

ÅRSBERETNING 2013



Komiteen for Sundhedsoplysning

Forord • 1

Komiteens kerneområder • 4

Patientuddannelse • 4

Kompetencecenter for Amning og Human Laktation • 10

UNG Dialog • 15

EN AF OS – Landskampagnen for afstigmatisering • 16

Publikationer • 23

Formidling • 41

Foredragsvirksomhed • 41

Undervisning • 41

Komiteen • 44

Organisationen • 44

Komiteens formål • 44

Tilskud og bevillinger i 2013 • 45

Sekretariatet 2013 • 47

Medlemmer af Komiteen • 48

Medlemmer af styrelsen • 49

Medlemmer af det sagkyndige udvalg • 50

Formænd og direktører 1964-2013 • 51

Komiteen 2003-2013

I 2003 var Komiteens primære aktivitet forlagsvirksomhed. Siden da har vi gennemgået en rivende udvikling. Dels er Komiteens position inden for sundhedsområdet blevet væsentligt ændret, dels har vi udvidet vores aktiviteter til også at favne udvikling og implementering af nationale projekter inden for det brede sundhedsområde.

De mange nye aktiviteter har affødt en markant stigning i Komiteens medarbejderantal, der fra 2003 til 2013 er steget fra 6 til 30 ansatte.

Forlagsvirksomhed er fortsat en vigtig del af Komiteens portefølje, og ligesom tidligere dækker publikationerne over alle sundhedsrelaterede emner fra vugge til krukke. I 2013 har vi dels udgivet en vifte af nye publikationer, dels opdateret og genudgivet en række eksisterende publikationer.

Fra viden til handling

Mange danske organisationer og institutioner arbejder aktivt med at generere viden og rapporter i relation til forebyggende arbejde inden for sundhedsområdet. Der anvendes mange ressourcer på at afsøge litteratur for at undersøge, hvad der virker, og hvad der ikke virker. Imidlertid arbejdes der sjældent struktureret med at omsætte denne viden til anvendt praksis. Komiteens nye projektområder er sundhedsfremmende initiativer under begreberne *empowerment* og *sundhedspædagogik*, og som den eneste organisation i landet har Komiteen besluttet at bidrage til den praktisk anvendte forebyggelse ved at omsætte sin teoretiske viden – hentet fra evalueringer og litteratur – til konkrete forebyggelsesprojekter. Disse indsatsområder ses i dag i et bredt spænd af Komiteens projekter og er gennem årene blevet synliggjort gennem såvel afsluttede sundhedsprojekter som foredragsvirksomhed, Patientuddannelse, Kompetencecenter for Amning og Human Laktation samt udvikling af apps.

I 2013 igangsatte Komiteen – i samarbejde med Beskæftigelsesministeriet ved Arbejdsmarkedsstyrelsen, Sundhedsministeriet og Kommunernes Landsforening – udarbejdelse af en intervention, som på en struktureret

og evidensbaseret måde skal teste mulighederne for at få sygemeldte borgere tilbage på arbejdsmarkedet. Projektet blev i 2013 gennemført på forsøgsbasis i tre kommuner og vil i perioden 2014-2015 blive tilbudt alle landets kommuner. Under det danske EU-formandskab i 2012 afholdt Komiteen en international konference om det europæiske netværk ENOPE (European Network On Patient empowerment). Efterfølgende har Komiteen deltaget aktivt i den fortsatte udvikling af Patient Empowerment. Som resultat af denne indsats er empowerment kommet på EU's dagsorden. ENOPE – repræsenteret af Komiteen – deltager nu i flere EU-projekter.

Som et led i videreudviklingen af empowerment og andre sundhedspædagogiske initiativer har Komiteen i 2013 arbejdet på etablering af flere nye sundhedsfremmende tiltag. Det nye kursus *Lær at tackle job og sygdom* dækker beskæftigelsesområdet bredt. Desuden har Komiteen indledt samarbejde med Landsforeningen for Væresteder med det formål at undersøge, om man gennem en videreudvikling af *Lær at tackle*-programmerne kan engagere nogle af landets særligt udsatte grupper, fx hjemløse borgere.

Folkemødet og Lighedsambassadører

Siden Folkemødet på Bornholm startede i 2011 og for alvor fik succes i 2012, har Komiteen haft mødet under overvejelse med henblik på deltagelse samt, hvilken rolle Komiteen i givet fald skulle påtage sig.

Da Komiteen i 2013 blev inviteret til at deltage i sundhedsministerens *Lighedsdøgn* på Folkemødet, tog vi selvfølgelig imod invitationen. I forbindelse med gennemførelse af *Lighedsdøgnet* lancerede sundhedsministeren på eget initiativ en *Lighedsambassadør*. Komiteens direktør blev i den forbindelse udvalgt som ambassadør.

Komiteen besluttede – som sit bidrag til Folkemødet – at fokusere på begrebet *patientuddannelse*, og det blev vedtaget at gennemføre to workshops svarende til indholdet af et modul på *Lær at tackle*-kurserne. Den ene workshop lå i Dansk Folkeoplysnings Samråds telt, mens den anden workshop blev afholdt i Lighedsdøgnets lokaler. Særligt eventen under *Lighedsdøgnet* var en stor succes.

Jubilæum og øget kendskab til Komiteen

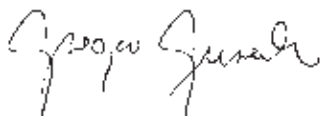
I året 2013 fik Komiteen sat mange nye frø og forankret eksisterende. Det var et travlt år. Den 1. marts 2013 blev Komiteens direktørs 10-års jubilæum markeret med afholdelse af en reception i Komiteens lokaler. Der var stor deltagelse ved receptionen, og det blev en dejlig dag for såvel direktøren som for Komiteen.

For at understøtte offentlighedens kendskab til Komiteens forskellige sundhedstilbud ansatte Komiteen i 2013 en kommunikationskonsulent med ansvar for den eksterne kommunikation i bred forstand, herunder også PR, presse og marketing. Desuden bidrager medarbejderen kommunikationsfagligt i en lang række andre opgaver, som skal styrke Komiteens øvrige kommunikation.

I året 2014 ser vi frem til mange nye og spændende projekter. Et af de store projekter vil være markering af Komiteens 50-års jubilæum.

København, maj 2014

Gregor Gurevitsch
Formand for styrelsen



Charan Nelander
Direktør



Komiteens kerneområder

Komiteens primære aktiviteter samles under følgende områder:

- Patientuddannelse – i daglig tale kaldet *Lær at tackle ...*
- Kompetencecenter for Amning og Human Laktation
- Sundhedsfaglig forlagsvirksomhed
- Udvikling af apps
- EN AF OS

Patientuddannelse

Siden 2006 har Komiteen udbudt Lær at tackle-kurserne, som bygger på kognitiv indlæringspsykologi. Kurserne er bl.a. unikke ved, at det er borgere, som selv har erfaring med langvarig sygdom, der underviser på frivillig basis. Kurserne er udviklet af Stanford Universitet på baggrund af erfaringer med sygdomsspecifikke kurser for patienter med kronisk sygdom. Det er den amerikanske filosof og psykolog Albert Bandura, som er teoretisk ophavsmand til Patientuddannelsen.



I 2004 startede Komiteen på udvikling af de første kurser under Patientuddannelse. Her deltog Ribe og Københavns Amter i Sundhedsstyrelsens afprøvning af kurserne. Kurserne hed dengang Lær at leve med kronisk sygdom. For at ensrette Patientuddannelsesprogrammernes kursustitler skiftede *Lær at leve med kronisk sygdom* i 2013 titel til *Lær at tackle kronisk sygdom*. Siden 2013 har vi markedsført Patientuddannelse som *Lær at tackle ...* – et paraplynavn, som samler samtlige kursustitler – men endnu vigtigere refererer specifikt til kursernes indhold.

Siden det første kursus gik i drift i 2006, har Patientuddannelse løbende været i vækst. Siden da har Komiteen uddannet mere end 800 instruktører i Danmark, og mere end 15.000 danskere har deltaget i et 6-7 ugers kursusforløb i deres egen kommune.

Lær at tackle ... består af de fire kursusprogrammer:

- *Lær at tackle kronisk sygdom*
- *Lær at tackle kroniske smerter*
- *Lær at tackle angst og depression*
- *Lær at tackle job og sygdom*

Læs mere på www.patientuddannelse.info

Lær at tackle angst og depression

I 2012 udviklede vi *Lær at tackle angst og depression*, som er et kursus til mennesker med symptomer på angst og/eller depression. Kurset blev i 2012-2013 pilotafprøvet i 4 kommuner. Pilotafprøvningens hovedkonklusion var, at kurset kan implementeres i sin nuværende form.

I 2013 begyndte vi at tilbyde programmet til kommunerne.

Målet med det nye projekt var at uddanne 40 kommuner inden udgangen af 2014, men allerede i løbet af 2013 blev de 44 kommuners koordinatører og instruktører uddannet til kurset, og samtlige 44 kommuner påbegyndte at udbyde kurset.

Kurset evalueres ved Aarhus Universitetshospital i perioden 2013-2015.

Det nye projekt

Lær at tackle job og sygdom

På baggrund af *Lær at tackle ...* har Komiteen i 2013 i samarbejde med Styrelsen for Arbejdsmarked og Rekruttering, Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse samt Stanford Universitet udviklet *Lær at tackle job og sygdom*. Kurset er målrettet mennesker, som grundet langvarig sygdom er udfordret omkring deres tilknytning til arbejdsmarkedet. Kursisterne rekrutteres primært fra kommunernes jobcentre.

I projektfasen er målgruppen sygedagpengemodtagere. Når projektfasen er gennemført, forventes det, at kurset kan tilbydes alle, der ønsker ny inspiration og redskaber til at være på arbejdsmarkedet på trods af langvarig eller alvorlig sygdom.

Projektets fire faser i perioden 2013-16

- Fase 1. Udvikling af kursusmateriale
- Fase 2. Udbredelse til >30 kommuner
- Fase 3. Ekstern effektevaluering
- Fase 4. Kurset sættes i drift

Nyt kursusmateriale

Hvert 5. år reviderer Stanford Universitet kursusmaterialerne til *Lær at tackle ...* I 2013 blev kurserne udvidet med nye aktiviteter, mens flere af de velkendte aktiviteter har undergået mindre ændringer.

Nye tiltag til kvalitetssikring

- Instruktørens Logbog, som dokumenterer feedback
- Vejledningsshotline
- Revurdering og ny godkendelse

Dels er den metode, som vi underviser efter på instruktøruddannelsen, blevet modificeret, så instruktøraspiranterne fremover modtager mere undervisningstræning end hidtil. Dels sikrer en vejledningsshotline fremover, at instruktørerne kan få sparring på mindre problemstillinger, mens de har høj aktualitet. Endvidere har man indført en *Instruktørens Logbog*, som gør kravene til instruktørerne mere tydelige.

Kvalitetssikring af *Lær at tackle ...*

I Danmark har vi fra start ønsket en mere struktureret kvalitetssikring af kurserne end den, som Stanford Universitet lægger op til. Derfor har alle instruktører som et fast led modtaget supervision tre gange i deres uddannelse.

I 2013 blev vejledningssystemet udvidet, så godkendte instruktører fremover bliver revurderet hvert andet år. Den supervision, som instruktørerne modtager, bliver løbende skrevet i Instruktørens Logbog, så instruktøren ved revurderingen kan vurderes på tre forhold. Hvis instruktøren har bevaret et godt niveau i sin undervisning og er i stand til at arbejde konstruktivt med feedback fra kursister og vejledere, godkendes instruktøren som underviser af *Lær at tackle ...* i de følgende to år.

