



Essunga kommun

# Verksamhets- berättelse för folkhälsorådet 2009

<b>Sammanfattning .....</b>	<b>3</b>
<b>Inledning.....</b>	<b>4</b>
<b>Mål för folkhälsoarbetet .....</b>	<b>4</b>
<b>Lokalt folkhälsoarbete.....</b>	<b>4</b>
<b>Folkhälsorådet i Essunga kommun .....</b>	<b>5</b>
Folkhälsorådets sammansättning .....	5
Folkhälsorådets uppgift.....	5
<b>Att skapa förutsättningar i samhället för en god hälsa på lika villkor för hela befolkningen .....</b>	<b>6</b>
Mål 1: Delaktighet och inflytande i samhället .....	6
Mål 2: Ekonomiska och sociala förutsättningar .....	7
Mål 3: Barns och ungas uppväxtvillkor.....	8
Mål 4: Hälsa i arbetslivet.....	9
Mål 8: Sexualitet och reproduktiv hälsa.....	10
Mål 9: Fysisk aktivitet .....	11
Mål 10: Matvanor och livsmedel.....	11
Mål 11: Tobak, alkohol, narkotika, dopning och spel .....	12
<b>Övergripande arbete för ökad välfärd.....</b>	<b>12</b>
Information och marknadsföring.....	12
Fokusområde .....	13
Fortbildning för folkhälsorådet.....	13
<b>Budget .....</b>	<b>14</b>

## Sammanfattning

*”Hälsa skapas där människor lever, leker, arbetar och älskar.”*

Människors hälsa påverkas av många olika faktorer. Dessa faktorer hänger samman med hur samhället är organiserat såsom bostadsplanering, trafikmiljö, utbudet av alkohol och tobak, arbetsmiljöer och arbetets organisation. Andra faktorer kan hänföras till människors levnadsvanor som kost, motion, rökning och användning av droger.

Essunga kommuns lokala folkhälsoarbete vilar på det övergripande nationella målet: *”Att skapa samhällseliga förutsättningar för en god hälsa på lika villkor för hela befolkningen”* samt de elva målområdena. Av dessa elva har folkhälsorådet valt att prioritera åtta stycken. Utifrån dessa åtta målområden har man sedan utgått då man arbetat fram en ny långsiktig folkhälsoplan. Denna plan ligger i sin tur som grund för det folkhälsoarbetet som görs i Essunga kommun.

För det övergripande arbetet för ökad välfärd har rådet arbetat med att marknadsföra vad folkhälsorådet arbetar med och vad folkhälsoarbetet står för via media och foldrar. Dessa frågor har även lyfts högre upp på den politiska agendan och i den kommunala förvaltningen samt blivit synligare och mer lätt åtkomligt på kommunens hemsida. För folkhälsoarbetets utveckling är samverkan och utbildning viktigt. Därför har folkhälsoråden i Essunga, Grästorp och Vara även 2009 träffats för en gemensam utbildningsdag. Denna dag är både stimulerande och omtyckt och kommer att anordnas även 2010.

För att skapa en gemensam grund för det fortsatta folkhälsoarbetet anordnas varje år ett folkhälsoforum. 2009 års forum hade överskriften *”Föreningar är en viktig del av samhället”*. Här diskuterades folkhälsan i Essunga kommun och hur alla kan bidra till att öka den.

För att öka hälsan och tryggheten i kommunen arrangeras varje år en dag där man lyfter de äldres hälsa. Årets tema var *”Friskvård för själen”* och föreläsare var prästen Lisbeth Carlborg. Grunden för temat var det tagna fokusområdet för Skaraborgs kommuner - *”psykisk hälsa”*. Brottsförebyggande rådet arbetar också för att öka tryggheten och har gett ut en folder *”Tillsammans för en ökad trygghet”* i samverkan med råden i Grästorp och Vara.

