

TEMAPLAN

for sundhed
- samt deltemaplaner for kost og rusmidler



Det gode hverdagsliv leves i Vejen Kommune

Vejen Kommune

Rådhuspassagen 3

6600 Vejen

E-mail: post@vejenkom.dk

www.vejenkom.dk

Udarbejdelse: Sundhedsafdelingen, Vejen Kommune

Lay out og tryk: Intern Service, Vejen Kommune

Fotos: Lars Rønbjerg (s. 21) og Vejen Kommune

Antal: 175 stk.

Udgivet: November 2008

2. oplag: 50 stk.

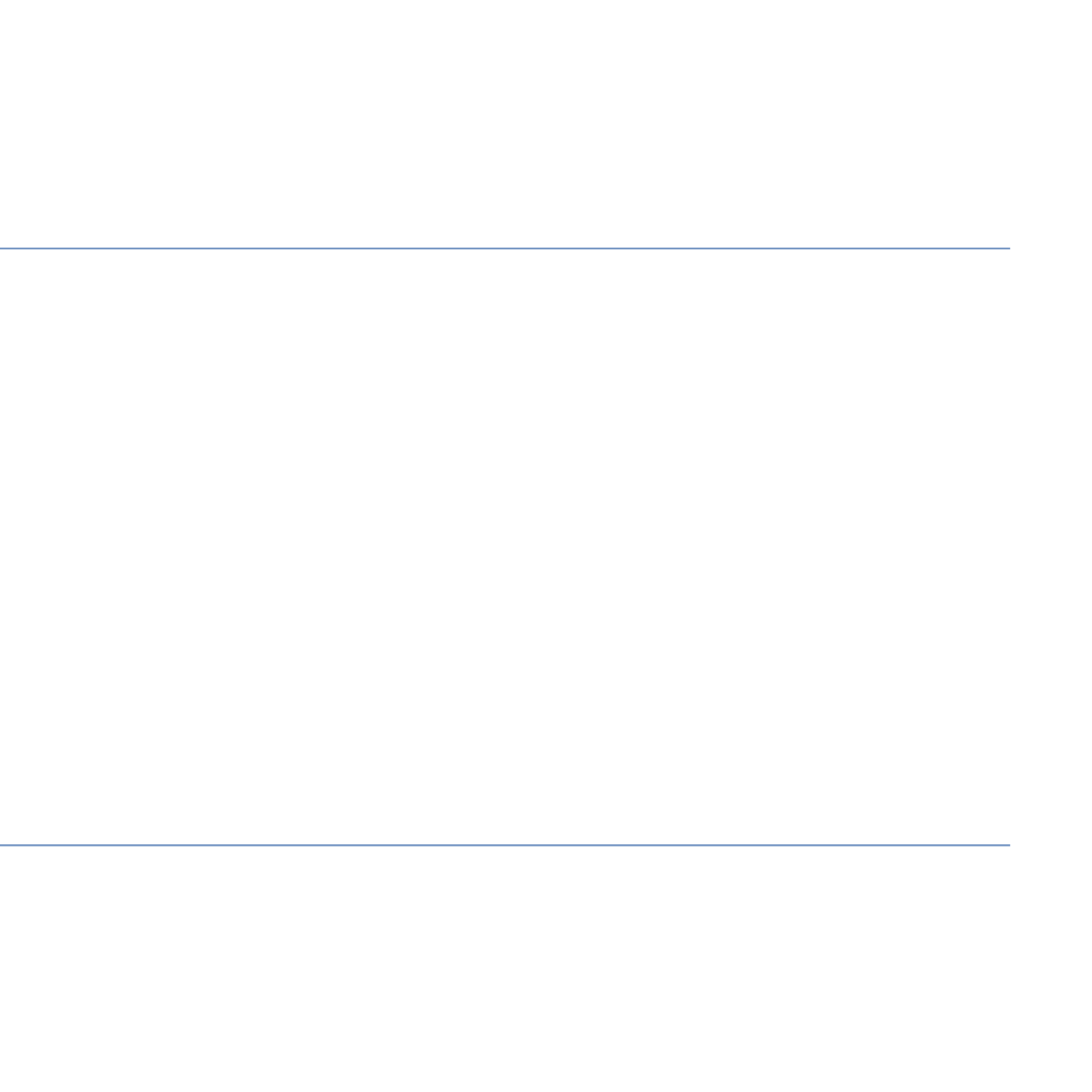
TEMAPLAN

for sundhed

- samt deltemaplaner for kost og rusmidler

Den overordnede vision er, at Vejen Kommune vil være en attraktiv erhvervs- og bosætningskommune, der skaber rammer og muligheder for trivsel, kvalitet og vækst.

Det gode hverdagsliv leves i Vejen Kommune





Indhold

Forord	4
Derfor laver vi en temaplan på sundhedsområdet	5
Pejlemærker for udviklingen på sundhedsområdet	7
Det vil vi nå	18
Sådan viser vi, hvad vi har nået	24
Deltemaplan vedrørende kost	25
Derfor laver vi en temaplan på politikområdet	26
Pejlemærker for udviklingen på området	26
Det vil vi nå	27
Sådan viser vi, hvad vi har nået	29
Deltemaplan for rusmidler	31
Forord	33
Pejlemærker for udviklingen på området	34
Det vil vi nå	38
Sådan viser vi, hvad vi har nået	40



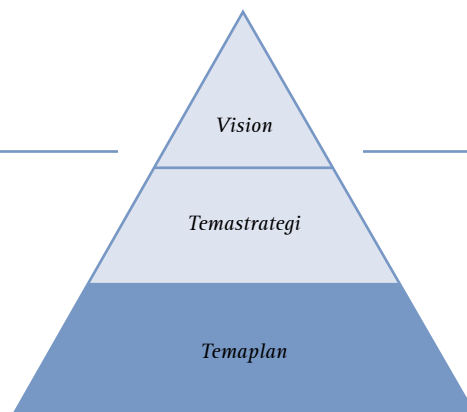
Forord

Hermed præsenteres Vejen Kommunes temaplan for sundhed. Temaplanen for sundhed efterfølges af en deltemaplan for kost og en deltemaplan for rusmidler. Temaplanen og deltemaplanerne gælder for perioden 2008-2010.

Med temaplanen for sundhed samles Vejen Kommunes sundhedspolitik 2007-2008, Vejen Kommunes kostpolitik 2007-2008 og Vejen Kommunes rusmiddelpolitik i et dokument.

