



Til Cecilia Lonning-Skovgaard, MB

19. april 2018

**Besvarelse af spørgsmål fra Cecilia Lonning-Skovgaard (V)
vedrørende Københavns Kommunes stressklinikker**

Sagsnr.
2018-0110009

Dokumentnr.
2018-0110009-4

Sagsbehandler
Jane Sørensen

Beskæftigelses- og Integrationsborgmester, Cecilia Lonning-Skovgaard, har i e-mail den 11.04.2018 stillet spørgsmål til Sundheds- og Omsorgsforvaltningen vedrørende kursus for stressramte "Åben og Rolig".

Spørgsmål

1. *Hvad indeholder Københavns Kommunes tilbud til stressramte, kaldet "Åben og Rolig"? Tilbyder Københavns Kommune andre forløb til stressramte borgere?*
2. *Hvem kan tilmelde sig tilbuddet "Åben og rolig"?*
3. *Hvordan er tilbuddet finansieret og hvor meget bidrager Københavns Kommune med pr. år?*
4. *Hvor mange deltagere er der årligt på kurset? Og i hvor høj grad er kurserne besat?*
5. *Har SUF kendskab til effekten af tilbuddet?*

Svar

Ad 1) Københavns Kommunes Stressklinikker udbyder kurset 'Åben og Rolig' som et gruppeforløb til stressramte københavnere. Psykologer underviser på kurserne, og der er 14-15 deltagere på et hold. Kurset strækker sig over 9 uger, og gruppen mødes én gang om ugen i 3 timer. I 'Åben og Rolig' er den primære metode meditation kombineret med dialog samt kognitive og kropslige øvelser. Deltagerne tilbydes endvidere to individuelle samtaler som en del af kurset.

Som en videreudvikling af 'Åben og Rolig'- kurset er stressklinikkerne lige nu ved at pilotafprøve et stressforløb kun for mænd, der foregår i naturen. Forløbet er baseret på grundmodellen i 'Åben og Rolig'. Som noget nyt tilbyder stressklinikkerne også individuelle samtaleforløb til et mindre antal sårbare borgere med komplekse problemer ud over stress, og der er planer om at udvikle et gruppeforløb til denne målgruppe.

I forbindelse med overførselssagen 2018 er der endvidere blevet bevilget midler til at udvikle et online 'Åben og Rolig' stresskursus til unge og voksne.

**Afdeling for Strategisk
Folkesundhed**

Sjællandsgade 40, Bygning H, 3. sal
2200 København N

EAN nummer
5798009290359

Telefontid
kl. 11.00 – 12.00

Københavns Kommune tilbyder udover Stressklinikernes forløb også psykologhjælp til psykisk sårbare unge på ungdomsuddannelserne eller unge henvist fra Jobcenter København – Ungecenteret (JKU), sundhedsforløb for ledige med et kombineret fokus på krop og psyke i Sundhedshuset i Vanløse samt støtte til sygemeldte med stress, angst eller depression i forskningsprojektet IBBIS¹ i et samarbejde mellem Hovedstadens Psykiatri og Beskæftigelses- og Integrationsforvaltningen.

Ad 2) Henvisning til stressklinikkerne foregår primært igennem egen læge. Forud for et forløb i Stressklinikkerne indkaldes borgeren til en visitationssamtale, hvor psykologen sammen med borgeren vurderer, om et stressforløb er det rette tilbud.

I 2017 indgik stressklinikkerne et samarbejde med Jobcenter København – Arbejdsmarkedscenteret (AMC) og i 2018 med Jobcenter København – Center for Arbejdsfastholdelse (JKA) om henvisning af hhv. sygemeldte ledige og sygemeldte fra job til stressklinikkerne.

Ad 3) Stressklinikkerne har i år et samlet budget på knap 12,5 mio. kr. til at køre 'Åben og Rolig' kurser, som er finansieret af Københavns Kommune gennem varige og tidsbegrænsede budgetmidler samt midler fra intern omprioritering i Sundheds- og Omsorgsforvaltningen.

Ad 4) Det forventes, at ca. 1.180 københavnere kommer til at deltage i et stressforløb i stressklinikkerne i år, og at ca. 200 af disse borgere bliver henvist af jobcentrene. Kapaciteten udnyttes fuldt ud og der er på nuværende tidspunkt ca. 2-3 måneders ventetid. Ventetiden gælder ikke for borgere henvist fra Beskæftigelses- og Integrationsforvaltningen.

Ad 5) 'Åben og Rolig' er et videnskabeligt udviklet og dokumenteret stressforløb. Metoden er baseret på meditationstyperne Relaxation Response samt Mindfulness, som er undersøgt gennem fire årtier ved diverse forskningscentre i USA. 'Åben og Rolig' er udviklet i et forskningssamarbejde mellem Rigshospitalet, Harvard Universitet og andre danske eksperter.

Derudover er stresskurset blevet evalueret grundigt hvert år siden implementeringen i Københavns Kommune i 2015, og resultaterne viser signifikante forbedringer for deltagerne i forhold til deres stress- og depressionssymptomer samt søvnkvalitet både umiddelbart efter deres deltagelse i forløbet og 6-12 måneder efter. Undersøgelser af

¹ 'Integreret Behandlings- og Beskæftigelsesindsats til Sygedagpengemodtagere med depression, angst, tilpasningsreaktion, udbrændthed og stress'

deltagernes beskæftigelsesstatus før og efter deltagelse på stressforløbet viser også positive tendenser.

Den seneste evaluering kan findes her

(<https://www.kk.dk/indhold/sundheds-og-omsorgsudvalgets-modemateriale/27042017/edoc-agenda/d71f7865-b425-4559-88db-568234f55859/a7ace5ca-2071-4d91-8f42-63d59f063088>). Sundheds- og Omsorgsudvalget bliver orienteret om den næste evaluering i maj i år.

Katja Kayser

Katrine Schjønning