Under 2009 har ett balanserat styrkort *”Essunga – en tobaksfri kommun”* presenterats för kommunfullmäktige. Detta styrkort antogs och man beslutade att Essunga kommun skall arbeta för att bli en tobaksfri kommun. För att öka barn och ungas hälsa satsar folkhälsorådet på tre delar: ökat föräldrastöd, hälsofrämjande skolutveckling samt hälsofrämjande ungdomsförening. Folkhälsorådet samverkar också med kommunen och konstföreningen NAK för att stimulera till ökad fysisk aktivitet genom en konstvandring samt framtagandet av en kulturvandring. För att stimulera till en ökad fysisk aktivitet delar folkhälsorådet också ut ett folkhälsopris till den/de som arbetar för att öka hälsan för invånarna i Essunga kommun.

Budgeten för 2010 baseras på 10 kr per invånare från Essunga kommun samt 10 kr från Hälso- och sjukvårdsnämnden Västra Skaraborg, vilket sammanlagt ger 112 800 kr. Dessa medel är till för att initiera, stimulera och utveckla det hälsofrämjande arbetet i Essunga kommun. Folkhälsorådet i Essunga kommun har 2009 ett överskott på 770 kr som fördelas lika mellan kommunen och regionen. Enligt avtal återbetalas 385 kr till Hälso- och sjukvårdsnämnden Västra Skaraborg.

## **Inledning**

*”Hälsa skapas där människor lever, leker, arbetar och älskar.”*

Människors hälsa påverkas av många olika faktorer. Dessa faktorer hänger samman med hur samhället är organiserat såsom bostadsplanering, trafikmiljö, utbudet av alkohol och tobak, arbetsmiljöer och arbetets organisation. Andra faktorer kan hänföras till människors levnadsvanor som kost, motion, rökning och användning av droger.

## **Mål för folkhälsoarbetet**

Sverige har en nationell folkhälsopolitik med elva målområden. Det övergripande målet är:

*”Att skapa samhällliga förutsättningar för en god hälsa på lika villkor för hela befolkningen.”*

Till detta övergripande mål hör elva målområden:

1. Delaktighet och inflytande i samhället
2. Ekonomiska och sociala förutsättningar
3. Barns och ungas uppväxtvillkor
4. Hälsa i arbetslivet
5. Miljöer och produkter
6. Hälsöfrämjande hälso- och sjukvård
7. Skydd mot smittspridning
8. Sexualitet och reproduktiv hälsa
9. Fysisk aktivitet
10. Matvanor och livsmedel
11. Tobak, alkohol, narkotika, dopning och spel

Målområdena omfattar de bestämningsfaktorer som har störst betydelse för folkhälsan, det vill säga de faktorer i samhällsorganisationen som bidrar till hälsa och ohälsa och därmed påverkar människors livsvillkor och levnadsvanor. Ett framgångsrikt folkhälsoarbete handlar i mångt och mycket om att stärka människors egna resurser samt att tillhandahålla verktyg som påverkar individens valfrihet till aktiva och hälsofrämjande val. På så vis skapar vi jordmån för ett gott liv.

## **Lokalt folkhälsoarbete**

Essunga kommuns lokala folkhälsoarbete vilar på det övergripande nationella målet samt de elva målområdena. Av dessa elva har folkhälsorådet i Essunga kommun valt att prioritera och lägga tonvikt på följande:

1. Delaktighet och inflytande i samhället
2. Ekonomiska och sociala förutsättningar
3. Barns och ungas uppväxtvillkor
4. Hälsa i arbetslivet
8. Sexualitet och reproduktiv hälsa
9. Fysisk aktivitet
10. Matvanor och livsmedel
11. Tobak, alkohol, narkotika, dopning och spel

## **Folkhälsorådet i Essunga kommun**

Essungas folkhälsoråd är ett samverkansorgan mellan Västra Götalandsregionen och Essunga kommun med syfte att initiera och prioritera samt leda och samordna resurser för hälsofrämjande och förebyggande folkhälsoarbete. Rådet består av förtroendevalda från kommun och region samt tjänstemän från kommun, tandvård och primärvård.

