



KOMITEEN FOR SUNDHEDSOPLYSNING



ÅRSBERETNING2023

## **INDHOLD**

### **Forord**

**3**

### **Komiteens vision og mission**

**7**

### **Enhed for Mestring og Empowerment**

**9**

### **Kompetencecenter for Amning**

**30**

### **Enhed for Sundhedskommunikation og Partnerskaber**

**37**

### **International enhed**

**59**

### **Publikationer 2023**

**67**

### **Komiteen**

**76**

## ÅRSBERETNING 2023

© Komiteen for Sundhedsoplysning 2024

ISBN (trykt udgave):  
978-87-93940-51-2

ISBN (elektronisk udgave):  
978-87-93940-52-9

*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](mailto:kfs@sundkom.dk)  
Hjemmeside: [www.sundhedsoplysning.dk](http://www.sundhedsoplysning.dk)



# Forord

## **I Danmark går det godt!**

Siden man i 50'erne begyndte at måle et lands vækst ved BNP har Danmark oplevet vækst. Det går godt! Inflationen er under kontrol, beskæftigelsen er høj og ledigheden lav. Og for at slå hovedet på sømmet, så er vi et af verdens lykkeligste lande.

Et land i økonomisk vækst har altid været et land med øget velfærd, og øget velfærd har altid været lig med øget sundhed.

## **Men gør det nu også det?**

Antallet af mennesker i mistrivsel er stigende. Antallet af mennesker, der føler sig ensomme er stigende, antallet af overvægtige er stigende, antallet af hænder til at pleje den aldrende befolkning er for få, og flertallet af befolkningen er for lidt fysisk aktive.

Mennesket er skabt til at bevæge sig, og alligevel så opfinder og udvikler vi hele tiden nye måder, hvormed vi kan komme fra A til B uden på nogen måde at skulle bruge kroppen eller i alle tilfælde at bruge den så lidt som muligt. Det klassiske eksempel er rulletrappen, men elcyklen og el-løbehjulet er yderligere eksempler på, at denne trend stadig er herskende. Tilsvarende kan vi nu næsten undgå at komme ud fra eget hjem, da både arbejde, indkøb og socialt samvær kan klares online.

For at løse de skitserede problemer og flere til har vi brug for at tænke nyt og anderledes.

## **Boksen**

Vi skal ikke kun tænke ud af boksen. Der findes nok ikke én løsning, der løser det hele, men et multiplum af løsninger. Det er heller ikke sikkert, at alle løsningerne er komplicerede og dyre. Ej heller er det sikkert, at det kommer til at tage mange år. Måske er nogle af

løsningerne lige om hjørnet, og måske kan en løsning skabe en form for dominoeffekt, så flere problemer bliver løst.

I Komiteen arbejder vi med sundhed, men ikke kun én slags sundhed. Vi arbejder med hele det brede sundhedsbegreb inden for alle de områder, hvor der findes sundhed. De seneste år har vi i Fællesskabsby Ringsted arbejdet med at styrke fællesskabet i et geografisk område af Ringsted. Vi har fokuseret på fællesskabet, ikke på ensomheden. Vi har fokuseret på alle og ikke på udvalgte grupper, hverken aldersmæssigt eller socialt – og det virker. De seneste år har vi med BASAL – Sammen om trivsel testet en ny indsats på 49 skoler landet over med det formål at styrke sammenholdet og skabe et fælles sprog for derigennem at mindske mistrivslen – og det virker.

Mængden af hænder, der skal pleje os og passe på os, hvis man er så uheldig fx at blive diagnosticeret med en kronisk sygdom, hvis man fx oplever symptomer på angst eller depression, eller hvis man bliver pårørende til en kronisk syg, er desværre begrænset. Så hvad er løsningen her? Kan man gå på kursus i det? JA, det kan man!

Da Komiteen tilbage i 2005 sammen med Sundhedsstyrelsen startede LÆR AT TACKLE kronisk sygdom, var der ingen, der forestillede sig, at programmet fortsat ville være i drift næsten 20 år senere. Der var heller ingen, der forestillede sig, at LÆR AT TACKLE ikke kun var ét program, men 14 programmer. Konklusionen er klar og åbenlys – man kan godt og det virker.

Udfordringen er, at der stadig er en tendens til at betragte problemerne enkeltvis og søjlevis. Det betyder også, at vi søger løsningerne inden for hver sektor. Men ingen af problemerne er isolerede til en enkelt sektor eller forvaltning. De hænger sammen. De sidste tre år har vi i Komiteen sat fokus på Economy of Wellbeing, også kaldet trivselsøkonomi. Her har vi sat fokus på den sammenhæng, der er mellem sektorerne og de fordele, der er ved at arbejde på tværs.

Komiteen har igennem de sidste 20 år arbejdet tværfagligt. Både naturligt, fordi vi sundhedsmæssigt dækker meget bredt, men også fordi det helt naturligt giver mening. Vi har også arbejdet ud fra devisen om tværfaglighed, sammenhæng, at se det simple i det komplicerede, og at det giver en større samlet effekt at hjælpe mange lidt, end det gør at hjælpe få meget.







# Komiteens vision og mission

## Strategi mod 2030

### Komiteen for Sundhedsoplysnings formål

- At gøre viden til virkelighed

### Komiteen for Sundhedsoplysnings vision

At være Danmarks uafhængige kraftcenter for at omsætte sundhedsfaglig viden til gavn for folkesundheden.

### Komiteen for Sundhedsoplysnings mission

- At skabe, udvikle og levere innovative sundhedsfaglige løsninger til, med og for borgere, sundhedsprofessionelle og andre partnere.
- At udnytte Komiteens unikke organisation til forankring af bæredygtige sundhedsindsatser.
- At være den drivende kraft ift. tværfagligt samarbejde.
- At være drivkraft for lokale, nationale og internationale partnerskaber for sundhed.
- At være brobygger i egenskab af at være rådgiver, leverandør og ambassadør for at omsætte og flytte sundhedsfaglig viden ud i alle relevante sammenhænge og sektorer lokalt, nationalt og internationalt.



Med udgangspunkt i sin uafhængighed og sin almennyttige fundats er Komiteen unikt godt placeret til at varetage rollerne som projekt-udvikler, koordinator og leverandør og som vidensformidler, vidensmægler og brobygger.

Med afsæt i den bedst mulige viden og metodik bidrager Komiteen derfor alle steder, hvor der arbejdes med sundhed – på nationalt og internationalt plan – og understøtter det lokalt forankrede samarbejde på tværs af organisationer, faggrænser og sektorer.

Således arbejder Komiteen også ud fra FN's Verdensmål mod hverdagens sundhedsmål inden for de mange dele af sundhed og sundhedsaspekterne, hvor oplysning, formidling og brobygning gør en forskel.

Baseret på indtægtsdækket virksomhed og aktiv involvering i offentlige udbud arbejder Komiteen centralt mellem myndigheder, organisationer, fonde og forskningsmidler i Danmark, Norden og Europa for at skabe interventioner, indsatser og initiativer, der styrker og udvikler samfundet og den enkelte borgers fysiske, mentale og sociale velbefindende.



# Enhed for Mestring og Empowerment

Omdrejningspunktet for arbejdet i Enhed for Mestring og Empowerment er mestringsindsatser, der forankres i stor skala i hele landet – og til en lang række målgrupper. En del af aktiviteten handler om **LÆR AT TACKLE**-indsatserne, der udbydes i to ud af tre kommuner samt andre organisationer. Enheden laver desuden forskellige udviklingsprojekter, kompetenceudvikling af sundhedsprofessionelle samt rådgivnings- og undervisningsaktiviteter.

I 2023 igangsatte enheden to nye, store udviklingsprojekter: *Snart Far* og *LÆR AT TACKLE stress*. *Snart Far* skal få flere fædre til at tage den øremærkede barsel. *LÆR AT TACKLE stress* er en kommunal mestringsindsats målrettet mennesker med stress. Projektet gennemføres i samarbejde med – og med finansiering fra 5 kommuner.



Udover driften af *LÆR AT TACKLE*, var 2023 et år, hvor fokus også var på fremdriften i enhedens øvrige udviklingsprojekter: *Tættere på job, Godt igennem uddannelse, Basal – Sammen om trivsel* samt *Mestring af Funktionelle Lidelser*.

### LÆR AT TACKLE

*LÆR AT TACKLE* er fællesbetegnelsen for en række evidensbaserede mestringsforløb, som er målrettet mennesker med langvarig sygdom samt pårørende. Programmet bygger på en model, der er udviklet på Stanford Universitet, USA.

Forløbene styrker deltagernes evne til selvhjælp. Det sker ved at introducere dem til velafprøvede redskaber, som hjælper den enkelte med at håndtere symptomer og andre udfordringer.

En række forskningsevalueringer viser, at *LÆR AT TACKLE*-programmet har veldokumenterede effekter på deltagernes symptomer, helbred, sundhedsadfærd, trivsel og self-efficacy (tro på egne evner).

Evalueringerne kan ses på [www.empowerment.dk](http://www.empowerment.dk).



*LÆR AT TACKLE* udbydes gennem landets kommuner og via patientforeninger. Forløbene gennemføres primært som gruppebaserede kurser, hvor der er fysisk fremmøde. Desuden udbydes flere indsatser i onlinegrupper, ligesom enkelte indsatser tilbydes som e-læringsforløb.

### **LÆR AT TACKLE i tal – 2023**

Siden 2006 har 42.212 borgere deltaget i et *LÆR AT TACKLE*-kursus. I 2023 så tallene således ud:

- 56 kommuner/organisationer udbød *LÆR AT TACKLE*
- Der blev uddannet 120 instruktører
- Der blev afholdt 235 kurser på landsplan med deltagelse fra 2505 borgere
- Der blev gennemført 212 vejledninger af instruktører

### **Rollemodeller og frivillighed**

*LÆR AT TACKLE* bygger på ligemandsprincippet (peer-to-peer), hvor instruktørerne er positive rollemodeller for deres kursister. Hovedparten af instruktørerne underviser på frivillig basis. De fleste er blevet instruktører på *LÆR AT TACKLE* af følgende årsager:

- De har personlige erfaringer med at have langvarig sygdom tæt inde på livet
- De er gode selvhjælpere
- De ønsker at hjælpe andre, der i samme situation som dem selv.

Alle instruktører har gennemført et uddannelses- og certificeringsforløb i regi af Komiteen. Forløbet består af en instruktøruddannelse, der varer fire dage, samt vejledning på mindst to kursusforløb.

### **Efteruddannelse af instruktører**

Erfarne instruktører kan kvalificere sig til at undervise på flere forskellige *LÆR AT TACKLE*-kurser ved at gennemføre en tillægsuddannelse i regi af Komiteen.

Desuden har rutinerede instruktører mulighed for at genopfriske centrale teknikker og hente ny inspiration på et metodekursus af én dags varighed. Dette kursus varetages ligeledes af Komiteen.

### Den 17. nationale instruktørsamling

En årligt tilbagevendende begivenhed i Komiteen er *LÆR AT TACKLE*s nationale instruktørsamling. Her samles instruktører og koordinators fra hele landet for at netværke og hente inspiration til arbejdet med *LÆR AT TACKLE* hjemme i kommunerne.

I 2023 afholdt Komiteen den 17. nationale instruktørsamling 7.-8. juni på Hotel Nyborg Strand.

Med udgangspunkt i temaet 'Instruktørens kerneopgave' fordybede instruktørerne sig i, hvordan de bedst kan løse deres kerneopgave, som er at støtte kursisterne i at blive bedre selvhjælpere. Desuden arbejdede de med, hvordan man som instruktør kan passe godt på sig selv, når man løser sin kerneopgave.

I alt deltog 202 instruktører og kommunale koordinators på den 17. nationale samling.

Et konferencehæfte viser et sammendrag af de to dage. Det kan downloades på [www.empowerment.dk](http://www.empowerment.dk) og bestilles i [www.kfsbutik.dk](http://www.kfsbutik.dk).





## LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende

Mange kommuner har behov for en indsats til pårørende, der ofte rammes af sygdom eller stress på grund af overbelastning. Derfor udviklede Komiteen i perioden 2016-2017 mestringsindsatsen *LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende* i samarbejde med Københavns Kommune.

Indsatsen blev udbredt og evalueret i perioden 2018-2021 med midler fra Indenrigs- og Sundhedsministeriet og blev ved udgangen af 2021 forlænget til at gælde til og med 2023.

I 2023 udbød 40 kommuner indsatsen.

*LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende* er målrettet voksne med nærtstående, der har langvarig sygdom. Forløbet giver deltagerne konkrete værktøjer til at forebygge, at de selv bliver syge i en travl og uforudsigelig hverdag.

Indsatsen er ydermere videreudviklet som onlinekursus og e-læringsforløb, så kommunerne også har et tilbud til pårørende, der fx har svært ved at forlade hjemmet på grund af den syge eller andre forhold.

### *Udbytte ved LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende*

En evaluering af *LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende* konkluderer, at deltagerne opnår:

- Øget trivsel
- Reduktion af risiko for langvarig stress og depression
- Reduktion af ensomhed
- Reduktion af belastning
- Øget tro på egne evner (self-efficacy)<sup>1</sup>.

## LÆR AT TACKLE i nye arenaer

Enhed for Mestring & Empowerment får jævnligt henvendelser fra organisationer, partnerskaber, hospitals- og forskningsenheder, som ønsker at tilbyde *LÆR AT TACKLE*-kurser i eget regi. I 2023 blev *LÆR AT TACKLE* udbudt via et forskningsprojekt, i tre patientforeninger og som en del af et fællesskabsprojekt, hvor parterne var en kommune og et boligselskab.

### Online pårørendekurser via patientforeninger

I 2023 blev onlinekurset *LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende* udbudt til medlemmerne i de tre patientforeninger Hjernesagen, UlykkesPatientForeningen og Parkinsonforeningen.



**Hjernesagen** tilbød kurset til unge mennesker, der var pårørende til en person med en hjerneskade – fx en forælder, en søskende eller anden nærtstående. Kurset blev ledet af en instruktør, der selv havde en forælder med en hjerneskade.