I forbindelse med udarbejdelsen af den nye temaplan er der under nogle af kommunens indsatsområder tilføjet enkelte nye initiativer og projekter, som er blevet

igangsat, eller som ønskes igangsat på sundhedsområdet i Vejen Kommune. Det drejer sig fx om alkoholprojektet, som er afledt af Vejen Kommunes rusmiddelpolitik.





Derfor laver vi en temaplan på sundhedsområdet

Kommunalreformen medfører, at kommunerne skal varetage en række nye opgaver, der har til formål at fremme borgernes sundhed. Blandt de vigtigste opgaver er forebyggelse, sundhedsfremme og genoptræning efter udskrivning fra sygehus.

Sundhed er et stort og ressourcekrævende aktivitetsområde for Vejen Kommune.

Sundhed er samtidig et udviklingsområde, hvor der skal opstilles visioner og mål, og nye metoder og arbejdsgange skal tages i anvendelse. Samarbejde med

almen praksis og sygehusene skal intensiveres, og det lokale foreningsliv skal inddrages som en vigtig samarbejdspartner.

Vejen Kommune har derfor besluttet at udarbejde en temaplan for sundhed, der angiver de langsigtede visioner for kommunens arbejde og overordnede rammer for arbejdet. Temaplan for sundhed skal samtidig være realistisk og angive, hvorledes kommunen her og nu kan forfølge de opstillede visioner. Temaplan for sundhed indeholder derfor også konkrete handleplaner for kommunens indsatser i 2008-2010.

Vejen Kommunes værdigrundlag danner baggrund for adfærd, samarbejde og ledelse og er derved grundlæggende for temaplanen for sundhed. Værdigrundlaget er:

- Ordentlighed og åbenhed
- Respekt og tillid
- Dialog og engagement
- Udvikling
- Effektivitet og forretningssans
- Decentral udvikling og fælles identitet



Vejen Kommune ønsker med temaplan for sundhed at stimulere til inspiration, faglig udvikling og handling på sundhedsområdet. Temaplan for sundhed skal skabe rammer, der kan befordre en dynamisk udvikling af samarbejdet på tværs af kommunen og i forhold til samarbejdspartnere inden for det øvrige sundhedsvæsen og lokalsamfundet.

Uden en sådan dynamik vil det ikke være muligt for Vejen Kommune at løse sundhedsopgaverne på en måde, der gør en forskel for borgerne.



Pejlemærker for udviklingen på sundhedsområdet

Visioner og principper

Vejen Kommunes temaplan for sundhed bygger på to visioner for borgernes sundhed:

1. Sundhed handler om livskvalitet og livsudfoldelse

Sundhed handler ikke kun om at undgå sygdom, men også om livskvalitet og muligheder at leve den tilværelse, som man har lyst til. Vejen Kommune ønsker derfor at fremme borgernes psykiske, fysiske og sociale sundhed mest muligt og deres evne til at kunne klare familie-, arbejds- og fritidsliv.

2. Ulighed i sundhed skal bekæmpes

Sygdom er skævt fordelt blandt borgerne. Nogle bor-

gere rammes meget hårdere og tidligere af sygdom end andre. Vejen Kommune vil bekæmpe social ulighed i borgernes sundhed. Ulighed kan optræde i forbindelse med køn, alder, uddannelse, beskæftigelse, seksualitet, etnisk oprindelse mv.

Principper for det sundhedspolitiske arbejde

Vejen Kommuner vil føre sin temaplan for sundhed ud i praksis ud fra følgende principper:

1. Hjælp til selvhjælp

Den enkelte borger har ansvar for egen sundhed, men dette ansvar kan kun løftes i samarbejde med fami-

Sundhed kan opfattes som en ressource, der giver mulighed for at modstå og mestre de daglige udfordringer og belastninger. Sundhed er defineret af verdenssundhedsorganisationen som "en tilstand af fuldstændig fysisk, psykisk og socialt velbefindende og ikke blot fravær af sygdom eller svækkelse".



lie og venner, læge og sygehus, arbejdspladser, lokalsamfundet og kommunen. Vejen Kommune vil skabe sunde rammer i det daglige for borgerne og gennem samarbejde med lokale og regionale samarbejdspartnere styrke den enkelte borgers muligheder for at tage ansvar for sin sundhed. Vejen Kommunes temaplan for sundhed bygger således på princippet om hjælp til selvhjælp.

2. Samarbejde om sundhed med lokalsamfundet

Der er i Vejen Kommune en lang og omfattende folkelig tradition for foreningsliv, herunder idrætsliv og frivilligt arbejde. Vejen Kommune vil bygge sin sundhedsindsats på denne tradition og satse mest mulig på borgerinddragelse og et tæt samarbejde med foreninger og frivillige i kommunen, hvor dette fremmer borgernes sundhed.

3. Grundlaget er dokumentation, kvalitet og kompetencer hos medarbejderne

Vejen Kommunes indsats på sundhedsområdet skal bygge på viden om borgernes sundhed og om hvilke indsatser, der virker. Det forudsætter dokumentation, kvalitet og et kompetent personale. Kun herigennem kan der opnås holdbare forbedringer i borgernes helbred. Holdninger til sundhed og praktiske erfaringer er vigtige, men ikke tilstrækkelige forudsætninger for sundhedsindsatsen i kommunen.

4. Vejen Kommune skal være rollemodel for borgerne med hensyn til sundhed

Vejen Kommune ønsker – som kommune i forholdet til borgerne og som arbejdsgiver i forhold til de kommunale medarbejdere – at fremtræde som en kommune, der i det daglige lægger stor vægt på sundhed.



Fokus på forebyggelse – borgerrettet og patientrettet

Med sundhedsloven får Vejen Kommune ansvar for forebyggelse og sundhedsfremme.

Forebyggelse og sundhedsfremme kan opdeles i borger- og patientrettet forebyggelse.

Den borgerrettede forebyggelse, som Vejen Kommune har ansvaret for, har til formål at holde borgere sunde og undgå, at sygdom opstår. Den borgerrettede forebyggelse vil typisk være indsatser i forskellige miljøer som skoler, arbejdspladser, foreninger, institutioner, hvor formålet er at skabe sunde rammer for borgerne. Den borgerrettede forebyggelse kan også være personrettede sundhedsfremmetilbud om rygestop, øget motion, kostrådgivning osv.

