

Bilag 2:

Eksempler på anbefalinger under de enkelte forebyggelsespakker:	Eksempler på indsatser som er etableret i Ringsted Kommune:
1: Alkohol: Behandling og forebyggelse af alkoholoverforbrug.	
<ul style="list-style-type: none"> - Ansvarlig udskænkning. - Samspil mellem alkoholbehandling, socialforvaltning og familiebehandling. - Familieorienteret alkoholbehandling. - Udvidet indsats i forbindelse med nationale kampagner. - Samarbejde med det regionale sundhedsvæsen. - Undervisning i folkeskolen 	<ul style="list-style-type: none"> - Der er tilbud om differentieret og målrettet alkoholbehandling. - Der samarbejdes med eksempelvis skoler og uddannelsesinstitutioner om alkoholpolitik.
2: Fysisk aktivitet: Fremme kommunens arbejde i at sikre gode rammer for borgernes fysiske aktivitet igennem hele livet.	
<ul style="list-style-type: none"> • Børns motorik. • Målrettede tilbud til borgere med særlige behov. • Udvidet indsats for fysisk aktivitet i folkeskolen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Der er etableret træningstilbud for en række målgrupper, bl.a. borgere med kronisk sygdom, ledige og motionsuvante • Der er fokus på den fysiske aktivitet i daginstitutioner og skoler.
3: Hygiejne: Daglig rengøring og forebyggelse af smitte. Indeholder ikke køkkenhygiejne, fødevarer og vandbårne sygdomme samt hygiejneindsatser i forbindelse med katastrofer.	
<ul style="list-style-type: none"> • Undervisning af børn og unge. 	<ul style="list-style-type: none"> • Der er bl.a. udarbejdet procedurer for forebyggelse af smittespredning i dagtilbud og på ældreområdet.
4: Indeklima i skoler: Understøtte og udvikle kommuneres indsats for at forbedre indeklimaet på skolerne.	
<ul style="list-style-type: none"> • Gennemgang af skolernes indeklima 	<ul style="list-style-type: none"> • Der er foretaget undervisningsmiljøvurderinger
5: Mad og måltider: Understøtte indsatser som fremmer sund mad og gode måltidsvaner hos borgerne.	
<ul style="list-style-type: none"> • Information til borgere om sund mad og måltider. 	<ul style="list-style-type: none"> • Der afholdes livstilssamtaler ud fra KRAM faktorerne: Kost, Rygning, Alkohol og Motion og Mental Sundhed, samt tilbud om vejledning af klinisk diætist ved behov. • Der er fokus på kostens betydning hos kommunens frontpersonale på børne- og unge området.
6: Mental Sundhed: Fremme borgernes mentale sundhed. Mental Sundhed defineres som en tilstand af trivsel, hvor den enkelte kan klare hverdagens udfordringer og stress, udfolde sine evner samt deltage i sociale fællesskaber.	
<ul style="list-style-type: none"> • Tværgående kommunal indsats. • Formidling af information. • Deltagelse i nationale informationsindsatser. • Reduktion af stress og fremme af trivsel på kommunale arbejdspladser. 	<ul style="list-style-type: none"> • Livstilssamtalerne og rehabiliteringsforløb indebærer også råd og vejledning om trivsel og mental velvære. • Der foretages trivselsvurderinger i skolerne og på daginstitutionerne.

<ul style="list-style-type: none"> • Børns trivsel i skolen. • Indretning af uderum. • Kursus i håndtering af langvarig stressbelastning, angst og depression. 	
<p>7: Overvægt: Defineres som et BMI over 25. Anbefalingerne i pakken, forudsætter at der også arbejdes med pakkerne: Mad og måltider, Fysisk aktivitet og Mental Sundhed</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • Rådgivning og tilbud til borgere med overvægt. • Information til borgerne om vægt 	<ul style="list-style-type: none"> • Der afholdes bl.a. obligatorisk sundhedsorienterende samtale med børn i folkeskolen. • Livsstilssamtalerne indeholder også fokus på vægt og fysisk velvære.
<p>8: Seksuel sundhed: Fokus på seksuel trivsel og sundhed, forebyggelse af seksygdomme og uønskede graviditeter, samt reducere behovet for fertilitetsbehandling.</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • Opsporing og håndtering af overgreb. • Information og rådgivning ved udskolingsundersøgelser. 	<ul style="list-style-type: none"> • Tværgående kampagner og events med sundhedsinformation.
<p>9: Solbeskyttelse: Forebyggelse af kræft i huden.</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • Solsikre kommunale udendørsarrangementer. • Undervisning i solbeskyttelse. 	<ul style="list-style-type: none"> • Tværgående kampagner og events med sundhedsinformation.
<p>10: Stoffer: Forebyggelse af unges brug af euforiserende stoffer samt opsporing af personer med et regelmæssigt brug. Pakken fokuserer ikke på selve behandlingen af stofbrug.</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • Stofforebyggelse i festmiljøer. • Undervisning på kommunens institutioner for unge, på ungdomsuddannelser og produktionsskoler. 	<ul style="list-style-type: none"> • Der er bl.a. stofforebyggelse på lokale ungdomsuddannelser og skoler, samt støtteindsats til familier med stofproblemer.
<p>11: Tobak: Rygestop.</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • Rekruttering og målgruppertilpassede tilbud. • Opsøgende rekruttering i eksempelvis boligområder og uddannelsesinstitutioner. • Reaktive rygestoptilbud for alle borgere. • Særlig indsats i forhold til gravide og barslende. • Børn og unge informeres. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ringsted Kommune har rygestoptilbud for hold samt individuelle rygestoptilbud.