---

<sup>1</sup> VIVE (2021), Evaluering af kurset 'LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende' – En spørge-skemaundersøgelse blandt kursister.

**UlykkesPatientForeningen** tilbød kurset til voksne pårørende til mennesker, der havde været ude for en ulykke, fx en trafik- eller arbejdsulykke.

**Parkinsonforeningen** tilbød kurset til voksne, der var nærtstående til parkinsonramte.

På onlinekurserne får de pårørende redskaber til at passe på sig selv i en travl og uforudsigelig hverdag. Samtidig får de mulighed for at møde andre, der er i samme situation som dem selv.

### LÆR AT TACKLE – en del af det stærke fællesskab

*Det Stærke Fællesskab* er et samarbejde mellem boligselskabet KAB og Herlev Kommune. Fællesskabet består af en række gratis tilbud til beboere i Herlevs almene boligområder.

Tilbuddene skal styrke de sociale fællesskaber og øge borgernes livskvalitet i relation til uddannelse samt fysisk og mental sundhed. *LÆR AT TACKLE angst og depression – online* var i 2023 et af tilbuddene i *Det Stærke Fællesskab*.

Ud over Komiteen indgik følgende samarbejdspartnere i *Det Stærke Fællesskab*:

- Boblberg
- Red Barnet Ungdom
- Røde Kors
- WeCare
- Broen Herlev
- Area 9 Lyceum
- Frivilligcenter & Selvhjælp Herlev



*Det Stærke Fællesskab* er støttet af Det Obelske Familiefond, Novo Nordisk Fonden og Landsbygefonden.



### LÆR AT TACKLE som en del af et forskningsprojekt

På Aarhus Universitet blev det fysiske kursus *LÆR AT TACKLE angst og depression* tilbudt tidligere cancerpatienter på som en del af et forskningsprojekt, da det ser ud til, at cancerpatienter profiterer særligt godt af indsatsen.

## Nye og igangværende udviklingsprojekter

I 2023 opstartede Enhed for Mestring & Empowerment de to nye udviklingsprojekter *Snart far – en god barsel* og *LÆR AT TACKLE stress*. Samtidig arbejdede enheden videre med følgende igangværende projekter: *Mestring af funktionel lidelse*, *Godt igennem uddannelse*, *Tættere på job* samt *Basal – sammen om trivsel*.

### Ny indsats: LÆR AT TACKLE stress

I 2023 blev et nyt samarbejde igangsat med fem kommuner. Samarbejdet skal sikre udvikling af *LÆR AT TACKLE stress*, der skal udbydes som mestringsindsats til borgere med langvarig stress. Indsatsen har til formål at understøtte borgernes mestring af symptomer og de udfordringer, der udløser og vedligeholder stress.



Projektet omfatter udvikling, pilotafprøvning, evaluering og forankring af *LÆR AT TACKLE stress*, som skal understøtte nuværende tilbud i kommunerne.

*LÆR AT TACKLE stress* udvikles på baggrund af nationale anbefalinger og i samarbejde med deltagende kommuner samt fageksperter inden for stressområdet.

Projektet gennemføres i perioden 2023-2025.

Følgende fem kommuner deltager i udviklingsarbejdet og bidrager samtidig til finansiering af indsatsen:

- Viborg Kommune
- Odense Kommune
- Køge Kommune
- Lyngby-Taarbæk Kommune
- Frederiksberg Kommune.

Projektet indgår i den nationale følgegruppe for *LÆR AT TACKLE*.

### **Ny indsats: Snart far – en god barsel**

I 2023 opstartede *Enhed for Mestring og Empowerment* projektet *Snart far – en god barsel*, der er målrettet kommende og nye fædre. Projektet skal bidrage til, at flere fædre tilvælger øremærket fædrebarsel.

I projektet udvikles et tilbud til fædre, der – særligt i forbindelse med barslen – er usikre på deres nye rolle som far. Tilbuddet skal støtte fædrene i deres farrolle ved at give dem viden om den vigtige far-barn-relation samt værktøjer til at styrke denne relation. Samtidig tilrettelægges der mulighed for netværksdannelse med andre fædre. Indsatsen planlægges som et gruppebaseret mestringsforløb, der skal faciliteres af frivillige fædre.

*Snart far – en god barsel* udvikles på baggrund af mangeårige erfaringer med mestringsprogrammet *LÆR AT TACKLE*. Desuden inddrages relevante fagpersoner og nøglepersoner, blandt andet fra projektets pilotkommuner i udviklingsprocessen.



I 2023 lå fokus primært på opstart af projektet. Desuden blev der igangsat en omfattende målgruppeanalyse til afdækning af målgruppens behov og udfordringer. Resultatet af målgruppeanalysen skal i 2024 danne grundlag for udvikling af indsatsens indhold i 2024.

*Snart far – en god barsel* pilottesttes i 2025 i fem kommuner og udbredes og afprøves herefter i yderligere 20 kommuner i 2026-2027.

Projektet er støttet af Egmont Fonden. Det løber i perioden 2023-2027.

### ***Følgegruppe***

Projektets følgegruppe består af repræsentanter for:

- Sundhedsstyrelsen
- Socialstyrelsen
- Fagligt Selskab for Sundhedsplejersker
- Digitaliserings- og ligestillingsministeriet

- Dansk Socialrådgiverforening
- Forum for Mænds Sundhed
- Dansk Psykologforening
- Dansk Metal

Derudover er der i følgegruppen også en børnelæge m.fl.

### **Mestring af funktionel lidelse**

I 2022 opstartede Enhed for Mestring & Empowerment udvikling af indsatsen *Mestring af funktionel lidelse*. I projektet udvikles, pilotafprøves, evalueres og forankres en digital mestringsindsats, der skal støtte mennesker med funktionel lidelse – på tværs af sektorer.

Indsatsen består af 6 moduler. Hvert modul omfatter dels en e-læringsdel, hvor deltagerne forbereder sig på egen hånd, dels et livewebinar, som faciliteres af en instruktør, der fungerer som positiv rollemodel.

I 2023 var der særligt fokus på at udvikle indsatsens deltagerindhold, ligesom et omfattende arbejde med tilrettelæggelse af det tekniske udviklingsarbejde, som ligger bag e-læringsdelen, blev opstartet. Derudover blev der igangsat udvikling af en kursusbog samt materialer til fagpersoner.



Følgende otte kommuner deltager i projektet:

- Frederiksberg Kommune
- Furesø Kommune
- Halsnæs Kommune
- Helsingør Kommune
- Hillerød Kommune
- Københavns Kommune
- Køge Kommune
- Odsherred Kommune.

Projektet gennemføres i samarbejde mellem Center for Komplekse Symptomer, Region Hovedstaden (projektejer) og Center for Funktionelle Lidelser, Region Sjælland samt de otte deltagende kommuner.

*Mestring af funktionel lidelse* er støttet af TrygFonden og evalueres af Statens Institut for Folkesundhed. projektet løber i perioden 2022-2027.

### *Følgegruppe*

Projektets følgegruppe består af:

- Dansk Kiropraktor Forening
- Dansk Selskab for Funktionelle Lidelser
- Danske Fysioterapeuter
- Danske Psykomotoriske Terapeuter
- Danske Regioner
- Ergoterapeutforeningen
- Klinik for Funktionelle Lidelser (Aarhus Universitetshospital)
- Kommunernes Landsforening

- Lægeforeningen
- Patientforeningen for Funktionelle Lidelser
- Region Hovedstaden
- Region Sjælland
- Sundhedsstyrelsen

### Godt igennem uddannelse

*Godt igennem uddannelse* er en indsats målrettet unge på ungdomsuddannelser, hvor stress, angst eller depression risikerer at spænde ben for de unges uddannelsesforløb. Indsatsen skal få flere sårbare unge til at fuldføre deres uddannelse. Den gennemføres som gruppe-baserede peer-to-peer mestringsforløb, der forankres lokalt på ungdomsuddannelser.

Udviklingsarbejdet blev opstartet i 2021. I 2022 blev *Godt igennem uddannelse* pilottestet på seks uddannelsesinstitutioner.

I 2023 opstartede yderligere 21 uddannelsesinstitutioner indsatsen. Samtidig blev der uddannet 77 nye instruktører. Desuden afholdt Komiteen fire netværksmøder for medarbejdere, der var involveret i implementeringen på skolerne, for at styrke implementering af indsatsen.



### *Evaluering med positive resultater*

I 2022-2023 foretog Danmarks Evalueringsinstitut en evaluering på seks pilotskoler. Evalueringen blev offentliggjort i 2023. Den viste blandt andet, at 97% af deltagerne i høj grad eller nogen grad havde fået udbytte af forløbet. Særligt fremhævede deltagerne, at indsatsens redskaber og teknikker gav en oplevelse af flere handlemuligheder og større selvtillid.

I perioden 2023-2024 gennemfører Danmarks Evalueringsinstitut en evaluering, der blandt andet har fokus på indsatsens betydning for de unges, fravær og frafald på uddannelsen. Resultatet forventes offentliggjort 2025.

### *Følgegruppe*

Projektets følgegruppe består af repræsentanter fra:

- Styrelsen for Arbejdsmarked og Rekruttering
- Styrelsen for Undervisning og Kvalitet
- Sundhedsstyrelsen
- Socialstyrelsen
- Danske Erhvervsskoler og -Gymnasier
- Angstforeningen
- Danske Gymnasier
- Dansk Metals uddannelsessekretariat
- Ungdoms Uddannelsernes Vejleder Forening
- Depressionsforeningen
- Den A.P. Møllerske Støttefond

Desuden indgår repræsentanter for flere uddannelsesinstitutioner

*Godt igennem uddannelse* udvikles med støtte fra *Den A.P. Møllerske Støttefond*. Projektet løber i perioden 2021-2025.



### **Tættere på job – en onlinebaseret indsats**

*Tættere på job – DIN vej, DINE valg* er en jobrettet mestringsindsats, som Komiteen opstartede udvikling af i 2021. Indsatsen er målrettet unge og voksne, der i længere tid har stået uden for arbejdsmarkedet, og som, ud over ledighed, har komplekse udfordringer.

Målgruppen er kontanthjælpsmodtagere i alderen 18-60 år, som ud over ledighed oplever symptomer på stress, angst eller depression.

*Tættere på job* er onlinebaseret. Indsatsen har til formål at styrke den enkeltes mestringssevne og derigennem øge progression mod job eller uddannelse.

I 2023 blev der afholdt 13 borgerkurser og uddannet tre instruktører. Desuden var der fokus på sparring og vejledning af de kommunale koordinatore i jobcentrene, så der allerede i projektperioden blev skabt samspil med kommunens øvrige jobrettede aktiviteter for hovedpersonerne.

### ***Pilotevaluering og kommende evalueringer***

En evaluering fra pilotfasen, foretaget september 2022 til august 2023, viste, at størstedelen (68%) af deltagerne oplevede kurset relevant og brugbart. 84% af deltagerne oplevede onlineformatet som brugervenligt og fleksibelt. Derudover havde over halvdelen af deltagerne øget deres mestring på et eller flere områder.



Samlet set pegede pilotevalueringen på, at kurset egner sig til de udsatte målgrupper, som kommunen ellers har vanskeligt ved at få i tilbud.

En igangværende kvantitativ evaluering af pilotfasen forventes offentliggjort i foråret 2024. Desuden udføres en slutevaluering, hvor der måles på borgernes trivsel og progression mod job. Denne evaluering forventes offentliggjort i efteråret 2025. *Tættere på job* evalueres af Deloitte.

### ***Følgegruppe***

Projektets følgegruppe består af repræsentanter for:

- KL
- Styrelsen for Arbejdsmarked og Rekruttering
- Sundhedsstyrelsen
- Socialstyrelsen
- Dansk Erhverv
- Aalborg Universitet
- Dansk Arbejdsgiverforening
- Dansk Socialrådgiverforening
- Danske Handicaporganisationer
- Region Hovedstadens Psykiatri
- Sociallægeinstitutionen Århus
- Salling Group
- Den A. P. Møllerske Støttefond

Derudover indgår repræsentanter for de kommuner, der deltager i pilotfasen.

*Tættere på job* udvikles på baggrund af midler fra Den A.P. Møllerske Støttefond. Projektet løber i perioden 2021-2025.



## Basal – sammen om trivsel

*Basal – sammen om trivsel* er en klassebaseret indsats, som består af et kompetenceudviklingsforløb for lærere og et forløb for elever. Indsatsen skal forebygge mistrivsel og styrke relationer og fællesskab blandt elever i 7-10. klasse.

*Basal* understøtter eleverne i at mestre ungdomslivets små og store udfordringer og forandringer – fx i forhold til venskaber, præstation, usikkerhed og bekymringer. Det sker ved hjælp af redskaber, der styrker elevernes tro på egne evner (self-efficacy) og evne til at mentalisere, altså at eleverne bliver bedre til at forstå sig selv og andre<sup>2</sup>.

I løbet af 2023 blev der indgået samarbejder med i alt 50 skoler fordelt i 35 kommuner om at tilbyde elever i udskolingen Basal i skoleåret 2023/2024.

2 Allen, J.G., Fonagy, P., Bateman, A.W. (2010), *Mentalisering i klinisk praksis*, København: Hans Reitzels Forlag.



### *Pilotevaluering med positive resultater*

I 2022-2023 samarbejdede Komiteen med seks skoler omkring udvikling og pilottest af indsatsen. I alt 16 klasseforløb indgik i pilottesten som blev evalueret af Statens Institut for Folkesundhed (SIF).

Analyserne fra pilotevalueringen viste øget positiv mental sundhed og self-efficacy for elever med lavt niveau inden forløbet. Pilotevalueringen dannede efterfølgende grundlag for justering af indsatsen.

Den samlede evaluering kan læses på [www.sammenomtrivsel.com](http://www.sammenomtrivsel.com).

Indsatsen skal igen evalueres af Statens Institut for Folkesundhed. Resultaternes forventes offentliggjort i starten af 2025. Evalueringen har fokus på mental sundhed og self-efficacy.

