



## Bilag 3

### Indsatser og fokusområdet i Center for Mental Sundhed

I Center for Mental Sundhed varetages en række gruppebaserede og individuelle indsatser til fremme af den mentale sundhed i København. Centret er på årsbasis ansvarligt for:

#### Nuværende indsatser:

##### Voksne:

- Individuelle forløb for 300 ældre i psykisk mistrivsel
- Gruppeforløb for 1040 københavnere med stress
- Gruppeforløb for 190 københavnere med let/moderat angst
- Gruppeforløb for 240 københavnere med let/moderat depression

##### Unge:

- Gruppeforløb for 216 unge med let/moderat angst
- Gruppeforløb for 190 unge med let/moderat depression

#### Nye tiltag:

Centret er i gang med at implementere og udvikle følgende nye indsatser:

- Individuelle forløb for 300 ældre i psykisk mistrivsel
- Stepped-care model
- Sorgstøtte til børn og unge, der lever i familier med alvorlig sygdom og/eller har mistet en nær pårørende
- Webinarer
- Terapihave

#### Potentielle nye fokusområder:

- My way
- Selvskade blandt unge
- Kronisk sygdom og psykisk mistrivsel
- Kultur- og naturterapi for borgere med anden etnisk baggrund og borgere uden for arbejdsmarkedet /uddannelse

#### Resultater:

De første evalueringsresultater på stressforløbene viser en stigning i effekten af centrets forløb (blandt de deltagere, der har udfyldt før- og eftermålingen).

12. juni 2020

Sagsnummer  
2020-0076195

Dokumentnummer  
2020-0076195-5

Center for Sundhed og  
Forebyggelse  
Center for Mental Sundhed -  
Kbh  
Mimersgade 41  
2200 København N

EAN-nummer  
5798009280077

***Evalueringen fra 2018:***

Evalueringen af forløbene fra 2018 viser, at 87 % af deltagerne oplever et fald i deres stressniveau, 68 % oplever forbedret søvn og 64 % af de deltagere, som havde symptomer på depression ved forløbets start, havde ingen symptomer på depression ved forløbets afslutning

***Evalueringen fra 2020:***

91 % af borgerne oplever et fald i PSS fra screening til forløbets afslutning. Det gælder også både for 2018-19 data og for det samlede datasæt for alle årene.

76 % af de deltagere, som havde depressionssymptomer ved screening, havde ingen depressionssymptomer ved forløbets afslutning. Det gælder både data for 2018/2019 og hvis vi ser på data for 2016-2019. Søvn data er ikke opgjort.