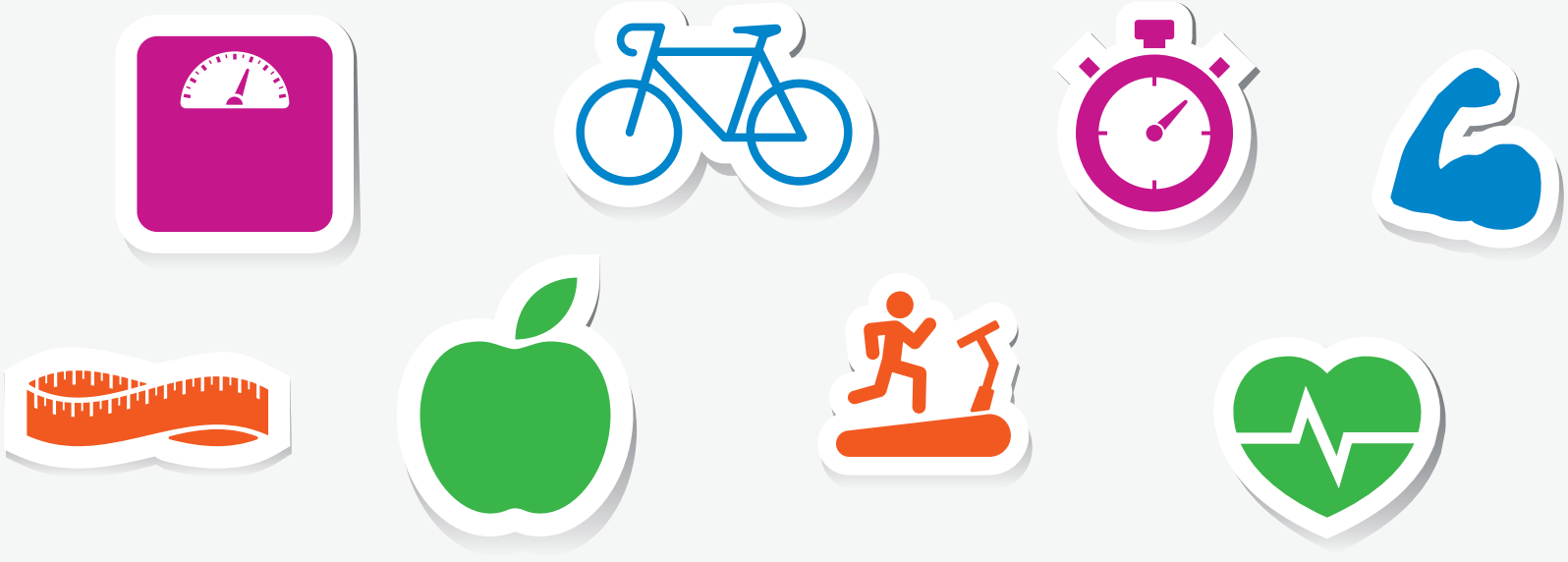
Hjørring Kommunes

SUNDHEDSPOLITIK

2019-2022



Hjørring Kommune

FORORD

Vores borgere skal leve et godt, sundt og langt liv. Det er ambitionen med Hjørring Kommunes sundhedspolitik.

Sundhedspolitikken bygger videre på det solide fundament, som den forrige sundhedspolitik har givet os, og sætter nye mål for vores fælles sundhedsindsats de kommende år.
Sammen med borgeren vil vi skabe de bedst mulige betingelser for et sundere og bedre hverdagsliv i Hjørring Kommune.

Mange af vores borgere lever allerede et sundt og aktivt liv – og det skal vi i høj grad støtte op om. Vi vil arbejde for, at sundhed bliver en naturlig og integreret del af hverdagen, så de sunde valg bliver lette, sjove og oplagte valg.

Det betyder også, at vi skal understøtte den brede vifte af tilbud og aktiviteter, der dagligt hjælper borgerne til at tage ansvar for egen sundhed. På den måde

skaber vi forudsætningerne for, at flere kan få en uddannelse, indgå i sociale netværk og tage aktiv del i samfundet.