Den patientrettede forebyggelse har til formål at hindre, at sygdom udvikler sig yderligere og at forebygge komplikationer og tilbagefald. Den patientrettede forebyggelse omfatter rådgivning om sund livsstil, patientuddannelse, genoptræning og rehabilitering. En vigtig del af den patientrettede forebyggelse er at sikre sammenhængende patientforløb både før og efter udskrivelse fra sygehus. Det indebærer, at der foretages en nøje koordinering af samarbejdet mellem sygehus, praktiserende læge og kommune i forbindelse med den enkelte patient, således at der er klare aftaler om perioden før og efter udskrivelse, herunder hvorledes genoptræning eller rehabilitering skal foregå.

Den patientrettede forebyggelse varetages i et samarbejde mellem Vejen Kommune og Region Syddanmark og fastlægges gennem sundhedsaftalerne.

Forebyggelse er sundhedsrelaterede aktiviteter, der søger at forhindre opståen og udvikling af sygdomme, psykosociale problemer, eller ulykke og dermed fremmer folkesundheden.

Kilde: Terminologi, SST 2005



Borgerrettet forebyggelse har et langsigtet perspektiv. Effekterne viser sig typisk først efter nogle år i form af større livskvalitet hos borgerne og færre borgere med sygdom. Patientrettet forebyggelse har et kortere tidsperspektiv, og resultaterne vil i en række tilfælde kunne registreres hurtigt, f.eks. i form af højere livskvalitet, bedre funktionsevne, reduceret medicinforbrug, færre sygehusindlæggelser eller lignende.

De to typer af forebyggelse supplerer hinanden, og Vejen Kommune vil derfor satse på begge typer af forebyggelse for at sikre forbedringer i borgernes sundhedstilstand både på kort og lang sigt.

Vejen Kommune har regeringens sundhedsprogram "Sund hele livet" som grundlag for prioritering af borger- og patientrettede indsatser i 2008-2010.

Fra sundhedspolitik til handling

Sundhedsområdet kræver politisk bevågenhed. Området er under udvikling med mange nye opgaver, og opgaveløsningen går på tværs af udvalgene og sektorer i kommunen.

Vejen Kommune har valgt at lægge sundhedsområdet i et udvalg sammen med kultur og fritid. Hermed er sendt et signal om, at sundhedsopgaverne skal løses i samarbejde med foreningslivet.

Det er vigtigt at holde sig for øje, at alle udvalg træffer beslutninger, der har betydning for borgernes sundhed. Skal Vejen Kommunes visioner om sundhed føres ud i livet, forudsætter det politisk bevågenhed i alle udvalg.

For at sikre denne bevågenhed på sundhedsområdet

Sundhedsfremme er sundhedsrelaterede aktiviteter, der søger at fremme de enkeltes sundhed og folkesundheden ved at skabe rammer og muligheder for at mobilisere patienters og andre borgers ressourcer og handlekompetencer.

Kilde: Terminologi, SST 2005



vil udvalg og byrådet hvert år gennemføre en overordnet sundhedspolitisk debat. Debatten finder sted på grundlag af en statusrapport over sundhedsområdet med fokus på områder, hvor der er behov for nye prioriteringer.

For at sikre politisk bevågenhed i det daglige underkastes alle indstillinger til udvalgene en sundhedskonsekvensvurdering på linie med de økonomiske og administrative konsekvensvurderinger. Sundhedskonsekvensvurderingen skal tage udgangspunkt i visionerne for Vejen Kommunes temaplan for sundhed og give en vurdering af den forebyggende og sundhedsfremmende effekt af indstillingen. Dermed sikres det, at sundhedsaspektet indgår i den sædvanlige politiske beslutningsproces.

Sundhed forudsætter samarbejde på tværs af kommunens sektorer

På det udførende plan skal Vejen Kommune sikre,

- at forebyggelse og sundhedsfremme indgår som en naturlig del af opgaveløsningen på sektorområderne
- at sundhedsopgaverne kan løses tværgående især i forhold til børne- og ungeområdet, skoleområdet, socialområdet, beskæftigelsesområdet, ældreområdet, kultur- og fritidsområdet og teknik- og miljøområdet
- at opgaverne løses så tæt på borgernes nærmiljø, som det er muligt på faglig forsvarlig vis
- at der er en klar ansvarsfordeling af opgaverne
- at samarbejdet med det øvrige sundhedsvæsen, herunder de praktiserende læger og sygehuse, forløber effektivt
- at IT indtænkes fra start med henblik på at understøtte

Sundhed skal være en naturlig del af hele Vejen Kommune, og sundhedsopgaverne skal løses på tværs af sektorerne.



opgaveløsningen bedst muligt – dette gælder både i forbindelse med kommunikation og formidling og i forbindelse med kvalitetssikring, fx i form af databaser

- at der i udviklingen af relevante IT-systemer anvendes MedCom standard som det fælles sprog, således at der kan føres en IT-kommunikation mellem sygehusvæsenet, praktiserende læger og kommunen, jf. IT-strategien i sundhedsaftalen mellem Region Syddanmark og Vejen Kommune

Dokumentation, kvalitet og kompetence er grundlaget for sundhedsindsatsen

Vejen Kommunes indsats på sundhedsområdet skal bygge på viden om borgernes sundhed, om hvilke indsatser der virker, og hvad der er omkostningseffektivt. Det betyder, at Vejen Kommune vil lægge vægt på, at de kommunale sundhedsindsatser bygger på dokumenteret viden fra forskning og anbefalinger fra de nationale og regionale sundhedsmyndigheder, faglige selskaber mv.

Mange områder inden for forebyggelse og sundhedsfremme er ikke tilstrækkeligt undersøgt, og der foreligger derfor ikke altid dokumentation for effektive indsatser. Nogle gange er det nødvendigt at handle alligevel, og der skal være plads til forsøg og eksperimenter. Vejen Kommune vil lægge vægt på evaluering af sådanne forsøg med henblik på at vurdere deres effekt for borgernes helbred og omkostningseffektivitet. På grundlag af evalueringer kan det herefter besluttes,



om indsatsen skal fortsætte i drift eller helt opgives, hvis der ikke kan påvises nogen effekt.

