



Ringsted
Kommune

Strategier og handleplaner for Sundhedspolitikken i Ringsted Kommune 2017 - 2021

Forord

I Ringsted Kommunes Sundhedspolitik har vi fokus på, at alle borgere får mulighed for et sundt liv og at borgerne tager ansvar for deres egen sundhed. Som kommune har vi forpligtigelse til at understøtte rammerne for en sund livsstil. Vi mener, at alle disse forudsætninger er vigtige for det sunde liv for borgerne.

Det har vi gjort ved, at Sundhedspolitikken tager afsæt i fire gennemgående værdier og fire temaer.

De fire gennemgående værdier:

Samskabelse, Lighed i Sundhed, Tidlig indsats og Tilgængelighed.

De fire gennemgående temaer: Sundhedstilbud og sunde rammer, Det sunde liv for børn og unge, Det sunde arbejdsliv og Rehabilitering, genoptræning og behandling.

Byrådet har besluttet, at Sundhedspolitikken i de følgende år udvides ved at, kommunens centre, er kommet med målbare initiativer til lokale og tværgående handlinger med kort- og langsigtede mål, der skal være med til at fremme sundheden hos børn, unge, voksne og ældre.

Der vil blive fulgt op på de lokale og tværgående handlinger og fastlagte mål, for Sundhedspolitikken inden udgangen af 2018, for at sikre implementeringen af politikken på tværs af kommunens centre.

Vi har i de lokale og tværgående handleplaner og mål, fokus på de fire sundhedspolitiske spor og vi har prioriteret en række indsatser. Formålet er, at der skal være handling bag Ringsted Kommunes Sundhedspolitik, så vi kommer videre med sundhedsindsatsen i Ringsted Kommune i de år, Sundhedspolitikken er gældende.

Tema 1 Sundhedstilbud og sunde rammer

Herunder er beskrevet en række eksempler på, hvordan vi vil arbejde strategisk og konkret med initiativer og aktiviteter, der understøtter politikken intentioner om at udnytte og forbedre de tilbud og rammer der er for det sunde liv i Ringsted Kommune. Arbejdet kan både foregå på tværs af kommunens centre, eller inden for et enkelt centers lokale område.

Nogle initiativer og aktiviteter er allerede iværksat, andre vil blive det enten på kort sigt, dvs. inden udgangen af 2018 eller på længere sigt, dvs. frem mod 2021.

Eksempler på tværgående initiativer:

Sådan vil vi arbejde med sundhedstilbud og sunde rammer på tværs af kommunens centre, ud fra følgende aktiviteter:

- Vi vil kompetenceudvikle kommunens frontmedarbejdere til at varetage tidlig opsporing i forbindelse med alkohol.
- En større andel af borgerne i Ringsted Kommune skal have kendskab til KRAM (Kost Rygning Alkohol og Motion) faktorerne og betydningen af disse. Medarbejderne i Ringsted Kommune skal have fokus på KRAM faktorerne i mødet med borgerne. Nye borgere i hjemmeplejen skal vurderes ift. KRAM faktorerne.

Eksempler på hvordan vi måler vi på tværgående initiativer:

Opgaven: Kompetenceudvikling kommunens frontmedarbejdere til at spørge systematisk til alkohol vaner	Baggrund for opgaven Middellevetiden kan øges og akutte indlæggelser forebygges, med mere fokus på tidlig opsporing af familier og ældre med alkohol problemer	1-årige mål: Der er udarbejdet et generelt uddannelsesmodul, som kan tilbydes til alle medarbejdere	4-årige mål: Der kan observeres fald i antallet akutte indlæggelser, der er relateret til alkoholmisbrug
Opgaven: Formidle information om KRAM-faktorer til borgerne, samt sikre medarbejdernes fokus på disse i arbejdet	Baggrund for opgaven Livstilssygdomme kan forebygges gennem øget viden om og fokus på KRAM-faktorerne	1-årige mål: Den bedst mulige formidlingsmetode til at nå flest mulige borgere er afdækket. Nye borgere i hjemmeplejen vurderes ift. KRAM faktorerne. Medarbejdernes fokus på KRAM-faktorerne fastholdes gennem temamøder i de enkelte teams.	4-årige mål: 75 % af borgerne i Ringsted Kommune har kendskab til KRAM-faktorerne og ved, hvor i kommunen de kan få hjælp og vejledning