Fokus ved 2-årig revurdering af frivillige instruktører

- Historik omkring den supervision, der er dokumenteret i logbogen
- Præstation i forbindelse med undervisningen på det modul, vejlederen observerer
- Motivation til at arbejde med den feedback, man modtager

Øget viden om kommunale interventioner

I 2012 bevilgede TrygFonden midler til at styrke viden om og kvaliteten af kommunale interventioner inden for Patientuddannelse. Dette arbejde har i 2013 været videreført gennem fire projekter, der tager udgangspunkt i *Lær at tackle*-programmerne. Formålet er at styrke den kommunale indsats inden for Patientuddannelse. De fire projekter er udformet således:

- **Langtidseffekten af kurset *Lær at tackle kroniske smerter***
Der foreligger allerede en del studier af *Lær at tackle*-kurserne omkring effekt ca. 6 mdr. efter endt kursus. Men viden om kursernes effekt ud over denne periode er begrænset. Dette projekt har til formål at undersøge effekten af *Lær at tackle kroniske smerter* ca. 18 mdr. efter kursusafslutning. Desuden undersøges årsager til effekt eller mangel på effekt. Projektet gennemføres af Aarhus Universitetshospital.
- **Samarbejde mellem kommuner og almen praksis**
Meget få kursister anvises til *Lær at tackle*-kurserne via almen praksis. I dette forskningsprojekt undersøges samarbejdet mellem kommuner

og almen praksis i forhold til nuværende praksis omkring anvisninger til Patientuddannelse. Projektets formål er at fokusere på, hvordan man styrker samarbejdet og øger antallet af borgere, der finder vej til Patientuddannelse via almen praksis. Projektet gennemføres af Forskningsenheden for Almen Praksis, København.

- **Model for netværk og opfølgning**

Undersøgelser peger på, at næsten alle *Lær at tackle*-kursister ønsker at fastholde kontakt til andre tidligere kursister, efter at deres *Lær at tackle*-kursus er afsluttet. Desuden er tesen, at netværket kan styrke den enkelte kursist i at fortsætte med at bruge de redskaber, kursisten har lært på kurset – og dermed styrke kursets effekt. Dette projekt har til formål at udvikle og afprøve en model for netværk og opfølgning blandt tidligere kursister på et *Lær at tackle*-kursus. Projektet gennemføres i samarbejde med en række kommuner.

- **App til smartphones**

Kursernes centrale redskaber Handleplaner og Problemløsning styrker den enkeltes arbejde med at sætte sig mål og nå dem. I dette projekt blev der udviklet en app med de to redskaber beregnet til smartphones. Med appen har man altid redskaberne til handleplaner og problemløsning med sig, så man kan anvende dem når som helst.

*App'en Min Handleplan
og er gratis og kan
downloades af alle.*



Den 7. nationale instruktørsamling

Den 29.-30. oktober 2013 afholdt Komiteen sin 7. nationale instruktørsamling under Patientuddannelse. De frivillige instruktørers indsatser omkring *Lær at tackle ...* er uundværlige brikker i dette projekt. For kun mennesker, som selv har haft langvarig sygdom inde på livet, kan udfylde ligemandsprincippet i undervisningen af medborgere. Den årligt tilbagevendende begivenhed er Komiteens måde at takke landets mange frivillige *Lær at tackle*-instruktører for deres indsats og engagement.

Det voksende deltagerantal på instruktørsamlingen afspejler den vækst, som *Lær at tackle ...* oplever på landsplan. I 2013 lykkedes det at samle hele 183 koordinatore og instruktører på Comwell i Middelfart.

Årets instruktørsamling havde to hovedemner, dels nyt kursusmateriale og dels *Instruktørens logbog*, som blev præsenteret og debatteret. Men det allervigtigste var den fællesskabsfølelse og det ligeværd, som næsten altid springer en i øjnene, når man møder mennesker, der er engageret i *Lær at tackle ...*

Komiteen på Folkemødet med Patientuddannelse

I 2013 deltog Komiteen for første gang på Folkemødet på Bornholm. Det foregik den 13.-16. juni i Allinge, hvor over 500 organisationer og ca. 60.000 mennesker deltog i et program med over 1300 events. Komiteen bidrog med to udstillinger samt to workshops om Patientuddannelserne – dels i *Ministeriet for Sundhed og Forebyggelses Lighedssalon*, dels i *Folkeoplysningens Telt*.

Kirsten Madsen fra Esbjerg, som er vores erfarne masterinstruktør fra *Lær at tackle ...*, deltog i hele Folkemødet. Under begge workshops bidrog Kirsten med sin personlige historie og store erfaring med Patientuddannelse.

Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse havde lejet en frisørsalon og indrettet *Lighedssalonen*, hvor alle arrangementer fokuserede på ulighed i sundhed, og torsdag aften hed programpunktet *Lighedslounge*. En af værterne i *Lighedsloungen* var sundhedsminister Astrid Kragh, som i





Lighedsloungen inviterede også til bordfodbold, og efter en frisk dyst kunne vi kåre Kirsten Madsen som matchvinder over sundhedsminister Astrid Krag og direktøren for Komiteen for Sundhedsoplysning Charan Nelander.

høj grad bakker op om patientuddannelseskurserne. Komiteens besøg i loungen gav anledning til en god snak mellem Astrid og Kirsten. Kirsten fortalte om sine erfaringer som kursist og instruktør på kurserne.

Kompetencecenter for Amning og Human Laktation

For at imødekomme en øget efterspørgsel på opkvalificering af sundhedspersonalet indenfor amning etablerede Komiteen i 2011 Kompetencecenter for Amning og Human Laktation. Formålet med centret er at indsamle og formidle forskningsbaseret viden om amning og medvirke til erfaringsudveksling og netværksdannelse. Målgruppen er sundhedspersonale i primær og sekundær sundhedstjeneste, som arbejder med ammevejledning i børnefamilier.

Kompetencecenteret samarbejder med Sundhedsstyrelsen, Statens Institut for Folkesundhed, regioner og kommuner i Danmark, Københavns og Aarhus Universiteter samt en række faglige organisationer og flere professionshøjskoler rundt om i Danmark.

Internationalt samarbejder kompetencecenteret med Nasjonal kompetansetjeneste for amming i Norge, Europäisches Institut für Stillen und Laktation og The European Lactation Consultants Alliance samt flere nationale foreninger af Ammekonsulenter i Europa.

Tværfagligt Ammekursus

Et af hovedområderne i kompetencecenteret er Tværfagligt Ammekursus. Kurset strækker sig over 90 timer fordelt på fire moduler. Deltagerne kvalificerer sig på kurset til at kunne gå til IBLCE-eksamen¹ og blive certificeret IBCLC², der er en internationalt anerkendt specialistuddannelse i ammevejledning.

I Danmark bliver IBCLC-uddannede sundhedsprofessionelle typisk brugt som nøglepersoner i ammevejledningen, både på sygehusene og i kommunernes sundhedsplejerskeordninger. I 2013 deltog 38 jordemødre, sygeplejersker og sundhedsplejersker fra hele landet på Tværfagligt Ammekursus.

Kursistevalueringerne har vist, at over 90 % af deltagerne efter kurset føler sig bedre rustet til at vejlede forældre i amning. Mange af deltagerne har undervist deres kolleger i emner fra ammekurset, og de fleste bliver nu spurgt til råds af deres kolleger om ammevejledning. I evalueringen udtrykker deltagerne desuden stor tilfredshed med, at kurset afholdes i WHO's lokaler, der siden 2013 har ligget i den nye UN City i Nordhavnen på Østerbro i København.

Kurset er et af 25 kurser på verdensplan, der er godkendt af Lactation Education Accreditation and Approval Committee (LEAARC³). Tværfagligt Ammekursus fik i 2013 forlænget sin godkendelse til 2018. At Tværfagligt Ammekursus er på LEAARC's liste over godkendte kurser har skabt international interesse for kurset.

Professionelle netværk

Siden 2012 har Kompetencecenter for Amning arbejdet med etablering af professionelle netværk for sundhedspersonale indenfor ammeområdet. Formålet med netværkene er at øge sundhedspersonalets viden og kompetencer indenfor ammevejledning. Netværkene er målrettet jorde-

1 IBLCE=International Board of Lactation Consultant Examiners, www.iblce.org

2 IBCLC=International Board of Certified Lactation Consultants, www.iblce.org

3 www.leaarc.org



mødre, sygeplejersker og sundhedsplejersker fra fødeafdelinger, barsels-tilbud og kommuner.

Landets sundhedsprofessionelle har generelt udvist stor interesse for at deltage i netværkene, og i 2012 blev der skabt to netværk; et i Jylland og et på Sjælland. For at dække efterspørgsel og behov oprettede vi i 2013 fire netværk, som samlede mere end 100 deltagere. Der blev dermed skabt netværk i Region Midt- og Nordjylland, Region Syddanmark, Region Sjælland og Region Hovedstaden.

Da sundhedssystemets rammer i disse år ydermere sigter mod at udskrive de nybagte familier tidligt fra fødestedet, får tværfaglige og tværsektorielle samarbejder i de kommende år en meget stor betydning for familiernes oplevelse af sammenhæng i ammevejledningen. I netværks-evalueringen udtrykker deltagerne stor tilfredshed med denne mulighed for at styrke samarbejdet omkring ammevejledning på tværs af fag og sektor. Det er Kompetencecenterets medarbejdere, som organiserer og faciliterer netværkene.

Nyhedsbrev

I august 2013 udsendte Kompetencecenter for Amning og Human Laktation sit første nyhedsbrev, som indeholdt aktuelt om kompetencecen-

terets aktiviteter, nyt om amning i ind- og udland samt en dybtgående beskrivelse af ny forskning vedrørende amning.

Nyhedsbrevet er planlagt til at udkomme 4 gange årligt. Med udgangen af 2013 havde 145 personer meldt sig til modtagelse af nyhedsbrevet.

GROWING TOGETHER – 8. europæiske ammekonference i København 2014

København vandt i 2011 udbuddet om afholdelse af den næste europæiske ammekonference, som finder sted i 2014. Konferencen afholdes af den europæiske paraplyorganisation af ammekonsulenter, ELACTA⁴. Komiteen havde udarbejdet udbudsmaterialet i samarbejde med Wonderful Copenhagen.

Konferencen, som afholdes hvert andet år, samler typisk deltagere fra samtlige europæiske lande samt enkelte lande udenfor Europa. Konferencen afholdes i Bella Center, og ELACTA forventer cirka 600 deltagere.

Kompetencecenter for Amning har i løbet af 2013 – i tæt samarbejde med ELACTA – bidraget til planlægning og forberedelse af konferencen. Forud for konferencen afholdes desuden en interaktiv prækonference med udbydelse af 12 workshops. Kompetencecenter for Amning og Laktation er i den forbindelse ansvarlig for workshoppen med titlen: *Practical guidance in breastfeeding – how to influence Breastfeeding Self-efficacy*. Prækonferencen afholdes i WHO's nye domicil i Nordhavnen, København.

Forskningsprojektet "Amning – en tryk start"

Gennem de senere år er indlæggelsestiden for mor og barn efter fødsel på hospital blevet afkortet. Det har medført flere genindlæggelser af nyfødte pga. dehydrering, gulsot og ernæringsrelaterede problemer. Denne udvikling afstedkom, at Komiteen i 2011 besluttede at søge midler til gennemførelse af et projekt, som har til formål at optimere indsatsen for nyblevne familier under korttidsindlæggelse, så indlæggelsen matcher familiernes behov og rammerne for barselomsorg i Danmark.