Vejen Kommune vil følge udviklingen i borgernes sundhedstilstand gennem sundhedsprofiler. Herved er det muligt at tilrettelægge kommunens sundhedsindsatser i overensstemmelse med befolkningens behov. Sundhedsprofilerne skal endvidere bruges til at evaluere effekten af kommunens sundhedsindsatser og medvirke til at udpege områder, hvor en ny eller forstærket indsats er nødvendig.

Vejen Kommune vil udvikle en strategi for dokumentation på sundhedsområdet. Strategien skal bygge på analyser af, hvilke dokumentationsbehov kommunen har på det politiske og administrative plan, og hvorledes disse behov kan dækkes i praksis. Det betyder fx, at sundhedsprofilerne skal opbygges, således at de er

handlingsorienterede i forhold til politiske beslutninger og til planlægning af konkrete sundhedsindsatser.

Vejen Kommune vil samarbejde aktivt med Region Syddanmark, Sundhedsstyrelsen og andre nationale sundhedsmyndigheder med henblik på at sikre et dokumenteret grundlag for sundhedsindsatserne i kommunen.

Kvalitetsudvikling og den danske kvalitetsmodel

Vejen Kommune vil lægge vægt på at sikre en løbende kvalitetsudvikling af sundhedsindsatserne med henblik på at opnå størst mulig effekt på borgernes sundhed og tilfredshed hos borgerne. Det indebærer, at der opstilles konkrete mål for sundhedsindsatserne, og at det er muligt at dokumentere, i hvilket omfang målene er nået.



Vejen Kommune vil prioritere et samarbejde med nationale myndigheder om udvikling og implementering af Den danske Kvalitetsmodel.

Kompetenceudvikling hos medarbejderne

Medarbejderne i Vejen Kommune besidder en lang række forskellige kompetencer på sundhedsområdet. Det gælder for eksempel medarbejdere inden for hjemmesygepleje, børnesundhedstjeneste, tandpleje, hjemmehjælp mv. Disse kompetencer skal der bygges videre på i forhold til forebyggelse og sundhedsfremme. Nye opgaver forudsætter nye kompetencer.

Vejen Kommune anser kompetenceudvikling hos medarbejderne som en forudsætning for effektiv løsning af opgaverne inden for forebyggelse og sundhedsfremme. Vejen Kommune anser endvidere kompetenceudvikling som et vigtigt element i en fremadrettet personalepo-

litik, der kan skabe øget jobtilfredshed og styrke mulighederne for at rekruttere nye medarbejdere.

Samarbejde med øvrige aktører i sundhedsvæsenet

Ifølge sundhedsloven skal Vejen Kommune samarbejde med Region Syddanmark om at understøtte sammenhængende behandlingsforløb for borgerne på tværs af kommune, sygehus og almen praksis. Samarbejdet drejer sig specielt om den patientrettede forebyggelse før og efter udskrivelse fra sygehus. Der skal således indgås sundhedsaftaler om udskrivningsforløb for svage ældre patienter, indlæggelsesforløb, træning, hjælpemidler, forebyggelse og sundhedsfremme og indsatser for patienter med sindslidelser.

Den Danske Kvalitetsmodel er et nationalt og tværgående kvalitetsudviklings-system, der udvikles i et samarbejde mellem stat, regioner, kommuner og erhvervsliv. Visionen er, at den skal omfatte alle sundhedsydelser. Modellen skal bl.a. forebygge fejl, som koster liv, livskvalitet og ressourcer, sikre ensartet høj kvalitet på tværs af geografi og sektorer samt skabe bedre og mere sammenhængende patientforløb.

Kilde: Institut for Kvalitet og Akkreditering i Sundhedsvæsenet 2008



Vejen Kommune vil gennem sin deltagelse i sundhedskoordinationsudvalg og andre regionale udvalg og gennem indgåelse af sundhedsaftalerne lægge vægt på at styrke samarbejdet med Region Syddanmark mest muligt. Princippet for samarbejde skal være, at parterne bidrager med de ydelser, der kan leveres af den højeste kvalitet og mest økonomisk effektivt. Vejen Kommune vil prioritere et konstruktivt samarbejde med regionens sygehuse blandt andet gennem ansættelse af forløbskoordinatorer.

Samarbejde med de praktiserende læger i Vejen Kommune er helt afgørende for gennemførelsen af temaplanen for sundhed. De har en omfattende kontaktflade til borgerne, og de henviser til sygehuse, speciallæger, fysioterapi og til kommunale sundhedstilbud af forskellig karakter.

I det lokale samarbejde indgår derudover privatpraktiserende speciallæger, fysio- og ergoterapeuter mv. Endelig indgår apotekerne, der blandt andet gennemfører rygestopkurser for borgerne.

Vejen Kommune vil inddrage de lokale aktører på sundhedsområdet i planlægningen af kommunens sundhedsfremmetilbud. Gennem et sådant samarbejde er det målet at udvikle disse tilbud, således at den faglige kvalitet er tilfredsstillende for alle parter, og at der er nem tilgængelighed til tilbuddene. Det indebærer blandt andet, at de praktiserende læger har nøje kendskab til de kommunale sundhedsfremmetilbud, og at de nemt kan henvise borgerne til tilbuddene.

For Vejen Kommune vil de bærende principper for samarbejdet med de øvrige aktører på sundhedsområdet være kommunikation, ligeværdighed og tillid.



Samarbejde med klubber og foreninger

Der er i Vejen Kommune en lang og omfattende tradition for foreningsliv, herunder ikke mindst idrætsliv og frivilligt arbejde. Vejen Kommune giver omfattende økonomiske tilskud til foreningslivet, og kommunen har en række veludbyggede og velfungerende idrætsanlæg og haller, som bruges flittigt af borgerne.

Vejen Kommune vil samarbejde med foreningerne om udmøntningen af temaplan for sundhed. Det gælder både den borgerrettede og patientrettede forebyggelse. Foreningerne kan tilbyde masser af sunde aktiviteter, socialt netværk og socialt samvær. Patientforeningerne har indsigt i, hvad sygdom betyder for dagligdagen og familielivet og kan tilbyde samvær for borgere med fælles helbredsproblemer.

