



Essunga kommun

Långsiktigt folkhälsöarbete

för god och jämlik hälsa i Essunga kommun
2008 – 2011



Vision för Essunga kommun:

*”Genom närheten i vår kommun
skapar vi kreativa och meningsfulla möten
där idéer förverkligas
och människor och företag utvecklas.”*

Förord

Följande dokument är en långsiktig folkhälsoplan som ska ligga till grund för ett effektivt och uthålligt folkhälsoarbete bland invånarna i Essunga kommun. Ett välfungerande folkhälsoarbete är beroende av mångas ansvar; nationellt, regionalt och lokalt. Folkhälsoarbetet i kommunen styrs av nationella, regionala och kommunala policyprogram.

Det övergripande syftet med de nationella folkhälsomålen är att skapa förutsättningar för en jämlik och jämställd hälsa. I kommunens folkhälsoarbete är motsvarande mål ”att medverka till en god och jämlik utveckling av kommuninvånarnas hälsa”.

Ett hälsofrämjande synsätt bygger på att stödja de förhållanden, som främjar hälsa och välbefinnande. Det kan vara möjligheten att påverka sitt eget liv, variation, lagom påfrestning i arbetslivet, goda sociala relationer och en skola som ger livskompetens. I vår kommun med sin prägel av en närhetskultur har vi goda förutsättningar att förverkliga detta synsätt.

Det är lätt att få intrycket att folkhälsoarbete är en verksamhet vid sidan om annat. Men i stället handlar det om samarbete och ansvarsfördelning mellan olika samhällssektorer, myndigheter, politikområden och lokala organisationer och föreningar. Det är viktigt att därför än mer sträva mot att folkhälsoarbetet skall ske nära människorna i Essunga kommun samt bygga på brett deltagande och ökat inflytande.

För att utveckla barns och ungdomars hälsa är det angeläget att aktivt arbeta för att skapa hälsofrämjande miljöer samt stärka barn och ungdomar med kunskap och självförtroende så att de har förutsättningar att göra hälsofrämjande val.

För att de som är äldre i vår kommun ska kunna leva ett långt och aktivt liv med god livskvalitet behöver de ges förutsättningar att leva ett friskt liv med bevarad funktionsförmåga långt upp i åren. Alla invånare skall kunna få stöd till en hälsosam livsstil genom information och genom utveckling av sociala och kulturella miljöer som främjar hälsan.

Vid framtagandet av planen har det varit viktigt att ge så många som möjligt chansen att ”tycka till” om vad som bör finnas med. Detta gjordes under hösten 2007. Under våren 2008 har prioriteringar gjorts efter ingående diskussioner i folkhälsorådet. Folkhälsoplanen sträcker sig från den tidpunkt den har blivit godkänd både i kommunfullmäktige i Essunga kommun och Hälso- och sjukvårdsnämnden i Västra Skaraborg under år 2008, fram till dess att den omarbetas igen under år 2011.

Utifrån denna plan kommer folkhälsorådet att upprätta årliga verksamhetsplaner för att i samverkan med andra aktörer sträva efter att uppfylla folkhälsoplanens mål.

Marie-Louise Svensson
Ordförande

Inledning

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

Essunga kommun anser att ha en god hälsa är ett av de viktigaste värdena i livet och vill därför skapa förutsättningar som ger människor möjlighet att bibehålla, förbättra och öka sin hälsa. För att göra detta möjligt måste alla arbeta åt samma håll och genom samverkan. Att ha en långsiktig folkhälsoplan som grund är viktigt för detta arbete.

Denna långsiktiga folkhälsoplan sträcker sig från år 2008 till år 2011 och dess övergripande syfte är att skapa förutsättningar för en god och jämlik hälsa för kommunens invånare. Utifrån folkhälsoplanen kommer folkhälsorådet att upprätta årliga verksamhetsplaner. De insatser som rådet initierar och bedriver i samverkan med andra aktörer, redovisas och följs upp i verksamhetsberättelser.

