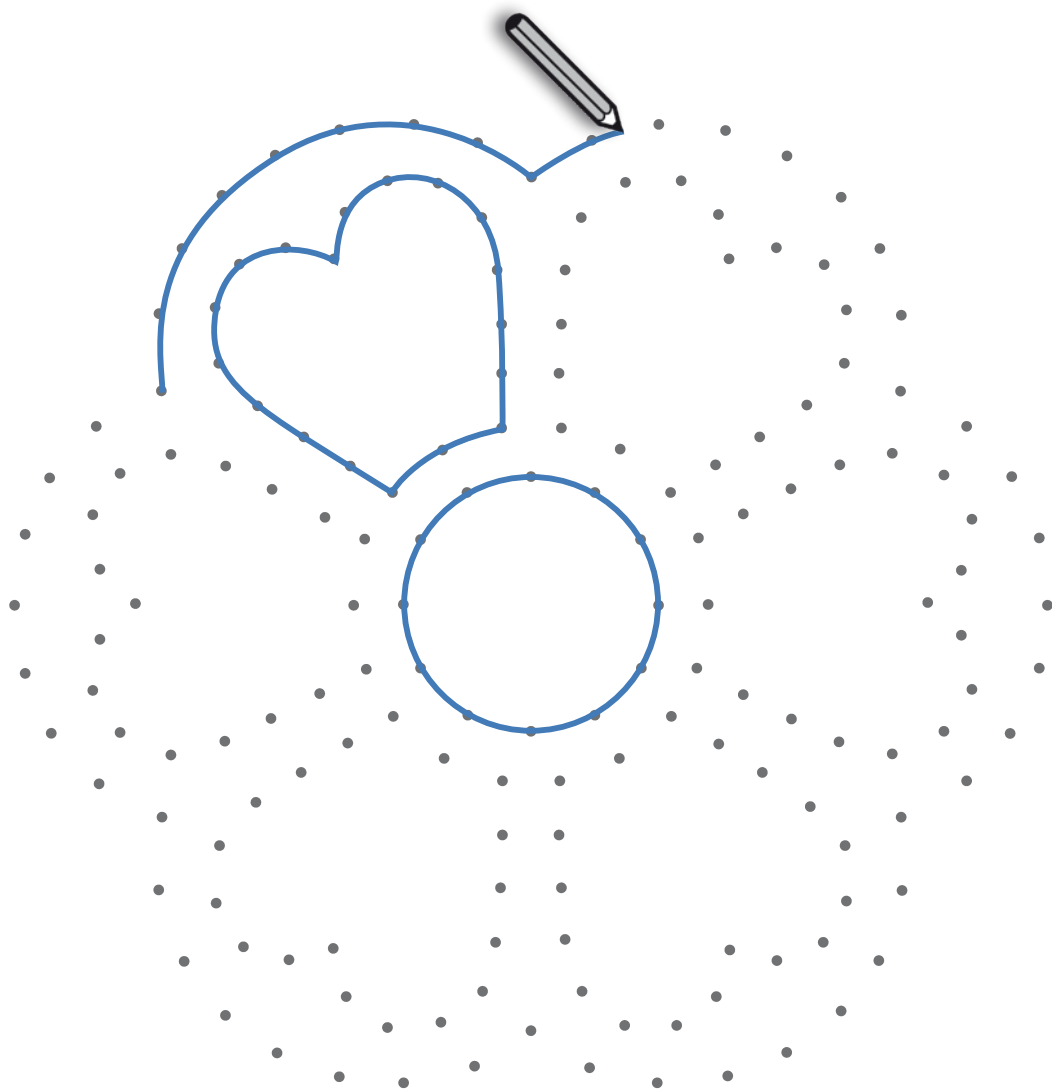


ÅRSBERETNING 2018



KOMITEEN FOR SUNDHEDSOPLYSNING

Forord • 3

Komiteens vision og mission • 8

Folkemødet • 11

BørnUngeLiv • 17

Enhed for Mestring og Empowerment • 23

Kompetencecenter for amning • 41

Robusthed.dk • 49

Sammen om mental sundhed • 55

MITkokkeri • 61

FC Prostata • 69

Europæiske projekter • 75

Publikationer og apps • 78

Komiteen • 96

Forord

Connecting the dots

Lige siden mennesket begyndte at kigge op på stjernerne, har vi haft den antagelse, at mennesket og/eller jorden var centrum for det hele – det aristoteliske geocentriske verdensbillede – første gang formuleret af astronomen Ptolemæus for ca. 2.000 år siden. 1.500 år senere kom det heliocentriske verdensbillede – formuleret af bl.a. Kopernikus – som danner grund for dele af det verdensbillede vi har i dag. Dvs. i midten af 1500-tallet kom der teorier om, at jorden og dermed også mennesket ikke var centrum for hele universet. Så måske er det ikke så underligt at mennesket og dermed også organisationer, virksomheder og lande – stadig i dag – har en tendens til at betragte sig selv som centrum!

Trækker man en parallel til sundheds- og forebyggelsesverdenen, oplever man til stadighed, at det mange steder er det helio- eller selvcentrede verdensbillede, der er det dominerende. Mange organisationer betragter sig selv som centrum og dermed også deres faglige område som det vigtigste. Dette besværliggør til tider et samarbejde, og særligt det tværfaglige og tværsektorielle samarbejde kan være udfordret.

Fra stjernebig til stjernebig

Fra et organisatorisk synspunkt er det måske forståeligt. Man skal selvfølgelig varetage sine medlemmers interesser, fx ift. den sygdom, der har gjort, at de har meldt sig ind i den klub, der passer til dem – men i stedet for at agere som en klub, hvor man jo er modspiller ift. de andre klubber, burde man mere spille sammen for at styrke klubberne og dermed medlemmerne på tværs. Dertil kommer, at ikke alle melder sig ind i klubber og kommer dermed ikke med i det gode selskab og forpasser måske en chance for at kunne drage fordel af de tilbud og interventioner, der findes på klubniveau.

Det er måske også forståeligt set ud fra et økonomisk perspektiv. En stadig større del af udviklingen af og forskningen i fx interventioner på sundhedsområdet finansieres af offentlige puljemidler

eller private fonde. Og dermed er det for de flestes vedkommende den samme pose penge, der kæmpes om.

Så hvis kortene holdes tæt til kroppen, er der helt sikkert større sandsynlighed for, at får man penge, skal de ikke deles med nogen. Netop dette kan resultere i, at det udsyn og de visioner, som de enkelte har, ender med at skulle kæmpe imod hinanden i stedet for at samarbejde.

Fra udstråling til indstråling

Det at arbejde ud fra egne visioner, strategier og dagsordner kan sammenlignes med, at alle stiller deres egen projektør op og lyser op mod himmelen – som en sol, hvis stråler går fra midten og ud. Kunne man i stedet arbejde hen imod et samarbejde om disse projektører, og i stedet for at stille dem op så de lyser i alle retninger få dem til at lyse på hinanden, kan vi ved et samarbejde udnytte den synergi, der opstår – og dermed komme borgeren og patienten i centrum. Den sfæriske tilgang, dvs. 360 graders perspektivet hele vejen rundt på "kuglen/kloden", vil sætte det vigtige i centrum, og vi vil gå fra at arbejde for medlemmer til at samarbejde med mennesket i centrum.

Mit navn det står med prikker

På baggrund af Komiteens konstruktion, som siden etableringen i 1964 har hvilet på alle de sundhedsfaglige organisationer, har Komiteen i 55 år arbejdet ud fra et 360 graders perspektiv, forstået således at hvis vi fx skal lave en intervention ift. tænder, vil vi invitere alle de relevante faglige parter med. De sidste 15 år har vi udvidet dette 360 graders perspektiv til et sfærisk perspektiv, dvs. at skal vi lave en intervention i dag i forhold til fx en borgerrettet intervention vedrørende angst og depression, vil vi, ud over de relevante faglige organisationer, også kigge på hvilke berøringsflader borgeren har og på den baggrund også invitere fx De Almennyttige Boligorganisationer, apoteker, relevante ministerier og styrelser og måske organisationer som COOP og DI med – for at nævne et par eksempler.

I Komiteen ser vi det som vores fornemste pligt at være brobyggeren, der opfanger al information, bygger videre og videreformidler den til de relevante parter, så de fleste kan drage fordel af informationen. Nogle gange er Komiteen med i det videre forløb – andre gange har Komiteen bare været fødselshjælper netop i forhold til at få bragt de rigtige folk og organisationer sammen på det rigtige tidspunkt.

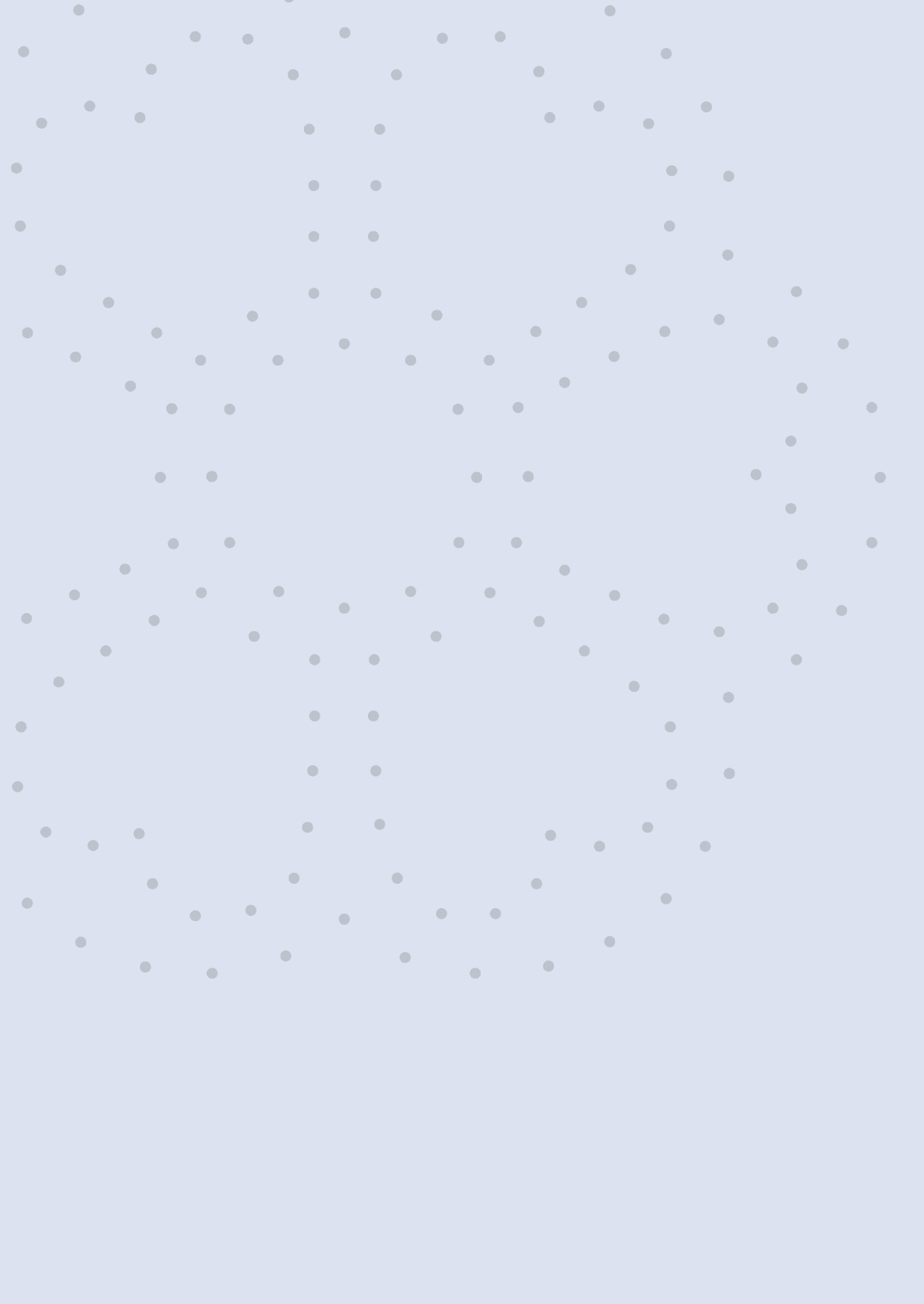
Ud over Komiteens medlemsorganisationer har Komiteen samarbejde og samarbejdsflader med flere end 60 organisationer, alle 98 kommuner og de 5 regioner. Dette gør os til en videns hub, som vi på bedste beskub forsøger at transformere til samarbejder på tværs, og som nogle gange ender i partnerskaber og andre gange i konkrete projekter.

Vi prøver med andre ord at forbinde alle prikkerne.

København, maj 2019

Lillian Bondo
Formand for styrelsen

Charan Nelander
Direktør



Komiteens vision og mission

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 sig 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 almennyttige 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.

Folkemødet



Som i 2017 blev Komiteen for Sundhedsoplysning igen i 2018 bedt om at stå for koordineringen af Folkemødets næststørste telt, Det Fælles Sundhedstelt.

I 2018 var 13 sundhedsfaglige organisationer samlet i Det Fælles Sundhedstelt. I år var kredsen omkring teltet Jordemoderforeningen, Dansk Selskab for Patientsikkerhed, Danske Fodterapeuter, Ergoterapeutforeningen, Dansk Kiropraktor Forening, Danske Psykomotoriske Terapeuter, Dansk Sygeplejeråd, Kost- og Ernæringsforbundet, Danske Fysioterapeuter, Radiograf Rådet, Danmarks Apotekerforening, Danske Bioanalytikere og Komiteen. Som samarbejdspartnere og medarrangører deltog desuden Rådet for Bedre Hygiejne, Det Etske Råd, Det Nationale Sorgcenter, Muskelsvindfonden, NEXT Partnership, Psoriasisforeningen, Farmakonomforeningen, Styrelsen for Patientsikkerhed, LIF og IMCC.

Fællesskab med flere formål

Ud over at samle Folkemødets mest toneangivende sundhedsdebatter under samme teltdug var Det Fælles Sundhedstelt også i år garant for at give alle de enkelte organisationer i teltet størst mulig værdi og udbytte af turen til Bornholm. Til de i alt 17 debatarrangementer var der i gennemsnit 80 tilskuere, og det lykkedes i særlig stor grad for organisationerne i teltet at samles om brede fællesdebatter med temaer som sundhedskæresteri med landets kommuner, rejsen fra rygproblemer til førtidspension og Løvens hule med de bedste idéer til at reducere medicinfejl. Fundamentet i Det Fælles Sundhedstelt er netop at dyrke og udbygge samarbejder mellem organisationerne i teltet, hæve hinandens stemmer og styrke synligheden af de fælles udfordringer og løsninger, der tegner sig på det danske sundhedsområde. Muligheden for at bidrage til denne brobygning og styrke samarbejde på tværs er en vigtig årsag til, at Komiteen selvfølgelig igen i år påtog sig opgaven at koordinere arbejdet omkring Det Fælles Sundhedstelt.

Heftig fællesdebat foran 300+ tilskuere

Som koordinator stod Komiteen både for det praktiske omkring teltet, et fælles netværksarrangement med assorterede snacks og drikkevarer og teltes store fællesdebat. I samarbejde med DRs

Medicinsk Cannabis – mirakelkur eller helt ude i hampen?