### *Følgegruppe*

Projektets følgegruppe består af repræsentanter fra:

- Styrelsen for Undervisning og Kvalitet
- Socialstyrelsen
- Sundhedsstyrelsen

- Kommunernes Landsforening
- Center for Ungdomsforskning
- Sund By Netværket
- Fagligt Selskab for Sundhedsplejersker
- Aarhus Universitet
- Danske Regioner
- Samt en række kommuner og skoler.

*Basal – sammen om trivsel* udvikles i samarbejde med Ole Kirk's Fond. Projektet løber i perioden 2021-2024.

## Andre aktiviteter



### Samarbejde med Fonden Mødrehjælpen

I 2023 indgik Enhed for Mestring & Empowerment samarbejde med Fonden Mødrehjælpen om udvikling af et idékatalog til fondens konsulenter og frivillige medarbejdere.

Idékataloget havde til hensigt at inspirere til nye måder, hvormed konsulenter og frivillige i Mødrehjælpen fortsat kunne understøtte og styrke empowerment hos familier, der deltog i aktiviteter i lokalforeningerne.

Idékataloget blev udviklet og udarbejdet af Komiteen i samarbejde med Fonden Mødrehjælpen samt aktivitetsfrivillige fra Mødrehjælpen's lokalforeninger.

Med idékataloget som omdrejningspunkt afholder Komiteen en kursusdag i 2024 for konsulenter i Fonden Mødrehjælpen. Desuden skal idékatalogets indhold i 2024 implementeres blandt de aktivitetsfrivillige.



### Samarbejde med Steno Diabetes Center Sjælland

*Lev Livet* er en kommunal patientuddannelse til borgere med diabetes. Indsatsen er udviklet i et samarbejde mellem fem sydvestjyske kommuner og Steno Diabetes Center Odense. Den blev i 2023 implementeret i en række kommuner i Region Sjælland.

I 2023 indgik Enhed for Mestring og Empowerment samarbejde med Steno Diabetes Center Sjælland om udvikling af en model for sparringsforløb til undervisere på *Lev Livet*. Modellen udvikles i et samarbejde mellem Komiteen, repræsentanter fra Steno Diabetes Center Sjælland og tre kommuner i Region Sjælland.

Steno Diabetes Center Sjælland understøtter kommunernes implementering, hvor sparringsforløb til patientundervisere er en del af implementeringsstøtten.

I 2023 blev der afholdt en workshop og en række møder, som dannede grundlag for udvikling af modellen for sparringsforløbene.

I 2024 afprøves modellen for sparringsforløb i de kommuner i Region Sjælland, som tilbyder *Lev Livet*. Komiteen skal varetage sparringsforløbene og deltager i løbende evaluering af modellen.



### Stå sammen

*Stå sammen* er en digital indsats til unge par, hvor kvinden er i behandling af brystkræft. Indsatsen har til formål at understøtte parrets dialog, fælles stresshåndtering og mestring under behandlingsforløbet. Dermed får parret bedre muligheder for at komme godt igennem kræftbehandlingen sammen.

Indsatsen er udviklet af Komiteen i samarbejde med Forskningsenheden for Senfølger (CASTLE), Onkologisk klinik, Rigshospitalet.

I 2023 blev der fortsat inkluderet par i indsatsen sideløbende med dataindsamling. Resultaterne forventes publiceret i 2024.

Projektet er støttet af TrygFonden og Helsefonden. Det gennemføres i perioden 2019-2024.



### **MYmind Online**

*MYmind Online* er en mestringsindsats målrettet unge med autisme. I projektet er udviklet en online platform, der giver de unge adgang til særligt tilrettelagte øvelser og materialer om mindfulness i hverdagen.

Til brug på onlineplatformen er der bl.a. blevet udviklet videoer og interaktive e-læringsmaterialer, som er baseret på centrale elementer fra *MYmind*, der er et fysisk, gruppebaseret mindfulnessprogram. Dette program har sin oprindelse i Holland og er oversat og afprøvet i Danmark af Syddansk Universitet.

Onlineplatformen er et supplement til det fysiske kursus og fungerer som en mobil værktøjskasse, der understøtter målgruppen i at reducere stress og uro samt øge den generelle trivsel.

I 2022 blev platformen til *MYmind Online* brugertestet på Høje Tåstrup Gymnasiums AFS-linje. I 2023 blev to kurser gennemført. Kurserne skal danne grundlag for et pilotstudie af *MYmind Online*.

Udviklingsarbejdet er foregået i et samarbejde mellem Komiteen og Institut for Psykologi, Syddansk Universitet. Indsatsen evalueres i 2024 af Syddansk Universitet.

*MYmind Online* er støttet af TrygFonden. Projektet løber i perioden 2019-2024.



# Kompetencecenter for Amning

**2023 har været et år, hvor der har været stor efterspørgsel på Kompetencecenterets ekspertise og ydelser, da amning har været på dagsordenen mange steder i landet, både politisk og i mange af de offentlige organisationer, der arbejder med ammevejledning.**

Kompetencecenter for Amning (herefter Kompetencecenteret) har det formål at indsamle og formidle forskningsbaseret viden om amning til sundhedsprofessionelle samt medvirke til erfaringsudveksling og netværksdannelse. Målgruppen er sundhedspersonale i primær og sekundær sundhedssektor og i det private, som arbejder med ammevejledning. Kompetencecenteret har en bred samarbejdsflade både nationalt og internationalt. I 2023 deltog 65 ud af 98 kommuner i Kompetencecenterets aktiviteter. Derudover deltog 20 af landets fødesteder inkl. Fødeafdelingen i Torshavn på Færøerne.

Ud over kommuner og regioner, samarbejder Kompetencecenteret med:

- Sundhedsstyrelsen
- Sundhedsdatastyrelsen
- Københavns Universitet
- Statens Institut for Folkesundhed
- En række faglige organisationer og flere professionshøjskoler rundt om i Danmark.



Internationalt har Kompetencecenteret tæt samarbejde med:

- Enhet for Amming (Norge), Folkehelseinstituttet (Norge)
- Europäisches Institut für Stillen und Laktation (Europæisk institut, beliggende i Tyskland)
- The European Lactation Consultants Alliance (ELACTA)
- International Lactation Consultant Association (ILCA).

### **Ammekonsulentuddannelsen**

I 2022-2023 gennemførte 79 kursister ammekonsulentuddannelsen fordelt på to hold i hhv. København og Aarhus. Målgruppen for uddannelsen er sundhedsprofessionelle, der arbejder med ammevejledning, hvilket dette år bestod af jordemødre, sygeplejersker, social- og sundhedsassistenter, sundhedsplejersker, samt en læge. Uddannelsen omfatter 95 timers undervisning, fordelt på fire moduler, og kvalificerer deltagerne til at kunne gå til IBLCE-eksamen<sup>1</sup> og blive certificeret IBCLC<sup>2</sup>. IBCLC-certificeringen er international og certificerede personer anerkendes for at have den højst mulige specialiserede viden om

---

1 IBLCE = International Board of Lactation Consultant Examiners

2 IBCLC = International Board Certified Lactation Consultant



amning. Certificeringen fører ofte til, at den sundhedsprofessionelle får en nøglerolle ift. at styrke fagligheden omkring amning på arbejdspladsen. Vedkommende kan være en sparringspartner for kollegaer ift. komplicerede ammeforløb, og vil typisk varetage undervisning i amning på tema- og personaledage, så personalet mærker et bredt kompetenceløft. Uddannelsen er et af 16 kurser på verdensplan, der er godkendt af Lactation Education Accreditation and Approval Review Committee (LEAARC<sup>3</sup>). Dette har været med til at skabe international interesse for kurset.

### **Professionelle netværk om amning**

I 2023 blev der oprettet syv netværksgrupper fordelt på alle fem regioner i landet. Siden 2012 har Kompetencecenteret udbudt deltagelse i professionelle netværk for sundhedspersonale, der arbejder med ammevejledning. Formålet med netværkene er at øge og ajourføre sundhedspersonalets viden og kompetencer inden for ammevejledning samt give mulighed for, at deltagerne kan udveksle viden og erfaringer. Netværkene er målrettede jordemødre, sygeplejersker, social- og sundhedsassistenter og sundhedsplejersker fra fødeafdelinger, barselstilbud og kommuner, hvor mange er certificeret som IBCLC. I alt deltog 259 sundhedspersoner, hvilket understreger interessen for området. Møderne organiseres og faciliteres af Kompetencecenterets medarbejdere og holdes lokalt ude på deltagernes arbejdspladser. Mødernes indhold bestemmes af deltagerne på de enkelte netværk. I år har Kompetencecenteret holdt oplæg i alle 7 netværk om de nye retningslinjer for pleje og behandling af brystbetændelse. derudover har Marie Bendix Simonsen (læge og ph.d.-studerende) og Sarah Bjerrum Bentsen (jordemoder og cand.scient.san) holdt oplæg i flere netværksgrupper om udmalkning i graviditeten og kropsopfattelse.

### **Uddannelse, kurser og konferencer**

Kompetencecenterets ansatte udbyder desuden både korte og længerevarende kurser om amning. I 2023 underviste Kompetencecenteret på temadage for sundhedsplejersker i Egedal Kommune, Københavns Kommune, Viborg Kommune og Skive Kommune,

---

3 [www.leaarc.org](http://www.leaarc.org)

samt på tværsektorielle temadage ved Aarhus Universitets Hospital, Regionshospitalet i Horsens og Nordsjællands Hospital og disses optageområder. Derudover har Kompetencecenteret holdt oplæg for Region Midtjylland i forbindelse med regionens fokus på at kvalificere deres ammevejledning. Kompetencecenteret varetager ligeledes undervisningen i amning på sundhedsplejerskeuddannelserne i hhv. København og Århus samt på den nyoprettede jordemoderuddannelse på Professionshøjskolen Absalon i Slagelse.

Endelig har Kompetencecenteret været inviteret som keynote speaker på den årlige konference afholdt af Academy of Breastfeeding Medicine i Split, Kroatien.

### **Trivselskurser og fyraftensmøder – nye tiltag i Kompetencecenter for Amning**

I 2023 har Kompetencecenteret taget initiativ til to nye undervisningsaktiviteter – trivselskursus og fyraftensmøder. Trivselskurset blev udviklet på baggrund af erfaringer med, at det kan være svært at vejlede forældre, når det ammede spædbarn ikke trives og tager på, som det forventes. Kurset gik således i dybden hvordan og hvornår, vi bør intervenere, hvis det ammede barn ikke er i trivsel og hvad man som sundhedsplejerske skal være opmærksom på. Kurset blev gennemført i København og Skanderborg og havde i alt 64 deltagere. På grund af interessen for kurset, vil det også blive udbudt i 2024 og flere kommuner har bedt om et lokalt kursus for alle sundhedsplejerskerne.

I efteråret 2023 blev der afholdt fire fyraftensmøder á hver 1 time 15 minutter. Inspireret af Coronatiden blev fyraftensmøderne afholdt online, hvilket gav mulighed for at invitere 4 dygtige oplægsholdere, hvoraf tre holdt oplægget på skærmen fra udlandet. Der var stor interesse for at deltage på fyraftensmøderne og dermed få chancen for at blive opdateret på emner, der ellers ikke er lettilgængelige i Danmark.

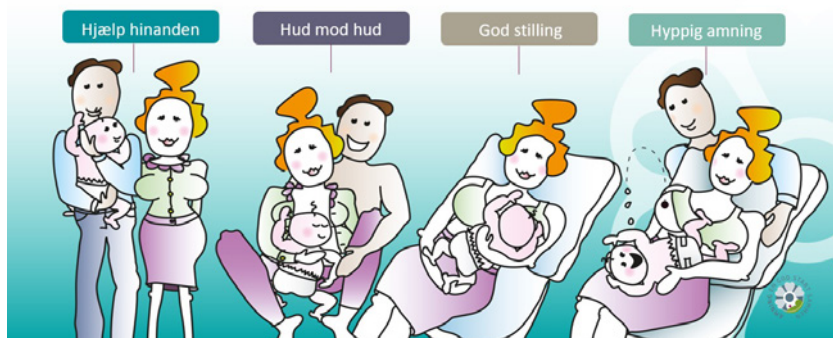
### **AMNING – en god start sammen**

Kompetencecenteret modtog i 2020 bevillinger fra Nordea-fonden og Det Obelske Familiefond til videreudvikling af projektet *AMNING - en god start sammen*. Projektet, udført i samarbejde med Københavns

Universitet, sigter mod at tilpasse programmet *Amning en tryk start* til sundhedsplejen med fokus på at mindske uligheden i amning. Det gennemføres i 20 kommuner i Region Nordjylland og Syddanmark, der har en overrepræsentation af unge og kortuddannede mødre. Formålet er at udvikle et teori- og evidensbaseret program, der øger ammevarigheden og forældrenes viden samt handlekompetence. Projektet sigter mod at gøre *Amning en tryk start* til en tværsektoriel indsats, der kan imødekomme behovene fra forældre på tværs af sektorer.

Implementeringen af programmet fandt sted i 2022, samtidig med opstarten af dataindsamlingen til evalueringen. Evalueringen er finansieret af Nordea Fonden, Det Obelske Familiefond og Novo Nordisk Fonden. Den er ledet af Københavns Universitet og inkluderer to ph.d. studerende og omfatter en effektevaluering, en realistisk evaluering, samt en økonomisk evaluering, som foretages af VIVE. Dette vil give vigtig indsigt i virkningen af indsatsen samt hvem den gavner og hvordan. Evalueringen vil informere beslutningstagere om udbredelse og fastholdelse af indsatsen på landsplan efter projektets afslutning.

### De fire hovedbudskaber



I 2023 sluttede rekrutteringen af nye forældre og i alt 5000 familier indgår i evalueringen. De første resultater fra evalueringen er nu i gang med at blive publiceret. Her viser et randomiseret studie, at sundhedsplejersker, der har gennemgået kurset *AMNING - en god start sammen* øgede deres viden, handlekompetence og self-efficacy signifikant i forhold til at vejlede forældre i amning, når man sammenligner med sundhedsplejersker, der ikke har gennemgået det samme kursus. I skrivende stund er effektmålingen i gang med at blive analyseret med henblik på om sundhedsplejerskers vejledning har øget ammevarigheden i familierne.