Som en grund för denna folkhälsoplan anordnades i november ett folkhälsoforum där aktörer från stora delar av kommunen deltog. Folkhälsorådet hade prioriterat åtta folkhälsomål av de elva nationella målen. Utifrån dessa åtta mål togs delmål och indikatorer fram. Därefter har folkhälsorådet arbetat fram denna plan.

Folkhälsans utveckling beror på vilka förutsättningar samhället ger och vilket ansvar individen själv tar. Ansvar för folkhälsofrågorna ligger på många aktörer. För att uppnå målen i denna folkhälsoplan är det viktigt att alla tar sitt ansvar för att implementera folkhälsoplanen i sin verksamhet. Folkhälsorådets roll är att initiera, stimulera och utveckla samt följa upp det hälsofrämjande arbetet, som finns i kommunen.

Folkhälsa

Folkhälsa är ett uttryck för befolkningens hälsotillstånd och den tar även hänsyn till fördelningen av hälsa ur ett jämlikhetsperspektiv. Målet är att uppnå en god hälsa som även är jämlikt fördelad. Befolkningens hälsa bör ses som en resurs och vara ett grundläggande villkor för en positiv samhällsutveckling.

Folkhälsoarbete är ett lagarbete som bäst utförs genom samarbete. Ett modernt folkhälsoarbete måste ske i samverkan med berörda myndigheter, frivillighetsorganisationer och de befolkningsgrupper som arbetet avser. De insatser som görs bör ses ur ett helhetsperspektiv på människors villkor i sin närmiljö och det samhälle de bor och lever i. Det handlar om:

- att skapa ett hållbart samhälle med en strategi för en hållbar utveckling som grundas på respekten för kunskap och demokrati.
- att säkra god miljö och hälsa, ekonomisk tillväxt, välfärd och social rättvisa för nu levande och kommande generationer.
- att hälsa skapas där människor lever, leker, arbetar och älskar.

Olika faktorer påverkar människors hälsa. Dessa faktorer hänger samman med hur samhället är organiserat och hur det påverkas genom kollektiva beslut som bostadsplanering, trafikmiljö, utbudet av alkohol och tobak, arbetsmiljö och arbetets organisation. Andra faktorer kan hänföras till människors levnadsvanor omkring kost, motion, rökning och användning av droger.

Folkhälsoarbetet är en långsiktig satsning. Planering för en god folkhälsa innebär att människors hälsa och välbefinnande lyfts in i alla delar av samhällsplaneringen.

Folkhälsoarbete i Essunga kommun

Essunga kommun bedriver sedan många år ett tvärsektorielt folkhälsoarbete i samverkan med Västra Götalandsregionen. Genom denna samverkan och samfinansiering avser man att förstärka och utveckla folkhälsoarbetet i Essunga kommun.

För att folkhälsofrågorna ska lyftas fram har Essunga kommun tagit fram en ”Checklista” där folkhälsan, miljön och barnkonventionen ingår. Checklistan är till för att översiktligt belysa de politiska beslutens konsekvenser.

Essunga kommun har gett i uppdrag till folkhälsorådet att leda och samordna det lokala folkhälsoarbetet. Folkhälsorådet består av förtroendevalda från kommunen och regionen samt tjänstemän från primärvården, tandvården och kommunen.

Prioriteringar

Folkhälsorådet i Essunga kommun har utifrån Folkhälsoprofilen för Essunga kommun valt att prioritera åtta stycken målområden. Dessa är markerade nedan med fet stil.

Nationella folkhälsomål

Sverige har en nationell folkhälsopolitik. Detta för att förbättra folkhälsan och minska skillnaderna i hälsa mellan olika grupper i befolkningen. Denna folkhälsopolitik har ett övergripande nationellt mål:

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

Till detta övergripande mål hör elva målområden (de som är markerade med fet stil är de områden som folkhälsorådet prioriterat):

- 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 spelande**

Underlag

Denna långsiktiga folkhälsoplan baserar sig på det övergripande nationella folkhälsomålet och de elva målområdena, Essunga kommuns vision, Folkhälsoprofilen 2006 för Essunga kommun, ett Folkhälsoforum samt Västra Götalandsregionens vision; Det Goda Livet.