I 2012 bevilgede TrykFonden midler til igangsætning af et projekt, der skal udvikle, implementere og evaluere et teori- og evidensbaseret program, som skal øge forældrenes viden og handlekompetence i forbindelse med

4 ELACTA er et ukommercielt internationalt netværk af ammespecialister.
Se www.elacta.eu

etablering af amning. Målet er at sikre, at barnet ernæres tilstrækkeligt allerede fra fødslen.

Projektet blev igangsat 1. august 2012 som et ph.d.-studie, der udgår fra Institut for Folkesundhed, Sektion for Sygepleje ved Aarhus Universitet. Ph.d. projektet forventes afsluttet i 2016. 9 sygehusenheder⁵ i Danmark deltager i projektet. Det teori- og evidensbaserede program implementeres på 5 interventionssygehuse, og indsamlede data sammenlignes med data fra 4 kontrolsygehuse i en clusterrandomiseret undersøgelse.

I efteråret 2012 blev den programdel, der er målrettet forældrene, udviklet i tæt samarbejde med de 5 interventionssygehuse. Programmet har en bio-psykosocial tilgang til amning, hvilket betyder, at det dels hviler på Banduras teori om self-efficacy, dels på evidensbaseret litteratur om barnets omstilling efter fødslen samt, hvordan amningen støtter denne omstilling bedst muligt.

For at kvalificere sygehuspersonalet til at varetage vejledningen i henhold til programmet blev der i starten af 2013 udviklet et kompetenceudviklingsprogram. Programmet omfatter 2 dages undervisning, som alle jordemødre, sygeplejersker og social- og sundhedsassistenter på interventionssygehuse deltog i. Cirka 350 sundhedsprofessionelle blev uddannet i perioden februar til april 2013. Efter uddannelsen påbegyndtes vejledningen af kommende og nye forældre på de enkelte sygehuse i overensstemmelse med programmet. Samtidig blev inklusionen af gravide iværksat på såvel interventions- som kontrolsygehuse.

Der har været stor interesse for at deltage i projektet, og ved udgangen af 2013 var knap 3500 gravide inkluderet i projektet. Deltagerne indvilger i at besvare spørgeskemaer dels sidst i graviditeten, dels en uge efter fødslen samt 1 og 6 måneder efter fødslen.

Inklusionen blev i 2013 afsluttet på 6 af de 9 sygehuse. De mindste sygehuse fortsætter inklusionen ind i 2014.

I 2013 fik Kompetencecenter for Amning bevilliget supplerende midler til projektet fra Dansk Sygeplejeråd og TrygFonden.

5 Deltagende sygehuse: Nykøbing Falster Sygehus, Sygehus Sønderjylland, Sygehus Lillebælt, Hospitalsenheden Horsens, Regionshospitalet Viborg, Regionshospitalet Randers, Ålborg Universitetssygehus, Sygehus Vendsyssel og Sygehus Thy-Mors

Ung Dialog

På trods af fremgang på nogle områder er der stadig et stort behov for en skærpet indsats i forebyggelsen af danske unges brug af alkohol, 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 var i 2011 over 26.000, og selv helt unge bliver smittet. Blandt de 15-19-årige var der således over 2000 mænd og næsten 6000 kvinder, der fik konstateret sygdommen
- antallet af provokerede aborter blandt 15-19-årige var i 2010 over 2500.

Ung Dialog er en indsats, der har til formål at forebygge unges brug af rusmidler og tobak samt udbredelsen af seksy sygdomme og uønskede graviditeter blandt unge. Dette søges gennem dialog med unge, der fungerer som positive rollemodeller, bl.a. med fokus på social pejling.

Indsatsen søger ikke alene at give de unge ny viden om prævention, seksy sygdomme, uønsket graviditet, tobak, alkohol og andre rusmidler, men også at sætte de unges holdninger til refleksion og at skabe sundhedsfremmende handlekompentence i konkrete situationer.

Organisation og opgaver

Ung Dialog er Danmarks største og ældste ung-til-yngre organisation inden for seksuel sundhed og rusmidler. 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.

I 2013 havde Ung Dialog tilknyttet godt 150 frivillige gymnasieelever fra 8 gymnasier i Region Hovedstaden, der gennemfører dialoger med elever i grundskolernes 7.-10. klasser om: Sex, kærester og følelser samt ca. 15 'Ung-guider' – studerende uddannet til at afholde dialogmøder for grundskolens 7.-10. klasser om: Fest, alkohol og stoffer. Og for grundskolens 6. og 7. klasser om rygning. Gruppen af Ung-guider varetager yderligere dialogmøder for særlige målgrupper, bl.a. udviklingshæmmede og andre specialklasser.

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.

Ung Dialog finansieres gennem en abonnementsordning, der kan tegnes af enkelte skoler eller af en kommune, som dermed giver alle kommunens skoler ret til brug af tilbuddet. Det er yderligere muligt for fx ungdomsskoler, efterskoler eller lignende institutioner at booke et enkelt besøg ved behov.

Aktiviteter i 2013

I 2013 blev der afholdt i alt 129 dialogmøder. De fleste dialogmøder omhandlede temaet 'Sex, kærester & følelser', og netop dette tilbud er flittigt benyttet af skolerne i forbindelse med kampagnen 'Ung sex'.

I 2012 indgik Ung Dialog et samarbejde med Københavns Kommune vedrørende udviklingen af et pilotprojekt omkring dels at udskyde alkoholdebuten blandt de unge, dels at tydeliggøre forældrenes ansvar og muligheder for at begrænse elevernes fremtidige alkoholbrug samt for elevernes vedkommende at give dem en forståelse for de overdrivelser, der ofte flourer.

Pilotprojektet blev afsluttet i 2013, men på trods af stor brugertilfredshed har det ikke været muligt at sætte projektet i drift.

EN AF OS – Landskampagnen for afstigmatisering

Landskampagnen EN AF OS blev lanceret i efteråret 2011 og fortsætter indtil videre til udgangen af 2015. Kampagnen ledes nationalt i hverdagen af EN AF OS-sekretariatet, der har til huse i Komiteen for Sundhedsoplysning. Formålet med kampagnen er at afstigmatisere psykisk sygdom i Danmark. I kampagnens logo udtrykkes det således: *Væk med tavshed, tvivl og tabu om psykisk sygdom.*

Overordnet arbejder kampagnen for at:

- øge danskernes viden om psykisk sygdom
- mindske den afstand, der fører til stigmatisering, fordomme og social udelukkelse
- skabe større forståelse for psykisk sygdom i skoler, på arbejdspladser og alle andre steder, hvor hverdagslivet udfolder sig



Væk med tavshed, tvivl og tabu om psykisk sygdom!

Den overordnede vision er:

'At skabe et bedre liv for alle ved at fremme inklusion og bekæmpe diskrimination forbundet med psykiske lidelser.'

Formålet med en fælles indsats er at fremme en mere positiv indstilling til psykisk sygdom og mennesker med psykisk sygdom. Der skal gøres op med myter, tabuer, diskrimination og fordomme, som er væsentlige barrierer for, at mennesker, der berøres af psykisk sygdom, kan få et liv som andre borgere. Målene skal nås gennem en række nationale, regionale og lokale initiativer.

Der er fra start defineret 5 særskilte indsatsområder:

- Brugere og pårørende
- Personale i sundheds- og socialsektorerne
- Arbejdsmarkedet
- Unge
- Befolkningen og medierne

En overordnet handleplan for hvert indsatsområde definerer målsætninger og budskaber, som afgrænser kampagnens felt. Det fælles fokus er stigmatisering i hverdagslivet som følge af uvidenhed, fordomme og diskriminerende adfærd.

Bag kampagnen står Sundhedsstyrelsen, TrygFonden, Danske Regioner, regionerne, PsykiatriNetværket⁶, Psykiatrifonden, KL og Socialministeriet. Alle parter er repræsenterede i kampagnens styregruppe, som er kampagnens overordnede beslutningsorgan. Sekretariatet samarbejder med et professionelt PR-bureau, PrimeTime Kommunikation, og evalueringsinstituttet KORA. KORA har i efteråret 2013 gennemført og afleveret en evaluering af PR-indsatsen.

Hver region har en regional koordinator placeret i regionens PsykInfo (Psykiatrisk Informationscenter). Koordinatorens rolle er at føre kampagnen ud i livet på regionalt plan. Hver region har desuden etableret en koordinationsgruppe med repræsentanter for psykiatrien, kommuner og bruger- og pårørendeorganisationer som led i at sikre lokal forankring. Derudover er der under hvert af de fem indsatsområder nedsat en resourcegruppe, som består af repræsentanter for bruger- og pårørendeorganisationer, faglige selskaber, fagpersoner og de regionale koordinatore.

Ambassadører

Et meget væsentligt element i kampagnen er engagementet af mange frivillige, som aktivt ønsker at bidrage til udbredelsen af kampagnen og dens aktiviteter. Blandt disse gennemgår en særlig gruppe et træningskursus, hvor man lærer at formidle egne erfaringer med psykisk sygdom på en modtagerorienteret måde. I det følgende betegnes disse som *ambassadører*, der er fordelt på regionale 'ungekorps' og 'voksenkorps'. Frivillige og ambassadører bidrager til stort set alle kampagnens aktiviteter, såvel nationalt som regionalt.

Udvalgte centrale aktiviteter i 2013

Brugere og pårørende

I samarbejde med KORA har EN AF OS gennemført en landsdækkende diskriminationsundersøgelse blandt 1561 personer, der har/har haft en psykisk lidelse. Undersøgelsen dokumenterer, at stigmatisering og diskrimination er et udbredt fænomen, også i psykiatrien/socialpsykiatrien. Endvidere dokumenteres det i undersøgelsen, at selvstigmatisering er

6 Tidligere 'Det Sociale Netværk af 2009' der består af følgende frivillige foreninger på psykiatriområdet: ADHD-foreningen, Angstforeningen, Bedre Psykiatri – landsforening for pårørende, DepressionsForeningen, Fountain House, LAP – Landsforeningen af Psykiatribrugere, Linien, LMS – Landsforeningen mod Spiseforstyrrelser og Selvskaade, Livslinien, PS Landsforening – Pårørende til Spiseforstyrredes Landsforening og Landsforeningen SIND.

et problem, idet mange afholder sig fra at søge uddannelse, job, søge ydelser – og etablere nye sociale kontakter. Jo mere personen angiver, at sygdommen fylder i selvopfattelsen og i kontakten med andre, des større er den oplevede (selv)stigmatisering. Resultaterne er på linje med tilsvarende international forskning.

EN AF OS-panelet er et særligt tiltag, der blev etableret i foråret 2012 og som ved udgangen af 2013 bestod af 1.760 personer, der har/har haft en psykisk sygdom. Cirka hver anden måned får panelet et elektronisk spørgeskema, der hidtil har omhandlet betydningen af sociale medier, de 4 temaer i forårets ungeindsats, diskriminationsundersøgelsen, mediernes fremstilling af psykisk sygdom samt mænd og psykisk sygdom (i forbindelse med Men's Health Week). Undersøgelserne har resulteret i nye tal, der har dannet grundlag for pressehistorier, som medierne har vist stor interesse for. Dette har i høj grad bidraget til synliggørelse af kampagnen. Alle undersøgelser gennemført via panelet findes på www.en-af-os.dk.

