



Komiteen for
Sundhedsoplysning

Pressemeddelelse
National samling 29.-30. oktober 2013
Komiteen for Sundhedsoplysning, oktober 2013

Patientperspektiver skaber ligeværdighed

Den 29.-30. oktober 2013 mødes 130 *Lær at tackle*-instruktører fra hele landet til National Samling på Comwell i Middelfart. Fælles for dem alle er, at de har kronisk sygdom, kroniske smerter, angst eller depression tæt inde på livet. I dag underviser de andre, der er i samme situation, i at mestre hverdagen.

”Kan 6 uger ændre mit liv, vil jeg også være med til at ændre andres.”

Citat Greta Lukowski

Gretha Lukowski er 48 år og hypermobil. Hun har desuden Scheuermann og fibromyalgi samt bevægelses- og hukommelsesforstyrrelser, som skyldes udiagnosticerede hvide pletter på hjernen. Efter mange års tilbagevendende nedture på grund af sygdom fandt hun for 2 år siden kurset *Lær at tackle kronisk sygdom* i Åbenrå Kommune. Kurset vendte op og ned på Gretas sygdomshåndtering og gav desuden stødet til, at hun i dag arbejder som frivillig instruktør af smerte-, angst- og depressionskurser i kommunen.

På *Lær at tackle*-kurserne lærer sygdomsramte, hvordan de fokuserer på muligheder frem for sygdommens begrænsninger. Desuden bliver de udstyret med en række redskaber, der understøtter dem i at håndtere hverdagen på måder, som styrker deres livskvalitet. Siden 2006 har mere end 12.000 danskere deltaget i et *Lær at tackle*-kursus, og de mange kursistberetninger vidner om, at mennesker med langvarig sygdom igen kan få foden ned i eget liv.

Instruktørerne af *Lær at tackle*-kurserne er typisk tidligere kursister, som på grund af langvarig sygdom selv har oplevet afmægtighed og svigtende livsmod. Derfor kan de være positive rollemodeller for andre. Samtidig er instruktørerne levende eksempler på, at der findes en vej, selv når den er svær at få øje på. Det skaber identifikation og tro på, at det også kan lykkes for en selv.

Læs mere om *Lær at tackle* ... på www.patientuddannelse.info. For yderligere information kontaktes kommunikationskonsulent Birgitte Sabra, Komiteen for Sundhedsoplysning, bs@sundkom.dk, tlf. 51 42 42 02.

Med venlig hilsen

Charan Nelander

Direktør

Komiteen for Sundhedsoplysning