FREDAG D. 15. JUNI KL. 17:30 - 18:30

I DET FÆLLES SUNDHEDSTELT, KÆMPESTRANDEN (J42)

Medicinsk Cannabis er den mest diskuterede behandling i Danmark i mange år, og tusindvis af patienter gør alt for at få fat i medicinsk cannabis.

Vær med, når de to cannabisfløje tørner sammen på Folkemødet – og Det Fælles Sundhedstelt spørger, hvem der bedst kan tage ansvaret for danskernes sikkerhed og sundhed?

Debatpanel

THOMAS SENDEROVITZ

Overlæge
Lægemiddelstyrelsen

STINUS LINDGREEN (R)

Regjeringspolitiker
Region Hovedstaden

SØREN RASTED

Radiovært
Radio247ytv

LISELOTT BLIXT (DF)

Formand for Folketingets Sundhedsudvalg

ANDERS BEICH

Praktiserende læge
Formand for OSAM

INGE KRISTENSEN

Direktør
Dansk Selskab for
Patientikkerhed

RIKKE JAKOBSEN

Sekretariatschef
Cannabis Danmark



DET FÆLLES
SUNDHEDSTELT

Moderator

PETER QVORTRUP GEISLING

Sundhedskorrespondent
Danmarks Radio





Peter Qvortrup Geisling gav Det Fælles Sundhedstelt fremtrædende sundhedspersoner lejlighed til at diskutere spørgsmålet: *“Medicinsk cannabis – mirakelkur eller helt ude i hampen?”*. Med afsæt i den aktuelle debat om medicinsk cannabis blev fællesdebatten en hæsblesende diskussion om, hvem der bærer ansvaret for patientsikkerheden i Danmark? Det skete foran flere end 300 tilskuere. Debatpanelet bestod af direktør i Lægemiddelstyrelsen, Thomas Senderovitz, formand for DSAM, Anders Beich, formand for Folketingets Sundhedsudvalg, Liselott Blixt (DF), radiovært og musiker Søren Rasted, Regionsrådsmedlem i Region Hovedstaden Stinus Lindgreen (R), sekretariatschef i Cannabis Danmark, Rikke Jakobsen og direktør i Dansk Selskab for Patientsikkerhed, Inge Kristensen. Som optakt til debatten blev der delt lækker cannabis-is ud til de mange tilskuere, der stimlede sammen foran teltet. Isen var naturligvis ikke tilsat cannabis, men derimod mynte. Alligevel vakte det en vis eftertanke; for ville man egentlig turde spise is, der er tilsat cannabis, hvis det var?

Debat om kommunernes veje til sundere unge

Danskernes sundhed er udfordret – ikke mindst hos de unge. Hvordan griber kommunerne udfordringen an? Sådan lød spørgsmålet, da Komiteen med afsæt i tal fra Den Nationale Sundhedsprofil 2018 torsdag inviterede bl.a. kommunalpolitikere til en debat om, hvordan vi styrker både den mentale og fysiske sundhed hos landets unge gennem forebyggelse. I panelet deltog Kasper Roug (S), Formand Børn- og Skoleudvalget, Lolland Kommune, Susanne Crawley Larsen (R), Rådmand for Børn og Unge, Odense Kommune, Joy Mogensen (S), Borgmester, Roskilde Kommune og Formand for Socialudvalget i KL og Jette Jul Bruun, tidligere Forebyggelseschef i Sundhedsstyrelsen.

Antibiotikaresistens og læring for livet

I samarbejde med Rådet for Bedre Hygiejne, Dyrelægeforeningen og Lægeforeningen tog Komiteen lørdag en debat om, hvordan vi sikrer, at vi som borgere har den rette viden og de rette værktøjer til at passe på os selv ift. smitsomme og kroniske sygdomme. Det skete på Cirkuspladsen hos Dansk Folkeoplysnings Samråd, hvor et panel med afsæt i antibiotikaresistens diskuterede, hvordan borgerrettet oplysning fra vugge til krukke kan styrke forebyggelse og sundhed. Panelet bestod af Anders Miki Bojesen, næstformand i Rådet for Bedre Hygiejne og professor ved Københavns Universitet, Lars Bjerrum, praktiserende læge, Lægeforeningen, Anders Permin, formand for faggruppe Biomedicin i Dyrlægeforeningen, Helle Terkildsen Maindal, professor i sundhedsfremme ved Aarhus Universitet og Ute Wolff Sönksen, overlæge ved Statens Serum Institut.

BørnUngeLiv



BørnUngeLiv (tidligere Skolesundhed.dk) er et digitalt redskab, som understøtter kommunernes arbejde med børn og unges sundhed og trivsel.

Redskabet er udviklet over de sidste 10 år i et samarbejde mellem kommuner og vidensinstitutioner. BørnUngeLiv har siden 2015 været ledet af et tværfagligt sekretariat placeret i Komiteen for Sundhedsoplysning.

På BørnUngeLiv er der adgang til målrettede spørgeskemaer, som kommunerne kan anvende til at få lokal opdateret viden om børn og unges trivsel baseret på svar fra elever og forældre. Spørgeskemaerne er målrettet børn fra 2 år op til unge på 25 år. Et tæt samarbejde mellem kommuner og sekretariat sikrer, at BørnUngeLiv er fleksibelt, praksisnært, let at anvende og – ikke mindst – gennemtestet af rigtig mange brugere. På baggrund af besvarelser kan der genereres aggregerede rapporter, som giver værdifuld indsigt i sundhedstilstanden på institutions-, klasse-, skole- og kommuneniveau og sætter sundhed og trivsel på dagsordenen.

I 2018 arbejdedes der målrettet på at udvikle en langsigtet og bæredygtig model for den videre organisering af BørnUngeLiv. Dette skete i et tæt samarbejde mellem Det kommunale repræsentantskab, sekretariatet og Kammeradvokaten. Organiseringen er nu på plads, således at BørnUngeLiv i de kommende år kan etableres som almennyttig forening drevet af kommunerne.

Pr. 1. januar 2019 har TrygFonden, Komiteen for Sundhedsoplysning og de nuværende deltagerkommuner af BørnUngeLiv indgået et nyt 4-årigt strategisk samarbejde for at sikre udvikling og national udrulning af BørnUngeLiv i bestræbelserne på at forankre BørnUngeLiv i kommunerne. Etableringen af BørnUngeLiv som selvstændig forening vil etableres i regi af dette samarbejde i de kommende år.





Spørgeskemaer målrettet børn og unge fra 2-30 år

Antallet af deltagerkommuner i BørnUngeLiv ved udgangen af 2018 var 59.

BørnUngeLiv var i de første ti år målrettet grundskoleområdet – dvs. skoleelever i 0.-10. klasse. Målgruppen er udvidet under det strategiske samarbejde mellem Komiteen for Sundhedsoplysning, Aarhus Universitet, deltagerkommunerne og TrygFonden. I 2018 var det således muligt for kommunerne at gennemføre undersøgelser målrettet børn og unge fra 2-30 år og dermed anvende BørnUngeLiv som en rød tråd i det forebyggende arbejde. Derfor blev det i 2018 også besluttet at skifte navn fra Skolesundhed.dk til BørnUngeLiv for at ramme et mere dækkende navn for de områder, redskabet dækker.

Persondataforordningen

I 2018 – såvel som i 2017 – har der været stort fokus på at imødegå den nye persondataforordning. Som led i compliancearbejdet i BørnUngeLiv inviterede BørnUngeLiv i april 2018 til et temamøde i persondataforordningens tegn. Temaet var "Datasikkerhed og dataanvendelse". Kammeradvokaten holdt oplæg om forordningens



betydning for deltagerkommunernes arbejde på børn- og ungeområdet. Derudover var der oplæg af en it-sikkerhedskonsulent, som gav gode råd om, hvordan kommunerne forbedrer deres data-sikkerhed generelt. Der var 128 deltagere fra 43 kommuner.

Platform for indsatser til arbejde med børn og unges trivsel

På opfordring fra en række deltagerkommuner vil BørnUngeLiv fungere som en platform, der samler en bred vifte af indsatser, som kommunerne kan anvende i deres arbejde med børn og unges trivsel. I 2018 har BørnUngeLiv i den forbindelse etableret samarbejde med en række institutioner og organisationer omkring, at deres indsatser indgår på platformen. Platformen vil være tilgængelig i foråret 2019 på BørnUngeLiv.dk.

Ungeprofilundersøgelsen

I 2018 blev det besluttet at fokusere på en revision af spørgeskemaet, for at imødekomme de ønsker og behov kommunerne og forskerne omkring Ungeprofilundersøgelsen har adresseret. I efteråret 2019 gennemføres undersøgelsen igen.

Udvikling af småbørnsområdet

Småbørnsområdet for 2-7-årige børn blev implementeret i BørnUngeLiv i foråret 2017. I 2018 påbegyndtes næste fase, hvor småbørnsområdet på sigt skal gælde fra graviditeten og op til to år. Ligeledes blev 2018 året for etableringen af et småbørnspartnerskab i BørnUngeLiv bestående af en række deltagerkommuner og forskere.

Kommunerne har forskellige modeller for samarbejde på tværs af forvaltninger, sundhedspleje, institutioner og forældre. Det forebyggende og indgribende arbejde er udfordret ved, at viden ikke systematisk opsamles i en ensartet struktur, der kan tilvejebringe et fælles sprog og en fælles viden. Der er aktuelt begrænset koordinering af indsatser i forhold til både fysisk og mental mistrivsel med en stor variation i indsatserne. Derfor efterspørger flere deltagerkommuner et sammenhængende småbørnsområde, som ideelt set koordineres med indsatsen lige fra graviditetens start i almen praksis – gennem jordemoder og sygehus – til det videre arbejde i kommunerne. Dette skal understøtte videndeling og en systematisk tilgang til området.

Arbejdet fortsætter i 2019, hvor småbørnspartnerskabet samarbejder med Sundhedsdatastyrelsen om udvikling af spørgeskemaer, som kan anvendes i graviditeten til to måneder efter fødslen.

I takt med dette arbejdes der videre med at afdække behovet for viden om barn og familie efter de to måneder og op til to år.

Enhed for Mestring og Empowerment

Komiteen har
bistået kommunerne
med driften af
LÆR AT TACKLE
siden 2006.

I 2018 blev
LÆR AT TACKLE
udbudt i 64 danske
kommuner, og ca. 3.700
borgere deltog på
et kursus.

I 2018 blev
der afholdt 26
instruktøruddannelser.
I alt 283 instruktører
blev uddannet.



*Sekretariat for Patientuddannelse har skiftet navn til **Enhed for Mestring og Empowerment**. Det nye navn viser, at sekretariatet bag indsatsen **LÆR AT TACKLE** – ud over patientuddannelse – også har andre aktiviteter.*

*Enhed for Mestring og Empowerment er ansvarlig for indsatserne **LÆR AT TACKLE**. Desuden efteruddanner vi sundhedsprofessionelle, bidrager i udviklingsprojekter med eksterne samarbejdspartnere, udvikler nye indsatser og afholder workshops og foredrag på konferencer m.m.*

*I 2018 arbejdede vi med udviklingsprojekterne **LÆR AT TACKLE angst og depression – online**, **LÆR AT TACKLE angst og depression – for unge**, **LÆR AT TACKLE for pårørende** og **LÆR AT TACKLE på nemt dansk** – for mennesker med begrænsede dansk kundskaber. Vi udviklede også et nyt onlinekursus til at videreuddanne instruktører til **LÆR AT TACKLE**, efteruddannede sundhedsprofessionelle i sundhedspædagogik og afholdt workshops om grafisk facilitering og foredrag om mestring og aktiv selvhjælp. Desuden indtrådte vi i et nyt internationalt projektsamarbejde, der skal bringe **LÆR AT TACKLE**-kurserne til Moldova.*

LÆR AT TACKLE – hjælp til selvhjælp

LÆR AT TACKLE er selvhjælpskurser til borgere med langvarig sygdom eller borgere, der er pårørende til langvarigt syge. Kurserne er evidensbaserede og bygger på en model, der er udviklet af Stanford Universitet. På kurserne introduceres deltagerne til en række selvhjælpsmetoder og værktøjer til at håndtere deres udfordringer. Kurserne bidrager til at styrke deltagerens tro på egne evner til at opnå deres mål (self-efficacy).

LÆR AT TACKLE omfatter 5 kurser målrettet voksne. Kurserne benyttes desuden til særlige målgrupper; fx unge, socialt udsatte og mennesker med begrænsede dansk kundskaber. Endvidere tilbydes en online-version af *LÆR AT TACKLE angst og depression*.



Frivillighed og rollemodeller

LÆR AT TACKLE er baseret på peer-to-peer-princippet. Instruktørerne på kurserne har selv langvarig sygdom tæt inde på livet. De fungerer som positive rollemodeller.

Instruktørerne underviser frivilligt og har gennemført et uddannelses- og certificeringsforløb. Forløbet består af en 4-dages instruktøruddannelse samt efterfølgende vejledning.

Erfarne instruktører, der ønsker at undervise på flere kursustyper, kan blive uddannet hertil på en 2-dages tillægsuddannelse, som sker online. Rutinerede instruktører kan genopfriske centrale teknikker og få ny inspiration til deres undervisning på et 1-dagsmetodekursus.

Vejledning

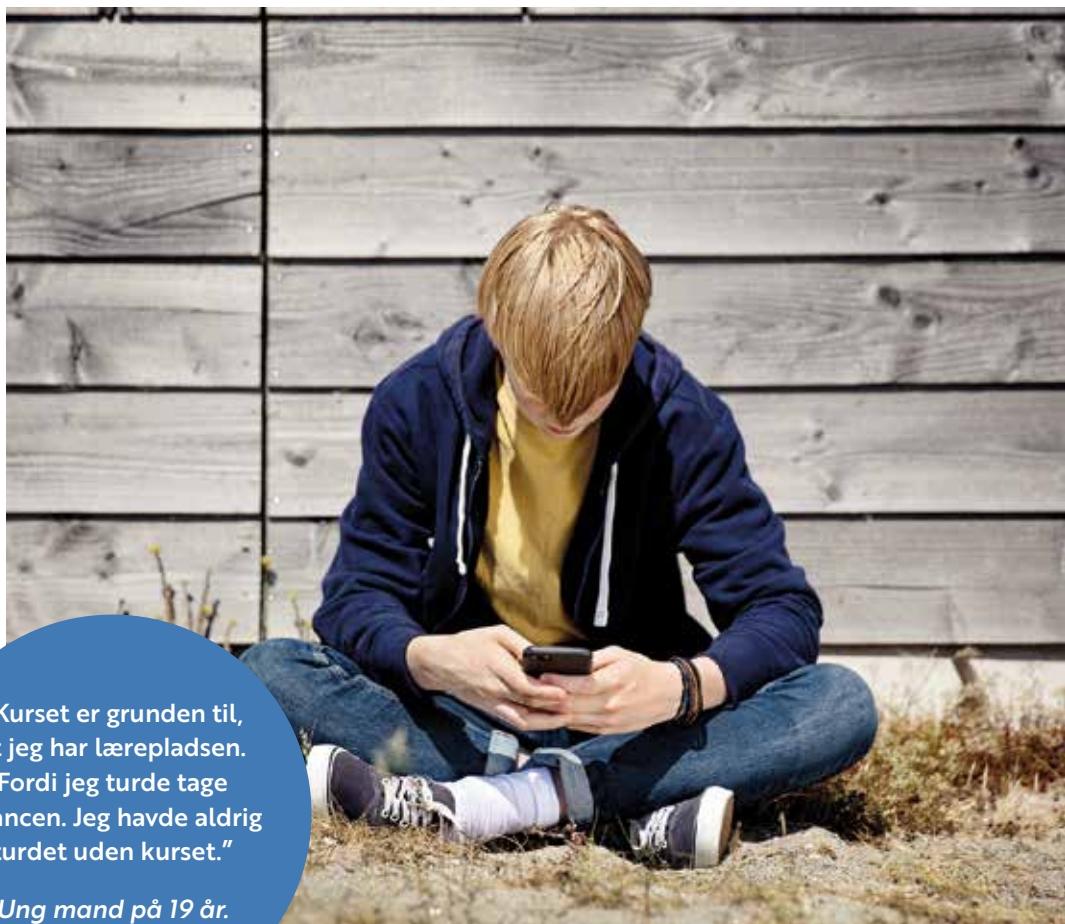
En LÆR AT TACKLE-instruktør bliver certificeret efter at have deltaget på instruktøruddannelsen og efterfølgende have modtaget 3 vejledninger i forbindelse med undervisning på sine første LÆR AT TACKLE-kurser.

