

Halvdelen af landets kommuner har takket ja til særlig pårørendeindsats

Hver anden danske kommune udbyder nu indsatsen *LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende*. Komiteen for Sundhedsoplysning støtter kommunerne med at komme i gang med indsatsen til deres borgere gennem midler fra satspuljen på ældreområdet for 2018-2021.

Pårørende til langvarigt syge er tit under hårdt pres. Over tid rammes mange, der er tæt på en syg, af stress, ensomhed eller mistrivsel på grund af ekstra belastninger. Ved udgangen af 2017 aftalte satspuljeordførerne på ældreområdet at afsætte 15,8 millioner kr. til national implementering og drift af indsatsen *LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende*. Nu har 49 ud af 98 af de danske kommuner takket ja til støtten.

"Jeg er meget glad for, at pårørendekurset har fået så god en modtagelse. Det kan være slidsomt at være nær pårørende til et menneske, der er alvorligt syg. Det er derfor, vi fra Christiansborg har afsat midler både med satspuljen og på finansloven til at styrke indsatsen til pårørende. Hvis vi ikke passer på de pårørende, risikerer vi, at de selv bukker under og bliver syge."

Ældreminister Thyra Frank

Kort forløb – stort udbytte

LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende er et kort undervisningsforløb, som består af 7 mødegange a 2,5 time. Kurset forebygger, at de pårørende mister grebet om deres situation og går fysisk eller psykisk ned. På kurset lærer man at passe bedre på sig selv – både mentalt og fysisk – i en hverdag, der rammesættes af den syges behov for praktisk og mental støtte.

En [evaluering](#) viser, at kursisterne får stort udbytte af forløbet:

- 71 % har opnået bedre trivsel.
- 30 % flytter sig fra høj risiko for at få stress eller depression til at være uden for risiko.
- 85 % er blevet bedre til at passe på sig selv.
- 78 % har fået redskaber til at tackle symptomer så som fx træthed, stress eller tristhed.
- 93 % er blevet bedre til at bruge deres netværk.
- 93 % er tilfredse eller meget tilfredse med kurset.

"Når en borger bliver syg, er der oftest pårørende, der følger med. Pårørende er i risiko for at blive overbelastet, fordi de både skal være der for en nærtstående, der er syg, og samtidig sørge for en familie eller passe et arbejde. Pårørende har nu en mulighed for at komme på et pårørendekursus, som kommunen arrangerer. De økonomiske midler og den support, vi har fået til opstart og drift, har desuden gjort det muligt at igangsætte indsatsen hurtigt."

*Dorthe Jepsen, Sundheds- og Ældrechef,
Ikast-Brande Kommune*

Alle kommuner kan søge Komiteen for Sundhedsoplysning om støtte til opstart og drift af indsatsen. Kurset er udviklet af Komiteen for Sundhedsoplysning i samarbejde med Københavns Kommune. [LÆR AT TACKLE](#) udbydes i 27 lande. 2 ud af 3 danske kommuner udbyder ét eller flere [LÆR AT TACKLE-kurser](#).

Følgende kommuner har takket ja til indsatsen:

Albertslund, Assens, Bornholm, Esbjerg, Faxe, Fredensborg, Fredericia, Frederiksberg, Frederikssund, Gentofte Gladsaxe, Halsnæs, Hedensted, Helsingør, Herlev, Herning, Hillerød, Ikast-Brande, Kolding, København, Køge, Langeland, Lyngby-Taarbæk, Mariagerfjord, Morsø, Nordfyn, Nyborg, Næstved, Odense, Randers, Rebild, Ringkøbing-Skjern, Roskilde, Rudersdal, Silkeborg, Skanderborg, Slagelse, Solrød, Stevns, Thisted, Tønder, Tårnby, Varde, Vejen, Vejle, Vesthimmerland, Viborg, Aabenraa og Aalborg kommuner.

For yderligere oplysninger kontaktes

Presse- og kommunikationsrådgiver Natasja Dybmose, Sundheds- og Ældreministeriet, tlf. 2067 0874 / nmd@sum.dk

Chefkonsulent Lea Hegaard, Komiteen for Sundhedsoplysning, tlf. 2266 2671 / la@sundkom.dk

Presseansvarlig Birgitte Sabra, Komiteen for Sundhedsoplysning, tlf. 5142 4202 / bs@sundkom.dk