

norliv

Foreningen for kunder
i Nordea Liv & Pension

Delstrategi for fremme af mental sundhed 2017 – 2020

Besluttet på repræsentantskabsmødet d. 16. november 2016

Indholdsfortegnelse

Delstrategi for fremme af mental sundhed 2017-2020

Norlivs strategi for fremme af mental sundhed.....	2
Indledning.....	2
Norlivs strategi for fremme af mental sundhed.....	4
Fremme af mental sundhed	5
Indsatser	6
Pulje til konkrete projekter.....	6
Analyse og dokumentation.....	6
Neutral formidling og debatskabende indsatser om mental sundhed	6
Typer af aktiviteter	7
Governance	7
Måling og evaluering	7
Kommunikation	8
Implementering af strategi.....	8

Norlivs strategi for fremme af mental sundhed

Indledning

Mental sundhed udgør en af hjørnestenene i et godt liv og er væsentligt gennem hele livet. Derfor ønsker Norliv at iværksætte forebyggende initiativer for at fremme den mentale sundhed og skabe et mentalt overskud og handlekraft hos den enkelte og i fællesskaber.

Mental sundhed defineres som en tilstand af trivsel, hvor individet kan udfolde sine evner, kan håndtere dagligdagsudfordringer samt indgå i et fællesskab med andre mennesker.

Danskerne bliver mere og mere udfordrede på deres mentale sundhed. Ligeledes bliver virksomhederne og samfundet mere end nogensinde før belastede af mental sygdom og følgevirkningerne. Samfundet diskuterer med god grund, hvad der skal til for at håndtere disse udfordringer på en måde, der passer til et moderne samfund.

Sygdomsudviklingen i Danmark er et sigende udtryk for den udfordring, vi står over for. I 1995 besøgte 12.099 danskere de psykiatriske akutmodtagelser, og i 2015 er tallet steget til 33.333 personer. Aldrig har så mange danskere søgt akut psykiatrisk lægehjælp, og mentale sygdomme udgør i Danmark den største sygdomsbyrde med 25 pct. af den samlede byrde efter WHO's målinger – og overgår dermed kræft (17 pct.) og kredsløbssygdomme (15 pct.)¹.

Samtidig er andelen af danskere, som har oplevet stress, firedoblet mellem 1989 og 2013². I dag har knap én ud af fire voksne danskere oplevet alvorlig stress, og når en forælder går ned med stress, kan det ramme livskvaliteten i hele familien i årevis. For grupper på kanten af arbejdsmarkedet kan det betyde, at de aldrig får rigtigt fat, og for de +50 årige kan alvorlig stress betyde afslutningen på en ellers positiv karriere.

Stress koster samfundet otte milliarder kroner årligt i sygedagpenge og medfører 35.000 sygemeldinger hver dag.³ Herudover kæmper danskerne for at undgå – og leve med – f.eks. depression, angst, følger af fysisk sygdom og ulykker eller demens, hvilket kan skabe en meget voldsom belastning for den enkelte. Mentale ubalancer og helbredsproblemer kan medføre, at det enkelte menneske ikke kan arbejde, fungere i familien eller i andre sociale sammenhænge. Derudover kan mental sygdom have en stor økonomisk betydning for den enkelte.

For virksomheder betyder mental ubalance, at de må undvære medarbejdere og ledere i længere perioder. Mentale sygdomme er således årsag til 50 pct. af alle langtidssygemeldinger, hvilket også gør mental sygdom til en økonomisk belastning for virksomhederne.

De samlede direkte og indirekte samfundsmæssige omkostninger ved mental sygdom er estimeret til 55 milliarder kroner årligt i Danmark. På globalt plan udgør mental sygdom ligeledes den væsentligste sygdomsbyrde.

¹ Psykiatrifonden. Tal til psyken 2015.

² Statens Institut for Folkesundhed. Den Nationale sundhedsprofil 2015.

³ Det Danske Institut for stress. Stress i tal.

Det kan dermed godt betale sig at gøre noget forebyggende i forhold til mental sundhed, og ny forskning viser, at 1 krone investeret i at bekæmpe mentale sygdomme kommer tilbage 2-4 gange⁴.

Ved at fokusere på at fremme mental sundhed ønsker Norliv dermed at bidrage til at forbedre trivsel til gavn for det enkelte menneske, virksomhedernes produktivitet og velfærdssamfundets effektivitet.

Norliv 2016

⁴ Lancet Psychiatry 2016. Scaling-up treatment.