Personale i sundheds- og socialektorerne

I samarbejde med Region Hovedstadens Psykiatri og Psykiatrifonden har EN AF OS udviklet et pædagogisk dialogværktøj til personale i psykiatrien. Materialet har fået navnet 'Dialogstarteren' og består bl.a. af to filmsæt. Det ene er en egenproduktion med 4 EN AF OS-ambassadører, der fortæller om hverdagsituationer i mødet med psykiatrien, hvor nogen har følt sig stigmatiserede, mens andre har oplevet, at de blev mødt med ligeværd og respekt. Det andet filmsæt er produceret af Region Sjælland i forbindelse med en indsats, der skal fremme god patientkommunikation.

Alle regioners psykiatrichefer har forpligtet sig til at sikre udarbejdelse af regionale handleplaner for implementering af materialet. Derudover afholder sekretariatet møder for de relevante faglige organisationer.

Arbejdsmarkedet

Beskæftigelsesprocenten for personer, som rammes af en psykisk lidelse, er således i dag kun godt 24 % mod fx knapt 43 % for personer med fysiske handicap. Området er udover tung lovgivning præget både af konjunkturforskel, skiftende ideologier og incitament, som påvirker dagsordenen hos de mange interessenter. Området i EN AF OS er præget af en række reformtiltag, som bl.a. har som sigte at fremme mere rummelighed og højere grad af beskæftigelse af målgrupper, der i dag ofte står udenfor arbejdsmarkedet. EN AF OS har valgt en 'ambushing-strategi', hvor man kobler sig på relevante aktiviteter, som interessenterne på arbejdsmarkedet selv gennemfører, for derigennem at påvirke afstigma-

tisering etc. Der fokuseres særligt på at nå grupper, som kan være svære at nå, eller som ikke af egen drift ville opsøge området, men hvor viden kan være meget væsentlig.

EN AF OS udgav i efteråret 2012 pjecen *Rimelige tilpasninger på arbejdspladsen for mennesker med psykiske problemer*, som indeholder enkle, men vigtige råd til ledere og medarbejdere, hvor særlige vilkår omkring psykiske lidelser er i fokus samt henvisninger til relevante hjemmesider og materialer. Pjecen er i efteråret 2013 opdateret med links mv. som følge af de forskellige reformer.

Ungeområdet

Primo 2013 udarbejdede PR-bureauet PrimeTime Kommunikation i samarbejde med sekretariatet en samlet strategiplan for lancering af en ungekampagne og diverse materialer, som ud over plakater og postkort omfatter foldere til unge, små situationsfilm, festivalarmbånd m.m., såvel som en klar strategi for lancering viralt. I forhold til synlighed i pressen blev der gennemført EN AF OS-panelundersøgelser for hvert af de 4 temaer, som de 4 unge modeller repræsenterede: Hjælp fra uddannelsessted, hjælp fra forældre/familie, hjælp fra venner og endelig hjælp fra behandler.

Kampagnen lanceredes i uge 10, og sideløbende hermed udsendte det nationale sekretariat en elektronisk forsendelse til samtlige ungdomsudannelser og -institutioner med information om formålet med ungeindsatsen og EN AF OS samt oplysning om mulighed for kontakt til de regionale koordinatore i forbindelse med ønsker om formidling og oplæg fra ungeambassadører. Der har siden været dialog med flere steder, der har vist interesse for at gøre brug af kampagnens tilbud om at få besøg af en ambassadør. Derudover har EN AF OS været synlig regionalt på festivaler over hele landet.

Befolkningen og medierne

EN AF OS samarbejder med Infomedie om daglig medieovervågning på området – og får halvårslige analyser af mediedækning for omtale af EN AF OS. Analyserne viser et klart udslag i perioder med aktiviteter.

KORA har i efteråret 2013 analyseret på en udvalgt periode. Analysen dokumenterer, at historier om kriminelle handlinger begået af personer med en psykisk lidelse ofte bringes bredt og citeres i flere medier. Dermed dominerer de det samlede mediebillede i højere grad, end omfanget af de unikke historier i sig selv berettiger til. Omtalernes omfang antages

at vedligeholde manges antagelser om, at personer som har en psykisk lidelse – ikke mindst personer med diagnosen skizofreni – er potentielt farlige for deres omgivelser.

Ligesom i 2012 var EN AF OS i 2013 repræsenteret i Danske Regioners telt alle 4 dage på Folkemødet på Bornholm. I 2013 deltog, ud over sekretariatet, syv ambassadører fordelt over de 4 dage, og flere af dem deltog i debatter hos Region Hovedstaden og Sundhedsministeriet. Ambassadørerne er et fantastisk aktiv i en sådan sammenhæng. De er gode til at skabe kontakt – også til personer som ikke selv henvender sig. Særlig populære var vandflasker med EN AF OS-logo. Der blev udleveret over 1.000 flasker, som på denne måde synliggjorde kampagnen på hele Folkemødet.

I 2013 gik EN AF OS i samarbejde med DR om en strategi for en række TV-udsendelser, som er planlagt til lancering fra april 2014 på DR's forskellige programflader. Formålet er at medvirke til at bekæmpe fordomme og skabe større åbenhed om psykiske lidelser.

Sociale medier

Kampagnens hjemmeside og Facebookside spiller i høj grad sammen, da en stor del af hjemmesidens besøgende kommer fra Facebook, når der her linkes til nyt indhold på hjemmesiden.

Siden lanceringen af EN AF OS har kampagnens Facebookside desuden været et centralt omdrejningspunkt med stor aktivitet – både fra kampagnens og Facebook-brugernes side – i form af opslag, delinger, kommentarer og debatter. Der har været en støt stigning i antallet af 'synes godt om'-tilkendegivelser med et gennemsnit på knap 500 per måned. Dette tal har dog været væsentligt højere i de perioder, hvor der har været særligt stort kampagnetryk med de to ovenfor beskrevne faser af ungeindsatsen.

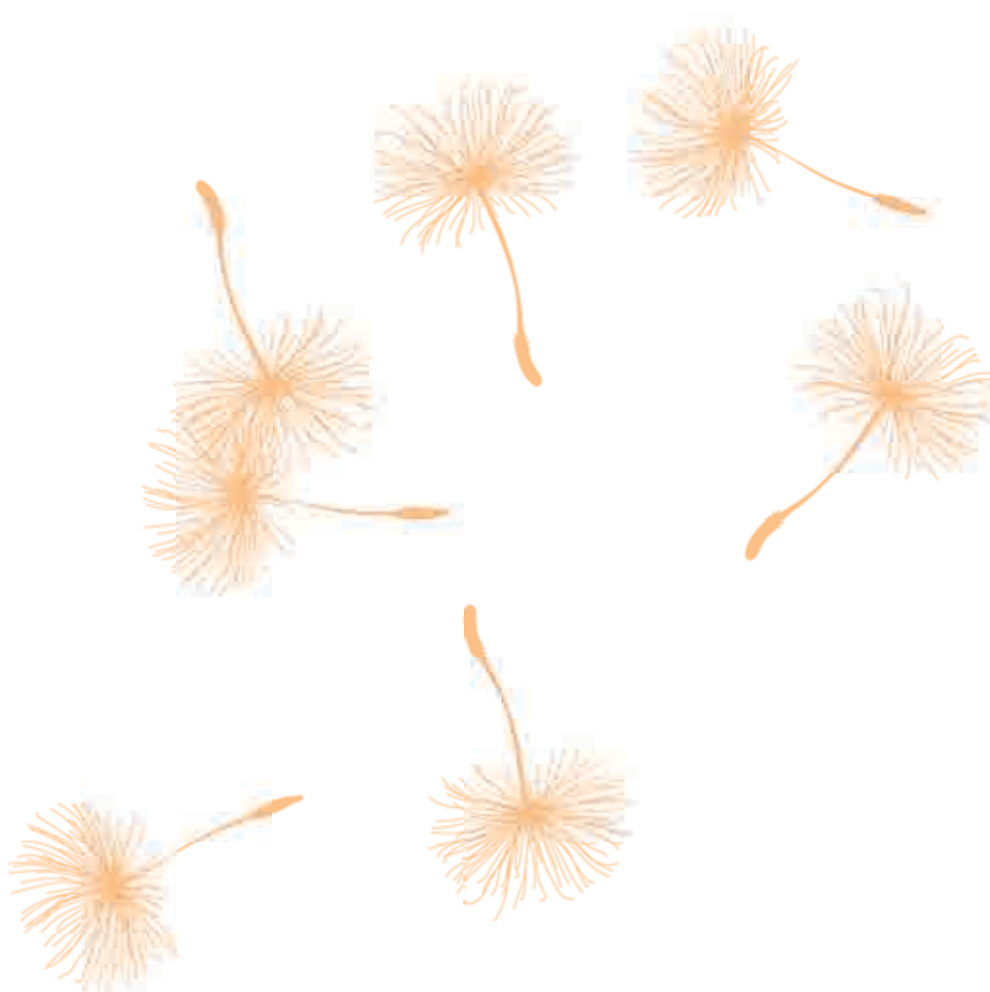
Ved udgangen af 2012 lå EN AF OS' Facebook-side med sine 16.000 'synes godt om'-tilkendegivelser som nummer to i feltet af sammenlignelige sider på Facebook – kun overgået af partnerorganisationen Bedre Psykiatri.

Internationalt samarbejde

Sekretariatet er medlem af det internationale stigma-netværk 'Global Alliance against Stigma' og et tilsvarende nordisk netværk. Begge netværk repræsenterer andre landes nationale afstigmatiseringskampagner

samt forskere og andre relevante interessenter. Ånden i dette samarbejde er præget af stor åbenhed og gensidig erfaringsudveksling omkring kampagneelementer og materialer.

EN AF OS har udarbejdet en detaljeret statusrapport for 2013. Rapporten kan rekvireres ved henvendelse til EN AF OS på ht@sundkom.dk.



Publikationer

En af Komiteens kernekompetencer er sundhedsfaglig forlagsvirksomhed. Vores udgivelser udfolder sig dels gennem samarbejder med en lang række styrelser og organisationer, dels via egne udgivelser.

Vores største faste samarbejdspartnere er:

- Sundhedsstyrelsen
- Fødevarestyrelsen
- Dansk Selskab for Almen Medicin

I 2013 har vi desuden udviklet publikationer i samarbejde med Børnerådet, Undervisningsministeriet, Skole og Samfund, Dansk Kiropraktor Forening, Danske Regioner samt Dansk Radiologisk Selskab.

Nyudgivelser i 2013

Med Fødevarestyrelsen

- Kostråd, de officielle
- Spis mad med mindre salt
- Kostrådsplakat

Med DSAM Dansk Selskab for Almen Medicin

- Funktionelle lidelser – klinisk vejledning til privatpraktiserende læger
- Kronisk systolisk hjertesufficiens – klinisk vejledning til privatpraktiserende læger

Med Dansk Kiropraktor Forening, Danske Regioner og Dansk Radiologisk Selskab

- Billeddiagnostiske undersøgelser af bevægeapparatet

Egne udgivelser

- Kolik

Desuden har Komiteen opdateret og genoptrykt en række eksisterende publikationer. Beskrivelse af såvel nye som opdaterede publikationer kan ses på de følgende sider.

For Sundhedsstyrelsen



Sunde vaner før, under og efter graviditet

Folderen *Sunde vaner* giver information om forberedelse til en sund graviditet, forslag til mad og motion under graviditeten, samt hvad man bør være opmærksom på efter fødslen. Folderen fås på dansk, arabisk, fransk, pashto, polsk, somali, tyrkisk og urdu.

