

ÅRSBERETNING 2016



Komiteen for Sundhedsoplysning

Forord • 1

Komiteens mission og vision • 5

Folkemøde • 6

Skolesundhed.dk – fra mavefornemmelse til viden • 11

Patientuddannelse • 14

Nye projekter • 21

Amning • 28

Robusthed.dk • 33

Mental sundhed på arbejdspladser • 35

MIT kokkeri • 42

Komiteens apps • 44

Publikationer • 47

Komiteen • 63

Organisationen • 63

Komiteens formål • 63

Sekretariatet 2016 • 64

Medlemmer af Komiteen • 68

Medlemmer af styrelsen • 68

Medlemmer af det sagkyndige udvalg • 69

Formænd og direktører 1964-2016 • 71

Forord

Den ulige vej til sundhed

Det er almen viden, at den danske gennemsnitslevealder er lav – set i forhold til vores nabolande, men også set ud fra et globalt perspektiv.

Den gennemsnitlige levealder i Danmark er en af de laveste i Europa set i forhold til de lande, vi plejer at sammenligne os med. Til gengæld ligger vi i top, hvis vi sammenligner os med europæiske lande som Tjekkiet, Polen og Bosnien.

Kigger vi indad og kigger på de nationale forskelle – og her taler vi om et land, hvis geografi er ganske lille – er forskellen overraskende stor.

I lille Danmark – hvor afstanden fra øst til vest er 452 km og fra nord til syd 368 km – ser vi en stor forskel i den gennemsnitlige levealder. Fra Lolland i syd til Gribskov i nord er forskellen 3,4 år. Krydser man grænsen fra København til Frederiksberg stiger levealderen med 2 år, og kører man fra Ishøj til Vallensbæk, stiger levealderen med 2,6 år. Det er dog ikke overraskende med disse forskelle, da de også fortæller historien om befolkningens uddannelse og sociale- og sundhedsmæssige adfærd.

Selv om vi i Danmark lever kortere sammenlignet med mange andre lande, så er vi gang på gang blevet kåret til det mest lykkelige folkefærd i verden. Så det kan godt være, vi ikke lever så længe – men vi er lykkelige mens vi lever!

Så hvorfor disse betragtninger – som jo er almen viden?

I 2004 afholdt Komiteen i forbindelse med sit 40 års jubilæum en konference med overskriften *Sundhed hvad er det?* På denne konference prøvede vi at vise den kompleksitet, hvormed sundhed betragtes, tolkes og formidles.

I 2014 afholdt Komiteen i forbindelse med sit 50 års jubilæum en stor event på Folkemødet, hvor vi byggede – det der dengang var – verdens største lagkage. For at italesætte at sundhed handler om balance.

Komiteen har med sin bestyrelse – som rummer de fleste af de sundhedsfaglige organisationer – en forpligtelse til at betragte sundhed fra alle vinkler, flader, kroge og synspunkter – man kunne måske kalde det en sfærisk betragtning af sundhed!

Ordet sfærisk er et begreb, man bruger bl.a. indenfor den matematiske verden, når man beregner geometri på en kugleflade. I denne verden findes både tokanter, trekanter med vinkelsummer på mere end 180° og firkanter med vinkelsummer på mere end 360°. Det umulige bliver muligt.

Denne måde at betragte sundhed og dermed også de udfordringer, der er inden for dette område, giver os så til gengæld muligheden for at betragte sundhed ud fra en bredere vinkel og dermed også udbrede det ganske komplekse begreb, som sundhed er.

Handler sundhed kun om fravær af sygdom i bevægelsesapparatet? Eller handler sundhed om den psykiske sundhed? Eller om sundhed i form af det gode liv? Handler det om flest år uden sygdom? Eller handler det om at leve livet, mens man har det? Meningerne om dette er mange og altid set ud fra de enkeltes eget ringhjørne!

På Folkemødet prøver vi at komme hele vejen rundt. Her ser vi det som vores vigtigste opgave at facilitere relevante debatter, som kan bringe Komiteens medlemsorganisationer i spil. For 2016 var debatten i Det Fælles Sundhedstelt "Når myter spænder ben for effektiv forebyggelse" et godt eksempel. Her blev der både diskuteret HPV, mælk og dårlig kommunikation.

I Komiteen prøver vi at komme hele vejen rundt. Vi prøver at kombinere det mulige med det, som i udgangspunktet ses som umuligt! Med MIT Kokkeri tager vi udgangspunkt i opskrifter, som børnene gerne vil have, her er udgangspunktet fx, at hjemmelavede pomfritter er relativt sundere end pomfritter fra den lokale grillbar. Samtidig har vi en tese om, at får vi børnene med i køkkenet, så vil de alt andet lige på sigt leve sundere, end hvis de primært ernærer sig med halvfabrikata.

Med Skolesundhed.dk arbejder vi med den mentale trivsel hos børn og unge som et redskab for de kommunale sundhedsplejersker, i forhold til at opfange de børn som mistrives. Sundheden er her både direkte og indirekte. Direkte i form af at sundhedsplejersken på baggrund af det spørgeskema, der er udfyldt, kan tage en dialog med det enkelte barn og barnets forældre. Og indirekte fordi vi ved, at hvis vi ikke fanger mistrivsel i barndommen, så følger mistrivsel os op i voksenlivet – sundhed!

De landsdækkende LÆR AT TACKLE programmer er for mennesker i alle aldre og styrker både helbredet og evnen til at mestre hverdagen med sygdom. Det gælder uanset, om man har angst og depression, kronisk sygdom eller smerter. På kurser træner man helt konkret redskaber, der giver kontrollen tilbage til den, der er syg. Med redskaberne fra LÆR AT TACKLE er det ikke længere sygdommen, der styrer livet. At have kontrollen over store dele af sit liv er i høj grad noget der giver livskvalitet for den enkelte – og dermed bedre sundhed.

Om vejen til sundhed er lige eller ulige, ved vi helt fra undfangelsen. Og et vigtigt skridt på vejen er at sikre en god og velfungerende amning. I dag arbejder halvdelen af landets fødeafdelinger efter et koncept udviklet af Komiteen – til at sikre netop dette. Samtidig bliver jordemødre, sundhedsplejersker og andre sundhedsfaglige personalegrupper uddannet til at støtte op om den gode amning, når den nye familie kommer hjem – sundhed!

Robusthed er som begreb blevet voldsomt trykprøvet de sidste par år, og med rette, for der har været en bred (mis)forståelse af, at det at være robust handler om, at man som menneske skal være galvaniseret og belagt med teflon, så man kan modstå hvad som helst.

Vi har naturligtvis et bredere og mere nuanceret billede på, hvad robusthed er for en størrelse. I Komiteen ser vi robusthed som evnen til at lykkes med livet – hele livet rundt. Heldigvis er der kun en ting, man skal kunne for at blive robust. Man skal være god til at tænke sig om.

Når vi arbejder med robusthedsbegrebet, tager vi udgangspunkt i mentalisering som teoretisk grundlag. Med andre ord, så uddanner vi socialfaglige medarbejdere rundt om i landet til at lære børn og unge at blive gode til at tænke sig om. For når man er god til at tænke sig om, kan man også træffe kloge beslutninger i de situationer, hvor livet er svært og udfordrer os.

Arbejdspladsen, hvor vi tilbringer en stor del af vores tid, bidrager for det meste positivt til livet. Men i enkelte tilfælde er det modsatte desværre dog tilfældet. Derfor er det vigtigt også her at tænke på tværs. De problemer, man kan opleve et sted, er ikke så forskellige i forhold til, hvad man kan opleve et andet sted. Denne forskel bliver heller ikke større, hvis man kigger mellem brancher og sektorer. Derfor er det vigtigt at samle den viden, der er inden for hele området og kanalisere budskabet om, hvor-

dan man forebygger, helbreder og rydder vejen for forhindringer i forhold til tilbagevenden til arbejdsmarkedet på bedst mulig måde – sundhed!

Publikationer om sundhed har været en hovedopgave i alle de 53 år, Komiteen har eksisteret. Emnerne dækker et bredt område fra fosterdiagnostik over økologisk mad til retningslinjer for behandling af hjerteinsufficiens. Målgruppen er lige så bred og spænder fra sundhedsfaglige specialister til børn ned til 5-årsalderen. Antallet af produktioner på årsbasis er stødt stigende.

Det trykte ord har været her i mere end 550 år – den første app lå tilgængelig i 2007. Komiteen lancerede i 2016 app'en FAR. Den skal supplere de to andre og meget populære app's GRAVID og MIN baby. Fælles for Komiteens app's er, at de er udviklet i samarbejde med de relevante sundhedsfaglige organisationer, og at de er de officielle app's indenfor deres område.

2016 var også året, hvor Komiteen fik endnu en ny medlemsorganisation – Danske Fodterapeuter. Vi ønsker fodterapeuterne velkommen og glæder os til samarbejdet.

Med det sfæriske blik hvor umulighederne bliver mulige, og hvor nye og gamle samarbejdsflader og partnerskaber skaber meget større synergi, arbejder Komiteen konstant på hele tiden at være Danmarks bedste og mest relevante samarbejdspartner.

København, maj 2017

Lillian Bondo
Formand for styrelsen

Charan Nelander
Direktør

Komiteens mission og vision

I WHO's strategi "Sundhed for alle år 2000" blev det brede sundhedsbegreb eksemplificeret med de fire mål: at lægge år til livet, at lægge sundhed til livet, at lægge liv til årene og lighed i sundhed. Det brede sundhedsbegreb og WHO's strategi er udgangspunktet for Komiteens vision og mission.

Komiteen for Sundhedsoplysnings vision er:

At etablere os som Danmarks førende organisation og foretrukne samarbejdspartner inden for sundhedsformidling, udvikling og forankring af bæredygtige, nationale sundhedsindsatser samt kompetenceudvikling af sundhedsprofessionelle.

Herigennem vil Komiteen bidrage kvalificeret alle de steder, hvor sundhedsarbejde pågår og understøtte det lokalt forankrede arbejde med den bedst mulige viden og metodik.

Komiteen for Sundhedsoplysnings mission er:

At bygge bro mellem praksis og forskning i sundhedsarbejdet – på tværs af institutioner, organisationer, faggrænser og kommunale, regionale og statslige forvaltninger. Det skal bl.a. ske ved, at Komiteen arbejder som vidensmægler med udgangspunkt i sin almenyttige fundats og uafhængighed af økonomiske og politiske interesser.

På den måde skal Komiteen bidrage til at styrke danskernes livskvalitet ved at sikre, at alle får mulighed for at få et langt liv med fysisk, mentalt og socialt velbefindende.

Folkemøde

Efter i et par år at have afholdt store events, var Folkemødet 2016 for Komiteens vedkommende præget af 5 debatter samt et motionsløb. 5 debatter på 3 dage er rekord for Komiteen. Samtidig så Det Fælles Sundhedstelt dagens lys – med Komiteen som en af parterne.

Det Fælles Sundhedstelt består af 14 forskellige sundhedsorganisationer, der er gået sammen om at rejse Det Fælles Sundhedstelt. Ud over at samle så mange som muligt af sundhedsdebatterne under et tag, er det også et forsøg på at lade organisationerne få så meget som muligt ud af tilstedeværelsen på Folkemødet.

Det Fælles Sundhedstelt handler nemlig om andet og mere end at få et relativt billigt 'slot' på Folkemødet. Det handler om samarbejde mellem organisationerne – og om at maksimere de muligheder, som Folkemødet giver for at blive bemærket og få taletid – både over for politikere, andre stakeholders og over for 'FOLKET'.

For ud over organisationernes egne debatter og aktiviteter åbner samarbejdet i Det Fælles Sundhedstelt også op for en lang række spændende, tværgående arrangementer, herunder det store fælles åbningsarrangement torsdag eftermiddag, hvor samtlige organisationer er værter for en stor debat.

På den måde bliver Det Fælles Sundhedstelt en platform for et samarbejde i sundhedssektoren, som ikke kun strækker sig over de 4 dage, som Folkemødet varer, men som vil vare resten af året.

Denne brobygning og dette samarbejde på tværs er en af årsagerne til, at Komiteen selvfølgelig er med i Det Fælles Sundhedstelt.





For Komiteen startede debatrækken om torsdagen i Det Kriminalpræventive Råds telt. Debatten tog udgangspunkt i Ungeprofilrapporten.



Efterfølgende løb alle efter sundhedsministeren – også Komiteen! Motion er godt og sundt, og hvis man kan fange en sundhedsminister på vejen, så er det vel også ok?

Fredag havde Komiteen sin største debat, som blev afholdt i Det Fælles Sundhedstelt. Temaet for debatten var: "Når myter spænder ben for effektiv forebyggelse". Med debatten ville Komiteen sætte fokus på, hvordan fremtrædende personligheder – nogle gange sammen med medierne – kan være med til at skabe myter, der er med til at forringe folkesundheden. Debatten handlede bl.a. om, hvorvidt man skal forsøge at dæmme op for mytedannelsen? Hvordan skal man styrke modkommuni-



Fra debatten "Når myter spænder ben for effektiv forebyggelse", som blev afholdt i Det Fælles Sundhedstelt.

nikationen? Hvor stort et ansvar bærer medierne? Det var med debatten meningen bl.a. at sætte fokus på, hvordan man kan samarbejde på tværs for dermed at styrke de korrekte sundhedsfaglige budskaber – og dermed forebyggelsen – og samtidig imødegå mytedannelse og ukorrekte budskaber i forhold til sundhedsinformation.

Lige efter mytedebatten havde Komiteen en debat om uddannelse og sundhed. Udgangspunktet var, at uddannelse er med til at mindske den sociale ulighed i sundhed – det viser et hav af undersøgelser. Det er derfor vigtigt at stille skarpt på, hvordan man sikrer, at alle unge får en uddannelse. Med Undervisningsministeriets departementschef Jesper Fisker i spidsen gik debatten på, hvordan man kan fastholde elever i ungdomsuddannelse.