För att ytterligare förstärka och utveckla folkhälsoarbetet i Essunga kommun har rådet i samverkan med föreningar, kommunala förvaltningar, politiker samt representanter från elevråden utarbetat en ny långsiktig folkhälsoplan som sträcker sig från 2008 till 2011. Kommunen har även tagit fram en checklista där folkhälsan, miljön och barnkonventionen ingår. Checklistan är till för att översiktligt belysa de politiska beslutens konsekvenser.

### **Folkhälsorådets sammansättning**

#### **Essunga kommun**

Marie-Louise Svensson (M), ordförande

Helene Mohr (C)

Bo Cerdier, kommunchef

#### **Västra Götalandsregionen**

Gunilla Hermansson (KD)

Torbjörn Forsström (S)

Gunilla Wilson/Tomas Johansson vårdcentralschef

Lena Gerell, klinikchef för folktandvården i Nossebro

Madeléne Engvall, folkhälsoplanerare

### **Folkhälsorådets uppgift**

- Följa och analysera hälsoutvecklingen hos kommunens invånare.
- Lämna förslag till mål och inriktning för folkhälsoarbetet som bygger på hälsoläget i kommunen.
- Upprätta/utarbета förslag till folkhälsoplan som kontinuerligt revideras.
- Utifrån fastställd folkhälsoplan koordinera tvärsektoriella folkhälsoinsatser.
- Utifrån fastställd folkhälsoplan prioritera samt initiera hälsofrämjande och sjukdoms/skadeförebyggande insatser.
- Aktivt medverka till att utveckla arbetsmetoder utifrån ett helhetsperspektiv på folkhälsa.
- Ansvara för budget, verksamhetsplan och verksamhetsberättelse.
- Följa upp och utvärdera vidtagna insatser.

# Att skapa förutsättningar i samhället för en god hälsa på lika villkor för hela befolkningen

## Mål 1: Delaktighet och inflytande i samhället

Människors känsla av sammanhang och möjlighet att påverka sitt liv är en avgörande faktor för att skapa och upprätthålla en bra hälsa.

---

### Verksamhetsmål

- Att öka människors delaktighet i samhället.
- Att genom dialog med många olika aktörer i kommunen skapa en gemensam grund för det fortsatta folkhälsoarbetet med ett större engagemang och delaktighet.
- Att genom checklistan belysa konsekvenserna av ett politiskt beslut.
- Att stimulera till skapandet av ett samhälle som är tillgängligt för alla.

### Aktivitet:

#### Folkhälsoforum

2009 års folkhälsoforum riktade sig till kommunens olika föreningar. Kvällens innehåll var: Föreningarnas betydelse för individ och samhälle. Föreningslivet som integration för nyanlända. Hur står det till med folkhälsan i vår kommun?

Under den sista frågeställningen togs ”Behovsunderlaget för planering av hälso- och sjukvård samt folkhälsa” upp, samt hur kan man arbeta för att få det tobaksfritt i föreningarna. En intressant kväll med god uppslutning och med bra diskussioner.

#### Checklistan

Checklista för *folkhälsa, miljö och barnkonventionen* skall ingå som underlag vid vissa kommunala beslut. Med hjälp av checklistan kan man översiktligt belysa ett politiskt besluts konsekvenser. Den har använts två gånger under 2009. Den ena gången i samband med att kommunfullmäktige § 118, 2009-11-23 beslutade om budget för 2010 och omfattade det mesta av kommunens verksamhet. Den andra gången var vid projektering av förskola Ängen.

#### Tillgänglighet för alla

Någon utbildning för att öka kunskapen om ett samhälle som är tillgängligt för alla har inte genomförts. Detta på grund av att man inom kommunen själva skulle ordna detta. Däremot har flera vandringar arrangerats där alla har kunnat medverka. Vid planering av nya vandringsleder och samhällsplanering lyfts denna fråga ständigt fram.

## Mål 2: Ekonomiska och sociala förutsättningar

Ekonomisk och social trygghet är två av de mest grundläggande samhällsliga förutsättningar för folkhälsan.