Foreningerne kan ikke erstatte de kommunale sundhedsydelser, der forudsætter en sundhedsfaglig indsigt, som kun uddannet personale besidder. Foreningerne kan derimod supplere de kommunale sundhedsydelser og give tilbud, der hjælper borgerne til at fastholde sunde vaner i rammer, der er uden for sundhedsvæsenet. Foreninger og frivillige kan derudover tilføre et meget væsentligt element af livsindhold og nærhed. Vejen Kommune vil i sin fremtidige tilskudspolitik til idrætslivet lægge vægt på at styrke sundhedsfremmende initiativer, der kan gøre endnu flere borgere fysisk aktive.

Vejen Kommune vil samarbejde med klubber og foreninger om at løse sundhedsopgaverne.



Et samarbejde mellem foreningerne og Vejen Kommune forudsætter idérigdom, risikovillighed, samarbejdsvilje og respekt for hinandens udgangspunkt. Det forudsætter også åbenhed overfor nye metoder, nye opgaver og nye samarbejdspartner.

Sundhedsadfærd i Vejen Kommune

Rygning:	Ca. 30 % ryger dagligt (34 % i hele DK)
Overvægt:	Ca. 13 % er svært overvægtige (BMI>30)(9 % i hele DK)
Kost:	Ca. 53 % spiser sundt (58 % i hele DK)
Motion:	Ca. 65 % er fysisk aktive (66 % i hele DK)

Kilde: Sundhedsprofil Ny Vejen Kommune, Region Syddanmark 2006



Det vil vi nå

Fra vision til handling – sundhedspolitiske indsatsområder og handleplaner for forebyggelse 2008-2010.

Vejen Kommunes temaplan for sundhed angiver de langsigtede visioner og overordnede rammer for kommunens indsatser for borgernes sundhed. Temaplan for sundhed fokuserer på en række indsatsområder, som skal føres ud i livet ved hjælp af en række handleplaner, som udarbejdes i 2008- 2010.

I handleplanerne omsættes visionerne til konkrete indsatser med angivelse af mål, indhold og organisation. Handleplanerne skal indeholde et budget for handleplanens gennemførelse, herunder en angivelse af, hvad der kan gennemføres som del af den almindelige drift, hvad der kræver tilførsel af yderligere midler fra Vejen

Kommune, og hvad der kan søges i statslige puljer.

Handleplanerne udarbejdes af arbejdsgrupper, der sammensættes således, at relevante parter, der vil være involveret i implementeringen af handleplanen, er repræsenteret.

Handleplanerne forelægges til politisk godkendelse.

Indsatsområder i 2008-2010

Kost, rygning, alkohol og motion – de såkaldte KRAM-faktorer – har afgørende betydning for alle borgere i alle aldersgrupper, uanset om de er syge eller raske. Det viser sig i form af nedsat livskvalitet, stort medi-

KRAM- faktorerne omhandler kost, rygning, alkohol og motion.



cinforbrug, indlæggelser på sygehus, sygefravær, førtidspensioner eller for tidlig død. Det gælder også for borgere i Vejen Kommune.

Vejen Kommune vil derfor i 2008-2010 prioritere KRAM-faktorerne som gennemgående tema for handleplanerne. Hermed kan faglige kompetencer og praktiske erfaringer med hensyn til KRAM bruges på tværs af handleplanerne, hvilket yderligere kan bidrage til sikre sammenhæng i Vejen Kommunes sundhedsindsats.

Der vil blive udarbejdet handleplaner for følgende målgrupper:

- børn og unge
- voksne og 60+-årige
- medarbejdere på kommunale og private arbejdspladser
- sygedagpengemodtagere

Sundhedsområdet udvikler sig hurtigt i de kommende år, og der vil opstå behov for at udarbejde handleplaner for andre temaer end ovennævnte prioriterede temaer. Her har styregruppen under forebyggelses- og rådgivningscentret en central rolle, idet den har kompetence til at foreslå nye initiativer og projekter.

Indsatsområde – forebyggelse og sundhedsfremme for børn og unge

Sundhedsprofil for 7.-10. klasse-elever

Vejen Kommune har i oktober-november 2006 gennemført en internetbaseret spørgeskemaundersøgelse blandt 7.-10.-klasse-elever på alle kommunens skoler. Undersøgelsen viste, at langt de fleste elever har et godt helbred. Der er dog et mindretal af elever, som

Børn og overvægt

I alt har 11 % af eleverne i 7. – 10. klasse et BMI på over 25. En større andel af drenge er overvægtige, og for begge køn ses en tendens til, at andelen af overvægtige stiger med alderen. I forhold til landsgennemsnittet tyder det på, at en større andel af drenge i Vejen Kommune i forhold til landsgennemsnittet er overvægtig, mens pigerne ligger på niveau med landsgennemsnittet.

Kilde: Sundhedsvaner og trivsel blandt 7.-10. klasser i Vejen Kommune, Vejen Kommune 2006



ikke trives i det daglige og ofte har symptomer som hovedpine, mavepine, ondt i ryggen, nervøsitet eller er kede af det. Undersøgelsen viste endvidere, at mange har sundhedsvaner, der på længere sigt kan skade deres helbred. For få spiser frugt og grønt hver dag. For mange er ikke tilstrækkeligt fysisk aktive. Overvægt er et voksende problem. For mange begynder at ryge, ligesom mange elever starter med at drikke alkohol i en tidlig alder og har et forholdsvis stort forbrug af alkohol i forbindelse med fester.

Livsstil og vaner grundlægges, mens man er barn eller ung, og kan være særdeles vanskelige at ændre senere. Skolen udgør en vigtig ramme for børn og unges tilværelse og er derfor et godt udgangspunkt for at introducere sunde levevaner.

Sundhedsaktiv skole

Vejen Kommune har igangsat et stort udviklingsprojekt: Sundhedsaktiv skole. Projektet er treårigt og har til formål:

- At styrke børn og unges fysiske, psykiske og sociale sundhed
- At eleverne kan tage kritisk stilling og handle for at fremme egen og andres sundhed
- At styrke skolernes sundhedsfremmende indsats generelt samt give sundhedsundervisningen et løft.

Projektet vil sammen med skoleundersøgelsen fra 2006 udgøre en ramme for det sundhedsfremmende arbejde på skolerne.

Børn og morgenmad

70 % af eleverne i Vejen Kommune spiser altid morgenmad, inden de skal i skole. Andelen af drenge, der spiser morgenmad, falder med alderen – faldet sker fra 80 % af de 13-årige til 70 % af de 16-årige. Andelen af piger, der spiser morgenmad, ligger på 60-65 %, og ændres ikke med alderen.