► VARENR. 1313



Anbefalinger for svangreomsorgen

Bogen henvender sig til sundhedspersonale relateret til graviditet, fødsel og barsel og omhandler tilrettelæggelse af omsorg for svangre kvinder, konsultationer under graviditet, levevis og særlige behov i graviditeten, fosterovervågning, kliniske problemstillinger, fødsel, observation, forebyggelse og behandling samt barsel.

► VARENR. 1129



Amning – en håndbog for sundhedspersonale 2013

Bogen samler den nyeste viden omkring amning og er opdateret i 2013 jf. Sundhedsstyrelsens seneste anbefalinger. Bogen samler vigtig information, som er en forudsætning for, at sundhedspersonale i spædbarnsområdet kan give en ensartet og kvalificeret vejledning omkring amning.

► VARENR. 1110

Sunde børn

Bogen indeholder centrale emner om barnets sundhed og udvikling – herunder naturligvis de seneste anbefalinger fra Sundhedsstyrelsen. De nye afsnit omhandler bl.a. nye amместillinger og barnets søvn samt en omfattende opslagsdel om barnets sygdomme, helbredsundersøgelser og det danske vaccinationsprogram. Bogen er målrettet forældre med børn i alderen 0-3 år.

► VARENR. 1107

En børnehavefe, en skolealf- og anden støtte til børn fra familier med alkoholproblemer

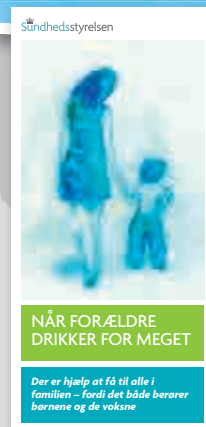
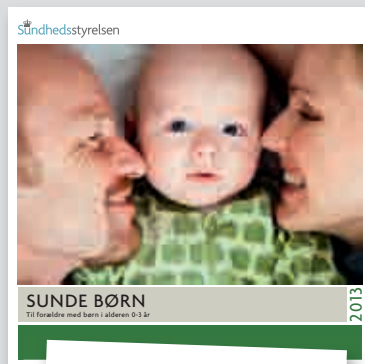
Børn i familier med alkoholproblemer er i særlig risiko for omsorgssvigt. Dette hæfte beskriver, hvordan dagligdagens professionelle voksne udenfor hjemmet kan give barnet omsorg og nærhed, og hvordan professionelle omkring barnet kan sørge for tilbud og iværksætte konkrete indsatser.

► VARENR. 1231BØRN

Når forældre drikker for meget

Forældre, som drikker for meget, har ofte svært ved at give børnene det, de har brug for. Bogen fortæller – uden løftede pegefingre – hvordan et for stort alkoholforbrug hos forældre kan påvirke børnene. Samtidig gives der oplysning om, hvor forældre og børn kan hente hjælp.

► VARENR. 1231FOR





Hygiejne i daginstitutioner

Hygiejne i daginstitutioner, som redegør for Sundhedsstyrelsens anbefalinger og gældende lovgivning omkring renhold i daginstitutioner, er et vigtigt arbejdsredskab for alle ansatte på daginstitutionsoområdet. Bogen sætter fokus på rengøring og hygiejniske rutiner, kvalitetsstyret rengøring, sikkerhed, miljø, fysiske rammer, indretning, dimensionering, udstyr, naturbørnehaver, udeophold, forholdsregler ved ophobning af smitsomme sygdomme samt desinfektion.

► VARENR. 1620



Smitsomme sygdomme hos børn og unge

Bogen vejleder i sygdomsforebyggelse i daginstitutioner og beskriver bl.a. tegn på smitsom sygdom, definition af begrebet *smitsom sygdom* og forebyggelse af smittespredning. Hver enkelt sygdom beskrives omkring smitteforhold, forebyggelse, symptomer, behandling, forholdsregler ved sygdomstilfælde samt info om, hvornår barnet igen må komme i institution.

► VARENR. 1645

I samarbejde med Sundhedsstyrelsen

Tjek bleen

Et spædbarns bleindhold afspejler ofte, hvordan barnet har det. Den lille pjeces *Tjek bleen* oplyser om, hvad man kan forvente at se i barnets ble de første 30 dage efter fødslen.

► VARENR. 1115

Små børns sikkerhed

Hæftet beskriver, hvilke sikkerhedskrav man kan stille til børneudstyr og giver råd og vejledning til, hvordan man undgår, at ens lille barn kommer til skade. Desuden får man tips om førstehjælp, hvis ulykken alligevel indtræffer.

► VARENR. 1116

Din præventionsguide

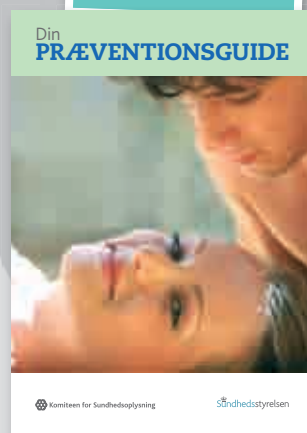
Denne lille bog gennemgår de forskellige præventionsformer, som findes, og oplyser om deres fordele og ulemper. Der oplyses om nødprævention, sexsygdomme, graviditet og abort. Desuden indeholder bogen et kortfattet kropleksikon, hvor man kan finde svar på alt fra brysters udseende, bumser, homoseksualitet og sexlyst til, hvornår man holder op med at vokse.

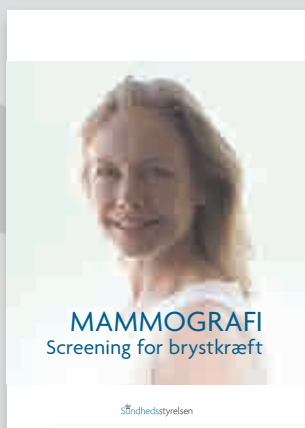
► VARENR. 1312

Vægtstop – erfaringer fra 18 vægtstoppere, der kom i mål

Bogen beretter om 18 vægtstoppers erfaringer med at tabe sig med *Små skridt-metoden*, der går ud på at lave små ændringer i aktuelle spise-, drikke- og aktivitetsvaner. Ændringerne bør være så små og realistiske, at man formår at gøre dem til nye, sunde vaner i sit liv.

► VARENR. 1653





MAMMOGRAFI Screening for brystkræft

Sundhedsstyrelsen



UNDERSØGELSE for celleforandringer i LIVMODERHALSEN

Sundhedsstyrelsen

Mammografi – screening for brystkræft

Alle kvinder i alderen 50-69 år får tilbudt mammografi hvert andet år. Denne folder er en invitation til undersøgelsen, som har til formål at redde liv ved identificering af brystkræft og celleforandringer. Folderen udgives med landets respektive regioner, som tilbydes lokal tilpasning af omslaget med regionale praktiske informationer samt regionens logo.

► KAN KUN BESTILLES AF REGIONERNE

Undersøgelse for celleforandringer i livmoderhalsen

Kvinder opfordres efter det fyldte 23. år til jævnligt at lade sig undersøge for celleforandringer i livmoderhalsen. Folderen er en invitation til denne kontrol og beskriver fordele og ulemper ved undersøgelsen, hvordan undersøgelsen foregår, vaccinationer mod HPV-virus, årsager til livmoderhalskræft samt behandlingsmetoder. Folderen udgives med regionerne, som tilbydes lokal tilpasning af omslaget med regionale praktiske informationer samt regionens logo.

► KAN KUN BESTILLES AF REGIONERNE

For Fødearestyrelsen

Kostråd, de officielle

Fødearestyrelsens officielle kostråd giver retningslinjer for et passende aktivitetsniveau og en sund ernæringsmæssig balance i dagligdagen, mens madglæden bevares. Hovedparten af den danske befolkning kan med fordel følge kostrådene, som giver plads til lidt af hvert.

► VARENR. 1601

Kostrådsplakat

De officielle kostråd er en rettesnor til at få en sund balance i det, man spiser og drikker i en hverdag med madglæde og passende aktivitetsniveau. Hovedparten af den danske befolkning kan med fordel leve efter kostrådene. Dog kan børn under 3 år, ældre med sparsom appetit og personer, der har en sygdom, som stiller krav til maden, have særlige behov, som der skal tages individuelle hensyn til.

► VARENR. 1601PLA

Spis mad med mindre salt

For meget salt i maden øger blodtrykket og påvirker andre faktorer, der øger risikoen for udvikling af hjertekarsygdomme. Pjecen vejleder om, hvordan man får begrænset sit saltforbrug gennem dagens måltider og giver gode råd til indkøbsvaner.

► VARENR. 1600





Gi' madpakken en hånd

Ca. $\frac{1}{3}$ af vores daglige kost indtages på arbejdet eller udenfor hjemmet. Derfor er det vigtigt med en god madpakke og lette mellemmåltider. Sund og varieret kost i løbet af dagen gavner helbred og velbefindende. Man får mere energi og bedre koncentrationsevne samt lettere ved at holde vægten. Folderen bygger på de officielle kostråd og giver gode råd til en lækker og varieret madpakke.

► VARENR. 1210208

Vælg økologi og Undgå madspild

To plakater og to hæfter sætter fokus på økologiske madvarer og unødvendig madspild. Hæfterne indeholder børnefortællinger om Ruth og Rasmus, som 'går økologisk' og som hader madspild, mens de to farverige plakater skal skabe opmærksomhed omkring de nævnte områder. Materialet er et nyt tillæg til bogen *Glad mad i børnemaver*.

► VARENR. 1135

Nøglehul, dansk

Nøglehullet gør det nemt at træffe sundere valg ved at bruge Fødevarestyrelsens 8 kostråd i hverdagen. Folderen er et led i at udbrede kendskabet til Nøglehulsmærket til personer med anden etnisk baggrund end dansk. Fødevarestyrelsens folder om Nøglehulsmærket udgives på dansk, engelsk, tyrkisk, arabisk, bosnisk, somalisk og urdu.

► VARENR. 1818DAN

I samarbejde med med Sundhedsstyrelsen og Fødevarestyrelsen

Mad til spædbørn & småbørn

Bogen og dvd'en henvender sig til nye forældre og kan bruges som bindeled mellem sundhedsplejersken og familier omkring spørgsmål vedrørende barnets mad. Dvd'en er særlig velegnet til forældre, der foretrækker visuel kommunikation. Den gennemgår på en enkel måde kernepunkterne i de officielle madanbefalinger til småbørn. Dvd'en er indtalt på dansk, engelsk, tyrkisk, arabisk, somali og urdu.

► VARENR. 1121



For Dansk Selskab for Almen Medicin



Funktionelle lidelser – klinisk vejledning til privatpraktiserende læger

Op mod 20-30 % af de voksne, som opsøger egen læge, har vedvarende symptomer. Heraf har en del funktionelle lidelser med væsentlig påvirkning af funktionsevnen. Dette har ikke været prioriteret i den præ- eller postgraduate uddannelse. Derfor er mange sundhedsprofessionelle autodidakte på området. Vejledningen opkvalificerer den fremtidige behandling på området med en opdatering af den foreliggende viden om funktionelle lidelser samt ved at formidle konkrete anbefalinger for udredning, diagnostik og behandling.

► BESTILLES HOS DSAM. TLF. 3532 6590.

Kronisk systolisk hjertesufficiens – klinisk vejledning til privatpraktiserende læger

Almen praksis spiller en vigtig rolle i opsporing af hjertepatienter, og antallet af patienter med kronisk systolisk hjerteinsufficiens gør det nødvendigt, at almen praksis engagerer sig i at sikre disse patienter den optimale forebyggende behandling. Mange patienter med hjertesvigt behandles på hjertesvigtklinikker efter principper beskrevet i dette hæfte. Denne vejledning er udarbejdet som inspiration til de privatpraktiserende læger, som med fordel kan behandle disse patienter i samarbejde med hjertesvigtklinikkerne.

