

# Årsskrift 2025

Social  
Sundhed





Udgiver: Social Sundhed  
Udgivelse: April 2026  
Layout: Mille Petersen

På forsidebilledet:  
Maya Karva  
Iris Frendved

[info@socialsundhed.org](mailto:info@socialsundhed.org)  
[www.socialsundhed.org](http://www.socialsundhed.org)

- 4 Forord
- 6 Social ulighed i tal
- 8 Her kan du få støtte og følgeskab
- 11 Social Sundhed i tal
- 12 Økonomi
- 14 Alle har ret til en at følges med
- 19 Socialt ansvar i praksis
- 21 Når nogen går med, bliver vejen ind i  
fællesskabet lettere
- 25 Genlær
- 26 Hvad med følgeskab til jobcenteret?



# CIVILSAMFUNDET SPILLER EN AFGØRENDE ROLLE

Statsministeren sagde i sin nytårstale, at nok skal alle ikke være ens, men Danmark er for lille til store forskelle. Også når det gælder sundhed. I et land med stigende ulighed i sundhed, kunne vi i Social Sundhed ikke være mere enige.

I Social Sundhed er vi glade for ambitionerne og ønsket om at gøre op med den stigende ulighed. Og for forståelsen af, at det er nødvendigt at samarbejde med civilsamfundet.

Det er ikke nok, at døren til velfærdssystemet står åben. For mennesker i en sårbar position skal der ofte mere til.

Derfor er I som brobyggere i Social Sundhed helt afgørende, når I tager et stort socialt ansvar som studerende eller erfarne sundhedsprofessionelle og sikrer støtte og følgeskab og jeres egen faglige udvikling.

Tak til alle jer, der har bidraget til arbejdet for at øge den sociale lighed i sundhed. Tak til alle brobyggere, alumner, samarbejdspartnere, medarbejdere og til alle jer, der er medlemmer eller har givet en donation.

Alle har ret til én at følges med.



Kristina Louise Bliksted  
Direktør og stifter



**Mennesker der lever med psykisk sygdom oplever i høj grad negativ forskelsbehandling hos lægen og jobcenteret**

Kilde: Videbech NM, Valentin JB, Knudsen SV, et al, 2025; Behandlingsrådet 2023

**Kortere uddannelse giver betydeligt højere risiko for at have to eller flere kroniske sygdomme.**

Kilde: Pallesen AVJ, Mierau JO, Christensen FK, Mortensen LH., 2024

**Op mod hver 5. dansker har svært ved at forstå og handle på information givet af lægen**

Kilde: Bo A, Friis K, Osborne RH et al. 2014

## **SOCIAL ULIGHED I TAL**

Social ulighed i sundhed handler om systematiske forskelle i sygdom, livskvalitet og leveår mellem forskellige grupper i befolkningen. Det ses både i sygelighed, adgang til behandling og i, hvor længe man lever. Uligheden har store omkostninger for det enkelte menneske, pårørende og for samfundet.

**Andelen af mennesker der oplever at være nedtrykt, deprimeret eller ulykkelig er over dobbelt så høj blandt mennesker med mellemøstlig eller nordafrikansk baggrund sammenlignet med mennesker med dansk baggrund**

Kilde: Sundhedsstyrelsen, 2023

**Lægernes socioøkonomiske baggrund har betydning for den behandling, som patienter modtager - og det kan mærkes på mortaliteten**

Kilde: Sundhedsstyrelsen, 2022

**6 ud af 10 danskere, der har kontakt til psykiatrien, har også kontakt til det øvrige sundhedsvæsen**

Kilde: Danske Regioner, 2025

**Mennesker i udsatte positioner dør op mod 17 år tidligere end gennemsnittet**

Kilde: Rådet for Socialt Udsatte, 2022

# HER KAN DU FÅ STØTTE OG FØLGESKAB



**Hovedstaden:** København, Frederiksberg og Brøndby

**Sjælland:** Køge, Slagelse og Nykøbing Falster

**Syd:** Odense, Svendborg og Fredericia

**Sydvest:** Esbjerg

**Aarhus:** Aarhus

**Midt:** Randers, Norddjurs og Viborg

**Nord:** Aalborg, Hjørring og Thisted



Social Sundhed bestod i 2025 af 17 afdelinger og heraf syv hovedsæder fordelt over alle landets regioner. Hovedsæderne Sjælland og Sydvest er etableret i 2025 med placering i Køge og Esbjerg. I starten af 2026 etableres lokalafdelinger i henholdsvis Holbæk, Roskilde og i Mariagerfjord.



