blev afholdt over 2 dage.

Temaet for året samling var netværk. Med udgangspunkt i et oplæg fra en netværksekspert, opbyggede instruktører, masterinstruktører og koordinatører supervisionsnetværk. Efterfølgende afprøvede instruktørerne, hvordan man kan bruge hinanden, til hele tiden at blive en bedre instruktør.

Instruktørerne blev præsenteret for de nye kurser og muligheden og rammerne for at blive videreuddannet til også at kunne undervise i dem. Koordinatorerne afholdte en koordinatorworkshop, hvor de blev præsenteret for de relevante konklusioner i Sundhedsstyrelsens MTV om Patientuddannelse og orienterede hinanden om de enkelte kommuners kursusaktivitet og udfordringer. Koordinatorerne udviklede deres anbefaling til hvordan, man understøtter netværksdannelsen på kurserne i kommunerne.

Komiteen planlægger fremover at afholde årlige instruktørdage. Der er udgivet et konferencehæfte fra arrangementerne. Hæfterne kan hentes fra www.patientuddannelse.info og købes via www.sundhedsoplysning.dk

Nye publikationer knyttet til Patientuddannelse

Kursusbogen *Lær at tackle kroniske smerter*, der er udviklet til kurset af samme navn.

Workshophæftet *Aktiv med kronisk sygdom*, der er udviklet til workshoppen af samme navn.



Patientuddannelse på tværs af type 2 diabetes-, KOL- og hjerteområdet

Komiteen for Sundhedsoplysning indgik i 2009 et samarbejde med Region Syddanmarks afdeling for kommunesamarbejde om at udvikle en kommunal patientuddannelse på tværs af diabetes-, KOL- og hjerteområdet. Patientuddannelsen evalueres af Dansk Sundhedsinstitut. Projektet forventes afsluttet i 2012 og finansieres af Indenrigs- og Sundhedsministeriet.

I 2010 blev der nedsat en projektgruppe, bestående af Komiteen for Sundhedsoplysning, Region Syddanmark, Odense Kommune, Esbjerg Kommune, Varde Kommune og Langeland Kommune, samt Steno Center for Sundhedsfremme. Der blev ligeledes nedsat en styregruppe med repræsentanter fra organisationerne repræsenteret i projektgruppen samt Dansk Sundhedsinstitut og Steno Center for Sundhedsfremme.

I 2010 gennemførte Steno Center for Sundhedsfremme et udviklingsarbejde, der resulterede i en sundhedspædagogisk model samt en række anbefalinger vedrørende tilrettelæggelse af patientuddannelsen. Dette er videregivet til inspiration for Komiteens efterfølgende udvikling af patientuddannelseskonceptet og selve undervisningsmaterialet til patientuddannelsen. Samtidig gennemførte Komiteen for Sundhedsoplysning et udviklingsarbejde, hvor der blev fastsat hvilke læringsmål og hvilket indhold, som uddannelsen skal rumme. Dette arbejde blev gennemført i samarbejde med Region Syddanmark, almen praksis og de fire kommuner, der deltager i projektet.



Deltagelse i regionalt udviklingsarbejde

På baggrund af Komiteen for Sundhedsoplysningens arbejde med patientuddannelse og involvering i Sundhedsstyrelsens MTV om patientuddannelse i 2009, blev Komiteen for Sundhedsoplysning i 2009 inviteret til at deltage i en Styregruppe for patientuddannelse i Region Hovedstaden. Styregruppen har til formål at udvikle et kompetenceudviklingsforløb, der skal klæde nøglepersoner på til at kunne udvikle og gennemføre patientuddannelser. Kompetenceudviklingsforløbet skal gennemføres for mere end 200 medarbejdere i Region Hovedstaden, kommuner og Almen Praksis.

Specialevejledning på Københavns Universitet

Komiteen for Sundhedsoplysning har de senere år samarbejdet med Københavns Universitet, Institut for Farmakologi og Farmakoterapi. Samarbejdet har hidtil handlet om at undervise i patientuddannelse for studerende og på efteruddannelse for farmaceuter. I 2010 udvidede samarbejdet sig til at omfatte specialevejledning. Det betyder, at Komiteen for Sundhedsoplysning ved senior projektkoordinator Lea Dunkerley vejleder 2 specialstuderende ved instituttet. De studerende skriver speciale om apotekets rolle som samarbejdspartner for kommunen i forhold til rekrutteringen af patienter til patient-

uddannelsen "Lær at leve med kronisk sygdom". Specialet foreligger i 2011.