### Penge fra SUM

I 2022 besluttede regeringen at afsætte 20 mio. kroner til at opkvalificere ammevejledningen i Danmark. Efter lang tids overvejelser og drøftelser blandt regeringen og aftalepartierne blev man ultimo 2023 enige om at afsætte penge til følgende:

1. En evidensbaseret digital portal om amning til forældre
2. Undervisning af sundhedspersonale
3. En dansk certificering som ammekonsulent for nøglepersoner og
4. En undersøgelse af hvilke barrierer forældre oplever i forhold til amning.

Kompetencecenteret skal stå for gennemførelsen af punkt 1-3 i 2024 og 25.

### Nyhedsbrev

Siden 2013 har Kompetencecenteret udsendt nyhedsbreve. I år har Kompetencecenteret sendt 5 nyhedsbreve ud, og 876 modtog årets sidste nyhedsbrev, der blev udgivet i november.

### Kapitel om sundhedspædagogik

Enheden for Mestring & Empowerment, som Kompetencecenteret er en del af, har på tværs af kompetencer bidraget med et kapitel om sundhedspædagogik til bogen: *Fag – Patient – Klinik* (red. Af

Dorthe Boe Danbjørg & Nina Tvistholm). Bogen er kommet i en tredje revideret udgave i 2023 og har efterfølgende vundet Gyldendals Læremiddelpris 2023.

*"Prisen tildeles for en enestående indsats for at skabe danske læremidler på et højt niveau til glæde og gavn for studerende og undervisere på landets uddannelser og for dermed på fornemmeste vis at understøtte læring og ikke mindst lysten til læring i Danmark."* Gyldendal

Bogen er en grundbog i sygepleje og målgruppen er sygeplejestuderende.

### **Andre opgaver**

I 2023 har Kompetencecenteret haft peer-review opgaver i forbindelse med videnskabelige artikler i internationale tidsskrifter. Kompetencecenteret har ligeledes varetaget vejlederfunktionen for de to ph.d.-studerende, som er tilknyttet *AMNING – en god start sammen*.

### **Publikationer i 2023**

Rossau HK, Nilsson IMS, Busck-Rasmussen M, Ekstrøm CT, Gadeberg AK, Hirani JC, m.fl. Effectiveness of a community-based support programme to reduce social inequality in exclusive breastfeeding: study protocol for a cluster-randomised trial. BMC Public Health. 8. marts 2023;23(1):450.



# Enhed for Sundhedskommunikation og Partnerskaber

Enhed for Sundhedskommunikation og Partnerskaber (ESP) arbejder på at fremme sundhed ved at bygge bro imellem viden og praksis, gennem projektudvikling, kampagner og strategiske samarbejder på tværs af faglighed. Derudover står ESP med driften af flere platforme med kvalificeret sundhedsindhold rettet mod specifikke grupper af borgere med hver deres sundhedsudfordringer. Videndeling er for ESP en vigtig brik i arbejdet, hvor partnerskaber med et bredt spektrum repræsenteret er med til at finde simple løsninger på komplekse udfordringer.

## Råd om Syn

Siden 2021 har Komiteen sekretariatsbetjent platformen rådomsyn.dk. Rådomsyn.dk samler viden, råd og vejledning til livet med nedsat syn. Hjemmesiden henvender sig både til personer med nedsat syn, deres pårørende og sundhedspersoner som fx plejepersoner, der arbejder med ældre mennesker. Et bredt partnerskab kvalificerer og bidrager til udvikling af denne platform samt SynsExpo. (se uddybende beskrivelse af SynsExpo på side xx).

På rådomsyn.dk finder du gode råd til hverdagen og viden om de mest almindelige symptomer og øjensygdomme. Du kan også finde vejledning om, hvor du kan søge hjælp samt læse eller lytte til fortællinger fra andre, der lever med nedsat syn.

*Råd om Syn* er støttet af VELUX FONDEN.

### Partnerskabet bag Råd om Syn

Partnerskabet bag Råd om Syn består af forskellige fagligheder, der repræsenterer en bred viden om syn og sund aldring.



Partnerskabet består aktuelt af:

- VELUX FONDEN
- BALLAST CPH
- Center for Specialundervisning for Voksne, Københavns Kommune
- Center for Specialrådgivning, Aarhus
- CFD
- Dansk Folkehjælp
- Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd (VIVE)
- Enhed for Specialundervisning og Beskæftigelse (SuB)
- Faglige Seniorer
- Instituttet for Blinde og Svagsynede (IBOS)
- Komiteen for Sundhedsoplysning
- Kommunikationscentret Region Hovedstaden
- Københavns Universitet  
(Center for Sund Aldring + Center for Almen Medicin)
- Optiker Foreningen
- Region Sjælland (Sjællands Universitetshospital)
- Synscentralen Vordingborg
- Øjenforeningen
- Aalborg Universitet (BUILD)
- Dansk Folkehjælp



### Film med fagpersoner

I efteråret 2023 blev der produceret korte film med fagpersoner. Filmene er målrettet personer med nedsat syn, deres pårørende samt sundhedspersoner. Formålet med filmene er oplyse disse om, hvad de forskellige fagpersoner på syns- og øjenområdet hver især kan hjælpe med, og hvornår det er relevant at søge hjælp hos dem. Det har resulteret i film med hhv. en optiker, praktiserende læge, øjenlæge og synskonsulent.

### Podcastserie Eftersyn

I 2023 har vi også fået produceret *Eftersyn*, som er *Råd om Syns* podcastserie. Podcasten handler om livet med synsnedsættelse. Igennem tre afsnit møder vi tre forskellige cases, der fortæller om deres liv med synsnedsættelse, og hvad det betyder for deres hverdag.



I hvert afsnit får man også gode råd fra fagpersoner om, hvad man selv eller som pårørende kan gøre, hvis man selv eller en pårørende er i samme situation.



### Subsite målrettet synsfaglige

I 2023 fik Komiteen midler til at udvide rådomsyn.dk til også at omfatte et særligt område, der er målrettet sundhedsfaglige, der i deres hverdag arbejder med ældre med nedsat syn. Det omfatter fysioterapeuter, ergoterapeuter, SOSU-assistenten og sygeplejersker i hjemme- og ældrepleje. Dette område er fortsat under udvikling.

## SynsExpo

VELUX FONDENS Synseksperimentarium kaldet *SynsExpo*, er et projekt under *Råd om Syn*. *SynsExpo* er en udstilling og levendegørelse af indholdet på rådomsyn.dk. Formålet med *SynsExpo* er at formidle viden, råd og vejledning, som kan lette hverdagen, når man lever med nedsat syn. Målgruppen er personer med en aldersrelateret synsnedsættelse, pårørende og fagpersoner.

Udstillingen er et oplevelsesrum, som er bygget op som et simpelt hjem med fokus på farvekontraster, forstørrelse og belysning. Besøgende bevæger sig gennem rummene og oplever, hvor stor en forskel kontraster, belysning og forstørrelse kan gøre, når man skal navigere i en hverdag med nedsat syn. Samtidig kan besøgende prøve forskellige hjælpemidler som lupper, håndholdte lamper og svagsynstastatur. Derudover kan besøgende se videoer med synskonsulenter samt læse og lytte til fortællinger om at leve med synstab.

Besøgende har også haft mulighed for at få en snak med lokale synskonsulenter, da hver udstilling gennemføres i samarbejde med lokale kommunikationscentre. Synskonsulenternes rolle er at fortælle, hvad de kan hjælpe med samt demonstrere, hvad man selv kan gøre for at holde fast i det gode liv, selvom synet er udfordret. Pårørende og fagpersoner kan ligeledes få gode råd og tips til, hvordan de kan hjælpe andre.

I 2023 har SynsExpo besøgt 5 danske byer:

- **Herning Bibliotek** (3. og 4. maj)  
Eventet blev gennemført i samarbejde med Kommunikationscenter Herning. Synskonsulenter fra Center for Kommunikation i Herning og IBOS stod klar til at fortælle og rådgive om hjælpemidler, lupper og lamper samt gav tips til indretning af hjemmet for personer med nedsat syn. Udstillingen var vellykket og fik blandt andet besøg af både SOSU-elever samt ergoterapeutstuderende fra Holstebro, som havde lavet en undervisningsdag ud af det.
- **Health & Rehab messen** (23., 24. og 25. maj)  
Eventet blev gennemført i samarbejde med IBOS og Optikerforeningen. Messen, som SynsExpo var en del af, blev i alt besøgt af 7800 gæster. Udover fagpersoner fra hele landet, fik vi også mange besøg af SOSU-elever, ergo- og fysioterapeutstuderende samt borgere og pårørende, som også havde gratis adgang til messen. Eventet blev gennemført i samarbejde med IBOS og Optikerforeningen, som også var med til at bemande udstillingen og repræsentere partnerskabet.
- **SOSU-skolen i Brøndby** (4. oktober)  
Eventet blev gennemført i samarbejde med Center for Velfærdsteknologi (Øst) og synskonsulenter fra CSV København i forbindelse med skolens hjælpemiddelmesse. Her deltog op mod 1.000 SOSU-elever og undervisere fra Sjælland.
- **Næstved Bibliotek** (24., 25. og 26. oktober).  
Eventet blev gennemført i samarbejde med forskningsprojektet *Uopdaget Synstab*, Region Sjælland, Næstved Kommune, Vordingborg Synscentral og IBOS. Den ene dag var ansatte i hjemmeplejen Næstved også inviteret.
- **Sundhedscenter Silkeborg** (7., 8. og 9. november)  
Eventet blev gennemført i samarbejde med synskonsulenter fra Silkeborg Kommune og IBOS. 300 borgere og 100 fagpersoner fra kommunen besøgte eksperimentariet.

Der er planlagt yderligere 3 SynsExpo i foråret 2024.



### Feedback fra samarbejdspartnere og besøgende

#### *Karin, Synskonsulent:*



Udstillingens opbygning med muligheden for "hands on" og visuelle eksempler kombineret med dialog gav anledningen til mange drøftelser med både SOSU- og ergoterapeutstuderende, kommunale terapeuter, aktivitetsmedarbejdere og forebyggende hjemmebesøgskonsulenter.

Udstillingen havde besøg af en bred vifte af borgere. Det var interessant at opleve den store interesse og spørgelyst, der var blandt de besøgende, og det bekræftede vigtigheden af at udbrede viden om synet, og hvad man selv kan gøre for at få de bedst mulige forudsætninger for at udnytte synsfunktionen.

#### *Linda, Formand Dansk Glaukom Forening*



Jeg talte med flere af vores medlemmer, som syntes, de havde fået gode ideer både til belysning, kontraster mv.

## Frivilligkoordinator for pensionister:



*Vi søgte (hos) VELUX FONDEN og fik sponseret en bus, så vi kunne drage afsted med 42 pensionister fra Maribo og Nakskov. (...). Det var verdens mest kompetente medarbejdere der tog imod os på Næstved Bibliotek. Vi afprøvede alle mulige ting i eksperimentariet og fik råd og vejledning om lige dét, hver især søgte. (...) Det blev en super god dag, og alle sagde på hjemvejen, at udstillingen havde været meget lærerig og interessant, og det havde været en helt fantastisk tur.*

## Sammen om Mental Sundhed

*Sammen om Mental Sundhed* er et bredt partnerskab på tværs af sundheds- og beskæftigelsesområdet, som dækker både det private og offentlige arbejdsmarked. Partnerskabet arbejder for at bringe værktøjer og viden ud til arbejdspladserne om, hvordan de kan arbejde med trivsel, arbejdsmiljø og mental sundhed.

Partnerskabet ledes af Indenrigs- og Sundhedsministeriet og Komiteen varetager sekretariatsfunktionen.

### Ny hjemmeside tiltrækker flere besøgende

I 2023 har partnerskabets hjemmeside, [mentalsundhed.dk](https://mentalsundhed.dk), gennemgået en større opdatering med implementering af nyt design og struktur, som har til formål at gøre viden om mental sundhed lettilgængelig, letanvendelig, aktuel og relevant for arbejdspladserne. Værktøjerne er blevet sat i relation til specifikke, relevante temaer og problematikker for at tydeliggøre, hvordan de i praksis kan anvendes på arbejdspladsen. Derudover er navigationen på hjemmesiden ændret for at gøre det lettere at finde netop den viden, som den besøgende har brug for. Elementerne i den nye struktur indebærer dels artikler målrettet medarbejdere, ledere og nøglepersoner, dels en samling af værktøjer, fx informationspakker, dialogværktøjer, videoer og lydclip, der knytter sig til forskellige temaer, og dels viden, videoindhold og længere artikler om temaer, der berører arbejdslivet, som fx unge nyansatte og den hybride arbejdsplads.

Analyse af trafikken på hjemmesiden efter implementeringen afslører, at antallet af besøgende er mere end fordoblet i 2023, og at hjemmesiden er blevet mere effektiv, da flere besøgende klikker videre rundt på hjemmesiden, når først de er kommet ind på den.

I 2024 planlægges det, at temasiden skal udbygges med flere artikler, videoer og podcastepisoder. På samme måde vil værktøjskassen løbende vil blive opdateret når partnere lancerer nye værktøjer. Derudover vil hjemmesidens SEO blive optimeret, og der vil blive igangsat kampagner på sociale medier, som skal bidrage til at øge trafikken til [mentalsundhed.dk](https://mentalsundhed.dk) yderligere.

### **Psykologisk tryghed på danske arbejdspladser**

I partnerskabets interessegruppe for psykologisk tryghed, er der peget på et behov for at gøre det lettere at implementere psykologisk tryghed på danske arbejdspladser. Interessegruppen har derfor indsendt en ansøgning til TrygFonden, som i december 2023 bevilligede 3.826.695 til projektet *DIIPTA*, der har til formål at udvikle, afprøve og udbrede et digitalt involveringsværktøj til at implementere psykologisk tryghed på arbejdspladsen. Målgruppen er i første omgang ledere, medarbejdere og tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter i små og mellemstore danske virksomheder inden for hotel- og restaurationsbranchen samt industribranchen. Projektet opstartes, udvikles og afprøves i 2024.