► BESTILLES HOS DSAM. TLF. 3532 6590.



I samarbejde med Børnerådet

Opdragelse med hjertet – om udvikling og konflikter med små børn

Opdragelse er nødvendig, både for barnets, familiens og samfundets skyld. Men mange forældre er rådvilde med hensyn til, hvordan konflikter med børn kan tackles. Hæftet giver småbørnsforældre inspiration til, hvordan opdragelsen kan gribes an, så de lærer børnene nogle gode sociale omgangsformer og samtidig udvikler børnenes selvværd og selvstændighed.

► VARENR. 1217



Egne udgivelser

I form efter fødslen

Hæftet *I form efter fødslen* beskriver øvelser, der styrker bækkenbunden og sørger for, at man kniber korrekt, ligesom der instrueres i gode øvelser, som styrker mave- og baldemusklener. Desuden indeholder hæftet gode råd om motion, hensigtsmæssig højde på puslebordet og gode ammestillinger.

► VARENR. 1104

Amning – en tryk start

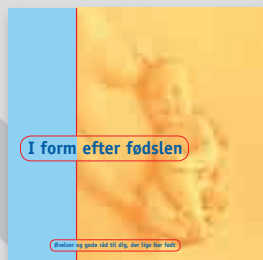
Denne pjece er en del af projektet *Amning – en tryk start*, der har til formål at give forældre, som udskrives mindre end to døgn efter fødslen, bedre muligheder for at etablere en effektiv amning.

► KAN FØRST BESTILLES I EFTERÅRET 2014.

Kort og godt om amning

Dette hæfte vejleder den nyblevne mor i at få amningen til at lykkes. Hæftet beskriver bl.a. barnets vej til brystet, ammestillinger, ammeproblemer, at "starte forfra" på amningen, kopmadning, amning og jobstart, afvænnning, udmalkning samt særlige situationer så som tvillinger, kejsersnit og for tidlig fødsel. Hæftet er baseret på Sundhedsstyrelsens officielle anbefalinger.

► VARENR. 1105



Amningens ABC (dvd)

Amningens ABC demonstrerer, hvad der skal til for, at amningen lykkes, samt hvordan almindelige ammeproblemer kan løses. Dvd'en er delt op i 33 afsnit, som man kan se uafhængigt af hinanden. *Amningens ABC* er en norsk produktion med danske undertekster. Indholdet er i overensstemmelse med den nyeste viden om modermælk og amning og følger Sundhedsstyrelsens anbefalinger.

► VARENR. 1717

Tvillinger – værd at vide om

Hæftet *Tvillinger* beskriver kort og godt en række centrale emner fra konstatering af tvillingegraviditet til fødsel og børnenes identitetsdannelse i opvæksten. Teksten beskriver de nyeste former for graviditetsundersøgelser, herunder fosterdiagnostiske check, og er ajourført med gældende regler for barselsorlov m.v.

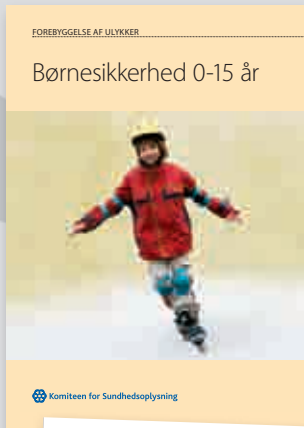
► VARENR. 1123

Kolik

Kolik kendetegnes ved langvarige grædeture hos utrøstelige, men ellers raske spædbørn under tre måneder. Folderen redegør kortfattet om, hvor man kan finde hjælp, vejledning og gode råd, hvis ens spæde barn er ramt af kolik.

► VARENR. 1139





Børnesikkerhed 0-15 år

Ulykker blandt børn er et af de alvorligste sundhedsproblemer og den hyppigste årsag til, at børn kommer på hospitalet. Opslagsbogen indeholder sikkerhedsregler for bl.a. børneudstyr, legepladsindretning og fritidsinteresser og hjælper med at afdække de ofte komplicerede mekanismer, der fører til ulykker. Desuden får man idéer til, hvordan skademønstre kan brydes samt tips til barnets egenomsorg og ansvarsbevidsthed i trafikken, under ridning og i risikosituationer.

► VARENR. 1221



Det man si'r – er man selv

De små ting har meget stor betydning i børnehaveklassen og 1. klasse. Men når "kæden hopper af", står skoledagen i et barns verden næsten ikke til at redde. *Det man si'r – er man selv* 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.

► VARENR. 1239



Prævention

Bogen oplyser om tilgængelige præventionsmetoder samt fordele, ulemper og sikkerhed ved hver metode. Desuden orienteres der om sexsygdomme og abort. Bogen henvender sig til alle, der leder efter den helt rigtige metode til at undgå uønsket graviditet og seksuelt overførte sygdomme. Bogen er et led i regeringens abortbehandlingsplan.

► VARENR. 1303

Sterilisation

Sterilisation er en af de sikreste kendte former for prævention. Sterilisation hindrer befrugtning – og dermed graviditet – uden at hormonbalance eller sexlyst forstyrres. Pjecen giver information om sterilisation, overvejelserne forud for beslutningen, selve indgrebet hos mænd og kvinder, samt hvilke fordele og ulemper sterilisation kan have på lang sigt.

► VARENR. 1301

Abort – Hvis du overvejer

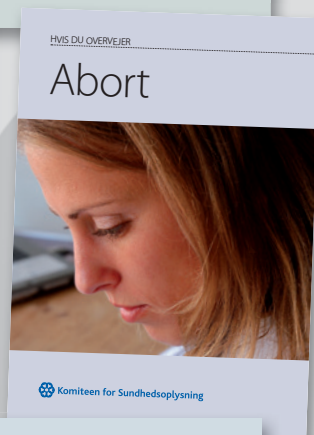
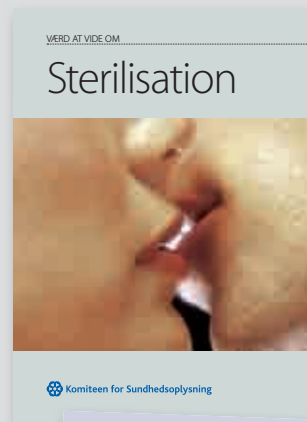
Hæftet henvender sig til kvinder, der overvejer abort, og indeholder oplysninger om rettigheder og valgmuligheder i forhold til at gennemføre eller afbryde graviditeten. Desuden gives der konkrete oplysninger om abortindgrebet og om nogle af de tanker og følelser, som ofte følger med beslutningen om abort eller barn.

► VARENR. 1305

Når kroppen siger fra – information til dig, der har en funktionel lidelse

Hæftet er målrettet mennesker med funktionelle lidelser. Det beskriver, hvordan funktionelle lidelser kan lindres eller helbredes. Desuden beskrives egenindsats omkring ideelle belastningsgrader, så man undgår stress og i stedet kan udvikle sig i en positiv retning.

► VARENR. 1652





Lær at tackle angst og depression

Bogen henvender sig til mennesker, som lever med angst eller depression, enten fordi de selv har symptomer, eller fordi de lever som pårørende. Bogen indeholder en række konkrete redskaber, der kan gøre det lettere for mennesker at håndtere de udfordringer, som den aktuelle situation medfører. Bogen er udarbejdet som undervisningsmateriale til Komiteens selvhjælpsprogram *Lær at tackle/ Patientuddannelse*.

► VARENR. 1617



Lær at tackle kroniske smerter

Bogen giver råd til, hvordan mennesker med kroniske smerter ved egen hjælp aktivt kan tage vare på eget liv og helbred. Bogen beskriver bl.a. handleplaner, problemløsning samt madvarer, der medvirker til at styrke helbredet. Bogen er udarbejdet som undervisningsmateriale til Komiteens selvhjælpsprogram *Lær at tackle/ Patientuddannelse*.

► VARENR. 1619



Lær at leve

Hæftet *Lær at leve* supplerer kursusbogen *Lær at leve med kronisk sygdom*, og indeholder bl.a. tillægsafsnit om at træffe beslutninger, indføre forandringer, stresshåndtering, tackling af smerter, aktiv selvhjælp, ressourcesøgning, symptomhåndtering, tankens kraft samt råd til sunde madvaner.

► VARENR. 1621CD

Apps

Min Handleplan

I 2013 udviklede Komiteen appen *Min Handleplan*. Dens funktioner er baseret på forskning, som konkluderer, at handleplaner er et væsentligt redskab i tiltag, der har til formål at ændre menneskers adfærd og tro på egne evner.

Appen knytter sig naturligt til selvhjælpskurserne *Lær at tackle ...*, hvor handleplaner er et vigtigt redskab til at forbedre psykisk helbred, reducere depressionssymptomer, træthed og funktionsbegrænsning samt opbygge tro på egne evner.

Min Handleplan virker:

- fordi handleplanerne er kortsigtede og har fokus på konkrete handlinger
- fordi det forpligter, når en handleplan er nedskrevet og delt med dit netværk
- fordi enkle og overskuelige planer øger sandsynligheden for succes

Min Handleplan har en enkel struktur og et letforståeligt indhold og kræver ikke kendskab til *Lær at tackle*-kurserne. Den er udviklet med økonomisk støtte fra TrygFonden og kan downloades gratis til iPhone, Android og tablets via App Store.





Gravid

I 2013 har Komiteen i samarbejde med Jordemoderforeningen endvidere udviklet graviditetsapp *Gravid*, som samler en bred vifte af væsentlige emner knyttet til graviditet samt rollen som kommende forælder. Bl.a. får man visuelle beskrivelser af det ufødte barns udvikling uge for uge, fødselsforberedende videoklip, en personlig dagbog, aftalestyring, slidegalleri med forslag til artikellæsning, indkøbslister til sikkert og praktisk børneudstyr samt et sted at notere oplysninger om fødested.

Det er primært forfatter af Politikens graviditetsbog jordemoder Lene Skou-Jensen, som har skrevet appens tekstindhold. *Gravid* følger anbefalinger fra Sundhedsstyrelsen og Jordemoderforeningen, og al tekst er gennemgået og fagligt godkendt af Jordemoderforeningen. Download af appen koster 19 kr. Alle indtægter går til opdateringer og forbedringer. Appen er udviklet med økonomisk støtte fra TrygFonden.

Opdateringer af apps

Når Sundhedsstyrelsen ændrer anbefalinger med relevans til sundhedsområdet, opdaterer Komiteen de relevante apps.

I 2013 gennemgik appen *Min Baby*, som Komiteen udgav i 2012, en opdatering på baggrund af ændrede vejledninger, som foreskrev begrænsning af spædbørns indtag af ris, risgrød og andre risprodukter – pga. indholdet af arsen i ris.



Foredragsvirksomhed

Komiteen bookes ofte til foredrag om, hvordan de pædagogiske redskaber, vi anvender i vores arbejde med Patientuddannelserne, kan anvendes i andre sammenhænge.

