

# VIDSTE DU....? OM FYSISK SUNDHED

## Formål med øvelsen

Formålet med øvelsen er, at en gruppe af enten professionelle eller brugere og professionelle i en gruppesession igangsætter en dialog om den ulighed i sundhed, der findes i relation til somatisk sygdom, psykisk sygdom og sårbarhed.

Øvelsen kan desuden være med til at afklare, hvordan institutioner/organisationer kan arbejde med sundhedsfremme.

## Baggrund for øvelsen

Øvelsen skal medvirke til at skabe fælles viden og refleksion om risiko for somatisk sygdom i forbindelse med psykisk sårbarhed og/eller psykisk sygdom. For at italesætte forandring er det nødvendigt med relevant viden om og en fælles forståelse af en manglende opmærksomhed på somatisk sygdom, som både professionel og bruger kan møde i det somatiske sundhedsvæsen. Øvelsen kan danne grundlag for, at man som professionel i en institution eller organisation kan begynde på eller arbejde videre med fremme af brugeres sundhed. Øvelsen kan også være et grundlag for den indledende dialog om brugeres sundhed i en gruppesession og muligheder for at arbejde med sundhedsfremme på det strukturelle område i organisationen, fx med politikudvikling. I en sådan gruppesession er det centralt, at der er tid nok til, at den professionelle inddrager og anerkender brugerens viden og erfaringer på lige fod med egen viden og erfaring.



## TRIN FOR TRIN

1. Præsenter formålet med øvelsen: at tale om den ulighed i sundhed, der findes i relation til somatisk sygdom, psykisk sygdom og sårbarhed.
2. Læg faktakortene ud på bordet (udelad evt. et par kort).
3. Præsenter faktakortene. Læs gerne et faktakort op ad gangen i plenum og tal om det.
  - a. **Har deltagerne umiddelbart spørgsmål til, hvad kortet fortæller? Drøft hvad det, der står på kortet, betyder.**
  - b. **Har deltagerne erfaringer i tilknytning til kortet, som de vil fortælle om?**
4. Spørg åbent ind til, hvad deltagerne tænker om denne viden.
5. Arbejd i dybden med 2-3 kort, som deltagerne vælger. Prioriter rækkefølgen af kort, som I vil arbejde med, og tag først de kort, som skaber mest energi, og hvor der er størst ønske om forandring/handling.
6. Tal herefter om, hvordan man som organisation, gruppe af professionelle og/eller som brugere og professionelle sammen i højere grad kan arbejde aktivt for at nedbringe risiko for og understøtte brugernes opsporing og behandling af fysisk sygdom:
  - a. **Hvad ville kunne hjælpe brugerne – fx med at nedbringe risiko for fysisk sygdom?**
  - b. **Hvordan kunne dette arrangeres?**
  - c. **Prioriter eventuelle tiltag sammen med brugerne.**
7. Reflekter over, om I har fået talt om somatisk sygdom, om hvad der kan gøres og hvordan. Denne viden kan evt. videreføres til arbejdet med de resterende værktøjer.