Samtidig erkender vi, at vi er nødt til at behandle borgerne forskelligt, hvis de skal have lige muligheder for at leve et langt og sundt liv. I Hjørring Kommune vil vi ikke se passivt til, mens den sociale ulighed i sundhed stiger og nogle grupper af borgere lever kortere, trives mindre og oftere bliver ramt af kronisk sygdom end andre.

Vi vil derfor gøre en særlig indsats for de borgere, der har de største sundhedsudfordringer, og vi vil sikre, at sårbare borgere får ekstra hjælp og støtte til at træffe sunde valg.

Sociale forhold, uddannelse, kulturel baggrund, infrastruktur, arbejdsmarkedstilknytning og fritids- og kulturaktiviteter spiller alt sammen en vigtig rolle for vores sundhed. Det gør borgernes sundhed og trivsel til et fælles ansvar for hele kommunen, civilsamfundet og den enkelte borger.

Sammen skal vi skabe rammerne og forudsætningerne for, at vores borgere kan få flere raske leveår og større livskvalitet. Det glæder vi os til i Hjørring Kommune, og vi håber, at alle borgere, medarbejdere og samarbejdspartnere vil bidrage til at gøre sundhedspolitikken til virkelighed.

Arne Boelt, Borgmester

Per Møller, Formand for det Politiske Koordinationsudvalg for Sundhed

VISION OG BÆRENDE PRINCIPPER

Et godt helbred er en grundlæggende forudsætning for vores frihed til at kunne leve det liv, vi ønsker, og vi skal derfor i fællesskab sikre de bedst mulige rammer og tilbud til gavn for borgernes sundhed.

Med sundhedspolitikken har Hjørring Kommune en vision om at skabe:

"Et sundt og stærkt medborgerskab, som giver individuel frihed, og som understøtter borgeren i at mestre eget liv."

Med henblik på at understøtte denne vision er der vedtaget fire overordnede pejlemærker, der sætter retning for det forebyggende og sundhedsfremmende arbejde:

- Sunde rammer for borgernes hverdag
- Øget mental sundhed og trivsel
- Mestring af eget liv
- En styrket indsats for lighed i sundhed

Pejlemærkerne definerer de områder, vi har fælles fokus på de næste fire år. I sundheds-politikken udfoldes de enkelte pejlemærker og omsættes til konkrete målsætninger, der i sidste ende skal bidrage til, at borgerne i Hjørring Kommune får et langt, sundt og godt liv.

Sundhedspolitikken bygger desuden på en række bærende principper, som går på tværs af pejlemærkerne og danner grundlag for vores sundhedsindsatser – uanset hvilke specifikke målgrupper, tilbud og arenaer, der arbejdes med:

EN SUNDHEDSFREMMENDE TILGANG I HVERDAGEN

Vi tænker sundhedsfremme, forebyggelse og rehabilitering ind i alle de sammenhænge, hvor vi møder borgerne; i daginstitutionerne, i skolen, på ungdomsuddannelserne, i beskæftigelsestilbuddet, botilbuddene, sygeplejen, aktivitetscentrene og de offentlige rekreative områder. I det daglige inspirerer og motiverer vi således borgerne til at leve et sundt og selvstændigt liv.

BORGERSAMARBEJDE MED AFSÆT I DEN ENKELTES LIVSSITUATION

Vi lægger vægt på, at alle indsatser tilrettelægges i samråd med borgeren og med respekt for den enkeltes ønsker, viden og erfaringer. Borgeren er den vigtigste part, når vi skal skabe sammenhængende forløb af høj kvalitet, og vi inddrager derfor altid borgeren og bringer dennes ressourcer i spil. Det indebærer også, at vi tager udgangspunkt i borgerens hele livssituation, så vores indsatser tager højde for både de fysiske, psykiske og sociale dimensioner af tilværelsen.

SAMARBEJDE, PARTNERSKAB OG KOORDINERING PÅ TVÆRS

Sundhed skabes på tværs af kommunen, og vi arbejder derfor hele tiden på at styrke vores interne koordinering og samarbejde til gavn for borgerne. Ligeledes udvikler vi samarbejdet med frivillige, idrætsforeninger, grønne foreninger, almen praksis, sygehusene og andre aktører, der kan bidrage til at skabe de bedst mulige rammer og betingelser for borgernes sundhed.

