



Ringsted  
Kommune

Ringsted Kommune

# Udkast til Sundhedspolitik

Udkast januar 2017

# Udkast til Sundhedspolitik

## Indhold

|   |   |
|---|---|
| Indledning.....                                 | 2 |
| Politikkens opbygning.....                      | 3 |
| Gennemgående værdier.....                       | 4 |
| Samskabelse .....                               | 4 |
| Lighed i sundhed.....                           | 4 |
| Tidlig indsats .....                            | 4 |
| Tilgængelighed .....                            | 4 |
| Temaer.....                                     | 5 |
| Sundhedstilbud og sunde rammer .....            | 5 |
| Det sunde liv for børn og unge .....            | 6 |
| Det sunde arbejdsliv .....                      | 7 |
| Rehabilitering, genoptræning og behandling..... | 8 |
| Det måler vi på .....                           | 9 |

## Indledning

I Ringsted Kommune arbejder vi for, at alle borgere får mulighed for et sundt liv.

Borgerne har ansvaret for deres egen sundhed samtidig med, at vi som kommune har en forpligtigelse til at understøtte rammerne for en sund livsstil. Og vi har et særligt ansvar overfor de borgere, som ikke på egen hånd kan tage ansvar for egen sundhed.

Formålet med sundhedspolitikken er at sætte rammerne og retningen for denne indsats. Samtidig sætter politikken en retning for det brede og tværgående samarbejde, som er helt nødvendigt for sundhedsarbejdet. Sundhed er ikke noget, der alene skabes på sundhedsområdet. Sundhed er en del af alle de indsatser, som understøtter det gode liv. Derfor er sundhedspolitikken en tværgående politik, som ikke kan stå alene, men skal ses i sammenhæng med kommunens øvrige politikker samt regionale og nationale rammer og mål.

Ringsted Kommune arbejder ud fra det brede sundhedsbegreb, hvor sundhed er mere end blot fravær af sygdom. At være sund handler om at have det så godt som muligt fysisk, psykisk og socialt. Det handler om, at borgeren får et selvstændigt og meningsfuldt liv – at borgeren trives.

Sundhedspolitikken tager afsæt i byrådets vision, "Ringsted – Midt i mulighederne", hvor ambitionerne om bl.a.

- Fællesskab og medansvar
- Uddannelse til alle og klare muligheder og valg for børn, unge og voksne
- Plads til både det sunde, det skæve, det sjove og det sublime samt
- Vækst og beskæftigelse

alle er vigtige forudsætninger for det sunde liv for borgerne i Ringsted Kommune.

Udkastet til Sundhedspolitikken er blevet til på baggrund af input fra en bred kreds af samarbejdspartnere og interessenter på en række temamøder. Nu sendes politikken i høring, og efter høringsperioden udarbejder Byrådet den endelige Sundhedspolitik.

Politikken vil blive fulgt op med strategi- og handleplaner, som skal sikre implementeringen af politikken på tværs af kommunens centre.

## Politikkens opbygning

Sundhedspolitikken er med udgangspunkt i visionen ”Ringsted - Midt i mulighederne” bygget op omkring fire gennemgående værdier og fire temaer.

De fire gennemgående værdier:

- Samskabelse
- Lighed i Sundhed
- Tidlig indsats
- Tilgængelighed.

De fire temaer:

- Sundhedstilbud og sunde rammer
- Det sunde liv for børn og unge
- Det sunde arbejdsliv
- Rehabilitering, genoptræning og behandling.

For hvert tema er der opstillet en række målsætninger for Ringsted Kommunes arbejde med temaerne. Sidst i politikken er opstillet konkrete måltal for arbejdet med udvalgte risikofaktorer og indsatser.



## Gennemgående værdier

### Samskabelse

Ringsted Kommune sikrer langsigtede og helhedsorienterede løsninger gennem samskabelse. Vi samarbejder bredt om at udvikle og tilbyde sundhedsløsninger af høj kvalitet, og vi tror på, at de bedste resultater opnås i en samarbejdsproces mellem borger, pårørende og fagfolk. Vi respekterer den enkelte borgers eget valg samtidig med, at vi som kommune har en forpligtigelse til at skabe rammerne for en sund levevis.

