



FREDENSBORG
KOMMUNE

Sundhedspolitik



Godkendt af Byrådet april 2016



Forord

Kommunerne står overfor stadig større udfordringer med at sikre borgerne velfærdsydelser inden for de givne rammer.

I Fredensborg Kommune har vi som målsætning, at give alle borgere flere sunde leveår, herunder at give ledige og udsatte borgere større mulighed for at være på arbejdsmarkedet. Sunde borgere skabes af gode rammer og betingelser, som er forankret i mange forskellige kommunale områder. Der er mange enheder i kommunen, hvor man med fordel kan tænke forebyggelse og sundhedsfremme ind i arbejdet. Her kan sundhed blive et middel til at opnå andre mål.

I skolerne kan fysisk aktivitet være med til at fremme børn og unges koncentration, som blandt andet forbedrer indlæringen. Inden for beskæftigelsesområdet kan sundhedsfremmende aktiviteter for sygedagpengemodtagere fremme en hurtigere tilbagevenden til arbejdsmarkedet.

Andelen af ældre borgere er stigende, og de ældres funktionsniveau er afgørende for hvor meget støtte, pleje og genoptræning, de har behov for. Det er derfor vigtigt, at sætte tidligt ind med sundhedsfremmende og forebyggende tilbud. Ligesom det er vigtigt, at sikre et godt samspil om behandling og pleje mellem sygehus, almen lægepraksis og den kommunale indsats.

Sundhedsopgaven er derfor ikke kun sundhedsområdet ansvar, men en opgave, der skal løses på tværs af organisationen i samarbejde mellem de kommunale politikområder. Og med relevant inddragelse af både borgere, frivillige organisationer og foreninger, virksomheder og andre mulige aktører - kommunen kan ikke løfte opgaven alene.

Der skelnes ofte mellem borgerrettet og patientrettet forebyggelse, men i fremtiden skal vi til at tænke forebyggelse som en flerstrengt indsats, der omfatter alle borgere. For uanset om man er rask, kronisk syg eller handicappet, er vi alle borgere med ret til muligheden for at leve sundt.

Sundhedspolitikken udtrykker en politisk prioritering. Den er en forudsætning for det videre arbejde med formulering af strategier og handleplaner, der skal være med til at gøre borgerne i Fredensborg Kommune sundere.

En stor tak til alle som har bidraget til udarbejdelsen af politikken.



Per Frost Henriksen (A)
Formand
Fritids- og Idrætsudvalget

Indledning

Kommunernes ansvar for den borgerrettede sundhedsfremme er beskrevet i Sundhedsloven¹. Sundhedsaftalerne², som indgås med regionen, forpligter kommunen til at samarbejde med Region Hovedstaden om den patientrettede forebyggelse.

Sundhedspolitikken er et udtryk for Byrådets overordnede visioner, og den er retningsgivende i forhold til planlægning og budgettering af de sundhedsfremmende og forebyggende indsatser. Politikken skal ses i sammenhæng med Fredensborg Kommunes vision og øvrige politikker.

Sundhedspolitikken omfatter alle borgere i Fredensborg Kommune – raske, kronisk syge eller handicappede – og formålet er, at fremme den generelle sundhedstilstand uanset alder, køn, uddannelse, arbejde, etniske baggrund eller helbred. Politikken skal især styrke indsatsen overfor svage og udsatte borgere.

Fredensborg Kommune følger Sundhedsstyrelsens officielle anbefalinger for forebyggelsesindsatsen, som den er beskrevet i forebyggelsespakkerne³. I forhold til den patientrettede forebyggelse tager kommunen udgangspunkt i KL's sundhedspolitiske strategier^{4 5} til etablering af et sundhedsvæsen, der tager udgangspunkt i borgerens egen dagligdag og nærmiljø.

Kommunen arbejder efter WHO's definition af sundhed⁶, og der anvendes tre forskellige strategier i sundhedsfremme- og forebyggelsesindsatsen:

- Strukturel strategi, der handler om at skabe sunde rammer, som gør det lettere for den enkelte at træffe det sunde valg.
- Individorienteret strategi, som består i at etablere tilbud rettet mod bestemte målgrupper.
- Massestrategi, der sigter mod at informere om sundere adfærd gennem kampagner og informationsmateriale.