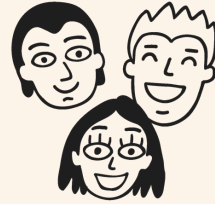
**1428**



personer har fået  
støtte og følgeskab

**+450**

brobyggere



**3244**

gennemførte  
brobygninger



**15.233**

rådgivningstimer



Der åbnede i løbet af året fem nye  
lokale rådgivningstelefoner. Alle  
telefonerne har åbnet alle hverdage  
fra kl. 8-15:30



**12.976 timers**  
frivilligt arbejde

I gennemsnit tager hver brobygning 4 timer for den  
frivillige brobygger. Derudover lægges ca. 2 timer  
for rådgiveren i indledende kontakt, planlægning  
og briefing samt debriefing af brobygger.

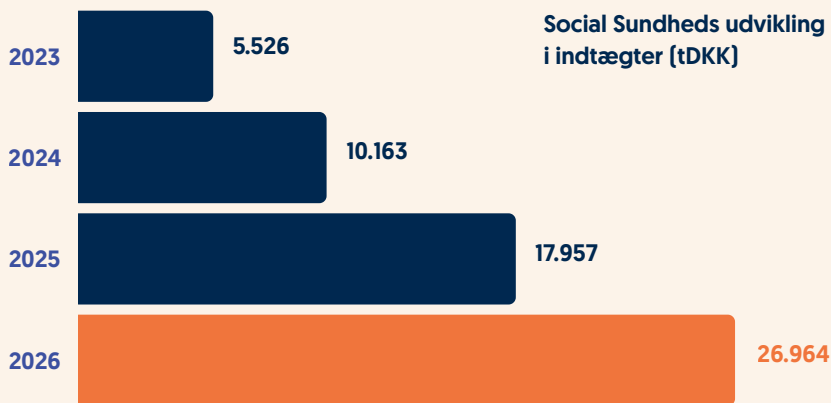
**+ 29** årsværk

## SOCIAL SUNDHED I TAL

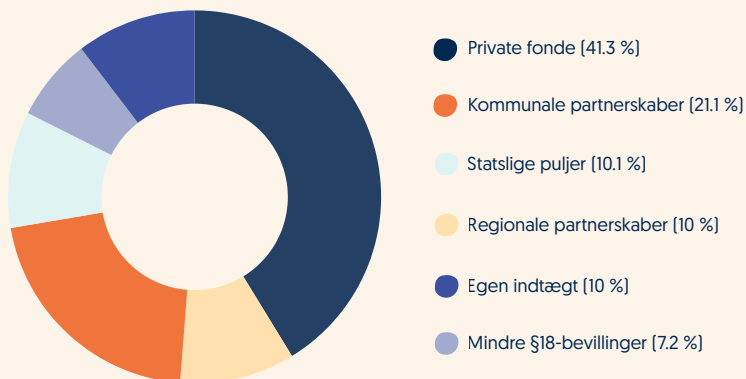
En ny beregningsmodel. I 2025 har vi opdateret vores metode til opgørelse af brobygninger for at sikre en mere præcis registrering af vores indsats. Tallene kan derfor ikke direkte sammenlignes med tidligere år.