Det er en vigtig og væsentlig debat i kampen mod social ulighed i sundhed. Men hvem har ansvaret? Hvis ansvar er det, at de unge bliver på uddannelserne og hermed får et sundere liv på den lange bane? Er det et spørgsmål om, at undervisningsinstitutionerne, lærerne, eleverne eller måske forældrene skal mere ind i kampen? Med i debatten deltog – ud over Undervisningsministeriet – Dansk Industri, Gymnasieskolernes Lærereforening, Sund By Netværket og Landssammenslutningen af Handelskoleelever.



I 'Uddannelse og sundhed' deltog Undervisningsministeriet, Dansk Industri, Gymnasieskolernes Lærereforening, Sund By Netværket og Landssammenslutningen af Handelsskoleelever.



Efterfølgende var der – også i Det Fælles Sundhedstelt – en sundhedspolitisk speeddebat om kroniske sygdomme. Her deltog direktør for Komiteen Charan Nelander sammen med formand for Folketingets Sundhedsudvalg Liselott Blixt og sundhedsordfører for Socialdemokratiet Flemming Møller Mortensen.



Den afsluttende debat lørdag morgen om frivillighed.

Komiteen afsluttede lørdag morgen – i et samarbejde med Sund By Netværket – sin debattrække med en debat om frivillighed. Medborgerskab og samskabelse fylder på den kommunale dagsorden. Kommunerne samarbejder som aldrig før med civilsamfundet, hvor flere og flere socialgrupper deltager i løsningen af velfærdsopgaverne. Giver det derfor længere mening at gøre brug af frivillige, når kommunerne aktivt inviterer borgere fra alle samfundslag med ind i velfærdsløsningerne?

Skolesundhed.dk

– fra mavefølelse til viden

Skolesundhed.dk er et digitalt redskab, som understøtter kommunernes store indsats med at give børn og unge gode muligheder for at trives. Redskabet Skolesundhed.dk sikrer, at kommunerne kan få detaljerede målinger af sundhed og trivsel hos kommunens børn og unge samt adgang til sparring og erfaringsudveksling med andre kommuner og mulighed for at sammenligne resultater på tværs af landets kommuner. Dermed får kommunerne et bedre billede af, hvor de bør lægge fokus omkring sundhed og trivsel.

Fra 2015-2019 ledes Skolesundhed.dk af et tværfagligt sekretariat placeret i Komiteen for Sundhedsoplysning. 24 mio. kroner fra TrygFonden skal i perioden sikre, at Skolesundhed.dk udrulles nationalt til alle landets kommuner og udbygges med nye værktøjer til børn med særlige behov og forslag til interventioner. Den nationale udrulning og fremtidige udvikling sker i et strategisk samarbejde mellem TrygFonden og Komiteen for Sundhedsoplysning, Aarhus Universitet og de deltagende kommuner i Skolesundhed.dk. Robert Goodman, professor fra King's College i London, Institute of Psychiatry, Department of Child and Adolescent Psychiatry og Carsten Obel, professor i børns mentale sundhed, Aarhus Universitet er begge tilknyttet Skolesundhed.dk.

Skolesundhed.dk er baseret på målrettede, validerede spørgeskemaer, hvormed kommunen kan indsamle viden fra elever og forældre. Denne viden giver et vigtigt overblik over sundhedstilstanden på klasse-, skole- og kommuneniveau og sætter sundhed og trivsel på dagsordenen. Skolesundhed.dk er en tværfaglig platform, der skaber et godt grundlag for nytænkning af indsatser og strategisk målretning af ressourcerne til børn og unge i kommunerne. Herigennem øges kommunernes muligheder for at støtte børn med særlige behov. Et tæt samarbejde mellem kommuner og forskere sikrer, at Skolesundhed.dk er fleksibelt, praksisnært, let at anvende og – ikke mindst – gennemtestet af rigtig mange brugere. De deltagende kommuners erfaringer er en stor styrke, når Skolesundhed.dk videreudvikles og implementeres i nye kommuner.

Vokseværk – store udvidelser i 2016

Skolesundhed.dk har siden det blev udviklet i 2006 været målrettet grundskoleområdet – dvs. skoleelever i 0.-10. klasse. I 2015 og 2016 efterspurgte deltagerkommunerne, at systematikken på grundskoleområdet blev udvidet til også at omfatte yngre børn samt unge, der har forladt grundskolen. Det satte gang i to sideløbende udviklingsområder: Småbørnsområdet og Ungeområdet.

I 2015/16 blev der således arbejdet med at udvide målgruppen i Skolesundhed.dk i begge ender. Ungeområdet blev færdigimplementeret i overgangen mellem 2015 og 2016, mens de første spæde skridt mod et småbørnsområde blev foretaget i 2016. Den endelige udvidelse nedad i alder er tænkt implementeret i 2017, så Skolesundhed.dk vil dække alderen 2-25 år.

Ud over målgruppeudvidelsen blev der i 2016 intensivt arbejdet på at udvikle et tværfagligt redskab – SkolesundhedPLUS – der kunne understøtte kommunernes tværfaglige arbejde med børn i mistrivsel.

Et andet omfattende udviklingsprojekt i 2016 var implementeringen af Undervisningsministeriets nationale trivselsmåling. Hermed er det muligt for de deltagende kommuner at indsamle data på én og samme portal og på den måde få et samlet overblik over kommunens børn- og unges trivsel og sundhed.

Andelen af deltagerkommuner voksede i 2016 med 15 kommuner, så der ved udgangen af 2016 var 50 deltagerkommuner i Skolesundhed.dk.

Ungeprofilundersøgelsen – ny national undersøgelse om unge

Hvordan har unge det i dagens samfund? Det er et vigtigt spørgsmål, ikke blot nationalt, men også lokalt. Gennem årene er der med mellemrum gennemført gode undersøgelser på nationalt niveau, men skal man sikre effektfulde og målrettede lokale indsatser, der allokere ressourcer og indsatser de steder hen, hvor der er størst behov, skal undersøgelser gennemføres systematisk og med udgangspunkt i de unges aktuelle virkelighed.

Der er således behov for lokal viden og for, at praksis og forskning samarbejder på tværs. I erkendelse af at der er store lokale forskelle på, hvilke livsvilkår unge har, og hvordan de har det, er Komiteen for Sundhedsoplysning gået sammen med en række kommuner og vidensinstitutioner i et nyt partnerskab med henblik på at etablere og forankre en undersøgelse, der kan imødekomme kommunernes behov for lokal viden sam-



I oktober-november 2016 gennemførtes Ungeprofilundersøgelsen for anden gang i 41 kommuner med mere end 49.000 deltagende unge på tværs af landet. Ungeprofilundersøgelsen 2016 offentliggøres medio 2017.

tidig med, at det kan bruges regionalt og nationalt til forskere og beslutningstagere.

Undersøgelsen kan gentages med jævne mellemrum, så tendenser kan følges. Hvis der er bekymrende tendenser, kan man hurtigt sætte ind, lokale indsatsers effekt kan vurderes – myter kan aflives og indsatser løbende forbedres. Det er et håb, at partnerskabet også kan bidrage til at reducere antallet af forskellige undersøgelser i Danmark – så unge ikke den ene gang efter den anden bliver bedt om at give svar til forskellige undersøgelser, som ofte overlapper.

Et af formålene med samarbejdet er at udveksle erfaringer kommunerne imellem og på den baggrund understøtte, at flest muligt unge deltager, og at undersøgelsen adresserer de områder, der er relevante for nutidens unge. Derudover er det en ambition at koble undersøgelsen nærmere til interventioner i forhold til de konkrete udfordringer og problemstillinger, som Ungeprofilundersøgelsen belyser lokalt.

LÆR AT TACKLE – en firbenet tiårig

I 2016 kunne LÆR AT TACKLE fejre sin 10 års fødselsdag. Som enhver 10-årig er LÆR AT TACKLE på den ene side under stor udvikling – på den anden side er den ved at have fundet sine ben. I 2016 gik LÆR AT TACKLE på fire ben, mens et femte ben så småt begyndte at spire frem.

Kernen i LÆR AT TACKLE-kurserne er at øge deltagernes tro på deres egne evner til at håndtere deres sygdom og symptomer. Derfor fokuserer undervisningen på adfærdændringer, som skabes ved at give kursisterne konkrete værktøjer til at håndtere hverdagen med kronisk eller langvarig sygdom.

Instruktørerne ved, hvad det vil sige at leve med kronisk eller langvarig sygdom. De har nemlig selv personlige erfaringer med sygdom. Derudover har de gennemgået et uddannelsesforløb og modtager løbende vejledning.

I 2016 blev LÆR AT TACKLE udbudt i 62 kommuner. For at dække efterspørgslen på undervisere blev der desuden uddannet 203 nye kursusinstruktører.



LÆR AT TACKLE kronisk sygdom

LÆR AT TACKLE angst og depression

LÆR AT TACKLE kroniske smerter

LÆR AT TACKLE job og sygdom

LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende

I løbet af året deltog i alt 3658 borgere på et LÆR AT TACKLE-kursus.

10-års fødselsdag på Den 10. Nationale Instruktørsamling

Når man hedder LÆR AT TACKLE og fylder 10 år, er det oplagt at fejre den store dag med alle sine instruktører og koordinatore. Derfor blev LÆR AT TACKLEs fødselsdag markeret på Den 10. Nationale Instruktørsamling, som forløb på Hotel Nyborg Strand 31. maj -1. juni.

I forbindelse med fødselsdagen modtog LÆR AT TACKLE en videograttulation fra den stolte 'mor' Kate Lorig, der – som professor ved Stanford Universitet sammen med sit team – har udviklet patientuddannelsesprogrammet, som ligger til grund for alle kurserne.

Under instruktørsamlingen blev der både set tilbage i tiden og skuet fremad. Det gav lejlighed til at se på de resultater, vi allerede har opnået med kurserne, og en god anledning til at drømme om, hvad fremtiden kan bringe. I løbet af de to dage fyldte instruktører og koordinatore rygsækken med faglige inputs. Desuden udvekslede de erfaringer på tværs af kommuner og kursusretninger.

Som opfølgning på Instruktørsamlingen og 10-årsfødselsdagen udgav Komiteen for Sundhedsoplysning i 2016 et konferencehæfte, som samler op på de vigtigste pointer fra samlingens workshops og plenumoplæg. Desuden giver publikationen et glimt af stemning, når 250 koordinatore og frivillige instruktører er samlet om noget, som alle lægger stor energi og engagement i.

Konferencehæftet kan bestilles i trykt format på www.kfsbutik.dk

Det kan desuden downloades frit på www.patientuddannelse.info



Vejledning

Som en del af kursernes kvalitetssikring modtager instruktørerne løbende vejledning. Vejledningen foretages af masterinstruktører. En masterinstruktør er en erfaren instruktør, som er blevet indstillet til at være masterinstruktør, og som har modtaget en særlig masteruddannelse. LÆR AT TACKLE havde i 2016 20 uddannede masterinstruktører, som forestod vejledninger i hele landet.

I 2016 blev der gennemført 326 vejledninger fordelt på følgende kursusretninger:

- LÆR AT TACKLE angst og depression – 161 vejledninger
- LÆR AT TACKLE kroniske smerter – 69 vejledninger
- LÆR AT TACKLE job og sygdom – 54 vejledninger
- LÆR AT TACKLE kronisk sygdom – 42 vejledninger

Instruktørkurser

I 2016 udklækkede Komiteen 203 nye LÆR AT TACKLE-instruktører. Nye instruktører uddannes på 4-dages instruktørkurser. Ved at gennemgå et 2-dages tillægsuddannelsesforløb kan instruktører, der allerede er uddannet indenfor én kursusretning, desuden blive godkendt til at undervise på en ny kursusretning. Uddannelse og efteruddannelse ledes af Komiteens masterinstruktører.

I 2016 blev der afholdt 17 instruktørkurser og tillægsuddannelsesforløb:

- LÆR AT TACKLE angst og depression – 5 instruktørkurser og 2 tillægsuddannelsesforløb
- LÆR AT TACKLE kronisk smerte – 2 instruktørkurser og 2 tillægsuddannelsesforløb
- LÆR AT TACKLE job og sygdom – 3 instruktørkurser og 1 tillægsuddannelsesforløb
- LÆR AT TACKLE kronisk sygdom – 2 instruktørkurser

Instruktører, der ønsker at genopfriske teknikkerne fra et kursus, kan desuden deltage på et metodekursus, der varer 1 dag. Kurset benyttes

fx forud for de revurderinger, som alle instruktører skal igennem hvert andet år. I 2016 blev der afholdt 2 metodekurser.

Evaluering af LÆR AT TACKLE angst og depression – kurset har positiv effekt

I 2016 blev effektevalueringen af LÆR AT TACKLE angst og depression færdiggjort. Kurset blev initieret i 2011 af det tidligere Ministerium for Sundhed og Forebyggelse og finansieret af en satspulje administreret af Sundhedsstyrelsen. Projektet omfattede udvikling af kurset, pilotafprøving i 4 kommuner, effektevaluering samt et mål om udbredelse til 40 kommuner.

Effektevalueringen konkluderer, at LÆR AT TACKLE angst og depression har positiv, signifikant effekt på deltagernes:

- Symptomer på angst
- Symptomer på depression
- Tro på egne evner til at kunne kontrollere symptomer (self-efficacy¹)
- Tro på egne evner til at kunne opnå social støtte fra omgivelserne (self-efficacy ^{ibid})

Evalueringen er gennemført i et randomiseret, kontrolleret design og omfatter 853 deltagere fordelt på 37 kommuner. Evalueringen er gennemført af EPOS, Aarhus Universitet og Aarhus Universitetshospital for Sundhedsstyrelsen. Evalueringen kan hentes på www.patientuddannelse.info²

I alt 49 kommuner udbød kurset til deres borgere i 2016.