Kilde: Sundhedsvaner og trivsel blandt 7.-10. klasser i Vejen Kommune, Vejen Kommune 2006



Sundhedsfremme for børn 0-6 år og deres fagprofessionelle.

Det overordnede formål med projektet er at styrke børns forudsætninger for at udvikle gode og sunde vaner gennem sundhedsfremmende indsatser, de steder hvor børn opholder sig.

Projektet tager afsæt i følgende:

- At opkvalificere de fagprofessionelle til i højere grad at tænke sundhed og trivsel ind i hverdagen for herigennem at øge børnenes muligheder for at udvikle sunde vaner.
- At udvikle de enkelte fagprofessionelles kompetencer og følelse af sammenhæng og handlekraft i hverdagen, da det er en forudsætning for at tage vare på egen og andres sundhed.

Projektet forudsætter, at der opnås ekstern finansiering.

Indsatsområde

KRAM (kost, rygning, alkohol og motion) for voksne og 60+-årige

Vejen Kommune vil bidrage til, at livsstilssygdomme kommer på dagsorden med fokus på forebyggelse.

Indsatsområdet skal udmøntes i en handleplan, som tager udgangspunkt i anbefalinger fra Sundhedsstyrelsen, Det nationale Råd for Folkesundhed og Sund By Netværket. Anbefalingerne tilpasses forholdene i Vejen Kommune. Forebyggelses- og rådgivningscentret har den centrale, koordinerende rolle i handleplanen. I handleplanen beskrives indsatserne med hensyn til

Børn og rygning

Blandt 7.-10. klasseeleverne er der over 40 %, der har prøvet at ryge en cigaret. 8 % af eleverne ryger til hverdag.

Kilde: Sundhedsvaner og trivsel blandt 7.-10. klasser i Vejen Kommune, Vejen Kommune 2006



mål, indhold, målgrupper, samarbejdspartnere, kvalitetssikring, kompetencer hos det udførende personale, forventede effekter og økonomi. Der sættes særlig fokus på, hvorledes indsatserne bedst muligt kan nå de borgere, der har størst behov for sundhedsfremme.

Handleplanens indhold på kostområdet skal ses i forlængelse af deltemaplanen for kost for Vejen Kommune, som omfatter daginstitutioner, skoler, arbejdspladser, fritidsområdet/idrætscentre, ældreområdet mv. Handleplanens indhold om rygestopkurser skal supplere samarbejdet med apotekerne. Handleplanen skal omfatte alle voksne, men i særlig grad fokusere på de 60+-årige. Den skal endvidere indeholde et særligt tilbud for overvægtige gravide vedrørende kost og motion. Tilbuddet udvikles i samarbejde med almen praksis.

Handleplanen udarbejdes af en tværfaglig arbejdsgruppe og med inddragelse af lokale samarbejdspartnere, fx almen praksis, foreninger, apotek mv.

Indsatsområde – sundhedsfremme på arbejdspladserne

Vejen Kommune vil i samarbejde med Udviklingsrådet for Erhverv og Turisme i Vejen Kommune udvikle initiativer vedrørende sundhedsfremme for medarbejderne. Initiativerne har til formål at styrke lokale sundhedsfremmeindsatser om kost, overvægt, rygning, alkohol, manglende motion samt stress/depression. Endvidere skal de ansattes viden om "sund arbejdstid" og deres deltagelse i idrætslivet styrkes.

Der arbejdes i forvejen på mange virksomheder med sundhedsfremme for medarbejderne. Et samarbejde

Træningshjælper

Efter tre måneders træning med en træningshjælper har borgerne i projektet forbedret deres fysiske færdighed, fx har de forbedret deres balance med 164 %.

Kilde: Træningshjælperprojektet, 2008



mellem Vejen Kommune og virksomhederne er til gavn både for kommunale og private arbejdspladser. Handleplanen udarbejdes i samarbejde med private virksomheder, idrætscentre og lokale foreninger.

Handleplanen skal i første omgang vedrøre udvalgte virksomheder i kommunen samt de kommunale arbejdspladser indenfor hjemmepleje og døgninstitutioner, der af Arbejdstilsynet generelt vurderes til at være særlig nedslidningstruede arbejdsmiljøer med højt sygefravær og overhyppighed af efterløn og førtidspension.

Mål for indsatsen

Det er et mål, at projektet på sigt også kommer til at omhandle livsstil, arbejdsmiljø og arbejdspladsernes sociale ansvar.

Indsatsområde – sygedagpengemodtagere

Nedbringelse af sygefraværet og dermed sygedagpengesageres antal og varighed indgår som et prioriteret indsatsområde i beskæftigelsesplanen for Jobcenter Vejen i 2009. Det forudsætter en målrettet og effektiv indsats på en række områder, der har betydning for sygefraværet samt et godt og konstruktivt samspil mellem de aktører, der er involveret omkring sygefravær.

Mål for indsatsen

Jobcentrene skal sikre, at antallet af sygedagpengesager på over 26 uger bliver nedbragt i forhold til året før.

Rygestop

65 % af deltagerne på et af Vejen Kommunes rygestopkursus er røgfrie efter kursets afslutning. Kursusdeltagerne har i gennemsnit røget i 32 år, inden de melder sig til kurset.

Kilde: Rygestop basen, 2008



Sådan viser vi, hvad vi har nået

Byrådet afholder hvert år en overordnet sundhedspolitisk debat. I den forbindelse udarbejdes en statusrapport over de projekter og initiativer, der er igangsat på baggrund af temaplanen for sundhedsområdet.

Mennesker med kroniske lidelser

- ca. 2.000 med type 2 - diabetes
- ca.1.400 med hjerte - kar sygdomme
- ca.10.000 med muskel og skeletlidelser
- ca. 1.540 med KOL (rygerlunger)

Kilde: Sundhedsprofil Ny Vejen Kommune, Region Syddanmark 2006

Deltemaplan vedrørende kost

Indhold

Deltemaplan vedrørende kost25
Derfor laver vi en temaplan på politikområdet26
Pejlemærker for udviklingen på området26
Det vil vi nå27
Sådan viser vi, hvad vi har nået29



Derfor laver vi en del-temaplan på politikområdet

Vejen Kommune vil være en attraktiv erhvervs- og bopætningskommune, der skaber rammer og muligheder for trivsel, kvalitet og vækst.