Uppföljning

Uppföljning av den långsiktiga folkhälsoplanen kommer att ske genom redovisning av de indikatorer som finns redovisade samt genom diskussion hur man arbetar kring de delmål som tagits fram, vid det årliga folkhälsoforumet som arrangeras av folkhälsorådet. Detta forum samlar deltagare från olika generationer, olika organisationer, föreningar samt från olika kommunala förvaltningar.



Delaktighet och inflytande i samhället

Att öka människors delaktighet i samhället ökar förutsättningarna för en god hälsoutveckling, och för att människor ska känna sig delaktiga är det viktigt att återkoppling alltid finns med i allt folkhälsoarbete.

Delmål

- Skapa enkla kontaktvägar till beslutsfattande organ.
- Skapa fler naturliga mötesplatser för till exempel unga och äldre.
- Demokrati i skolan – måste återvinnas i alla generationer.
- Genom att stärka Stallaholmsprojektet som förebild där tillgänglighet för alla människor i alla åldrar prioriteras, vill man stimulera en ökad tillgänglighet för alla i Essunga kommun och samhället i stort.

Indikatorer

- Antal röstande i de olika valen.
- Jämställdhetsindex.
- Antal ärenden och förslag väckta på grund av ungdomsfullmäktige.
- Användning av checklistan i kommunala beslut.
- Antal medborgarförslag i kommunfullmäktige.
- Antal kommunala byggnader med ökad tillgänglighet.



Ekonomiska och sociala förutsättningar

Ekonomisk och social trygghet är två av de mest grundläggande förutsättningarna för en god hälsa på lika villkor. En bra utbildning och en god inkomst innebär en större möjlighet att påverka sin livssituation, som i sin tur medverkar till en ökad känsla av trygghet och en god hälsa.

Delmål

- Sträva efter att kommuninvånarnas utbildningsnivå skall minst vara i samma nivå som genomsnittet bland kommunerna i Västra Götalandsregionen.
- Genom näringslivs- och arbetsmarknadsåtgärder skapa förutsättningar för att arbetstillfällena i kommunen ökar för ungdomar.
- Möta den som har behov av samhällets stöd med respekt, snabb och effektiv vägledning.

Indikatorer

- Befolkningen efter ålder, kön och utbildningsnivå.
- Förvärvsarbetande efter kön och ålder.
- Arbetssökande efter kön och ålder.
- Familjer med låg inkomst.
- Bilbrott per 1000 invånare.
- Skadegörelse per 1000 invånare.
- Våldsbrott per 1000 invånare.



Barns och ungas uppväxtvillkor

Hälsan under de första levnadsåren har stor betydelse för hälsoutvecklingen senare i livet och är därmed avgörande för en god allmän folkhälsa. Det finns en stark koppling mellan barns uppväxtvillkor och vuxnas ekonomiska och sociala trygghet, delaktighet och inflytande i samhället. Viktigaste för barns hälsa är familjeförhållanden, skola och fritid.

Delmål

- Föräldrautbildning och föräldrastöd skall erbjudas alla föräldrar med barn från 0 år till 18 år.
- Öka föräldrars delaktighet och närvaro ute i samhället genom att vuxna vistas i det offentliga rummet på kvällar och helger.
- Bibehålla BVC-teamet och öka samverkan med förskolan och skolhälsovården för att förebygga uppkomsten av fysisk och psykisk ohälsa.
- Ökad samverkan mellan socialtjänst och skola.
- Från år fyra i grundskolan till och med gymnasiet bör utbildning i arbetsmiljö och mötesteknik ges till elevrådets styrelserepresentanter.
- Ökad samverkan mellan folkhälsorådet och ungdomsföreningar i kommunen för att stimulera till en meningsfull fritid och ökad trygghet för alla barn och ungdomar.