### **Kampagneindsats til unge nyansatte**

Også i interessegruppen om unge nyansatte har der været stor aktivitet i 2023, hvor der er igangsat en kampagneindsats målrettet unge nyansatte i starten af deres arbejdsliv. Kampagnen løber frem til april-maj 2024.

### **Succesfuldt webinar om hybridarbejde**

I interessegruppen om hybridarbejde blev der i november 2023 afholdt et webinar i samarbejde med IDA under titlen *Brainy Breakfast: Det hybride arbejdsliv – viden og værktøjer*. Det fysiske arrangement blev afholdt hos IDA Conference hvor omkring 50 deltog fysisk og 50 deltog digitalt.

### **Afstigmatisering af psykiske lidelser**

På partnerskabsmødet i december udtrykte EN af Os, der arbejder mod afstigmatisering af psykisk sygdom, at de gerne vil indgå et tættere samarbejde med partnerskabet. Sekretariatet forventer, at der i løbet af 2024 nedsættes en interessegruppe der skal undersøge, hvilke behov og muligheder der er for at igangsætte en indsats i regi af partnerskabet, som skal bidrage til at nedbryde tabuer om psykiske lidelser.

### **Positiv evaluering af konference på Børsen om arbejdslivsfaser**

I efteråret afholdt partnerskabet en vellykket konference på Børsen med fokus på mental sundhed og arbejdslivsfaser, hvor over 200 deltog. Konferencen blev afholdt i samarbejde med Dansk Erhverv. Flere partnere bidrog med værdifuld viden og sparring i forhold til planlægning og afholdelse af konferencen. Evalueringen af konference peger på, at temaet og de enkelte oplæg havde stor relevans for deltagerne, der i høj grad udtrykte deres tilfredshed med arrangementet.

### **Analyse- og modningsprojekt i samarbejde med NECTO og TrygFonden**

I 2023 blev indledende møder afholdt mellem sekretariatet for *Sammen om Mental Sundhed*, Indenrigs- og Sundhedsministeriet og TrygFonden. På den baggrund ansøgte *Sammen om Mental Sundhed* om midler til et analyse- og modningsprojekt om fremme af mental sundhed på arbejdspladsen med henblik på et evt. kommende strategisk samarbejde med TrygFonden. Som del af TrygFondens handlingsplan for 2024 blev modningsprojektet godkendt i december 2023. Projektet igangsættes primo 2024.

### **2024**

Ved udgangen af 2023 har Indenrigs- og Sundhedsministeriet godkendt budgettet for 2024, hvori der bevilligedes yderligere 1.000.000 DKK sammenlignet med de foregående år. Den ekstra bevilling vil bl.a. blive anvendt til medfinansiering af modningsprojektet med NECTO og TrygFonden, udmøntning af partnerskabets digitale strategi, ned-

sættelse af en kommunikationsgruppe med fokus på synliggørelse af partnerskabets egne bidrag på [mentalsundhed.dk](https://mentalsundhed.dk) og gennemførelse af en ny meningsmåling ved udgangen af 2024, der skal undersøge behov og kendskab til [mentalsundhed.dk](https://mentalsundhed.dk).

### Fællesskabsby Ringsted

*Fællesskabsby Ringsted* er et samarbejdsprojekt mellem Ringsted Kommune, Dansk Almennyttigt Boligselskab (DAB) og Komiteen med støtte fra Nordea-fonden. Projektet opstartede primo 2022. Pilotprojektet er af 2,5 års varighed og slutter medio 2024.

Formålet med *Fællesskabsby Ringsted* er at udvikle tiltag og indsatser, der skal synliggøre de mange foreninger og fællesskaber, der findes i byen Ringsted og samtidig sikre, at der er nem adgang til dem for alle borgere i byen. Det skal bidrage til, at Ringsted er en god by at bo i, hvor indbyggerne trives i et lokalsamfund med en stærk sammenhængskraft.



**Fællesskabsby  
Ringsted**

Fællesskabsambassadører





Fællesskabsby Ringsted samarbejder med aktører på tværs af sektorer

## Flere fællesskabsbyer på sigt

På længere sigt skal projektet, *Fællesskabsby Ringsted*, føre til en model for udvikling af stærkere fællesskaber i lokalsamfund generelt. Ambitionen er at afprøve forskellige tiltag i Ringsted og evaluere, hvor virkningsfulde de er i forhold til at få flere borgere ind i meningsfulde fællesskaber. En central opgave er derfor at opsamle erfaringer med, hvordan relevante aktører kan engageres og aktiveres som 'vejvisere' til byens fællesskaber. Efter pilotprojektet er det hensigten at afprøve og tilpasse modellen i andre byer og på sigt udbrede til hele landet.

## Når en by står sammen om at skabe en nemmere adgang til fællesskaber

I pilotprojektet har *Fællesskabsby Ringsted* samarbejdet med en række aktører, som har vist sig relevante at engagere som vejvisere for andre borgere, der kan mangle mere fællesskab i hverdagen. Dette er gjort ud fra ambitionen om at sikre, at borgere, der savner fællesskaber, kan støde på *Fællesskabsby Ringsted* flest mulige steder i byen.

Derfor har *Fællesskabsby Ringsted* engageret aktører og fagpersoner indenfor bl.a. kommunale indsatser, civilsamfundet, primær sundhedssektor, mindre erhvervsdrivende, boligområder på tværs boligformer samt uformelle fællesskaber. Tilsammen samarbejder de om



at vise vej for borgere til byens foreninger og fællesskaber og på den måde hjælper dem til at tage et skridt ind i et fællesskab.

### **Syv indsatsområder for afprøvning af metoder**

I 2023 har projektteamet i *Fællesskabsby Ringsted* fokuseret på syv indsatsområder, der alle er valgt, da de på forskellig vis bidrager til at synliggøre og gøre adgangen nemmere til en bys fællesskaber.

#### **1. *Digitalt univers med Fællesskabsoversigt***

Der er udviklet et digitalt univers ([www.fællesskabsby.dk](http://www.fællesskabsby.dk)) med en fællesskabsoversigt for at gøre det lettere for borgere og fagfolk at finde frem til byens fællesskaber. Formålet er at øge synligheden af tilbud samt at give et værktøj til borgere og vejvisende aktører i byen.

#### **2. *Fællesskabsguide***

Fællesskabsguiden er en funktion, som er blevet udviklet for at hjælpe borgere, fagpersoner og foreninger med aktiv vejvisning ind i fællesskaber. Fællesskabsguiden kan kontaktes på telefon og mail eller mødes på fysiske steder rundt i byen. Formålet er at tilbyde råd, sparring og hjælp til at blive en del af Ringsteds fællesskaber.

#### **3. *Engagement af borgere som vejvisende ressource***

Lokale borgere er blevet engageret som Fællesskabsambassadører for at fungere som vejvisere i deres lokalområder. Formålet er at skabe et netværk af ambassadører, som er med til at udvikle metoder til at vise vej for andre borgere til byens fællesskaber. Ambassadørerne er også med til at drive fællesskabende aktiviteter.

#### **4. *Fagpersoner og professionelle aktører som vejvisende ressource***

Fagpersoner som læger, kommunalt personale, ejendomsfunktionærer, frisører og mindre erhvervsdrivende er blevet engageret som vejvisere for at hjælpe borgere ind i fællesskaber. Formålet er at systematisere brobygningen til civilsamfundet for fagpersoner, der har borgerkontakt gennem deres jobposition.

#### **5. *Sociale øvebaner***

Der er bl.a. etableret et spisefællesskab og en 'gågruppe', hvor borgere kan deltage, hvis de savner fællesskab. Det kan være borgere, der ønsker at få gang i deres sociale liv igen i en tryk ramme med et 'fælles tredje'. Formålet er at skabe en mellemstation for borgere på rejsen ind i mere permanente fællesskaber.

### 6. **God modtagelse i fællesskaber**

Metoder til god modtagelse og onboarding i fællesskaber er blevet afprøvet for at sikre en positiv start for nye deltagere og frivillige. Formålet er at skærpe foreningers fokus på at tage godt imod nye borgere.

### 7. **Fællesskaber på tværs/ Åbne boligområder**

Projektteamet har arbejdet på at åbne fællesskaber i almene boligområder og invitere omkringboende borgere ind. Formålet er at øge lokal trivsel og skabe mere mangfoldige fællesskaber på tværs af boformer.

### **Et år med mange gode fortællinger**

I takt med afprøvningen af de forskellige indsatsområder er der kommet en masse gode historier fra borgere eller fagpersoner, som har haft glæde af *Fællesskabsby Ringsted* eller bidraget som vejvisere. Det seneste år har vist, at projektet i høj grad lever af og udvikler sig sammen med de gode historier. De er centrale i at inspirere andre til at tage del i *Fællesskabsby Ringsted*. For at synliggøre de gode historier er der udviklet et format (se nedenstående), som er blevet delt på sociale medier, og som har været synlige på infoskærme rundt omkring i byen.



"Det kom fuldstændig bag på mig, at der er over 260 forskellige fællesskaber i byen. Jeg tror ikke, at folk aner, hvor meget der findes".

**Hanne**  
Borger i Ringsted

Kontakt Fællesskabsguiden og hør mere

**Fællesskabsby  
Ringsted**



Fællesskabsby Ringsted er et projekt drevet af engagement og velvilje fra de mange bidragende aktører – borgere som fagpersoner. Det har været meget positivt at opleve den store støtte og opbakning til projektet. Arbejdet med ovenstående indsatsområder fortsætter i 2024, indtil pilotprojektets afslutning i sommeren 2024. Håbet er, at der kan bygges videre på projektets erfaringer i en ny projektperiode mhp. at sikre forankring og afprøve modellen i nye byer og kommuner.

## Komiteens sundhedsapps: Gravid, Min baby og Far

I begyndelsen af 2020 præsenterede Komiteen opdaterede og forbedrede udgaver af de populære sundhedsapps, *Gravid – følg udviklingen*, *Min baby – det første år* og *Far – godt fra start*. Disse apps er siden vokset i popularitet og rangerer nu blandt de fem mest købte sundhedsapps i App Store. De tre apps er udviklet som hybrid-apps, hvilket gør dem hurtigere og mere smidige. Derudover er alle funktioner blevet opdateret, så de virker optimalt på de nyeste styresystemer af iOS og Android.

### Ny app: Min Graviditet

I december 2023 lancerede Sundhedsvæsenet, herunder Sundhedsdatastyrelsen og Sundhedsstyrelsen appen, *Min Graviditet*.



Appen er udviklet i et tæt samarbejde med Komiteen og den overtager det indhold, der har været på *Gravid – følg udviklingen*. Indholdet er udarbejdet af Komiteen og valideret af Sundhedsstyrelsen og de faglige selskaber. *Gravid – følg udviklingen* vil derfor blive udfaset henover 2024 og erstattet af den nye app: *Min Graviditet*.

*Min Graviditet* er et resultat af det tværgående nationale projekt *Digital løsning til graviditetsforløb*, der over de næste par år vil resultere i en udfasning af papirvandrejournalen. Appen formidler derudover generel information om graviditet, fødsel og den første tid med barnet. Ved lanceringen indeholdt appen mere end 400 letforståelige artikler og videoer til den gravide og andre interesserede. Projektet afventer nu, at almen praksis, fødesteder og sundhedsplejen gennemfører den sidste del af implementeringen i løbet af de kommende år. Informationsdelen af appen lanceres allerede nu til borgerne og kræver ikke i første version log-in. På sigt vil *Min Graviditet* blive borgerens indgang til egne data fra det tværgående graviditetsforløb og vil kræve log ind med MitID.

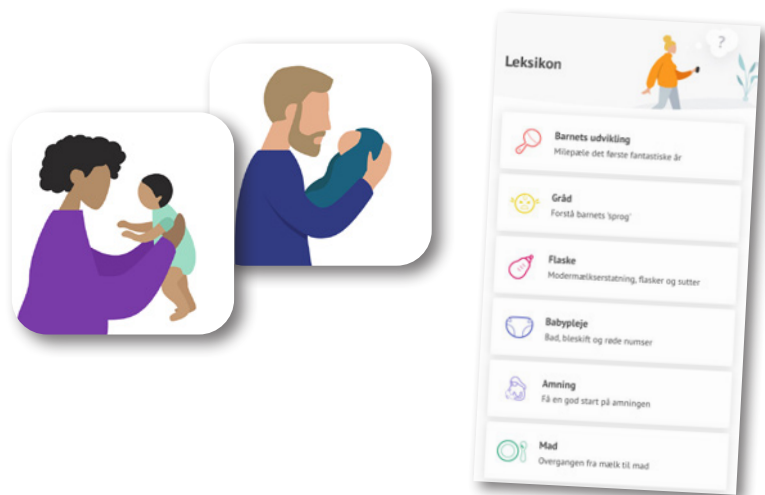
*Min Graviditet* er gratis og uden kommercielle interesser. Den er støttet af parterne bag det nationale digitaliseringsprojekt, herunder Indenrigs- og Sundhedsministeriet, Danske Regioner, PLO og KL. Komiteen bibeholder redaktionen på den nye app.

### Nye videoer

I efteråret 2023 blev der lavet nye videoøvelser, der fokuserer på træning af vejrtrækning og udstrækning før fødslen. Disse videoer er nu integreret i indholdet i *Min Graviditet*.

### Min Baby og Far

Komiteen beholder ejerskabet til både *Min baby – det første år* og *Far – godt fra start*. *Min baby – det første år* fungerer som en omfattende vejledning til forældre gennem barnets første år og giver påmindelser om vigtige milepæle som vaccinationer og børneundersøgelser.



Alle oplysninger i appen er i overensstemmelse med Sundhedsstyrelsens retningslinjer og formidler vejledning fra deres publikationer til både fagfolk og forældre. Appen har modtaget godkendelse fra sundhedsplejersker og jordemødre.