INNOVATIVE OG VIDENSBASEREDE LØSNINGER

Vi udvikler løbende kvaliteten af vores forebyggelses- og sundhedsfremmeindsatser ved at bruge den bedste viden og de bedste erfaringer på området. Der er dog stadig en række områder, hvor der mangler viden om effektive sundhedsindsatser, ligesom der er begrænset viden om implementering og organisering af indsatserne. Vi medvirker derfor til forskning, som kan belyse effekterne af vores tilbud, og vi afprøver nye løsninger, som kan være med til at sikre kvalitet i sundhedsarbejdet.

SUNDE RAMMER FOR BORGERNES HVERDAG

Hjørring Kommune vil skabe sunde rammer, som giver borgerne de bedst mulige betingelser for at tilegne sig en sund livsstil og træffe sunde valg i hverdagen.

Det sunde valg skal være det nemme og naturlige valg for vores borgere. Vi skaber sunde rammer for borgernes hverdag ved at indrette de fysiske omgivelser, så de indbyder til leg og bevægelse, ligesom vi etablerer cykelstier, der gør det nemt og sikkert for børn og voksne at komme rundt.

Borgerne skal have mulighed for at vælge de sunde løsninger, og det skal vi understøtte, f.eks. ved at forebygge rygestart og fremme børn og unges adgang til sund mad i skolerne.

I vores daglige kontakt med borgerne har vi en unik mulighed for at påvirke deres ryge-, alkohol-, kost- og motionsvaner. Vi vil derfor have fokus på sundhed alle de steder, hvor borgerne møder kommunen; i daginstitutioner, i skolen, i bo- og dagtilbuddene, på kommunens arbejdspladser og i ældretilbuddene.

Børn og unge opholder sig mange timer i vores daginstitutioner og skoler, og det giver os et særligt ansvar for at bidrage til, at de får den sundest mulige opvækst og udvikling. Kommunens medarbejdere skal ligeledes have mulighed for at leve et sundt og langt liv, hvilket vi understøtter ved at skabe sunde rammer på arbejdspladsen.

Vi vil fremme røgfrie miljøer, både for at øge sundheden for den enkelte og for at begrænse risikoen for at blive udsat for passiv rygning. Ved at give borgerne og medarbejderne mulighed for at opholde og bevæge sig i sunde rammer, tager vi et vigtigt skridt på vejen til at forbedre den samlede sundhedstilstand i kommunen.

DERFOR VIL VI

» Sikre at børn og voksne har let adgang til idrætsfaciliteter, naturområder og bevægelsesvenlige miljøer, der appellerer til fysisk aktivitet og rekreation - f.eks. ved at etablere flere multibaner og udendørs fitness.

» Fremme aktiv og sikker transport ved at videreudvikle den gode infrastruktur for fodgængere og cyklister.

» Skabe en bevægelseskultur, hvor bevægelse er naturligt, sjovt og muligt for både børn og voksne, bl.a. ved at understøtte skoler og daginstitutioner i at udarbejde handleplaner for fysisk aktivitet.

» Udarbejde en overordnet kommunal mad- og måltidspolitik, som forpligter kommunale institutioner, skoler, arbejdspladser og haller til at udforme og implementere handleplaner for mad- og måltids-politikken.

» Arbejde for at skabe en sundere alkoholkultur og udskyde alkoholdebuten blandt unge.

» Fremme røgfrie miljøer, herunder øge andelen af arbejdspladser med røgfri arbejdstid.

» Styrke fokus på indeklima ved nybyggeri og renovering af skoler og daginstitutioner.

» Øge viden om og opmærksomhed på seksuel sundhed blandt børn og unge i daginstitutionerne, skolerne og på ungdomsuddannelserne.

VIDSTE DU

Hver femte borger i Hjørring Kommune er fysisk inaktiv i fritiden.

60 % af kommunens borgere ønsker at være mere fysisk aktive.

ØGET MENTAL SUNDHED OG TRIVSEL

Hjørring Kommune vil fremme borgerens mentale sundhed ved at understøtte trivselsfremmende miljøer med fokus på trygge og inkluderende fællesskaber.

Sundhedsfremme handler ikke blot om, at borgerne skal have mulighed for at leve et længere liv, men også et bedre liv. Når vi har det godt mentalt, har vi nemmere ved at klare hverdagen, og vi trives i samvær med andre mennesker.