Livet med nyresygdom

Fredericia Sygehus har siden 1994 afholdt patientuddannelse for prædialysepatienter. I 2008 tog Nefrologisk Center på Fredericia Sygehus initiativ til at udvikle skolens grundlag, metoder og indhold. I den forbindelse henvendte de sig til Komiteen for Sundhedsoplysning, og der er indgået et samarbejde om udviklingen af patientuddannelsen.

I 2010 har Komiteen, på baggrund af udarbejdelsen af nyreskolens grundlag foretaget i 2009, udviklet et undervisningskoncept for prædialysepatienter og undervisere. Konceptet består af to dele: Livet med nyresygdom: et patientkursus bestående af 6 moduler á 3,5 timer samt et 7. modul for patienter med clearance 20 samt et kompetenceudviklingskursus på 2 x 2 dage for sundhedsfagligt personale. Her klædes personalet på til at varetage undervisningen ud fra de pædagogiske og metodiske principper kurset Livet med nyresygdom er baseret på.

Formålet med patientkurset er, at:

- ◆ patienten klædes på til at træffe beslutning om behandlingsform
- ◆ patienten bliver så selvbehandlende som muligt
- ◆ patienten arbejder med sundhedsfremme trods kronisk sygdom

I sensommeren 2010 gennemførte 13 sygeplejersker og læger fra Nefrologisk Center kompetenceudviklingskurset.

Det første hold patienter gennemførte kurset i efteråret 2010. konceptet testes på yderligere to hold patienter i 2011, hvorefter det tilpasses på baggrund af evalueringer fra deltagere og undervisere.

Projektet forventes afsluttet medio 2011.

Konsulentvirksomhed

Projektgruppen i Komiteen for Sundhedsoplysning kontaktes jævnligt af andre interesserede, der enten ønsker orientering om kurser, undervisning i relaterede metoder eller foredrag.

I 2010 har projektgruppen gennemført følgende typer opgaver for eksterne parter:

- ◆ Diplomuddannelse af klinisygeplejersker på CVU Sjælland
- ◆ Undervisning på tværsektorielt kursus i Region Hovedstaden
- ◆ Kompetenceudviklingskursus for frivillige tilknyttet Favrskov Sundhedscenter
- ◆ Kompetenceudvikling af frivillige i Syddjurs Kommune
- ◆ Foredrag i patientforeninger og faglige selskaber
- ◆ Undervisning af sygeplejersker på Rigshospitalet

AMNING

Tværfagligt kursus i amning

Komiteen for Sundhedsoplysning har siden Videncenter for Amning lukkede i 2008 udbudt et specialist-kursus i amning, som strækker sig over 3 moduler á 3 dage. Kurset henvender sig til sygeplejersker, jordemødre og sundhedsplejersker med minimum 2 års erfaring i praktisk ammevejledning og kan bruges som forberedelse til en international certificering som ammekonsulent, IBCLC.² Mange kommuner og fødesteder bruger kurset til uddannelse af lokale nøglepersoner.

2 International Board Certified Lactation Consultant, se evt. www.iblce-europe.org

Kursusdeltagerne kommer fra regioner og kommuner i hele landet, inklusive Færøerne. I 2010 tilmeldte 72 sig kurset – en stigning på 100 % på et år. Det betød, at der kunne oprettes 2 hold. Et i København, som fandt sted i WHO's lokaler på Østerbro og et i Århus, som foregik på VIA University College. Projektkoordinator Ingrid Nilsson er kursusleder og hovedunderviser.

Kursisternes evaluering af tværfagligt ammekursus 2009/2010 var meget positiv. Generelt var over 80 % af deltagerne på kurset meget tilfredse eller tilfredse med deres faglige udbytte af alle oplæggene på de 3 moduler. 100 % af deltagerne havde efterfølgende følt sig bedre rustet til at besvare spørgsmål og til at begrunde



de forslag de kom med under vejledningen af familierne. Den viden deltagerne havde fået på kurset, havde 96 % bragt videre til deres kolleger ved enten diskussion af konkrete problemstillinger eller via undervisning.