Norlivs strategi for fremme af mental sundhed

Norliv arbejder overordnet for at skabe størst mulig værdi ved forebyggende indsatser for at fremme den mentale sundhed i Danmark. Figur 1 viser de forskellige strategiske positioner, Norliv kan vælge for at opnå dette.

Figur 1: Fonde og foreningers strategiske positioner



Norlivs strategiske position befinder sig mellem den delvise strateg og den refleksive strateg. Dette kendetegnes ved, at Norliv vil anvende en klar strategi i sit arbejde samt vil sætte mål, som er veldefinerede og bliver udmøntet i projekterne. Endvidere orienterer Norliv sig mod omverdenen og træffer beslutninger om uddelinger ud fra en analyse af omverdenens behov og Norlivs strategiske mål. Der skal derfor være en tydelig sammenhæng mellem anvendelse af Norlivs midler og målopfyldelsen. Det er dog vigtigt, at der er plads til at tage projekter ind, som ligger uden for strategien, hvis en god mulighed viser sig.

Norliv har fokus på at bidrage til at fremme den mentale sundhed for borgere i Danmark, herunder medlemmerne. Målet er:

- at fremme den mentale sundhed via forebyggende indsatser og
- at skabe mentalt overskud og handlekraft hos den enkelte og i fællesskaber

og dermed hjælpe borgere og medlemmer til at forblive mentalt sunde og friske gennem hele livet.

Målet skal nås ved på én gang at styrke samfundets og arbejdspladsernes svar på de fælles udfordringer, og samtidig ved at hjælpe den enkelte til at stå imod følger af ulykker, sygdom og livskriser samt modvirke stress, depression, angst og ensomhed.

Fremme af mental sundhed

Norliv arbejder inden for området *fremme af mental sundhed for erhvervsaktive og ældre*. Det moderne liv kan være krævende og indviklet, og i løbet af de seneste generationer er familielivet og de nære relationer blevet mindre stabile og forudsigelige. Arbejdslivet stiller større og stadigt skiftende krav, som tidligere generationer ikke kendte. Vi bombarderes fra alle sider med informationer, katastrofer og risici, som vi ikke bare kan ignorere.

Området er i dag præget af væsentlige samfundsudfordringer med mangel på anvendelsesorienteret forskning, konkrete værktøjer og kun få og, for det meste, umodne aktører. Der er ingen samlende og drivende kraft inden for området.

Tre centrale og sammenhængende samfundstendenser belyser behovet for et øget fokus på at fremme mental sundhed.

Den første samfundstendens er det stigende pres i arbejdslivet. Gennem de senere år er der sket en forskydning i den måde, arbejdslivet belaster os på. Bevægelsen går hastigt væk fra en fysisk nedslidning og i retning mod det mentale felt. Dette sker samtidigt med, at der skal holdes fokus og arbejdes koncentreret med fordybningskrævende opgaver og kreative udfordringer.

Den anden samfundstendens er, at arbejds- og fritidsliv smelter sammen. Begreber som arbejdstid, kontortid og arbejdsplads har således ikke længere noget fast indhold for mange, men er blevet langt mere flydende, og man er potentielt altid "på". Dette skaber fleksibilitet og frihed for den enkelte og formentlig effektivitet for arbejdspladsen. Dog skaber det også udfordringer i forhold til at finde en balance mellem, hvornår man arbejder, og hvornår man holder fri og laver andre ting. For mange opleves det allestedsnærværende arbejde som et stigende pres.

Endvidere forhøjes pensionsalderen løbende på grund af forlænget levetid og behovet for større udbud af arbejdskraft. Vi skal derfor holde os mentalt friske i flere år end tidligere for at kunne klare et til tider hektisk arbejdsliv. Denne udvikling forventes at fortsætte de næste mange år.

Den tredje væsentlige samfundstendens viser sig, når arbejdslivet slutter, og pensionisttilværelsen indtræder. Der er et stigende behov for, at den enkelte kan vedligeholde den mentale friskhed og udsætte aldersbetinget intellektuelt forfald for at opretholde livskvaliteten og være mindre afhængig af udefrakommende hjælp og senere medicinsk behandling.

Selvom disse udfordringer er et udtryk for gennemgående samfundstendenser, rammer de naturligvis ikke alle mennesker på samme måde – endsige lige alvorligt. Desuden har vi mennesker vidt forskellige muligheder for at håndtere udfordringerne i praksis. Personlige forudsætninger og ressourcer er afgørende, lige såvel som de omstændigheder, som tilværelsen byder os.