# ØKONOMI

## INDTÆGTER

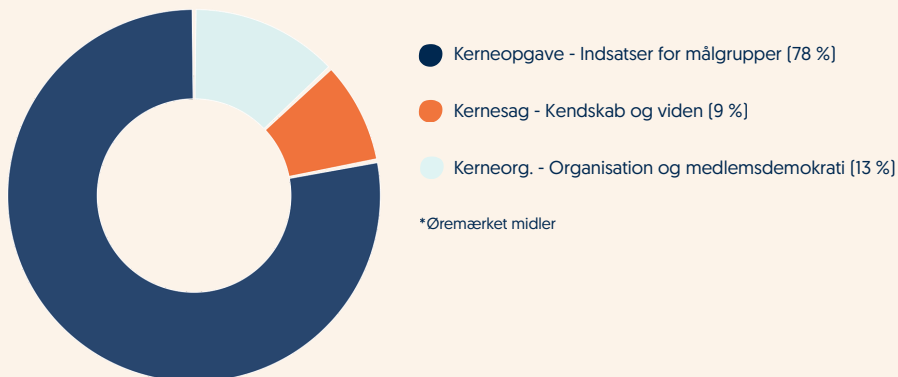


### Indtægter fordelt på kategorier i 2025



# OMKOSTNINGER

## Omkostninger fordelt på formål i 2025\*



### Kerneopgave – Indsatser for målgrupperne

Social Sundhed arbejder for at støtte og styrke det enkelte menneske på både kort og langt sigt. Det sker via rådgivning, brobygning og støtte til forløb samt gennem uddannelses- og kompetenceudviklingsaktiviteter, herunder supervision og sociale og faglige fællesskaber. Formålet omfatter alle aktiviteter, der direkte bidrager til organisationens formål om at øge den sociale lighed i sundhed for den enkelte.

### Kernesagen - Kendskab og viden

Social Sundhed arbejder ikke kun med mennesker, men også for dem. Det gør vi ved at styrke kendskab, viden og rammevilkår på området gennem oplysning, dokumentation og politisk interessevaretagelse. Formålet omfatter blandt andet samarbejde med relevante aktører, analyse- og forskningsaktiviteter samt formidling af viden og vores erfaringer med henblik på at skabe strukturelle forbedringer og øget faglig kvalitet og politisk opmærksomhed på den sociale ulighed i sundhed.

### Kerneorganisationen - Organisation og medlemsdemokrati

Social Sundhed er en medlemsbaseret og demokratisk forening, der arbejder for at sikre en bæredygtig og professionel drift. Formålet omfatter medlemsaktiviteter, medlemsindflydelse og kommunikation samt afholdelse af generalforsamling, årsmøde og bestyrelsesarbejde. Herudover indgår udvikling og administration som understøtter organisationens samlede virke og formål.

Find Social Sundheds samlede årsregnskab på [www.socialsundhed.org](http://www.socialsundhed.org)

# ALLE HAR RET TIL ÉN AT FØLGES MED

I foråret 2025 lancerede Social Sundhed sin første medlems- og donationskampagne. Den satte fokus på, at ingen bør stå alene i mødet med systemet.

Når vi rammes af sygdom, gør det en verden til forskel at have én ved sin side.

At have en at støtte sig op af gør det nemmere at komme ud ad døren. Det hjælper én til at få fortalt, hvordan man har det. Og er et ekstra sæt ører til at lytte og huske, hvad der bliver sagt.

Det skaber tryghed.

Derfor bør alle have ret til én at følges med.





☺☺ Når jeg skal et sted hen, hvor jeg ikke har været før, bliver jeg usikker, forvirret og ramt af angst. Det hele ramler. Jeg er så glad for, at jeg nu har en at følges med



☺☺ Jeg føler, der bliver lyttet mere på mig, når jeg har en med til en aftale. Når jeg er alene, oplever jeg ikke altid at blive taget alvorligt.



*Udover alt støtten, så er bare det, at jeg ikke skal tænke over alt det praktiske, en kæmpe stor hjælp for mig*

Kampagnen bestod af en kampagnefilm og portrætserie med fire mennesker: Jeanette, Janus, Denice og Maya. De har alle oplevet at stå alene i mødet med velfærdssystemet, og har fået følgeskab og støtte af brobyggere i Social Sundhed.