1 <http://www.patientuddannelse.info/om-laer-at-tackle/baggrund-for-kurserne.aspx>

2 <http://www.patientuddannelse.info/evaluering/kursernes-effekt.aspx>

Borgernære indsatser i almene boligområder

Langvarig sygdom har store menneskelige og økonomiske konsekvenser – både for den enkelte og for samfundet. Et partnerskabsprojekt mellem Komiteen for Sundhedsoplysning, BL – Danmarks Almene Boliger³, almene boligområder og danske kommuner har siden 2014 givet konkrete erfaringer med at tilbyde LÆR AT TACKLE-kurserne lokalt i almene boligområder, hvor en stor andel af beboerne lider af langvarige sygdomme. Ved at lægge kurserne tæt på beboerne øges mulighederne for at styrke dem i at blive gode selvhjælpere, så de kan få et bedre liv.

Er du generet af fx træthed, smerter eller tristhed?

**TAG ET SKRIDT
MOD EN BEDRE
HVERDAG!**

Læs mere på www.patientuddannelse.info

Deltag gratis på et LÆR AT TACKLE-kursus tæt på dig - se mere her

³ BL – Danmarks Almene Boliger er en interesse- og brancheorganisation for ca. 550 almene boligorganisationer.

42 kurser i boligområder i 15 kommuner

I projektperioden, der løb fra 2014 til udgangen af 2016, blev der afholdt 42 LÆR AT TACKLE-kurser lokalt i boligområder, fordelt på 15 kommuner. Samlet set har 302 kursister deltaget på et LÆR AT TACKLE-kursus lokalt i et boligområde.

Projektet er forløbet i to faser, hvor fase 1 bestod af pilotafprøvelse, der blev gennemført som et partnerskab mellem Komiteen for Sundhedsoplysning, BL – Danmarks Almene Boliger og boligområder i kommunerne Aalborg, Fredericia og København.

I fase 2 blev partnerskabskredsen udvidet til boligområder i kommunerne Helsingør, Hillerød, Slagelse, Nyborg, Randers, Thisted, Svendborg, Esbjerg, Ringkøbing-Skjern, Køge, Holstebro og Silkeborg.

Partnerskabets kommuner og boligorganisationer har på varierende vis organiseret samarbejdet om at udbyde enten *LÆR AT TACKLE kronisk sygdom*, *LÆR AT TACKLE angst og depression* eller *LÆR AT TACKLE kroniske smerter* i boligområderne.

Som en del af projektet har Komiteen for Sundhedsoplysning, BL og Boligsocialnet afholdt temadage og – sammen med projektets deltagere – udviklet rekrutteringsmateriale og understøttende undervisningsmateriale til kursister med anden etnisk baggrund end dansk.

En indsats, der virker

Fra projektets evaluering ved vi, at når LÆR AT TACKLE bringes tættere på borgerne, reduceres barriererne for deltagelse, fx manglende kendskab, stor afstand til tilbud eller mistillid til systemet. Desuden betyder nærhed og tryghed, at flere møder op til alle kursusgange, og at færre falder fra undervejs. Flere kursister overvejede at springe fra kurset på grund af fysiske eller psykiske helbredsproblemer, men pegede konkret på den lokale forankring som afgørende for, at de alligevel gennemførte.

I flere almene boligområder er LÆR AT TACKLE-kurserne efterfølgende blevet indskrevet i boligsociale helhedsplaner og dermed fremadrettet blevet forankret.

Projektevalueringen konkluderer desuden, at det er lykkedes at nå ud til borgere, som sjældent benytter denne type indsatser, fx borgere uden uddannelse eller borgere med anden etnisk baggrund end dansk.

Guide til Best practice

Resultaterne af evalueringen og erfaringerne fra projektet omsættes til en guide til Best Practice, som beskriver, hvordan man bedst organiserer LÆR AT TACKLE-kurser i almene boligområder. Evalueringresultaterne og guiden formidles til kommuner og boligsociale medarbejdere med henblik på at udbrede indsatsen. Guiden vil blive tilgængelig på www.patientuddannelse.info i foråret 2017.

Evalueringen kan ses her: http://patientuddannelse.info/media/107388/procesevaluering_angst_og_depression_i_almene_boligomr_der.pdf

Efter projektets afslutning er størstedelen af deltagerparterne fortsat med kursusafholdelse i deres almene boligområder. Desuden er flere kommuner og boligområder udenfor projektet startet op.

Projektet er udviklet og gennemført på baggrund af en bevilling fra det tidligere Sundheds- og Forebyggelsesministerium, nu Sundheds- og Ældreministeriet.

Nye projekter i 2016

LÆR AT TACKLE på nemt dansk – et tilbud til andetsprogede borgere

Mange kommuner har behov for sundhedsfremmende tilbud til borgere med mangelfulde danskundskaber; fx etniske minoriteter. Derfor opstartede Komiteen i 2016 projektet LÆR AT TACKLE på nemt dansk. Projektets formål er at udvikle en version af kurserne på et letforståeligt dansk, så borgere med sparsomme danskundskaber bedre vil kunne følge undervisningen.

LÆR AT TACKLE er allerede forankret i en lang række almene boligområder, hvor der er overvægt af andetsprogede beboere. De kommende kursusversioner på nemt dansk vil gøre det muligt at tilbyde kurset til flere andetsprogede kursister end hidtil.



I efteråret 2016 blev der opstartet udarbejdelse af materialer til nemt dansk-kurset – blandt andet en instruktørmanual med enklere ord og sætningsopbygning samt flere nye illustrationer, som visuelt understøtter kursernes metoder og undervisningens budskaber. Desuden vil der blive udviklet en guide til brug af manualen, et kursushæfte, en rekrutteringsvejledning, en manual til, hvordan nye instruktører klædes på til at varetage den anderledes undervisningsform samt spørgeskemaer til monitorering og lydbøger.

På en række workshops blev de første udkast til manualen på nemt dansk afprøvet på borgere, som var repræsentative for målgruppen. Desuden blev der – på en anden workshop – indsamlet erfaringer fra kommunerne med afholdelse af LÆR AT TACKLE-kurser for fremmedsprogede borgere.

Arbejdet fortsættes i 2017, hvor der vil blive udviklet materialer til *LÆR AT TACKLE angst og depression på nemt dansk*. Materialerne afprøves og evalueres i to kommuner: I Gladsaxe Kommune på en blandet gruppe af andetsprogede kursister, og i Aalborg på andetsprogede kursister med grønlandsk baggrund. På baggrund af evaluering af *LÆR AT TACKLE angst og depression på nemt dansk* videregives erfaringerne i 2018 til LÆR AT TACKLE kroniske smerter. Herefter udbydes de to kurser på nemt dansk nationalt.

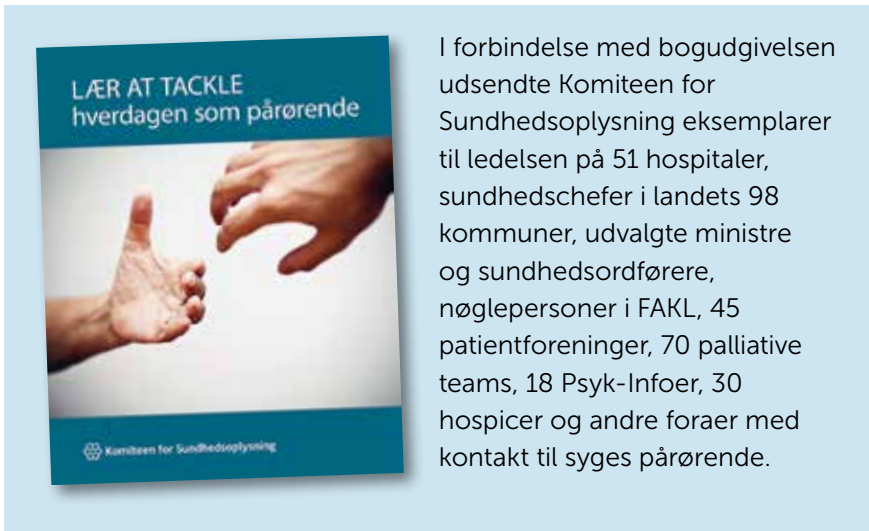
Projektet udvikles i samarbejde med Københavns sprogcenter, Indvandrermedicinsk klinik på Hvidovre Hospital samt Gladsaxe og Aalborg Kommuner og forventes afsluttet medio 2019.

LÆR AT TACKLE på nemt dansk finansieres af TrygFonden.

Selvhjælpbog til pårørende

At være pårørende til et menneske med alvorlig eller langvarig sygdom kan være så belastende, at man selv bliver syg, fx med stress eller depression. Derfor udgav Komiteen for Sundhedsoplysning i 2016 – med støtte fra Sundheds- og Ældreministeriet – bogen *LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende*.

Bogen har primært fokus på den pårørende og præsenterer hjælpemuligheder og redskaber, der kan hjælpe den pårørende med at passe bedre på sig selv i pårørendesituationen. *LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende* er baseret på metoder og teknikker fra de evidensbaserede LÆR



I forbindelse med bogudgivelsen udsendte Komiteen for Sundhedsoplysning eksemplarer til ledelsen på 51 hospitaler, sundhedschefer i landets 98 kommuner, udvalgte ministre og sundhedsordførere, nøglepersoner i FAKL, 45 patientforeninger, 70 palliative teams, 18 Psyk-Infoer, 30 hospicer og andre foraer med kontakt til syges pårørende.

AT TACKLE-kurser. Bogen kan både bruges selvstændigt og i forbindelse med kurserne. Læs mere om bogens indhold på side 62.

Alle med direkte pårørendekontakt, som modtog bogen, blev opfordret til at vurdere indhold og relevans i forhold til de respektive sygdoms-områder. Opfordringen har afstedkommet en række relevante forslag til forbedringer, der så vidt muligt vil blive indarbejdet i bogen, når den skal revideres i 2017.

Flere patientforeninger har omtalt bogen i medlemsblade og på sociale medier, mens andre er begyndt at benytte bogen i forbindelse med pårørenderådgivning. Bogen kan købes i Komiteens webshop.

LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende – med den pårørende i fokus

Cirka hver 3. dansker har langvarige helbredsproblemer, og ofte kræves der meget af deres pårørende. Næsten halvdelen af alle pårørende udvikler symptomer på stress, mistro og nedtrykthed, og hver femte bliver ligefrem syg af belastningen. Komiteen for Sundhedsoplysning startede i sommeren 2016 udviklingen af det nye kursus *LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende* i samarbejde med Københavns Kommune. Flere patient- og pårørendeforeninger er inviteret til at bidrage til udviklingen af kurset.

Den nye indsats er målrettet voksne pårørende og har til formål at hjælpe den pårørende med at passe bedre på sig selv og på den måde forebygge mistrivsel, stress og depression. På kurset bliver deltagerne præsenteret for en række redskaber, der gør dem bedre i stand til at håndtere de daglige udfordringer, som følger med det at være pårørende. Desuden får deltagerne styrket deres netværk.

LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende udvikles på baggrund af det evidensbaserede kursus *LÆR AT TACKLE kronisk sygdom*, som har en række positive effekter på deltagernes helbred, sundhedsadfærd og self-efficacy. Kurset kommer til at bestå af 7 moduler á 2,5 time. Undervisningen vil blive varetaget af mennesker, der selv har erfaring med at være pårørende, er gode selvhjælpere, og som først har gennemført en instruktøruddannelse, der bliver udviklet som en del af projektet.

I foråret 2017 vil der blive afholdt 4 borgerkurser og et instruktørkursus for frivillige instruktører i Københavns Kommune. På baggrund af erfaringerne herfra vil kursusmaterialet blive tilrettet, inden kurset udbydes til alle kommuner fra efteråret 2017.

Projektet finansieres af Københavns Kommune og Komiteen for Sundhedsoplysning.



ONLINE

LÆR AT TACKLE

angst og
depression



Online-patientuddannelse

Mange kan have svært ved at deltage på fysiske kurser, fx på grund af funktionsnedsættelser, job, forpligtelser overfor familie eller svær angst og depression. Derfor tog Komiteen i 2016 de første spadestik til et nyt projekt, hvor der udvikles en onlineversion af det evidensbaserede kursus *LÆR AT TACKLE angst og depression*.

Online-kurset udarbejdes i en form, så det kan gennemføres på en kombineret e-lærings- og webinar-plattform. På denne måde understøttes rollemodelfunktionen, som er central på de fysiske LÆR AT TACKLE-kurser. Den elektroniske kursusversion vil i løbet af en 2-års periode muliggøre, at alle med internetadgang, som kan betjene en computer, vil kunne deltage på kurset.

Projektet omfatter udvikling, afprøvning og evaluering af indsatsen. Udviklingen sker i samarbejde med 7 kommuner. Cirka 40 kommuner vil indgå i den efterfølgende effektevaluering. Projektet forventes afsluttet i 2020, hvor det udbredes nationalt.

Projektet er støttet af TrygFonden.

Indsats til unge med angst og depression – LÆR AT TACKLE angst og depression for unge

Psykiske problemer er årsag til, at mange unge dropper ud af deres uddannelse eller aldrig kommer i gang med en uddannelse. De unge har brug for redskaber til at håndtere deres symptomer og de udfordringer, symptomerne medfører, og flere kommuner har efterspurgt mulighed for at udbyde LÆR AT TACKLE angst og depression til unge mellem 15 og 25 år. Derfor igangsatte Komiteen umiddelbart inden årets udgang et projekt, hvor LÆR AT TACKLE angst og depression skal afprøves på unge mellem 15 og 25 år, der har symptomer på angst og/eller depression.

En del af projektet vil have fokus på at undersøge, hvordan man bedst organiserer indsatsen lokalt; herunder hvordan man rekrutterer de unge til indsatsen. Resultatet bliver omsat til en række anbefalinger, som vil kunne benyttes af alle fremtidige udbydere af ungekurser. Målet er, at 25 kommuner i løbet af projektperioden forankrer indsatsen som et permanent tilbud til deres unge.

