

Temarapport om mental sundhed

Til drøftelse på
Sundheds- og Kulturudvalget

Februar 2015



**Aalborg
Kommune**



Indhold

Formål	3
Definition på mental sundhed.....	3
Udviklingen i mentale helbredsproblemer.....	4
Mental sundhed i den kommunale opgaveløsning.....	6
Ad 1 - Kommunens generelle rammer for arbejdet med mental sundhed	7
Ad 2 - Kommunale indsatser som forebygger dårlig mental sundhed	8
Gennemgang af status og forslag til styrkelse af indsatser i Sundheds- og Kulturforvaltningen.....	10
Ad 3 - Kommunale indsatser til borgere, der har en psykisk sygdom.....	15
Opsamling	16
Økonomi.....	16



Formål

Formålet med denne rapport om mental sundhed er at identificere Sundheds- og Kulturforvaltningens *udviklingspotentialer* for at etablere indsatser, der fremmer mental sundhed og forebygger dårlig mental sundhed. Herunder at beskrive hvad mental sundhed er samt give status over, hvilke indsatser Sundheds- og Kulturforvaltningen allerede er godt i gang med.

Definition på mental sundhed

Den overordnede definition af mental sundhed fra WHO er, at *mental sundhed er en tilstand af trivsel, hvor individet kan udfolde sine evner, håndtere dagligdags udfordringer og stress samt indgå i fællesskaber med andre mennesker.*

(Fremme af mental sundhed, Sundhedsstyrelsen, 2008).

Mental sundhed defineres som mere end fraværet af psykisk sygdom og dækker over grader af psykisk velbefindende.

Sundhedsstyrelsen opdeler definitionen i to dimensioner:

Oplevelsesdimension:

Følelsen af at have det godt, at være overvejende glad, i godt humør og tilfreds med livet. (at leve livet)

Funktionsdimension:

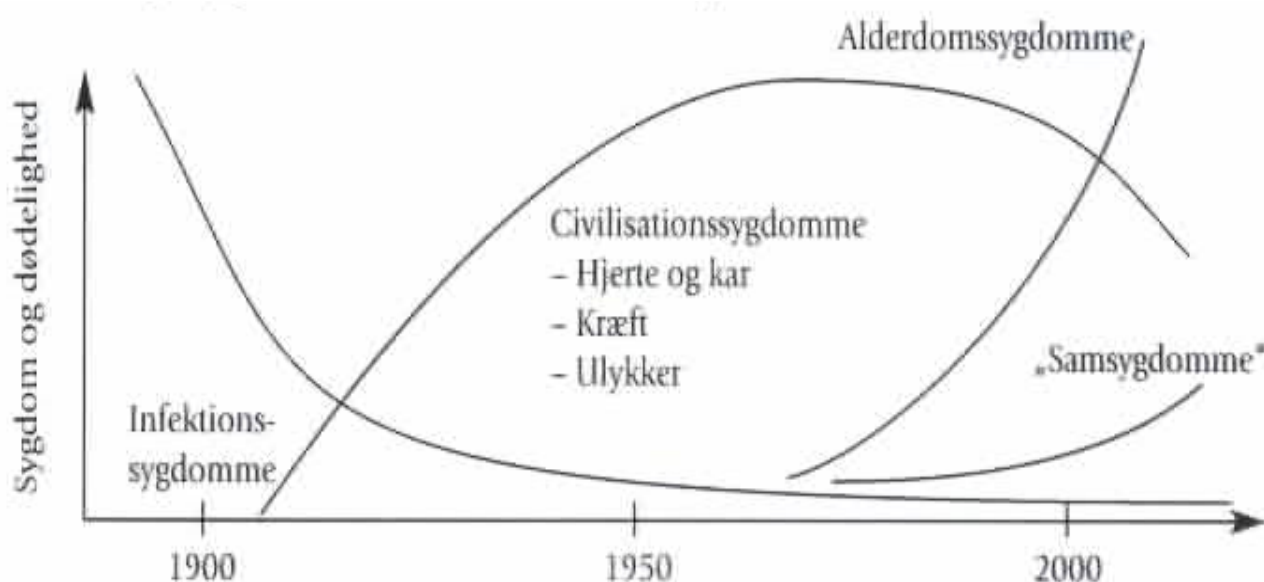
At kunne klare dagligdags gøremål, som fx købe ind, lave mad, gå på arbejde eller i skole, indgå i sociale relationer og at kunne håndtere de forskellige udfordringer, som en almindelig dagligdag kan byde på. (at klare livet)