### Lighed i sundhed

Ringsted Kommune arbejder for at fremme lighed i sundhed. Den sociale ulighed i sundhed er stadig stigende, hvilket blandt andet ses ved, at kortuddannede borgere i stigende grad er mere syge og dør tidligere end borgere, der har en lang videregående uddannelse. Ringsted Kommune vil gennem målrettede tilbud og indsatser sikre støtte til de borgere, som har de største behov.

### Tidlig indsats

Ringsted Kommune prioriterer en tidlig forebyggende, sundhedsfremmende og rehabiliterende indsats. Jo tidligere der sættes ind med støtte, vejledning og hjælp, jo større er chancen for at opnå en positiv sundhedsmæssig effekt uanset, om det drejer sig om f.eks. forebyggelse af overvægt hos et barn, mistrivsel hos teenageren eller forebyggelse af senfølger efter en kronisk sygdom. Gennem en tidlig rehabiliterende indsats forebygger vi mistrivsel og sygdom og styrker den enkeltes livskvalitet.

### Tilgængelighed

I Ringsted Kommune skal det sunde valg være det nemme valg. De sunde valg gøres nemmere gennem gode forebyggelses- og sundhedsfremmetilbud samt fysiske rammer, der stimulerer til bevægelse. Gennem generelle tilbud og tilbud tilpasset den enkeltes behov vil vi sikre, at alle, der har brug for hjælp, får hjælp – og gerne hjælp til selvhjælp. Samtidig samarbejder vi på tværs i kommunen for at sikre, at kommunens bygninger, byens uderum og fritidsfaciliteter benyttes mest muligt til fremme af borgernes sundhed. Det kommende Sundhedshus skal skabe en ramme om den fremtidige indsats. Målet er at give borgerne borgernære, fleksible og let tilgængelige sundhedstilbud.

## Temaer

### Sundhedstilbud og sunde rammer

Over halvdelen af os lever med en eller flere langvarige sygdomme. Mange af disse sygdomme påvirkes af vores levevilkår og livsstil, og ved hensigtsmæssige indsatser og levevis kan sygdommene forebygges, eller skadesvirkningerne kan reduceres.

Særligt rygning, fysisk inaktivitet og højt alkoholforbrug har stor betydning for udvikling af sygdom og for tidlig død. Mental sundhed har stor betydning for både for den enkeltes livskvalitet og for risikoen for at udvikle sygdom. Mental sundhed handler om at trives, at kunne håndtere dagligdagens udfordringer og om at indgå i fællesskaber med andre mennesker.

I Ringsted Kommune har vi gode fysiske rammer, der fremmer lysten til fysisk aktivitet og øger livskvaliteten. Naturen og byrummet indbyder både til organiserede aktiviteter og til aktiviteter på egen hånd. Samtidig har vi et rigt forenings- og kulturliv, hvor alle uanset alder og baggrund har mulighed for at mødes omkring fælles interesser og gode hverdagsoplevelser.

#### **Vi vil:**

- Udvikle sundhedstilbud af høj kvalitet og med plads til både det sunde, det sjove og det skæve samt sikre, at tilbuddene målrettes og indrettes til forskellige målgruppers behov
- Benytte kommunens ejendomme, byrummet og naturen som ramme for sundhedsfremmende aktiviteter – herunder sikre, at flest muligt får kendskab til og mulighed for at benytte de mange muligheder
- Arbejde for et godt indeklima i kommunens bygninger
- Arbejde for, at andelen af dagligrygere i Ringsted Kommune falder gennem forebyggelse af rygestart, tidlig opsporing samt målgruppetilpassede rygestopforløb\*
- Arbejde for at færre drikker for meget gennem forebyggelse, tidlig opsporing og rådgivning\*
- Øge andelen af voksne, der regelmæssigt dyrker idræt, sport eller motion\*
- Fremme den mentale sundhed blandt andet ved at understøtte eksisterende og nye former for fællesskaber
- Synliggøre vores tilbud, bl.a. i Sundhedshuset ved generel og målrettet information om tilbuddene
- Kompetenceudvikle kommunens frontmedarbejdere, så de i alle kontakter med borgerne er klædt på til at arbejde rehabiliterende og sundhedsfremmende samt henvise borgerne til det rette sundhedstilbud.