---

### Verksamhetsmål

- Leda och samordna det brottspreventiva arbetet för att öka tryggheten i kommunen.

#### *Aktivitet:*

#### **Brottsförebyggande rådet**

Under 2009 har brottsförebyggande rådet genomfört flera aktiviteter tillsammans med råden i Vara och Grästorp. En folder har tagits fram med tips för att skydda sig mot brott. Denna folder har delats ut till allmänheten i olika sammanhang och den finns även tillgänglig på kommunens hemsida.

En gemensam utbildnings dag arrangerades också för de tre råden där Patrik Runesson från Staffanstorps kommun var inbjuden. Han beskrev hur det brottsförebyggande arbetet var uppbyggt i sin kommun. Diskussioner följde där man jämförde och diskuterade fördelar och nackdelar i det brottsförebyggande arbetet.

Ett samverkansavtal mellan polisen och kommunen har även tagits fram under 2009. Detta avtal skall stimulera till att minska brottsligheten och öka tryggheten genom effektivare samverkan. Här har brottsförebyggande rådet haft en viktig roll när man tagit fram den problembild som man sedan utgått ifrån.

Även foldrar som uppmanar bilister att tömma bilen innan någon annan gör det har delats ut vid tre tillfällen under året. Dels vid de två stora marknadsdagarna under sommaren och dels innan jul. Information om brottsförebyggande rådet och dess arbete har lyfts fram för att bli lättare att hitta på kommunens hemsida. Finns numera under "Folkhälsa" men också under "Säkerhet och beredskap". Brottsförebyggande rådet arbetar även målmedvetet och kontinuerligt med en översyn av den fysiska planeringen. Detta för att öka tryggheten och säkerheten.

Under flera år har brottsförebyggande rådet följt några nyckeltal: bilbrotten och skadegörelsen i Essunga kommun. Till 2009 har polisen gjort ändringar i sin mätning av olika brott. Därför följer vi nu fordonsbrott vilket inkluderar alla brott mot fordon.

Fordonsbrotten i Essunga kommun (per tusen invånare)

2009

10,6

Skadegörelsen i Essunga kommun (per tusen invånare):

2004	2005	2006	2007	2008	2009
------	------	------	------	------	------

12,5	8,9	8,0	15,4	13,5	9,5
------	-----	-----	------	------	-----

### **Mål 3: Barns och ungas uppväxtvillkor**

Barns och ungas hälsa påverkas starkt av familje-, skol- och fritidsförhållanden. Trygga och goda uppväxtvillkor är avgörande för barn och ungdomars hälsa och för folkhälsan på lång sikt.

---

#### **Verksamhetsmål**

- Att genom samverkan hitta former för att utveckla ett samordnat och långsiktigt förebyggande och hälsofrämjande arbete för barn, ungdomar och familjer i Essunga kommun.

#### **Aktivitet:**

##### **Vincent**

Vincent är en grupp bestående av representanter från förskolan och F-5 och 6-9 skolan, Individ och familjeomsorg, primärvården, folktandvården, polisen, kyrkan och folkhälsoenheten. Denna grupps syfte är att arbeta för att man genom samverkan skall öka den fysiska och psykiska hälsan för barn och ungdomar i Essunga kommun.

Under 2009 har Vincent inte haft några egna möten då den ingått i en annan grupp "Bättre att stämma i bäcken än i ån" där även KSAU, brottsförebyggande rådet och folkhälsorådet har ingått. Denna grupp har arbetat för att öka tryggheten i kommunen och för att öka hälsan för de barn och ungdomar som behöver det bäst.

##### **Föräldrastöd**

En viktig del i arbetet för att stärka barn och ungas hälsa är att stödja föräldrarna. 2008 startades ett föräldrastödsprojekt upp, "Hur på hjul i Essunga kommun – säkerhets- och utvecklingsfrågor kring barn från 0-18 år". Visionen för detta arbete är en: "God fysisk och psykosocial hälsa för barn och ungdomar i Essunga kommun". Genom att arbeta för att höja statusen på föräldraskapet, ge en ökad medvetenhet hos föräldrarna samt ge föräldrarna verktyg för att skapa trygga barn och ungdomar önskar man nå denna vision.