Kort sagt: Vejen kommune vil være en sund kommune!

Sundhed er defineret som et bredt begreb, der skal ses i lyset af såvel levevilkårs- som livsstilsfaktorer.

Vejen Kommunes kostpolitik skal relateres til såvel livsstil som levevilkår.

Sund mad og sunde måltider handler både om forebyggelse af sygdomme og fysisk, psykisk og social velvære.

Pejlemærker for udviklingen på området

Visioner i temaplan for sundhed

1. Sundhed handler om livskvalitet og livsudfoldelse

Sundhed handler ikke kun om at undgå sygdom, men også om livskvalitet og muligheder for at leve den tilværelse, man har lyst til. Vejen Kommune ønsker derfor at fremme borgernes psykiske, fysiske og sociale sundhed mest muligt samt deres evne til at kunne klare familie-, arbejds- og fritidsliv.

2. Ulighed i sundhed skal bekæmpes

Sygdom er skævt fordelt blandt borgerne. Nogle borgere rammes meget hårdere og tidligere af sygdom end

Vejen Kommunes vision for kostpolitikken er:
Det sunde valg skal være det lette valg.



andre. Vejen Kommune vil bekæmpe social ulighed i borgernes sundhed. Ulighed kan optræde i forbindelse med køn, alder, uddannelse, beskæftigelse, seksualitet, etnisk oprindelse mv.

For at gøre det lettere at være sund, skal deltemaplan for kost bidrage til at

- skabe rammer for sund levevis
- øge livskvaliteten for den enkelte
- formidle betydningen af sund kost
- der på institutioner på sigt kan tilbydes velsmagende, ernæringsrigtig mad, tilberedt af sunde råvarer

Sund mad danner grundlag for, at mennesker trives, har et godt helbred, en rask krop og en sund livsstil.

Det vil vi nå

Indsatsområde – Det sunde valg skal være det lette valg

Handleplanen for Vejen Kommunes kostpolitik er:

1. Vejen Kommunes vision samt målsætning for kostpolitikken fremsendes til godkendelse i Byrådet og danner grundlaget for fokusområdernes arbejde med udmøntningen af politikken.
2. Der nedsættes arbejdsgrupper med politisk deltagelse indenfor fokusområderne med henblik på erfaringsudveksling samt opstart af den videre udmøntning:



- Jordmødre/praktiserende læger (gravide/spædbørn)
- Dagplejen
- Daginstitutioner
- Skoler/videregående uddannelsessteder (herunder fritidsordninger)
- Fritidsområdet (herunder alle halbestyrere)
- Arbejdsmarkedsafdelingen (kontanthjælpsmodtagere)
- Ældreområdet
- Vejen Kommune som arbejdsplads
- "Sund virksomhed" (deltagende virksomheder skal udvælges)

3. De enkelte institutioner sikrer en plan for implementering af Vejen Kommunes deltemaplan for kost.

De 8 kostråd er:

- Spis mere frugt og grønt - 6 om dagen.
- Spis fisk og fiskepålæg - flere gange om ugen.
- Spis kartofler, ris, eller pasta og groft brød - hver dag.
- Spar på sukker - især fra sodavand, slik og kager.
- Spis mindre fedt - især fra mejeriprodukter og kød.
- Spis varieret - og bevar normalvægten.
- Sluk tørsten i vand.
- Vær fysisk aktiv - mindst 30 minutter om dagen.



Sådan viser vi, hvad vi har nået

Byrådet afholder hvert år en overordnet sundhedspolitisk debat. I den forbindelse udarbejdes en statusrapport over de projekter og initiativer, der er igangsat på baggrund af temaplanen for sundhedsområdet.

Deltemaplan for rusmidler

Indhold

Deltemaplan for rusmidler31
Forord33
Pejlemærker for udviklingen på området34
Det vil vi nå38
Sådan viser vi, hvad vi har nået40



Forord

I Danmark er rusmidler lettilgængelige. De fleste – voksne såvel som unge – bruger rusmidler. Nogle tusinde danskere er misbrugere, og deres problemer griber ikke bare ind i deres eget liv, men implicerer familie, venner, kolleger og øvrigt netværk.

Tal fra europæiske undersøgelser viser, at danske unge sammenlignet med unge i andre europæiske lande har et højt forbrug af alkohol, tobak, hash og andre stoffer. I kølvandet på de liberale rusmiddelvaner følger for

nogle et misbrug, som kræver en særlig indsats, hvis det skal standses i opløbet.

En synlig og opprioriteret indsats er nødvendig, når vi som samfund ønsker at reducere brug og misbrug af rusmidler.

Opgaverne ligger inden for områderne forebyggelse, tidlig indsats, behandling og efterværn.

Sundhedsstyrelsen anbefaler, at voksne max drikker 5 genstande ved en lejlighed, og at kvinder højst drikker 14 genstande om ugen og mænd højst 21 genstande om ugen – mindre er bedre.

1 genstand svarer til:

- en almindelig øl,
- et glas vin eller
- 2 cl spiritus



Pejlemærker for udviklingen på området

Vejen Kommunes visioner

Vejen Kommunes overordnede vision lyder:
Vejen Kommune vil være en attraktiv erhvervs- og bopælskommune, der skaber rammer og muligheder for trivsel, kvalitet og vækst.

Vejen Kommunes temaplan for sundhed bygger på følgende

1. Sundhed handler om livskvalitet og livsudfoldelse og
2. Ulighed i sundhed skal bekæmpes

Vejen Kommunes deltemaplan for rusmidler er i overensstemmelse med disse visioner og Vejen Kommunes værdier.

Definitioner og antagelser

Stofmisbrug betragtes som brug af rusmidler i et sådant omfang eller på en sådan måde, at det medfører sociale og/eller helbredsmæssige skader. Det defineres også som et ikke socialt acceptabelt brug.

Forståelsen af stofproblemet tager udgangspunkt i en helhedsforståelse af borgerens samlede situation, forstået som en sammenhæng mellem symptomerne og de bagvedliggende årsager til misbruget.



Vejen Kommune har nedenstående generelle antagelser for områderne menneskesyn og misbrug:

- Mennesket opfattes som en social person, som tilstræber at indgå i meningsfyldte relationer til andre mennesker.
- Mennesket har nogle basale behov, som skal være opfyldt, for at vi som mennesker skal kunne udfolde os og udvikle de medfødte anlæg.
- Vi tror på at, alle mennesker har et ønske om og vilje til at tilrettelægge deres eget liv og ønsker forandring hvis kompetencen til styring af tilværelsen mistes.
- Vi opfatter misbrug som en u hensigtsmæssig måde at løse problemer på – men accepterer at det for den enkelte stofmisbruger er meningsfuldt i forhold til at mestre konflikter.

