

Temamøde den 14. november 2016 om udvikling af en ny sundhedspolitik

Ledelse, medarbejdere og repræsentanter fra Byrådet

Social- og Arbejdsmarkedsudvalget besluttede på udvalgsmødet den 20. september 2016 at igangsætte arbejdet med udviklingen af en ny sundhedspolitik. Samtidig blev det besluttet at invitere Byråd, ledelse, medarbejdere og samarbejdspartnere til en række temamøder med det formål at indhente synspunkter og forslag til temaer i en ny sundhedspolitik.

På temamødet den 14. november 2016 deltog repræsentanter fra Ringsted Kommunes CMU'ere, andre nøglemedarbejdere samt repræsentanter fra Byrådet. Temamødet indledtes med et fagligt oplæg i plenum, hvorefter der var mulighed for Walk'nTalk med Idébank. Derefter blev deltagerne delt op i grupper, som drøftede hvilke temaer, der kan være en del af den ny sundhedspolitik og hvorfor.

Nedenfor er opsamling fra tilkendegivelserne i grupperne samt Idébanken kategoriseret under følgende emner:

- Generelt om rammer og indhold i politikken
- Sundhedshus
- Risikofaktorerne og strukturel forebyggelse
- Byrummet og naturen
- Børn, Unge og Familien
- Ulighed i sundhed
- Arbejdsliv
- Kompetenceudvikling
- Tværfagligt samarbejde
- Samskabelse og partnerskaber
- Sundhedsinformation og markedsføring.

Samtlige emner (på nær "Generelt om rammer og indhold i politikken") er yderligere kategoriseret i forhold til, om de vedrører Sundhedspolitikens værdier/temaer eller målsætninger/strategi, jf. opbygningen af politikken.

Opsamling og kategorisering

Generelt om rammer og indhold i politikken

- Sundhedspolitikken skal formuleres i hovedoverskrifter/ emner
- Sundhed er mere end fravær af sygdom og KRAM
- Sundhed skal tænkes bedre ind i alle kommunens andre indsatser, så der bliver arbejdet målrettet med det i flere sammenhænge. Kunne fx være tænkt mere ind i forhold til Værdighedspuljen mv
- Udfordre sundhedsbegrebet
- Prioritere tiltag hvor der er evidens for effekt
- Arbejde med evidensbaserede indsatser
- Vigtigt at det ikke hele tiden bliver en løftet pegefinger, som det nemt gør med KRAM-faktorerne (du må ikke). Bedre at bruge positive virkemidler som fx nudging
- Der er tit for stort fokus på det, der ikke virker – der skal meget hellere være fokus på det der virker – det folk er gode til, og som skaber glæde. Naturvejleder? Har fx et arrangement, hvor alle mænd er inviteret, og hvor formålet er at finde ud af, hvad de har lyst til at deltage i
- Kommunale tilbud skal netop være tilbud
- Man skal hellere kigge på, hvad der skal til for at lykkes i livet og for, at man har det godt end at fokusere på det, man ikke må
- Vægtning af værdier
- Demokrati
- Skabe ejerskab for sundhed hos borgeren selv
- Tage udgangspunkt i borgeren

	<ul style="list-style-type: none"> - Indflydelse på eget liv - Ansvar - Anvende TRIV som begreber i sundhedspolitikken - T = Tilgængelighed – altså omgivelsernes betydning for sundheden. Herunder bygninger, veje, redskaber, haller osv R= Roller og Relationer – Altså hvordan det at skabe mulighed for sociale sammenhænge og opgaver for den enkelte og grupper fremmer sundheden I =Interesser – Det giver sig selv. At få skabt motivation og interesse for det sunde liv V= Vilje og Vane – som i hvad der motiverer mennesker og hvordan vi får skabt de gode vaner – evt. tidligt i livet, ifm. rygestop mv.
Sundhedshus	
Input til målsætninger og strategi	<ul style="list-style-type: none"> - Sundhedshus – én indgang for borgeren - Ét sted hvor man kan henvende sig - Samle mange tilbud under ét tag
Risikofaktorerne og strukturel forebyggelse	
Input til værdier og temaer	<ul style="list-style-type: none"> - Fokus på forebyggelse - Vi skal prioritere forebyggelse, det vil sige starte tidligere - Sundhedsfremme og forebyggelse har en betydning for, hvor mange borgere, der får brug for hjælp senere i livet - KRAM-faktorerne - Kommunen bør kigge mere på fysisk aktivitet - Strukturelle tiltag – fordi vi ved, det virker - Nudging fx trapper - Sundhed skal være nemt - Gøre det sunde valg det nemme valg