Under 2009 har 6 stycken föräldraträffar arrangerats och dessa har ibland varit riktade till föräldrar med barn i en speciell ålder medan vissa träffar har varit riktade till alla. Innehållet har varit allt från att laga mat, moped och försäkringsinformation, vad händer när man sover och när man inte sover tillräckligt, föräldraskap samt hur stärker vi våra barns självkänsla. Dessa föreläsningar har varit väldigt uppskattade och antalet deltagare har varierat från 6 stycken till 50 stycken beroende på om det varit en matlagningskurs eller en föreläsning. Sammanlagt har det kommit cirka 115 föräldrar.

För att nå ut till så många föräldrar som möjligt har gruppen som arbetar med dessa träffar utvecklat ett samarbete med skolan, primärvården, föräldraföreningen samt studieförbund.

Studieförbundet Vuxenskolan har under den här tiden skrivit ett avtal med kommunen och i samverkan har studiecirklar arrangerats. Familjeverksta'n heter dessa cirklar och rekommenderas av Folkhälsoinstitutet. Cirklarna är riktade till föräldrar med barn i åldrarna 3-12 år och är ett filmbaserat material som riktar sig till alla föräldrar som är intresserade av att utveckla sitt föräldraskap. En studiecirkel har arrangerats under 2009 med 8 deltagare. Maxantalet per cirkel är 8 stycken. Denna träff var mycket omtyckt.

### **Hälsofrämjande skola**

Samtliga klasser i kommunen har erbjudits att söka utvecklingsmedel till hälsofrämjade skolutveckling. Det kom in 12 ansökningar till folkhälsorådet och av dessa beviljades sju. De 30 000 kr som var avsatta till detta delades upp på de beviljade projekten.

De aktiviteter som genomförts är:

- att göra miljön i matsalen trevlig och inbjudande.
- att utveckla eleverna på gymnasiesärskolan genom ett besök på "Eldorado" som erbjuder aktivitet, kunskap och kultur för personer med intellektuella funktionsnedsättningar på en tidig utvecklingsnivå samt skapa idéer och stimulans för personalen.
- att för 6-10 Grundsärskolan få göra något utöver det vanliga. Tillsammans få åka till Skicenter i Ulricehamn för att visa på en ny aktivitet för en varierad fritid.
- att för nyanlända flyktingbarn prova-på-aktiviteter inom idrott och föreningsliv och härigenom öka språkutvecklingen, luckra upp kulturella barriärer och öka både den fysiska och psykiska hälsan.
- kill- och tjejgrupper där man diskuterar olika ämnen tillsammans med några vuxna samt att man gjort olika aktiviteter som skapar gemenskap och bygger självförtroende. Dessa grupper har innehållit 7-10 stycken deltagare som träffats fyra gånger var under höstterminen. Skolan har meddelat att dessa ungdomar blivit markant tryggare och lugnare efter dessa träffar.

### **Hälsofrämjande ungdomsförening**

Folkhälsorådet har erbjudit samtliga ungdomsföreningar i Essunga kommun att söka utvecklingsmedel för att befrämja en hälsofrämjande utveckling bland barn och ungdomar. Detta för att stimulera demokratiska processer, delaktighet, jämställdhet och ett genusperspektiv. Att arbeta för att förebygga negativt bemötande t.ex. mobbning eller våld samt främja positivt bemötande t.ex. träning av sociala färdigheter och att även arbeta för en tobak-, alkohol- samt drogfri miljö samt för goda matvanor och ökad fysisk aktivitet.

Det kom in tre ansökningar till folkhälsorådet och av dessa beviljades ridskolans ansökan. Ridskolan har under året bytt ledning och har därför blivit försenade i arbetet. Det mål man har nått är ändå att få fler pojkar aktiva i klubben. Folkhälsorådet inväntar rapport om övriga aktiviteter.