I 2009 indledtes et arbejde med at få beskrevet Tværfagligt Kursus i amning med henblik på at få kurset akkrediteret i The Accreditation and Approval Review Committee on Education in Human Lactation and Breastfeeding (AARC). Kurset blev godkendt i februar 2010.

Som endnu et led i kvalitetsudviklingen af Tværfagligt ammekursus blev der i 2009 nedsat en følgegruppe bestående af repræsentanter fra Sundhedsstyrelsen, Dansk Sygeplejeråd, Jordemoderforeningen og repræsentanter fra praksis. Arbejdet i følgegruppen i 2010 har hovedsageligt drejet sig om at skabe rammerne for en nyudvikling af kurset.

Temadage om amning

Ud over det længerevarende kursus om amning tilbydes ligeledes temadage, som blandt andet rekvireres af kommunernes sundhedsplejeordninger og fødestederne

i Danmark. Temadagenes program, såvel indhold som varighed, sammensættes efter rekvirenternes behov. I 2010 blev der således gennemført 1 fire-dages, 1 to-dages og 1 en-dags forløb. Ligeledes har der i 2010 været gennemført 1 hel-dagsarrangement om amning for sundhedsplejeskestuderende i København, 2 arrangementer rekvireret af Jordemoderforeningen, 1 af Professionshøjskolen Metropol og et af Sundhedsplejersketelefonen, Region Syd.

Videnskabelige publikationer vedrørende amning

Cattaneo A, Burmaz T, Lehnert M, Nilsson I et al: Protection, promotion and support of breastfeeding in Europe: Progress from 2002 to 2007. Public Health Nutrition 2009;13(6):751-9

Katz K, Nilsson I, Rasmussen K: Danish Health Care Provider's Perception of Breastfeeding Difficulty Experienced by Women Who are Obese, Have Large Breasts, or Both. Journal of Human Lactation 2010;26(2):138-47

UNG DIALOG

Det kan være vanskeligt at påvirke unges viden, holdninger og adfærd, når det drejer sig om følsomme emner, og hvor den 'sunde adfærd' medfører afsavn af socialt og kulturelt betingede vaner. Sundhedsstyrelsens rapport Ung2006 peger på, at unge henter betydelig viden om sundhedsfremmende områder fra deres jævnaldrende.

På baggrund af undersøgelser, der viser, at mange unge har svært ved at tale med læreren eller andre voksne om følsomme emner, peger Sundhedsstyrelsen desuden på, at der er et stort potentiale i at formidle viden til unge via metoden ung-til-ung.

Ung Dialog er en indsats, der bygger på metoden ung-til-ung og ung-til-yngre.

Indsatsen har til formål at forebygge unges rusmiddelbrug og tobaksbrug samt udbredelsen af seksygdomme og uønskede graviditeter blandt unge.

Ung Dialog består af frivillige gymnasieelever, der gennemfører dialoger med elever i grundskolernes 7.-10. klasser om: Sex, kærester og følelser. Derudover består Ung Dialog af en gruppe Ung Guidere som er unge på videregående uddannelser. De afholder dialogmøder for grundskolens 7.-10. klasser om: Fest, alkohol og stoffer. Og for grundskolens 6. og 7. klasser om rygning.

Der er behov for en skærpet indsats i forebyggelsen af danske unges brug af alkohol og stoffer og rygning samt i forhold til udbredelsen af seksuelt overførbare sygdomme og uønskede graviditeter blandt unge.



Undersøgelser viser, at:

- ◆ næsten hver fjerde 16-årige har prøvet at ryge hash
- ◆ danske unge drikker mere og hyppigere end andre europæiske unge
- ◆ antallet af registrerede klamydia-tilfælde er steget fra 12.000 i 2000 til 24.000 i 2005. Antallet af smittede antages at være 50.000
- ◆ fra 2004 til 2005 har der været en stigning i antallet af provokerede aborter blandt 15-19-årige trods et fald i øvrige aldersgrupper.

Organisation og opgaver

Ung Dialog har eksisteret under Københavns Amt siden 1992. På baggrund af kommunalreformen overdrog Københavns Amt Ung Dialog til Komiteen for Sundhedsoplysning pr. 1.1.2007.

Ung Dialog består af knap 250 frivillige gymnasieelever tilknyttet 9 gymnasier under Region Hovedstaden og Region Sjælland. Desuden er 15 universitetsstuderende uddannet til at varetage dialogmøder for særlige målgrupper, bl.a. udviklingshæmmede og andre specialklasser. Ung Dialog er Danmarks største og ældste ung-til-ynge organisation inden for områderne seksuel sundhed og rusmidler.