	<ul style="list-style-type: none"> - Gøre det nemt at bevæge sig - Tænke kreativt, så vi ikke kan lade være med at hoppe - Mental sundhed skal prioriteres - Vi kan gøre mere for den mentale sundhed. Også ved at bruge det vi har. Unge og ældre meget at tilbyde hinanden i forhold til eksempelvis digitalisering, viden om det samfund vi lever i og dets historie samt energi - Hvad kan vi gøre for at behandle/ forebygge stress? - Stress som fokusområdet – hvad gør vi nu? Kan vi styrke netværk og forebygge ensomhed? Hvad gør vi for/med borger der er i sorg/ krise? - Vi skal opstille mål sammen med borgeren og snakke om, hvad livskvalitet og sundhed er for den enkelte - Både unge og ældre bliver mere ensomme. De unge sidder hjemme foran skærmen
<p>Input til målsætninger og strategi</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Mindfulness - Yoga i naturen - Arbejde mere med stress for at forebygge langtidssygemeldinger - Når livet er svært – adgang til anonym rådgivning - Sociale fællesskaber som madklubber - Der findes en uddannelse, hvor man kan blive rustet til at yde psykisk førstehjælp, hvis man har været udsat for vold. Den skal udbredes til skole og børneområdet, Arbejdsmarkedscenteret etc., alle steder hvor man kan møde borgere, som kan være voldelige både fysisk og psykisk - Man kan brede mentorkorpset ud, så f.eks. stressramte også kan få en mentor - Have åbne tilbud for at forebygge stress/ dårlig mental sundhed - Arbejde mere med mobning og på at forebygge det - Når livet er svært – adgang til anonym rådgivning - PokemonGo (Fang borgmesteren) – udviklet til børn og unge i Ringsted. (De unge skal ud og bevæge sig)

	-
Byrummet og naturen	
Input til værdier og temaer	<ul style="list-style-type: none"> - Kommunens rammer for sundhed skal give mulighed for og tilgængelighed til fysisk aktivitet, skal give lyst til at komme ud og bevæge sig - Indrette bymiljøet til bevægelse - Medlemstallene falder i motionsklubberne. De to udendørs kunststofbaner bliver brugt flittigt og indbyder til uorganiseret fysisk aktivitet, hvor man kan træne, når man har tid/ lyst - Evidens for at selvtransport øger koncentrationen for skoleelever
Input til målsætninger og strategi	<ul style="list-style-type: none"> - Bruge naturen også i forhold til den mentale sundhed - Vi skal bruge det, vi har og styrke tilgængeligheden – eksempelvis oplevelsesstien, redskaber i Kaserneparkområdet, Kærhaveskov mv. - Fysisk aktivitet i naturen skal synliggøres, mange steder er allerede etableret, hvordan får vi flere til at benytte dem? Der findes allerede f.eks. Oplevelsesstien, Kærehave Skov og Allindelille Fredsskov samt motionsredskaber/ steder rundt omkring i kommunen. Men skal synliggøres meget mere, måske på hjemmesiden, så de ”popper op” på forsiden, eller i hvert fald er nemme at finde - Udbredelsen af fællesskaber, ældre fra Solbakken bliver kørt i bus til Kærehave Skov og bruger naturen til træning og mad over bål, en stor succes. Naturen skal også indrettes til kørestolsbrugere - Supercykelstier/ cykelmotorveje ved fornyelse af veje (særligt behov på Roskildevej) - Rekreativt fokus i forhold til at tilvejebringe muligheder for motion i byerne - nudging: <ul style="list-style-type: none"> ○ Cykelstier ○ Motionsredskaber ”for voksne” der gør motion til en leg – det skal være sjovt ○ Hinkeruder på fortovet

Børn, unge og familien

Input til værdier og temaer

- Familien som målgruppe
- Tidlig indsats i børnefamilierne
- Give forældre kompetencer
- Målrettede indsatser hos børnefamilier starter allerede i graviditeten
- Tilbud i graviditeten
- Tilbud til både far og mor, når de bliver forældre
- Forebyggelse – starte allerede i børnehaverne
- Hvordan får vi forældrene i tale – jf. Svendborg projektet for 0-3 årige
- Vi kan lade os inspirere af, hvad de har gjort i Svendborg Kommune på skoleområdet. Dobbelt idræt i skolerne
- Lad os skele til Svendborg, som har implementeret 3 dobbelte lektioners fysisk aktivitet om ugen for skoleelever. Som redskab til at forbedre læring og læseresultater
- Hvordan får vi børnene i gang? De skal bruge mindre tid foran skærmen og ud blandt andre, så de sociale kompetencer udvikles. Mere motion og bevægelse i skolen
- Tage fat i de unge der dropper sport og begynder med rygning og alkohol, når de bliver teenagere
- Fokus på at hjælpe børn ind i foreningslivet
- Der skal arbejdes forskelligt med målgrupperne i forhold til børn/ unge/ voksne/ ældre. Laves hold, hvor flere aldersgrupper kan være med. Hold som kører sideløbende, så forældrene f.eks. kan dyrke motion, imens børnene gør det. Og også hold, hvor familien dyrker motion sammen
- Det strukturelle, hvor vi har ansvar for børn og unge, skal vi tage en beslutning og stå ved den. Udfordringen er at få fat i dem, som er imod det strukturelle
- Relationer og gruppepåvirkning i negativ eller positiv retning kan have en stor betydning i