### **Mål 4: Hälsa i arbetslivet**

Ett bra arbetsliv med väl fungerande arbetsvillkor minskar den arbetsrelaterade ohälsan och bidrar till en allmän förbättrad folkhälsa samt minskar de sociala skillnaderna som annars uppstår vid ohälsa.

---

### **Verksamhetsmål**

- Skapa möjligheter och stimulera till utbildning i positivt och hälsofrämjande ledarskap till alla företag i kommunen.
- Satsa på elevernas arbetsplats – skolan. Bland annat genom arbetsmiljö- och skyddsronder.
- Stimulera till att fler arbetsplatser erbjuder och stödjer sin personal till en hälsofrämjande livsstil genom att delta i erbjuden friskvård.

### **Aktivitet:**

#### **Hälsofrämjande ledarskap**

Under 2009 har folkhälsorådet tagit fram ett balanserat styrkort, *Essunga – en tobaksfri kommun*. Denna har även presenterats och antagit av kommunfullmäktige. Som ett led i det fortsatta arbetet kommer företagen att informeras om hur de kan stimulera och utveckla hälsan i sitt företag och i Essunga kommun.

#### **Hälsofrämjande skola**

Arbetsmiljö- och skyddsronder görs där både lärare och elever ingår och för att öka elevernas kunskap har ett arbete påbörjats där de som ingår i elevrådet kommer att få genomgå en utbildning för att öka deras kunskap om deras rättigheter, skyldigheter samt hur ett elevråd är uppbyggt och hur de kan påverka.

#### **Äldresäkerhetsgruppen**

Antalet äldre ökar och det stora flertalet behåller hälsan högt upp i åren. Rörelseförmågan avtar men kroppens behov av goda matvanor, fysisk aktivitet samt sociala kontakter kvarstår genom hela livet. Äldresäkerhetsgruppens uppgift är därför att stimulera olika insatser som bevarar och stärker hälsan hos äldre.

Temat för 2009 års äldredag var ”Friskvård för själen” och Lisbeth Carlborg, präst, föreläste i detta ämne. Utställare för dagen var studieförbund och de olika pensionärsförbunden. Fika bjöds det också på. En lyckad dag som var väldigt uppskattad av cirka 120-130 stycken besökare.

### **Mål 8: Sexualitet och reproduktiv hälsa**

Att stärka individens egen identitet och att lyfta fram en positiv syn på sexualitet betonas som en viktig del i upplysningsarbetet kring sexualitet och samlevnad.

---

#### **Verksamhetsmål**

- Stimulera till att undervisning i trygg och säker sexualitet vidareutvecklas och finns med i området livskunskap samt att sex- och samlevnadsundervisningen finns med hela tiden som en röd tråd genom skolåren.
- Ökad samverkan mellan skolan och ungdomsmottagning.
- Stimulera till att ungdomar skall kunna prata om sexualitet utifrån goda relationer.

### **Aktivitet:**

#### **Ungdomsmottagningens verksamhet och utveckling**

Skolungdomar i år 7-9 har fått en informationskalender som är sponsrad av folkhälsorådet, kommunen och primärvården. I den uppmanas ungdomarna att vara rädda om sig och att man kan vända sig till ungdomsmottagningen med alla sina frågor och funderingar. Personalfrågan har inte fungerat tillfredställande. Primärvården har stått för medicinskt kunnig personal men kommunen har tyvärr inte kunnat stå för psykosocialt kunnig personal på ett tillfredställande sätt. Tankar finns också att skolan tillsammans med folkhälsoplaneraren skall vidareutveckla undervisningen i sex- och samlevnad.

## **Mål 9: Fysisk aktivitet**

Fysisk aktivitet har stor betydelse för att främja och bevara hälsan samt för att förebygga sjukdom.

---

### **Verksamhetsmål**

- Genom olika aktiviteter öka kunskapen om hur man kan nå en ökad hälsa och välbefinnande.
- Ge den enskilde individen en ökad möjlighet till fysisk aktivitet i sin närmiljö.

