

Sundhed kan også starte med en kop kaffe

Når det handler om at omsætte myndighedernes anbefalinger til den sunde livsførelse til en konkret hverdag, kan en nabo med hjertet på det rette sted, en kollega eller måske en ildsjæl fra en af de lokale foreninger spille en vigtig rolle. *Af Astrid Krag og Peter Holm Vilstrup*

I årevis har vi opbygget og udbygget vores velfærdssamfund efter en model, som sigter på, at alle borgere, uanset indkomst, har mulighed for at leve et godt og langt liv. Hvor man kan forsørge sin familie, få en uddannelse og har adgang til gratis behandling hos lægen og på sygehuset, hvis man bliver syg.

Alligevel er der en voksende social ulighed i det, der er dyrebart for os alle: Nemlig selve livet – altså hvor mange gode, sunde leveår fri for sygdom og smerte, vi får, før vi skal herfra. For mænd er der nu 10 års forskel i leveår mellem de danskere, der har de korteste og de længste uddannelser. For kvinder er tallet seks år. En både urimelig og uacceptabel forskel mellem mennesker og stort set en fordobling på de sidste 25 år. Det går altså tilmed den forkerte vej. I takt med, at de store generationer går ind i seniortilværelsen, bliver der stadig flere ældre danskere og dermed et stigende antal danskere, der er i risiko for at udvikle kroniske sygdomme som for eksempel sukkersyge. De mennesker skal vi sikre fortsat kan leve gode liv på trods af den kroniske sygdom, og

det kommer til at sætte vores sundhedsvæsen under pres. Hvis vi skal lykkes med at håndtere det – samtidig med at vi modvirker uligheden i sundhed – er der god grund til at gentænke og udvide vores forståelse af sundhedspolitikken.

Borgernes ressourcer og hverdag skal i centrum for udviklingen af den offentlige velfærd. For uanset om man ser på buschaufføren, der kører børnene til skolen, eller direktøren, hvis børn tager bussen i skole, så er de fælles om ønsket om et langt liv frit for sygdom. Og netop dette almenmenneskelige ønske – den drivkraft der ligger i det – skal være vores udgangspunkt.

“

VI SKAL BLIVE BEDRE TIL AT IND-TÆNKE OG GØRE AKTIVT BRUG AF DE MANGE RESSOURCER, DER FINDES I ALLE LOKALSAMFUND – UANSET OM DET SÅ ER GENTOFTE ELLER GELLERUP.

Ny forebyggelsespolitik

Mange borgere, der motionerer for lidt eller ryger og drikker lidt for meget, har et ønske om at leve et sundere liv. Men det kan være svært at bryde de usunde vaner. Kampagner for rygestop, færre genstande, sund kost og 60 minutters daglig motion har virket i den forstand, at danskerne godt ved, hvad de ”burde gøre”. For eksempel har de fleste rygere et ønske om at holde op. Men vi er ikke lykkedes med at føre en forebyggelsespolitik, som giver alle borgere redskaberne til at overføre myndighedernes gode råd til dagligdagen. Når det på den måde handler om at omsætte myndighedernes anbefa-

linger til den sunde livsførelse til en konkret hverdag, kan en nabo med hjertet på det rette sted, en kollega eller måske en ildsjæl fra en af de lokale foreninger spille en vigtig rolle. De ressourcer, der findes i alle lokalsamfund i kraft af det, vi hver især har at byde ind med, og kendskabet til hinandens liv og dagligdag, er et unikt udgangspunkt for at støtte den enkelte i at sætte handling bag ønsket om et sundere, bedre liv. Ja, ofte kan en kop kaffe og en snak med et medmenneske være det, der sætter skub i den enkelte og sår kimen til troen på, at det kan lade sig gøre. Vi ved, at det er svært at ændre vaner og lægge "plejer" om – men vi ved også, at det ikke er umuligt. Muligt bliver det, når man rykker sig sammen med andre mennesker, der hvor man har sine sociale relationer. Derfor skal en ny forebyggelsespolitik tage afsæt i de fællesskaber, danskerne har i deres hverdag.