Når en instruktør er blevet certificeret og derefter har undervist i 2 år, skal hans/hendes kompetencer revurderes. På denne måde sikres det, at instruktørens indsats fortsat er af høj kvalitet.

I 2018 gennemførte *Enhed for Mestring og Empowerment* 313 vejledninger i hele landet.

LÆR AT TACKLE angst og depression – for unge *En indsats til unge med angst og depression*

I 2017 igangsatte *Komiteen for Sundhedsoplysning* et projekt, der har til formål at afprøve kurset *LÆR AT TACKLE angst og depression* blandt unge. Formålet er at styrke de unges mestring af symptomer, reducere deres symptomer på angst og depression samt styrke deres tilknytning til uddannelse og arbejde.



“Kurset er grunden til, at jeg har lærepladsen. Fordi jeg turde tage chancen. Jeg havde aldrig turdet uden kurset.”

Ung mand på 19 år.

Den oprindelige ramme for projektet var afprøvning af kurset blandt unge i 5 kommuner samt udbredelse til 25 kommuner i projektperioden. En massiv interesse fra kommunerne medførte, at 10 kommuner pilotafprøvede indsatsen i 2017, og at 42 kommuner i 2018 begyndte at tilbyde kurset til deres unge.

Positive pilotresultater

En pilotafprøvning af ungekurset i 10 kommuner viser blandt andet, at:

- **60 % er blevet bedre til at håndtere deres symptomer**
- **72 % er blevet bedre til at nå de mål, de sætter sig**
- **85 % oplever kurset som relevant eller meget relevant for deres situation**
- **83 % er tilfredse eller meget tilfredse med kurset¹.**

Derudover bruger mange af de unge kursets redskaber til at overkomme problemer i forbindelse med deres uddannelse eller i forhold til at komme i gang med en uddannelse.

Evaluerings af kursets effekt

I 2018-2019 gennemføres en effektevaluering af ungekurset. Evalueringen skal undersøge kursets effekt på de unges symptomer og mestring samt effekt på tilknytning til uddannelse og job. Evalueringen omfatter en spørgeskemaundersøgelse, en kvalitativ undersøgelse samt en registerundersøgelse.

Evalueringen gennemføres af *Statens Institut for Folkesundhed* ved *Syddansk Universitet*. Resultater af evalueringen formidles i 2 rapporter, der offentliggøres i henholdsvis december 2019 og august 2020.

LÆR AT TACKLE angst og depression – for unge er indskrevet som oplagt indsats i KLs udspil om sundhedsfremme og forebyggelse: *Forebyggelse for Fremtiden*.

Projektet er støttet af *Den A.P. Møllerske Støttefond* og gennemføres i perioden 2017-2020.

¹ Statens Institut for Folkesundhed 2018. Pilotrapport. En evaluering af Lær at tackle angst og depression – til unge.

LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende *Udbydes i næsten halvdelen af landets kommuner*

43 kommuner gik i 2018 i gang med at udbyde *LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende* til deres borgere. I 2018 deltog knap 500 pårørende i et kursusforløb.

På kurset får deltagerne blandt andet redskaber til at passe på sig selv, mindske stress, bede om hjælp og bevare sociale relationer. Deltagerne møder andre pårørende, som er i samme situation som dem selv.

*Satspuljepartierne på ældreområdet afsatte ved udgangen af 2017 15,8 mio. kr. til Komiteen for Sundhedslysning til national udbredelse af *LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende*. Udbredelsen gennemføres i 2018-2021. Midlerne går blandt andet til forankring af indsatsen i kommunerne samt formidling, monitorering og evaluering.*

“Det har givet mig
nogle gode værktøjer
til at komme igennem en
svær pårørendesituation.
TAK.”

Kursist




Følgegruppe til pårørendeindsatsen

I 2018 blev der etableret en følgegruppe i regi af udbredelsesprojektet. Følgegruppen består af repræsentanter fra *Sundheds- og Ældreministeriet, Sundhedsstyrelsen, Kommunernes Landsforening, Socialstyrelsen, kommuner og regioner, Ældre Sagen, Pårørende i Danmark, Danske Patienter, Danske Handicap Organisationer, Dansk Selskab for Patientsikkerhed, Sjældne Diagnoser, Alzheimerforeningen og Pharmakon.*

Følgegruppens formål er at følge og understøtte gennemførelsen af projektet *LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende*. Følgegruppen fremsætter blandt andet forslag til initiativer, som kan fremme implementering og forankring af indsatsen. Den udpeger desuden udviklingsbehov og -potentialer, som der løbende og efter projektets afslutning bør arbejdes videre med.

Virkningsevaluering

I 2018 blev der indgået aftale med *Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd (VIVE)* om at virkningsevaluere indsatsen. Evalueringen forløber i 2019-2020.



"Jeg håber, at flere vil komme og deltage. For det er bare et super godt kursus."

Kursist

FORMÅL MED EVALUERINGEN

- **Afdækning af udbytte og virkninger** af kurset for deltagerne på udfaldsmålene:
 - Trivsel
 - Self-efficacy (mestring)
 - Selvvurderet udbytte af kurset
 - Belastningsgrad
 - Ensomhed
- **Undersøgelse** af deltagernes og de kommunale aftageres tilfredshed med kurset og oplevelse af dets relevans
- **Give anbefalinger** til kommunerne om, hvordan de kan anvende kurset som led i deres samlede pårørendeindsats.

Metodisk består evalueringen af en spørgeskemaundersøgelse med baseline-måling ved kursusstart og opfølgning umiddelbart efter afsluttet kursus samt kvalitative interviews i tre kommuner (fokusgrupper med pårørende og gruppeinterviews med instruktører, koordinatore, beslutningstagere og samarbejdspartnere i kommunerne). Der afholdes også et tværgående fokusgruppeinterview med koordinatore med ca. 10 kommuner.

Evalueringresultater forventes offentliggjort ved udgangen af 2020.



LÆR AT TACKLE – på nemt dansk

I 2018 fortsatte *Komiteen for Sundhedsoplysning* udviklingen af LÆR AT TACKLE-kurser i en forenklet danskversion.

Kurserne *LÆR AT TACKLE – på nemt dansk* henvender sig til mennesker med kroniske smerter, angst og/eller depression, som har begrænsede dansk kundskaber samt til disse menneskers pårørende.

Deltagerne på *LÆR AT TACKLE – på nemt dansk* lærer at anvende de samme selvhjælpsredskaber som på de øvrige LÆR AT TACKLE-kurser. På nemt dansk-kurserne bliver metoder og redskaber forklaret og præsenteret med lettere forståelige ord, illustrationer, gentagelser og flere eksempler på anvendelse. Dette for at give en bedre forståelse af selvhjælp uden brug af tolk.

Baggrunden for projektet er, at langvarige sygdomme blandt voksne danskere forekommer hyppigere blandt socialt udsatte samt mennesker med etnisk minoritetsbaggrund^{2,3}.

Denne målgruppe kan derfor have stor gavn af sundhedsfremmende og forbyggende tilbud grundet overrepræsentation af sundhedsproblemer og social sårbarhed. Blandt andet er sproglige udfordringer en barriere hos målgruppen i forhold til at benytte sig af sundhedstilbud.⁴

Resultater fra pilotevalueringen

I 2018 udarbejdede *Oxford Research* en evalueringsrapport⁵ på baggrund af data indsamlet fra pilotkurser i *LÆR AT TACKLE angst og depression – på nemt dansk* afholdt i henholdsvis 2017 og 2018.

Resultaterne af evalueringen viser blandt andet, at kursisterne har fået et positivt udbytte af kurset. Fx er deltagerne blevet bedre til at forstå og håndtere deres symptomer på angst og depression. Samtidig viser evalueringen, at kurset kan bidrage til at nedbryde tabuiseringen af angst og depression blandt målgruppen.

Ydermere peger evalueringen på, at kurset fungerer bedst med en høj grad af eksemplificering og konkretisering af kursets emner og selvhjælpsværktøjer. Dette anbefales derfor som et fokuspunkt for justeringen af materialet.

Oxford Research konkluderer, at *LÆR AT TACKLE angst og depression – på nemt dansk* er et relevant og effektivt kursus, og at indsatsen med fordel kan implementeres i flere kommuner.

2 Sundhedsstyrelsen. Social ulighed i sundhed – årsager og indsatser. 2011.

3 Center for folkesundhed. Etniske minoriteters sundhed. 2008.

4 Sundhedsstyrelsen. Sundhedstilbud til socialt udsatte borgere. 2013.

5 Oxford Research. Evaluering af pilottesten af *LÆR AT TACKLE angst og depression – på nemt dansk*. 2018.

Udvikling og afprøvning af LÆR AT TACKLE smerter – på nemt dansk

Med udgangspunkt i evalueringen fra *Oxford Research af LÆR AT TACKLE angst og depression – på nemt dansk*, blev *LÆR AT TACKLE smerter – på nemt dansk* udviklet i sidste halvår af 2018.

Der blev indgået samarbejdsaftaler om afprøvning af kurset med *Aalborg, Silkeborg, Esbjerg, Nordfyn og Gladsaxe Kommuner* samt *Bo Trivsel i Horsens Kommune*. I løbet af 2019 afholdes instruktør-uddannelse og kurser i *LÆR AT TACKLE smerter – på nemt dansk*.

Projektet udvikles og testes af *Komiteen for Sundhedsoplysning* i samarbejde med de deltagende kommuner, *Københavns Sprogcenter* samt *Indvandrermedicinsk Klinik på Hvidovre Hospital*.

LÆR AT TACKLE – på nemt dansk er støttet af *TrykFonden*.



LÆR AT TACKLE angst og depression – online

Evaluering af pilotafprøvning

I januar 2018 afholdt vi for første gang et *online* LÆR AT TACKLE-kursus i Danmark. Gennem seks uger deltog ni kursister på en ny onlineversion af *LÆR AT TACKLE angst og depression*. Via pc og internet udarbejdede de handleplaner og støttede hinanden i at løse problemer. I første halvdel af 2018 deltog i alt 45 borgere fordelt på fire onlinekurser.

COWI foretog en evaluering af pilotafprøvningen. På baggrund af spørgeskemadata og interviews med kursister, instruktører og koordinatorer udgav COWI i august 2018 en rapport med resultaterne af kursisternes oplevelse af onlinekurset samt anbefalinger til forbedringer af dets indhold.



Rapporten pegede blandt andet på, at onlinekurset er et godt tilbud til borgere, der ikke kan deltage på et fysisk kursus på grund af for svære symptomer på angst eller depression, eller som af praktiske årsager, fx arbejde eller studier, er forhindret i deltagelse.

Status for 2018

I løbet af 2018 blev der afviklet syv onlinekurser med i alt 94 gennemførte kursister. Der blev uddannet seks instruktører. Kommunernes interesse var støt stigende året igennem, og ved udgangen af 2018 havde 28 kommuner benyttet muligheden for at sende borgere på *LÆR AT TACKLE angst og depression – online*.

Projektet forlænges i 2019

I projektet var afsat midler til teknisk udvikling af den online platform, der anvendes til kursusafholdelse. Behovet for resurser viste sig mere begrænset end først antaget. Derfor godkendte *TrygFonden*, som støtter projektet, at det overskydende beløb benyttes til forlængelse af projektet til og med udgangen af 2019. I denne periode sættes der fokus på yderligere udbredelse af kurset samt uddannelse af flere instruktører.



Nyt format for tillægsuddannelser

Uddannede instruktører på LÆR AT TACKLE har mulighed for at videreuddanne sig på såkaldte tillægsuddannelser, så de kan undervise på flere kursusretninger. Tidligere har dette krævet deltagelse med 2 dages fysisk fremmøde i Middelfart.

I 2018 testede vi et nyt format for tillægsuddannelserne. Ved hjælp af en onlineplatform ændrede vi dele af tillægsuddannelsen til et kort e-læringsforløb. Her arbejder instruktørerne med deres funktion som rollemodeller på kurserne samt håndtering af forskellige problemstillinger, der kan opstå i undervisningssituationer. E-læringsdelen suppleres af en feedbacksamtale med en masterinstruktør samt ekstra vejledning, hvor der er fokus på de mere praktiske elementer i undervisningen.

Tillægsuddannelserne kører løbende gennem hele året. Det nye format gør det muligt for kommunerne at få uddannet nye instruktører på det eksakte tidspunkt, hvor de har behovet. Desuden kan instruktørerne gennemføre store dele af tillægsuddannelsen hjemmefra.



Den årlige Nationale Instruktørsamling

LÆR AT TACKLE-kurserne bæres i høj grad af et godt samspil mellem instruktørerne. Derfor var temaet på den 12. Nationale Instruktørsamling *Du er dirigenten – værktøjer til samspil*. I 2018 deltog 275 instruktører og koordinatore, hvilket er det hidtil største antal.

I løbet af de to dage fik vi ny inspiration til at give kursister gode og udbytterige forløb. Den røde tråd i arbejdet med at skabe samklang er et billede af kursisterne, som dem der laver 'musikken', mens instruktørerne sætter rammen.

Deltagernes engagement, erfaringer og refleksioner over deres vigtige virke skinnede klart igennem og bidrog til den positive og inspirerende stemning, som kendetegner de årlige samlinger.

Årets konferencehæfte uddyber i billeder og ord samlingens inspirerende arbejde og sociale samvær.

Konferencehæftet kan bestilles i trykt format på www.kfsbutik.dk eller downloades på www.patientuddannelse.info



Det vi også kan – foredrag og undervisning

I *Enhed for Mestring og Empowerment* stiller vi gerne vores erfaring og viden fra LÆR AT TACKLE til rådighed for andre, der ønsker at arbejde med vores metoder. I det følgende ses eksempler på, hvordan vi vidensdeler.

VORES KERNEKOMPETENCER

- **Udvikling, implementering og drift** af evidensbaserede interventioner
- **Fundraising** til projekter
- **Udvikling** af bæredygtige forretningsmodeller for samarbejde med kommuner, regioner og andre organisationer
- **Uddannelse** af peer-to-peerundervisere
- **Formidling** af strategier til mestring og empowerment via foredrag, workshops og undervisning

Internationalt samarbejde

I 2018 opstartede *Enhed for Mestring og Empowerment* samarbejde med *Center for Empowering Patients and Communities* (www.cempac.org), som er et ikkepolitisk non profit netværk.

