

Pressemeddelelse
4. maj 2018

Økonomisk støtte til pårørendeindsats i alle landets kommuner

Samtlige 98 danske kommuner tilbydes nu økonomisk støtte til at udbyde pårørendeindsatsen LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende. Støtten er en del af 15,8 mio. kr., som satspuljeparterne på ældreområdet har afsat til udbredelse af indsatsen. Komiteen for Sundhedsoplysning står for udbredelsen, som sker i perioden 2018-2021. 33 kommuner er allerede i gang.

Satspuljens 15,8 mio. kr. skal sikre, at alle danske kommuner kan tilbyde deres borgere det evidensbase-rede mestringkursus LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende. Kurset bidrager til, at pårørende trives bedre. Kurset kan dermed være med til at forebygge, at pårørende selv bliver syge.

”Det er en stor opgave at være fx ægtefælle til et menneske med demens, og vi ved, at mange pårørende risikerer at slide sig selv op, fordi de hjælper mange timer hver eneste dag og i mange år. Derfor skal vi støtte de pårørende på mange måder bl.a. ved hjælp af LÆR AT TACKLE-kurset, som vi nu gør til et landsdækkende tilbud. De pårørende skal have bedre muligheder for at passe på sig selv, så der ikke pludselig er to, der bukker under,” siger ældreminister Thyra Frank.

Alle voksne pårørende kan få glæde af indsatsen

Indsatsen er målrettet alle voksne pårørende til syge. Det kan være en partner, forældre, søskende eller en nær ven, der er ramt af sygdom fx kræft, depression, blodprop eller demens. På kurset får deltagerne redskaber til at passe på sig selv, bede om hjælp og bevare sociale relationer. Desuden har de pårørende stor gavn af at møde ligestillede, der forstår deres udfordringer og problemer.

En kursist siger således om sit forløb:

”Kurset gjorde, at jeg tillod mig selv at have de følelser, jeg havde haft. Hvis jeg på forhånd havde forstået det der med at passe på mig selv, så havde hele forløbet været nemmere.”

98 kommuner får tilbud om driftsmidler

En væsentlig del af bevillingen er øremærket til den enkelte kommunes kursusdrift; herunder uddannelse af lokale frivillige instruktører samt koordinatore, der typisk varetager rekruttering af deltagere, praktisk tilrettelæggelse af kursusforløb og pleje af instruktørkorps.

”I København har vi i 2018 udvidet vores indsats, bl.a. så den nu omfatter alle bydele. Vi ved, at rigtig mange pårørende går med en følelse af at være utilstrækkelige uden at dele det med nogen. Vores evaluering af kurserne viser, at de virker. Halvdelen af kursusedtagerne gik fra at være i risiko for at få stress eller depression til ikke at være i nogen risiko,” siger Københavns Kommunes sundheds- og omsorgsborgmester Sisse Marie Welling (SF).

Indsatsen er udviklet af Komiteen for Sundhedsoplysning i samarbejde med Københavns Kommune. Læs mere [HER](#)

For yderligere pressehenvendelser kontaktes

Specialkonsulent Malene Norborg Petersson, Komiteen for Sundhedsoplysning, tlf. 3027 7747 / mn@sundkom.dk

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

Mere om *LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende*

En evaluering af *LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende* viser, at kursisterne får det markant bedre efter kurset. Blandt andet ser man, at:

- 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.

Evalueringen kan downloades [HER](#)

Indsatsen er udviklet på baggrund af de øvrige, evidensbaserede LÆR AT TACKLE-kurser. Se kursusevalueringer [HER](#)

LÆR AT TACKLE udbydes i 29 lande. 2 ud af 3 danske kommuner udbyder allerede et eller flere LÆR AT TACKLE-kurser.