Komiteen for Sundhedsoplysning varetager drift, kvalitetssikring og udviklingsopgaver i forhold til Ung Dialog for kommunerne, hvilket omfatter: Rekruttering og uddannelse af frivillige, koordinering og afholdelse af dialogmøder, udvikling af undervisningsmateriale, udgivelse

af informationsmateriale, evaluering samt metodeudvikling.

Kommuner i 2010

Driften af Ung Dialog dækker alle kommunerne under Region Hovedstaden samt nogle kommuner i Region Sjælland. Ung Dialog finansieres direkte af kommunerne, og i alt 17 kommuner prioriterede i 2009 at bruge Ung Dialog.

Det er en forøgelse med 1 kommune i forhold til 2009, da Solrød Kommune siden skolestart 2010 har tegnet abonnement på Ung Dialog.

Aktiviteter i 2010

I 2010 blev der afholdt i alt 329 dialogmøder. Dette er et lille fald i forhold til 2009, men skal ses på baggrund af, at der i 2009 blev afholdt rekord mange dialogmøder med en stigning fra 2008 til 2009 på 8,5 %. Der bliver fortsat afholdt flest dialogmøder om seksuel sundhed og trivsel, nemlig 159. Antallet af dialogmøder om rygning er i 2010 steget kraftigt. I 2009 blev afholdt 22 møder med dette emne, og i 2010 var dette steget til 55.

Der blev i 2010 afholdt 2 kurser, hvor i alt 65 unge gymnasieelever blev uddannet. På kurserne trænes de unge i at skabe diskussion om adfærd og holdninger. Kurset omfatter dialogmetoder og sundhedsfaglig undervisning i seksy sygdomme, prævention, mv.

Der er ligeledes i december 2010 foretaget en ansættelsesrunde for universitetsstuderende, og 14 nye drenge og piger gennemgår et 3 dages kursus i februar 2011. Ud over dialogmetoder og

viden om seksygdomme og prævention undervises der også i sundhedsfaglig viden om rygning, alkohol, hash, og andre stoffer samt håndtering af specialklasser med fx ADHD.

På baggrund af en efterspørgsel blandt medlemskommunerne er sekretariatet i 2010 begyndt at samle erfaringer for afholdelse af forældremøder med alkohol som tema. Der arbejdes i øjeblikket på en konceptudvikling med henblik på at finde en god struktur for forældremøder. Planen er, at møderne tilbydes som supplerende til de øvrige dialogmøder i foråret 2011.

Kvalitetssikring af Ung Dialog

Siden 2008 er der i Ung Dialog blevet arbejdet målrettet med en kvalitetssikring af Ung Dialog. Det arbejde fortsatte ind i 2010.

Med udgangspunkt i erfaringer fra 2009, er rekrutteringen af gymnasieelever i 2010 rettet mod at optage lidt færre frivillige, men til gengæld få et hold, der var endnu mere motiverede, så de ville holde ved i længere tid og skabe sig større erfaringer med at afholde dialogmøder. Et problem med brugen af ung-til-ung metoden er nemlig, at gymnasieelever ofte kun kan fastholdes i få år og derfor netop holder op, når de begynder at få erfaring med at afholde dialogmøder.

Med henblik på at sikre den bedste mulige kvalitet af selve dialogmøderne blev der i 2009 foretaget observationer af dialogmøder for at kunne coache de unge formidlere. Tilbagemeldingerne har været meget positive, og i 2010 er det



indført som fast ordning i den løbende kvalitetssikring, at gruppen af universitetsstuderende alle modtager coaching for at få opfrisket, hvilke ting der skal indgå i dialogmøderne og få nogle redskaber til at takle svære situationer.

I 2009 etablerede Ung Dialog en følgegruppe med medlemmer fra bl.a. Sundhedsstyrelsen, Kræftens Bekæmpelse, Kommunernes Landsforening samt skolelærere og sundhedskonsulenter fra to kommuner. I 2010 er der blevet afholdt to møder i denne gruppe, der har givet sekretariatet værdifuld sparring.