Eksempler på lokale initiativer:

Ringsted Kommune vil arbejde med sundhedstilbud og sunde rammer ud fra følgende aktiviteter:

- Vi vil udvikle en indsats omkring motionsvejledning. Muligheden for motionsvejledning skal være tilgængelig for borgerne inden udgangen af 2018.
- Vi vil sikre at flest mulige får kendskab til og mulighed for at bruge de muligheder, der er i naturen ved at oplyse på hjemmesiden om Skovens dag, Naturens dag, Friluftfestival og Get out.
- Vi vil arbejde for at kommunens ejendomme skal være sunde og miljørigtige, dette vil vi gøre ved at kortlægge indeklimaet hver 2 år, med start i 2018.
- Alle første gangs "gravide" forældrepar skal fortsat tilbydes deltagelse i Klar til barn – forældreforberedende kursus af 4 undervisningsgange.

Eksempler på hvordan vi måler lokale initiativer:

Opgaven: Motionsvejledning	Baggrund for opgaven: Fysisk aktive personer har et bedre psykisk og fysisk helbred og lever længere end inaktive personer. Motion er én af de fire KRAM-faktorer, som Det Nationale Råd for Folkesundhed har defineret.	1-årige mål: Muligheden for motionsvejledning skal være tilgængelig for borgerne inden udgangen af 2018.	4-årige mål: Flere voksne borgere i Ringsted er moderat fysisk aktive mindst 30 minutter om dagen og udøver fysisk aktivitet af høj intensitet 20-30 minutter to gange om ugen.
Opgaven: Bedre formidling om brug af naturen på kommunens hjemmeside	Baggrund for opgaven: Initiativer som Skovens dag, Naturens dag, Friluftfestival og Get out kan motivere flere borgere til aktiv brug af naturen og de muligheder for aktiviteter, der er i lokalområdet	1-årige mål: At kommunens hjemmeside er opdateret med oplysninger om bl.a. Naturens dag, Friluftfestival og Get out	4-årige mål: At kommunens borgere har kendskab til friluftsaktiviteterne og at flere benytter sig af tilbuddene
Opgaven: Kommunens ejendomme skal være sunde og miljørigtige	Baggrund for opgaven: Et godt indeklima, har stor betydning for sundheden og dermed betydning for bl.a. trivsel, indlæringssevne og sygefravær.	1-årige mål: Indeklimaet i kommunens ejendomme er kortlagt	4-årige mål: Fastholde og udvikle et godt indeklima i bygningerne, bl.a. ved styring af luftkvalitet, korrekt belysning, anvendelse af velegnede byggematerialer, anvendelse af svanemærkede rengøringsmidler
Opgaven: Alle vordende førstegangsførelse tilbydes kurset 'Klar til barn'	Baggrund for opgaven: Formålet med "Klar til barn"-kurset er at styrke deltagernes forældrekompetencer, så de 1) kan forholde sig til deres barn på måder, der fremmer tilknytningen til	1-årige mål: At flere af de forældre, der skønnes at kunne profitere af kurset deltager, og at hensigten med kurset opnås	4-årige mål: At kendskabet til Klar til barn er udbredt i kommunen blandt praktiserende læger, jordemødre og sundhedsplejersker samt for eksempel

	barnet, 2) får indsigt i sig selv som kommende forældre og 3) får mere sikkerhed i forhold til barnets trivsel, udvikling og sundhed.		biblioteker, daginstitutioner og dagpleje. At der kan konstateres et løft i forældrekompetencerne blandt flere førstegangsførelse.
--	---	--	--

Tema 2 Det sunde liv for børn og unge

Herunder er beskrevet en række eksempler på, hvordan vi vil arbejde strategisk og konkret med initiativer og aktiviteter, der understøtter politikken intentioner om at skabe bedre rammer for både den mentale og fysiske sundhed og trivsel i dagligdagen for kommunens børn og unge. Arbejdet kan både foregå på tværs af kommunens centre eller inden for et enkelt centers lokale område.