Centerets formål er at understøtte empowerment-initiativer på såvel individuelt som lokalt samfundsmæssigt niveau.

Enheden deltager i centerets ekspertgruppe og konferenceaktiviteter. Projektet er støttet af *Robert Borsch Stiftung*.

Enhed for Mestring og Empowerment blevet i 2018 kontaktet med henblik på gemmeførelsen af en pilottest af LÆR AT TACKLE i 5 lokale områder i Moldova. I løbet af året afholdt vi møder med centrale organisationer om muligheden for at udbyde Self-Management workshops

i landet. I 2019 medvirker vi desuden til uddannelse af instruktører til pilottesten. Hele projektet er finansieret af det schweiziske sundhedsvæsen.

Oplæg, foredrag og undervisning

Enhed for Mestring og Empowerment har, udover oplæg om LÆR AT TACKLE, vidensdelt via en række oplæg på konferencer, i patientforeninger og i sundhedsprofessionelle fora.

- **Foredrag om aktiv selvhjælp og mestring** for mennesker med senfølgeskader efter kræftbehandling. Arrangementer blev afholdt af *Sammenslutningen af kræftafdelinger (SKA)*.
- **Workshop om grafisk facilitering** på *Hvidovre Hospital* og i *Nationalt Netværk for Sundhedspædagogik i Patientuddannelse*.
- **Sundhedspædagogik for patientundervisere**, Tværsektoriel Patientuddannelse, *Region Hovedstaden*.
- **Foredrag om mestring og aktiv selvhjælp**, på repræsentantskabsmøde og medlemsmøder i *Patientforeningen Sjældne Diagnoser*.
- **Oplæg om implementering af nationale indsatser** for *Den A.P. Møllerske Støttefond*.

Kompetencecenter for amning



Kompetencecenter for Amning blev etableret i Komiteen for Sundhedsoplysning i 2011. Formålet med centeret 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 2018 var der deltagere fra 66 kommuner og 17 hospitaler 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 Amming i Norge, Europäisches Institut für Stillen und Laktation og The European Lactation Consultants Alliance, International Lactation Consultant Association 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 specialisteruddannelse i ammevejledning. I Danmark bliver IBCLC-uddannede sundhedsprofessionelle typisk brugt som nøglepersoner i ammevejledningen – både på sygehusene og i kommunernes sundhedsplejerskeordninger. I 2018 deltog 37 jordemødre, sygeplejersker og sundhedsplejersker på uddannelsen. 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 ammevejledning³.

1 IBLCE = International Board of Lactation Consultant Examiners

2 IBCLC = International Board Certified Lactation Consultant

3 Samlet evaluering af ammekonsulentuddannelsen findes på http://kompetencecenterfor-amning.dk/media/161155/20181019_evalueringsrapport_2017-2018.pdf

Uddannelsen er et af 16 kurser på verdensplan, der er godkendt af Lactation Education Accreditation and Approval Kommitté (LEAARC⁴). At uddannelsen til ammekonsulent er på LEAARC's liste over godkendte kurser har skabt international interesse for kurset.

I 2017 har Kompetencecenter for Amning indledt et samarbejde med Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd (VIVE) om at evaluere effekten af uddannelsen.

Professionelle netværk om amning

Siden 2012 har Kompetencecenter for Amning arbejdet med etablering af professionelle netværk for sundhedspersonale indenfor ammeområdet. Formålet med netværkene er at øge sundhedspersonalets viden og kompetencer inden for ammevejledning. Netværkene er målrettet jordemødre, sygeplejersker og sundhedsplejersker fra fødeafdelinger, barselstilbud og kommuner. Der er meget stor interesse for deltagelse i netværkene, i 2018 var der således 170 deltagere i fem regionale netværk. 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.

Kurser og konferencer om amning

Kompetencecenterets ansatte afholder desuden både korte og længerevarende kurser om amning.

I 2018 blev der afholdt et to dages kursus på Færøerne for 54 jordemødre, sygeplejersker og sundhedsplejersker. Temaet for kurset var tidlig udskrivelse, og der blev blandt andet undervist i programmet "Amning en tryk start". De praktiserende læger og deres personale er også begyndt at efterspørge kurser i amning, og Kompetencecenteret har derfor i 2017 og 2018 udbudt et kursus på almen praksis' årlige konference: "Lægedage i Bellacenteret". Endelig har Kompetencecen-

4 www.leaarc.org



terets ansatte stået for efteruddannelse i amning af Københavns Kommunes 250 sundhedsplejersker.

Kompetencecenteret deltager ligeledes med oplæg og posterpræsentationer på danske og internationale konferencer. På den europæiske konference for internationalt certificerede ammekonsulenter 2018 (ELACTA) vandt Ingrid Nilssons poster om programmet "Amning en tryk start", prisen for konferencens bedste poster.

Programmet "Amning en tryk start"

Gennem de seneste år er indlæggelsestiden efter fødsel på hospital blevet reduceret. I denne periode har man samtidig set en stigning af genindlæggelser af nyfødte pga. dehydrering, gulsot og ernæringsrelaterede problemer. Komiteen for Sundhedsoplysning gennemførte fra 2012 til 16 et projekt, *Amning en tryk start*, med det formål at optimere indsatsen for nyblevne familier under korttidsindlæggelse, så den matcher familiernes behov og rammerne for barselomsorg i Danmark. TrykFonden og Dansk Sygeplejeråd finansierede projektet, der blev gennemført som et ph.d.-projekt. Målet var at udvikle, implementere og evaluere et teori- og evidensbaseret program, som skulle øge forældrenes viden og handlekompetence i forbindelse med etablering af amning og sikre, at barnet fik tilstrækkelig mad. Programmet blev testet i en cluster randomiseret undersøgelse og viser, at mødre, der er vejledt efter programmet *Amning en tryk start*, har højere odds for at amme deres barn 6 måneder efter fødslen, og børnene har

lavere odds for at blive genindlagt efter fødslen. Ph.d.-projektet er i sin helhed beskrevet i afhandlingen: "Less is more. Early discharge following birth – how do we support mothers to effective breastfeeding".

Siden afslutningen af projektet og publiceringen af resultaterne har der været stor interesse fra fødestederne i Danmark for at få opkvalificeret personalet, så det bliver i stand til at implementere programmet. Således arbejder 18 ud af 20 fødesteder i dag helt eller delvis med *Amning en tryk start*, og der er stor interesse blandt sundhedsplejerskeordninger i kommunerne for at implementere programmet i de første besøg hos nye familier. Det kræver imidlertid en tilpasning og afprøvning af programmet i sundhedsplejen, hvilket der i 2018 er søgt penge til at gennemføre. Programmet er i dag indskrevet som anbefaling i Sundhedsstyrelsens retningslinjer.

Amning en tryk start har ligeledes affødt projekter, gennemført af specialestuderende i jordemodervidenskab og sundhedsvidenskab, hvor Kompetencecenter for Amning har fungeret som vejleder.

Forskningsgruppen Child, Maternal and Family Healthcare

Kompetencecenter for Amning er en del af forskningsgruppen, Child, Maternal and Family Healthcare. Gruppen består af sygeplejeforskere fra hele Danmark, der arbejder med sundhed og sygdom indenfor børnefamilieområdet. Gruppen har i 2017/18 arbejdet med en fælles projektansøgning om fædres involvering i det tidlige forældreskab.

National klinisk retningslinje om etablering af amning

Kompetencecenter for Amning søgte i 2017 Sundhedsstyrelsens pulje vedrørende nationale kliniske retningslinjer og fik i samarbejde med Aarhus Universitet bevilliget penge til at udarbejde en retningslinje om etablering af amning efter GRADE metoden. En tværfaglig nedsat arbejdsgruppe har i 2018 medvirket i gennemførelsen af arbejdet, og en følgegruppe skal medvirke til, at retningslinjen nu implementeres i praksis. Følgegruppen består af repræsentanter fra Fagligt Selskab for Gynækologiske og Obstetriske Sygeplejersker, Fagligt Selskab for Sundhedsplejersker, Jordemoderforeningen, Dansk Selskab for Obstetrik og Gynækologi, Dansk Pædiatrisk Selskab samt brugerorganisationerne Forældre & Fødsel og Ammenet. Den nationale kliniske retningslinje har sidst i 2018 været sendt i eksternt review og høring

hos relevante faglige organisationer, samt Kommunernes Landsforening og Danske Regioner. Den Nationale Kliniske Retningslinje om etablering af amning er her i begyndelsen af 2019 publiceret på http://www.kompetencecenterforamning.dk/media/162494/20190206_nkr_etablering_af_amning_efter_f_dsel_final.pdf.

Nordisk Ammekonference

Den 8. Nordiske Ammekonference afholdes i FN byen i København den 3.-4. oktober 2019. Kompetencecenter for Amning er ansvarlig for organisering og afholdelse af konferencen. Der er nedsat en tværfaglig planlægningsgruppe, som bidrager med væsentlige input til konferencen. I 2018 er der etableret en hjemmeside for konferencen (www.nordicbf-2019.dk), samt udarbejdet program med oplægholdere fra ind- og udland. Der er ligeledes åbnet for indsendelse af abstracts med henblik på poster præsentation eller mundtlig præsentation af udviklings- og forskningsprojekter.

Patient Rapporterede Oplysninger (PRO)

Regeringen, Danske Regioner (DR) og Kommunernes Landsforening (KL) blev med økonomaftalen 2017 enige om at nedsætte en arbejdsgruppe, der skal understøtte en standardiseret og bred anvendelse af patientrapporterede oplysninger (PRO) i alle sektorer i det danske sundhedsvæsen. PRO-arbejdet tager udgangspunkt i patienten og dennes forløb, og data skal bruges aktivt i mødet mellem patient og sundhedsprofessionel. De primære mål med anvendelsen af PRO-data er: at patienterne oplever større indflydelse på egen rehabilitering, behandling og forebyggelse, og at de sundhedsprofessionelle får et grundlag for en mere fokuseret dialog med patienten.

I forbindelse med indsatsområdet: graviditet, fødsel og barsel blev der i 2018 etableret en landsdækkende klinisk koordinationsgruppe bestående af repræsentanter fra hele patientforløbet på tværs af sektorer med ansvar for at identificere og beslutte inddragelse af relevante spørgeskemaer. Koordinationsgrupperne skal først og fremmest sikre, at de spørgsmål, der fastlægges, opleves som værende meningsfulde for patient og sundhedsprofessionelle i den kliniske kontakt. Kompetencecenter for Amning blev i den forbindelse inviteret til at

bidrage med relevante spørgsmål om amning. Det forventes, at koordinationsgruppens arbejde med PRO afsluttes i begyndelsen af 2019.

Småbørnssamarbejdet

Kompetencecenter for Amning indgår i småbørnspartnerskabet, som er et partnerskab under BørnUngeLiv. BørnUngeLiv er et fællesskab, hvor medlemsorganisationerne udvikler og vedligeholder det elektroniske IT-system BørnUngeLiv og tilgrænsende ydelser. For yderligere information om BørnUngeLiv og småbørnspartnerskabet se side 17.

Nyhedsbrev

Siden 2013 har Kompetencecenter for Amning udsendt nyhedsbreve 4-5 gange årligt. Nyhedsbrevene 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 2018 blev udsendt til 488 modtagere.

Publikationer i 2018

Sundhedsstyrelsens *Amning – en håndbog for Sundhedspersonale* udkom i 2018 i en ny udgave. Kompetencecenter for Amning har været hovedforfatter på revision og nyskrivning af bogen. Nyskrivningen omfatter et kapitel, som beskriver sundhedspædagogik i ammevejledningen.

Kompetencecenter for Amning har desuden medvirket i udarbejdelsen af følgende videnskabelige artikler:

- *Fenstra MM, Nilsson I, Boe-Danbjørg D.* Broken expectations of early motherhood: mothers' experiences of early discharge after birth and readmission of their infants. *Journal of Clinical Nursing*, 2018.
- *Fenstra MM, Nilsson I, Boe-Danbjørg D.* "Dad – a practical guy in the shadow": fathers' experiences of their paternal role as a father during early discharge after birth and readmission of their newborns. *Sexual & Reproductive Healthcare*, 2018.

ROBUSTHED.DK



Siden 2015 har ROBUSTHED.DK været placeret i Komiteen for Sundhedsoplysning med henblik på udvikling og udbredelse af robusthedsprogrammet. Robusthedsprogrammet er et videns- og inspirationsprogram, der er udviklet til børn, unge, forældre og fagprofessionelle, som har med mennesker at gøre i deres daglige arbejde.

Robusthedsprogrammet er et mentaliseringsbaseret program, som handler om at blive god til at håndtere udfordringer i livet. Programmet består af viden om tanker, hjernen og følelser. Samtidig er programmet en værktøjskasse af billeder, øvelser og historier, som inspirerer til og kan være med til at udvikle og træne vores mentaliseringssevne, så det kan blive nemmere at begå sig socialt i forhold til venskaber, skole/uddannelse og arbejdsmarked.

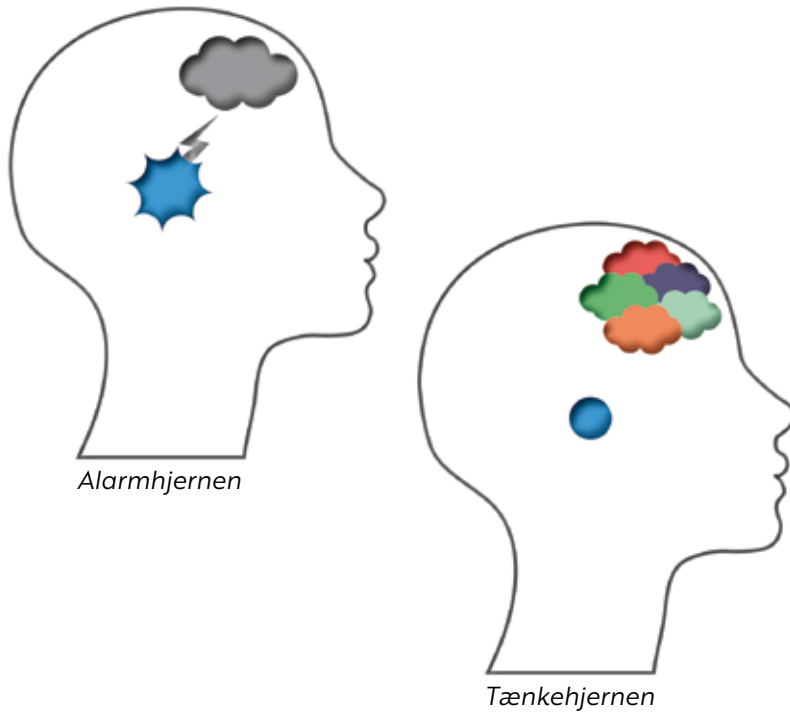
Hele programmet består af ni moduler, dvs., at robusthedsprogrammet er et såkaldt modulopbygget program, hvilket betyder, at fagprofessionelle i praksis kan udvælge eller prioritere de enkelte moduler efter behov i en given situation. De ni moduler i programmet er: mentalisering, tankebobler, historier, kroppen, hjernen, ØV (at øve sig), opmærksomheden, robuste fællesskaber og passende udfordringer.

Programmet kan både læses, høres og ses på www.robusthed.dk. Ofte bliver børn, unge, forældre og fagprofessionelle først introduceret til programmet via et inspirationsforedrag.

ROBUSTHED.DK tilbyder inspirationsforedrag, temadage samt 5-dages kursus for fagprofessionelle.