*Far – godt fra start* er særligt rettet mod fædre og præsenterer en del af indholdet fra de andre apps, men med fokus på fars perspektiv. I løbet af 2023 blev der gradvist igangsat en opdatering af *Far – godt fra start* med henblik på at tilføje mere indhold og opdatere sproget, hvilket flere fædre har efterspurgt. Denne proces vil fortsætte ind i 2024, hvor der også vil blive søgt om fondsmidler til at støtte denne opdatering.

Alle apps er udviklet med støtte fra TrygFonden og udgivet i samarbejde med hhv. Sundhedsstyrelsen, Jordemoderforeningen og Danske Fysioterapeuter. *Min baby – det første år* og *Far – godt fra start* kan downloades via App Store og Google Play. Indtægterne fra salget går til løbende vedligeholdelse af både tekniske og indholdsmæssige aspekter.

## FC Prostata

*FC Prostata* er et projekt, hvor mænd, der er berørt af prostatakræft, samles til fælles fodboldaktiviteter i lokale fodboldklubber. Gennem deltagelse i disse fodboldaktiviteter opnår mændene ikke kun motion, men også et stærkt fællesskab og en forbedret livskvalitet. Projektet har været støttet af TrygFonden.

Konceptet *FC Prostata* har eksisteret siden 2012, hvor forskere fra Rigshospitalet igennem tre faser afprøvede og testede motionsfodbold for prostatakræfttramte mænd og effekten heraf.

I fase 4 trådte Komiteen til og fortsatte projektet i samarbejde med DBU. Komiteen blev involveret mhp. national udbredelse af konceptet. Målet var at etablere 20 FC Prostata-hold på landsplan. Udover at støtte eksisterende hold og opstarte nye hold, fokuserede Komiteen og DBU på at etablere en langsigtet forankring af disse, hvilket skulle understøttes af den regionale behandling på hospitalerne, kommunal rehabilitering og den lokale fodboldklub, der så vidt muligt skulle samarbejde om hvert enkelt hold.

*FC Prostata* har været et forgangseksempel på, hvordan man kan tænke rehabilitering og genoptræning som noget vedvarende. Projektet har også været en af de første til at fremme idéen om at integrere rehabilitering i rammerne af en idrætsklub, hvilket udfordrer den traditionelle opfattelse af, at genoptræning primært bør udføres i kommunalt regi. Det viser tydeligt, hvorfor det er fordelagtigt at inddrage foreningslivet som en væsentlig del af et genoptræningsforløb.

### Fodboldspillere

Cirka 4.500 mænd modtager årligt diagnosen prostatakræft, og det er typisk mænd over 50 år, der bliver diagnosticeret. Fysisk aktivitet kan være en udfordring for mange efter behandling af prostatakræft, men forskning viser, at det kan være effektivt til at bekæmpe de negative bivirkninger, der følger med. Danske forskere har gennem kliniske randomiserede studier fundet, at prostatapatienter, der deltager i fodbold, oplever forbedringer både fysisk og mentalt sammenlignet med patienter, der ikke deltager. Fodboldspillere opnår en sundere og stærkere krop og reducerer risikoen for følgesygdomme som



knogleskørhed. Derudover viser studierne, at de forbedrer deres kropsfunktioner, herunder balance, hoppeevner samt evnen til at gå på trapper. Fodboldspillerne oplever samtidig, at de opbygger et stærkt fællesskab på holdene, hvor de føler sig forstået på et dybere niveau af deres medspillere. Dette understreges også gennem holdenes afholdelse af den såkaldte "tredje halvleg", som udgør en vigtig social aktivitet efter fodboldtræningen.

### Temamøder

Med udgangen af 2023 er der fortsat 21 spillende hold, der kalder sig FC Prostata-hold, men engagementet og antallet af spillere varierer meget. Det har været hensigten, at FC Prostata-holdene skulle fungere mere eller mindre selvstændigt i samarbejde med hospitaler og kommuner, samtidig med at DBU fortsat står til rådighed ved spørgsmål. Der er imidlertid meget få hold, der startes op og de nuværende synes til en vis grad udfordrede.

I 2023 afholdt Komiteen i samarbejde med DBU, PROPA og Ambasadørforeningen fire temamøder i hhv. Vejle, Roskilde, København og Århus. Disse møder blev arrangeret med det formål at evaluere FC Prostata-holdene i forskellige klubber og samle spillere, trænere, sundhedspersonale og andre interesserede. Inden temadagene



interviewede Komiteen relevante personer, herunder spillere, trænere og sundhedspersonale fra kommuner og hospitaler, for at få deres perspektiver på *FC Prostata* i dag. Baseret på disse input præsenterede Komiteen indsigter og faciliterede debat og diskussion under temadagene. Her blev der identificeret nogle centrale udfordringer for holdene ift. rekruttering, som Komiteen efterfølgende har arbejdet på at konkretisere i form af generelle anbefalinger til klubberne, som kan tilpasses lokalt.

### Et vigtigt projekt

Komiteen ser *FC Prostata* som et eksempel på, hvordan en sportsgren kan være gavnlig for bestemte diagnoser. I 2023 blev det besluttet, at kommunerne skulle prioritere nye kvalitetsstandards, hvilket indebærer en forpligtelse til at styrke samarbejdet med civilsamfundet og understreger betydningen af aktiv deltagelse i livet efter genoptræning.





Derfor er det relevant at fokusere mere på *FC Prostata* som et eksempel på, hvordan rehabilitering kan finde sted andre steder end i kommunernes genoptræningscentre. Og mange steder støttes holdene aktivt af fysioterapeuter med flere fra kommunernes sundhedscentre, der tager del i træning og sikrer at vigtig viden kommer ud. Det kan bidrage til at åbne for en udvidelse af konceptet til andre diagnoser end prostatakræft og med andre discipliner end fodbold.

Komiteen har samlet alle erfaringer og anbefalinger fra opsamlingen i 2023 i en rapport, som klubberne kan anvende til inspiration.

### Folkemødet 2023

Igen i 2023 var Komiteen ansvarlig for at koordinere *Det Fælles Sundhedstelt*, der med sin tætte kreds af sundhedsfaglige partnere må betragtes som et centralt sted for de store sundhedsdebatter på Folkemødet.

12 partnere var i år samlet i *Det Fælles Sundhedstelt*, hvor debatterne blandt andet tog fat i temaer inden for forebyggelse, ulighed i sundhed, mental sundhed og arbejdsliv. Partnerne var i 2023:

- Danske Bioanalytikere
- Danske Fysioterapeuter
- Danske Osteopater
- Dansk Psykoterapeut Forening
- Dansk Selskab for Patientsikkerhed
- Dansk Sygeplejeråd
- Danske Tandplejere
- Ergoterapeutforeningen
- Forum for Mænds Sundhed
- Medicon Valley Alliance

- Patienterstatningen
- Reddernes Udviklingssekretariat
- Sundhed.dk
- Danske Fodterapeuter
- Dansk Kiropraktor Forening.

*Det Fælles Sundhedstelt* var i 2023, ligesom i de foregående år, centrum for mange gode debatter med en mangfoldighed af synspunkter og indfaldsvinkler. Samarbejdet om et stort telt for mange organisationer gør det muligt for både små og store organisationer at invitere et stort antal borgere, politikere og andre organisationer indenfor til snak og drøftelse af de fælles udfordringer og løsninger, der fylder på sundhedsområdet. Muligheden for at bidrage til denne brobygning og styrke samarbejdet på tværs er en vigtig årsag til, at Komiteen igen i 2023 påtog sig opgaven med at koordinere arbejdet omkring *Det Fælles Sundhedstelt*.

Fredag aften under Folkemødet bød *Det Fælles Sundhedstelt* på fælles debat. Emnet var "Lev fattigt - dø ung - Danmark knækker". Danmarks TV-læge nr. 1 Peter Qvortrop Geisling bød op til debat om visionerne for et *Sundt Danmark* og stillede skarpt på ulighed i sundhed. Mange deltog aktivt i denne debat – det er et emne, der både fylder og udfordrer.

### TrygFondens netværk for alkoholforebyggelse

Komiteen sekretariatsbetjener på vegne af TrygFonden et netværk for alkoholforebyggelse. Til og med 2021 har der eksisteret et netværk med fokus på alkoholbehandling. Med indførelsen af TrygFondens nye strategi per 2022, har fonden besluttet, at der samtidig skal ske et skift i netværkets fokus fra behandling til forebyggelse. Målgruppen for forebyggelse er nu voksne med et storforbrug af alkohol. Netværket skal samle fagpersoner – både praktikere og forskere – der på forskellig vis arbejder med voksnes alkoholforbrug.

### **Første netværksmøde planlagt**

I 2023 har vi arbejdet på netværkets organisering og format. Der er blevet indgået aftale med to fagpersoner Janne Tolstrup, professor, Statens Institut for Folkesundhed ved SDU og Anders Blædel Gottlieb Hansen, forsker, Center for Klinisk Forskning og Forebyggelse, som har til opgave at kvalificere netværket. I 2023 har Komiteen i samarbejde med TrygFonden, Janne Tolstrup og Anders Blædel Gottlieb Hansen planlagt første møde i netværket.

Første netværksmøde skal afholdes den 26. februar 2024 i København. Til netværksmødet er 30 fagpersoner inviteret. Temaet for netværksmødet vil være systemtænkning og komplekse systemer i forebyggelsesarbejde. Temaet blev præsenteret af to internationalt anerkendte forskere med særlig viden om netop det: Elizabeth McGill og Matt Egan, begge tilknyttet London School of Hygiene and Tropical Medicine (LSHTM).

### **TrygFondens netværk for alkoholforebyggelse**



# International enhed

**International Enhed arbejder for at dele danske erfaringer med andre lande og finde brugbare erfaringer i Europa til brug for danske borgere og organisationer. Enheden arbejder især med EUs rammeprogrammer for forskning og vidensdeling, men indgår også i fælleseuropæiske debatter, dialoger og udviklingsprojekter.**

## Europæiske projekter i 2023

Fremtiden er her allerede. Eller måske rettere; arbejdet med fremtiden er nødt til at starte i dag for at kunne blive klar til morgen. Så at sige. Så på lignende vis er det med en årsberetning interessant, at det man arbejdede på for et års tid siden, er forudsætningen for hvor man er nu. Samtidigt kan et år tilbage virke som længe siden, fordi man har rejst videre til nye muligheder og projekter. Så mens 2022 var præget af, at fysiske møder igen var en mulighed, så var 2023 måske især præget af, at man nu også skulle få indhentet nogle af de strategiske dialoger, som havde stået stille i 2020-2022.

I 2022 fyldte arbejdet med teoretiske rammer som fx the European Health Data Space. Dette blev afsluttet i løbet af 2022, og 2023 var mere præget af syn og tanker om fremtiden. Nu hvor pandemien endeligt havde sluppet vores liv og hverdag, hvad skulle vi så gøre med vores nye liv og udfordringer?

Det førte i 2023 især til mange initiativer og møder, der dansede om udfordringerne med mental sundhed. Dette gjaldt både for unge, ældre, psykiatrien, sundhedsprofessionelle, arbejdspladser og egentligt i alle andre sammenhænge. Prisen for pandemien og for vores tiltagende problematikker med klima, krig, kroniske sygdomme og antibiotikaresistens fylder tilsammen (lidt for) meget. Men omvendt har dette så ført til en skov af nye, europæiske initiativer og projekter med sig.

### Erasmus+ i 2023

Indenfor Komiteens *Erasmus+* projekter, var der både afsked, kontinuitet og begyndelser. Projektet *RECADE* om rehabiliteringsprincipper blev afsluttet med et fint resultat, hvor man med et fælles materiale om rehabilitering har lagt grunden til både kurser, afprøvninger og nye projekter. Som praktisk event førte dette også til besøg af den canadiske professor og rehabiliteringsforsker Jean-Francois Pelletier, hvor Komiteen i samarbejde med Cinemateket og PsykInfo satte fokus på den svære vej tilbage til livet.

#### Kunst, kreativitet og mental sundhed i Europa

Med projektet *Art4Me* fik Komiteen også sat et punktum med en spændende e-bog om formater og muligheder for brug af kunst og kreativitet for mental sundhed. Dette har både ført til udviklingen af et nyt festivalformat for mental sundhed og kunst, hvilket blev afholdt på øen Aegina under for Athen i sommeren 2023. Komiteen har siden forsøgt at få et nyt projekt til at udvikle en festival i Danmark og har også vundet et nyt projekt, *I-ACT*, der i 2024-2025 skal videreføre erfaringerne fra Grækenland og Danmark til et belgisk hospital, der gerne vil udvide dialogen med lokalmiljøet gennem kunstneriske former. Andre projektmuligheder bliver løbende overvejet og afsøgt.

#### Sunde arbejdspladser og støtte til pårørende

På kontinuitet var det i 2023 en arbejdsom vej frem i projekterne *Well@SME* og *INFOCARE*. Med to ret forskellige mål (bedre mental sundhed på små- og mellemstore virksomheder i Europa og bedre støtte til pårørende til mennesker med demens), så var arbejdet ret ens – gentagne møder om projekternes produkter: bl.a. en online-plattform til sundhedsfremmende værktøjer og vejledning til udvikling af støttegrupper. Men undervejs var der dog også yderst spændende erfaringer at hente om vanskeligheden ved brug af digitale hjælpemidler i hjemmet og om diversiteten af arbejdsmarkeder og virksomheder. Begge projekter vil komme til sin afslutning i 2024, hvor de mange erfaringer bliver delt via danske og europæiske events.

### Folkemødet Møn

Undervejs i 2023 tog den Internationale Enhed også initiativ til en ny type formidlingsevent på Folkemødet Møn, hvor vi i tre ud af fire debatter faktisk slet ikke havde talere. Eller i hvert fald ikke nogen inviterede eksperter på scenen. I stedet lod vi teltets deltagere og fremmødte være de samskabende eksperter på en række emner som trivselsøkonomi, digital formidling af sundhed, psykosocial støtte til unge og mental sundhed på arbejdspladsen. Deltagerne tog rigtig godt imod formatet, som bl.a. fik nogle af de normalt stille i gruppen til at få modet til at bidrage.