De to dimensioner betyder, at man godt kan have en sygdom, som gør, at funktionsniveauet er nedsat og man kan have svært ved at klare dagligdags gøremål og mestre udfordringer, men alligevel opleve en følelse af lykke og tilfredshed med livet. Man kan også være uden sygdom og have nemt ved at klare dagligdags gøremål og mestre udfordringer, men samtidig have en følelse af ikke at være glad og tilfreds. Derfor er der potentiale i at lave indsatser som fremmer mental sundhed for borgere både med og uden fysisk eller psykisk sygdom.

Det er muligt at måle borgernes mentale sundhed med udgangspunkt i denne definition. I Sundhedsprofilen anvendes SF-12 spørgeguide (Short Form Health Status), som måler borgernes overordnede fysiske og mentale helbred ud fra 12 spørgsmål.

Udviklingen i mentale helbredsproblemer

Mentale helbredsproblemer skal her forstås som en samlet betegnelse for dårlig mental sundhed og psykiske lidelser. Der er en glidende overgang fra naturlige mentale reaktioner på livets mange udfordringer til en egentlig psykisk lidelse. Psykiske lidelser som angst og depression er relativt udbredte, mens kun en mindre del af befolkningen får stillet en egentlig psykisk diagnose (eks. skizofreni). De samlede mentale helbredsproblemer vurderes til at være en af de store globale sygdomsbyrder de næste årtier og betragtes som den fjerde sygdomsbølge (i figuren kaldet "samsygdomme") i det 20. århundrede.



Kilde: Peter F. Hjort 1993

(PP fra oplæg i Aalborg om mental sundhed 30. april 2013, Peter Thybo).

Mentale helbredsproblemer har store implikationer for den enkelte og dennes familie. Eksempelvis lever kvinder og mænd, der psykiske lidelser i gennemsnit 15-20 år kortere end befolkningen som helhed. Mentale helbredsproblemer har også stor betydning for kommunerne – både i forhold til sundheds-, skole-, beskæftigelses- og socialområdet. I nogle grupperinger af befolkningen er der en relativ stor andel, der har mentale helbredsproblemer:

Generelt billede af mentale helbredsproblemer blandt voksne:

- Sundhedsprofilen 2013 viser, at blandt voksne over 16 år har 8 % af mændene og 12 % af kvinderne i Aalborg Kommune dårlig mental sundhed. Andelen er højst i gruppen af borgere uden erhvervsuddannelse. Samtidig ses, at andelen også er højere blandt unge kvinder og ældre mænd.
(Samlet score ud fra SF-12 skema, som er et spørgebatteri med 12 spørgsmål i Sundhedsprofilen 2013).
- Ca. 5 % af voksne danskere har depression og 6,5 % har angst. Siden 2002 er dobbelt så mange i medicinsk behandling for symptomer på angst og depression.
- Borgere med langvarige kroniske sygdomme har 2-3 gange så stor risiko for at få mentale helbredsproblemer i form af depression, angst og demens.
- Halvdelen af alle langtids sygdommeldinger og førtidspensioner skyldes mentale helbredsproblemer.
(Forebyggelsespakken Mental Sundhed, Sundhedsstyrelsen, 2012)

Generelt billede af mentale helbredsproblemer blandt børn og unge:

- Hver 5. af de 11-15 årige har tre eller flere tegn på dårlig mental sundhed.
- Ca. 15 % af alle børn har været i behandling for en psykisk lidelse inden de fylder 18 år.
- Samlet set udgør mentale helbredsproblemer den største sygdomsbyrde blandt børn og unge (1-24 år)
- 60 % af frafald fra ungdomsuddannelserne er relateret til dårlig mental sundhed.
(Forebyggelsespakken Mental Sundhed, Sundhedsstyrelsen, 2012)

I Aalborg Kommune er mentale helbredsproblemer for alvor sat på den politiske dagsorden bl.a. gennem Aalborg Kommunes nye sundhedspolitik 2015-2018. Det betyder, at Aalborg Kommune skal arbejde målrettet med at forebygge dårlig mental sundhed og fremme god mental sundhed. Aalborg Kommunes arbejde med mental sundhed styres gennem implementering af Sundhedsstyrelsens forebyggelsespakke på Mental Sundhed. Hver forvaltning forpligter sig til i politikperioden at implementere forebyggelsespakkens anbefalinger på grundniveau. *(Forebyggelsespakkerne indeholder anbefalinger på grund- og udviklingsniveau. Anbefalinger på grundniveau er indsatser, hvor evidensen er størst).*

Samtidig er Ældre- og Handicapforvaltningen, Familie- og Beskæftigelsesforvaltningen og Sundheds- og Kulturforvaltningen pt. i gang med at udarbejde forslag til, hvordan Aalborg Kommune kan arbejde med rehabilitering af borgere med psykisk sygdom.