Kursusaktiviteter i 2018

Undervisere fra ROBUSTHED.DK har i løbet af året gennemført 5-dages kurser i en række kommuner, institutioner og organisationer inden for forskellige fagområder fra børnehavepædagoger til medarbejdere i voksenpsykiatrien. Fælles for områderne er, at de fagprofessionelle får nye pædagogiske redskaber at arbejde med i egen praksis, samtidig med at de får viden om formidling til egne målgrupper. Redskaberne fra programmet kan være et meningsfuldt supplement til de fagprofessionelles eksisterende redskaber.



I 2018 udbød ROBUSTHED.DK også to åbne kurser i København. De åbne kurser giver mindre institutioner mulighed for at sende medarbejdere afsted. Men også institutioner, der allerede har gennemført åbne kurser for deres medarbejdere, får mulighed for at opkvalificere nye medarbejdere. Endelig giver de åbne kurser mulighed for erfaringsudveksling mellem deltagerne; noget der har været meget værdsat.

ROBUSTHED.DK er med i et afprøvningsprojekt under Socialstyrelsen, som skal afdække programmets virkning i forhold til styrkelse af mentaliseringssevnen hos anbragte børn og unge. I den forbindelse har underviserne gennemført 5-dages kurser på tre anbringelses- og

opholdssteder. Som noget nyt har ROBUSTHED.DK desuden afholdt workshops med de unge selv (slutbrugerne) samt givet supervision for medarbejderne for at understøtte anvendelse af programmet. Afprøvningsprojektet afsluttes i 2020, hvor Det Nationale Forskningscenter for Velfærd, VIVE og Professionshøjskolen VIA står for den afsluttende evaluering.

Som noget nyt i 2018 er et 15-timers miniforløb blevet udviklet. Mini-forløbet forløber over fem formiddage og blev første gang gennemført for en gruppe pædagoger og medhjælpere på Heibergskolens KKFO. Et miniforløb er en reduceret udgave af 5-dages forløbet, hvor der ikke gives adgang til programmets store materialesamling. Forløbet er et eksempel på, hvordan et forløb kan blive skræddersyet med hensyntagen til forskellige behov og målgrupper.

Robusthed i almen praksis

I 2018 har ROBUSTHED.DK fortsat samarbejdet med forskere fra Forskningsenheden Almen Medicin på Københavns Universitet om et pilotprojekt, hvor det undersøges, hvordan praktiserende læger kan bruge viden og redskaber fra robusthedsprogrammet i deres møde med gravide og småbørnsforældre i konsultationen. Resultater fra pilotprojektet er endnu ikke udgivet.

Forskerne fra Københavns Universitet har på baggrund af pilotprojektet fået bevilget midler til at gennemføre et større forskningsprojekt i perioden 2018-2023. Undervisere fra ROBUSTHED.DK skal i den forbindelse uddanne minimum 150 praktiserende læger samt afholde 10 forældreforedrag for nybagte forældre.

Opdatering af program og teksthæfte

I slutningen af året er en opdatering og indholdsmæssig udvidelse af robusthedsprogrammet og 5-dages kurserne påbegyndt. Elementer som tilknytning, selvkontrol og tanketræning er blevet implementeret, og moduler som f.eks. hjernen, kroppen og robuste fællesskaber er under udvidelse. Som en naturlig del af det bliver teksthæftet opdateret.

Der er i 2018 blevet udviklet en minibog til unge. Bogen indeholder 15 sider med centrale elementer fra programmet skrevet i et sprog til de unge. Bogen kan købes via hjemmesiden og er efterspurgt.

Erfaring

Robusthedsprogrammet har tidligere været anvendt i indsatser til mental sundhedsfremme. Socialstyrelsen evaluerede robusthedsprogrammet som EN del af projektet PALS Mental Sundhed¹, hvor det fremhæves, at programmet er nemt at omsætte til praksis og giver deltagerne (lærerne) redskaber, der dels bliver modtaget godt af eleverne, og dels kan anvendes som et fælles sprog, der kan øge trivsel og robusthed mellem forældre, elever og lærere.

¹ Opsamling på projekt: PALS MENTAL SUNDHED, Socialstyrelsen juni 2018

Sammen om mental sundhed



1 ud af 5 danskere i den arbejdsdygtige alder har mentale
helbredsproblemer som fx stress, angst og depression

'Sammen om mental sundhed' er et bredt partnerskab, der arbejder for at styrke mental sundhed og mindske mentale helbredsproblemer på private og offentlige arbejdspladser. Partnerskabet er et forpligtende samarbejde mellem Sundheds- og Ældreministeriet og 34 partnere på tværs af arbejdstagerorganisationer, arbejdsgiverorganisationer, myndigheder, faglige selskaber, interesseorganisationer og pensionselskaber. Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø, Operate og Komiteen for Sundhedsoplysning har sekretariatsfunktion.

Kerneproduktet i partnerskabet er hjemmesiden www.mentalsundhed.dk, hvor man let kan få adgang til en lang række brugbare værktøjer, der kan styrke mental sundhed og mindske mentale helbredsproblemer. På hjemmesiden kan man desuden finde svar på typiske spørgsmål, man som medarbejder, kollega, leder eller nøgleperson har om mental sundhed på arbejdspladsen.

'Sammen om mental sundhed' er et åbent partnerskab, hvor der løbende optages nye partnere.

Lettere adgang til viden og værktøjer

Ifølge OECD har 1 ud af 5 danskere i den arbejdsdygtige alder mentale helbredsproblemer som fx stress, angst eller depression¹. Mange organisationer og myndigheder arbejder for at mindske den negative udvikling, og der bliver løbende igangsat nye indsatser for at mindske mentale helbredsproblemer. Derfor eksisterer der et hav af gode værktøjer og viden, men det kan være vanskeligt for den enkelte arbejdsplads og medarbejder at finde den rette viden og det rigtige værktøj i en given situation.

Baggrunden for partnerskabet var et behov for en tværgående og tværsektoriel indsats mellem sundheds- og beskæftigelsesområdet. Det vurderede satspuljepartierne i 2014 og bevilligede midler til etablering og drift af et nationalt partnerskab med det formål at lette arbejdspladsers adgang til information og rådgivning (fx kortfattet viden og redskaber) for at kunne arbejde med sundhedsfremme, forebyggelse af stress, angst og depression samt fastholdelse af medarbejdere på arbejdsmarkedet.

¹ OECD's Mental Health and Work, 2012



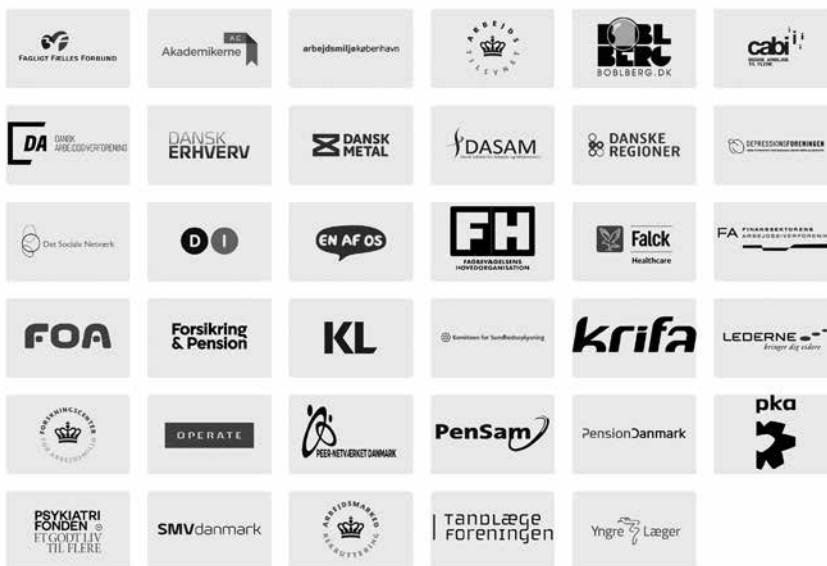
Siden oktober 2016 har man kunnet finde viden og værktøjer på den digitale værktøjskasse på www.mentalsundhed.dk. Værktøjskassen indeholder ca. 400 forskellige værktøjer og fungerer netop som et fælles supplement på tværs af partnernes holdninger og viden, der skal gøre det lettere for den enkelte medarbejder, leder, kollega eller nøgleperson at finde gode konkrete råd og værktøjer både til forebyggelse, fastholdelse og tilbagevenden til arbejdsmarkedet efter en sygdomsperiode.

Partnerskabet i perioden 2018-2021

På baggrund af gode resultater fra satspuljeprojektet og opbakning fra partnerne bliver 'Sammen om mental sundhed' videreført i perioden 2018-2021 med en årlig bevilling på 1 mio. kroner via finanslovsmidlerne. Midlerne er med til at sikre solid drift af partnerskabet med faste aktiviteter fx tre-fire årlige partnerskabsmøder, opdatering og vedligeholdelse af hjemmesiden.

Med bevillingen er det målet at sikre forankring af igangsatte tiltag og understøtte, at resultater på området udbredes på tværs af arbejdsgivere, arbejdstagere og faglige selskaber. Sekretariatet bag partnerskabet holder løbende oplæg om partnerskabet og udvikler initiativer (afhængig af ekstern finansiering) for at forbedre kendskabet til den digitale værktøjskasse på www.mentalsundhed.dk. Samtidig sørger sekretariatet for at udbrede ny viden på området ved at invitere forskere til partnerskabsmøder samt skabe netværk mellem partnerne, så de løbende kan lære af hinandens erfaringer. Partnerne har erfaret, at der er et stort potentiale for det brede, faglige samarbejde omkring fælles budskaber.

Oversigt over partnere

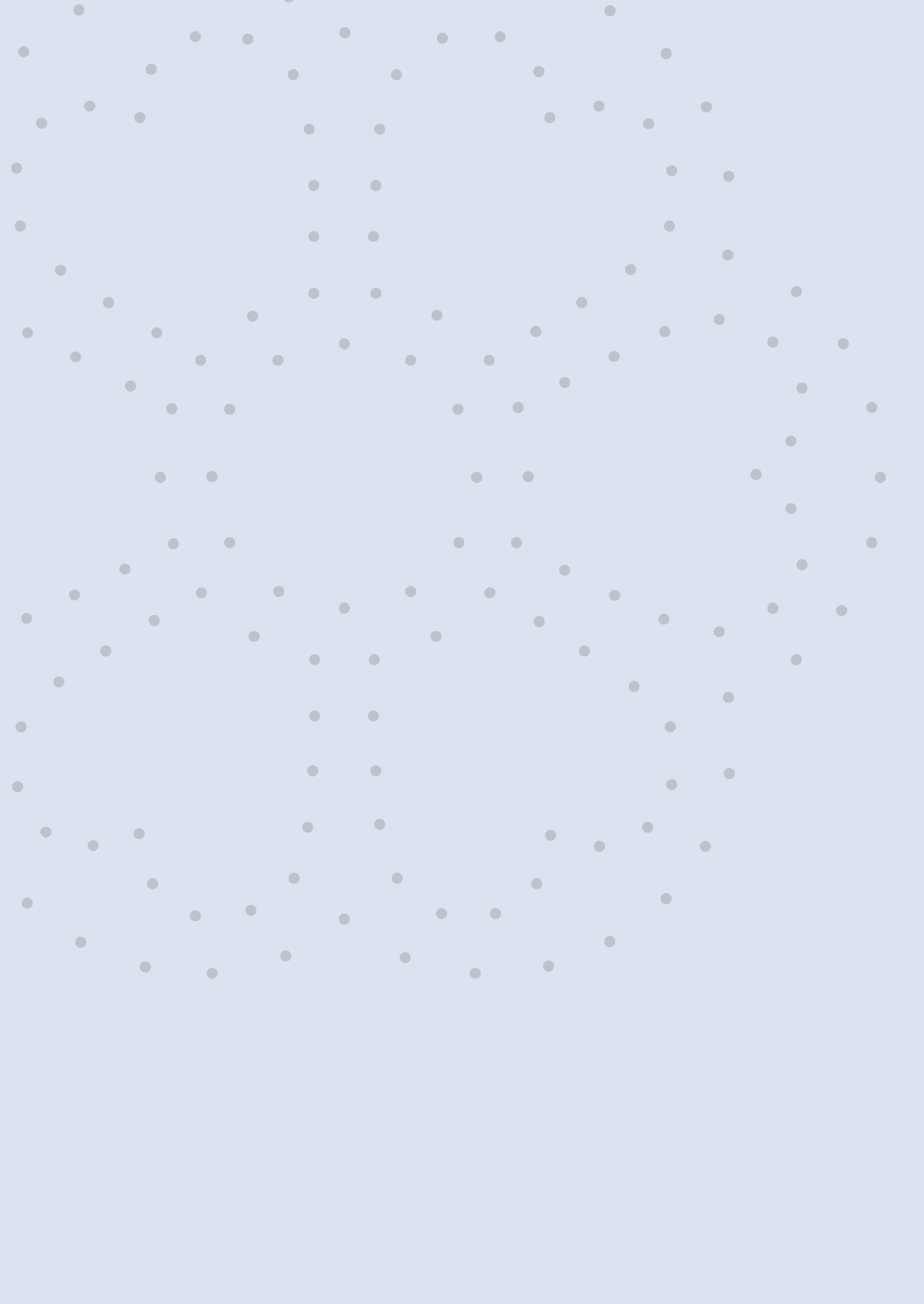


Formand

- Sundheds- og Ældreministeriet

Sekretariat

- Komiteen for Sundhedsoplysning
- NFA
- Operate



MITkokkeri



Mit kokkeri gik i sommeren 2018 ind i sit sidste projektår i projektperiode 2. Projektet har igennem 5 år givet landets skoler mulighed for at bestille *MIT kokkeri* som gratis kokebog til de elever, der har haft faget madkundskab i skolen – både som obligatorisk fag og som valgfag.