Nyhedsbreve

Til de kommuner, der abonnerer på Ung Dialog, udsender Komiteen for Sundhedsoplysning med jævne mellemrum nyhedsbreve, hvor der bl.a. orienteres om, hvor mange dialogmøder der er gennemført i kommunerne og hvilke nye tiltag, der påtænkes gennemført. I 2010 blev der udsendt 2 nyhedsbreve til kommunerne.

Ligeledes udsendes nyhedsbreve til de frivillige gymnasieelever og de Ung Guider, der er tilknyttet.

BLADET UNG

UNG har eksisteret siden 1988 med Komiteen for Sundhedsoplysning og et skiftende antal interessenter som det økonomiske og redaktionelle bagland. Sommeren 2010 udkom UNG nr. 2 for sidste gang. På grund af manglende interessenter i forhold til køb af sider kunne bladet ikke fortsætte, og derfor måtte Komiteen indstille driften af UNG efter 22 år.

Om UNG

UNG-bladet er et unikt samarbejde mellem en række interessenter, der alle har et fælles formål med deltagelsen: At formidle vigtige budskaber – på en læseværdig, seriøs og ikke-moraliserende måde – til alle landets 8.-10. klasser gennem et effektivt, troværdigt og populært medie, der når ud til målgruppen fire gange årligt. Bladet distribueres via lærerne i de enkelte klasser og findes herudover på biblioteker, klinikker, hos sundhedsplejersker, forebyggelseskonsulenter m.m.

I 2010 oplevede UNG redaktionen både frafald og tilgang af nye interessenter, og redaktionen bestod ved årets udgang af Beredskabsstyrelsen, Børnerådet, Danmarks Apotekerforening, Dansk Center for Undervisningsmiljø, Det Etske Råd, Det Kriminalpræventive Råd, Forbrugerstyrelsen, Fødevarestyrelsen, Kræftens Bekæmpelse, Rådet for Sikker Trafik, Sundhedsstyrelsen, TrygFonden og Undervisningsministeriet.

Siderne i UNG produceres efter fælles idéudvikling mellem interessent og redaktion/redaktør. Det kan være en aktuel

kampagne, et nyt materiale, en hjemmeside – eller et aktuelt emne, interessenten ønsker behandlet. UNG stiller – hvis det ønskes – journalist, fotograf og redaktør samt layouter til rådighed, så siderne udformes efter interessentens ønsker – og så de passer ind i det samlede koncept for bladet. Alt godkendes af interessenten inden trykstart.

UNG er i sin tid udkommet i flere end 13.000.000 eksemplarer.

UNG i 2010

I årets to udgaver har eleverne blandt andet kunnet læse om:

- ◆ Tema om farerne ved solarium
- ◆ Skær ned på de søde drikke
- ◆ Sådan slap hun ud af de andres mobning
- ◆ Fokus på unge i udlandet
- ◆ Ung kvinde hjælper andre efter dårlig opvækst
- ◆ Sådan lærer du at redde liv
- ◆ Unge iværksættere bag spændende opfindelser
- ◆ Kampagne mod kærestevold
- ◆ Få tjek på sexsygdommene
- ◆ Syge ideer til fysisk aktivitet
- ◆ Tema om prævention
- ◆ Besøg på stuntskole
- ◆ Klimaminister på skolebænken
- ◆ Fokus på antirygekampagne
- ◆ Sluk tørsten i vand
- ◆ Sådan laver du sund mad
- ◆ Interview med ung fra alkoholikerfamilie
- ◆ Bandekonflikten på Nørrebro
- ◆ Selvværd og selvtilid

Bladets unge læsere har som sædvanligt sendt breve og debatindlæg ind til redaktionen, og udvalgte spørgsmål og svar fra andre unge blev offentliggjort på siderne Ung til Ung.