\*Se måltal s. 9-10

## Det sunde liv for børn og unge

De gode vaner grundlægges i barndommen. Det er derfor vigtigt at sætte tidligt ind med fokus på blandt andet trivsel, fysisk aktivitet og sund kost i de første leveår.

Familien udgør den vigtigste ramme for børns udvikling, sundhed og trivsel. Fra fødslen og til barnets 9. skoleår støtter sundhedstjenesten familien i at give barnet en sund opvækst. Samtidig har dagtilbud, skole og fritidstilbud stor betydning for et godt børneliv og forudsætningerne for en sund voksentilværelse. Sårbare familier bliver tilbudt ekstra støtte og hjælp med udgangspunkt i den enkelte families behov og ønsker.

I Ringsted Kommune prioriterer vi en tidlig indsats på børne- og ungeområdet. Gennem systematiske trivselsundersøgelser opspores børn med behov for særlig hjælp og støtte. Jo tidligere, der sættes ind med støtte, vejledning og hjælp, desto større er chancen for at øge barnets sundhed og trivsel.

I daginstitutionerne mødes de mindre børn og forældre af personale, der gennem pædagogiske aktiviteter indarbejder sundhed og trivsel i dagligdagen. I skoleårene er sundhed og trivsel et grundvilkår for børns og unges udvikling og læring. Skolerne har derfor fokus på sunde vaner, venskaber og sociale fællesskaber, og der samarbejdes med elever, forældre og fritidstilbud om at skabe sunde rammer.

Trivsel og sundhed er også relevant i overgangen fra skole til ungdomsuddannelse. Mental trivsel har stor betydning for, om unge fastholder og færdiggør deres uddannelse, og det sociale og kulturelle miljø har stor indflydelse på unges vaner i forhold til fysisk aktivitet, rygning, alkohol og stoffer. Derfor er sundhedsfremme og forebyggelse på ungdomsuddannelserne vigtigt sideløbende med en systematisk tidlig opsporing af sårbare unge.

### Vi vil:

- I samarbejde med forældrene arbejde for, at børn og unge i Ringsted Kommune vokser op i sunde rammer
- Arbejde for, at flere børn regelmæssigt dyrker idræt, sport eller motion\*
- Øge børns sundhed og trivsel gennem forebyggende og sundhedsfremmende tiltag i daginstitutioner, på skoler og i fritidstilbud
- Sikre en systematisk tidlig opsporing og relevant støtte, når børn og unge ikke trives
- Udvikle lokale politikker for kost i dagtilbuddene, på skoler og fritidstilbud
- Udvikle det tværgående samarbejde omkring unges sundhed og trivsel i overgangen fra skole til ungdomsuddannelse
- Forebygge sygdom og for tidlig død ved at arbejde med børn og unges risikoadfærd i forhold til især fysisk aktivitet, alkohol, rygning og stoffer.

\*Se måltal s. 9-10

## Det sunde arbejdsliv

Arbejdslivet har stor betydning for vores sundhed, og sunde medarbejdere har stor betydning for arbejdspladsens resultater.

Sundhedsfremme på arbejdspladsen påvirker på den ene side virksomhedens produktivitet, økonomi og arbejdsmiljø og på den anden side medarbejdernes livsstil, trivsel, sundhed og sygelighed. Vellykkede indsatser for at fremme sundhed og trivsel er dermed til gavn for både arbejdsgiver og arbejdstager.

Der er en klar sammenhæng mellem arbejdsløshed og dårligt helbred, særligt psykiske lidelser. Den stærke sammenhæng skyldes, at dårligt helbred øger risikoen for arbejdsløshed, og langvarig arbejdsløshed øger risikoen for en række helbredskonsekvenser, især depression. Langvarig arbejdsløshed er forbundet med en større risiko for brug af antidepressive midler, ligesom der ses en sammenhæng med et meget højt alkoholforbrug og en negativ sammenhæng med rygeophør.