Eksempler på foredrag, vi har afholdt:

- Handleplan som didaktisk værktøj
- Den erfarne patient – hvordan udnytter vi patientens erfaring i rehabilitering og pleje?
- Patient-til-patient – hvorfor 'Hjælp-til-selvhjælp' giver mening?
- Self-efficacy – hvordan gør man i praksis?
- Train the trainer – kaskadeundervisning
- Patientinddragelse – hvad er gevinsten, og hvordan gør vi?
- Inspirationsforedrag om Komiteens kurser til mennesker med kronisk sygdom
- Frivillige sundhedsambassadører
- Sundhedspædagogiske eftersyn og undervisning
- Sundhedsfaglig kompetenceudvikling i ammevejledning

Undervisning

Komiteens ansatte med kompetenceområder knyttet til Patientuddannelse og Kompetencecenter for Amning, efteruddanner sundhedspersonale i regioner og underviser på en række af landets uddannelsessteder.

Sundhedspædagogisk eftersyn og undervisning

I 2013 har medarbejdere fra Patientuddannelsesgruppen taget ansættelser på sygehuse og uddannelsesinstitutioner rundt i landet og undervist sundhedsprofessionelle i brug af de sundhedspædagogiske principper bag Patientuddannelse.

Fokus i oplæg og undervisning har bl.a. været konkrete sundhedspædagogiske metoder til empowerment i mødet med patienten og bygger på viden om og erfaringer fra patientuddannelsen. I 2013 var Komiteen på denne måde tilknyttet Sygehus Lillebælt, Sygehus Sønderjylland samt patientundervisere i Region Hovedstaden.

På Vejle Sygehus bidrog Patientuddannelsesgruppen med debatoplæg i forbindelse med et ledermøde og afholdte gå-hjem-møder for sygeplejersker og andre ansatte på sygehusene i henholdsvis Kolding, Fredericia og Vejle. Desuden underviste Komiteen flere hold på kurset *Sundhedspædagogisk kompetenceudvikling for patientundervisere* i Region H.

Endvidere underviste Patientuddannelsesgruppens medarbejdere på flere sundhedsfaglige diplomuddannelser ved Professionshøjskolen Metropol og afviklede desuden modulet *Sundhedsindsatser og -begreber i praksis* på den sundhedsfaglige diplomuddannelse, University College Sjælland. Modulet er obligatorisk, hvis man ønsker optagelse på studieretningen *sundhedsfremme og forebyggelse*. Det omfatter 35 lektioner med efterfølgende eksamensopgave og tæller 10 ECTS-point.

Sundhedsfaglig kompetenceudvikling i ammevejledning

Kompetencecenter for Amning og Human Laktation følger løbende den nyeste forskning omkring amning og er på baggrund af dette i færd med at indtage en central position omkring undervisning og efteruddannelse af landets sundhedsprofessionelle på ammeområdet. Kompetencecenterets viden har i 2013 affødt flere former for undervisning, vejledning og rådgivning.

I 2013 efteruddannede kompetencecenteret en række gynækologiske og obstetriske sygeplejersker i ammevejledning af kvinder, som har gennemgået brystkirurgi.

På sundhedsplejerskeuddannelsen i København varetog kompetencecenteret 2,5 dages pensumundervisning i sundhedspædagogisk ammevejledning. De kommende sundhedsplejersker blev undervist i følgende fagområder:

- Brystets anatomi og amningens fysiologi
- Barnets sutteteknik
- Amning i de første dage efter fødslen og betydningen af hud mod hud kontakt
- Amningens betydning for forebyggelse og behandling af gulsot i den første tid efter fødslen

- Biological nurturing (barnets neonatale refleksers betydning for amning og tilbagelænet ammestilling)
- Barnets trivsel og vurdering af om amningen er velfungerende.
- Forebyggelse og behandling af brystinfektioner samt sår og revner på brystvorterne

Kompetencecenteret var desuden rådgivende sparringspartner på en række bachelor-, master- og kandidatprojekter, som udfoldede sig omkring amning. Desuden ydede kompetencecenteret rådgivning og vejledning i forbindelse med flere ph.d.-uddannelser.

Organisationen

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 Gregor Gurevitsch, tandlæge, MPH.

Komiteens formål

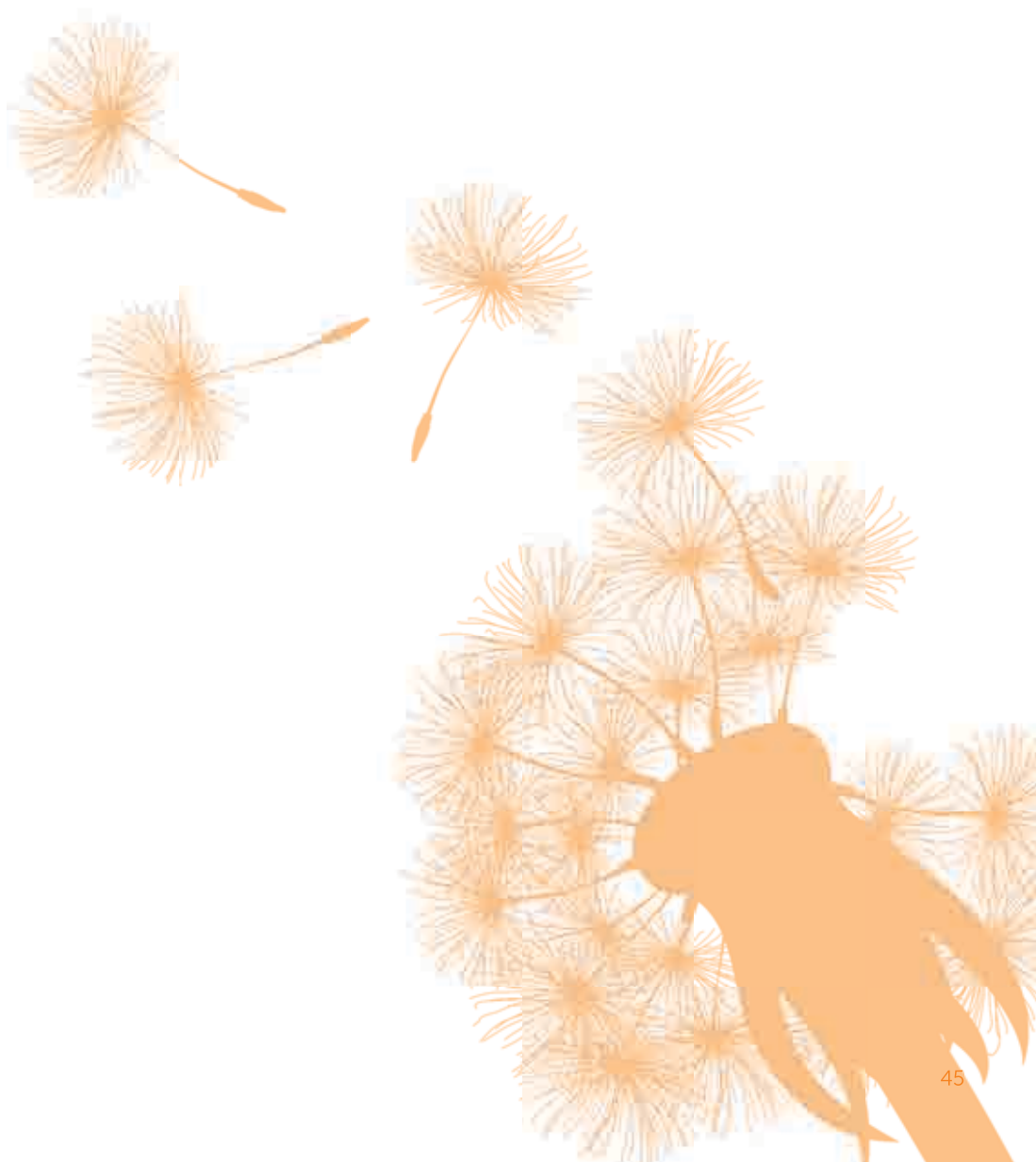
Som almennyttig forening er formålet med Komiteen at støtte sundhedsvæsenets behandling af sygdomme, at deltage aktivt i samfundets sygdomsforebyggende og sundhedsfremmende arbejde, at støtte patienter og pårørende, såvel individuelt som kollektivt, i deres problemer med sygdomme og handicap samt at støtte forskning omkring folkesundhed, herunder sygdomsforebyggelse, befolkningens sygdomme og samfundets helbredelsesmuligheder.

Komiteens formål realiseres på flere forskellige måder:

- Udvikling, tilrettelæggelse og distribution af sygdomsforebyggende, patientstøttende og sundhedsfremmende oplysningsmaterialer
- Tilrettelæggelse, afprøvning, gennemførelse og evaluering af sygdomsforebyggende og sundhedsformidlende initiativer henvendt til særlige grupper eller hele befolkningen
- Samarbejde med andre sygdomsbekæmpende og sundhedsfremmende organisationer om udvikling og gennemførelse af sygdomsforebyggende, patientstøttende og sundhedsfremmende initiativer
- Arrangement af kurser, seminarer, konferencer og anden mødevirksomhed
- Deltagelse i internationalt samarbejde om udvikling og forskning

Nye tilskud og bevillinger i 2013

- TrygFonden – Amning – en tryk start
- Dansk Sygeplejeråd og TrygFonden – “En God Start i Livet”
- TrygFonden – Gravid
- TrygFonden – Min Handleplan
- Arbejdsmarkedsstyrelsen – *Lær at tackle job og sygdom*
- TrygFonden – Kvalitetssikring af Patientuddannelser





Charan Nelander



Anne Jette Andkær



Vibeke Bræstrup



Rasmus Helbo



Kim Frederiksen



Sanne Aaberg Kristensen



Marie Dansgaard



Birgitte Sabra



Birgitte Dansgaard



Nicolaj Holm Faber



Lea Hegaard



Malene Norborg



Nina Hammerich Gregersen



Marie Bergmann



Rune Schmidt



Christopher Hjorth



Mette Askov



Stine Hedegaard Scheuer



Maria Hansen



Sandra Lacoppidan



Marianne Busck-Rasmussen



Ingrid Nilsson



Stine Emilie Lange Knudsen



Johanne Bratbo



Anja Kare Vedelsby



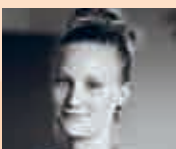
Lars Toft



Helle Thomsen



Sofie Vilholt



Michaela Høj

Sekretariatet 2013

Administration

- Charan Nelander, direktør
- Anne Jette Andkær (Jess), sekretær
- Vibeke Bræstrup, koordinator og sekretær
- Rasmus Helbo, ekspedition, lager og marketing
- Kim Frederiksen, bogholder
- Jens Frank Hansen, lagerassistent

IT, Web og kommunikation

- Sanne Aabjerg Kristensen, webredaktør
- Marie Dansgaard, web og digitalt design
- Birgitte Sabra, kommunikationskonsulent

Forlagsvirksomhed

- Birgitte Dansgaard, redaktionschef

Patientuddannelse

- Nicolaj Holm Faber, senior projektkoordinator
- Lea Hegaard, senior projektkoordinator
- Malene Norborg, senior projektkoordinator
- Nina Hammerich Gregersen, projektkoordinator
- Marie Bergmann, projektkoordinator
- Rune Schmidt, projektkoordinator
- Christopher Hjorth, projektkoordinator
- Mette Askov, projektkoordinator
- Stine Hedegaard Scheuer, junior projektmedarbejder
- Maria Hansen, junior projektmedarbejder
- Sandra Lacoppidan, junior projektmedarbejder

Kompetencecenter for Amning og Human Laktation

- Marianne Busck-Rasmussen, projektkoordinator
- Ingrid Nilsson, senior projektkoordinator
- Stine Emilie Lange Knudsen, junior projektmedarbejder