	<p>forhold til sundhed</p> <ul style="list-style-type: none"> - FORLØB – ikke bare events
Input til målsætninger og strategi	<ul style="list-style-type: none"> - Fysisk aktivitet i skolen: tre dobbeltlektioner med idræt/fysisk aktivitet i 0.-6-klasse og gerne i 7.-9. klasse. Yder en positiv påvirkning på: Fysisk sundhed, kognitive funktioner og læring, skaber kultur/adfærd ift. fysisk aktivitet gennem livet, skaber større social relation blandt dem, der er aktive sammen – større fællesskabsfølelse - Vi skal forebygge overvægt blandt helt små børn - Større fysisk aktivitet - ”PokemonGo” konceptet kan udvikles til kommunens udendørs faciliteter, så vi kombinerer bevægelse og teknik. De gamle lege var mere fysiske end i dag - PokemonGo (Fang borgmesteren) – udviklet til børn og unge i Ringsted. (De unge skal ud og bevæge sig) - Kost i skolerne – der er gjort en del i vuggestuer/børnehaver, men skolerne er ikke med - Have en kostpolitik på alle institutioner - Børn og voksne skal kunne gå til noget samtidig - ”Kugledyner” – lempe på bevillingskriterier for at give børn og forældre mere nattesøvn og ro
Ulighed i sundhed	
Input til værdier og temaer	<ul style="list-style-type: none"> - Det er meget vigtigt, at Sundhedspolitikken har fokus på at rette op på ulighed i sundhed - Vi skal huske de skæve eksistenser – dem der bliver glemt: de udsatte og borgere med handicap. Vi skal bruge ”en indgang for socialt udsatte” som platform for sundhedstilbud/sundhedsindsats. Vi skal udnytte kontakterne med borgerne - Spændende at arbejde med hvordan ”svage” inkluderes bedre - Styrke indsatsen - Indsatser ift. overdødelighed (se Sundhedsstyrelsen)

	<ul style="list-style-type: none"> - Kommunen har en forpligtigelse til at forebygge bredt – men der er størst behov hos de udsatte grupper - Arbejde med brede og gode grundlæggende sundhedsindsatser – derigennem få øje på og hjælpe dem, der er særligt udsatte - Tidlig indsats til pårørende til sygdomsramte (kronisk sygdom, alvorlig sygdom, psykisk sygdom)
Input til målsætninger og strategi	<ul style="list-style-type: none"> - Målrettede tilbud til udsatte grupper - Indsats målrettet sårbare grupper (fra for bred forebyggelse) - Tilføje mere til særligt udsatte – f.eks. flere besøg af sundhedspersonale - KRAM – alle ved det, men ikke alle har ressourcerne eller lyst til at ændre sundhedsskadelige vaner - Inkludere - Mange borgere mangler én, der kan ”holde dem i hånden” - Socialpsykiatrisk mødested for mænd - Opmærksomme på de ord vi bruger – om de er tiltrækkende. Hvem har fx lyst til at være deltagere i et ensomhedsprojekt? - Skæve boliger til borgere, der ikke kan bo i almindelige lejeboliger
Arbejdsliv	
Input til værdier og temaer	<ul style="list-style-type: none"> - Medarbejdere som rollemodel - Medarbejdere som rollemodeller, fx lærere - Lave normer for bevægelse på stillesiddende arbejdspladser
Input til målsætninger og strategi	<ul style="list-style-type: none"> - Noget om hvordan det håndteres, når medarbejdere bliver udsat for passiv rygning, når de