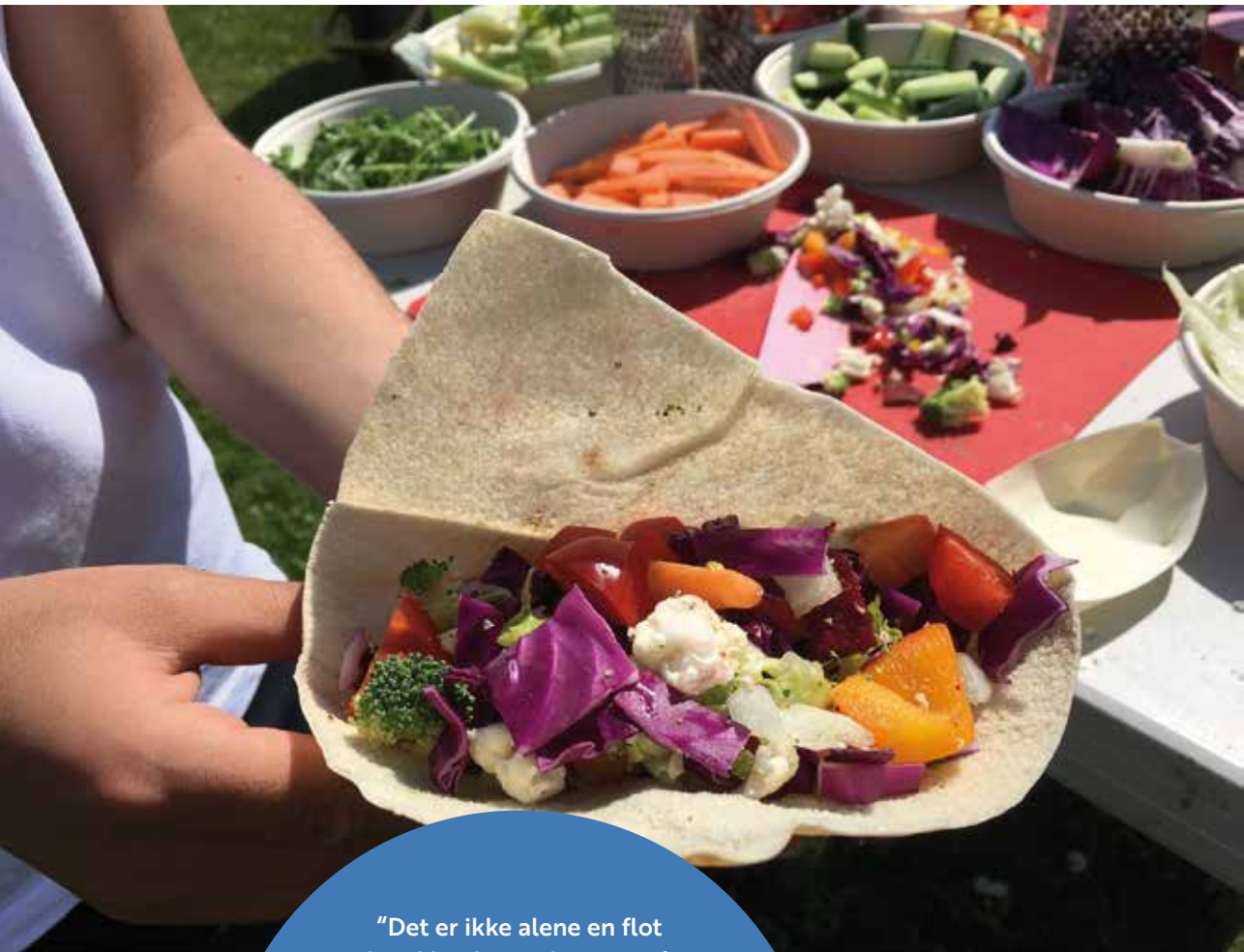
Bogen har fra start været tænkt som en gave til eleverne, som de kunne tage med hjem og forhåbentlig blive inspireret til at komme i køkkenet. Men bogen har også skullet bidrage til at skærpe opmærksomheden hos forældrene i forhold til at give plads til at lade børnene komme til i køkkenet – noget mange børn påpeger, at forældre har svært ved.

Projektperiode 2 har i sin form og sit indhold haft fokus på at forankre projektet. Det er hovedsageligt sket gennem:

- Opdatering af eksisterende bog med nye opskrifter
- Opgradering af det digitale univers og PR
- Konceptudvikling af *Mit kokkeri* madklub

I forbindelse med projektperiode 2 blev det besluttet at gennemføre en ny og mere omfattende evaluering, med det formål at afdække *MIT kokkeris* anvendelse og betydning med fokus på skoleelevers madlavningsfærdigheder, oplevelser og brug af såvel kokebogen som webuniverset. De nye madklubber er også her blevet evalueret, hvad angår effektivitet og pædagogisk udbytte, dvs. hvilken betydning de har fået for deltagernes engagement, samt på hvilken måde *MIT kokkeri* konkret er blevet anvendt i de forskellige madklubbers regi. Endelig er det blevet undersøgt, hvordan køn, alder, etnicitet og forældres uddannelse/arbejde har betydning for, om *MIT kokkeri* retter sig mere til nogle børn end andre.

Den endelige evaluering af projektperiode 2 er baseret på 1600 elever og 550 lærere og peger på, at *MIT kokkeri* fremmer en ny slags mod – nemlig modet til at træffe madbeslutninger i hjemmet, selvom det kan være næsten umuligt at påvirke sin families madvaner, hvis der er modstand fra forældre eller søskende. *MIT kokkeri* giver den unge mod og autoritet til at tænke nyt og træffe gode madvalg for sig selv og sin familie. Der er i evalueringen overvejende positive resultater angående elevers oplevelser, vurderinger af udbytte samt anvendelse



“Det er ikke alene en flot bog I har lavet, den er også inspirerede og let at gå til. Vi bruger den 2-3 gange om ugen, og både ham på 14, men også ham på 10, har bedt om at få en ugentlig maddag. Super ide og jeg håber, at I kan være med til at ændre folks vaner i et køkken, og at vi forældre finder ud af, at vores poder kan mere i et køkken end vi tror ...”

Kommentar fra en mor

i hjemmet og at *Mit kokkeri* i høj grad indfrier forventningerne til projektet.

Den fulde evaluering kan findes på Komiteens hjemmeside.

Mit kokkeri kogebogen har i begge perioder været den bærende del i projektet og været det element, der har sikret, at projektet er nået ud til så mange børn og unge. At det har været muligt, har i høj grad handlet om, at skolerne har set værdien i projektet og har sikret, at bogen hvert år blev bestilt og uddelt til skolens elever i målgruppen.

Der har således også i 2018 været stor opbakning fra skolerne, der har bestilt bøgerne til deres elever i samme omfang som de andre år. I de fleste tilfælde har skolerne uddelt bogen til eleverne, men mange har også aktiveret bogen i undervisningen og har på den måde bidraget til at bygge bro mellem madlavningsfaget og elevernes brug derhjemme.

Der har i 2018 været en jævn fordeling i forhold til distribution af bøger til de 5 regioner, som er sammenlignelig med de andre år.

Derudover har der i 2018 været mange andre typer institutioner og opholdssteder, der har forespurgt på bogen. Det har især været til unge, der har været i gang på særlige ungdomsuddannelsesforløb. Mange af disse unge har haft læsevanskeligheder, men lærerne har oplevet, at eleverne har været glade for madlavning, og at de har kunnet bruge *MIT kokkeri* på grund af opbygningen af bogen, som de unge har let ved at gå til.

Der er i projektperioden blevet etableret 53 *MIT kokkeri* Madklubber i SFO'er, klubber, spejdertropper, boligsociale områder, ungdomsskoler, sportsforeninger og kulturhuse rundt i hele landet.

En vigtig pointe i arbejdet med at etablere Madklubber har været at gøre rammerne så frie som muligt. Derfor adskiller *MIT kokkeri* Madklubberne sig fra andre madlavningstilbud til børn ved ikke kun at samarbejde med allerede eksisterende fritidstilbud, men også ved at gøre det muligt for initiativtagerne at etablere Madklubberne efter deres egne præmisser, ressourcer og ambitioner.

Fremtiden for MIT kokkeri

Projektgruppen har under hele projektperioden søgt at arbejde henimod en forankring af MIT kokkeri. Ambitionen har været at få *Mit kokkeri* etableret som en national kogebog, der også, efter Nordea-fondens projektmidler ophører i 2019, vil kunne leve videre.

Forbilledet har været Norge og Sverige, der i mere end 10 år haft en national kogebog. I disse lande bliver bogen uddelt, når eleverne starter på faget madkundskab i grundskolen, sådan som det også har været tilfældet med *Mit kokkeri* i de sidste 5 år. *Mit kokkeri* har da også på mange måder fungeret som den danske pendant til de øvrige nordiske landes nationale kogebøger til børn. Det skyldes dels de mange bøger, der totalt set er distribueret i perioden, og dels indholdet, der er valgt af børn og unge selv, hvilket har gjort, at bogen taler direkte til målgruppen. Begge forhold har bidraget til at gøre *MIT kokkeri* til en slags fælles referenceramme for børn, der ønsker at gå i køkkenet for at lave mad.



Kogebogen *MIT kokkeri* har således vist sig som et godt eksempel på, hvordan støtte fra en almennyttig fond til civilsamfundet kan skabe noget, som har kapacitet, effekt og ambition til at indgå strukturelt som en del af myndigheders sundhedsfremmende indsatser. *Mit kokkeri* har derudover vist sig at kunne tale direkte ind i de officielle anbefalinger på området, og dermed at understøtte de nationale intentioner og indsatser på en række områder:

1.

MIT kokkeri bygger bro mellem skole, fritid og hjem og understøtter madkundskab som et vigtigt, praktisk fag i folkeskolen

Madkundskab er blevet et vigtigt fag i folkeskolen i forbindelse med, at Folketinget har opprioriteret de praktiske fag. *MIT kokkeri* kan være med til at understøtte faget og samtidig bygge bro mellem skole, fritid og hjem, når børnene får bogen med hjem og fortsætter med at lave mad uden for skolen.



2.

Giver eleverne mulighed for at lave maden selv!

Fødevarerstyrelsens Fem nye råd om måltidet fremhæver samvær, involvering, hygge, fællesskab og tid som vigtige værdier.

Madlavning med *MIT kokkeri* kan bruges både i hjemmet med familien og sammen med venner, og her bidrage til at opbygge gode vaner i forhold til valg af råvarer og madlavning. Bogen kan også bruges tværfagligt i undervisningen og på den måde bidrage til fællesskab, involvering og hygge i skolens hverdag. Giv eleverne mulighed for at få fingrene i råvarerne og lave maden selv fx i madkundskabslokalet, i skolehaven eller hvis der bliver lavet mad til dagens måltider på skolen. Det er præcis det, *MIT kokkeris* madunivers kan levere.

3.

Eksperimentelle læringsstrategier – fx madlavning – er blandt de mest effektive til at fremme sunde spisevaner.

Den seneste rapport fra Vidensråd for Forebyggelse, *Fremme af sunde mad- og måltidsvaner blandt børn og unge*, afdækker den videnskabelige dokumentation for, hvilke indsatser der bedst kan fremme sunde mad- og måltidsvaner hos børn og unge. Her nævnes madlavningsaktiviteter som noget af det mest effektive (side 92 i rapporten)

FC Prostata

**Motionsfodbold til mænd
med prostatakraft**



FC Prostatas hold i Østerbro IF. Foto: DBU

FC Prostata er et projekt, hvor mænd med prostatakræft mødes og spiller fodbold et par gange om ugen i en lokal fodboldklub. Fodbolden giver mændene motion, kammeratskab og et løft i livskvaliteten.

Konceptet FC Prostata har eksisteret siden 2011, hvor danske forskere under Rigshospitalet igennem tre faser, har afprøvet og testet motionsfodbold til prostatakræfttramte mænd. Komiteen for Sundhedsoplysning er i samarbejde med Dansk Boldspil-Union (DBU) i gang med den afsluttende fase fire af projektet, der er finansieret af Trygfonden i perioden 2018-2019.

Ved udgangen af 2018 eksisterer der 15 FC Prostata-hold, men det er ambitionen, at der skal være 20 hold landet over. Udover at understøtte eksisterende hold og opstarte nye hold, er en vigtig del af Komiteens og DBU's arbejde at skabe en bæredygtig forankring af holdene, hvor både den regionale behandling, den kommunale rehabilitering og den lokale fodboldklub ideelt set arbejder sammen om de enkelte hold. FC Prostata favner nemlig både genoptræning og forebyggelse, som kommunerne har ansvaret for, samtidig med at konceptet bygger bro til både hospitalsbehandling og det frivillige foreningsliv i landets talrige fodboldklubber.

Fra patient til fodboldspiller

Hvert år får ca. 4.000 mænd stillet diagnosen prostatakræft, ligesom mere end 30.000 lever med den. Det er som regel mænd i alderen 50+, der får stillet diagnosen. For mange er det vanskeligt at få kroppen i gang igen efter behandling og holde sig aktiv trods sygdom. Meget peger på, at fysisk aktivitet effektivt modarbejder negative bivirkninger, der kan følge med kastration – en grundsten i behandlingen af prostatakræft.

Danske forskere har gennem klinisk randomiserede studier af konceptet vist, at de prostatakræftpatienter, der spiller fodbold, både fysisk og mentalt klarer sig bedre end dem, der ikke gør. Fodboldspillerne får en sundere og stærkere krop og mindre risiko for følgesygdomme, fx knogleskørhed, og de er bedre til at bruge deres krop, fx til at holde balancen, hoppe og gå på trapper. Samtidig oplever fodboldspillerne, at de genvinder kontrol og ansvar for egen sundhed – uden at skulle føle sig som patient – og et fællesskab på fodboldholdene, som giver

mulighed for at vise omsorg for andre mænd. Desuden har studierne vist, at det er sikkerhedsmæssigt muligt og forsvarligt at levere træningen i virkeligheden, dvs. i lokale fodboldklubber under supervision af frivillige trænere.

FC Prostata appellerer med andre ord til en gruppe af modne mænd, der traditionelt er svære at motivere til fysisk aktivitet – ikke mindst gennem en udbredt erkendelse af, at både første, anden og tredje halvleg er afgørende for at sikre et fællesskab omkring holdet, som holder mændene til ilden på grønsværen.

DBU-samarbejde med stort potentiale

Samarbejdet mellem Komiteen for Sundhedsoplysning og DBU er nyt og rummer rige muligheder for, at de to organisationer kan berige hinanden med viden og erfaring. Samtidig er samarbejdet oplagt i forbindelse med netop FC Prostata, da projektet favner institutioner, hvor begge organisationer har spidskompetencer i at facilitere samarbejde med og implementere nye tiltag.