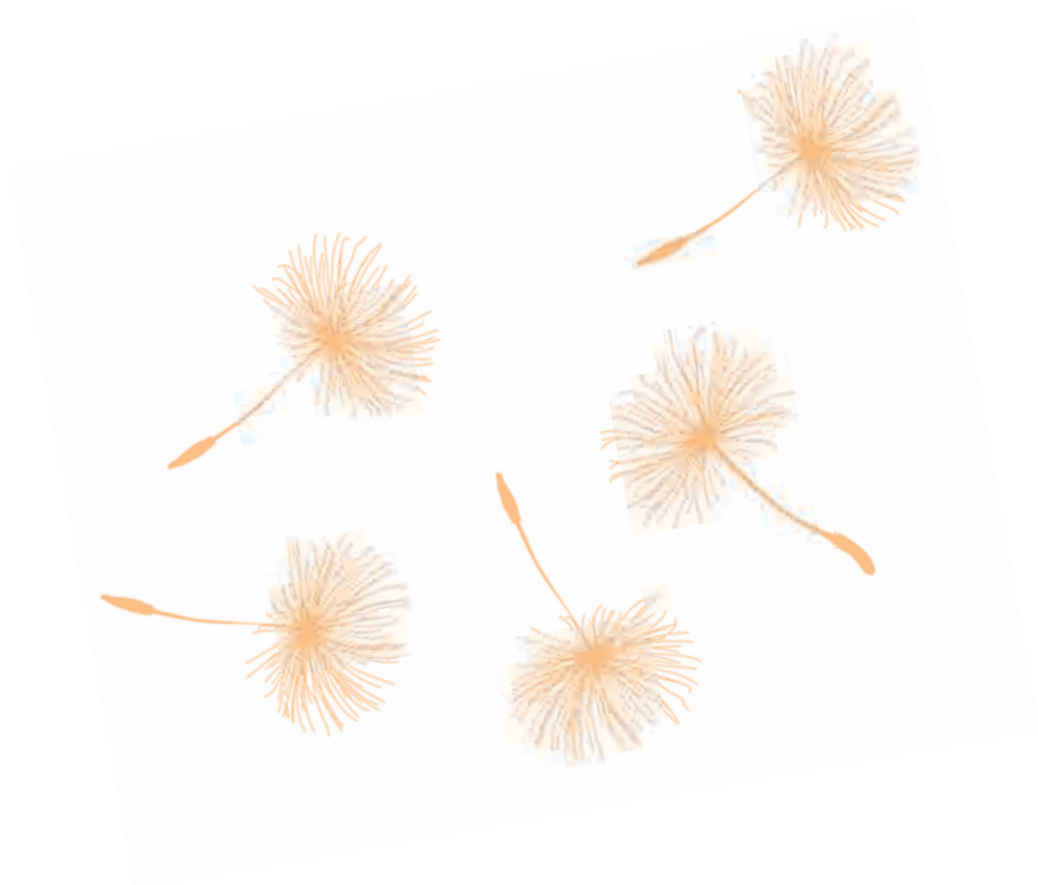
EN AF OS

- Johanne Bratbo, projektleder
- Anja Kare Vedelsby, projektkoordinator
- Lars Toft, administrativ projektmedarbejder
- Helle Thomsen, sekretær
- Sofie Vilholt, junior projektmedarbejder
- Michaela Høj, junior projektmedarbejder

Medlemmer af Komiteen

Følgende organisationer var i 2013 medlemmer af Komiteen:

- Danmarks Apotekerforening
- Dansk Kiropraktor Forening
- Dansk Psykolog Forening
- Dansk Sygeplejeråd
- Dansk Tandplejerforening
- Danske Fysioterapeuter
- Danske Regioner
- De Offentlige Tandlæger
- Frederiksberg Kommune
- Jordemoderforeningen
- Kommunernes Landsforening
- Lægeforeningen
- Tandlægeforeningen



Medlemmer af styrelsen

Komiteens styrelse bestod i 2013 af repræsentanter fra følgende sundhedsfaglige organisationer:

- Lillian Bondo, jordemoder (medlem af FU)
Formand for Jordemoderforeningen
- Flemming Brank, rådmand
Frederiksberg Kommune
- Jette Dam-Hansen, praktiserende læge
Næstformand for Lægeforeningen
- Elisabeth Gregersen, tandplejer
Formand for Dansk Tandplejerforening
- Gregor Gurevitsch, tandlæge (styrelsens formand, medlem af FU)
Udpeget af styrelsen
- Lone Kousgaard Jørgensen, kiropraktor
Formand for Dansk Kiropraktor Forening
- Bente Klarlund Pedersen, professor, leder af Center for Inflammation
Formand for det sagkyndige udvalg
- Tina Lambrecht, fysioterapeut
Formand for Danske Fysioterapeuter
- Ida Nøhr Larsen, overtandlæge
De Offentlige Tandlæger
- Lars Lindskov, byrådsmedlem (styrelsens næstformand, medlem af FU) Kommunernes Landsforening
- Eva Secher Mathiasen, psykolog
Formand for Dansk Psykolog Forening
- Karsten Møller, tandlæge
Tandlægeforeningen
- Dorte Steenberg, intensivsygeplejerske
2. næstformand, Dansk Sygeplejeråd
- Birthe Søndergaard, farmaceut
Sundhedsfaglig direktør, Danmarks Apotekerforening
- Mette Rohde Terp, speciallæge i almen medicin
Regionsmedlem, Danske Regioner

Medlemmer af det sagkyndige udvalg

Udvalget bidrager til faglig kvalitetssikring og evaluering af Komiteens egne projekter og publikationer og kan indstille til styrelsen og sekretariatet, hvilke ideer og initiativer Komiteen anbefales at tage op omkring sundhedsformidling og forebyggelse. Udvalget er sammensat af personer med brede sundhedsfaglige, socialfaglige og administrative kompetencer.

- Anne Barfoed, vicechef, jordemoder
Jordemoderforeningen
- Susanne Dahl, ledende sundhedsplejerske
Frederiksberg Kommune
- Nina Gath, konsulent
Kommunernes Landsforening
- Helle Goyle, teamleder
Frederiksberg Kommune
- Elisabeth Gregersen, tandplejer
Formand for Dansk Tandplejerforening
- Birgitte Harbo, konsulent
Danske Regioner
- Thomas Iversen, cand.psych.
Dansk Psykolog Forening
- Helle Jacobsgaard, specialkonsulent
Danmarks Apotekerforening
- Dorte Jeppe-Jensen, særlig odontologisk rådgiver
Tandlægeforeningen
- Louise Bendix Justesen, kiropraktor
Danske Kiropraktor Forening
- Heidi Klakk, fysioterapeut
Danske Fysioterapeuter
- Bente Klarlund-Pedersen, professor overlæge, dr.med.
Formand for det sagkyndige udvalg
- Peter Konow, konsulent
Lægeforeningen
- Christina Krog, specialkonsulent
Sund By Netværket
- Annette Poulsen, sundhedsplejerske
Sundhedsstyrelsen
- Lene Herlev Vindeløv, konsulent
Dansk Sygeplejeråd
- Mette Aadahl, fysioterapeut
Danske Fysioterapeuter

Formænd og direktører 1964-2013

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
2002-2010	Johanne Bratbo
2011-2013	Bente Klarlund-Pedersen

Direktører

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

Årsberetning 2013

© Komiteen for Sundhedsoplysning 2014

ISBN: 978-87-93213-04-3

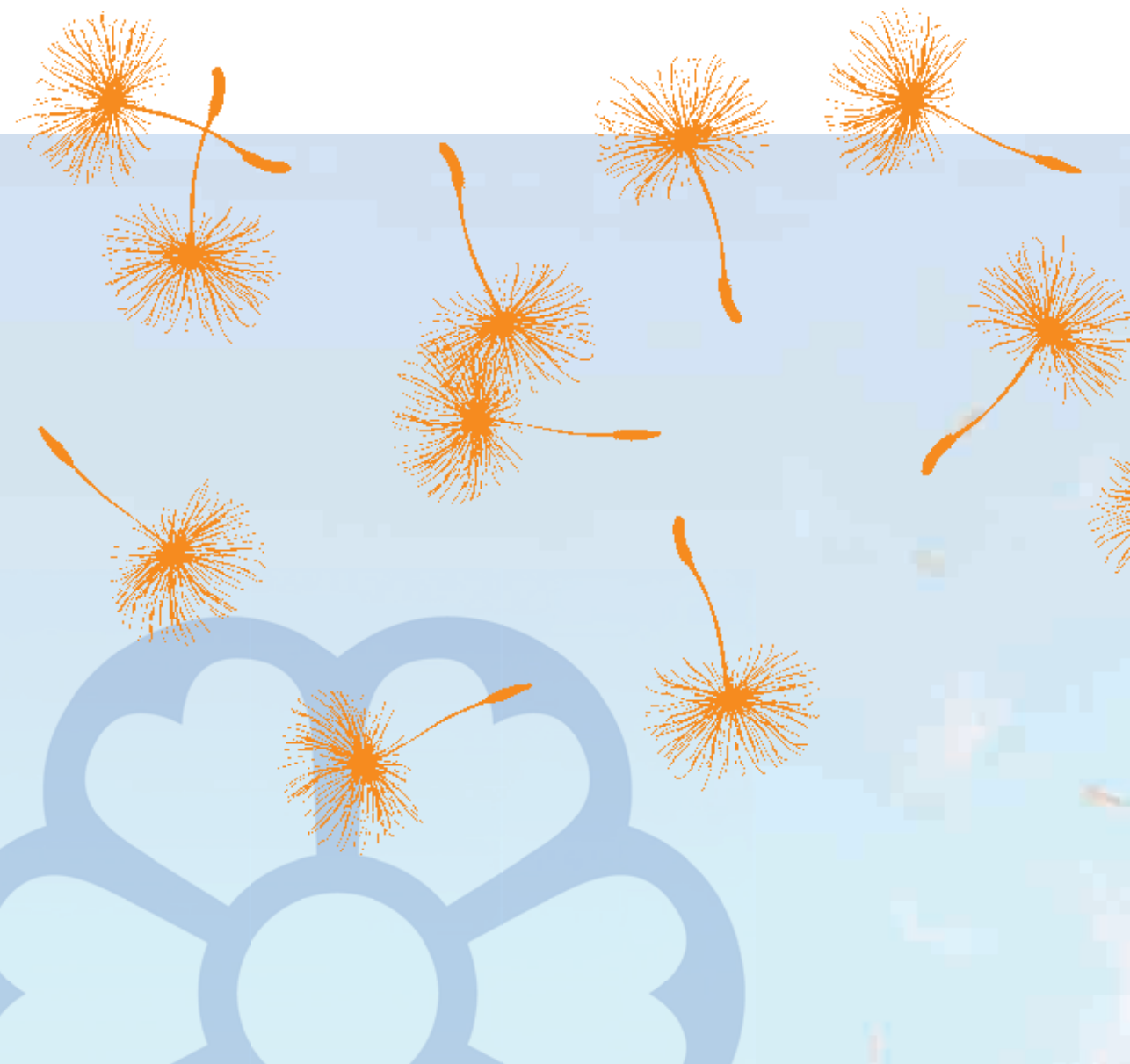
Manus:
Direktør Charan Nelander

Redaktion:
Sekretær Anne Jess

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

ÅRSBERETNING 2013



Komiteen for Sundhedsoplysning
Classensgade 71, 5. sal. 2100 København Ø
Telefon 35 26 54 00 Fax 35 43 02 13
kfs@sundkom.dk
www.sundhedsoplysning.dk