Der er derfor tale om udfordringer, der på én gang skal håndteres på samfundsplan, i det nære liv og på det helt personlige plan. I samfundet må myndigheder, civilsamfundet og arbejdspladser arbejde sammen om at udvikle bedre rammer. De nære sammenhænge blandt kolleger, naboer og dem, der er tættest på, skal tænkes ind i forebyggelsen. Samtidig har vi brug for nogle bedre svar på de individuelle udfordringer, vi møder gennem voksenlivet.

Danmark mangler en samlende og drivende kraft, der kan give et svar på, hvordan man løser de voksende udfordringer, som truer danske borgeres, herunder medlemmernes, mentale sundhed, navnlig med hensyn til forebyggelsen. Norliv vil være denne samlende og drivende kraft gennem sit arbejde med at fremme mental sundhed.

Mange indsatser omkring mental sundhed for erhvervsaktive og ældre fokuserer i dag på at behandle dem, der går ned med depression, angst eller andre mentale sygdomme. Norliv vil supplere disse indsatser ved at være en stærk stemme i den proaktive og forebyggende indsats. Det drejer sig dels om indretningen af dagligdagens rammer i og uden for arbejdslivet, og dels drejer det sig om det, den enkelte selv kan gøre for at øge sin mentale sundhed. Løsningen ligger i at undersøge, udvikle og kommunikere veldokumenterede værktøjer og rammer, som kan anvendes af den enkelte og af virksomhederne.

På de næste sider præsenteres Norlivs arbejdsområder, der retter sig mod at fremme forebyggende mental sundhed for de erhvervsaktive og ældre.

Indsatser

Norliv vil gennemføre tre indsatser for at fremme den mentale sundhed blandt erhvervsaktive og ældre.

Pulje til konkrete projekter

Udbuddet af værktøjer til at fremme den mentale sundhed for erhvervsaktive og ældre er af meget svingende kvalitet. Samtidigt er behovet for konkret hjælp stærkt stigende.

Norliv afsætter en pulje, som enkeltpersoner og organisationer kan søge med henblik på at fremme den mentale sundhed for den enkelte og i fællesskaber.

Analyse og dokumentation

Der er en udbredt mangel på anvendelsesorienteret forskning og værktøjer på området. Der er derfor et behov for at analysere og dokumentere, hvilke værktøjer og indsatser, der virker inden for mental sundhed.

Norliv vil gennemføre analyser, som peger på konkrete effektfulde værktøjer og indsatser, samt indgå samarbejde med forskere og andre med henblik på at udvikle og dokumentere effekten af de forskellige indsatser for og værktøjer til at fremme den mentale sundhed over tid.

Neutral formidling og debatskabende indsatser om mental sundhed

Der er et behov for at sætte mental sundhed på samfundets dagsorden og dermed skabe en stærkere udvikling på området. Dette kunne ske gennem en årlig national konference og løbende analyser. Der er et ligeledes stort behov hos det enkelte menneske og virksomhed for en klar og neutral formidling af viden og værktøjer til at fremme den mentale sundhed.

Norliv vil styrke en troværdig formidling om løsninger til at fremme mental sundhed hos den enkelte og i samfundet. Endvidere vil Norliv sætte mental sundhed på den samfundsmæssige dagsorden og dermed formidle kernebudskaber om mental sundhed til alle borgere.

Typer af aktiviteter

Norliv arbejder med forebyggende initiativer for at fremme mental sundhed. På projektniveau vil Norliv arbejde med tre typer af aktiviteter.

Donationer	Norliv kan yde støtte til projekter typisk efter ansøgning. Donationer giver stor fleksibilitet i uddelingerne.
Partnerskaber	Norliv kan indgå strategiske partnerskaber med organisationer. Partnerskaber skaber stor effekt i projekterne.
Signaturprojekter	Norliv kan selv tage initiativ til projekter, som de også selv driver. Signaturprojekter skaber stor synlighed for Norliv.

Norliv vil arbejde med flere typer af aktiviteter inden for området fremme af mental sundhed. Der er ikke besluttet en bestemt fordeling mellem aktivitetstyperne, idet behovene kan variere fra år til år.

Governance

Norlivs overordnede mål er at skabe størst mulig værdi ved at fremme den mentale sundhed.

For at sikre dette reviewer Norliv årligt sin strategi på et repræsentantskabsmøde.

I forbindelse med udmøntningen af strategien udarbejdes hvert år en handlingsplan, der godkendes af bestyrelsen. I handlingsplanen gøres der status over gennemførte aktiviteter, mens kommende aktiviteter fastlægges.