Sundhedspolitikken er bygget op omkring fire standpunkter, der favner visionen inden for sundhedsområdet:

- Flere sunde leveår til alle borgere i alle livsfaser
- Viden og samarbejde sikrer kvalitet og udvikling
- Et aktivt liv med bevægelse og samvær
- Økologi og sunde spisevaner for et godt helbred

¹Sundhedsloven § 119 Kommunalbestyrelsen har ansvaret for ved varetagelsen af kommunens opgaver i forhold til borgerne at skabe rammer for sund levevis.

² Sundhedsaftalerne forhandles hvert 4. år og beskriver opgavefordelingen mellem kommune og region.

³ Sundhedsstyrelsen har udarbejdet 11 forskellige forebyggelsespakker med konkrete anbefalinger til forebyggelsesindsatsen i kommunerne.

⁴ Det nære sundhedsvæsen, KL, 2012

⁵ Sammen om sundhed, KL, 2015.

⁶ Sundhed er en tilstand af fysisk, psykisk og socialt velvære og ikke blot fravær af sygdom eller svækkelse. Sundhedsbegrebet kaldes positivt, fordi det også omfatter den enkeltes opfattelse af livskvalitet.

Flere sunde leveår til alle borgere i alle livsfaser

I Fredensborg Kommune ønsker vi mere lighed i sundhed, og at alle borgere kan føje flere sunde år til levealderen. Vi ved, at sociale forhold som økonomi, uddannelsesniveau og tilknytning til arbejdsmarkedet spiller en væsentlig rolle for den enkeltes sundhedstilstand^{7,8}. Sundhedsfremmeindsatserne skal derfor i stigende grad integreres i beskæftigelsesindsatsen for at eksempelvis sygemeldte hurtigst muligt kan vende tilbage til arbejdsmarkedet.

Et sundt liv starter ved livets begyndelse. Derfor har børn og unges sundhed en særlig prioritet. Vi understøtter udviklingen af sund livsstil og vaner, og vi er bevidste om vigtigheden af voksne rollemodeller, som kan vise vejen. Det gælder både i hjemmet, institutionen, skolen og alle andre steder, hvor børn og unge mødes af voksne. Børn og unge med særlige behov skal have mulighed for personlig udfoldelse, udvikling og sundhed som deres jævnaldrende under hensyntagen til deres individuelle vanskeligheder.

Med flere ældre borgere og flere, der lever længere med en kronisk sygdom, vil der i stigende grad være behov for relevant, samordnet behandling og pleje til udsatte og svækkede borgere. Vi ønsker at fremme borgernes livskvalitet og mindske konsekvenserne af sygdom ved at forebygge unødvendige hospitalsindlæggelser og genindlæggelser. Det sker blandt andet gennem tilbud om almen og specialiseret sygepleje, genoptræning eller rehabilitering efter sygdomsforløb. Vi arbejder målrettet for at sikre et godt samspil om behandling og pleje mellem sygehus, almen lægepraksis og den kommunale indsats. Det sker gennem det daglige samarbejde og formelt via sundhedsaftalerne med Region Hovedstaden.

Vi arbejder på tværs af organisationen for at skabe bedre sammenhæng i den sundhedsfremmende indsats, og for at udnytte ressourcerne bedst muligt til gavn for alle borgere. Vi tør godt stille spørgsmål til vaner, holdninger og normer, som kan være med til at fastholde en usund livsstil, og vi forsøger aktivt at puffe⁹ borgerne i en sundere retning uden løftede pegefingre.

Vi fremmer sunde vaner ved at,

- tilbyde målrettede forløb til ledige, udsatte og andre udvalgte borgergrupper
- tilbyde patientrettede forløb til kronisk syge
- forebygge unødvendige sygehusindlæggelser
- opkvalificere specialiserede sygeplejekompetencer
- tilbyde selvtræning, genoptræning og rehabilitering efter sygdomsforløb
- sætte særligt fokus på udsatte børn og unges sundhed
- sikre en tidlig opsporing af børn og unge med særlige behov
- give tilbud om sundhedspleje og tandpleje
- nedbryde sundhedstabuer
- understøtte lokalt forankrede mad- og bevægelsespolitikker

Vidste du, at der er nedsat et forebyggelsesråd for ældrebefolkningen, der rådgiver byrådet i udviklingen af den forebyggende indsats.