Nogle initiativer og aktiviteter er allerede iværksat, andre vil blive det enten på kort sigt, dvs. inden udgangen af 2018 eller på længere sigt, dvs. frem mod 2021.

Eksempler på tværgående initiativer:

Sådan vil vi arbejde med det sunde liv for børn og unge på tværs af kommunens centre med udgangspunkt i følgende aktiviteter:

- Vi vil arbejde for, at veje, stier og cykelstier opleves som sikre og attraktive, så børn og unge trygt kan færdes i trafikken til og fra skoler, institutioner og fritidsaktiviteter, og så familier lettere kan motiveres til at vælge en aktiv transportform. 2018-21
- Vi vil implementere "Lær at tackle angst og depression for unge". Projektet er et samarbejde mellem Sundhedsområdet, og Ungeenheden og Socialpsykiatrien, som startes op ultimo 2017. De første møder har været afholdt med komiteen for Sundhedsoplysning og projektet forventes fuldt implementeret primo 2018.

Eksempler på hvordan vi måler tværgående aktiviteter:

Opgaven: Flere sikre og attraktive cykelstier	Baggrund for opgaven: For at familier kan motiveres til at vælge en aktiv transportform for deres børn og unge, er det væsentligt at cykelstier opleves som attraktive og sikre.	1-årige mål: Afdække hvor der er behov for cykelstiplaner med, med inddragelse af forældre og børn og skoler og institutioner.	4-årige mål: Udføre relevante stier og cykelstier, som skal være sikre og attraktive, for skolebørn og unge.
Opgaven: Unge angst og depression	Baggrund for opgaven: Angst og depression er et stigende problem for unge allerede i teenageårene.	1-årige mål: At implementere kurset "Lær at Tackle Angst og Depression" og derigennem tilbyde unge fra 2018 redskaber til at tackle deres angst og depression, så de kan komme ud af social isolation.	4-årige mål: 15 unge vil årligt deltage i projektet og 2-4 unge vil årligt blive uddannet til tovholdere i netværket

Eksempler på lokale initiativer:

- Vi vil etablere et legeland i Ringsted Sportscenter i forbindelse med skoleferier og weekender.
- Vi vil arbejde på at nedbringe antallet af unge, der ryger bl.a. ved at tilbyde ryggestopkurser målrettet til unge.

- Vi vil tilbyde spædbørn og familier med særlige behov ekstra hjemmebesøg, hvor inddragelse af eget faglige team og af tværfaglige samarbejdspartnere vil blive vægtet.
- Vi vil tilbyde forældre og deres børn fra 6 til 13 år samtaler fire gange i skoleforløbet, med fokus på handlinger der understøtte børn og unges trivsel og i et sundhedsfremmende perspektiv.

Eksempler på hvordan vi måler lokale aktiviteter:

<p>Opgaven: Etablering af legeland i Ringsted Sportscenter i skoleferier og weekender, hvor mindst én af hallerne er ledige.</p>	<p>Baggrund for opgaven: Der er potentiale for at forbedre den mentale sundhed, fysiske aktivitet samt at forhindre overvægt hos børn og unge.</p>	<p>1-årige mål: Etableres i 2018 under forudsætning af finansiering medfinansiering fra forebyggelsespuljen.</p>	<p>4-årige mål: At forbedre den mentale sundhed, fysiske aktivitet samt forhindring af overvægt hos børn og unge.</p>
<p>Opgaven: Unge rygevaner</p>	<p>Baggrund for opgaven: Flere unge begynder at ryge i Ringsted kommune, dette ønsker vi at reducere.</p>	<p>1-årige mål: Mere information fra lærere og fagfolk om rygningens konsekvenser, forår og efterår 2018</p> <p>Rygestopkurser med andre unge der er stoppet med at ryge og fagfolk</p>	<p>4-årige mål: Antallet af unge der ryger i Ringsted Kommune er reduceret til i alt 5 procent.</p>
<p>Opgaven: Ekstra hjemmebesøg, hvor inddragelse af eget faglige team og af tværfaglige samarbejdspartnere vil blive vægtet.</p>	<p>Baggrund for opgaven: Børn og unge i Ringsted skal trives bedre i de rammer de er i, i familien, i dagtilbuddet og i skolen.</p>	<p>1-årige mål: Baby på vej overgår fra projekt til drift og tilbydes alle sårbare gravide i form af behovsbesøg og gruppeundervisning i graviditeten med henblik på at sikre den gode tilknytning.</p>	<p>4-årige mål: Screening for efterfødselsreaktioner er implementeret og tilbydes alle nybagte mødre.</p>
<p>Opgaven: Vi vil tilbyde forældre og deres børn fra 6 til 13 år samtaler fire gange i skoleforløbet, med fokus på handlinger der understøtte børn og unges trivsel og i et sundhedsfremmende perspektiv.</p>	<p>Baggrund for opgaven: Sundhedstjenestens tilbud til børn i kommunens skole.</p>	<p>1-årige mål: På hver skole er det kendt af såvel elever, forældre og lærere, at et barn der har behov for en samtale om trivsel i familie og klasse kan henvende sig til sundhedsplejersken for en samtale på skolen eller på Hækkerupsvej.</p>	<p>4-årige mål: På hver skole er det kendt af såvel elever, forældre og lærere, at et barn der har behov for en samtale om trivsel i familie og klasse kan henvende sig til sundhedsplejersken for en samtale på skolen eller på Hækkerupsvej.</p>

Tema 3 Det sunde arbejdsliv

Herunder er beskrevet en række eksempler på, hvordan vi vil arbejde strategisk og konkret med initiativer og aktiviteter, der understøtter politikken intentioner om at fremme trivsel og sunde valg for kommunens egne ansatte såvel som for de øvrige borgere i samarbejde med andre offentlige og private virksomheder i kommunen. Arbejdet kan både foregå på tværs af kommunens centre eller lokalt inden for et enkelt centers område.

Nogle initiativer og aktiviteter er allerede iværksat, andre vil blive det enten på kort sigt, dvs. inden udgangen af 2018 eller på længere sigt, dvs. frem mod 2021.

Eksempler på tværgående initiativer:

Sådan vil vi arbejde med det sunde arbejdsliv på tværs af kommunens centre ud fra følgende:

På tværs af kommunens centre vil vi:

- Fremme sammenhæng mellem fysisk og mental sundhed og jobparathed ved at vejlede om og styrke motivation til deltagelse i enten misbrugsbehandling eller psykologisk rådgivning for borgere, der vurderes at have behov herfor i 2018.
- Vi vil implementere LIVA Sundheds App, som er et tilbud til borgere med kronisk sygdom og/eller overvægt. Borgerne hjælpes til en sundere livsstil gennem råd og vejledning fra en personlige vejleder via app 'en. LIVA Sundheds App lanceres i september 2017.