	<p>kommer hjem til borgere, der ryger (fx hjemmeplejen, sagsbehandlere, socialpædagoger på voksen/handicapområdet)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fremme en ordentlig pausekultur hos medarbejderne blandt andet for forebyggelse af stress - Implementering af motion/bevægelse i arbejdstiden - Fokus på arbejdsbyrden blandt medarbejdere i administrationen, så stress blandt medarbejdere mindskes
<h2>Kompetenceudvikling</h2>	
<p>Input til målsætninger og strategi</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kompetenceudvikling af medarbejdere – guide borgerne til den sunde vej - Medarbejdernes kompetencer (alle inklusive frontmedarbejdere, der arbejder med sundhed for borgere) - Medarbejdernes kompetencer (alle inklusive frontmedarbejdere, der arbejder med sundhed for borgere) - Medarbejderne skal have de rette redskaber - VBA (Very Brief Advice) – den korte opsporende samtale - Vejledninger - Sikre at medarbejderne har de nødvendige kompetencer til at fungere som rollemodeller <ul style="list-style-type: none"> ○ Kan tage svære samtaler fx med unge om rygning – hvordan taler man rygning med borgere med store psykiske problemer, som ser cigarettens som det eneste, der holder dem i live ○ Har viden om hvad forskellige usunde vaner betyder for kroppen og sundheden ○ Bygge kompetenceudviklingen op efter jobtype (målgruppeorientering), så det bliver målrettet - fx er der forskel på de værktøjer en administrativ medarbejder og en

	<p>pædagog har brug for</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Sikre at alle medarbejdere ved, hvad de kan gøre for at fremme sundhed
Tværfagligt samarbejde	
Input til målsætninger og strategi	<ul style="list-style-type: none"> - Fortsat arbejde for mere smidig kommunikation på tværs af centre og sektorer - Mere tværgående samarbejde på tværs af fagcentre - Meget information går tabt i systemet - Sammen er vi nødt til at optimere kommunikationen - Fælles journalsystem - Implementere de gode projekter i driften - Flere koordinerende tiltag som udskrivningssygeplejersker - Forløbskoordinatorer - Flere ressourcer
Samskabelse og partnerskaber	
Input til værdier og temaer	<ul style="list-style-type: none"> - Drøftelse – hvordan kan vi sammen være med til at skabe det gode liv? - Den frivillige verden er en stor ressource - Kommunen skal i højere grad være facilitator. Vi skal tænke i samskabelse - Politikken må gerne støtte op omkring brobygning mellem udsatte borgere og foreningslivet - Involvere frivillige, fx oplevelsesture hvor der er en kombination mellem motion/kultur - Sundhedspolitikken og sundhedsindsatser skal være i nærmiljøet. Det kan være ved at indgå partnerskaber med fx boligforeninger og Campus med flere – Sundhed skal komme til borgerne, ikke omvendt

Input til målsætninger og strategi	<ul style="list-style-type: none"> - Samarbejdsaftaler med foreninger - Samarbejde med foreninger - Vi skal anerkende den frivillige indsats. Som eksempel fremhæves Ældresagen positivt - Vi skal styrke fokus på den uorganiserede motion - Vi skal sikre adgang og kendskab til faciliteter - Låne en emnekasse på biblioteket til forældre. Indhold: Bøger om sundhed, sunde madopskrifter, materialer om sunde madvaner - Nogle borgere skal have hjælp til at blive sluset ud i foreningerne - Forløb, grupper, der bliver selvkørende efter et stykke tid - Man skal give målgrupperne mulighed for at prøve tingene nogle gange
Sundhedsinformation og markedsføring af tiltag	
Input til målsætninger og strategi	<ul style="list-style-type: none"> - Der er allerede meget i gang – måske skal der ikke være mere, vi skal bare blive bedre til at reklamere - Bedre at promovere det vi har, fremfor at opfinde nyt - Det skal være tydeligt, hvordan man formidler hvilke tilbud, der er i Ringsted Kommune - Fysisk aktivitet i naturen skal synliggøres, mange steder er allerede etableret, hvordan får vi flere til at benytte dem?

Opsamling fra Idébank:

- Implementering af motion/bevægelse i arbejdstiden
- Fokus på arbejdsbyrden blandt medarbejdere i administrationen, så stress blandt medarbejdere mindskes
- Medarbejdere som rollemodeller, fx lærere
- Indsats målrettet sårbare grupper (fra for bred forebyggelse)

- Fysisk aktivitet i skolen: tre dobbeltlektioner med idræt/fysisk aktivitet i 0.-6-klasse og gerne i 7.-9. klasse. Yder en positiv påvirkning på: Fysisk sundhed, kognitive funktioner og læring, skaber kultur/adfærd ift. fysisk aktivitet gennem livet, skaber større social relation blandt dem, der er aktive sammen – større fællesskabsfølelse
- ”Kugledyner” – lempe på bevillingskriterier for at give børn og forældre mere nattesøvn og ro
- Tilbud til både far og mor, når de bliver forældre
- Tilbud i graviditeten
- Skæve boliger til borgere, der ikke kan bo i almindelige lejeboliger.

Den 1. december 2016