I forhold til behandlingen af forskningsansøgninger etableres en reviewproces med et ekspertudvalg eller lignende, der står for indstillinger af støtte til forskningsprojekter.

Repræsentantskabet fastlægger årligt den beløbsmæssige ramme for foreningens arbejde med forebyggende mental sundhed.

Bestyrelsen fastsætter de nærmere rammer for sekretariatets beslutningskompetencer, herunder vedr. økonomi.

Måling og evaluering

Norliv vil systematisk måle og evaluere sine projekter. Norliv ønsker at måle, om projekter bidrager til at fremme den mentale sundhed og/eller at skabe mentalt overskud og handlekraft hos den enkelte og i fællesskaber, og derved hjælpe borgere og medlemmer til at forblive mentalt sunde og friske gennem hele livet.

Både donationer, partnerskaber og signaturprojekter evalueres systematisk med henblik på at dokumentere projekternes effekt og synlighed. Evaluering er en integreret del af Norlivs arbejde med projekter, og der opsættes faste mål i starten af alle større projekter. Relevante resultater forelægges bestyrelsen og repræsentantskabet årligt.

Kommunikation

Norliv vil kommunikere åbent med det formål at skabe synlighed omkring projekterne og Norliv. Målet er at udbrede viden om de resultater, som Norliv skaber og dermed sikre en optimal effekt af resultaterne.

Kommunikation er et væsentligt element til at sikre, at mennesker kan forstå og handle på Norlivs anbefalinger og resultater omkring at fremme mental sundhed.

Kommunikation skal tænkes strategisk ind i alle projekter fra starten og offentligøres på alle relevante platforme. Norliv har derfor blandt andet målrettede aktiviteter over for pressen, som skal sikre en optimal omtale af Norlivs aktiviteter. Norliv opstiller retningslinjer for, hvem der kan udtale sig på Norlivs vegne.

Norliv vil være transparente i forhold til Norlivs økonomi, projekter, organisering og ledelse, arbejde og resultater, uddelingsområder samt kommunikation.

Implementering af strategi

Som nystartet forening – og ny spiller – vil implementeringen af strategien ske gradvist igennem forskellige aktiviteter

I opstarten kan Norliv først og fremmest fokusere på vidensopbygning om hvad der virker for at fremme den mentale sundhed, uddele donationer og forberede sine partnerskaber.

Senere vil der være fokus på at tilføje partnerskaber, men forsat også løbende donationer (blandt andet til mindre lokale projekter).

Der kan desuden tilføjes et signaturprojekt, der giver maksimal effekt og synlighed for Norliv.

De overordnede sigtelinjer for aktiviteterne er følgende:

Opstarten. Når foreningen har etableret en sekretariatsfunktion, der skal håndtere arbejdet med at fremme mental sundhed, skal der sættes gang i konkrete aktiviteter. Det skal ske:

- via indsamling af dokumentation for effekten af forskellige forebyggende indsatser for at fremme den mentale sundhed
- i form af etableringen af en pulje, der støtter projekter, udvikler og tester nye værktøjer til at fremme den mentale sundhed, og
- via en større konference, der kan sætte emnet og foreningens arbejde på dagsordenen.

For at sikre, at disse initiativer får en effekt, gennemføres først en række rundbordssamtaler med relevante aktører for at afdække de mest lovende indsatsområder og en kommunikationsindsats om foreningens arbejde og de typer af projekter, der kan søges støtte til.

Senere i forløbet. Her er fokus på at udforme og igangsætte de optimale partnerskaber og at etablere et samspil til gensidig fordel. Samtidigt udvikles kommunikationsindsatserne fra at handle om konkrete projekter til at inddrage det store perspektiv: Hvordan indgår donationer og partnerskaber i det generelle mål om at fremme den mentale sundhed? Desuden analyseres muligheder for at udvikle standarder for

forebyggelse, der er baseret på forskning. Sideløbende med dette opretholdes en lokalt orienteret donationsvirksomhed.

Der kan desuden etableres en samlet, drivende kraft for at fremme målsætningen – fx i form af et Råd for Fremme af Mental Sundhed (signaturprojekt) eller en tilsvarende konstruktion i samspil med centrale partnere og forskningsmæssig ekspertise. Samtidigt etableres en kommunikationsløsning med en bred gennemslagskraft, der skal sikre en strøm af lødlig, aktuel og efterspurgt information om metoder til at styrke den mentale sundhed i Danmark.

Indholdet i aktiviteterne konkretiseres årligt i en handlingsplan.