Projektet gennemføres i 2017-2019 og er støttet med 8,3 millioner af den A.P. Møllerske Støttefond.



Forud for projektet har flere kommuner afprøvet kurset *LÆR AT TACKLE angst og depression* for helt unge, og med positive erfaringer.

FOKAL

– Forebyggelse i samarbejde mellem Kommune, Apotek og Lokalsamfund

Komiteen for Sundhedsoplysning indgik i 2016 i FOKAL-projektet *Sammenhængende sundhedsfremme og forebyggelse – kommune, lokalsamfund og apotek*. Formålet var at støtte, kvalificere og facilitere udvikling af sundhedsfremmende og forebyggende tiltag gennem udvikling af en netværksmodel på tværs af kommunale forvaltninger, lokalsamfund og apotek. I spidsen for projektet var Pharmakon – Apotekernes Uddannelsescenter. Derudover indgik Statens Institut for Folkesundhed i udviklingen.

Projektet konkluderede således:

- Kommuner og apoteker vil gerne samarbejde
- Kommuner og apoteker kan se muligheder i samarbejder, der kan komme borgerne til gavn
- Finansiering og organisering af samarbejdet er – ikke overraskende – væsentlige elementer
- Der er behov for et langt større kendskab til hinandens kompetencer
- Der er behov for et fælles sprog, hvad man tillægger begreber som fx *sundhedsfremme* og *forebyggelse*.

På baggrund af projektet er der udarbejdet et inspirationskatalog, som har til formål at ansøre kommuner og apoteker til at samarbejde om forebyggelse og sundhedsfremme.

Projektet blev finansieret af Sundhedsstyrelsens sundhedsfremmepulje. Der ansøges om midler til en ny fase i 2017, hvor der skal afprøves forskellige samarbejdsformer i praksis.

Kompetencecenter for Amning

Kompetencecenter for Amning blev etableret i Komiteen for Sundhedsoplysning i 2011. Formålet med centret er at indsamle og formidle forskningsbaseret viden om amning til sundhedsprofessionelle og medvirke til erfaringsudveksling og netværksdannelse. Målgruppen er sundhedspersonale i primær og sekundær sundhedstjeneste, som arbejder med ammevejledning i børnefamilier. I 2016 var der deltagere fra 69 kommuner, 23 hospitaler samt fra Grønland i Kompetencecenter for Amnings aktiviteter. Ud over kommuner og regioner samarbejder Kompetencecenteret med Sundhedsstyrelsen, Københavns og Aarhus Universiteter, Statens Institut for Folkesundhed samt en række faglige organisationer og flere professionshøjskoler rundt om i Danmark. Internationalt samarbejder kompetencecenteret med Nasjonal Kompetansetjeneste for Amning i Norge, Europäisches Institut für Stillen und Laktation og The European Lactation Consultants Alliance samt flere nationale foreninger af Ammekonsulenter i Europa.

Uddannelse til ammekonsulent

Uddannelsen er målrettet sundhedsprofessionelle, der arbejder med ammevejledning. Det er et forløb på 90 timer fordelt på fire moduler, der kvalificerer deltagerne 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 2016 deltog 30 jordemødre, sygeplejersker og sundhedsplejersker på uddannelsen i Århus og 23 på holdet i København. Deltagerevalueringerne 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 uddannelsen, og de fleste bliver nu spurgt til råds af deres kolleger om ammevejledning.

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

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

Uddannelsen er et af 17 kurser på verdensplan, der er godkendt af Lactation Education Accreditation and Approval Committee (LEAARC³). At uddannelsen til ammekonsulent er på LEAARC's liste over godkendte kurser har skabt international interesse for kurset.

Professionelle netværk om amning

Siden 2012 har Kompetencecenter for Amning arbejdet med etablering af professionelle netværk for sundhedspersonale indenfor ammeområdet. Interessen har været støt stigende og der var 171 deltagere i fem regionale netværk i 2016. Formålet med netværkene er at øge sundhedspersonalets viden og kompetencer indenfor ammevejledning. Netværkene er målrettet jordemødre, sygeplejersker og sundhedsplejersker fra fødeafdelinger, barselstilbud og kommuner. Da sundhedssystemets rammer i disse år ydermere sigter mod at udskrive de nybagte familier tidligt fra fødestedet, får tværfaglige og tværsektorielle samarbejder i disse år en meget stor betydning for familiernes oplevelse af sammenhæng i ammevejledningen. I netværksevalueringen udtrykker deltagerne stor tilfredshed med denne mulighed for at styrke samarbejdet omkring ammevejledning på tværs af fag og sektorer. Det er Kompetencecenterets medarbejdere, som organiserer og faciliterer netværkene.

Nyhedsbrev

I 2013 begyndte Kompetencecenter for Amning at udsende nyhedsbreve, som indeholder aktuelt om kompetencecenterets aktiviteter, nyt om amning i ind- og udland samt omtale af ny forskning vedrørende amning. Der har været meget stor interesse for nyhedsbrevet, som i 2016 blev udsendt til 679 modtagere.

Kurser og konferencer om amning

Kompetencecenterets ansatte afholder også både korte og længerevarende kurser om mange emner indenfor ammeområdet. Der har været afholdt lokale kurser for sundhedsplejersker i kommunerne, oplæg på nationale konferencer og tværfaglige landskurser, tillige med undervisningsforløb på uddannelsesinstitutioner.

Kompetencecenteret har også præsenteret en poster om amning blandt etniske minoriteter i Danmark på ELACTAs europæiske konference i Athen. ELACTA er den europæiske sammenslutning af ammekonsulenter i Danmark.

3 www.leaarc.org

I 2019 skal Nordisk Ammekonference afholdes i København. Blandt danske faglige interesseorganisationer indenfor amning er det besluttet at Kompetencecenter for Amning, Komiteen for Sundhedsoplysning skal være ansvarlig for organiseringen og afholdelsen af konferencen. Det første møde i planlægningsgruppen blev afholdt i efteråret 2016.

Konference om etniske minoriteter

I et samarbejde mellem Komiteen for Sundhedsoplysning og Københavns Universitet afholdtes en stor konference med titlen: *Etnisk Ulighed i Dødfødsel og Spædbarnsdød* med 170 deltagere fra hele landet. Forskere fra Afdeling for Socialmedicin på Københavns Universitet fremlagde resultater fra projektet: "Reproduktiv Sundhed blandt Migranter", Marianne Busck-Rasmussen fra Komiteen for Sundhedsoplysning fortalte om en undersøgelse om amning blandt etniske minoriteter i Danmark og professor Morten Sodemann holdt oplæg om erfaringer fra Indvandrermedicinsk Klinik i Odense.

Forskningsprojektet "Amning – en tryk start"

Gennem de seneste år er indlæggelsestiden efter fødsel på hospital blevet reduceret. Det har medført flere genindlæggelser af nyfødte pga. dehydrering, gulsot og ernæringsrelaterede problemer. Komiteen for Sundhedsoplysning besluttede i den anledning i 2011 at søge midler til gennemførelse af et projekt med det formål at optimere indsatsen for nyblevne familier under korttidsindlæggelse, så den matcher familiernes behov og rammerne for barselomsorg i Danmark. I 2012 blev der af Tryk-Fonden bevilliget penge til at igangsætte et ph.d. projekt, der skal udvikle, implementere og evaluere et teori- og evidensbaseret program, som skal øge forældrenes viden og handlekompetence i forbindelse med etablering af amning og sikre at barnet får tilstrækkelig mad. Dansk Sygeplejeråd har ligeledes ydet et økonomisk bidrag til undersøgelsen. Projektet blev igangsat 1. august 2012 og ph.d. studiet udgår fra Institut for Folkesundhed, Sektion for Sygepleje ved Aarhus Universitet. Ph.d. projektet blev afsluttet i juni 2016 og succesfuldt forsvaret i oktober 2016. Det samlede ph.d. studie er beskrevet i afhandlingen: "Less is more. Early discharge following birth – how do we support mothers to effective breastfeeding"?

Ni sygehusenheder⁴ i Danmark deltager i projektet. Det teori- og evidensbaserede program implementeres på 5 interventionssygehuse og ind-

4 Deltagende sygehuse: Nykøbing Falster Sygehus, Sygehus Sønderjylland, Sygehus Lillebælt, Hospitalsenheden Horsens, Regionshospitalet Viborg, Regionshospitalet Randers, Aalborg Universitetshospital, Sygehus Vendsyssel og Sygehus Thy-Mors

samlede data sammenlignes med data fra 4 kontrolsygehuse i en cluster randomiseret undersøgelse.

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

For at kvalificere personalet på sygehusene til at varetage vejledningen i henhold til programmet, blev der i 2013 udviklet og afholdt et 2 dages kompetenceudviklingsprogram som alle jordemødre, sygeplejersker og social- og sundhedsassistenter på sygehusene deltog i. I alt 350 blev uddannet. Efter uddannelsen på de enkelte sygehuse påbegyndtes vejledningen af kommende og nye forældre i overensstemmelse med programmet. Samtidig blev inklusionen af gravide iværksat på såvel interventions- som kontrolsygehuse. Det sidste lille sygehus havde inkluderet de sidste gravide i sommeren 2014. I alt 3600 indgår i projektet.

I 2016 blev artiklen "Early discharge following birth – what characterises mother and infant?" publiceret i *Sexual & Reproductive HealthCare*. Studiet viser, at 60% af alle mødre/børn blev udskrevet indenfor 50 timer, og 34% blev udskrevet indenfor 12 timer efter fødslen på de sygehuse, der deltog. Som forventet havde faktorer relateret til fødslen den største sammenhæng med tidlig udskrivelse, men også faktorer relateret til etablering af amningen havde sammenhæng med tidlig udskrivelse. Studiet er blevet præsenteret på en konference i Stockholm, på Tryk-Fondens konference i Århus og ligeledes på en temadag afholdt af forskningsgruppen "Child, Maternal, and Family Health Care".

Endelig blev hovedartiklen i ph.d'en accepteret til publicering i tidsskriftet *Maternal & Child Nutrition*. Studiet er en cluster randomiseret undersøgelse af effekten af den udviklede ammevejledning til forældre, der er korttidsindlagt efter fødslen. Studiet viser, at mødre, der er vejledt efter den nye vejledning sammenlignet med mødre, der vejledes som vanligt, er signifikant mere tilbøjelige til at amme deres barn 6 måneder efter fødslen, og børnene har en reduceret risiko for at blive genindlagt efter fødslen. Resultaterne er ligeledes beskrevet i Tidsskrift for Sygeplejersker og Tidsskrift for Jordemødre. De sygehuse, der var involveret i den cluster randomiserede undersøgelse, har alle valgt at fortsætte med at vejlede nye forældre i overensstemmelse med det nyudviklede program, og flere andre sygehuse har udtrykt interesse for programmet.

Amning – en håndbog for sundhedspersonale

Komiteen for Sundhedsoplysning har siden 2002 stået for det faglige indhold, redaktion og layout af Sundhedsstyrelsens Amning – en håndbog for sundhedspersonale. Håndbogen benyttes af *sundhedspersonale i Danmark som fagligt grundlag for deres vejledning*.

I 2016 blev håndbogen grundigt revideret, og et nyt stort kapitel om sundhedspædagogik blev tilføjet. Det sundhedspædagogiske kapitel omfatter en gennemgang af evidensen for forskellige typer af vejledning, rammen for den sundhedspædagogiske dialog samt betydningen af de psyko-sociale faktorer i relation til amning, og hvordan disse støttes i dialogen med forældrene. Det nye kapitel indeholder ligeledes nogle cases, som illustrerer sundhedspædagogikken.

Robusthed.dk er et videns- og inspirationsprogram, udviklet til børn, unge, forældre og fagprofessionelle, der har med mennesker at gøre i deres daglige arbejde. Robusthedsprogrammet er udviklet af overlæge Poul Lundgaard Bak, oprindeligt i regi af Aarhus Universitet, men Robusthed.dk blev i 2015 placeret i Komiteen for Sundhedsoplysning som et selvstændigt sekretariat med henblik på udvikling og udbredelse.

Robusthed.dk har i 2016 udviklet et manualbaseret 5-dages basiskursus med henblik på anvendelse af Robusthedsprogrammet og den bagvedliggende tænkning. Kurset er henvendt til faggrupper, der ønsker at anvende værktøjerne i praksis. Programmet består dels af hjemmesiden Robusthed.dk og dels af en materialesamling, der er udviklet til at understøtte professionelles arbejde med mental robusthed, efter de har gennemført basiskurset. En række små film, præsentationsmaterialer samt praktiske øvelser og aktiviteter er i den forbindelse udviklet og blevet tilgængelige for kursisterne.

Derudover udbyder Robusthed.dk foredrag og workshops.

Robusthed.dk har haft travlt i 2016. Der har været særlig fokus på børn- og ungeområdet, dels med deltagelse på årskonferencer og landsmøder for forskellige sundhedsfaglige organisationer, og dels med kursusforløb i kommunerne.

Således er der i Favrskov Kommune gennemført en kursusrække for fagpersoner, der til dagligt arbejder med kommunens mindste borgere. Projektet var en del af en målrettet indsats på 0-6 års-området og havde til formål at understøtte arbejdet med førskolebørns robusthed, dvs. deres evne til at tackle livets små og store udfordringer.

I Lemvig Kommune blev medarbejdere på samtlige institutioner og skoler i hele kommunen uddannet i Robusthedsprogrammet. Derfor kommer alle børn og unge i alderen 0-18 år fremover til at møde pædagoger og lærere, der ved hvad det handler om, når man som individ skal udvikle robusthed. Med uddannelsen har medarbejderne fået fokus på betydningen af, hvad det vil sige for børn og unge at møde passende udfor-

dringer, og hvordan man målrettet kan arbejde på udvikling af robuste fællesskaber.