### E-Health4Cancer – Digitale tilbud til kræftpatienter og pårørende

Komiteen havde også glæden af at opstarte et nyt *Erasmus+* projekt. Projektet *E-Health4Cancer* (2023-2024) har til hensigt med partnere i Grækenland og Italien at afdække den eksisterende praksis for digitale tilbud til pårørende og patienter med kræft. Udover Europa er variationen af tilbud enorm – og samtidig (ironisk nok) kan de mange tilbud skygge for hinanden så både gamle og nye, dårlige og gode, enkle og omfattende står blandet på tværs af mobile, telemobile, internetbaserede, medtech-støttende, uddannende, monitorerende platforme osv.

I 2023 havde den Internationale Enhed rollen at sikre arbejdet i Komiteen, der gav en usædvanlig høj aktivitet i udvikling af nye *Erasmus+* projekter. På opfordring fra Uddannelses- og Forskningsstyrelsen forsøgte vi nemlig samlet at medvirke til et øget antal ansøgninger. Dette gav især en række medarbejdere en ny type sved på panden, men også spændende indsigter i andre ansøgningsformater end de danske.

## Horizon Europe

Som en ny rejse for den Internationale Enhed stødte der i 2023 også *Horizon*-projekter til Enhedens arbejde. *Horizon Europe* er et EU-forskningsprogram, der ofte arbejder med længere, mere komplekse problemstillinger end *Erasmus+*. En anden forskel er, at *Horizon*-programmet grundlæggende fokus er vidensgenerering, hvor *Erasmus+* primært fokuserer på vidensdeling.

### **DIOPTRA – veje til ny diagnosticering af mave-tarmkræft**

I januar startede således *DIOPTRA* (2023-2026), der omfatter 28 partnere fra 13 lande i et samlet budget på knap 15 mio. euro, der skal lede efter en ny diagnostik for mave-tarmkræft. Det kan betyde en langt tidligere og lettere screening af mave-tarmkræft end tidligere.

Projektet er ledet af Athens Tekniske Universitet, der på basis af en ny teknologi til blodproteinanalyse, bygger en metodik til opsporing af forstadier til kræft. Komiteens rolle er at medvirke til at gøre forskningsresultaterne tilgængelige for beslutningstagere. Derudover bidrager Komiteen også til at sikre inddragelse af patienter, borgere og andre interessenter til skabelsen af et muligt gennembrud for diagnostik, der kunne føre til tidligere og bedre resultater på dette område i Europa.

### **BIO-STREAMS bygger en biobank og et undervisningsmateriale**

I maj startede også projektet *BIO-STREAMS* (2023-2027), der med 27 partnere i 12 lande og et samlet budget på 10 mio. euro, skal bygge en biobank, der kan give indsigt i årsager til overvægt blandt børn. Derudover vil projektet også se på effekten af pædagogiske veje til at gøre skolebørn bevidste om både forskning og livsstil i relation til overvægtsproblematikker. Hensigten med projektet – der også er ledet af Athens Tekniske Universitet – er således både at skabe en bedre, fælles forskningsmæssig basis på dette område. Og ydermere skal projektet udvide forskernes og de sundhedsprofessionelles dialog, forståelse og interaktion med børnene, forældrene og de skoleprofessionelle. Komiteens rolle er at medvirke til at bygge denne bro gennem at lede rekrutteringen af skoler på tværs af 5 lande.

### **Horizon Europe fremover**

*Horizon*-arbejdet har en anden kadence og kompleksitet end *Erasmus+* og er dermed både i indhold og format, der er yderst lærerige for alle parter, men med markante ambitioner om gennembrud, der siden skal støttes til implementering. Dette giver lange og tålmodige veje fra viden til virkeligheden, som imidlertid er spændende at arbejde på at forkorte og utroligt vigtige at medvirke til for Komiteen.

I 2024 støder så endnu et *Horizon*-projekt til, når Komiteen også bliver partner i *WinWin4WorkLife* (2024-2027). Med 15 partnere fra 10 lande skal dette projekt analysere fordele, ulemper og udvidede effekter af distancearbejde. Her bliver det især interessant at inddrage danske erfaringer fra *Sammen om Mental Sundhed* og *Well@SME* med *Wellbeing Economy* netværket.

### **Wellbeing Economy på vej til Danmark?**

På dansk grund var den internationale enhed også stærkt på banen for at bringe *Wellbeing Economy* tættere på den danske debat og virkelighed. Arbejdet tog især form via en række netværksmøder, der også gav aktivitet på Folkemødet og ved rundbordsdebat hos Danske Regioner.



### ***Verden omkring os inspirerer. Og vi inspirerer andre.***

Det internationale koncept *Wellbeing economy* var ét af Internationale Enheds fokusområder i 2023, hvor debatmødet hos Danske Regioner især var populært og vigtigt for udvikling mod en dansk anvendelse. I 2024 udkommer dansk debatbog om emnet.



*Wellbeing Economy* viser sig som en god vej og model for at bringe dialogen om koblingen mellem sundhed, forebyggelse og de grundlæggende økonomiske strategier i samfundet i bedre spil. Således var især den nævnte rundbordsdebat ualmindeligt godt velbesøgt af statistikere, økonomer og økologer end mange sundhedsdebatter normalt ser.

I 2024 vil dette arbejde både føre til en 'lanceringsevent' på Christiansborg for at præsentere et samlet arbejde for denne debat og en række yderligere netværks- og debatevents.

### Forandring i fokus i Europa

Også 2023 bød på en række events, hvor Komiteen deltog med indlæg, indspark og idéer. Komiteens danske arbejde med *Wellbeing Economy* – eller trivselsøkonomi – førte således i starten af året til at hjælpe WHO Europe med danske aktiviteter under konferencen *Health in the Wellbeing Economy*. Dette førte også til dialoger om inddragelse i nye fora, hvor især *Beyond Growth* konferencen i maj i Bruxelles var en markant begivenhed for dialogen om en sundere økonomi for både klima, dyr og mennesker. Komiteen blev derfor også inviteret til at bidrage til WHO Europas 7th Ministerial Summit i Budapest om *Environmental Health* og debatten om, hvordan sundhedsoplysning, sundhedsprofessionelle og sundhedssektoren i det hele taget også kan arbejde med klimaproblematikker.

#### Synlighed og bidrag til vidensdeling på årets konferencer

På det digitale område bidrog Komiteen også med sine erfaringer fra the European Health Data Space arbejdet i 2021-2022. Her var Komiteen med til at sikre borgernes inddragelse og forståelse for anvendelse af sundhedsdata ind i en ny revision af *Nordic Health 2030 Movement* samarbejdet. Desuden var Komiteen også repræsenteret som taler og deltager ved flere lejligheder:

- **Maj:** Helsemyndighedernes i Oslos møde for EuroHealthNets Annual Summit
- **Juni:** Radical Health konferencen i Helsinki

- **Oktober:** WHO Europes Digital Health Summit i Porto
- **November:** EHIN-konferencen i Oslo

Især den sidste viser sig år for år at udvikle sig til at være en egentlig nordisk konference, hvorfor også den danske sundhedsminister deltog med en større dansk delegation. Denne større nordiske dialog lover også positivt for praktisk nordisk samarbejde om sundhedsløsninger og modeller baseret på nordiske værdier – også udover det formelle i selve Nordisk Ministerråd.

### **Fra blødersygdomme til fremtidens samarbejde om sundhed i Europa**

Danmarks og Europas udfordringer på sundhedsområdet – herunder især også ift. rekruttering af personale og dermed den basale drift - førte også til dialog om rette veje til bl.a. personlig medicin og principperne om borgerinddragelse på tværs af en række sygdomsområder (også til formidling af de nye *Horizon*-projekter). Dette omfattede både deltagelse på European Hemophilia Conference Think Tank Summit, der førte til udvikling af en ny håndbog for patient engagement inden for det bredest mulige felt af blødersygdomme og -lidelser.

Komiteen blev også inviteret til at deltage i 'round table' på European Health Forum Gastein om fremtidens samarbejde om sundhed i Europa. Komiteen deltog også på MEPvsAMRs event i Europaparlamentet inviteret af European Public Health Alliance, der også tidligere samarbejdede med Komiteen om at samle europæiske inspirationscases til reduktion af antibiotikaforbrug så også danske cases blev synliggjort yderligere.

Lige nu er der også en central problematik omkring, hvordan man kan sikre gode, trygge løsninger i en tid med færre ressourcer og færre medarbejdere, men med flere sygdomme, sociale behov og klimaforandringer var i fokus i Europa. Bl.a. var dette også i centrum, da WHO Europe i december afholdt Trust and Transformation in Health Systems i Tallinn. Her blev Komiteen inviteret til at deltage i debat om folkesundhedsindsatsens rolle som formidler og forandringsagent.

### På vej mod 2024

Enhedens 2023 var præget af travlhed, omskiftelighed og stejle læringskurver. Vækst og virkelighed bevæger sig – som i resten af samfundet – ikke altid i den velkoreograferede dans, som man ellers stræber mod. Sundhedsområdet er presset af behov, opgaveforandringer og digitalisering. Det er dog klart, at Komiteens mulighed for at samle erfaringer og fagligheder på tværs af grænser har klar anvendelighed i de kommende år.



# Publikationer 2023

**Redaktionel bistand, layout og distribution er blandt Komiteens kerneydelser. Produktionen består af både nye udgivelser og revisioner af tidligere producerede udgivelser.**

Komiteen står hvert år for publikationen af mange forskellige udgivelser. En stadig større andel af dette arbejde koncentrerer sig nu om publikationer i elektronisk form – web-tekster, apps, faktaark og hele publikationer, der kan downloades. Dog har Komiteens stadig en stor andel udgivelser, der sendes til tryk. Dette gælder især flere bøger, pjecer og andre materialer, der kan være gavnligt for fx sundhedsprofessionelle at kunne give til patienter ifm. diverse forløb i sundhedsvæsenet.

Se eventuelt. Komiteens nuværende publikationer til salg på [www.kfsbutik.dk](http://www.kfsbutik.dk).

## Publikationer udgivet i samarbejde med Sundhedsstyrelsen

I det følgende er der en kort beskrivelse af publikationer, Komiteen har udgivet i samarbejde med Sundhedsstyrelsen.

- Amning – En håndbog for sundhedspersonale
- Anbefalinger for svangreomsorgen
- Sunde vaner før, under og efter graviditet
- PJEKER:
  - Hvis du er i tvivl
  - Sex, sundhed og sygdom
  - Sådan kommer du igennem



### **Amning – En håndbog for sundhedspersonale**

Bogen indeholder Sundhedsstyrelsens officielle anbefalinger vedr. amning og er central faglitteratur for sundhedsplejersker, jordemødre og andre, der rådgiver om amning. Håndbogen indeholder den nyeste viden på området, og er i 2023 revideret med nyt indhold om bl.a. amning efter kejsersnit, tilstande inden for mastitisspektret, forebyggelse af fødevareallergi m.v.

### **Anbefalinger for svangreomsorgen**

Anbefalingerne henvender sig bredt til sundhedspersonale – især praktiserende læger, jordemødre, obstetrikere, sundhedsplejersker og personale på barselsafdelinger samt til sundhedsfaglige ledere, administratorer og beslutningstagere. Bogen giver en detaljeret beskrivelse af konsultationsarbejdet fra første graviditetsundersøgelse til undersøgelsen af moderen 8 uger efter fødslen. Her tilstræbes det, at første jordemoderkonsultation afholdes inden udgang af 1. trimester med henblik på bedre muligheder for sundhedsfremme og tidlig opsporing.

### **Sunde vaner før, under og efter graviditet**

Dette hæfte er lavet til gravide og andre interesserede før, under og efter graviditet. Hæftet indeholder Sundhedsstyrelsens anbefalinger til kommende og nybagte mødre og kommer således med information om:

- Hvordan man kan forberede en sund graviditet
- Hvordan man kan spise og drikke under graviditeten, så næringen til barnet er optimal
- Hvilke kosttilskud man skal tage, og hvor fysisk aktiv det er godt at være
- Hvad man skal være opmærksom på efter fødslen.

### **PJECER:**

#### **Hvis du er i tvivl**

Pjecen henvender sig til kvinden der er i tvivl, om hun vil gennemføre en uplanlagt graviditet eller få en abort. Pjecen hjælper med at strukturere tankerne om egen situation og forventninger til fremtiden.

Der er kort information om økonomi og det offentliges hjælpemuligheder, herunder støttesamtalen. Er udgivet med støtte fra Sundhedsstyrelsen.

#### **Sex, sundhed og sygdom**

Denne pjece henvender sig til patienter, der kan være smittet med en seksuelt overført sygdom, herunder gravide. Pjecen indeholder kort information om sikker sex samt de mest almindelige seksuelt overførte sygdomme, symptomer, behandling og hvordan de kan forebygges.

#### **Sådan kommer du igennem**

Denne pjece handler om medicinsk og kirurgisk abort. Den er rettet mod abortsøgende og indeholder derfor information om abortindgrebet, abort efter 12 uger, tiden efter abort, følelsesmæssige reaktioner og tilbud om støttesamtale. Pjecen bruges som fælles reference samt bindeled mellem sundhedsplejerske, kommende forældre og den praktiserende læge.

## Publikationer udgivet i samarbejde med andre i 2023

I det følgende er der en kort beskrivelse af publikationer, Komiteen for Sundhedsoplysning har udgivet i samarbejde med andre end Sundhedsstyrelsen.

- Anes anfald
- Børnesikkerhed 0-15 år
- Har du fået det værre af behandling eller medicin?  
– Se om du har ret til erstatning
- Lev Livet
- Mine SKILLS
- Når kroppen siger fra
- Råd om Syn





### **Anes anfald**

*Anes Anfald* er en tegneserie om Ane, der har funktionelle anfald. Man ved ikke præcis, hvor mange der lider af funktionelle anfald, men nogle undersøgelser peger på, at der hvert år er 50-150 børn og unge, der får disse anfald. Tegneserien er finansieret af TrygFonden og udarbejdet for Aarhus Universitet.

Manuskript af overlæge Lene H.S. Toscano og illustrationer af tegner Erik Petri. Projektansvarlig: Mai Bjørnskov Mikkelsen.