⁷ Sundhedsprofil 2013 – forebyggelse, Region Hovedstaden, Forskningscenter for Forebyggelse og Sundhed, 2013.

⁸ Etniske minoriteters sundhed 2008, Center for folkesundhed, juni 2008.

⁹ At puffe eller "nudge" bygger på viden om adfærdsøkonomi og kognitiv psykologi.

Viden og samarbejde sikrer kvalitet og udvikling

Vidensgrundlaget inden for sundhedsfremme og forebyggelse er ikke fuldt oplyst, men vi baserer altid vores indsatser på aktuelt bedste viden. Vi arbejder systematisk med mål og metoder i indsatserne for at sikre sammenhæng, kvalitet og faglighed. Målet er, at borgerne får mest mulig sundhed for pengene.

Vi er en nytænkende kommune i konstant udvikling, som anvender praksisbaserede erfaringer¹⁰ i opgaveløsningen. Vi prioriterer at udvikle, afprøve og videreudvikle for at sikre kvalitet og sammenhæng i indsatserne, og vi gør det gerne i samarbejde med andre forvaltningsområder, kommuner, hospitaler, almen praksis, offentlige og private organisationer, erhvervslivet, frivillige og borgere i al almindelighed.

Vi fremmer kvalitet og udvikling ved at,

- indgå i forsøgs- og udviklingsarbejde med hospitaler, kommuner og almen praksis fx om det sammenhængende patientforløb
- indgå i forpligtende partnerskaber og samarbejder med andre offentlige og private aktører fx i forhold til familier
- kompetenceudvikle personale og frivillige
- prioritere et højt kommunikationsniveau til synliggørelse af kommunens indsatser og tilbud
- arbejde vidensbaseret og arbejde systematisk med evaluering og videndeling
- inddrage civilsamfundet i opgaveløsningen
- sikre at sundhed tænkes ind i alle politiske handlinger, planer og beslutninger
- følge de officielle anbefalinger for det sundhedsfremmende og forebyggende område og deltage i undersøgelser og udviklingsprojekter

Vidste du, at der er nedsat et Kommunalt Lægeligt Udvalg med repræsentanter fra almen praksis, som mødes tre gange årligt for at drøfte samarbejdet mellem kommunen og de praktiserende læger.

Vidste du, at borgere, der modtager hjemmehjælp, tilbydes et opfølgende besøg af en sygeplejerske efter en hospitalsindlæggelse til forebyggelse af genindlæggelser.

Vidste du, at kommunen samarbejder med Hillerød Sygehus om tilbud til svært overvægtige børn og deres familier.

Vidste du, at kommunen har indgået et partnerskab med organisationen Sammenslutningen af Unge Med Handicap, som skal fremme inklusionen af handicappede børn og unge i foreningernes sports- og motionstilbud.

Vidste du, at sundhedsplejen tilbyder graviditetsbesøg før fødslen som støtte til familier med særlige behov.

Vidste du, at det er frivillige borgere med en kronisk sygdom, der underviser på "Lær at tackle" kurserne.

Læs mere om kommunens tilbud på den offentlige sundhedsportal www.sundhed.dk

¹⁰ Praksisbaserede erfaringer - også kaldet *Best practice* - er afprøvede processer eller metoder, som har demonstreret deres værdi, ved at generere de bedste resultater på et givent område.

Et aktivt liv med bevægelse og samvær

Fredensborg Kommune er kendetegnet ved at indeholde det hele; by-, skov- land- og vand-områder. Ressourcer, som rummer et sundhedsfremmende potentiale, hvis de udnyttes rigtigt. Strukturel sundhed¹¹ og integration af sundhedsfremme i kommunens fysiske planlægning er en udfordring, men også en mulighed for at løfte de kommunale sundhedsindsatser.

Udformningen af byens rum og de grønne arealer påvirker det fysiske aktivitetsniveau i hverdagen. Muligheden for at benytte cykel- og gangstisystemer har blandt andet betydning for, om borgerne vælger alternative transportmuligheder frem for bilen.

Hensynet til borgernes sundhed indgår som et naturligt element i den kommunale planlægning, der skal inspirere borgerne til en sundere og mere aktiv livsstil.

Sundhedsfremme handler dog ikke kun om at skabe rum og rammer for aktivt udeliv. Det handler også om at skabe udendørs mødesteder og trivselsfremmende miljøer, der fremmer dialog og samvær borgerne imellem. Det styrker både den sociale sammenhængskraft og fællesskabet i lokalsamfundene.