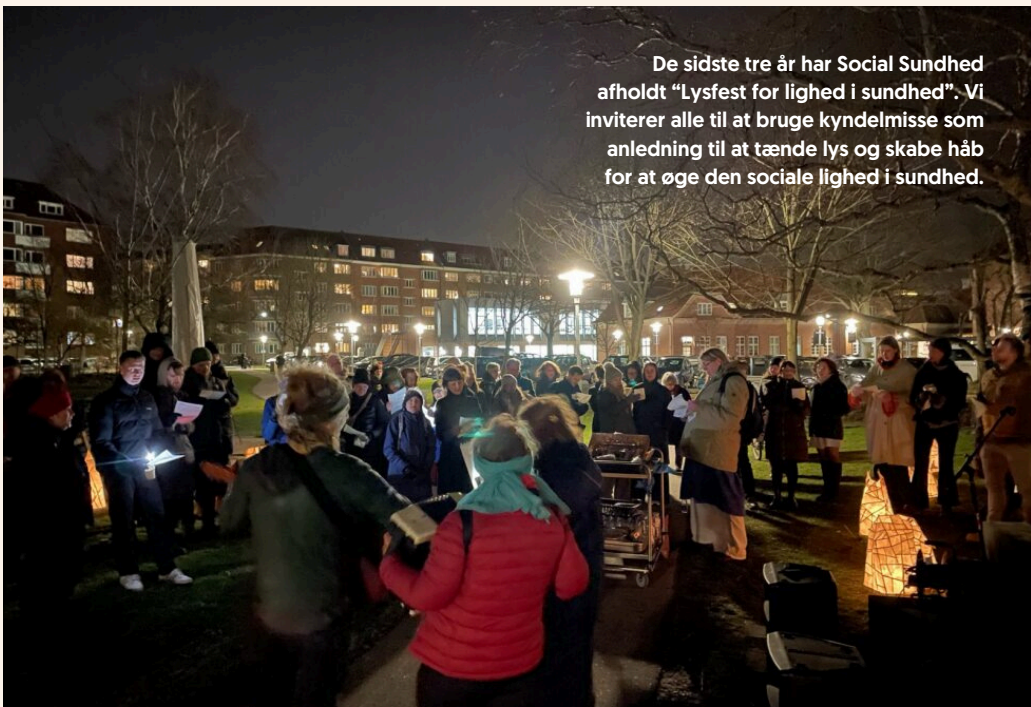
*Det er en kæmpe hjælp, når der står nogen klar til at modtage en og lytte efter en svær samtale.*



Social Sundhed og Kristina Louise Bliksted deltog på årets Folkemøde. Bl.a. til arrangementet "Danmarks Vildeste Løsninger", hvor Social Sundhed i bedste løvens hule-stil vandt som bedste løsning af dommerne Tommy Ahlers, Lea Wermelin (S) og Sine Egede Eskesen.  
Foto: Operate, Niklas Adrian Vindelev



De sidste tre år har Social Sundhed afholdt "Lysfest for lighed i sundhed". Vi inviterer alle til at bruge kyndelmisse som anledning til at tænde lys og skabe håb for at øge den sociale lighed i sundhed.



# SOCIALT ANSVAR I PRAKSIS

Hver dag tager brobyggere i Social Sundhed afsted, følges med og skaber tryghed for et andet menneske. Til aftalen ved egen læge, på vej ind til en svær samtale på hospitalet, i opstarten af en ny aktivitet som stolegymnastik eller basketball eller i mødet med et nyt fællesskab.

## Brobyggere tager ansvar

Social Sundhed har to ligestillede målgrupper: alle mennesker, der står sårbart eller udsat i mødet med velfærdssamfundet, og fremtidens medarbejdere i velfærdssamfundet. Når sundheds- og socialfaglige studerende, sammen med erfarne sundhedsprofessionelle, giver følgeskab og støtte i mødet med systemet, så lærer de noget, de ikke kan læse sig til i lærebøgerne. De får et helt unikt indblik i, hvordan social ulighed i sundhed kan komme til udtryk, og hvilken betydning det har for mødet med systemet. I 2025 blev det til over 12.976 timers frivilligt arbejde, der giver vigtig indsigt og nødvendige kompetencer, hvis vi som samfund skal lykkes med at øge den sociale lighed i sundhed [Sundhedsstyrelsen, 2022].

## Vi udvikler os hele tiden

Social ulighed i sundhed handler også om geografisk ulighed i sundhed. Social Sundheds vision er at sikre social lighed i sundhed i hele Danmark. Derfor arbejder vi hele tiden på at udvide indsatsen, så endnu flere i Danmark, som oplever, at mødet med velfærdssamfundet og fællesskaber er svært, får mulighed for ikke at stå alene. I 2025 udvidede vi antallet af lokalafdelinger og var til stede 17 steder på

tværs af landet. Samtidig så Social Sundheds nye program, Socialbrobygning, dagens lys som pilotprojekt i samarbejde med Aarhus Kommune.