Sundheds- og Kulturforvaltningens egne tilbud inden for kultur, bibliotek, natur og fritid har ikke mental sundhed som direkte formål, men er kendetegnet ved indsatser, som handler om fællesskab og glæden ved at have et rigt fritidsliv. Disse indsatser styres og igangsættes med udgangspunkt i Fritidspolitikken og Kulturpolitikken, men kan have betydning for borgerens mentale sundhed. Denne rapport handler bl.a. om de udviklingspotentialer, som Sundheds- og Kulturforvaltningen har indenfor sundheds-, kultur- og fritidsområdet med udgangspunkt i de faglige anbefalinger, som Sundhedsstyrelsen har udarbejdet i forebyggelsespakken på mental sundhed.

Mental sundhed

i den kommunale opgaveløsning

Sundhedslovens § 119 er Sundheds- og Kulturforvaltningens ramme for arbejdet med mental sundhed. Kommunen skal skabe sunde rammer og etablere forebyggende tilbud for borgerne og dermed også mental sundhedsfremme og forebyggelse af psykiske lidelser. Derudover kommer en række andre lovgivninger, som har relevans for kommunens samlede arbejde med mental sundhed; arbejds- miljølovgivningen, loven om undervisningsmiljø, folkeskoleloven, folkeoplysningsloven, lov om social service mv. Forebyggelsespakken på Mental Sundhed bruges i Sundheds- og Kulturforvaltningen til at indkredse og beskrive de konkrete kommunale indsatser, som har betydning for borgernes mentale sundhed. Der er evidens for, at indsatserne i forebyggelsespakken på Mental Sundhed er indsatser, der har indvirkning på borgernes trivsel.

Forebyggelsespakken på mental sundhed handler om kommunale handlemuligheder i forhold til rammer og forebyggende tiltag. Det er regionens ansvar at udrede, diagnosticere og behandle psykiske sygdomme, men kommunen har ansvar i forhold til støtte og omsorg og rehabilitering.

På baggrund af forebyggelsespakken på mental sundhed og kommunens rolle i forhold til borgere, der er psykisk syge kan defineres tre typer af kommunale indsatser:

1. Kommunens generelle rammer for arbejdet med mental sundhed

Sundhedsstyrelsens anbefalinger i forebyggelsespakken Mental Sundhed anvendes til afgrænsning.

2. Kommunale indsatser som forebygger udvikling af dårlig mental sundhed

Sundhedsstyrelsens anbefalinger i forebyggelsespakken Mental Sundhed anvendes til afgrænsning. (Forebyggelse af dårlig mental sundhed menes også at have en forebyggende effekt på psykiske lidelser).

3. Kommunale indsatser overfor de borgere, som har en psykisk sygdom

Indsatsen reguleres bl.a. i Serviceloven, Sundhedsloven, Sundhedsaftalen og gennem økonomaftalen 2015, hvor der på tværs af forvaltningerne er aftalt etablering af tilbud til psykisk syge.

I nedenstående beskrives alle de indsatser, der anbefales af sundhedsstyrelsen fordelt på forvaltningsområder, hvilke indsatser der specifikt vedrører Sundheds- og Kulturforvaltningen samt hvilke udviklingspotentialer Sundheds- og Kulturforvaltningen har indenfor punkt 1 og 2.

Ad 1 - Kommunens generelle rammer for arbejdet med mental sundhed

Anbefalingerne i forebyggelsespakken på Mental Sundhed handler bl.a. om de generelle rammer - (politikker og planer). Disse anbefalinger går på tværs af forvaltningerne.

Anbefaling: Kommunal politik for mental sundhed bør være en del af sundhedspolitikken

Byrådet har netop vedtaget en politik, som både har et politisk spor, der handler om mental sundhed og som indeholder 4-årige mål vedrørende mental sundhed og selvvalderet helbred. Denne anbefaling vurderes implementeret.