Eksempler på hvordan vi måler tværgående initiativer:

Opgaven: Fremme sammenhæng mellem fysisk sundhed og jobparathed.	Baggrund for opgaven: Der er brug for mere fokus på sammenhængen mellem fysisk sundhed og jobparathed, så flere bliver parat til at kunne arbejde.	1-årige mål: Ved at vejlede om og styrke motivation til deltagelse i psykologisk rådgivning for borgere, der vurderes at have behov herfor i 2018.	4-årige mål: Fastholde vejledning og motivation hos borgere der vurderes fortsat at have behov.
Opgaven: Implementering af LIVA sundheds app	Baggrund for opgaven: Baggrunden for projektet er, at Ringsted Kommune med den nyligt vedtagne Sundhedspolitik har opstillet en række målsætninger om øget sundhed, som LIVA kan bruges til at understøtte samt ønsket om at inddrage de borgere, som de nuværende sundhedstilbud ikke når ud til.	1-årigt mål: At øge antal opstartede borgere med 75 % til 165 borgere på det første år. (Antal borgerforløb i livsstilssamtaler i 2016 var 94)	4-årigt mål: Liva er fuldt implementeret og anvendes ved ca. 80 % af alle henvendelser om livsstilsændringer

Eksempler på lokale initiativer:

- Vi vil sikre det sunde arbejdsliv ved at implementere fokus på sundhed i aftaler med private og interne aktører i 2018.

Eksempler på hvordan vi måler lokale initiativer:

Opgaven: Implementere fokus på sundhed i aftaler med private og interne aktører	Baggrund for opgaven At bidrage til at øge fokus på sundhed i arbejdslivet	1-årige mål: Ved alle nye aftaler samt ved revision af eksisterende aftaler tilføjes et fokus på sundhed i tilbuddet	4-årige mål: Ved alle nye aftaler samt ved revision af eksisterende aftaler tilføjes et fokus på sundhed i tilbuddet
---	--	--	--

Tema 4 Rehabilitering, genoptræning og behandling

Borgere, som har en sygdom, skal kunne leve et så godt aktivt liv som muligt. Vi styrker derfor den rehabiliterende indsats for borgere med fysisk eller psykisk sygdom og indsatsen for at opspore borgere, der enten har fået eller er i risiko for at udvikle en sygdom.

Herunder er beskrevet en række eksempler på, hvordan vi vil arbejde strategisk og konkret med initiativer og aktiviteter, der understøtter politikken intentioner om at arbejde mere strategisk med rehabilitering, genoptræning og behandling. Arbejdet kan både foregå på tværs af kommunens centre eller lokalt inden for et enkelt centers område.

Nogle initiativer og aktiviteter er allerede iværksat, andre vil blive det enten på kort sigt, dvs. inden udgangen af 2018 eller på længere sigt, dvs. frem mod 2021.

Eksempler på tværgående initiativer:

Sådan vil vi arbejde med rehabilitering, genoptræning og behandling på tværs af kommunens centre:

- Vi vil iværksætte tidlig opsporing af tilbagefald og begyndende sygdomstegn, for at forhindre udvikling og forværring af kroniske og akutte tilstande hos borgerne, på Plejecentrene og i Hjemmeplejen og Sygeplejen. 2017.
- Vi vil implementere den rehabiliterende arbejdsmetode systematisk og på tværs af alle enheder og institutioner på ældre-, social- og arbejdsmarkedsområdet.

Eksempler på hvordan vi måler tværgående initiativer:

Opgaven: Iværksætte tidlig opsporing af begyndende sygdomstegn, for at forhindre udvikling og forværring af kroniske og akutte tilstande hos borgerne, på Plejecentrene og i Hjemmeplejen og Sygeplejen.	Baggrund for opgaven: Der er brug for tidligere opsporing af ændringer af sygdomstegn og svækkelse hos de ældre borgere, der har en til flere kroniske sygdomme. Da der i disse år og kommende, er en stor stigning indenfor dette felt. Og ud over påvirkning af borgerens livskvalitet har det også en samfundsmæssigt økonomisk konsekvens.	1-årige mål: Indførelse af elektronisk værktøj til observationer til tidligere opsporing af ændringer og begyndende eller forværring af sygdom. Opstart af ugentlige tavlemøder med tværfagligt personale, med borgere med ændringer i fokus, for at give bredt kompetenceløft, til at løse denne opgave i 2017-2018.	4-årige mål: Fastholde implementering ved opfølgning med spørgeundersøgelse og interview med borgere, medarbejdere og ledere. Workshops med medarbejdere for at fastholde og kompetenceudvikle fortsat. Samarbejde med andre kommuner og KI om dette.
Opgaven: Implementere den rehabiliterende arbejdsmetode systematisk og på tværs af alle enheder og institutioner på ældreområdet, og øge den rehabiliterende	Baggrund for opgaven: Rehabiliteringsstrategien har som mål at omstille hele organisationen til at arbejde rehabiliterende på en koordineret og struktureret måde – i første omgang ældreområdet, men fra	1-årige mål: 550 medarbejder har været igennem kompetenceudvikling og den rehabiliterende tilgang er implementeret på ældreområdet i samarbejde med Type2ialog.	4-årige mål: Den rehabiliterende arbejdsmetode er evalueret, tilpasset og fortsat i implementering på ældreområdet. Rehabilitering er i implementeringsproces på social- og