En række forskningsprojekter omkring Robusthedsprogrammet nærmer sig med udgangen af 2016 afslutningen, og nye projekter er i støbeskeen sammen med danske og internationale partnere, både på forskningsområdet, men også i praksis. Et af de meget spændende i den sammenhæng er uddannelse af medarbejdere på sikrede institutioner for unge. Dette projekt er påbegyndt i december 2016 og fortsætter ind i 2017. Det nyeste modul om robuste fællesskaber forventes færdigudviklet i 2017.

Mental sundhed på arbejdspladser

Omfattende partnerskab og følgegruppe

Sammen om mental sundheds sekretariat har samlet i alt 23 partnerskabsmedlemmer på tværs af sundheds- og beskæftigelsesområdet - både arbejdsmarkedets parter, erhvervslivet, patientforeninger, kommuner, stat og regioner.

De 23 partnere i Sammen om mental sundhed er ved årsskiftet Cowi, Dansk Arbejdsgiverforening, Det sociale netværk, Dansk Erhverv, Dansk Industri, Cabi, Falck Healthcare, FTF, Håndværksrådet, Lederne, LO, 3F, Arbejdstilsynet, Akademikerne, Psykiatrifonden, Danske Regioner, KL, Dansk Metal, DepressionsForeningen, Pension Danmark, EN AF OS, Arbejdsmiljø København og Styrelsen for Arbejdsmarked og Rekruttering. Desuden er Arbejdsmiljørådet indtrådt som observatører i partnerskabet. De har ingen beslutningskompetence, men deltager på møderne.

Sekretariatet har afholdt tre partnerskabsmøder i 2016 i hhv. april, juni og november. Desuden er partnerskabet inddraget via bl.a. telefonmøder, workshops og skriftlig feedback. Partnerne har udvist stor tilfredshed med denne inddragelsesform og -grad.

På den store interesse for projektet har sekretariatet i samarbejde med Sundheds- og Ældreministeriet nedsat en følgegruppe til partnerskabet for interesserede, der er kommet til, efter projektets afgørende beslutninger er truffet. Følgegruppen har foreløbig otte medlemmer.



Følgegruppen til partnerskabet, der blev nedsat ultimo 2016, består ved årsskiftet af Uddannelsescenter for Mental Sundhed v. Tørring Uddannelsescenter, PPD Denmark, Krifa, Hjerteforeningen, FOA, HK, Pensam og Forsikring & Pension.

Der er ikke afholdt møder med følgegruppen i 2016, men aftalt møde i marts 2017.

Nytænkende strategi

Sekretariatet har udarbejdet en kommunikationsstrategi som ramme for arbejdet. Strategien lægger op til netværkskommunikation, hvor partnerskabet er ekspert på og kontaktflade til indsatsens målgruppe: små og mellemstore virksomheder (op til 100 ansatte). Sekretariatet tilretter derfor indsatsen til partnernes behov i deres arbejde med målgruppen og klæder dem samtidig på, så deres indsats minimeres mest mulig. Netværksstrategi gennem så bredt et partnerskab er os bekendt ikke set før på dette felt. Men den har indtil videre været succesfuld. Størstedelen af partnerne har formidlet indsatsens tiltag til målgruppen og det gennem en bred vifte af kanaler, både sociale medier og mere traditionelle skriftlige medier. Hertil kommer den tilfredsstillende nationale og lokale pressedækning initieret af sekretariatet selv.

Netværksstrategien har omkring lancering i 2016 resulteret i følgende udbredelse forestået af partnerne: Minimum 15 Facebook-opslag, 18 omtaler på hjemmesider, fem omtaler i nyhedsbreve, fire artikler i medlemsblade, seks præsentationer på møder, konferencer eller i netværksgrupper, 17 Twitter-opslag, to kurser for medarbejdere, to LinkedIn-opslag og en mailrundsending til målgruppen. Det giver i alt 70 omtaler af projektet blot i forbindelse med lanceringen som et direkte resultat af netværksstrategien. Til eksempel kan nævnes, at partnerne i gennemsnit har 16.000 følgere på Facebook. Hertil kommer alle de omtaler, som sekretariatet ikke direkte er blevet gjort opmærksom på, samt at flere partners medlemsorganisationer også har kommunikeret lanceringen ud til deres medlemmer.

Sekretariatets nationale og lokale presseindsats resulterede omkring lancering desuden i indslag i følgende medier: Minimum forside, leder og hele midteropslaget i BT, artikel i Metro Express, Avisen.dk, Cedi, Nordjyske, Jubii, Malerforbundet, Berlingske, BT.dk, Jyllands Posten, Ritzau Fokus og Ritzaus Bureau. Hertil skal lægges løbende pressedækning, som sekretariatet ikke har initieret. I 2017 fortsætter sekretariatet regi-

onal og national presseindsats særligt i forbindelse med kollegaindsats. Desuden vil der blive lagt særlig vægt på fagmediers pressedækning af indsatsen.

Netværksstrategien gør, at alle aktiviteterne udformning løbende har ændret sig i højere eller mindre grad efter partnernes behov og ønsker. For eksempel har sekretariatet i stedet for blot at udvikle et materiale til kurser for rådgivere, der arbejder med målgruppen, valgt, at udbredelsen af værktøjskassens muligheder sker ad mange veje. Helt konkret suppleres præsentationsmaterialet (udformet som en PowerPoint-præsentation, man kan tilpasse det enkelte publikum) med materiale i anden form, som partnerne kan anvende over for målgruppen af andre veje end oplæg, kursusaktiviteter og udlevering af skriftligt materiale. Det kan være alt fra telefonrådgivningsguides til klistermærker og postkort til at uddele på arbejdspladser. Fælles for materialet er, at det giver enkle råd, målgruppen kan bruge nu og her, samtidig med det udbreder kendskabet til den digitale værktøjskasse og dens anvendelighed.

Tilpasningen til partnernes ønsker, behov og udfordringer har også resulteret i ikke at etablere andre "egne" formidlingskanaler end hjemmesiden. I stedet benyttes de 23 af partnernes allerede etablerede og velbesøgte kanaler (igen kan nævnes de i gennemsnit 16.000 følgere på Facebook) for ikke at skabe endnu en facebookside, nyhedsbrev eller andet, som målgruppen skal holde sig orienteret i.

Sekretariatet fortsætter udbredelsesarbejdet gennem netværksstrategien i 2017, hvor partnerne fortsat klædes på med matchende udbud af materialer til udbredelse gennem deres respektive kanaler. Se mere under Fremadrettet udbredelse.

Grundigt forarbejde

Ovennævnte succes med netværksstrategien kan formentlig bl.a. tilskrives, at sekretariatet grundigt har undersøgt den brede kreds af partneres forskelligartede behov for materialer og aktiviteter og tilrettet indsatsen hertil. I projektets indledende fase har sekretariatet foruden undersøgelserne af partnernes behov også foretaget en række andre undersøgelser, herunder kortlægning af eksisterende værktøjer inden for psykisk arbejdsmiljø, kvalitative undersøgelser af virksomheders behov og udfordringer samt kvantitativ baselinemåling af bl.a. udfordringer i virksomheder samt deres kendskab til værktøjer.

Sekretariatet har i 2016 foretaget og færdiggjort fire undersøgelser:

1. Kvalitativ undersøgelse af behov og ønsker blandt 22 medarbejdere og ledere i offentlige og private virksomheder – over halvdelen i virksomheder med under 50 ansatte.

De semi-strukturerede interviews blev foretaget pr. telefon. Hovedkonklusionerne var, at alle virksomheder har erfaring med mentale helbredsproblemer, men at indsatserne på området er ustrukturerede, og hvor man typisk tyer til eksterne, dyre løsninger. Fokus er især på stress. Der er et ønske om dialog, og at man holder øje med hinanden, men i praksis er det svært at tale om, svært at spotte en medarbejder, der har problemer, og man er i visse typer virksomheder sjældent samlet, hvilket gør det vanskeligt at arbejde med evt. problemer og lave forebyggende indsatser. Der mangler ifølge de interviewede fokus på og viden om, hvad man kan gøre, og hvad den "rigtige" løsning er.

2. Kvalitativ undersøgelse af behov, ønsker og forventninger blandt de daværende 16 partnere.

De semi-strukturerede interviews blev foretaget ved besøg hos den enkelte organisation og var af ca. en times varighed. Spørgeguiden havde 10 temaer. Kort fortalt mener partnerne, der er meget viden og mange værktøjer i forvejen, men at de mange valgmuligheder skaber handlingslammelse. De mener derfor, der er brug for systematisering og kompleksitetsreduktion, så der skabes tilgængelighed og anvendelighed. Derudover ser de partnerskabet som en mulighed for at tænke arbejdsmiljø, sundhed og strategi/drift sammen og altså nedbryde en klassisk silotænkning på området.

3. Kortlægning af eksisterende, konkrete værktøjer omhandlende mental sundhed.

Undersøgelsen blev foretaget som desk research og telefoninterviews med de daværende 16 partnere samt organisationer, de henviste til. Det resulterede i 403 indsamlede værktøjer i alt, som partnerne meldte ind med som de værktøjer, der blev brugt på området. Værktøjerne kommer fra alle brancher og alle typer organisationer. Der blev lagt vægt på, det udelukkende var konkrete, brugbare værktøjer. Typisk var det pjecer, film, dialogværktøjer, kurser og gode råd på skrift, fx til punkter i en fastholdelsesplan. Over 80 % af materialerne omhandler særligt forebyggelse. Materialet er typisk målrettet leder, medarbejder eller begge dele og i mindre grad kolleger og nøglepersoner på arbejdspladsen.

4. Kvantitativ baseline-måling af udfordringer i små og mellemstore virksomheder.

Spørgeskemaundersøgelsen havde 1591 respondenter ligeligt fordelt mellem mænd og kvinder, ansat i både det offentlige og private, fordelt på alle brancher, fra alle erhvervsaktive aldersgrupper og både med og uden personaleansvar og både med og uden en særlig funktion i forhold til arbejdsmiljøet. Overordnet viste undersøgelsen, at 58 % har oplevet mentale helbredsproblemer på deres arbejdsplads enten inden for det seneste halve år (38 %) eller tidligere (20 %). 40 % har dog ikke talt med nogen om mentale helbredsproblemer inden for det seneste halve år, selvom 64 % mener, at det man bør gøre som kollega, når der er mentale helbredsproblemer, netop er at tale om dem. De, der har talt om det, har typisk talt med deres kolleger (32 %) eller deres familie (32 %). De tre største udfordringer opleves blandt de adspurgte som at finde ud af, hvornår det er alvorligt, hvor meget man må blande sig, og hvad man så skal sige. Kun 21 % har tilstrækkeligt kendskab til viden om værktøjer på området. Størstedelen af de adspurgte finder det svært eller meget svært både at forebygge mentale helbredsproblemer, at spotte dem, at fastholde medarbejdere med mentale helbredsproblemer og at sikre tilbagevenden til arbejdspladsen efter sygemelding pga. mentale helbredsproblemer.

Målgruppetilpasset løsning

På baggrund af de grundige undersøgelser har sekretariatet foruden en visuel identitet for Sammen om mental sundhed fundet behov for at udvikle én samlet digital værktøjskasse på www.mentalsundhed.dk på tværs af partnernes holdninger og viden. Modsat typiske parallelinitiativer på området skal værktøjskassen gøre det lettere for den enkelte medarbejder, leder, kollega og nøgleperson at finde netop de gode, konkrete råd og værktøjer, de har brug for – både når det gælder forebyggelse, fastholdelse eller tilbagevenden til arbejde efter en sygemelding. Alle værktøjskassens gode råd er udvalgt og kvalificeret af forskere og formidlere fra Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø. For at kunne opbygge og formidle denne vidensbase har sekretariatet først måtte kortlægge den eksisterende viden og praksis på området. Herefter er indholdet i kortlægningen inddelt efter typisk stillede spørgsmål og dertilhørende svar – også kaldet det dialogiske princip – for at tage højde for målgruppen. Umiddelbart virker dette som en velvalgt løsning. I en brugertest har målgruppen efterfølgende udvist stor tilfredshed.

Den omfattende vidensbase opbygget af sekretariatet – på baggrund af kortlægning af eksisterende viden og værktøjer på området - består i dag af:

- Fire indgange fordelt på roller: "Mig som medarbejder", "Mig som kollega", "Mig som leder", "Mig som nøgleperson"
- Tre faser under hver indgang: "Forebyg", "Bliv i arbejde", "Find tilbage"
- I alt 101 spørgsmål med tilhørende svar
- Henvielse til 403 udvalgte værktøjer, som også findes særskilt i en søgefunktion med afkrydsningsfelter.

Det udgør således til sammen den digitale værktøjskasse, der blev lanceret d. 6. oktober 2016. Trods den samlede store mængde af viden og værktøjer, som værktøjskassen giver adgang til, ser brugerne alligevel ud til at kunne anvende værktøjskassen efter hensigten pga. den systematiske, målrettede inddeling og de målgruppetilpassede formuleringer. Sekretariatets brugertest af hjemmesiden viser nemlig, at sitet virker overskueligt, godt struktureret og let tilgængeligt med høj troværdighed. Testpersonerne mener, det er let og hurtigt at finde det indhold, som er relevant for dem. Desuden roser testpersonerne værktøjerne, der stilles til rådighed samt designet. Brugertesten havde otte deltagere fordelt mellem de fire roller og både offentlig og privat ansatte i små og mellemstore virksomheder. På baggrund af de positive resultater har testen kun resulteret i mindre ændringer så som at slette et ord eller ændre farven på en punktopstilling, som primo 2017 tilrettes brugernes ønsker. Et af de første add-ons til den hjemmeside, der i første omgang var budgetteret med, bliver videomateriale, så hjemmesiden får flere visuelle elementer.

Ved årsskiftet havde hjemmesiden haft over 13.000 besøgende. Det svarer til i gennemsnit knap 150 besøgende om dagen.