### **Aktivitet:**

#### **En kommun i rörelse**

För att öka den fysiska aktiviteten men också stimulera våra sinnen anordnas en konstvandring i centrala Nossebro. Denna görs i samverkan mellan folkhälsorådet, kommunen och konstföreningen. Under 2009 års konstvandring vandrade man tillsammans under två dagar 200 mil. Över 1000 personer beskådade konstverk skapade av såväl barn, ungdomar och etablerade konstnärer.

Under 2009 har en kulturvandring tagits fram för Nossebros tätort.

För att öka den fysiska aktiviteten i invånarnas närmiljö arbetas det med att ta fram olika vandringsleder i de mindre samhällena i Essunga kommun. Här ligger olika vandringsleder i Furet närmast i tiden och man hoppas kunna inviga dessa under 2010.

Arbetet fortsätter även genom att skapa intressanta cykelvägar i kommunen.

#### **Folkhälsopriset**

Avsikten med detta pris är att uppmuntra personer, föreningar, företag och andra lokala aktörer som arbetar för en ökad hälsa för invånarna i Essunga kommun. Priset delades ut av folkhälsorådet den 6 juni vid nationaldagsfirandet. 2009 års folkhälsopris tilldelades Nossebro IF för att de ”sedan många år anordnat tipspromenader i Nossebro, som lockar många kommuninvånare att vandra cirka två-tre kilometer på en helgförmiddag. Oftast sker detta på underlag som gör det möjligt för alla att delta. Efteråt bjuds det mer folkhälsa i form av fika och social samvaro”.

#### **Livsstilsmottagning**

En aktivitetsfolder togs fram 2007 i samverkan mellan folkhälsorådet och primärvården.

Denna folder har sedan använts i olika sammanhang för att stimulera människor att förbättra sin hälsa genom en ändrad livsstil.

## **Mål 10: Matvanor och livsmedel**

Goda matvanor och säkra livsmedel är av stor betydelse för folkhälsans utveckling.

---

### **Verksamhetsmål**

- Ökad samverkan mellan folkhälsorådet och matbutikerna i kommunen.
- Stimulera till en god matkultur i familj, förskola och skola.
- Skapa förutsättningar för bra kostvanor och trevlig matmiljö för äldre.

### **Aktivitet:**

För att skapa bra kostvanor och god matkultur för våra barn och ungdomar har folkhälsorådet valt att stötta föräldrastödsarbetet i kommunen. I detta arbete har man haft föreläsningar och

kurser i dessa ämnen. När det gäller skolmiljön har man genom hälsofrämjande skolutveckling stimulerat till att göra miljön så trevlig och inbjudande som möjligt, och genom en aktiv kostchef så har även de äldre fått en mer inbjudande miljö i sin matsal. Däremot har man inte arbetat aktivt med att öka samverkan med matbutikerna i kommunen.

### **Mål 11: Tobak, alkohol, narkotika, dopning och spel**

Bruket av beroendeframkallande medel är en viktig bestämningfaktor för hälsan. Även spelberoende kan leda till ohälsa.

---

#### **Verksamhetsmål**

- Arbeta för att Essunga kommun blir en tobaksfri kommun.
- Under kvinnans graviditet bör både kvinnan och mannen få stöd och hjälp att avstå från alkohol, tobak och andra droger.
- Stödja ungdomar att avstå från tobak, alkohol och andra droger.
- Stimulera till olika former av samverkan mellan folkhälsorådet och ungdomsföreningar i kommunen för att stimulera till en tobaks-, alkohol- och drogfri miljö.

#### **Aktivitet:**

##### **Tobaksfri kommun**

Under 2009 har ett balanserat styrkort, *Essunga – en tobaksfri kommun*, presenterats för kommunfullmäktige. Detta styrkort antogs och man beslutade att Essunga kommun skall arbeta för att bli en tobaksfri kommun. Ett första steg har varit att få den kommunalanställda personalen tobaksfri. Här har foldrar delats ut och tobaksavvänjningskurser erbjuds från och med år 2010. För att stimulera våra föreningar att bli tobaksfria bjöds dessa in till ett folkhälsoforum för att skapa en delaktighet och förståelse för detta arbete (se sid.6).