indsats.	2019 også social- og arbejdsmarkedsområdet.		arbejdsmarkedsområdet.
----------	---	--	------------------------

Eksempler på lokale initiativer:

- Vi vil samarbejde med sundhedsregionen om kliniske funktioner omkring konkrete borgere med komplekse helbredsproblemer i 2018 – 2021.
- Vi vil tilbyde intensive rehabiliteringsforløb i op til 12 uger til borgere, der henvender sig til kommunen om plejebenhov, og at denne indsats vil betyde, at borgeren enten er selvhjulpne herefter, eller har brug for mindre hjælp.

Eksempler på hvordan vi måler lokale initiativer:

Opgaven: Udvikle samarbejdet med sundhedsregionen, omkring klinisk funktion omkring konkrete borgere med komplekse helbredsproblemer	Baggrund for opgaven: Der er en stigende kompleksitet i borgeres helbredsproblemer, og klinisk behandling af disse. Derfor er der brug for at udvikle dette samarbejde med Region, for at sikre patientsikkerheden og faglig udvikling blandt relevant personale.	1-årige mål:	4-årige mål: Nedsætte Arbejdsgruppe omkring dette på tværs og indkalde til dialogmøder med relevante medicinske afdelinger og Ringsted Kommune. For at sikre bredt, information om hvilke samarbejde vi skal have fremadrettet omkring klinisk funktioner. 2018 - 2020
Opgaven: 40- 50 % af alle med plejebenhov visiteres til intensive rehabiliteringsforløb.	Baggrund for opgaven: Baseret på de erfaringer, der er gjort i andre kommuner, regner vi med alle har en rehabiliteringsplan og de 40 – 50 % af alle nye henvendelser til kommunen om plejebenhov vil resultere i, at borgeren tilbydes et intensivt rehabiliteringsforløb i op til 12 uger, og at denne indsats vil betyde, at borgeren enten er selvhjulpne herefter, eller har brug for mindre hjælp.	1-årige mål: Flere borgere er enten selvhjulpne eller har brug for mindre hjælp, efter endt intensivt rehabiliteringsforløb.	4-årige mål: Medarbejderne inddrages løbende i en meningsfuld udviklings- og implementeringsproces, hvor der afprøves systematiske rehabiliteringsforløb og hvor der udvikles faglige og personlige kompetencer, som skaber en rehabiliteringskultur.

Implementering og opfølgning på de lokale og tværgående strategi- og handleplaner for Sundhedspolitikken i Ringsted Kommune 2017 – 2021

Det er besluttet, at der årligt skal følges op på de beskrevne strategier og handlinger, og de tilknyttede kortsigtede og langsigtede mål. For at fastholde implementeringen skal dette ske lokalt hos de ansvarlige centre.

Resultatet af denne opfølgning og evaluering skal bidrage til kvalitetssikring og til fortsat udvikling og fastholdelse af den vedtagne strategi og aktiviteter for udmøntningen af Sundhedspolitikken i Ringsted Kommune.