### **Børnesikkerhed 0-15 år**

Børnesikkerhed 0-15 år er en bog, der beskriver sikkerhedsregler for børneudstyr, udarbejdet med Forbrugerrådet TÆNK. Der er også tips om, hvordan barnet kan lære at passe på sig selv, når det færdes i trafikken, bader, rider eller er i andre risikobetonede situationer. Bogen indeholder bl.a.:

- Sikkerhedsregler for børneudstyr
- Børnesikring med tjeklister til ude og inde
- Sådan lærer barnet at passe på sig selv
- Indeklima, e-cigaretter og kemikalier
- Giftige planter og afhjælpning af forgiftning.

### **Har du fået det værre af behandling eller medicin? – Se om du har ret til erstatning**

Denne pjece er udgivet i samarbejde med Patienterstatningen. Formålet er at oplyse borgere om, hvornår man har ret til erstatning efter opståede skader ifm. behandling eller brug af medicin. Patienterstatningen er den myndighed i Danmark, som afgør, om patienter kan få erstatning, hvis de er kommet til skade i sundhedsvæsenet eller har fået bivirkninger ved medicin.

### **Lev Livet**

I forbindelse med implementering af patientuddannelseskonceptet Lev Livet i kommuner i Region Sjælland, har Steno Diabetes Center Sjælland (SDCS) i samarbejde med Komiteen for Sundhedsoplysning (KFS) udviklet en sparringsmodel for patientunderviserne. Formålet med denne udgivelse er at undervisere kan reflektere over egen og fælles undervisningspraksis

### **Mine SKILLS**

Mine SKILLS er en bog, der belyser de mange positive effekter, som bevægelse har på motorisk, fysisk, mental og social udvikling. Forskning viser, at socialt samvær kan motivere til bevægelse, og samtidigt kan bevægelse styrke den enkelte i sin evne til at indgå i sociale fællesskaber, være vedholdende, turde begå fejl, tro på sig selv og være modig. Bogen fungerer som en bevægelsesdagbog, hvor børn og unge løbende kan tegne og indskrive deres idéer til aktiviteter og rekorder, når de prøver nye aktiviteter af.

### **Når kroppen siger fra**

Information til dig, der har en funktionel lidelse. Hvis du ofte er plaget af træthed, svimmelhed, mavesmerter, hjertebanken, muskel- og ledsmerter - og du ikke har en sygdom, der kan forklare symptomerne - så har du måske en funktionel lidelse. Denne pjece giver information om, hvordan funktionelle lidelser opleves, og hvordan de kan behandles. Den giver også råd til, hvad man selv kan gøre for at lindre symptomer og mestre sin egen sygdom.

### **Råd om Syn**

Denne folder er udgivet af Komiteen og er målrettet personer med nedsat syn eller evt. pårørende hertil. Folderen giver læseren hjælp til, hvor der er mere viden at hente, hvem man kan opsøge for at få mere hjælp og rådgivning og hvor man kan hente mere viden om de forskellige øjensygdomme, der findes.

### Publikationer udgivet uden samarbejdspartnere i 2023

I 2023 har Komiteen også udgivet flere publikationer, der er Komiteens helt egne:

- Basal
- Det man si'r – er man selv
- Hvorfor græder barnet
- Instruktørsamling



### Basal

Basal er et elevhæfte, der anvendes i forbindelse med undervisning i *Basal – sammen om trivsel*. Elevhæftet kan kun bestilles af skoler, der har en samarbejdsaftale med Komiteen for Sundhedsoplysning. Elevhæftet kan købes som et klassesæt bestående af 28 stk. eller enkeltvis.

### Det man si'r – er man selv!

Dette er et hæfte målrettet skolebørn og deres forældre. Hæftet indeholder 10 forslag til, hvordan vi i fællesskab kan bidrage til barnets trivsel og læring. Hensigten med hæftet er at børn, forældre og lærere får talt om deres forventninger for at kunne nå frem til en samarbejdsmodel, der kan virke for alle

### Hvorfor græder barnet

Dette hæfte handler om gråd og kolik hos spædbørn. Det er lille og letlæst med dokumenteret viden om spædbarnsgråd: Hvorfor græder nogle spædbørn mere end andre? Og hvad er den bedste omsorg til et kolikbarn? Hæftet henvender sig til forældre med spædbørn, der græder meget. Skrevet af cand.psych Marissa Alvarez Wolke og sundhedsplejerske Annemette Talbro.

### Instruktørsamling

I dette års konferencehæfte kan du læse om, hvordan man står stærkere, når man står sammen, om styrkespotting, om samarbejde samt om rollemodellens betydning for fællesskabet. Desuden kan du læse om en koordinator og en masters bud på løsning af dilemmaer, som nogle af landets instruktører var stødt på i deres undervisning. Det skete i vores eget 'Monopol', der var skabt til anledningen. Instruktørsamlingerne er vigtige netværksarrangementer i regi af LÆR AT TACKLE.

# 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 Tue Flindt Müller, alm. praktiserende læge.

## Sekretariatet 2023

### Administration

- Charan Nelander, direktør
- Anne Jette Andkær (Jess), sekretær
- Vibeke Bræstrup, koordinator, chefsekretær
- Rasmus Helbo, sekretær, ekspedition og marketing
- Dina Clemmensen, bogholder
- Kim Frederiksen, regnskabschef
- Hanne Tarp, sekretær, bogholderi
- Katarina Bojovic, junior projektmedarbejder



Charan Nelander



Anne Jette Andkær



Vibeke Bræstrup



Rasmus Helbo



Dina Clemmensen



Kim Frederiksen



Hanne Tarp



Katarina Bojovic

### Forlagsvirksomhed

- Birgitte Dansgaard, redaktionschef
- Peter Dyrvig, grafiker



Birgitte Dansgaard



Peter Dyrvig

### *Enhed for Mestring og Empowerment*

- Lea Heegaard, enhedschef
- Malene Norborg, chefkonsulent
- Birgitte Sabra, kommunikationschef
- Ann Sofie Sofiendal Nilsson, chefkonsulent
- Nete Bang-Hansen, specialkonsulent
- Esther Lind Stokkebæk, projektkoordinator
- Tine Bo Andresen, projektkoordinator
- Freja Hilt Nissen, projektmedarbejder
- Birgitte Thyde Søre, specialkonsulent
- Flora Marie Prag Nesta, junior projektmedarbejder
- Mette Emilie Rindholm Magnevall, projektkoordinator
- Sofia Pohti Toft, junior projektmedarbejder
- Line Funch Simonsen, sekretær
- Line Vinther Andersen, team/projektleder
- Helene Rejkjær Hjorth, specialkonsulent
- Kirsten Johnson, junior projektmedarbejder
- Gustav Wienberg, junior projektmedarbejder



Lea Hegaard



Malene Norborg



Birgitte Sabra



Ann Sofie Sofiendal Nilsson



Nete Bang-Hansen



Esther Lind Stokkebæk



Tine Bo Andresen



Freja Hilt Nissen



Birgitte Thyde Søre



Flora Marie Prag Nesta



Mette Emilie R. Magnevall



Sofie Pohlt Toft



Line Funch Simonsen



Line Vinther Andersen



Helene Rejkjær Hjorth



Kirsten Johnson



Gustav Wienberg



### *International enhed*

- Lars Münter, chefkonsulent
- Amela Bander, projektkoordinator
- Lea Darmon, projektkoordinator
- Maria Kofoed, projektmedarbejder
- Kirsten Lise Andersen, projektkoordinator
- Line Rosita Zinckernagel, projektkoordinator
- Andreas Jespersen, projektkoordinator



Lars Münter



Amela Bander



Lea Darmon



Maria Kofoed



Kirsten Lise Andersen



Line Rosita Zinckernagel



Andreas Jespersen

### *Kompetencecenter for Amning*

- Ingrid Nilsson, chefkonsulent
- Marianne Busck-Rasmussen, specialkonsulent
- Christine Buhl Halling, projektkoordinator
- Melanie Wange Larsson, projektkoordinator



Ingrid Nilsson



Marianne Busck-Rasmussen



Christine Buhl Halling



Melanie Wange Larsson

*IT, Web og kommunikation*

- Natalie Maria Sand, IT-projektleder
- Catrine Faarbæk, IT-projektadministrator
- Morten Eland, IT-projektadministrator
- Sami Andersen, junior projektmedarbejder
- Bjørn Trolldahl, junior projektmedarbejder
- Cathrine Mary Norvold, junior IT-projektmedarbejder



Natalie Maria Sand



Catrine Faarbæk



Morten Eland



Sami Andersen



Bjørn Trolldahl



Mette Laub Petersen



Christian Døsing Sørensen



Margrethe Kruse



Louise S.H. Thomsen



Anders Vedel Jakobsen



Hanne Hougaard Christiansen



Kristina Scheer



Nina Sønderberg



Mikkel Gede Hansen



Cecilia Vollmer



Anne Møller Grout



Laura Nielsen



Emma Berg

### *Enhed for Sundhedskommunikation og Partnerskaber*

- Mette Laub Petersen, enhedschef
- Christian Døsing Sørensen, chefkonsulent
- Margrethe Kruse, projektkoordinator
- Louise Scheel Hjorth Thomsen, projektkoordinator
- Anders Vedel Jakobsen, projektkoordinator
- Hanne Hougaard Christiansen, projektkoordinator
- Kristina Scheer, IT-projektleder
- Nina Sønderberg, specialkonsulent
- Mikkel Gede Hansen, IT-projektmedarbejder
- Cecilia Vollmer, redaktør, projektkoordinator
- Anne Møller Grout, junior projektmedarbejder
- Laura Nielsen, junior projektmedarbejder
- Emma Berg, junior projektmedarbejder

**Medlemmer af Komiteen**

Følgende organisationer var i 2023 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 følgende repræsentanter fra de sundhedsfaglige organisationer:

- Tue Flindt Müller, alm. praktiserende læge, styrelsens formand, medlem af FU
- Michael Stegger Jensen, borgmester, Syddjurs Kommune, styrelsens næstformand, medlem af FU, Kommunernes Landsforening
- Marianne Bjerke, overtandlæge, Ansatte Tandlægers Organisation
- Birthe Søndergaard, farmaceut, sundhedsfaglig direktør i Danmarks Apotekerforening
- Anders Jørgensen, kiropraktor, bestyrelsesmedlem i Dansk Kiropraktor Forening
- Amanda Kusk Jessen, psykolog, bestyrelsesmedlem i Dansk Psykolog Forening Forening (til januar 2023)
- Arne Grønborg, psykolog, bestyrelsesmedlem i Dansk Psykolog Forening (fra maj 2023)
- Dorte Boe Danbjørg, forkvinde i Dansk Sygeplejeråd, medlem af FU
- Susanne Kleist, tandlæge, formand i Tandlægernes Sundhedsudvalg, Tandlægeforeningen
- Elisabeth Gregersen, tandplejer, forperson for Danske Tandplejere
- Tina Christensen, formand for Danske Fodterapeuter (til oktober 2023)
- Cille Holse, formand for Danske Fodterapeuter (fra oktober 2023)
- Sanne Jensen, regionsformand for Danske Fysioterapeuter (til februar 2023)
- Peter Johansen, hovedbestyrelsesmedlem for Danske Fysioterapeuter (fra maj 2023)
- Annie Hagel, regionsrådsmedlem, Danske Regioner
- Margrethe Boel Stendys, næstformand i Ergoterapeutforeningen
- Tina van der Klein, næstformand i Farmakonomforeningen
- Lis Munk, jordemoder, formand for Jordemoderforeningen
- Ann-Louise Rewentlow-Mourier, praktiserende speciallæge, Lægeforeningen
- Karen Wistoft, professor, ph.d., formand for Komiteens sagkyndige udvalg, DPU, Aarhus Universitet

**Medlemmer af det sagkyndige udvalg**

- Alice Ravnsbæk Kristensen, tandplejer, klinikdriftsleder og næstformand i Danske Tandplejere
- Anders Jørgensen, kiropraktor, bestyrelsesformand i Dansk Kiropraktor Forening
- Anne Berlin Barfoed, vicechef, udviklingsjordemoder, Jordemoderforeningen
- Annette Poulsen, sundhedsplejerske, specialkonsulent, Sundhedsstyrelsen
- Astrid Jensen-Kanstrup, specialkonsulent, Kommunernes Landsforenings Konsulentvirksomhed (KLK)
- Cecilia Vollmer, redaktør og projektkoordinator, Komiteen for Sundhedsoplysning
- Christine Brot, specialkonsulent, Sundhedsstyrelsen
- Clara Mosborg Petersen, politisk konsulent, Politik, Sundhedspolitik og Analyse, Lægeforeningen
- Flemming Bang Rasmussen, psykolog, specialist i sundhedspsykologi, Dansk Psykolog Forening
- Helle Jacobsgaard, sundhedsfaglig chefkonsulent, Danmarks Apotekerforening
- Karen Wistoft, professor, ph.d., DPU, Aarhus Universitet, Formand for det sagkyndige udvalg
- Lars Henrik Larsen, fysioterapeut, konsulent, næstformand i Danske Fysioterapeuter
- Louise Elisabeth Madsen, specialkonsulent, Børn, Unge og Familier, Socialstyrelsen
- Marianne Bjerke, overtandlæge, Ansatte Tandlægers Organisation
- Rikke Gravlev Taageby, seniorkonsulent, Center for Sundheds- og Socialpolitik, Danske Regioner
- Susanne Dahl, ledende sundhedsplejerske, Frederiksberg Kommune
- Susanne Kleist, tandlæge, formand for Tandlægeforeningen
- Tina C. Christensen, formand Danske Fodterapeuter
- Tina Van Der Klein, farmakonom, næstformand for Farmakonomforeningen
- Ulla Garbøl, chefkonsulent, Ergoterapeutforeningen

**Formænd og direktører 1964-2023***Formænd for styrelsen*

|           |                   |
|-----------|-------------------|
| 2021-     | Tue Flindt Müller |
| 2015-2021 | 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     |







# ÅRSBERETNING2023



**KOMITEEN FOR  
SUNDHEDSOPLYSNING**  
– fra viden til virkelighed