Det handler ikke om, at kommunerne skal bede borgerne gå og 'stikke til' hinandens dårlige vaner. Tværtimod. For hvis målet er at gøre alle borgere – også dem, der for eksempel ikke er lykkedes med at kvitte smørgerne endnu, men som gerne vil – til piloter i deres egne liv, så er svaret at styrke de netværk og de fællesskaber, borgerne er en del af, og udruste dem med konkrete værktøjer. Skal det lykkes forudsætter det et tæt samarbejde mellem civilsamfundet og myndighederne.

Robuste lokalsamfund

Derfor skal vi støtte udviklingen af robuste lokalsamfund. Som et led i at opfylde den ambition sætter vi gang i et projekt, der skal udvikle et "Netværk af Fællesskabsagenter". Fællesskabsagenterne skal være med til at styrke de personlige ressourcer hos mere eller mindre udsatte borgere ved at give dem adgang til de ressourcer, som allerede findes omkring dem. Vi skal blive bedre til



ASTRID KRAG

Astrid Krag (SF) er sundheds- og forebyggelsesminister



PETER HOLM VILSTRUP

Peter Holm Vilstrup er formand for Sund By Netværket

at indtænke og gøre aktivt brug af de mange ressourcer, der findes i alle lokalsamfund – uanset om det så er Gentofte eller Gellerup.

Et godt eksempel på den type forebyggelsesarbejde oplevede Sund By Netværket på et lokalcenter i et af Nordeuropas største sociale boligområder i Manchester. Her mødte vi en enlig mor til tre. Før hun begyndte at komme i lokalcentret, oplevede hun ensomhed og kom sjældent ud af sin lejlighed. Det påvirkede både hendes egen og børnenes trivsel og sundhed. Men så fik frivillige på lokalcentret hende i gang som frivillig. I begyndelsen skulle hun hjælpe med at lave kaffe og dække bord, mens der skete en gradvis udvikling af hendes kompetencer gennem både større ansvar og uddannelse. Et års tid senere var hun uddannet som "Community Health Champion" og skal nu starte på sygeplejeskolen – til gavn og glæde for hende selv, hendes børn – og det lokalsamfund, der oprindeligt rakte hende den hjælpende hånd.

Styrket samarbejde

For at styrke samarbejdet med de frivillige organisationer gik fire ministerier og en række frivillige foreninger for nylig sammen om at forny charteret for samarbejdet mellem den frivillige verden og det offentlige. Resultatet sikrer gode rammer for blandt andet at kunne udvikle partnerskaber baseret på gensidig forståelse. Det offentlige og det frivillige Danmark er hver især gode til meget, men sammen kan vi endnu mere.

Det er i forlængelse af de tanker, vi ser mulighed for en større grad af lokalt samarbejde. "Netværk for Fællesskabsagenter" skal bidrage til, at kommuner og lokale borgere samarbejder om at skabe nærmiljøer, hvor der tages ansvar for hinanden, og hvor den enkelte får mulighed for at bidrage med det, man kan. Det er borgernes ressourcer og idéer, der

er omdrejningspunktet, mens kommunen lader sig inspirere af gode eksempler og understøtter aktiviteter. Borgerne, de frivillige organisationer og det offentlige må gerne udfordre hinanden. I fællesskab kan vi udvikle og finde bedre løsninger på velfærdssamfundets opgaver. Vi håber derfor også, at kommunerne bakker aktivt op om projektet, så vi kan få tilføjet forebyggelsesarbejdet i Danmark en yderligere dimension, der tager udgangspunkt i nærmiljøet – i hverdagen, der hvor livet leves. Jo mere vi kan støtte borgerne i at tage medansvar for hinanden, og jo flere fællesskabsagenter vi får på banen, jo mere vi kan gøre ved den voksende ulighed i sundhed. På bundlinjen er gevinsten klar og tydelig: Flere gode leveår fri for de begrænsninger, sygdom giver. ■

I forbindelse med projektet vil Sund By Netværket – via finansiering fra Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse – samle 20 kommuner til arbejdet med samskabelse og aktivt medborgerskab som middel til fremme af lighed i sundhed. Invitationen til deltagelse i projektet er i dag udsendt til landets kommuner.