Som organisation tager vi ansvar ved løbende at opkvalificere os og blive klogere på, hvordan vi bedst understøtter brobygningen; for den enkelte, som får følgeskab og for brobyggeren.

## Principper for den gode rådgivning

I Social Sundhed arbejder vi hele tiden med at styrke vores kerneopgave. I 2025 formulerede vi syv "principper for den gode rådgivning", som danner rammen om Social Sundheds rådgivning. I år blev Social Sundheds rådgivning akkrediteret gennem RådgivningsDanmark, et kvalitetsstempel på, at vores rådgivning og støtte er af høj kvalitet på tværs af landet.

### Uddrag fra "Principper for den gode rådgivning"

"3: Vi lytter, spejler og skaber ro og retning i samtalen. Sammen afkoder vi behov og lægger en fælles plan"

"5: Ingen kan ringe forkert (...) Vi arbejder i forlængelse af det universelle velfærdssystem, så måske er vores bedste hjælp at brobygge videre til andre tilbud"

"7: Vi er et uvisiteret tilbud. Hvis du føler, at du har behov for hjælp, så har du ret til hjælp"

Læs alle principper og generelt om rådgivningen:  
<https://socialsundhed.org/raadgivning/>



Brobyggerne Ida, Glenn og Frey i Aarhus inviterede til julefrokost for mange af de mennesker, som har fået følgeskab og støtte i Aarhus. Julefrokosten blev til med midler fra GENLYDs julepulje.



Social Sundheds årlige medarbejderseminar, hvor fokus i år var på ledelse. Projektledelse, det personlige lederskab og frivilligledelse. Undervisningen varetog Supervision Danmark i smukke omgivelser ved Spejdercenter Sletten.

# NÅR NOGEN GÅR MED, BLIVER VEJEN IND I FÆLLESSKABET LETTERE

Sundhed skabes ikke kun i mødet med lægen, og lighed i sundhed handler ikke kun om fraværet af sygdom. Det skabes også i fællesskaber, i bevægelse, i relationer og i følelsen af at høre til.

Derfor fylder snakken om sociale henvisninger mere og mere i sundhedsdebatten i disse år. I Social Sundhed arbejder vi konkret med, hvordan vi med følgeskab og støtte kan sikre vejen til fællesskaber, som kan begynde mange steder.

Når man har én at følges med, der lytter, hjælper med praktikken og skaber tryghed undervejs, bliver det langt lettere at tage de første skridt ind i et nyt fællesskab. Om det er ned til den lokale fodboldbane, krea-værksted eller et andet socialt mødested.

## Brobygning på tværs

Social Sundhed arbejder med brobygning på tværs af sektorer, mellem sundhedsvæsenet, kommunale tilbud og civilsamfundets tilbud.

|| *Lighed i sundhed handler ikke kun om fraværet af sygdom*




I Social Sundhed følges vi hver dag med mennesker, der lever med angst, manglende netværk, mistrivsel, økonomiske udfordringer og flere samtidige sygdomme. Nogle står i en overgang fra behandling tilbage til hverdagslivet. Andre lever med social udsathed eller går helt under radaren i systemet. Alt sammen barrierer i mødet med velfærds-systemet, men i høj grad også i mødet med fællesskaber.

Her kan følgeskabet være en afgørende forskel.

"Må jeg bare drømme," spurgte en ung person, da de sammen med vores rådgiver, Solveig, talte om ønsket om at blive en del af et nyt fællesskab.

Dét er der netop plads til i Social Sundhed, når vores rådgivere og brobyggere hjælper med at finde de trædesten, der gør det muligt at deltage i nye fællesskaber.

Det gør vi blandt andet i Odense og Svendborg med støtte fra VELUX FONDEN, hvor vi i samarbejde med Psykiatrien i Region

A photograph of two women in a gymnasium. On the left, an older woman with grey hair tied back in a ponytail, wearing a light green t-shirt and black leggings with a white chevron pattern, is seen from the back. On the right, a younger woman with long reddish-brown hair, wearing a blue long-sleeved athletic top and black leggings, is smiling and high-fiving the older woman. The background shows a wooden gym floor, a basketball hoop, and a brick wall.