Vi fremmer borgernes sundhed ved at,

- tænke hensynet til borgernes sundhed ind i den fysiske planlægning af kommunen
- udnytte naturens sundhedsfremmende muligheder
- understøtte, sikre og udbygge borgernes muligheder for ophold og aktiviteter i naturen
- etablere udendørs mødesteder
- skabe trivselsfremmende miljøer til forebyggelse af ensomhed og psykiske lidelser
- inddrage de kulturelle rammer i nye og eksisterende tilbud
- udbrede kendskabet til fysiske aktivitetsmuligheder i kommunen
- afmærke stier og cykelruter
- inddrage borgerne i udviklingen af kommunen

Vidste du, at der ligger et udendørs motions- og legerum i Knurrenborg Vang, hvor børn og voksne kan lege og træne hele kroppen samtidigt.

Vidste du, at der er udviklet en netværksbaseret værktøjskasse til skoler og institutioner til brug ved udeskoleundervisning, som kan findes på skolenivirkeligheden.dk

Vidste du, at der er udarbejdet en handlingsplan for fysisk aktivitet for ældre, som skal fremme mere motion og bevægelse i hverdagen.

Vidste du, at Fritidsbutik hjælper udsatte børn og unge ind i fritids- og foreningslivet ved hjælp af økonomisk støtte og en følgeordning.

Læs mere om kommunens sunde indsatser www.fredensborg.dk

¹¹ Strukturel sundhed er et begreb, der dækker over aktiviteter og rammer, som gør det sunde valg til det lette valg.

Økologi og sunde spisevaner for et godt helbred

I Fredensborg Kommune hænger natur, sundhed og bæredygtig livsstil sammen. Vi fremmer sund og bæredygtig livsstil ved at satse på økologiske lokalproducerede fødevarer, og vi vælger at spise årstidens frugt og grønt til gavn for både helbred, klima og miljø.

Sunde spisevaner fremmer et godt helbred, og de spiller en central rolle i forhold til tand-sundhed og forebyggelse af livsstilssygdomme. Vi ønsker at understøtte udviklingen og fastholdelsen af sunde spisevaner hele livet igennem – uanset om den enkelte borger selv har ansvar for madlavningen, eller at ansvaret overlades til andre.

Mad er nydelse, velsmag, samvær og glæde. Måltidet er grundlæggende en social sammenhæng, som forener de mennesker, der mødes i et fællesskab om spisning og samtale.

Mad og måltider er også identitetsskabende og fungerer som social og kulturel udtryksform, der styrker fællesskabet. Mad spiller således en central rolle i forhold til både den fysiske og psykiske trivsel, som begge er vigtige elementer i et sundt liv.

Vi fremmer sunde mad- og måltidsvaner ved at,

- følge de officielle anbefalinger for sund kost og ernæring
- sigte efter minimum 60 pct. økologi i hele den kommunale bispisning
- arbejde for sundere mad i haller og foreningsliv
- fremstille sund mad, der stimulerer sanser og madglæde samt skabe gode rammer for måltidet, der understøtter det sociale element
- udvikle kompetencer til fremstilling af sund og velsmagende mad
- undervise og vejlede i sund kost og ernæring
- bruge naturens ressourcer til at fremme sund madglæde og formidle viden om råvarernes vej fra jord til bord
- understøtte udarbejdelse af lokalt forankrede mad- og måltidspolitikker

Vidste du, at alle skoleklasser på 7. klassesetrin har en nyttehave på Krogerup Avlsgård, hvor eleverne lærer om økologisk landbrug og råvarernes vej fra jord til bord.

Vidste du, at der i gennemsnit anvendes over 80 procent økologiske fødevarer i kommunens dagtilbud. Halvdelen af institutionerne har fået det økologiske spisemærke i guld svarende til 90-100 procent, mens 12 har sølvmærket svarende til 60-90 procent.

Vidste du, at kommunen dagligt producerer måltider til over 4000 borgere. Noget af maden er mellemmåltider, men især på omsorgsområdet er alle dagens måltider til ældre ofte tillavet i kommunale køkkener.

Vidste du, at rådhusets kantine har omlagt driften, så økologiprocenten ligger mellem 30-60, hvilket svarer til det økologiske spisemærke i bronze.