Fremadrettet udbredelse

Sekretariatet har i tæt samarbejde med partnerne tilrettelagt de indsatser, der yderligere skal udbrede kendskabet og anvendeligheden af Sammen om mental sundhed. Indsatserne udrulles løbende i 2017 af både sekretariatet og partnerne, og netværksstrategien skal således for alvor stå sin prøve i det kommende indsatsår. Sekretariatet har desuden påbegyndt udviklingen af mulige forankringsstrategier, som primo 2017 skal drøftes med partnerne.

Primo 2017 foretages på baggrund af desk research en rundringning til partnerne, der skal afklare for sekretariatet, hvordan de kan hjælpe part-

nerne helt i mål med at udbrede indsatsen i så mange sammenhænge som muligt samt give indhold til et samlet årshjul af 2017-aktiviteter blandt partnerne i relation til Sammen om mental sundhed.

Som en del af udviklingen af materiale har sekretariatet afholdt et fokus-gruppeinterview samt telefoninterviews med særlige ressourcpersoner blandt partnerne, der har som en del af deres opgaveportefølje at udvikle og anvende lign. materiale i målgruppen. Formålet har været at tilrette materialet til partnernes behov. Sekretariatet og partnerne har til sammen afholdt fire indledende oplæg og uddelt knapt 1000 pjecer og andet materiale udviklet til indsatsen.

Desuden har sekretariatet indsamlet målgruppeundersøgelser om bl.a. foretrukne kanaler og budskaber samt afdækket partnernes ønsker omkring og muligheder for at udbrede kollegamateriale. Bl.a. ønsker partnerne senere i 2017 at afholde en fælles kampagne. Udviklingen af denne er således på tegnebrættet primo 2017 som den primære indsats særligt målrettet kolleger.

MIT kokkeri gik i marts 2016 ind i sin anden projektperiode, da Nordea-fonden bevilgede midler til projektets videreførelse frem til 2019.

Fokus er i denne periode på at forankre de velevaluerede oplevelser, der kom ud af projektets første periode 2014-2016.

Landets skoler har siden efteråret 2014 kunnet bestille *MIT kokkeri* som en gratis kogebog – en gave til deres elever til at tage med hjem. 154.000 elever havde i december 2015 modtaget bogen via deres skole. En kvalitativ og kvantitativ evaluering af den første projektperiode foretaget blandt mere end 1100 elever og 300 lærere viste yderst positiv effekt af projektet på børns madglæde og viden om mad, og det er disse resultater, som projektet nu i anden periode arbejder for at forankre.

Denne forankring foregår hovedsagelig gennem:

- Distribution og tryk af eksisterende bog med få korrektioner
- Opgradering af det digitale univers – herunder opgradering af web-sitet – samt PR
- Konzeptudvikling af *MIT kokkeri* madklub

I første projektår af anden projektperiode er 65.000 bøger blevet uddelt i landets grundskoler, hvilket betyder, at mere end 200.000 børn og unge i Danmark har fået *MIT kokkeri* siden 2015.

I 2016 har der særligt været fokus på madklubberne. Her mødes børn og deres professionelle voksne i deres vante omgivelser – lige fra spejdertruppen til bostedet – og laver mad i fællesskab ud fra *MIT kokkeri*-kogebogen. Som altid er værdierne madlavningsglæde, madlavningsevner, æstetik og fællesskab i centrum. De første pilotmadklubber er afholdt med stor succes og bringer tro på, at *MIT kokkeri* i resten af anden projektperiode vil sprede madglæde og madlyst hos mange flere af landets børn. Målet er, at der er etableret 40 madklubber frem mod udgangen af 2018. Madklub-konceptet udbredes og markedsføres gennem inspirationskurser for potentielle madklubledere rundt i landet samt digital vidensdeling.

Ud over opstart af madklubber er 2016 blevet brugt på at forberede den store revidering af bogen. Målet for de nye opskrifter er, ligesom for de eksisterende, at råvarerne skal kunne købes overalt og ikke må være for dyre. Dette mål er igen sat for at trække på de erfaringer, vi har fået i første projektperiode, herunder at gøre det muligt for alle at være med.

Også *MIT kokkeris* website er blevet opdateret. Særligt er det blevet optimeret, så det er mere brugervenligt på tablet og mobil. Ligeledes er der udviklet et særligt site til madklubberne med tilmelding og materiale.

Et sidste fokusområde har været planlægningen af en forestående evaluering af projektet samt begyndelse af evalueringsdesignet. Evalueringen er planlagt til at finde sted i 2017 og 2018.

Evalueringen vil som planlagt få fokus på *MIT kokkeris* anvendelse og betydning med fokus på skoleelevers madlavningsfærdigheder, oplevelser og brug af såvel (den nye) kogebog som web-universet. De nye madklubber skal ligeledes evalueres, hvad angår effektivitet og pædagogisk udbytte, dvs. hvilken betydning de får for deltagernes engagement, og hvordan *MIT kokkeri* konkret anvendes i de forskellige madklubbers regi. Endelig er det planlagt at undersøge, hvordan køn, alder, etnicitet og forældres uddannelse/arbejde har betydning for, om *MIT kokkeri* retter sig mere til nogle børn og unge frem for andre.

Lancering af FAR både iOS og Android

Som et nyt skud på stammen udvidede vi i 2016 Komiteens app portefølje med en ny app, som vi kalder FAR. FAR er en app, som henvender sig til fædre og spænder fra graviditeten op til barnets 3. leveår.

FAR er udviklet som en maskulin pendant til Gravid og Min baby. Det meste indhold er skrevet af de to far-bloggere Kasper Susaa og Laus Risby fra DaddyO.dk med faglig assistance fra vores redaktør Birgitte Dansgaard.

Derudover er FAR også et samarbejde med Danske Fysioterapeuter. Sammen med dem udviklede vi en række videoer med motorisk stimulerende øvelser for baby og fysisk træning for faren.



FAR appen er ligesom Gravid udviklet i samarbejde med TrygFonden. Den tekniske udvikling er udført af Touchlogic og den grafiske er udviklet af Ajukreizi.

Far appen indeholder

- Leksikon, med viden skrevet af fædre til fædre
- Find nærmeste cafe, pusleplads eller legeplads
- Tril med baby – hvor man kan måle, hvor langt man har trillet med sin barnevogn
- Træn med baby – motorisk stimulerende øvelser til baby, der også giver far sved på panden
- Huske- og tjeklister – både til fødsel og fx sikring af hjemmet

Appen blev lanceret i begyndelsen af marts til iOS, og appens liv blev skudt i gang med en event hos Fleisch i Kødbyen. Der var fint fremmøde til eventen, og appen blev modtaget med stor pressebevågenhed. Den nåede både at blive omtalt i Go' morgen Danmark, MetroXpress og i diverse blogs.

I august kom FAR appen også til Android. I løbet af appens første leveår har knapt 10.000 (præcis 9963) iOS og Androidbrugere downloadet den.



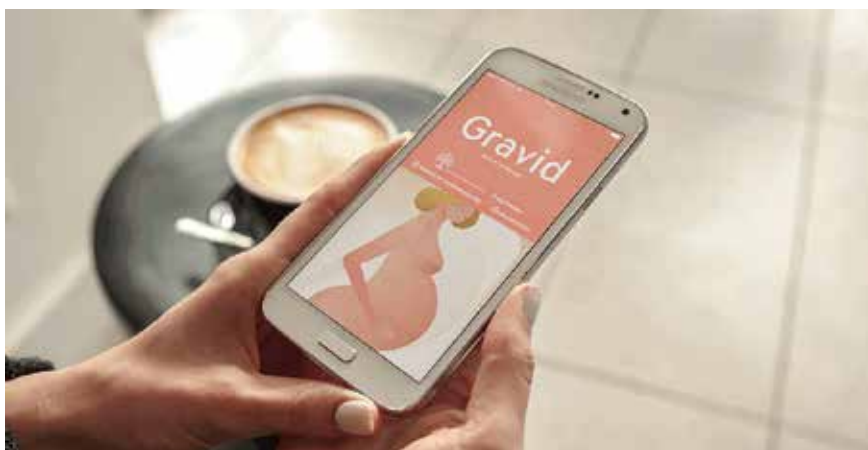
Eksempel på squat øvelse med baby

Gravid opdateret og lanceret på Android

Efter at Gravid i godt et år ikke har været udbudt på Android besluttede vi i 2016, at det var på tide at få den på Android igen.

I forbindelse med relanceringen på Android, valgte vi også at opdatere navigationen i Gravid på Android. Så vi håber, at brugere vil føle, at de får en endnu bedre app nu.

Primo december blev Gravid tilgængelig på Google Play, Android apps markedsplads. Appen er i december måned blevet downloadet 217 gange via Google Play.



Publikationer

Journalistisk og redaktionel bistand samt layout og distribution er en del af Komiteens kerneydelser. Gennem mange år har vi samarbejdet med blandt andre Sundhedsstyrelsen, Fødevarestyrelsen og DSAM. Produktionen har bestået af både nye udgivelser og revision af tidligere producerede.

Nyheder i 2016

Med Sundhedsstyrelsen

- Mad til små, se side 49.
- Sunde børn i et nyt land, se side 49.
- Ernæring til spædbørn og småbørn, se side 50.
- Forebyggelse af rusmiddelskader hos fostre, se side 50.
- Gravid, undersøgelser af barnet i maven, se side 51.

Med Aarhus Universitet:

- Malte og Maltes mave, se side 56.

Med Vidensråd for Forebyggelse

- Forebyggelse af nedsat frugtbarhed, se side 56.

Med DSAM


- Hypo- og hyperthyreose hos voksne, Klinisk vejledning for almen praksis, se side 57.
- Implementeringshåndbogen, se side 57.
- KOL – klinisk vejledning (elektronisk) og laminerede ark, se side 57.

Med Fødevarestyrelsen

- Gi' madpakken en hånd, se side 58.

Egne udgivelser

- Visuelt dialogredskab. Helbredsbedømmelse af nyankomne flygtninge, se side 61
- LÆR AT TACKLE på væresteder, se side 62.
- LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende, se side 62.



Komiteen har desuden opdateret og revideret en række publikationer. Beskrivelse af såvel nye som reviderede publikationer kan ses på de følgende sider.

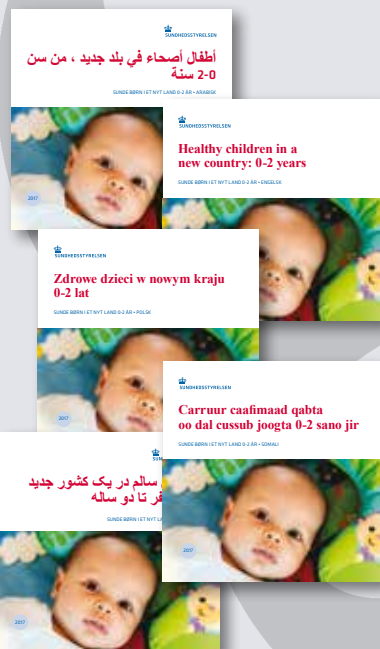
I samarbejde med Sundhedsstyrelsen

Mad til små

Bogen henvender sig til nye forældre og kan bruges som bindeled mellem sundhedsplejersken og familier, når det gælder spørgsmål om barnets mad. Den indeholder aldersopdelte, lettilgængelige ernæringsafsnit, opskrifter på barnets første mad og et leksikonafsnit med mere detaljeret information. Bogen indeholder endvidere laminerede ark med korte beskrivelser af barnets mad i de forskellige overgangstadiet. Arkene egner sig til ophæng på køleskabet. Bogen er også velegnet til dagtilbud og andre med ansvar for børns kost. Udgives i et samarbejde mellem Sundhedsstyrelsen, Fødevarestyrelsen og Komiteen for Sundhedsoplysning.

Sunde børn i et nyt land

Hæftet er en vejledning til flygtninge og migranter, der har fået barn i Danmark, og som skal leve her som familie. Det beskriver de danske sundhedsanbefalinger på børneområdet, herunder barsel, børneundersøgelser, vaccinationer og ernæring. Hæftet beskriver desuden generelle, kulturelle normer for barnepleje og samvær med barnet, som de fleste i Danmark genkender. Hæftet kan bruges som bindeled imellem forældrene og sundhedsplejersken, lægen eller andre med relation til barnet. *Sunde børn i et nyt land* er udgivet på arabisk, engelsk, polsk, somali og farsi – alle med en sideløbende dansk tekst, som den dansksprogede sundhedsfaglige kan orientere sig i.



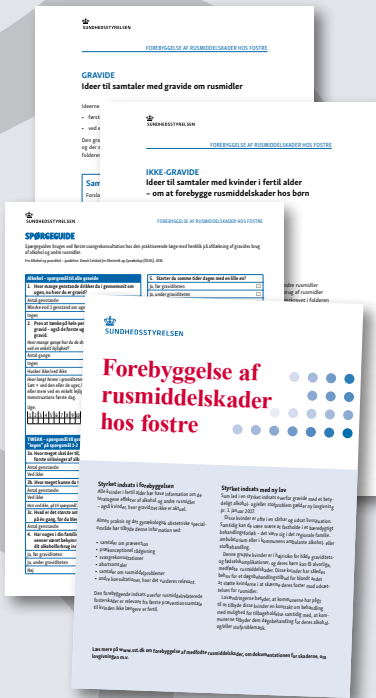


Ernæring til spædbørn og småbørn – en vejledning til sundhedspersonale

Bogen henvender sig til sundhedspersonale, der vejleder familier med spædbørn og småbørn. Her præsenteres nye anbefalinger vedrørende mælk, jern, fisk og gluten – samt jern- og vitamintilskud til børn født præmaturt. Bogen formidler endvidere den nyeste viden om udvikling af børns smag og smagspræferencer, ligesom der indgår et selvstændigt afsnit om børns spiseproblemer og forebyggelse heraf.