## **Övergripande arbete för ökad välfärd**

### **Information och marknadsföring**

#### **Verksamhetsmål**

- Att nå ut med ett folkhälsobudskap på bred front är viktigt för att försöka nå så många människor som möjligt.

#### **Aktivitet:**

För att nå ut till allmänheten på så bred front som möjligt måste man använda sig av de olika medierna som finns. Under 2009 har en ny hemsida för Essunga kommun tagits fram där folkhälsan har fått en mer framträdande roll. Även Brottsförebyggande rådet och dess arbete har blivit lättare att hitta, finns numera även under "Säkerhet och beredskap".

Information via lokalpressen är en viktig väg ut till allmänheten. Under 2009 har olika folkhälsobudskap gått ut vid 51 tillfällen.

## **Fokusområde**

### **Verksamhetsmål**

- Att genom kraftfull och markerad satsning på kommunövergripande samarbete profilera Skaraborg inom folkhälsoområdet samt förstärka och utveckla folkhälsoarbetet. Detta genom att årligen samverka kring ett fokusområde för gemensam kunskapsuppbyggnad och fördjupning. För år 2009 prioriteras "Psykisk hälsa" som fokusområde.

### ***Aktivitet:***

Fokusområde för år 2009 har varit "Psykisk hälsa". En konferens arrangerades och årets värd var Skövde kommun. Den välbesökta konferensen gick under namnet "Det goda livet. Hur främjas psykisk hälsa hos barn och ungdomar?". Från Essunga kommun deltog 4 personer.

## **Fortbildning för folkhälsorådet**

### **Verksamhetsmål**

- För att folkhälsoarbetet skall utvecklas och ligga i framkant är det viktigt att folkhälsorådets representanter får kontinuerlig fortbildning.

### ***Aktivitet:***

För tredje året i rad har nu folkhälsoråden i Vara, Essunga och Grästorp haft en gemensam utbildningsdag. Årets träff ägde rum i Essunga kommun där man i olika grupper fick fundera kring frågor som: Finns folkhälsofrågorna på en strategisk nivå i kommunen? Finns det tydliga formulerade politiska antagna mål inom folkhälsoområdet som är beslutade av fullmäktige? Redovisas folkhälsoinsatser i alla nämnder och styrelser? Efter dessa funderingar presenterade representanter från Nynäshamns kommun hur de arbetar med folkhälsofrågorna.

Dagen var mycket uppskattad och skapade många idéer att arbeta vidare på.

Folkhälsorådets representanter har även varit på konferensen "Det goda livet" i Skövde och som bygger på fokusområdet psykisk hälsa.

## Budget

Budgeten år 2009 baserades på 10 kr per invånare från Essunga kommun och 10 kr från Hälso- och sjukvårdsnämnden i Västra Skaraborg. Sammanlagt 112 800 kr som fördelades ut på de olika aktiviteterna.

### Att skapa förutsättningar i samhället för en god hälsa på lika villkor för hela befolkningen

- Delaktighet och inflytande i samhället
- Ekonomiska och sociala förutsättningar
- Barns och ungas uppväxtvillkor
- Hälsa i arbetslivet
- Äldres hälsa
- Sexualitet och reproduktiv hälsa
- Fysisk aktivitet
- Matvanor och livsmedel
- Tobak, alkohol, narkotika, dopning och spelande

---

Resterande medel	15 kr
------------------	-------

### Övergripande arbete för ökad välfärd

- Information och marknadsföring
- Fokusområde
- Fortbildning för folkhälsorådet

---

Resterande medel	354 kr
------------------	--------

### Övrigt

---

Resterande medel	401 kr
------------------	--------

---

Summa resterande medel	770 kr
------------------------	--------

Folkhälsorådet i Essunga kommun har ett överskott på 770 kr som fördelas lika mellan kommunen och regionen. 385 kr återbetalas till Hälso- och sjukvårdsnämnden Västra Skaraborg.