Hjemmeside

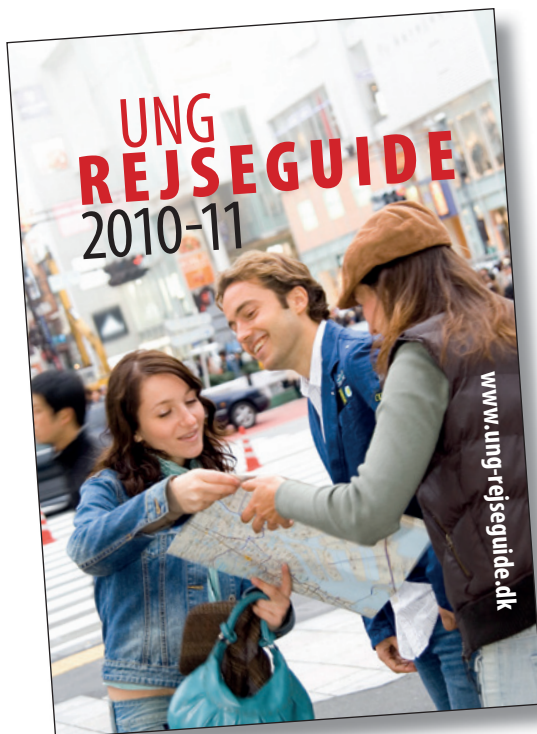
Den 1. marts fik UNG bladet ny hjemmeside. Komiteen fik i efteråret 2009 tilbud fra to multimediedesignstuderende om udvikling af en ny hjemmeside. For de studerende var det et skoleprojekt, for Komiteen var det muligheden for at få en ny og meget mere opdateret hjemmeside for meget få midler.

Hjemmesiden er stadig åben, men ikke aktiv mere.

UNG REJSEGUIDE 2010-11

“UNG Rejseguide” – en lille pjece med gode råd til unge rejsende er udkommet siden 1992. Guiden, der fås gratis på alle kommuners borgerservicecentre, på apoteket og hos en række rejsebureauer, produceres af Komiteen for Sundhedsoplysning i samarbejde med Apotekerne i Danmark, Det Kriminalpræventive Råd, Sundhedstyrelsen og Udenrigsministeriet. Rejseguiden er desuden tilgængelig på www.ung-rejseguide.dk.

Også rejseguiden blev indstillet i forbindelse med UNG bladet.



Tilskud og bevillinger i 2010

Nogle af Komiteens publikationer udvikles med tilskud fra bl.a. fonde, styrelser og ministerier. Komiteens ikke-indtægtsgivende aktiviteter finansieres ved salg af materialer, indtægtsdækket virksomhed samt driftstilskud fra Ministeriet for Sundhed og Forebyggelses tips- og lottomidler.

I 2010 fik Komiteen bl.a. tilskud fra:

TrygFonden

TrygFonden har ydet tilskud til projektet 'Lær at takle kronisk smerte'.

Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse

Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse bevilligede i december 2010 Komiteen et driftstilskud fra tips- og lottopuljen til landsdækkende sygdomsbekæmpende organisationer.

Indenrigs- og Sundhedsministeriet

Indenrigs- og Sundhedsministeriet har ydet tilskud til afholdelse af arrangementet '4. Nationale instruktørdag'.

Komiteen som organisation

Komiteens formål er, som almennyttig forening:

- ◆ at støtte sundhedsvæsenets behandling af sygdomme.
- ◆ at deltage aktivt i samfundets sygdomsforebyggende og sundhedsfremmende arbejde.
- ◆ at støtte patienter og pårørende, såvel individuelt som kollektivt, i deres problemer med sygdomme og handicap.
- ◆ at støtte forskning omkring folkesundhed, herunder sygdomsforebyggelse, befolkningens sygdomme og samfundets helbredelsesmuligheder.

Komiteens formål realiseres ved:

1. Udvikling, tilrettelæggelse og distribution af sygdomsforebyggende, patientstøttende og sundhedsfremmende oplysningsmaterialer.
2. Tilrettelæggelse, afprøvning, gennemførelse og evaluering af sygdomsforebyggende og sundhedsformidlende initiativer henvendt til særlige grupper eller hele befolkningen.
3. Samarbejde med andre sygdomsbe-kæmpende og sundhedsfremmende organisationer om udvikling og gennemførelse af sygdomsforebyggende, patientstøttende og sundhedsfremmende initiativer.

4. Telefonisk informationservice vedrørende sundhedsoplysning.
5. Arrangement af kurser, seminarer, konferencer og anden mødevirksomhed.
6. Deltagelse i internationalt samarbejde om udvikling og forskning.

Organisation

Komiteen for Sundhedsoplysning er en almennyttig forening, hvis medlemmer udgøres af en række offentlige og private organisationer. Komiteen ledes af en bestyrelse (kaldet styrelsen), sammensat af repræsentanter for medlemsorganisationerne. Formand for styrelsen er sundhedschef Gregor Gurevitsch, MPH.