Overordnede målsætninger

I Vejen Kommune vil vi:

- Forebygge børns og unges brug/misbrug af lovlige og ulovlige rusmidler
- Styrke den tværfaglige indsats i forhold til børn i misbrugsfamilier
- Nedbringe antallet af alkohol- og stofafhængige
- Nedbringe de helbredsmæssige og sociale problemer/skader som følge af misbrug af rusmidler

Alkoholforbruget i Danmark har siden starten af 1970'erne konstant været omkring 11,5-12 liter ren alkohol pr. voksen dansker over 14 år.

Kilde: Folkesundhedsrapporten 2007, SIF



Forebyggende indsats i fritidssektoren

I Vejen Kommune vil vi være aktivt opsøgende i forhold til fritidssektoren omkring tilrettelæggelse af den forebyggende indsats, involvering af forældrene, hvordan rusmidler indgår/ikke indgår i forbindelse med fester og lejrture.

Aktivt SSP-samarbejde

Vejen Kommune vil være en aktiv medspiller i SSP-samarbejdet og arbejde for et godt og velfungerende samarbejde mellem politiet og festmiljøerne, da et godt samarbejde kan være med til at mindske salg af stoffer og udskænkning af alkohol til mindreårige

Involvering af kommunens institutioner

Da mange børn vokser op i misbrugsfamilier, er det af stor betydning, at de institutioner, der møder børn og

unge, også i deres politik har forholdt sig til, hvordan man støtter det enkelte barn og samarbejder med forældrene.

I Vejen Kommune vil vi arbejde for og tilskynde, at vore institutioner har klare regler for, hvem man samarbejder med i kommunen, hvis der er behov for en indgriben.

Kompetenceudvikling af kommunens medarbejdere

Vejen Kommune vil derfor arbejde hen imod, at alle professionelle i kommunen, der møder mennesker der enten har et rusmiddelbrug eller er i farezonen for at udvikle et, har viden om, hvordan man kan støtte og gribe ind. Derudover skal medarbejderne vide hvilke andre professionelle, man kan samarbejde med og henvise til.



Indgåelse af samarbejdsaftaler med andre aktører

Vejen Kommune har indgået samarbejdsaftaler omkring ambulante og døgnbehandlingstilbud til misbrugere.

Det overordnede mål for behandlingen er stoffrihed, subsidiært ophør af illegalt misbrug. Midlet til at nå målet er at skabe eller genskabe sociale kompetencer, i det omfang det er muligt for den enkelte. Det betyder, at indsatsen er en fysisk, psykisk og social rehabilitering og en begrænsning af skader, som følger af misbrugslivsformen.

Samlet set har 11 % af eleverne i 7.-10. klasse i Vejen Kommune prøvet at ryge

hash, mens 5 % af eleverne har prøvet at indtage andre stoffer end hash.

Kilde: Sundhedsvaner og trivsel blandt 7.-10. klasser i Vejen Kommune, Vejen Kommune 2006



Det vil vi nå

Indsatsområde – nedbringelse af stofmisbrug i Vejen Kommune

Undersøgelser viser, at mindst 60.000 danske børn under 18 år vokser op i familier, hvor en eller begge forældre har et misbrug.

Det at leve som barn af en misbruger kan påvirke barnets psykosociale udvikling, og børn af misbrugere har større risiko for selv at blive misbrugere end børn af ikke-misbrugende forældre. Nedbringelse af antal afhængige vil derfor have en positiv effekt på antallet af børn og unge med misbrug af rusmidler.

Der er mange gode grunde til, at man skal have en rusmiddelpolitik på arbejdspladsen.

Netop fordi vi opholder os på arbejdspladsen i en så

stor del af vores vågne tid, er det ofte dér, man først kan mærke resultatet af et for stort forbrug af rusmidler. Arbejdsindsatsen daler måske med svigtende kvalitet til følge, kollegerne påvirkes og tolerancen bliver sat på en svær prøve. Samtidig kan rusmiddelindtaget udgøre en sikkerhedsrisiko, give et dårligt arbejdsmiljø, mindske indtjening og sende signaler, der giver dårligt image.

Uanset hvor god den forebyggende indsats er, vil der være borgere i kommunen, som har eller får problemer med deres rusmiddelbrug.

For at nedbringe antallet af stofmisbrugere har Vejen Kommune udarbejdet en handlingsplan, som består af en række forskellige initiativer.



Alkoholforebyggelse i Vejen Kommune

Vejen Kommune har sammen med Billund Kommune igangsat et projekt om alkoholforebyggelse i Vejen og Billund kommuner.

Projektets overordnede formål er at sikre sunde borgere i Vejen og Billund Kommuner gennem udviklingen af alkoholområdet og styrkelsen af indsatsen i kommunerne på en kost-effektiv måde.

Dette formål opnås gennem nedenstående underformål:

- At skabe sammenhæng mellem forebyggelse, tidlig opsporing, behandling og opfølgning efter behandling på alkoholområdet
- At udarbejde og forankre en alkoholpolitik samt handleplaner

På denne måde oplever borgeren en helhed og at tingene hænger sammen.

Sundhedsstyrelsen støtter i 2008-2010 projektet med 1,2 mio. kr.

Mål for indsatsen

Der skal skabes sammenhæng mellem forebyggelse, tidlig opsporing, behandling og opfølgning efter behandling på alkoholområdet. Derfor skal der foretages en kortlægning af området med henblik på en målrettet indsats.

Der skal igangsættes konkrete initiativer, som skal sikre, at en alkoholpolitik forankres i Vejen Kommune.

Alkoholforbrug i Danmark medfører årligt 3.000 dødsfald, hvilket svare til ca. 5 % af alle dødsfald.

Kilde: Folkesundhedsrapporten 2007, SIF



Sådan viser vi, hvad vi har nået

Byrådet afholder hvert år en overordnet sundhedspolitisk debat. I den forbindelse udarbejdes en statusrapport over de projekter og initiativer, der er igangsat på baggrund af temaplanen for sundhedsområdet.