Mental sundhed er dermed en væsentlig forudsætning for et velfungerende børne-, ungdoms-, arbejds- og familieliv.
Vi skal sætte tidligt ind – i dagin-stitutionerne og skolerne – så vores børn og unge får støtte til at grundlægge et mentalt sundt liv.

Et godt mentalt helbred øger chancerne for at gennemføre et uddannelsesforløb og beskytter mod risikoadfærd i form af misbrug, rygning og fysisk inaktivitet. Fremme af mental sundhed kan dermed være et mål i sig selv, men det kan også være et middel til at forbedre indlæringen, øge beskæftigelsen, mindske sygefravær mv.

Arbejdet med at fremme borgernes trivsel og forebygge mentale helbredsproblemer kræver en bred indsats på tværs af kommunens forvaltningsområder. Vi vil derfor integrere mental sundhed i de øvrige indsatser, så borgerne i videst muligt omfang bliver i stand til at klare dagligdags gøremål, indgå i sociale relationer og håndtere de forskellige udfordringer, en almindelig dagligdag byder på. På samme måde vil vi understøtte borgerne i at tage ansvar for egen mental sundhed ved at tilbyde viden og redskaber til at håndtere stress og udfordringer i hverdagen.

DERFOR VIL VI

» Fremme bevidstheden om mental sundhed og brugen af rekreative miljøer.

» Styrke det trivselsfremmende arbejde i daginstitutioner og skoler, herunder forebygge mobning og understøtte opbygningen af sociale fællesskaber.

» Understøtte og tilrettelægge aktiviteter, som fremmer trivsel og forebygger ensomhed blandt unge og ældre.

» Styrke de sundhedsfremmende og forebyggende indsatser for psykisk sårbare børn, unge og voksne.

» Have fokus på fremme af trivsel og reduktion af stress blandt voksne.

VIDSTE DU

Børn og unge med sociale og mentale problemer har oftere indlæringsvanskeligheder og sværere ved at gennemføre skolegang og uddannelsesforløb.

MESTRING AF EGET LIV

Hjørring Kommune vil understøtte borgerne i mestring af eget liv, så alle borgere får mulighed for at udfolde deres livspotentiale.

Mestring af eget liv handler om at understøtte den enkelte borger i et selvstændigt og meningsfuldt liv - uanset alder og funktionsniveau.

Vi ønsker, at vores borgere i videst muligt omfang skal mestre eget liv, fordi det giver større selvbestemmelse og livskvalitet, når vi selv kan klare en hverdag med egen bolig, sociale netværk og arbejde.

Ved at understøtte borgerne i mestring af eget liv kan vi samtidig løse nogle af de udfordringer, vi står over for i de kommende år som følge af den demografiske udvikling og omlægningerne i sygehusvæsenet.

Med flere ældre og flere med kroniske sygdomme vil der i stigende omfang være behov for de nære sundhedstilbud, og vi skal derfor tænke nyt og omprioritere ressourcerne, så vi fortsat kan tage hånd om de borgere, der har størst behov for vores hjælp og støtte.

Vi er allerede kommet langt i forhold til at understøtte mestring af eget liv hos ældre, ledige og borgere med psykiske lidelser - og vi skal fortsætte den positive udvikling.

Vi vil derfor møde borgerne med en sundhedsfremmende, forebyggende og rehabiliterende tilgang på tværs af forvaltningerne og samarbejde om at bringe den enkeltes ressourcer i spil. På den måde øger vi livskvaliteten og mindsker behovet for hjælp.

DERFOR VIL VI

» Sikre sammenhængende og helhedsorienterede indsatser – især på sundheds- social og arbejdsmarkedsområdet.

» Stille viden og handlemuligheder til rådighed, der kan styrke borgernes muligheder for at træffe sunde valg.

» Sikre at flest mulige borgere er selvhjulpne, så de kan leve et sundt og aktivt liv i samvær med andre.

» Investere i tværgående rehabiliterende indsatser, der understøtter borgerne i at bevare eller opnå tilknytning til arbejdsmarkedet.

30 % af de borgere, der har langvarig sygdom, kan ofte eller meget ofte ikke overkomme de ting, de skal i hverdagen.