Anbefaling: En sammenhængende børnepolitik bør samordnes med sundhedspolitikken

Udarbejdelsen af en ny børne- og ungepolitik er netop sat i gang i Aalborg Kommune. Børne- og ungepolitikken har børnenes trivsel som omdrejningspunkt samtidig med, at fysisk sundhed også indgår. Når politikken er udarbejdet vurderes denne anbefaling implementeret.

Anbefaling: Indretning af uderum bør indgå i indsatsen til mental sundhed

Denne anbefaling handler om, at arbejdet med parker og byrum ikke kun skal tage højde for mulighederne for fysisk aktivitet, men også mulighederne for at slappe af og rekreere. Opgaven er placeret i By- og Landskabsforvaltningen og der er allerede fokus og opmærksomhed på dette.



Ad 2 - Kommunale indsatser som forebygger dårlig mental sundhed

Denne type indsatser tager udgangspunkt i viden om, hvilke faktorer, der påvirker den mentale sundhed i negativ retning, og hvordan kommunen kan bidrage til tidligt at forebygge disse negative påvirkninger. Studier viser, at dårlig mental sundhed i barndommen påvirker mennesker langt ind i voksen-livet. Et barn, der trives, har nemmere ved at lære og dermed bedre muligheder for at få en uddannelse og et godt arbejdsliv som voksen. Sundhedsstyrelsen fremhæver følgende risikofaktorer på det sociale og strukturelle niveau:

- Usikker tilknytning til forældre eller omsorgspersoner
- Manglende omsorg
- Belastende begivenheder i nær familie
- Dårlig trivsel og læring i dagtilbud/skoler
- Mobning og diskrimination
- Uafsluttet skolegang
- Arbejdsløshed
- Belastende arbejdsmiljø
- Lav social kapital i boligområder og social isolation

(Forebyggelsespakke på Mental Sundhed, Sundhedsstyrelsen, 2012)

Det modsatte af ovenstående er i sagens natur derfor beskyttende faktorer. Forebyggende indsatser indenfor disse risikosituationer håndteres primært i de store driftsforvaltninger bl.a. gennem svangre- og småbørnsområdet, trivselsarbejde i folkeskolen mv. Nedenstående er en gennemgang af, hvilke indsatser, der anbefales i forebyggelsespakken på Mental Sundhed til forebyggelse af dårlig mental sundhed - fordelt på forvaltninger.



Familie- og Beskæftigelsesforvaltningen

Anbefalinger på grundniveau:

- Tilbud om min. fem hjemmebesøg af sundhedsplejerske
- Fremme af kognitiv, emotionel og social udvikling i dagstilbud
- Aktivering af unge ledige
- Indsatser vedrørende selvmordsforebyggelse
- Støtte til udsatte borgere, som har psykiske lidelser og livsstilssygdomme
- Screening for fødselsdepressioner
- Tidlig indsats til børn med sociale og mentale problemer

Anbefalinger på udviklingsniveau:

- Forældreuddannelse til førstegangsførelse
- Tidlig indsats for sårbare familier
- Forebyggelse af frafald på ungdomsuddannelse
- Screening af spædbørn for begyndende psykiske udviklingsforstyrrelser eller helbredsproblemer
- Adgang til socialrådgivere i dagtilbud og skoler
- Tidlig opsporing af dårlig mental sundhed i jobcentre

Ældre- og Handicapforvaltningen

Anbefalinger på grundniveau:

- Trivselsfremme for ældre i plejecentre og hjemmeplejen
- Støtte til udsatte borgere, som har psykiske lidelser og livsstilssygdomme
- Indsatser vedrørende selvmordsforebyggelse

Anbefalinger på udviklingsniveau:

- Opsporing af mistriksel blandt ældre (hjemmeplejen)

Skoleforvaltningen

Anbefalinger på grundniveau:

- Fremme af kognitiv, emotionel og social udvikling, opbygning af sociale fællesskaber og forebyggelse af mobning blandt børn i skolen.
- Tidlig indsats til børn med sociale og mentale problemer

Anbefalinger på udviklingsniveau:

- Adgang til socialrådgivere i dagtilbud og skoler

Sundheds- og Kulturforvaltningen

Anbefalinger på grundniveau:

- Støtte til udsatte borgere, som har psykiske lidelser og livsstilssygdomme
- Kursus i håndtering af kronisk sygdom til borgere med kronisk sygdom og pårørende.
- Diverse informationsaktiviteter:
 - o Løbende information til borgere om indsatser
 - o Deltagelse i nationale informationsindsatser
 - o Formidling af rådgivningstjenester