Foreningsbrobygning er tilgængeligt i Aalborg, Aarhus, Odense, Svendborg og København. I 2026 bliver det også muligt i Roskilde, hvor Social Sundhed har indgået et stort samarbejde på tværs af Social Sundheds tre programmer: sundheds-, forenings- og socialbrobygning

Sociale henvisninger (også kaldet social prescribing) er en metode, hvor sundhedsprofessionelle kan henvise patienter til sociale aktiviteter eller fællesskaber i lokalsamfundet.

Sociale henvisninger er allerede en integreret del af sundhedsstrukturen i blandt andet England (NHS) og Andalusien, og metoden er i stigende grad på vej frem i flere europæiske lande.

Syddanmark støtter og hjælper unge i sårbare positioner med at finde vej ind til foreningsliv, aktiviteter og nye fællesskaber.

I København har Social Sundhed indgået samarbejde med Flexklinikken på Bispebjerg Hospital og organisationen OMBOLD. Formålet er at støtte mennesker, som benytter Flexklinikken, i at deltage i fysiske aktiviteter og blive en del af et fællesskab. Tilbuddet om brobygning til fællesskaber og foreningsliv gælder også andre med adresse i Københavns Kommune, bl.a. mennesker, som er tilknyttet Center for Rusmiddelbehandling og ældre mennesker, som bor på Amager og lever med ensomhed.

Brobygningen foregår også i kommunale samarbejder. I Aarhus siden 2020 og i Aalborg, hvor de praktiserende læger er en strategisk del af samarbejdet. I Roskilde er Social Sundhed fra 2026 en vigtig samarbejdspartner i kommunens arbejde med sociale henvisninger, hvor brobyggere

er med til at øge adgang til, deltagelse i og udbyttet af sundhedsvæsenet, velfærds-tilbud og lokale fællesskaber i Roskilde.

### **Bygger bro for mennesker og fællesskaber**

På mange måder arbejder Social Sundhed derfor allerede med at forløse sociale henvisningers potentiale, når vi bygger bro for mennesker i sårbare og udsatte positioner fra sundhedsvæsenet og ud i fællesskaber, der kan styrke både trivsel og sundhed.

Med tusindvis af brobygninger og samarbejder på tværs af sektorer har vi opbygget en praksis, hvor følgeskab og håndholdt støtte gør det muligt for mennesker reelt at få adgang til de muligheder og tilbud, der allerede findes.

Og erfaringerne er tydelige: Det er sjældent nok, at tilbuddene findes. Men når nogen går med, bliver vejen ind i fællesskaber langt mere tilgængelig.

*” Følgeskabet fra brobyggere i Social Sundhed er et vigtigt supplement til vores indsats ”Social Henvisning”, der gør det muligt at tilbyde borgere i sårbare positioner konkret støtte til mødet med sundhedstilbud, sociale og beskæftigelsesrettede indsatser og til aktiviteter i foreningslivet eller lokale fællesskaber.* ”

- Anne-Louise Bjerregaard, chefkonsulent, Roskilde Kommune

## Øvelse

Sæt jer sammen i små grupper

### Øvelse

Præsenter dig selv med dit eget pronomen.

Spørg en anden person ind til deres pronomen.

Forestil dig og skal præsentere en patient/borger/menneske med et andet pronomen.

# GEN LÆR

For velfærdsprofessionelle, ledere og beslutningstagere

GenLær står for gensidig læring, og er Social Sundheds kursustilbud til alle, der arbejder i og med velfærdssystemet, og som ønsker praksisnær efteruddannelse, kompetenceudvikling eller organisationsudvikling med ét mål for øje: at mindske den sociale ulighed i sundhed.

Social Sundheds undervisning styrker nuværende praksis og stiller skarp på, hvordan vi som fagpersoner og system i højere grad kan møde mennesker på måder, der styrker muligheden for at forstå, navigere og handle i velfærdssystemet.

I 2025 har vi bl.a. afholdt kurser undervist i i LGBT+ venlig praksis sammen med LGBT+huset og i samarbejde med Præhospitalet Region Midtjylland stået for undervisningen af de sundhedsfaglige visitatorer på alarmcentralen i social udsathed, ulighed i sundhed og handlemuligheder.