### *Vi vil:*

- Som en af de største arbejdsgivere i Ringsted Kommune gå foran og sammen med medarbejderne systematisk arbejde for god trivsel samt, at det sunde valg skal være det lette valg – også på arbejdspladsen
- Indgå partnerskaber med offentlige og private virksomheder i kommunen om nye og innovative forebyggelses- og sundhedsfremmetiltag med det formål at færre bliver syge
- Arbejde med udvikling af jobrehabilitering og udvikle indsatser, som kombinerer sundhedsfremmende og beskæftigelsesmæssige indsatser i en helhed, som fremmer borgerens arbejdsparathed og mulighed for at blive tilknyttet arbejdsmarkedet
- Skræddersy de sundhedsfremmende og rehabiliterende indsatser til den enkelte borger ud fra en palette af tilbud, fx mestringstilbud, tilbud til fremme af den mentale sundhed, fysisk træning, rygestop og alkoholbehandlingstilbud.

## Rehabilitering, genoptræning og behandling

Et sundt liv starter hos borgeren selv og i borgerens dagligdag og nærmiljø. Derfor er kommunerne også det naturlige udgangspunkt for indsatserne i det nære sundhedsvæsen, hvor vi ser flere borgere med kronisk sygdom, flere ældre medicinske patienter og kortere indlæggelsestider. Det kommende Sundhedshus vil udgøre rammerne for sammenhængende, koordinerede og rehabiliterende sundhedsindsatser af høj kvalitet.

I Ringsted Kommune arbejder vi sundhedsfremmende og rehabiliterende i ethvert møde med borgerne. Formålet er at give alle borgere, der har eller er i risiko for at få begrænsninger i deres funktionsevne de bedste muligheder for at leve et uafhængigt og selvstændigt liv.

Vi arbejder med indsatser, som fungerer som egentlige alternativer til indlæggelser og genindlæggelser samt rehabilitering og genoptræning, patientrettet forebyggelse og specialiseret sygeplejefaglig opfølgning.

Alle med behov får tilbudt et sammenhængende og velkoordineret forløb af høj kvalitet.

Tidlig opsporing og tidlig rehabiliteringsindsats er centralt, da mange sygdomme kan forebygges eller udskydes, hvis faresignalerne opdages i tide og der handles på dem.

### **Vi vil:**

- Sammen med borgerne, regionen, de praktiserende læger, civilsamfundet, interesseorganisationerne m.fl. arbejde innovativt og evidensbaseret med udvikling af sammenhængende sundhedsindsatser.
- Arbejde på, at alle borgere har lige adgang til sundhedsydelse, herunder lige adgang for psykisk sårbare, handicappede og andre udsatte grupper
- Arbejde for at færre borgere har et dårligt selv vurderet helbred\*
- Sikre, at der tilbydes et korterevarende og tidsafgrænset rehabiliteringsforløb til alle borgere med nedsat funktionsevne, hvis rehabiliteringsforløbet vurderes at kunne forbedre funktionsevnen
- Arbejde for at flere borgere oplever et fald i behovet for hjælp eller ophør af hjælp efter gennemført rehabiliteringsforløb\*
- Iværksætte kompetenceudviklingsforløb med det formål at fremme det tværfaglige og helhedsorienterede arbejde, samt indføre rehabiliteringsfaglige metoder, værktøjer mv.
- Være proaktive i lokalmiljøet i forhold til opsporing af symptomer på kronisk eller langvarig sygdom samt risikofaktorer
- Iværksætte tidlig opsporing af tilbagefald af sygdom og forhindre udvikling og forværring af kroniske og akutte tilstande på plejecentrene og i hjemme- og sygeplejen.