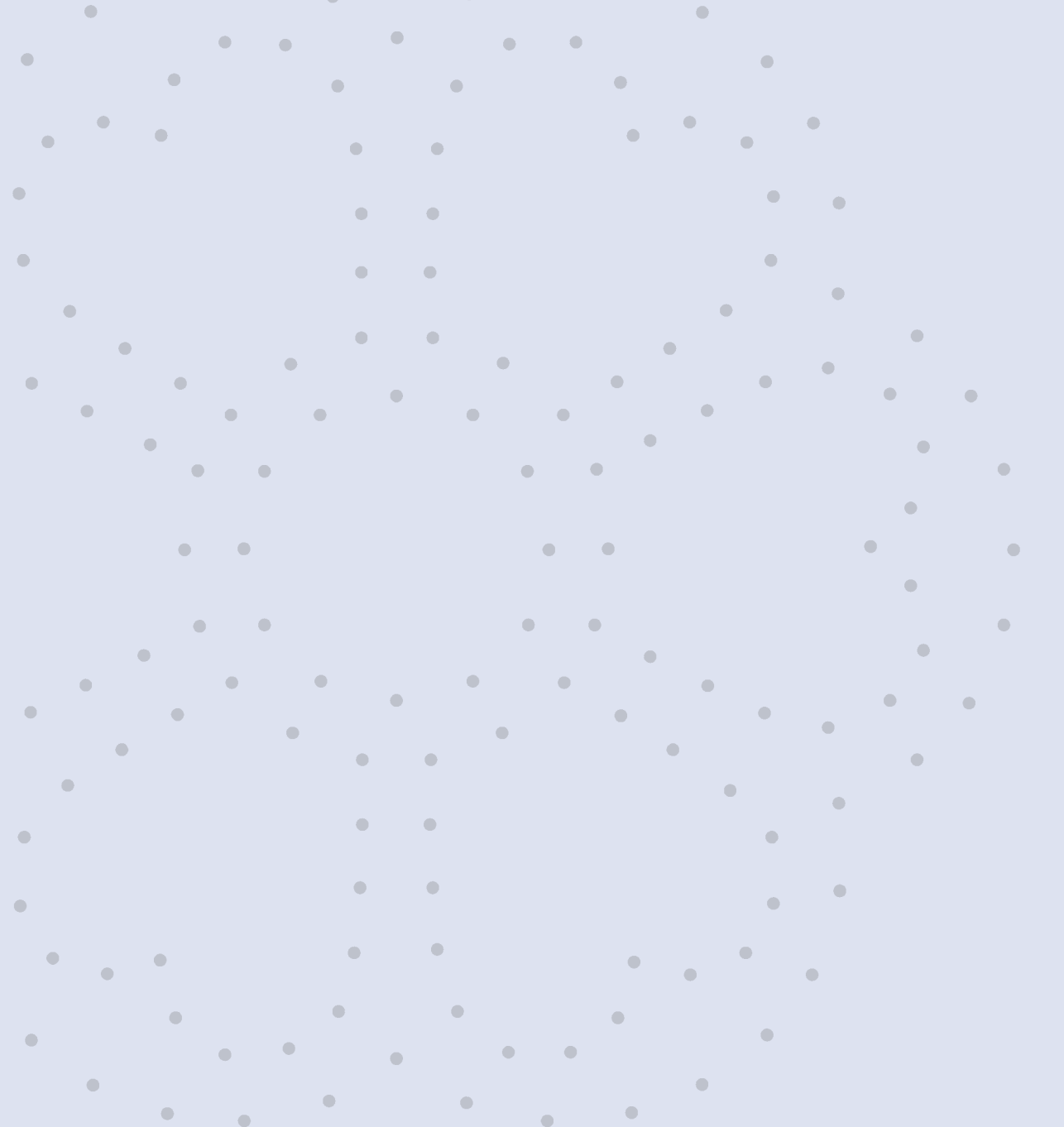
Komiteen for Sundhedsoplysning arbejder primært med at bygge bro mellem holdene – både den regionale behandling og kommunal rehabilitering, så de rette sundhedsfaglige kompetencer er til stede omkring såvel rekruttering af spillere som træningen på holdene. Fokus er på at flest muligt af de mænd, der gennemgår behandling på landets hospitaler, får tilbuddet om at trække i fodboldtøjet sammen med ligesindede. Vælger mændene fodbolden til, er det også væsentligt, at de bliver taget godt og trygt imod på deres lokale FC Prostata-hold, og at træningen knyttes naturligt til den rehabilitering, kommunerne er forpligtede til at tilbyde.

DBU bidrager primært til at sikre samarbejdet især gennem kontakten til de lokale fodboldklubber landet over. Samtidig er træneruddannelsen i FC Prostata forankret i DBU, så den harmonerer med den generelle træneruddannelse, som alle DBU-trænere gennemgår. Træneruddannelse tilbydes desuden til fagpersoner i kommuner og på sygehuse, som har med FC Prostata-holdene at gøre.

En fremtid for flere sportsgrene og andre grupper

De eksisterende FC Prostata-hold, der fordeler sig over hele landet, består primært af mænd med prostatakræft. Flere steder er også andre motiverede mænd imidlertid blevet inviteret med på holdene, til trods for at de ikke deler prostatakræftdiagnosen med de øvrige spillere. Det viser, at langt flere end blot prostatakræftpatienter kan have gavn og glæde af fodboldtræningen, ligesom det viser den store rummelighed, der kendetegner de eksisterende hold.

Forudsætningerne er så gode, at flere mænd landet over kan dele græs og omklædningsrum de kommende år. Samtidig er fodbold ikke nødvendigvis den eneste aktivitet, der kan understøtte sunde og sociale mandekollektiver. På sigt har Komiteen en ambition om at overføre potentialet for lignende sunde fællesskaber i forbindelse med andre aktiviteter – hele tiden med fokus på hvordan foreningsliv, kommuner og hospitaler indbyrdes kan berige og understøtte hinanden i en fælles bestræbelse på at holde alle danskere sunde og raske så længe som muligt.



Europæiske projekter

Komiteen har i flere år været involveret i internationale projekter. Vores erfaringer fra implementering af Lær At Tackle i Danmark har bidraget til implementeringer i andre lande. Og oprettelsen af European Network on Patient Empowerment (ENOPE) i 2012 gav de danske erfaringer og kompetencer yderligere synlighed.

I 2018 afsluttedes derfor bl.a. ekspertprojektet PRO STEP om mestring og egenomsorg i forhold til kroniske lidelser og sygdomme.

Projektet var ledet af den fælleseuropæiske paraplyforening for patientorganisationer European Patients Forum (EPF), der sammen med Danmark og partnere i England, Spanien og Holland ledede projektet på tværs af 25 eksperter fra hele Europa.

Projektet fokuserede på kroniske sygdomsområder med klar evidens for en positiv samfundsinvestering i fokus på mestring, men arbejdede dog også holistisk for at sammensætte politiske forslag og scenarier for forebyggelse af kroniske lidelser i Europa.

Koordination på tværs i Europa

Efter afslutning af PRO STEP var Komiteen derfor opmærksom på, hvordan denne læring kunne videreføres i Danmark og på tværs af Europa. Og af samme grund tilbød Komiteen derfor Sundheds- og Ældreministeriet at repræsentere de danske erfaringer i det politiske koordinationsprojekt CHRODIS+ (2018-2021), der på tværs af 21 lande har til hensigt at overføre gode erfaringer mellem EU's lande omkring netop kroniske sygdomme – herunder en stigende fokus på arbejdspladsens rolle for forebyggelse og fastholdelse.

Og netop med ønsket om udveksling af erfaringer indgik Komiteen derfor også senere på året aftale om partnerskab i Erasmus+-projektet Dem@Mentoring. Fra 2018-2021 skal Komiteen sammen med Polen, Italien og Sverige samarbejde i det græsk-ledede projekt og udvikle en digital mentorplatform, der kan sikre pårørende og fagpersonale bedre information og interaktion om den udfordrende ramme, som demens giver for borgerens liv og familie.

Nyt europæisk netværk

Erfaringerne fra dannelsen af ENOPE gav også ekko i november 2018, da et styrket netværk gav Komiteen lejlighed til gennem Self-Care Initiative Europe (SCiE) at koordinere Self-Care Week Europe, der på tværs af 11 lande og en bred gruppe af organisationer gav ringe i vandet.



Illustration anvendt til plakater, bannere og lignende i SCwE 2018.

Ud over disse konkrete projekter medførte året også en stigning i interessen for danske erfaringer, der har et ret positivt ry internationalt set. Således steg også antallet af henvendelser om mulig deltagelse i andre(s) projekter og invitationer om bidrag til conferenceindlæg. Men den stigende interesse fra og i verden udenfor kom også til udtryk i en styrket dialog i Danmark om internationalt samarbejde på tværs af organisationer – en brobygning som medfører en rigtig interessant erkendelsesproces om, hvilke unikke kvaliteter som Danmark og danske sundhedsløsninger indeholder. Dét ser vi i Komiteen frem til at fortælle mere om i 2019.

Publikationer Apps

Journalistisk og redaktionel bistand samt layout og distribution er en del af Komiteens kerneydelser. Blandt vores vigtigste samarbejdspartnere er Sundhedsstyrelsen, DSAM og Fødevarestyrelsen. Produktionen har bestået af både nye udgivelser og revision af tidligere producerede.

Nyt i 2018

Nyudgivelser og revisioner

Med Sundhedsstyrelsen

- Amning – en håndbog for sundhedspersonale
- Sunde vaner, i forskellige sprogversioner
- Sunde børn i et nyt land, polsk
- Forebyggende sundhedsydelse
- Tjek bleen
- Smitsomme sygdomme hos børn og unge
- Ernæring til spædbørn og småbørn
- Tilbud om undersøgelse for kræft i tyk- og endetarm
- Abort
- Din præventionsguide

Med DSAM – kliniske vejledninger

- Type 2-diabetes
- Insulinbehandling
- Kræftopfølgning i almen praksis
- Iskæmisk hjerte-kar-sygdom

Med Fødevarestyrelsen

- De officielle kostråd

Med Patienterstatningen

- Se om du har ret til erstatning
- Til patienter og pårørende i psykiatrien

Med Forbrugerrådet Tænk

- Børnesikkerhed 0-15 år

Med Museum Jorn

- 100 Jorn-eksperimenter ...

Med flere samarbejdspartnere

- Sukkerdillen

Egne udgivelser

- MIT kokkeri
- Amning – en tryk start
- Kort og godt om amning
- Undgå smitte

LÆR AT TACKLE

- kronisk sygdom
- hverdagen som pårørende
- angst og depression
- kroniske smerter

E-bøger

- Din præventionsguide MOBIL
- Vil du vide mere om Prævention
- Værd at vide om Sterilisation
- Helbredsbedømmelse af nyankomne flygtninge
– visuelt dialogredskab

Beskrivelse af såvel nye som reviderede publikationer kan ses på de følgende sider.

Sunde børn i et nyt land, polsk version

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, rumænsk og farsi – alle med en sideløbende dansk tekst, som den dansksprogede sundhedsfaglige kan orientere sig i.



Vejledning om forebyggende sundhedsydelser til børn og unge

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



Tjek bleen

Gratis pjece der henvender sig til nye forældre om, hvordan de ved at lægge mærke til bleindholdet kan tjekke barnets trivsel i den første levetid. Uddeles på fødesteder og af sundhedsplejen.





Smittsomme sygdomme hos børn og unge

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



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 om mælk, jern, fisk og gluten – om vegetar- og veganerkost – samt om 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.



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, svartider og mulige supplerende undersøgelser.

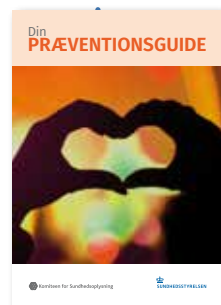
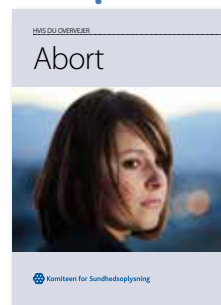
Præventionsmaterialer

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.

Din præventionsguide

Præventionsvejledning til brug for skolesundheds-tjenestens 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. Din præventionsguide MOBIL kan hentes på www.kfsbutik.dk, se også side 92.





Med DSAM

DSAM's kliniske vejledninger er udgivet elektronisk og kan downloades fra www.dsam.dk

Type 2-diabetes

Type 2-diabetes er en kronisk sygdom, som er karakteriseret ved et forhøjet indhold af glukose i blodet. Sygdommen ledsages hyppigt af overvægt, hypertension og dyslipidæmi. Den gennemsnitlige alder ved sygdomsdebut er i dag 60-65 år, men gennemsnitsalderen er faldende, og type 2-diabetes vil fremover ses med større hyppighed i yngre aldersgrupper – ikke mindst grundet tiltagende tidlig opsporing. Målet med vejledningen er at præsentere evidensbaseret viden om opsporing, udredning og behandling på en måde, så den let kan benyttes i en travl hverdag i almen praksis.

Insulinbehandling

Målgruppen for denne vejledning er de praktiserende læger og deres personale, som selvstændigt varetager opstart af og behandling med insulin af patienter med type 2-diabetes. Det er en enkel og pragmatisk instruks, som er overskuelig, selv om man måske ikke har stor erfaring med insulinbehandling. Der er fokus på den praktiske håndtering af behandlingen: Hvad skal man helt konkret gøre?

Iskæmisk hjerte-kar-sygdom

Hvert år rammes mere end 50.000 danskere af en hjerte-kar-sygdom, som er den næst hyppigste dødsårsag i Danmark. Den kliniske vejledning er opbygget som FAQ og besvarer en lang række nøglespørgsmål, som praktiserende læger oplever som væsentlige og relevante i den kliniske hverdag. Spørgsmålene er således udarbejdet på baggrund af forslag fra praktiserende læger.

Kræftopfølgning i almen praksis

Formålet med denne vejledning er at sikre bedre helbred og livskvalitet for patienter med kræft. Den indeholder værktøjer til brug ved den almenmedicinske kræftopfølgning og giver information om kræftbehandlingsformer, bivirkninger og senfølger til kræftbehandlinger.

Med Fødevarestyrelsen

De officielle kostråd

Pjece med enkel, borgerrettet beskrivelse af de officielle råd til en sund livsstil. Pjecen gennemgår rådene et for et og giver konkrete bud på, hvordan man kan efterleve dem i praksis. Hvis man lever efter kostrådene, vil kroppen få dækket behovet for vitaminer, mineraler og andre vigtige næringsstoffer. Man nedsætter risikoen for livsstilssygdomme som hjerte-kar-sygdomme, type 2-diabetes og kræft. Samtidig forebygger rådene, at man tager på i vægt.



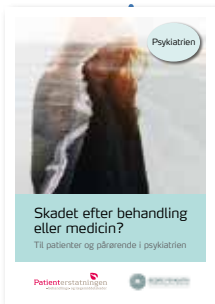
Med Patienterstatningen

Se om du har ret til erstatning: Skadet efter behandling eller medicin?



Patienter, der er behandlet i det danske sundhedsvæsen, kan søge om erstatning, hvis de bliver skadet i forbindelse med behandling eller brug af medicin. Skaden kan være psykisk eller fysisk og kan ske pga. fejldiagnose, (for) lang ventetid, sygdomsbehandling, operation, genoptræning, pleje eller lægemidler. Pjecen her beskriver kort og godt, hvilke regler der gælder på området, og hvordan man kan søge om erstatning hos Patienterstatningen.

Psykiatrien – Skadet efter behandling eller medicin?



Man kan have ret til erstatning, hvis man har fået en skade i forbindelse med behandling af en psykiske lidelse. Hvis skaden bliver anerkendt, kan man få erstatning for bl.a. tabt arbejdsfortjeneste, varigt mén, svie og smerte samt udgifter som følge af skaden. Pjecen beskriver, hvilke regler der gælder på området, og hvordan man kan søge om erstatning hos Patienterstatningen.

Med Forbrugerrådet TÆNK

Børnesikkerhed 0-15 år



Bogen beskriver, hvordan ulykker med børn typisk opstår, og giver ideer til, hvordan de kan undgås. I bogen er en opslagsdel med sikkerhedsregler for børneudstyr, legepladsindretning og fritidsinteresser. Nye opslag om bl.a. indeklima, e-cigaretter og løbecykler. Bogen er ajourført med nye sikkerhedsregler af Forbrugerrådet Tænk.

Med Museum Jorn

100 Jorn-eksperimenter vi kan lave derhjemme ved køkkenbordet

Bogen giver ideer til sjove kunsteksperimenter, hvor fokus er på proces, sanselighed, historiefortælling og den gode samtale. Der er lagt op til, at de 100 eksperimenter laves i samarbejde mellem børn og voksne. Familien kommer til at bruge fingre, tæer, glaskugler, en cykel, en kartoffel, kartoner fra cornflakes og en masse andre ting, som kan findes i penalhuset, køkkenskuffen, køleskabet eller naturen. Men først og fremmest aktiveres fantasien.