Læs mere om GenLær på [socialsundhed.org/kursus-til-sundhedsprofessionelle/](https://socialsundhed.org/kursus-til-sundhedsprofessionelle/)

## EKSEMPEL PÅ GENLÆR-FORLØB

### LGBT+ VENLIG PRAKSIS I SUNDHEDSVÆSENET

Hvordan skaber vi et sundhedsvæsen, hvor flere føler sig mødt og anerkendt?

Sammen med LGBT+Huset Aarhus har vi udviklet og afholdt undervisningsforløb for både sundhedsprofessionelle og studerende, blandt andet på AUH og VIA.

Undervisningen styrker fagpersoners forståelse for, hvordan normer, sprog og strukturer påvirker LGBT+-personers møde med sundhedsvæsenet – og giver konkrete redskaber til at handle mere inkluderende i praksis.

En deltager formulerede det sådan: *“Jeg er ikke lige så berøringsangst længere. Det gav mig sprog og perspektiver, jeg ikke selv havde tænkt på – og konkrete værktøjer, jeg kan bruge i mødet med patienter.”*

Det er netop dét, vores undervisning kan: skabe refleksion, give et sprog og gøre det lettere at handle i en kompleks virkelighed.

” *Social ulighed findes i alle dele af velfærdssamfundet*

”

## HVAD MED FØLGESKAB TIL JOBCENTRET?

Social ulighed opstår ikke kun i mødet med sundhedsvæsenet. Det findes i alle dele af velfærdssamfundet. Af samme grund hedder vi Social Sundhed.

Gennem mange års arbejde har vi i Social Sundhed set, hvordan mennesker, der oplever at stå sårbart i mødet med sundhedsvæsenet, ofte møder de samme barrierer i andre dele af systemet. Samtidig oplever vi en stor interesse blandt socialfaglige studerende, der har en oprigtig lyst og interesse for at få større indsigt i social ulighed. De efterspørg flere konkrete redskaber, de kan tage med videre i deres fremtidige arbejdsliv, der sikrer, at flere mennesker får reel gavn af velfærdssamfundets tilbud.

En aftale med jobcentret, et møde i socialforvaltningen eller en samtale med studievejlederen kan være en udfordring – særligt hvis man i forvejen lever et liv med sårbarhed tæt inde på livet. Her kan det gøre en stor forskel at have én at følges med.

Derfor er vi i Social Sundhed glade for, at vi i 2025 har fået mulighed for at starte: *Socialbrobygning*. I samarbejde med Aarhus Kommune har vi igangsat et pilotprojekt målrettet unge i alderen 18-30 år. Ambitionen er at udvide aldersgruppen og udbrede programmet på tværs af hele landet.

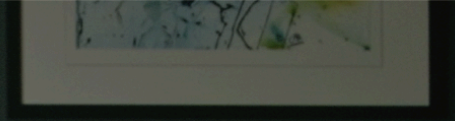
I Social Sundhed får vi mange henvendelser fra mennesker, der har brug for støtte til aftaler og møder, der ligger ud over det, som sundheds- og foreningsbrobygning hidtil har dækket.

Med brobyggere, der læser på social- og samfundsfaglige uddannelser, tilbyder vi derfor følgeskab dér, hvor hverdagen og livet udfolder sig, og som ofte har afgørende betydning for både trivsel og sundhed.

Socialbrobygning udvides i 2026, da Social Sundhed har indgået et samarbejde med Roskilde Kommune, som dækker alle tre programmer: sundheds-, forenings- og socialbrobygning.

En socialbrobygning kan f.eks være følgeskab til et møde på jobcenteret, hvor brobyggeren kan hjælpe med at finde vej, tage noter og støtte inde til samtalen og efterfølgende.





DECAMERON  
LARS LILHOLT



## VIL DU VÆRE MED TIL AT ØGE DEN SOCIALE LIGHED I SUNDHED?

Bliv medlem af Social Sundhed for 100 kr. eller giv en donation på:  
[socialsundhed.org/stoetnu/](https://socialsundhed.org/stoetnu/)





**Brobyggere, alumner, bestyrelses-  
medlemmer, medarbejdere og samarbejds-  
partnere til årsmøde og generalforsamling i  
Social Sundhed 2025**

2. oplag  
April 2026

**Redaktion**

Mille Petersen

**Fotografer**

Helene Hennings  
Frederik Lauridsen  
Niklas Adrian Vindelev