Anbefalinger på udviklingsniveau:

- Integration af mental sundhed i kommunens øvrige sundhedsindsatser
- Udsatte børn og unge integreres i almindelige fritidsaktiviteter (sport, musik mv.)
- Kursus i håndtering af langvarig stressbelastning, angst og depression
- Opsporing af mistriksel blandt ældre (forebyggende hjemmebesøg)

Indsatser gældende alle forvaltninger

Anbefalinger på grundniveau:

- Reduktion af stress og fremme af trivsel på kommunale arbejdspladser. Der udarbejdes lokale politikker for reduktion og håndtering af stress samt fremme af trivsel på kommunale arbejdspladser.
- Tilbagevenden til arbejde efter sygefravær. Der etableres politikker og procedurer på kommunale arbejdspladser for at sikre en skånsom tilbagevenden til arbejdet efter perioder med længerevarende sygefravær.

Alle forvaltningerne er pt. i gang med at operationalisere de anbefalinger på grundniveau, som er relevante for den enkelte forvaltning. Ved første status for Sundhedspolitikken (ultimo 2016) gør forvaltningerne status over, hvor langt de er nået med implementering af hver enkelt anbefaling.

Gennemgang af status og forslag til styrkelse af indsatser i Sundheds- og Kulturforvaltningen

I det følgende gennemgås alle de anbefalinger fra forebyggelsespakken på Mental Sundhed, som vedrører Sundheds- og Kulturforvaltningen. Hver anbefaling gennemgås med henblik på status og forslag til indsatser.

Sundhedsstyrelsens anbefaling:

Kommunen etablerer indsatser til støtte til udsatte borgere, som har psykiske lidelser og livsstilssygdomme.

Sundhedscenter Aalborg tilbyder sundhedssamtaler i Socialpsykiatrien. Disse samtaler skal også være med til at rekruttere borgere til rehabilitering. Sundhedscentrets koncept for multisyge vil primo 2015 kunne rumme borgere med psykiske lidelser. Det vurderes, at der for nuværende ikke er behov for yderligere tiltag.

Sundhedsstyrelsens anbefaling:

Kommune kan med fordel tilbyde kurser i håndtering af kronisk sygdom – herunder mental sundhed

Sundhedscenter Aalborg er langt med denne anbefaling. Sundhedscentret har kurser i "lær at leve med kronisk sygdom" og "lær at tackle kroniske smerter". Kurserne varetages af erfarne patienter. Det vurderes, at der for nuværende ikke er behov for yderligere tilbud.

Sundhedsstyrelsens anbefaling:

Kommunen informerer løbende borgerne om indsatser til fremme af mental sundhed, diverse rådgivningstjenester og nationale informationsindsatser til afstigmatisering. (diverse informationsaktiviteter)

Sundhedscenter Aalborg varetager diverse kampagne- og informationsaktiviteter – også relateret til mental sundhed. Til brug for dette benyttes bl.a. facebook, display i busser og hjemmeside.

Der er potentiale og gode muligheder for udvidelse af denne indsats. Curtin University i Australien har som en af de eneste i verden udviklet og implementeret et program (act-belong-commit), som handler om at understøtte og fremme arbejdet i organisationer, foreninger mv. i lokalsamfundet med henblik på at tilbyde flere aktiviteter, der fremmer mental sundhed, og sikre, at borgerne har let adgang til information om mental sundhed og om aktiviteterne, der tilbydes i lokalsamfundet. Det australske koncept er forskningsbaseret og resultater fra evalueringer viser bl.a., at konceptet virker i forhold til at øge borgernes bevidsthed om, hvad de selv kan gøre for at holde sig mentalt sunde, reducere stigmatisering overfor psykisk sygdom, opmuntre borgerne til at engagere sig i aktiviteter og etablere effektive og bæredygtige partnerskaber. Statens Institut for folkesundhed har indgået et samarbejde med det australske universitet og er i gang med at invitere samarbejdspartnere ind i et samarbejde om at afprøve konceptet i en dansk kontekst. København og Frederiksbergs kommuner er pt. med i samarbejdet.