Medlemmer af Komiteen for Sundhedsoplysning pr. 31.12.2010:

- ◆ Danmarks Apotekerforening
- ◆ Dansk Psykolog Forening
- ◆ Dansk Røde Kors
- ◆ Dansk Socialrådgiverforening
- ◆ Dansk Sygeplejeråd
- ◆ Danske Regioner
- ◆ FOA – Fag og Arbejde
- ◆ Frederiksberg Kommune
- ◆ Jordemoderforeningen
- ◆ Kommunernes Landsforening
- ◆ Lægeforeningen
- ◆ Tandlægeforeningen

- ◆ Tandlægenes Nye Landsforening
- ◆ Danske Fysioterapeuter
- ◆ Dansk Kiropraktikerforening

Det sagkyndige udvalg

Det sagkyndige udvalg bistår styrelsen og sekretariatet med at sikre den fornødne viden og sundhedsfaglige kontakt. Derudover udgør det et forum, hvori man drøfter sygdomsforebyggelse og

sundhedsfremme i teori og praksis. Disse drøftelser er medvirkende til at sikre, at der sker en formidlingsfaglig udvikling. Der holdes to møder om året. Det sagkyndige udvalg er sammensat af repræsentanter for medlemsorganisationerne samt faste observatører fra Socialministeriet og Sundhedsstyrelsen. Formand for det sagkyndige udvalg er centerleder Johanne Bratbo.

“ Tandlægeforeningen ser det som en af sine meget væsentlige opgaver at sikre en fortsat forbedring af befolkningens orale sundhed. Derfor arbejder Tandlægeforeningen for, at både befolkning og beslutningstagere kender værdien af gode tandplejevaner og om oral sundheds betydning for den almene sundhedstilstand.

Det er således oplagt, at Tandlægeforeningen er medlem af Komiteen for Sundhedsoplysning, som med sin troværdighed er en vigtig platform for sundhedsoplysning. Tandlægeforeningen har eksempelvis udarbejdet publikationer i samarbejde med Komiteen for Sundhedsoplysning. Derudover skaber arbejdet i Komiteen et tværfagligt netværk med vidensudveksling og samarbejde til gavn for hele sundhedsområdet. ”

Tandlægeforeningen

Medlemmer af styrelsen 2010

- ◆ Lillian Bondo, formand for Jordemoderforeningen
- ◆ Flemming Brank, rådmand Frederiksberg Kommune
- ◆ Johanne Bratbo, centerleder, cand. psych.
Formand for det sagkyndige udvalg
- ◆ Jette Dam-Hansen, alm. praktiserende læge
Lægeforeningen
- ◆ Gregor Gurevitsch, tandlæge, MPH (styrelsens formand, medlem af forretningsudvalget)
Udpeget af styrelsen
- ◆ Peter Kryger-Baggesen, formand Dansk Kiropraktor Forening
- ◆ Johnny Kuhr, formand for Danske Fysioterapeuter
Danske Fysioterapeuter
- ◆ Lars Lindskov, byrådsmedlem (medlem af forretningsudvalget)
Kommunernes Landsforening
- ◆ Karsten Møller, tandlæge
Tandlægeforeningen
- ◆ Dorte Mørkbak, sundhedsfremmechef (medlem af forretningsudvalget)
Tandlægernes Nye Landsforening
- ◆ Jane Gry Poulsen, chef for national afd.
Dansk Røde Kors
Dansk Røde Kors
- ◆ Inge Schiermacher, socialrådgiver (til 31.12.2010)
Dansk Socialrådgiverforening
- ◆ Dorte Steenberg, 2. næstformand DSR
Dansk Sygeplejeråd
- ◆ Karen Stæhr, sektorformand
FOA – Fag og Arbejde
- ◆ Birthe Søndergaard, sundhedsfaglig chef
Apotekerforeningen
- ◆ Mette Rohde Terp, regionsrådsmedlem
Danske Regioner
- ◆ Roal Ulrichsen, formand for
Dansk Psykolog Forening