VIDSTE DU

» Styrke borgernes evne til at mestre den digitale hverdag, bl.a. ved at sætte digitalisering på skoleskemaet.

» Bruge velfærdsteknologi og telemedicinske løsninger til at forbedre borgernes livskvalitet og selvhjulpenhed.

» Vejlede og støtte familier i sund livsstil og trivsel samt styrke fokus på tidlig opsporing og indsats, f.eks. ved at udbrede den familieorienterede indsats for børn med overvægt.

EN STYRKET INDSATS FOR LIGHED I SUNDHED

Hjørring Kommune vil fremme lighed i sundhed ved hjælp af en målrettet og tværgående indsats.

At skabe lighed i sundhed er fortsat en af de største udfordringer på sundhedsområdet. Ulighed i sundhed hænger blandt andet sammen med forskelle i levevilkår og sundhedsvaner, men vi ved også, at der er social ulighed i brug og udbytte af de kommunale tilbud.

Udsatte borgere bliver særligt hårdt ramt af kroniske sygdomme og lever væsentligt kortere end resten af befolkningen. Deres udsatte sociale situation kan være en barriere for at ændre sundhedsadfærd, men omvendt kan de sundhedsmæssige problemer også bidrage til, at det kan være svært at forbedre den sociale situation.

Hvis alle skal have lige muligheder for at leve et sundt og godt liv, skal vi derfor turde at gøre forskel på borgerne. Det indebærer, at vi i højere grad skal differentiere og målrette vores indsatser til de borgere, der har sværest ved at tage hånd om egen sundhed, ligesom vi skal sikre tidlig opsporing og indsats gennem de generelle forebyggelsesindsatser. I den forbindelse vil vi sikre, at vores kommunikation og dialog er i øjenhøjde med borgeren.

I arbejdet med at skabe lighed i sundhed vil vi have særlig fokus på børn, der ikke trives, og børn, som vokser op i sårbare og udsatte familier. Sundhedsvanerne grundlægges allerede i barndommen, og det er derfor nødvendigt at gøre en indsats i daginstitutionerne og skolerne, så vi kan give vores børn og unge den bedst mulige start på livet.

DERFOR VIL VI

» Målrette vores sundhedsindsatser til de borgere, der har størst behov, og tilpasse indsatsernes indhold og form til den enkeltes ressourcer og behov.

» Gennemføre opsøgende indsatser og tilbyde sundhedstjek til særligt udsatte målgrupper, eksempelvis på arbejdsmarkedsområdet, uddannelsesinstitutioner og i udsatte brancher.

» Understøtte foreninger, der tilbyder aktiviteter målrettet borgere med fysisk og psykisk sårbarhed.

» Sikre kompetenceudvikling af frontpersonalet, så de opnår viden om sundhedsfremme og forebyggelse samt metoder til rekruttering og fastholdelse af sårbare borgere i indsatser.

» Have fokus på tidlig opsporing og indsats i forhold til udsatte børn, herunder børn fra familier med psykiske lidelser og alkoholproblemer.

» Styrke samarbejde mellem kommune, sygehus og almen praksis i forhold til at opsøge og rekruttere borgere med kronisk sygdom til målrettede sundhedstilbud.

VIDSTE DU

19 % af de borgere, der ikke har anden uddannelse end grundskolen ryger dagligt.

Til sammenligning ryger 12 % af borgerne med en lang uddannelse.

SÅDAN STÅR DET TIL MED SUNDHEDEN I 2022

På baggrund af pejlemærkerne i sundhedspolitikken har vi opstillet en række fireårige mål for sundhedstilstanden i Hjørring Kommune. Målene vil vi bruge til at følge op på, om udviklingen går i den rigtige retning, og om sundhedspolitikken bidrager til at flere får et sundere og bedre liv.