Indsatsen er målrettet den almene befolkning og har to primære dimensioner:

1. At øge folks viden om mental sundhed og psykisk sygdom, samt opfordre til deltagelse i mentalt sundhedsfremmende aktiviteter.
2. At etablere partnerskaber med og støtte organisationer, der tilbyder mentalt sundhedsfremmende indsatser for at promovere deltagelse i deres aktiviteter.

Formålet er at forsimple forståelsen af mental sundhed bl.a. ved at give borgene konkrete ideer til, hvad den enkelte kan gøre - samtidig med, at organisationer, klubber, foreninger mv. støttes til at få borgere til at deltage og lave aktiviteter, som styrker deltagernes mental sundhed. Metoden kaldes ABC-modellen og består af tre budskaber til borgerne:

- **ACT. Gør noget aktivt** – hold dig mentalt, fysisk, socialt og spirituelt aktiv: Gå en tur, sig goddag til folk, læs en bog, løs kryds og tværs, dans, løb, spil kort...(Studier viser, at mennesker som holder sig psykisk, mentalt, spirituelt og socialt aktive har et højere niveau af mental sundhed)
- **BELONG. Gør noget sammen med andre** – dyrk dit netværk: vær en del af en gruppe, meld dig fx ind i en forening eller en bogklub, løb sammen med andre, tag på et madlavningskursus... (Studier viser, at følelsen af at "høre til" er fundamentalt for mental sundhed. Mental sundhed og evnen til at overkomme dagligdagens udfordringer stiger med stigende sociale interaktioner)
- **COMMIT. Gør noget meningsfuldt** – find et formål, hjælp en nabo, lær noget nyt, sæt dig selv en udfordring, sæt dig et mål...(Studier viser, at engagement i aktiviteter, som er meningsfulde og som bidrager til at give livet mening, påvirker den mentale sundhed. Det giver selvværd og velbefindende at sætte sig og opnå store og små mål og udfordringer.) (*From rhetoric to action: Adapting the Act-Belong- Commit Mental Health Promotion Programme to at Danish context, v. Koushede m.fl, International Journal of Mental Health Promotion, 2014*).

Det anbefales, at forvaltningen indgår i et samarbejde med Statens Institut for folkesundhed og arbejder med konceptets to dele. Konkret betyder det:

- At Aalborg Kommune får adgang til et forskningsbaseret kommunikationsprogram direkte målrettet forskellige borgergrupper. Kommunikationen kan bruges på digitale platforme, flyers, postkort, plakater i byen, display i busserne, til events mv.
- At Sundheds- og Kulturforvaltningen får et koncept, hvor forvaltningen med en forskningsbaseret tilgang kan strukturere arbejde med mental sundhed i forvaltningens kultur og fritids arbejde. Konkret betyder denne del, at forvaltningen skal indgå en række partnerskaber med foreninger, diverse kulturtilbud, organisationer mv. om uddannelse af ABC-ambassadører. Ambassadørerne som skal opmuntre til fokus på mental sundhed og inspirerer til nye aktiviteter. Denne del af konceptet vil også være i tråd med Sundhedspolitikens pejlemærke om Sundhed – et fælles ansvar, som handler om at løfte sundhedsopgaven i samarbejde med civilsamfundet.

Forvaltningen anbefaler, at der indgås i **Act-Belong-Commit projektet** sammen med Statens Institut for Folkesundhed.

Estimeret ressourceforbrug ca. 2 mio. kr. i perioden 2015-2017.

Sundhedsstyrelsens anbefaling:

Mental sundhed integreres i kommunens øvrige sundhedsindsatser

Forvaltningen er langt med denne anbefaling. Hele indsatsen i boligområderne og tilbud til kronikere på Sundhedscentret er et godt eksempel på, hvordan vores sundhedsindsatser også har fokus på at styrke sociale netværk og handlekompetencer. Samtidig er det en indsats i sundhedspolitikken, at vi vil integrere forvaltningens kulturelle tilbud i Sundhedscentrets rehabiliteringstilbud. I forhold til unge arbejder Sund Ung Teamet i høj grad med elevernes trivsel. Forvaltningens sundhedsindsats i bolig-områderne udvides i løbet af 2015 med tilbud om "Livsstilscafeer". Det vurderes derfor, at der for nuværende ikke er behov for yderligere indsatser.

Sundhedsstyrelsens anbefaling:

Udsatte børn og unge integreres i almindelige fritidsaktiviteter (sport, musik mv.)

