



### Sundhedsudvalgets studietur 5.marts

#### Besøg hos Skanderborg Kommune

Deltagere fra Skanderborg:

- Jørgen Erlandsen, Beskæftigelses- og sundhedschef
- Malene Herbsleb, Sundhedsfremmechef
- Helle Vestergaard Ibsen, Projektleder "Røgfrit Skanderborg 2025"

Kultur-, Sundhed- og Beskæftigelsesudvalget,

- Karen Lindemann
- Mira Issa Bloch

Jørgen Erlandsen bød velkommen og fortalte om organiseringen af sundhedsområdet i Skanderborg. Med deres organisering og det nye udvalg Kultur-, Sundhed- og Beskæftigelse har man særligt haft fokus på at koble sundhed og beskæftigelse tættere sammen.

Oplæg ved Malene Hersleb

Malene fortalte om visionen Røgfri Skanderborg 2025. Vision kører på tre ben:

1. Fremme rygestop
2. Fremme røgfri miljøer
3. Forebygge rygestart

De er begyndt med ben 1: rygestop. Ben 2 og 3 er de ikke langt med endnu. De skal have en stor Byråds drøftelse til juni omkring ben 2.

Indsatsen er i høj grad baseret på data omkring de risikofaktorer, der er forbundet med rygning. Herunder at rygere dør tidligere end ikke-rygere og at de sidste leveår hos en ryger er belastet af følgesygdomme. Derudover har kommunen lavet en business case baseret på tilgængelig data og omkostninger forbundet med rygestopindsatsen. De har beregnet en break-even efter 10-11 år.

Med indsatserne vil man gerne forebygge sygdomme og øge levetiden. Pr. har de for eksempel en stor KOL-indsats og her kunne flere tilfælde have været forebygget.

Der er også en social ulighed: flere unge fra lavere social baggrund ryger. Og også blandt voksne er der flere med en lav eller ingen uddannelse, der ryger end personer med en mellem- eller lang videregående uddannelse. De tilbyder også rygestop på misbrugsområdet, da misbrugere også ønsker at stoppe med at

ryge. Alle har gavn af et rygestop i forhold til forebyggelse af sygdom. Den store udfordring er rekruttering af borgere til tilbuddene om rygestop.

Malene havde tre gode råd:

- Lav en strategisk handleplan
- Tænk i investering
- Politisk mod

Oplæg ved Helle Ibsen

Helle fortalte konkret om deres rygestopindsatser. De har blandt andet indgået partnerskaber med virksomheder. Her tilbyder de et rygestopforløb for virksomhedens medarbejdere. Nogle gange ligger det i arbejdstiden, andre gange efter arbejdstid. Her gives det samme tilbud til alle også selvom de bor i en anden kommune. Rygestopmedicin tilbydes til storrygere (15+ cigaretter om dagen). Når rygestopkoordinatorerne er på virksomheden tager de en snak om rygepolitik mv.

De har ligeledes indgået et partnerskab med boligforeningen på Højvangen, som er et socialt belastet område. Her tilbyder de rygestop og boligforeningen betaler rygestopmedicin, når tilbuddet fra kommunen slutter.

Tanken bag partnerskaberne er, at få alle med til at løfte visionen. Det er ikke noget, de kan gøre alene som kommune. Her er tanken også at gå ud i sportsklubber osv. her skal visionen løftes – det går ikke at have en fodboldtræner, der går og ryger, mens han/hun træner børn og unge.

Siden 2015 har 1000 borgere været igennem et rygestopforløb. Heraf er 30 % røgfri. Fra rygestopdatabasen er det muligt at trække data på køn, alder, socio-økonomisk status mv. Data kan bruges til at strikke de rigtige rygestopindsatser sammen.

Skanderborg har rygestop tilbud, der er spredt geografisk over hele kommunen. Der er 15 aktive rygestoprådgivere ansat rundt om i kommunens øvrige afdelinger og tilbud.

De reklamerer for tilbuddene så mange steder som muligt – på infotavler, flyers, opslag, bannere mv.

De afholder også rygestopforløb i stor skala med arrangementet Skanderborg Kvitter Smøgerne. Her kommer 40-50 deltagere på en gang og sidder i grupper ved mindre borde og alle sidder ved samme bord under hele forløbet. Det giver lidt konkurrence mellem bordene, og man bruger hinanden som støtte i rygestoppet.

Leif (Leif's oplæg kan ikke gengives på skrift ☺)

Vi fik besøg af Leif, der har deltaget i sidste runde af Skanderborg Kvitter Smøgerne. Han er nu røgfri efter 30-40 år med 20-40 smøger pr. dag. Sammen med sin kone, der også deltog, har han nu købt et sommerhus for pengene – så nu har han ikke råd til at begynde igen.

Hans motivation var, at han skal være farfar. Og nu kan han allerede mærke forskellen. Han kan gå op af trapperne uden at blive forpustet, og lugtesansen er tilbage.

### **Besøg hos Kræftens Bekæmpelse**

Deltagere fra Kræftens Bekæmpelse:

- Susanne Juul, Områdechef
- Susanne Ilkjær, Rådgivningsleder
- Bruno Langdal, Specialkonsulent
- Annemarie Mogensen, Formand Fredericia Lokalforening

Susanne Juul gav en intro til huset og tanken bag bygningen. Herefter viste hun rundt i huset og fortalte om faciliteterne.

Susanne Ilkjær fortalte yderligere og de aktiviteter, der er i huset. Husene er inspireret af Maggie centre i Skotland.

Bygget på Livsrum: Tryghed, hjemlighed, åbenhed og nærvær

I huset tages man imod af værtsfrivillige. Der er 4 koblet på hver dag.

Der er rigtig mange frivillige knyttet til huset. Det hele lykkes i kraft af de mange frivillige. Herudover har de også Navigator-projektet- se yderligere her: <https://www.cancer.dk/hjaelp-viden/raadgivning/navigator-tilbud-for-socialt-sabare/>.

Muligheder i huset:

Samtaler:

- Individuelle
- Familiesamtaler
- Parsamtaler

I samtalerne lyttes der meget ind til behov. Her kan være behov for at deltage i andre grupper eller nogle af de andre aktiviteter, der tilbydes i huset eller i hjemkommunen. Ved familiesamtaler er de altid to rådgivere på, så der er fokus på både forældre og børn, og så de kan sparre med hinanden efterfølgende.

Samtalegrupper:

- Sorggrupper
- 45+
- Unge 19-40 år
- Ad hoc grupper efter behov f.eks. forældre, der mister et barn

- Kvinder som lever med kræft

Pårørendegrupper:

- Børnegrupper 6-12 år
- Ungegrupper 13-19 år
- Mandgrupper
  - Mentor
  - Herreværelset (de tunge emner)
  - Netværksaftner

Derudover har de også:

- Foredrag, kreativt værksted, yoga, træning i naturen, walk and talk, mindfulness og meditation
- Ung Kræft 15-40 år
- Patientforeninger
- Palliativt team
- Krop og Kræft
- Områdekantoret for Region Syddanmark, lokalforening

Derudover har tilbyder de kræftrådgivning på Kolding Sundhedscenter ligesom det tilbud, der skal starte op i Fredericia.

Oplæg ved Bruno om Kræft, håb og forebyggelse

Se slides

Links:

- Røgfri Fremtid-videoen: [https://youtu.be/BzUpkufR\\_3c](https://youtu.be/BzUpkufR_3c)
- Om X:IT (tobaksforebyggelse i folkeskolen) <https://youtu.be/N69inbq3vno>