MÅL FOR KOST OG MOTION

- Andelen af borgere der er fysisk aktive i fritiden skal stige fra 78 % til 81 %
- Andelen af borger der spiser middelsund eller sund kost skal stige fra 81 % til 84 %
- Andelen af 5. klasses elever der bevæger sig hver dag eller næsten hver dag skal stige fra 62 % til 65 %

MÅL FOR MENTALT HELBRED

- Andelen af borgere med godt mentalt helbred skal stige fra 86 % til 90 %
- Andelen af unge kvinder med dårligt mentalt helbred skal falde fra 24 % til 19 %

MÅL FOR RYGNING

- Andelen af voksne, der lever et røgfrit liv skal stige fra 79 % til 84 %
- Andelen af unge mellem 16-24 år der lever et røgfrit liv skal stige fra de nuværende 70 % til 75 %
- Andelen af de kortest uddannede borgere, der lever et røgfrit liv skal stige fra 78 % til 84 %

MÅL FOR ALKOHOL

- Andelen af borgere der har et højrisikoforbrug af alkohol skal falde fra 6 % til 4 %
- Andelen af 8. klasses elever der har drukket alkohol skal falde fra 69 % til 60 %

MÅL FOR MESTRING AF EGET LIV

- Andelen af +65-årige selvhjulpne borgere skal stige fra 81 % til 82 %
- Andelen af forebyggelige indlæggelser blandt +65 årige skal bringes ned på niveau med regionsgennemsnittet
- Andelen af overvægtige børn i 0.klasse skal falde fra 11 % til 9 % og andelen af svært overvægtige børn skal falde fra 4 % til 2 %

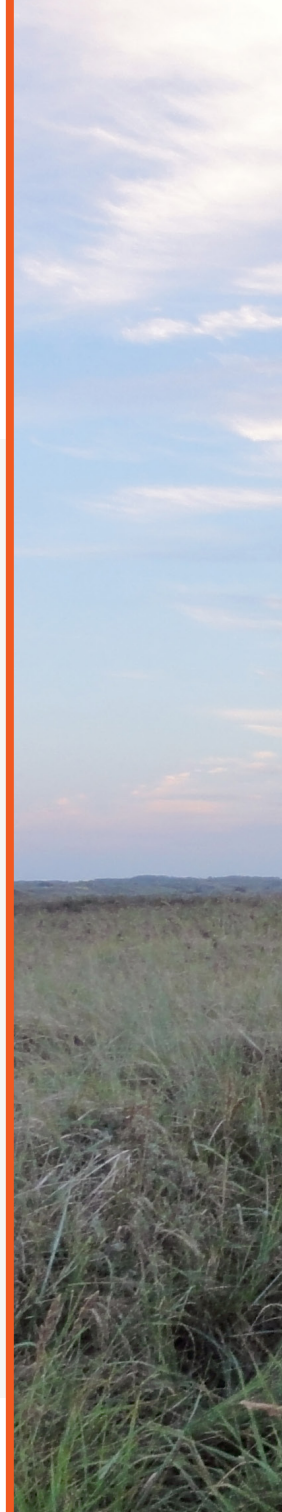
EN SUNDHEDSPOLITIK MED HANDLING BAG ORDENE

Sundhedspolitikken sætter retning for den samlede sundhedsindsats, men målsætningerne kommer først borgerne til gavn, når de omsættes til konkret handling på de enkelte forvaltningsområder.

Arbejdet med at omsætte politikken til virkelighed sker ved hjælp af toårige handleplaner, som de enkelte udvalgsområder udarbejder. Handleplanerne skal beskrive konkrete forebyggende og sundhedsfremmende indsatser samt de pejlemærker og målsætninger, som handleplanerne tager udgangspunkt i.

Anbefalingerne fra Sundhedsstyrelsens forebyggelsespakker inddrages i videst muligt omfang. Handleplanerne skal desuden indeholde en beskrivelse af tidsplan, økonomi og evaluering.

Sundheds-, Ældre- & Handicapudvalget igangsætter og følger op på de enkelte fagudvalgs udarbejdelse af handleplaner med henblik på forelæggelse for Byrådet. Det Politiske Koordinationsudvalg for Sundhed koordinerer arbejdet med handleplanerne og understøtter implementering af sundhedspolitikken på tværs af fagudvalgene.



FØLG
ONL

G OS
LINE

Læs mere på

WWW.HJOERRING.DK

eller ring 72 33 33 33

Hjørring Kommune

Hjørring Kommune
Springvandspladsen 5
9800 Hjørring
72 33 33 33
hjoerring@hjoerring.dk
www.hjoerring.dk

Oktober 2018
Foto: Colourbox og
Carl Hermann-Hansen