Forebyggelse af rusmiddelskader hos fostre

Folder og lamineret ark udsendt til almen praksis og det gynækologisk obstetriske specialområde med information om styrket indsats i forebyggelsen af rusmiddelskader hos fostre. Sundhedsstyrelsen fremhæver, at alle kvinder i fertil alder bør have information om de teratogene effekter af alkohol og andre rusmidler – også kvinder, hvor graviditet (endnu) ikke er aktuel. Formålet med indsatsen er effektiv forebyggelse, reduktion af abortrisiko, tryggere graviditeter og tidlig afdækning af rusmiddelproblemer, hvor det er aktuelt. Til det trykte materiale knytter sig elektronisk information, som kan findes på Sundhedsstyrelsens hjemmeside, www.sst.dk



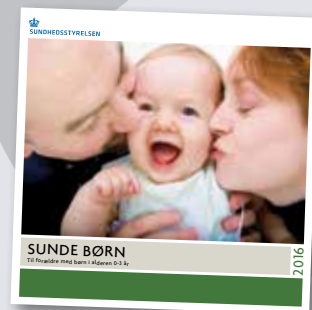
Gravid, undersøgelser af barnet i maven – elektronisk, på seks sprog

Sundhedsstyrelsens vejledning til gravide med de nye, reviderede retningslinjer for fosterdiagnostik. Her beskrives, hvilke tilbud gravide skal have på områderne: prænatal information, risikovurdering, rådgivning og diagnostik.

Fra 1. marts 2017 indgår endvidere to nye undersøgelsesmetoder som et nationalt ensartet tilbud: Non-Invasiv Prænatal Test (NIPT) og kromosom mikroarray. I materialet er der lagt vægt på, at kommende forældre skal have grundig information om deres valgmuligheder. Materialet udgives på dansk, arabisk, engelsk, farsi, polsk og somali. Alle sprogversioner findes i en web- og en printversion, som begge kan downloades fra <https://www.sst.dk/da/udgivelser/2017/gravid-undersogelser-af-fostret>

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. Der er endvidere en omfattende opslagsdel 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.





Sunde vaner før, under og efter graviditet – på 9 sprog

Et læsevenligt hæfte med råd om sund livsstil før, under og efter graviditet. Hæftet giver information om, hvordan man *før* graviditet kan forberede sig på svangerskabet, hvordan man *under* graviditeten bør spise, drikke og motionere, og hvad man skal være opmærksom på *efter* fødslen. Sunde vaner er Sundhedsstyrelsens anbefalinger til kommende forældre. Hæftet kan bruges som fælles reference og være bindeled mellem jordemoder, kommende forældre og den praktiserende læge.

Udover den danske udgave er Sunde vaner udgivet på 8 sprog i 2015. Hæfterne er til brug for sundhedspersonale med kontakt til fremmedsprogede, der venter barn.

Sunde vaner findes på dansk, arabisk, engelsk, fransk, pashto, polsk, somali, tyrkisk, urdu.

Rygestop-guide

En guide til mennesker, der gerne vil holde op med at ryge. Den indeholder råd om, hvordan man bedst forbereder sig, gennemfører stoppet og forbliver røgfri. Guiden kan bruges selvstændigt eller i forbindelse med organiseret rygeafvænning. Rygestop-guiden udleveres gennem Stoplinien, på rygestopkurser, eller den kan bestilles på Komiteens webshop, www.kfsbutik.dk

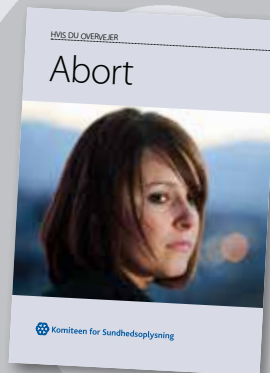
Præventionsmaterialer

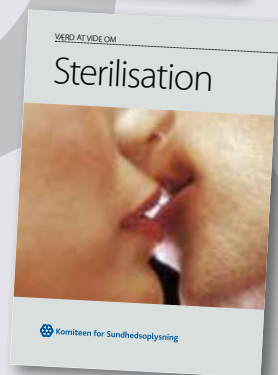
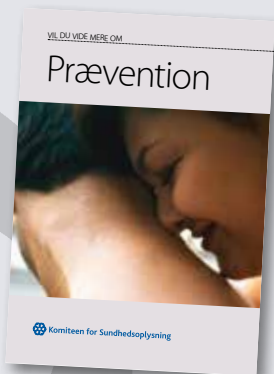
Din præventionsguide

Præventionsvejledning til brug for skolesundhedstjenestens samtale med folkeskolens ældste elever. På en let tilgængelig måde oplyses om eksisterende præventionsmetoder samt fordele, ulemper og sikkerhed ved hver metode. Desuden orienteres der om seks sygdomme, graviditet og abort samt kroppens udvikling i puberteten. Bogen henvender sig til unge, der leder efter den helt rigtige metode til at undgå uønsket graviditet og seksuelt overførte sygdomme.

Abort

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.





Prævention – elektronisk udgave

Bogen oplyser om tilgængelige præventionsmetoder samt fordele, ulemper og sikkerhed ved hver enkelt metode. Desuden orienteres der om seks sygdomme 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 aborthandlingsplan. Kan downloades fra www.kfsbutik.dk

Sterilisation – elektronisk udgave

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. Kan downloades fra www.kfsbutik.dk

Screening

Undersøgelse af celleforandringer i livmoderhalsen

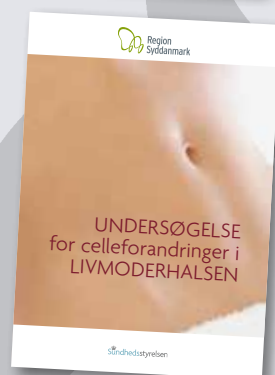
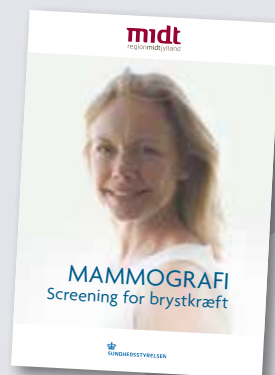
Sundhedsstyrelsens beskrivelse af det officielle screeningstilbud til kvinder om forebyggende undersøgelse for livmoderhalskræft. Hæftets indhold giver landsdækkende information, mens omslaget er tilpasset den enkelte region med lokale kontaktinformationer m.v. Hæftet udsendes i samarbejde med regionerne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

Screening for tyk- og endetarmskræft

Sundhedsstyrelsens beskrivelse af det officielle tilbud til borgere i alderen 50-74 om screening for tyk- og endetarmskræft. Hæftet udsendes sammen med prøvetagningsudstyr til alle, der får tilbud om undersøgelse og giver landsdækkende information om prøvetagningen, svar-tider og mulige supplerende undersøgelser.





Med Aarhus Universitet

Malte og Maltes mave

Børnebogen fortæller børn, deres forældre og andre interesserede om, hvad en funktionel lidelse er. Teksten er delt i to. Første del er en historie om drengen Malte, som får en funktionel lidelse. Historien er egnet som højtlesning for børn i 5-12-årsalderen. Anden del er information til forældre og andre voksne, som er i kontakt med børn med funktionelle lidelser. Denne tekst står til sidst i bogen og knytter sig afsnit for afsnit til bogens historie i første del.



Med Vidensråd for Forebyggelse

Forebyggelse af nedsat frugtbarhed

Nedsat frugtbarhed og ufrivillig barnløshed bliver traditionelt søgt bekæmpet ved at tilbyde fertilitetsbehandling – mens der ikke er tradition for at *forebygge* på dette område. Det er væsentligt at bevare den høje kvalitet og lige adgang til fertilitetsbehandling. Men forebyggelse, der kan mindske risikoen for nedsat frugtbarhed og mindske behovet for fertilitetsbehandling, er et overset område, som Vidensråd for Forebyggelse sætter fokus på i denne rapport, der gennemgår de forebyggelige risikofaktorer og generelle forebyggelsesindsatser.

Med DSAM

Hypo- og hyperthyreose hos voksne, Klinisk vejledning for almen praksis

DSAM's 6 vejledning om hypo- og hyperthyreose samt de subkliniske varianter af disse tilstande. Vejledningen fokuserer på den del af udredning, behandling og kontrol, der foregår i almen praksis.

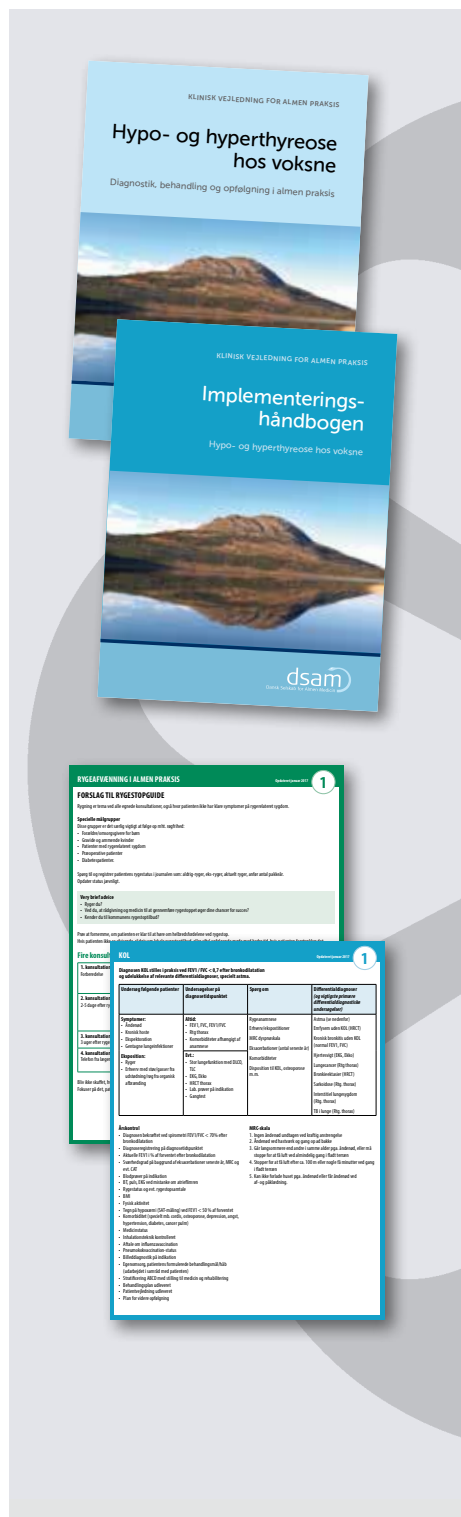
Implementeringshåndbogen

Implementeringshåndbogen ledsager den kliniske vejledning om Hypo- og hyperthyreose. Den rummer konkrete redskaber til, hvordan almen praksis kan håndtere patienter med thyreoidealidelser i overensstemmelse med anbefalingerne i den kliniske vejledning.

KOL – klinisk vejledning (elektronisk) og laminerede ark

DSAM's KOL-vejledning omfatter patienter med KOL i alle sværhedsgrader. I Danmark er KOL den fjerdehyppigste dødsårsag, og hver dag dør 16 mennesker på grund af lungesygdommen. Det er hensigten, at vejledningen skal være et redskab til, at mennesker med symptomer på KOL bliver diagnosticeret, og at de tilbydes en tidssvarende (og evidensbaseret) kontrol og omsorg i almen praksis, i form af relevant opfølgning, behandling og rehabilitering. Indsatsen overfor patienter med KOL skal gerne resultere i færre indlæggelser/genindlæggelser og forbedring af patienternes livskvalitet. Vejledningen udkommer kun elektronisk, og kan læses på www.dsam.dk.

De laminerede ark er udsendt til alle praktiserende læger.



RYKSTAFVENNING I ALMEN PRAKSIS

FØRSLAG TIL RYKSTOPPEDE

Oplysning er en værdifuld hjælp til at sikre, at patienterne får den rette opfølgning på rygestoppeperioden.

Specielle målgrupper

- Patienter med alvorlig rygning (10 eller mere sigaretter om dagen)
- Patienter med alvorlig rygning (10 eller mere sigaretter om dagen)
- Patienter med alvorlig rygning (10 eller mere sigaretter om dagen)
- Patienter med alvorlig rygning (10 eller mere sigaretter om dagen)

Udvalgte målgrupper

- Patienter med alvorlig rygning (10 eller mere sigaretter om dagen)
- Patienter med alvorlig rygning (10 eller mere sigaretter om dagen)
- Patienter med alvorlig rygning (10 eller mere sigaretter om dagen)

Udvalgte målgrupper

- Patienter med alvorlig rygning (10 eller mere sigaretter om dagen)
- Patienter med alvorlig rygning (10 eller mere sigaretter om dagen)
- Patienter med alvorlig rygning (10 eller mere sigaretter om dagen)

RYKSTAFVENNING I ALMEN PRAKSIS

FØRSLAG TIL RYKSTOPPEDE

Oplysning er en værdifuld hjælp til at sikre, at patienterne får den rette opfølgning på rygestoppeperioden.

Specielle målgrupper

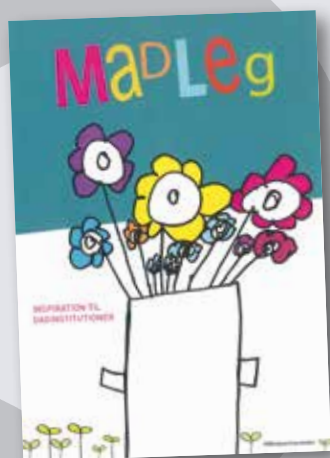
- Patienter med alvorlig rygning (10 eller mere sigaretter om dagen)
- Patienter med alvorlig rygning (10 eller mere sigaretter om dagen)
- Patienter med alvorlig rygning (10 eller mere sigaretter om dagen)

Udvalgte målgrupper

- Patienter med alvorlig rygning (10 eller mere sigaretter om dagen)
- Patienter med alvorlig rygning (10 eller mere sigaretter om dagen)
- Patienter med alvorlig rygning (10 eller mere sigaretter om dagen)

Udvalgte målgrupper

- Patienter med alvorlig rygning (10 eller mere sigaretter om dagen)
- Patienter med alvorlig rygning (10 eller mere sigaretter om dagen)
- Patienter med alvorlig rygning (10 eller mere sigaretter om dagen)



Med Fødevarestyrelsen

Gi' madpakken en hånd

Ny, udvidet udgave af den populære folder med ideer og gode råd om en sund og lækker madpakke. Udover inspiration til madpakken giver den information om Nøglehulsmærket og Fuldkornslogoet ligesom den kommer med tips, der gør madpakken bedre og arbejdet med at fremstille den meget nemmere. Udgivet i et samarbejde mellem 6 om dagen, Fagligt Fælles Forbund og Fødevarestyrelsen.