Bogen er udgivet af Museum Jorn med støtte fra Nordea-fonden og tilbydes gratis til alle børn i klasse. Bogen kan desuden købes til privat brug ved bestilling på www.museumjorn.dk

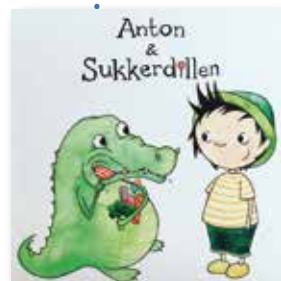


Med flere samarbejdspartnere

Anton & Sukkerdillen

En bog om tandsundhed og lækkersult der egner sig til højtlesning for børn fra 5-årsalderen. og Drengen Anton mistænkes for at spise familiens slik. Det bliver dog ikke spist af Anton, men af en Sukkerdille, der bor under Antons seng. I bogen findes gode råd til voksne om tandbørstning, lækkersult og gode alternativer til slik. Bogen indgår i et pilotprojekt og uddeles til elever i 1. klasse i en række kommuner. Udover bogen indgår børnetandbørster, klistermærker og en plakat i projektet.

Projektet er støttet af TrygFonden og skabt i et samarbejde mellem Ansatte Tandlægers Organisation, HK Kommunal, Danske Tandplejere, Sukkersheriffen og Komiteen for Sundhedsoplysning.



Egne udgivelser

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



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 website, hvor eleverne kan se flere opskrifter, finde inspirerende videoer med unge, der laver retterne og dele tips og tricks med venner. Kogebogen er udgivet i samarbejde med Haver til Maver og med støtte fra Nordea-fonden.

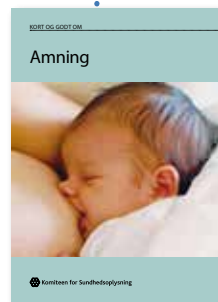


Amning - en tryk start

Et hæfte til nye forældre 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. Hæftet er udarbejdet af Ingrid Nilsson, sygeplejerske, ph.d., IBCLC.

Kort og godt om amning

Hæftet er baseret på Sundhedsstyrelsens officielle anbefalinger og vejleder den nyblevne mor om, hvordan hun kan få amningen til at lykkes. Hæftet dækker hele ammeperioden og giver bud på, hvordan almindelige ammeproblemer kan løses. Der er desuden tip om ammeophør og start på job efter endt barselsorlov.



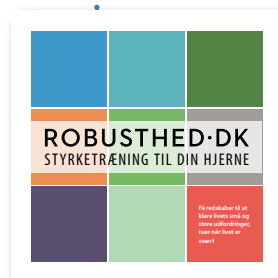
Undgå smitte

Undgå smitte giver forældre og pædagoger redskaber til at afbryde smitteveje og dermed undgå, at fx influenza, forkølelse og smitsom diarré breder sig som steppebrande blandt børn og voksne i en daginstitution eller skole. Her er enkle og korte råd om bl.a. målrettet rengøring og effektive hygiejnerutiner. Hæftet er skrevet af Per Vagn-Hansen, speciallæge i samfundsmedicin.



ROBUSTHED.DK – Styrketræning til din hjerne

Minibogen giver en kort introduktion til robusthedsprogrammet og udvalgte moduler fra programmet. Robusthedsprogrammet handler kort fortalt om tanker, følelser og mentalisering. Programmet har fokus på at træne evnen til at mentalisere og derigennem blive bedre til begå sig socialt og kunne bedømme, hvad der ligger bag egne og andres handlinger. Robusthedsprogrammet og minibogen er formuleret i et enkelt hverdags- og billedsprog.





LÆR AT TACKLE – kronisk sygdom

Bogen beskriver, hvordan mennesker med kronisk sygdom aktivt kan tage vare på eget liv og helbred. Den henvender sig til alle med langvarig sygdom og indeholder tips om aktiv selvhjælp, om at tackle symptomer, om kost og motion, om kærlighed og kommunikation, om rigtig brug af medicin, og om hvordan man kan blive bedre til at bede om hjælp, når man har brug for det. Bogen er oversat fra amerikansk og bearbejdet til danske forhold. Den kan læses selvstændigt eller bruges i forbindelse med patientkurset af samme navn.



LÆR AT TACKLE – angst og depression

Bogen giver inspiration til og råd om, hvordan mennesker med angst og/eller depression kan opstille mål, lægge planer, håndtere symptomer og trække på de ressourcer, de har til rådighed. Bogen er et personligt værktøj, hvor læseren bliver bedt om at forholde sig individuelt til en række spørgsmål og notere svarene.

LÆR AT TACKLE**– hverdagen som pårørende**

Bogen er et 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. Bogen giver inspiration til, hvordan pårørende bliver 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.

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





E-BØGER

Komiteen udgiver udvalgte titler i elektronisk form. E-bøgerne er gratis og kan downloades fra Komiteens webshop www.kfsbutik.dk

Din præventionsguide MOBIL

Bogen henvender sig til unge med klar besked om, hvilken præventionsform der egner sig godt til den enkelte. Der er endvidere information om seksydomme, graviditet og kroppens udvikling. Den trykte bog uddeles af sundhedsplejersker ved udskolings-samtalen med 9.-klassens elever. E-bogen er et supplement til den trykte udgave og tilpasser sig automatisk den skærm, den vises på (responsivt).

Prævention – elektronisk udgave

Bogen oplyser om tilgængelige præventionsmetoder samt fordele, ulemper og sikkerhed ved hver enkelt metode. Desuden orienteres der om seksydomme 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

Alkohol og helbred

Er tidligere udgivet i trykt form i samarbejde med Sundhedsstyrelsen. Bogen gennemgår, hvordan alkohol påvirker helbredet. Næst efter tobak er alkohol den risikofaktor, som er årsag til flest tabte leveår og år med alvorlig sygdom. Bogen er primært til sundhedsprofessionelle, men kan også læses af borgere med interesse for, i hvilket omfang alkohol medvirker til udvikling af sygdomme.

Sunde vaner – før, under og efter graviditet

Sunde vaner er Sundhedsstyrelsens anbefalinger til kommende mødre. Hæftet indeholder de sidste nye anbefalinger om moderens kost og sundhed, se også beskrivelsen af den trykte udgave side 80.

Sunde børn i et nyt land

Sundhedsstyrelsens officielle vejledning til fremmedsprogede forældre i Danmark. Hæftet udgives i samarbejde med Sundhedsstyrelsen i såvel elektronisk som trykt form, se også side 81.

Helbreds vurdering af nyankomne flygtninge – visuelt dialogredskab

Et dialogredskab, som lægen kan anvende i forbindelse med den helbredsmæssige vurdering af nyankomne flygtninge, såvel mænd, kvinder som børn. Materialet består af en bog med relevante spørgsmål, som lægen kan stille for at afdække flygtningens baggrund og helbredstilstand, samt et dialogark at tale ud fra.





KOMITEENS APPS

Gravid lanceret på islandsk på ios og Android

I sommeren 2018 lancerede vi den islandske version af appen Gravid, på islandsk kaldet Ljósán, både til Apple og Android brugere.

Den islandske jordemoderforening *Ljósmædrafélag Íslands* har stået for oversættelse og tilpasning til de islandske sundhedsanbefalinger.

Opdatering af Gravid, Min baby og FAR

I slutningen af 2018 igangsatte Komiteen en omfattende både teknisk og designmæssig opdatering af de tre apps. Opdateringen er igangsat, da appens tekniske grundlag efterhånden var ved at være forældet. De nye apps bliver udviklet som hybrid apps, og vil derfor være mindre "tunge" at downloade og hurtigere og mere smidige i loginprocessen. Derudover vil forsiden på appen blive endnu mere interaktiv og dynamisk i forhold til at vise det mest relevante indhold for brugeren. Vi arbejder også på, at dagbogen vil blive en "barnets bog", hvor man kan markere barnets milepæle som for eksempel babys første smil.

De tre apps er stadig populære og ligger i top 10 over downloads, men der er kommet en større konkurrence på markedet, og denne opdatering vil bedre sikre, at vi fortsat kan være konkurrencedygtige.

Komiteen

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 2018

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

- Magnus Alexander Johansen, it-studerende



Magnus Alexander Johansen

Forlagsvirksomhed

- Birgitte Dansgaard, redaktionschef



Birgitte Dansgaard

Enhed for Mestring og Empowerment (tidligere projektgruppen)

- Nicolaj Holm Faber, chefkonsulent
- Lea Heegaard, chefkonsulent
- Malene Norborg, specialkonsulent
- Birgitte Sabra, kommunikationsansvarlig
- Christopher Hjort, projektkoordinator
- Marie Bergmann, projektkoordinator
- Ann Sofie Sofiendal Nilsson, projektleder
- Louise Andrés, projektkoordinator
- Nete Bang-Hansen, projektkoordinator
- Rikke Bach Jensen, projektkoordinator
- Casper Christiansen, IT-projektleder
- Esther Lind Stokkebæk, junior projektmedarbejder
- Anna Maria Pavia, junior projektmedarbejder
- Tine Bo Andresen, projektkoordinator
- Amalie Kristine Simonsen, junior projektmedarbejder



Nicolaj Holm Faber



Lea Heegaard



Malene Norborg



Birgitte Sabra



Christopher Hjort



Marie Bergmann



Ann Sofie Sofiendal Nilsson



Louise Andrés



Nete Bang-Hansen



Rikke Bach Jensen



Casper Christiansen



Esther Lind Stokkebæk



Anna Maria Pavia



Tine Bo Andresen



Amalie Kristine Simonsen

Kompetencecenter for Amning og Human Laktation

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



Marianne Busck-Rasmussen



Ingrid Nilsson

Sammen om Mental Sundhed

- Martha Monrad Hansen, specialkonsulent
- Christian Døsing Sørensen, projektkoordinator
- Mette Marie Åbom, projektkoordinator



Martha Monrad Hansen



Christian Døsing Sørensen



Mette Marie Åbom

BørnUngeliv (tidligere Skolesundhed) og Robusthed

- Mette Laub Petersen, chefkonsulent
- Carsten Obel, lægefaglig og lægevidenskabelig konsulent
- Marie Alban Arffmann-Simonsen, projektkoordinator
- Mia Juul Christensen, projektkoordinator
- Thea Futtrup Korsholm, projektkoordinator
- Anne Sofie Fabricius Krarup, projektkoordinator
- Mette Marie Åbom, projektkoordinator
- Freja Bange Nyboe, projektkoordinator
- Anders Vedel Jakobsen, projektkoordinator
- Marie Harboe Arnbjørn, specialkonsulent
- Charlotte Frese, specialkonsulent
- Jon Kristian Lange, specialkonsulent
- Benjamin Nisic, digital projektleder
- Emil Nelander, projektmedarbejder
- Hanne Hougaard Christiansen, junior projektmedarbejder
- Laura Steenstrup Zeeberg, junior projektmedarbejder



Mette Laub Petersen



Carsten Obel



Marie Arffmann-Simonsen



Mia Juul Christensen



Thea Futtrup Korsholm



Anne Sofie Fabricius Krarup



Mette Marie Åbom



Freja Bange Nyboe



Anders Vedel Jakobsen



Marie Harboe Arnbjørn



Charlotte Frese



Jon Kristian Lange



Benjamin Nisic



Emil Nelander



Hanne Hougaard Christiansen



Laura Steenstrup Zeeberg

Medlemmer af Komiteen:

Følgende organisationer var i 2018 medlemmer af Komiteen:

- Ansatte Tandlægers Organisation
- Danmarks Apotekerforening
- Dansk Kiropraktor Forening
- Dansk Psykolog Forening
- Dansk Sygeplejeråd
- Danske Fodterapeuter
- Danske Fysioterapeuter
- Danske Regioner
- Danske Tandplejere
- 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
- Tina Christensen, formand for Danske Fodterapeuter Danske Fodterapeuter
- Elisabeth Gregersen, tandplejer, formand for Danske Tandplejere, Danske Tandplejere
- Charlotte Groule, tandlæge, formand for Tandlægernes Sundhedsudvalg, Tandlægeforeningen
- Ann-Mari Grønbæk, farmakonom, næstformand for Farmakonomforeningen, Farmakonomforeningen
- Sanne Jensen, regionsformand Region Midtjylland, formand for Danske Fysioterapeuter, Danske Fysioterapeuter
- Anders Jørgensen, kiropraktor, bestyrelsesformand Dansk Kiropraktor Forening, Dansk Kiropraktor Forening
- Amanda Kusk Kjærgaard, psykolog (til maj 2018) Dansk Psykolog Forening

- Nikolai Cerisier Roitmann, psykolog (fra maj 2018)
Dansk Psykolog Forening
- Lotte Lagoni, ergoterapeut
Næstformand i Ergoterapeutforeningen
- Ida Nøhr Larsen, overtandlæge (til oktober 2018)
Ansatte Tandlægers Organisation
- Rikke Svanterud Larsen, overtandlæge (fra oktober 2018)
Ansatte Tandlægers Organisation
- Skjold de la Motte, regionsmedlem (til april 2018)
Danske Regioner
- Annie Hagel, regionsmedlem (fra april 2018)
Danske Regioner
- Tue Flindt Müller, praktiserende læge, medlem af FU
Lægeforeningen
- Stina Kruse Skov, jordemoder
Næstformand i Jordemoderforeningen
- Dorte Steenberg, intensivsygeplejerske (til november 2018)
2. næstformand, Dansk Sygeplejeråd
- Dorthe Boe Danbjørg, sygeplejerske (fra december 2018)
2. næstformand, Dansk Sygeplejeråd
- Birthe Søndergaard, farmaceut
Sundhedsfaglig direktør, Apotekerforeningen
- Annette Wiencken, 2. viceborgmester Hørsholm Kommune
(til januar 2018)
Styrelsens næstformand, medlem af FU, Kommunernes Landsforening
- Jan Jakobsen, 1. viceborgmester Tårnby Kommune (fra marts 2018)
Styrelsens næstformand, medlem af FU, Kommunernes Landsforening
- Karen Wistoft, professor, lektor, ph.d., DPU
Formand for Komiteens sagkyndige udvalg

Medlemmer af det sagkyndige udvalg

- Anders Jørgensen, kiropraktor, bestyrelsesformand Dansk Kiropraktor Forening, Dansk Kiropraktor Forening
- Anne Barfoed, vicechef, jordemoder
Jordemoderforeningen
- Anne Cederlund Rytter, konsulent
Danske Regioner
- Annette Poulsen, sundhedsplejerske
Sundhedsstyrelsen
- Astrid Jensen-Kanstrup, specialkonsulent
Kommunernes Landsforenings Konsulentvirksomhed (KLK)
- Beate Jarl, chefkonsulent
Ergoterapeutforeningen
- Camilla Lindeblad, farmakonom
Farmakonomforeningen
- Dorte Jeppe-Jensen, odontologisk konsulent
Tandlægeforeningen
- Elisabeth Gregersen, tandplejer
Formand for Danske Tandplejere
- Heidi Klakk, fysioterapeut
Danske Fysioterapeuter
- Helle Jacobsgaard, sundhedsfaglig chefkonsulent
Danmarks Apotekerforening
- Karen Wistoft, professor, ph.d., DPU, Aarhus Universitet
Formand for det sagkyndige udvalg
- Kirsten Brøndum, konst. kontorchef
Socialstyrelsen
- Lene Herlev Vindeløv, konsulent
Dansk Sygeplejeråd
- Malene Oeftiger, fodterapeut
Danske Fodterapeuter
- Pernille Ahlmann, farmakonom
Farmakonomforeningen
- Rikke Svanterud Larsen, overtandlæge
Ansatte Tandlægers Organisation
- Susanne Dahl, ledende sundhedsplejerske
Frederiksberg Kommune
- Thomas Iversen, cand.psych.
Dansk Psykolog Forening

Formænd og direktører 1964-2018

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 2018

© Komiteen for Sundhedsoplysning 2019

ISBN: 978-87-93213-97-5

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 2018



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