Anbefalingen handler om, at udsatte børn skal integreres i almindelige fritidsaktiviteter. Formålet med dette er at give udsatte børn mulighed for at skabe nye sociale relationer og øget livskvalitet. Sundhedsstyrelsen foreslår, at kommunerne kan samarbejde med frivillige organisationer og fx etablere kompetenceudvikling og fritidsvejledning – evt. kombineret med muligheder for økonomisk støtte til børnene og til aktiviteter. Det er en indsats i sundhedspolitikken, at foreningerne skal støttes, så de i højere grad kan rumme særlige målgrupper. Som før skrevet har forvaltningen en lang række aktiviteter indenfor fritid, kultur og biblioteksområdet som i sig selv bidrager til borgernes fællesskab, kompetenceudvikling mv. Sundhedsstyrelsen anbefaler altså, at kommunen benytter disse muligheder til at sikre, at udsatte børn og unge også får mulighed for at opleve det fællesskab og sociale liv, som disse aktiviteter tilbyder.

Forvaltningen anbefaler, at der igangsættes aktiviteter, der understøtter, at **udsatte børn og unge i højere grad integreres i fritidsaktiviteter.**

Estimeret ressourceforbrug ca. 600.000 kr. i perioden 2015-2017.

Sundhedsstyrelsens anbefaling:

Kursus i håndtering af langvarig stressbelastning, angst og depression

Anbefalingen handler om, at borgere der er på vej til at udvikle langvarig stressbelastning, angst og /eller depression kan tilbydes kursus i håndtering af disse tilstande. Sundhedsstyrelsen anbefaler bl.a. "lær at leve med"-koncepterne (*Konceptet er et kursus, som styres af frivillige, der selv har haft sygdommen inde på livet*). Sundhedscentret tilbyder et kursus i "lær at leve med angst og depression". Kurset gennemføres af frivillige instruktører, som selv har erfaringer med angst og depression. Kurset afvikles ca. 2 gange om året.

Med den stigende gruppe af borgere med mentale helbredsproblemer er der potentiale i en udvidelse af tilbudsviften til borgere med oplevet eller symptomer på stress. Flere kommuner har i forbindelse med deres sundhedstilbud udbudt et kursus for borgere med stress. Københavns Kommune åbner januar 2015 stressklinikker på kommunens fem forebyggelsescentre. Kommunen ansætter psykologer til at udbyde kurser til stressramte. Konceptet er udviklet af Neurobiologisk Forskningsenhed på Rigshospitalet. Århus Kommune har ligeledes tilbud til borgere med diagnosticeret stress eller depression. Pt. har borgere med stress i Aalborg Kommune mulighed for samtalerapi hos egen læge eller mulighed for konsultationer ved privat praktiserende psykolog. Arbejdsmedicinsk klinik ved Region Nordjylland tilbyder ikke behandling for stress eller gruppeforløb.

En udvidelse af tilbudsviften på Sundhedscentret til også at omfatte tilbud til borgere med stress vil bringe Aalborg Kommune langt med implementering af denne anbefaling. Samtidig vil psykologiske kompetencer i forvaltningen give muligheder for at sætte ekstra fokus på mental sundhed hos de borgere, som benytter Sundhedscentrets andre sundhedstilbud.

I Aalborg Kommune svarer ca. 34.400 borgere (20,4 %) over 16 år, at de har et højt stressniveau. Blandt de borgere, der har et højt stressniveau, er der også en højere andel, der ryger dagligt, der er fysisk inaktive og som oftere overskrider Sundhedsstyrelsen genstandsgrænser for alkohol. Dette viser, at der er et potentiale i at placere et "stresstilbud" i Sundheds- og Kulturforvaltningen, da forvaltningen har adgang til både unge og voksne gennem sundhedstilbuddene. Driften af et "stresstilbud" vil kræve tæt samarbejde med øvrige aktører – eksempelvis beskæftigelsesområdet, arbejdsmedicinsk klinik mv. Psykologiske kompetencer i forvaltningen vil åbne muligheden for et decideret "Center for mental sundhed", hvor disse kompetencer også bruges til andre tilbud.

*Forvaltningen anbefaler, at der etableres et **Center for mental sundhed** under Sundhedscenter Aalborg.*

Estimeret ressourceforbrug ca. 2 - 2.5 mio. kr. årligt.