Måltidspartnerskabet

Madleg – til medarbejdere i børnehaver og forældre

Madleg beskriver syv elementer i maddannelsen og deres sammenhæng med de pædagogiske læreplaner. Hovedvægten er lagt på konkrete aktiviteter som inspiration til arbejdet med maddannelse. I materialet findes inspiration til at sætte måltiderne på den pædagogiske dagsorden og konkrete idéer til aktiviteter med børnene om håndværk, måltider, sprog, lyst & mod, sanser, dig & de andre, kulturel mangfoldighed samt måltider og naturens ressourcer.

Andre materialer

Komiteen producerer også publikationer på egen hånd eller sammen med flere samarbejdspartnere. Publikationerne dækker bredt med hensyn til målgruppe og sundhedsfagligt område.

Amning – en tryk start

Hæftet til nye forældre handler om den første uge efter fødslen, hvor amningen kommer i gang. Hæftet er velegnet til uddeling på fødegangen eller ved en jordemoderkonsultation sidst i graviditeten. Teksten udvider forældrenes forståelse for, hvad der sker for både moderen og barnet og styrker deres tillid til, at amningen kan fungere, og at barnet kan sutte. Hæftet giver endvidere viden om barnets trivselstegn og god ammeteknik.

MIT kokkeri

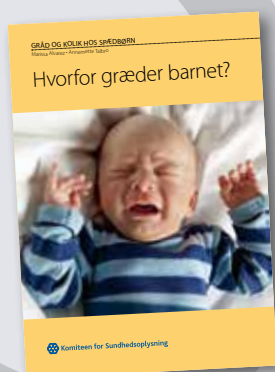
Kogebog med let tilgængelige opskrifter, som børn og unge har været med til at udvælge. Bogen er en gave til elever i madkundskab, som de kan tage med hjem og bruge i køkkenet derhjemme. Hensigten er at inspirere flere børn og unge til at lave mad, da alt for få elever laver mad, selvom de faktisk gerne vil. Til kogebogen hører et web-site, hvor eleverne kan se flere opskrifter, finde inspirerende videoer med unge, der laver retterne og dele tips og tricks med venner. Kogebogen er udgivet med støtte fra Nordea-fonden.





Det man si'r – er man selv

Hæftet henvender sig til indskolingen og 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 derefter når frem til en samarbejdsmodel, der virker for alle parter – ikke mindst for barnet. Hæftet er produceret i samarbejde med Undervisningsministeriet, Skole & Samfund samt Børnerådet og udgivet med økonomisk støtte fra Undervisningsministeriet.



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.



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 sundhedsplejerske, ph.d., Else Guldager og journalist Annette Tholstrup og udgivet i samarbejde med Børnerådet.

Faglige anvisninger vedr. helbredsmæssig vurdering af nyankomne flygtninge og familiesammenførte til flygtninge

De faglige anvisninger indeholder generel rådgivning om, hvordan lægen tilrettelægger den helbredsmæssige vurdering af flygtninge og formidler viden om helbredsforhold hos patienter med flygtningebaggrund. Desuden er der oplysninger om den lovgivningsmæssige ramme og kravene til den helbredsmæssige vurdering. Endelig bliver der redegjort for, hvor tidligere journaloplysninger indhentes. Hæftet er udgivet af Udlændinge-, Integrations- og Boligministeriet og distribueres til landets praktiserende læger.

Visuelt dialogredskab

Helbredsvurdering af nyankomne flygtninge

Dialogredskabet kan anvendes i forbindelse med den helbredsmæssige vurdering af nyankomne flygtninge. Redskabet, der primært består af tegninger og korte spørgsmål, understøtter lægen i at foretage en systematisk gennemgang af udlændingens sygehistorie, eventuelle symptomer samt psykosociale belastninger. Udarbejdet i samarbejde med Foreningen af Kommunalt Ansatte Læger og udgivet for Styrelsen for International Rekruttering og Integration.



Patientuddannelse – LÆR AT TACKLE



LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende
Bogen er et nyt værktøj for pårørende til mennesker med langvarig sygdom. Den giver råd om, hvordan den pårørende kan deltage i kontakten med lægen, opstille egne mål, lægge handleplaner, håndtere symptomer og trække på sine ressourcer. Næsten halvdelen af pårørende til mennesker med alvorlig, kronisk sygdom viser tegn på stress og udbrændthed. Det gælder især, hvis den syge har en demenssygdom, alvorlig depression eller anden sygdom, der ændrer personligheden. Bogen giver inspiration til, hvordan pårørende kan blive bedre til egenomsorg og selvhjælp med henblik på at undgå nedslidning – og hvordan den pårørende kan hente hjælp udefra, når der er behov for det. Bogen kan bruges selvstændigt eller som supplement til LÆR AT TACKLE-kurserne.



LÆR AT TACKLE 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 visualiseringsøvelse. Bogen berører bl.a. følgende emner: balance mellem aktivitet og hvile, kommunikation, håndtering af træthed, kommunikation, problemløsning og valg af behandlingsmetoder.



LÆR AT TACKLE på væresteder – en guide
Elektronisk publikation, der supplerer Håndbog for koordinatore. Guiden beskriver, hvad der skal til for at udbyde LÆR AT TACKLE på væresteder og dermed nå socialt udsatte mennesker. Guiden fungerer både som inspiration til at gå i gang, men også som praktisk håndbog i udførelse. Guiden henvender sig til koordinatore og kan downloades gratis fra www.patientuddannelse.info

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 Lillian Bondo, jordemoder og formand for Jordemoderforeningen.

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

Sekretariatet 2016

Administration

- Charan Nelander, direktør
- Anne Jette Andkær (Jess), sekretær
- Vibeke Bræstrup, koordinator, chefsekretær
- Rasmus Helbo, sekretær, ekspedition og marketing
- Kim Frederiksen, regnskabschef
- Hanne Tarp, sekretær



Charan Nelander



Anne Jette Andkær



Vibeke Bræstrup



Rasmus Helbo



Kim Frederiksen



Hanne Tarp

IT, Web og kommunikation

- Freja Bange Nyboe, web og interaktion
- Cecilie Hjort Morrison, projektmedarbejder
- Magnus Alexander Johansen, it-studerende



Freja Bange Nyboe



Cecilie Hjort Morrison



Magnus Alexander Johansen

Forlagsvirksomhed

- Birgitte Dansgaard, redaktionschef



Birgitte Dansgaard

Projektgruppen

- Nicolaj Holm Faber, chefkonsulent
- Lea Heegaard, chefkonsulent
- Malene Norborg, specialkonsulent
- Birgitte Sabra, kommunikationsansvarlig
- Christopher Hjort, projektkoordinator
- Marie Bergmann, projektkoordinator
- Ann Sofie Sofiendal Nilsson, projektkoordinator
- Anne Nissen Bonde, junior projektmedarbejder
- Kamilla Krøll Langebæk, junior projektmedarbejder
- Julie Nielsen, junior projektmedarbejder
- Esther Lind Stokkebæk, junior projektmedarbejder
- Nete Bang-Hansen, projektkoordinator
- Rikke Bach Jensen, projektkoordinator



Nicolaj Holm Faber



Lea Heegaard



Malene Norborg



Birgitte Sabra



Christopher Hjorth



Marie Bergmann



Ann Sofie Sofiendal Nilsson



Anne Nissen Bonde



Kamilla Krøll Langebæk



Julie Nielsen



Esther Lind Stokkebæk



Nete Bang-Hansen



Rikke Bach Jensen

Kompetencecenter for Amning og Human Laktation

- Marianne Busck-Rasmussen, specialkonsulent
- Ingrid Nilsson, chefkonsulent, ph.d.-studerende



Marianne Busck-Rasmussen



Ingrid Nilsson

Sammen om Mental Sundhed

- Martha Monrad Hansen, projektkoordinator
- Christian Døsing Sørensen, projektkoordinator



Martha Monrad Hansen



Christian Døsing Sørensen

Skolesundhed og Robusthed

- Mette Laub Petersen, chefkonsulent
- Poul Lundgaard Bak, sundhedsfaglig projektleder
- Carsten Obel, lægefaglig og lægevidenskabelig konsulent
- Marie Alban Arffmann-Simonsen, projektkoordinator
- Mia Juul Christensen, projektkoordinator
- Thea Futtrup Korsholm, projektkoordinator
- Emil Nelander, projektmedarbejder
- Nicolai H. Buddig, projektkoordinator
- Casper Christiansen, IT-projektleder
- Camilla Vindeløv, junior projektmedarbejder
- Kirsten Hindsholm, projektmedarbejder
- Laura Steenstrup Zeeberg, junior projektmedarbejder



Mette Laub Petersen



Poul Lundgaard Bak



Carsten Obel



Marie Arffmann-Simonsen



Mia Juul Christensen



Thea Futtrup Korsholm



Emil Nelander



Nicolai H. Buddig



Casper Christiansen



Camilla Vindeløv



Kirsten Hindsholm



Laura Steenstrup Zeeberg

Medlemmer af Komiteen:

Følgende organisationer var i 2016 medlemmer af Komiteen:

- Ansatte Tandlægers Organisation
- Danmarks Apotekerforening
- Dansk Kiropraktor Forening
- Dansk Psykolog Forening
- Dansk Sygeplejeråd
- Dansk Tandplejerforening
- Danske Fysioterapeuter
- Danske Regioner
- Ergoterapeutforeningen
- Farmakonomforeningen
- Jordemoderforeningen
- Kommunernes Landsforening
- Lægeforeningen
- Tandlægeforeningen

Medlemmer af styrelsen

Komiteens styrelse består af repræsentanter fra følgende sundhedsfaglige organisationer:

- Lillian Bondo, jordemoder, styrelsens formand, medlem af FU
Udpeget af styrelsen
- Christina Durinck, farmakonom
Formand for Farmakonomforeningen
- Elisabeth Gregersen
Formand for Dansk Tandplejerforening
- Charlotte Groule, tandlæge
Tandlægeforeningen
- Lone Kousgaard Jørgensen, kiropraktor
Formand for Dansk Kiropraktor Forening
- Amanda Kusk Kjærgaard, psykolog
Dansk Psykolog Forening
- Lotte Lagoni, ergoterapeut
Næstformand i Ergoterapeutforeningen
- Tina Lambrecht, fysioterapeut
Formand for Danske Fysioterapeuter
- Ida Nøhr Larsen, overtandlæge
Ansatte Tandlæger Organisation

- Skjold de la Motte, regionsmedlem
Danske Regioner
- Tue Flindt Müller, praktiserende læge, medlem af FU
Lægeforeningen
- Stina Kruse Skov, jordemoder
Næstformand i Jordemoderforeningen
- Dorte Steenberg, intensivsygeplejerske
2. næstformand, Dansk Sygeplejeråd
- Birthe Søndergaard, farmaceut
Sundhedsfaglig direktør, Apotekerforeningen
- Annette Wiencken, 2. viceborgmester Hørsholm Kommune
Styrelsens næstformand, medlem af FU, Kommunernes Landsforening
- Karen Wistoft, professor, lektor, ph.d., DPU
Formand for det sagkyndige udvalg

Medlemmer af det sagkyndige udvalg

- Pernille Ahlmann, farmakonom
Farmakonomforeningen
- Cathrine Lindberg Bak, kontorchef
Socialstyrelsen
- Anne Barfoed, vicechef, jordemoder
Jordemoderforeningen
- Susanne Dahl, ledende sundhedsplejerske
Frederiksberg Kommune
- Elisabeth Gregersen, tandplejer
Formand for Dansk Tandplejerforening
- Thomas Iversen, cand.psych.
Dansk Psykolog Forening
- Helle Jacobsgaard, sundhedsfaglig chefkonsulent
Danmarks Apotekerforening
- Dorte Jeppe-Jensen, særlig odontologisk konsulent
Tandlægeforeningen
- Anders Jørgensen, kiropraktor
Dansk Kiropraktor Forening
- Heidi Klakk, fysioterapeut
Danske Fysioterapeuter
- Ida Nøhr Larsen, overtandlæge
Ansatte Tandlægers Organisation

- Camilla Lindeblad, farmakonom
Farmakonomforeningen
- Charlotte Lisager, konsulent
Sund By Netværket
- Nina Bach Ludvigsen, ergoterapeut
Ergoterapeutforeningen
- Anne Hagen Nielsen, konsulent
Kommunernes Landsforening
- Annette Poulsen, sundhedsplejerske
Sundhedsstyrelsen
- Anne Cederlund Rytter, konsulent
Danske Regioner
- Lene Herlev Vindeløv, konsulent
Dansk Sygeplejeråd
- Karen Wistoft, professor, lektor, ph.d. DPU
Formand for det sagkyndige udval

Formænd og direktører 1964-2016

Formænd for styrelsen

2015-	Lillian Bondo
2000-2015	Gregor Gurevitsch
1998-2000	Gert Almind
1986-1998	Per Thestrup
1964-1986	Poul Bonnevie

Formænd for det sagkyndige udvalg

2014-	Karen Wistoft
2011-2013	Bente Klarlund-Pedersen
2002-2010	Johanne Bratbo
1994-2002	Peter Elsass
1986-1994	Bjørn E. Holstein
1964-1986	H. E. Knipschildt

Direktører

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

Årsberetning 2016

© Komiteen for Sundhedsoplysning 2017

ISBN: 978-87-93213-66-1

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 2016



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