\*Se måltal s. 9-10

## Det måler vi på

Nedenfor er angivet en række konkrete måltal for udvalgte sundhedsindsatser i Ringsted Kommune. Udover måltallene vil der som en del af strategi- og handleplaner og med udgangspunkt i Sundhedspolitikens målsætninger blive udarbejdet procesmål, som også skal evalueres.

| Risikofaktor/indsatsområde | Udfordring  | 4-årigt mål  | Hvordan måler vi?  |
|----------------------------|---|--|--|
| Rygning                    | Ifølge Sundhedsprofil 2013 er 18 % af borgerne i Ringsted Kommune dagligrygere.   | Andelen af dagligrygere i Ringsted Kommune skal fra 2017 til 2021 falde med 5 procentpoint.            | Måltallet er fastlagt på baggrund af data i Sundhedsprofil 2013. Målopfyldelsen vurderes ud fra de kommende målinger i Sundhedsprofil 2017 sammenholdt med Sundhedsprofil 2021.  |
| Alkohol                    | Ifølge Sundhedsprofil 2013 udviser 19 % af borgerne i Ringsted Kommune tegn på problematisk alkoholadfærd. 28 % af disse ønsker at nedsætte deres alkoholforbrug. | Andelen af borgere med tegn på problematisk alkoholadfærd skal falde med 4 procentpoint fra 2017-2021. | Måltallet er fastlagt på baggrund af data i Sundhedsprofil 2013. Målopfyldelsen vurderes ud fra de kommende målinger i Sundhedsprofil 2017 sammenholdt med Sundhedsprofil 2021.  |
| Fysisk aktivitet - voksne  | 64 % af borgerne i Ringsted Kommune dyrker regelmæssigt idræt, sport eller motion.  | Andelen af borgere, der dyrker regelmæssig idræt, sport eller motion skal stige til 70 %.              | Måltallet for fysisk aktivitet er fastlagt på baggrund af data i rapporten, Fremtidens idrætsfaciliteter i Ringsted Kommune fra Idrættens Analyseinstitut, 2016. Målopfyldelsen vurderes ud fra de kommende målinger i Sundhedsprofil 2017 sammenholdt med Sundhedsprofil 2021 suppleret med data fra førnævnte rapport. |
| Fysisk aktivitet - børn    | 9 % af eleverne i 4. – 10. klasse i Ringsted Kommune angiver, at de ikke er idrætsaktive.   | Andelen af ikke-idrætsaktive børn skal falde med 4 procentpoint.                                       | Måltallet for fysisk aktivitet er fastlagt på baggrund af data i rapporten, Fremtidens idrætsfaciliteter i Ringsted Kommune fra Idrættens  |

|                            |   |   |   |
|----------------------------|---|---|---|
|                            |   |   | Analyseinstitut, 2016. Målopfyldelsen vurderes ud fra Ringsted Kommunes egne data.  |
| Selvurderet helbred*       | Ifølge Sundhedsprofil 2013 har 17 % af borgerne i Ringsted Kommune et dårligt selvvurderet helbred. | Andelen af borgere med dårligt selvvurderet helbred skal falde til 15 %.                            | Måltallet er fastlagt på baggrund af data i Sundhedsprofil 2013. Målopfyldelsen vurderes ud fra de kommende målinger i Sundhedsprofil 2017 sammenholdt med Sundhedsprofil 2021. |
| Rehabilitering efter § 83a | At øge funktionsniveauet for borgere, der er visiteret til hjælp efter § 83 i Serviceloven.         | 33 % af alle borgere der ny visiteres til hjælp efter § 83 øger eller fastholder funktionsniveauet. | Måltallet er fastlagt på baggrund af erfaringer fra andre kommuner. Målopfyldelsen vurderes ud fra Ringsted Kommunes egne data.   |

Sundhedsprofilen for Ringsted Kommune er en del af en national undersøgelse af folkesundheden, der udarbejdes hvert 4. år. Sundhedsprofilen indeholder data om borgernes sundhed og sygdom fra 16 år og opefter.

\*Selvvurderet helbred indebærer borgernes egen vurdering af helbred, psykisk velbefindende og livskvalitet. Jo dårligere en person vurderer sit helbred, desto større er risikoen for sygelighed og for tidlig død.