Det anbefales, at centret består af tre tilbudsvifter:

Stressklinik	Psykologsamtaler	Undervisning/supervision
Tilbud om gruppeforløb til borgere med oplevet stress - herunder indgår fysisk aktivitet, rygestop mv.	Tilbud om psykologsamtaler til borgere, som benytter Sundhedscentrets borgere-rettede og patientrettede tilbud og som har mentale sundhedsproblematikker.	Supervision og undervisning til Sundhedspersonale vedrørende borgernes mentale helbredsproblematikker

Sundhedsstyrelsens anbefaling:

Opsporing af mistrivsel blandt ældre (forebyggende hjemmebesøg).

De forebyggende medarbejdere i Sundhedscenter Aalborg arbejder målrettet på opsporing af mistrivsel hos ældre. Alle de borgere, som får et forebyggende hjemmebesøg får lavet en funktionsvurdering, som vedrører den ældres sociale liv, netværk, ensomhed eller risiko for ensomhed. Medarbejderne vejleder den ældre i forhold til de muligheder, der er i nærområdet (aktivitetscentre, kirker, frivillige mv.) og tilbyder at lave aftaler med evt. aktivitetscentret. Ved mistanke om mere alvorlige mentale problemer som evt. depression opfordres den ældre til at opsøge egen læge. Samtidig samarbejder de forebyggende medarbejdere med boligforeningerne og de medarbejdere fra Sundhedscentret, som arbejder særligt i udsatte boligområder. Det vurderes, at Sundheds- og Kulturforvaltningen er langt med implementering af denne anbefaling, og at der på nuværende tidspunkt ikke er behov for yderligere indsatser.

Ad 3 - Kommunale indsatser til borgere, der har en psykisk sygdom

Det er Regionens ansvar at undersøge, diagnosticere og behandle psykiske sygdomme, men kommunen vil have ansvar for at give hjælp og støtte til at håndtere eventuelle sociale problemer og/eller funktionsnedsættelser. Ældre- og Handicapforvaltningen varetager denne opgave gennem forskellige tilbud i Fagcenter for socialpsykiatri. (*Botilbud, bostøtte, dag- og beskæftigelsestilbud, opsøgende støtte og akuttilbud*).

Indsatser for borgere med psykiske lidelser kræver samarbejde med bl.a. Psykiatrien i Region Nordjylland. Dette samarbejde er reguleret i Sundhedsaftalen 2015-2018. Region Nordjylland har sammen med de nordjyske kommuner aftalt en række fælles indsatser, som omhandler borgere med psykiske lidelser.

På baggrund af økonomiaftalen for 2015 har forvaltningerne aftalt en fælles indsats for borgere, der er diagnosticeret med en psykisk lidelse. Dette arbejde pågår og forventes afsluttet i 2. kvartal 2015, hvor Sundheds- og Kulturudvalget får sagen til behandling.



Opsamling

I det ovenstående er begrebet mental sundhed gennemgået med det formål at identificere kommunens samlede opgaver og Sundheds- og Kulturforvaltningens potentialer for at igangsætte flere indsatser til fremme af mental sundhed. Forvaltningen forslår tre nye indsatser, som vil styrke borgernes mulighed for mental sundhed:

- Forvaltningen indgår i Act-Belong-Commit projektet sammen med Statens Institut for Folkesundhed
- Der igangsættes aktiviteter, der understøtter, at udsatte børn og unge i højere grad integreres i foreningslivet og kulturtilbuddene.
- Der etableres et Center for Mental Sundhed under Sundhedscenter Aalborg.

Alle forslagene er udarbejdet med baggrund og inspiration fra Sundhedsstyrelsens anbefalinger fra forebyggelsespakken på Mental sundhed.

Økonomi

Forslagene til nye indsatser vil blive beskrevet og fremlagt til politisk godkendelse enkeltvis. Nedenstående er en overordnet estimering af udgifterne.

	2015	2016	2017
ABC- projekt <ul style="list-style-type: none">• Projektkoordinator• Tilmelding SIF program• Materiale mv.	600.000	700.000	700.000
Udsatte børn og unge i fritids- og kulturtilbud <ul style="list-style-type: none">• Kompetenceudvikling• Fritidsvejledning	100.000	200.000	200.000
Center for mental sundhed <ul style="list-style-type: none">• To psykologer• Sekretærbistand• Lokaler• Diverse materiale	1 mio. kr.	2.5 mio. kr.	2.5 mio.kr.
I alt	1.7 mio. kr.	3.4 mio. kr.	3.4 mio. kr.





Sundheds- og Kulturforvaltningen

Rantzausgade 4
9000 Aalborg

Februar 2015