Det sagkyndige udvalg 2010

- ◆ Anne Barfoed, udviklingsjordemoder
Jordemoderforeningen
- ◆ Johanne Bratbo, centerleder, cand.
psych.
Styrelsesudpeget, formand for det
sagkyndige udvalg
- ◆ Karen Louise Christiansen, social- og
sundhedskonsulent
Dansk Røde Kors
- ◆ Birgitte Harbo, konsulent
Danske Regioner
- ◆ Jens Hjerrild-Jensen,
sundhedskoordinator
Dansk Socialrådgiverforening
(næstformand D.S.U.)
- ◆ Thomas Iversen, cand. Psych.
Dansk Psykolog Forening
- ◆ Helle Jacobsgaard, specialkonsulent
Danmarks Apotekerforening
- ◆ Heidi Klakk, lektor, fysioterapeut
Danske Fysioterapeuter
- ◆ Peter Konow, konsulent
Lægeforeningen
- ◆ Birthe Cortsen, tandlæge
Dansk Tandlægeforening
- ◆ Annette Poulsen, sundhedsplejerske
Sundhedsstyrelsen
- ◆ Janne Gry Poulsen, chef for national
afd.
Dansk Røde Kors
- ◆ Kari Vieth, seniorkonsulent
Kommunernes Landsforening
- ◆ Ulla Rosenkvist, konsulent
FOA – Fag og Arbejde
- ◆ Lene Herlev Vindeløv, konsulent
Dansk Sygeplejeråd
- ◆ Grethe Wolf, sundhedsplejerske
Dansk Sygeplejeråd
- ◆ Mette Aadahl, fysioterapeut
Danske Fysioterapeuter

Sekretariatet 2010

- ◆ Charan Nelander, direktør
- ◆ Birgitte Dansgaard, redaktionschef
- ◆ Anne Jette Andkær (Jess), sekretær
- ◆ Lea Dunkerley, projektkoordinator
- ◆ Nicolaj Holm Faber, projektkoordinator
- ◆ Ingrid Nilsson, projektleder
- ◆ Chris Berg, redaktør på bladet UNG
- ◆ Chimezie Onwuneme, regnskabsmedarbejder
- ◆ Jørgen Kryger Andersen, lagerforvalter
- ◆ Jens Frank Hansen, lagerassistent
- ◆ Charlotte Wulff Brandstrup, koordinator, sekretær
- ◆ Stense Vestergaard, projektkoordinator
- ◆ Rune Schmidt, juniorprojektmedarbejder
- ◆ Silke Reinhold, projektmedarbejder
- ◆ Sanne A. Kristiansen, juniorprojektmedarbejder
- ◆ Malene Norborg, projektmedarbejder
- ◆ Else Marie Schmidt Andersen, juniorprojektmedarbejder

Formænd og direktører 1964-2010

Formænd for styrelsen

1964 - 1986	Poul Bonnevie
1986 - 1998	Per Thestrup
1998 - 2000	Gert Almind
2000 -	Gregor Gurevitsch

Formænd for det sagkyndige udvalg

1964 - 1986	H. E. Knipschildt
1986 - 1994	Bjørn E. Holstein
1994 - 2002	Peter Elsass
2002 -	Johanne Bratbo

Direktører

1964 - 1970	E. Toft-Nielsen
1970 - 1983	Mogens Toft-Nielsen
1984 - 2003	Jens Mathiesen
2003 -	Charan Nelander

Årsberetning 2010

© Komiteen for Sundhedsoplysning 2010

ISBN: 978-87-92462-45-9

Manus: Direktør Charan Nelander

Redaktion: Sekretær Anne Jess

Tryk: LaserTryk A/S

Grafisk produktion: Peter Dyrvig Grafisk Design

Årsberetningen kan fås hos:

Komiteen for Sundhedsoplysning

Classensgade 71, 5. sal

2100 København Ø

Tlf.: 35 26 54 00

Fax: 35 43 02 13

E-mail: kfs@sundkom.dk

Hjemmeside: www.sundhedsoplysning.dk

“ Jordemoderarbejde er i vid udstrækning sundhedsoplysning: kommende og nye forældre kan styrkes til det bedst mulige forløb gennem sundhedsoplysning baseret på sikker faglig viden. Derfor er det oplagt for Jordemoderforeningen at være medlem af Komiteen for Sundhedsoplysning. Det arbejde, som Komiteen laver på om graviditet, fødsel, barsel og omsorgen for det spæde barn, herunder amning, er af stor vigtighed for os.

I Jordemoderforeningen arbejder vi løbende på at udvikle vort samarbejde med Komiteen for at udnytte den synergi, der er mellem de to organisationer og i de tværgående muligheder, som arbejdet i Komiteen for Sundhedsoplysning også byder på. ”

Jordemoderforeningen

Årsberetning 2010