Indikatorer

- Barnfattigdomsindex.
- Andel behöriga till gymnasieskolan samt efter kön.
- Antal vuxna i det offentliga rummet på kvällar och helger.
- Antal föräldrautbildningar.
- Antal föräldrar som deltagit vid föräldrautbildningar.
- Ungdomars egenupplevda hälsa från hälso- och drogvaneundersökningen.



Hälsa i arbetslivet

Den främsta orsaken till att det råder mycket stora hälsoskillnader mellan olika grupper har med arbetslivet att göra. 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.

Delmål

- 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 och genom att delta i erbjuden friskvård.

Indikatorer

- Ohälsotal efter kön och ålder i Essunga kommun, Västra Götalandsregionen samt i riket.
- Registrerade olycksfall i Essunga kommun, Västra Götalandsregionen samt i riket.
- Antal arbetsmiljö- och skyddsronder tillsammans med elever.
- Eventuella stimulansåtgärder inom utbildning i positivt och hälsofrämjande ledarskap till alla företag i kommunen.



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. Det är samtidigt viktigt att informera om de risker som finns för sexuellt överförbara sjukdomar.

Delmål

- 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 skola och ungdomsmottagning.
- Stimulera till att ungdomar skall kunna prata om sexualitet utifrån goda relationer.

Indikatorer

- Antal klamydiafall i Skaraborg, Västra Götalandsregionen samt i riket.
- Antal aborter i Skaraborg, Västra Götalandsregionen samt i riket.
- Antal unga mödrar under 18 år i Essunga kommun samt i Skaraborg.
- Hur ser samverkan ut mellan ungdomsmottagningen och kommunen när det gäller att stimulera till en trygg och säker sexualitet och en god reproduktiv hälsa?



Fysisk aktivitet

Värdet av fysisk aktivitet för att förebygga sjukdom och ohälsa är stort. Det finns starka vetenskapliga bevis på ett positivt samband mellan regelbunden fysisk aktivitet och hälsa men undersökningar på nationell nivå visar att endast 50 procent av befolkningen rör på sig tillräckligt för att nå dessa hälsoeffekter. Fysisk aktivitet i skolan och förskolan ses som mycket angeläget. Därför bör nya arbetsmetoder utvecklas i ämnet idrott och hälsa med syfte att öka barns delaktighet.

Delmål

- Fortsatt prioritering av rörelsetid utöver idrott på skolschemat för att stimulera till en grundläggande vardagsmotion.
- Genom samverkan med föreningar och organisationer skapa förutsättningar för aktiviteter/rörelse för alla kommuninvånare.
- Vid utformandet av nya miljöer i Essunga kommun bör man göra dessa så att de stimulerar till fysisk aktivitet och delaktighet för hela befolkningen.
- Upprustning av befintliga motionsspår och vidareutveckla gång- och cykelvägsnät.

Indikatorer

- Varje elevs rörelsetid utöver idrott på schemat per vecka inom skolans ramar.
- Antal hälsofrämjande projekt för ungdomsföreningar i kommunen.
- Antalet kilometer nya gång- och cykelvägar.
- Spridningsfrekvensen av Aktivitetsfoldern.



Matvanor och livsmedel

Det finns idag starka belägg för att en näringsriktig kost främjar en god hälsa och förebygger ohälsa. Därför är det viktigt att medborgarnas kunskaper om sambandet mellan kost och hälsa ökar. Att mäta befolkningens konsumtion av frukt och grönsaker och fibrer är dock svårt och därför används ofta indirekta mått som BMI* och tandstatus.

*Body Mass Index och detta visar förhållandet mellan vikten och längden och ger ett mått på under-, normal- eller övervikt.

Delmål

- 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 unga och äldre.

Indikatorer

- Barn som ammas helt eller delvis vid 6 månaders ålder.
- Andel 6-åringar och 19-åringar med helt intakta tänder.
- Antal deltagare i matlagningskurser i kommunens regi.
- Hur har samverkan med matvarubutikerna skett?



Tobak, alkohol, narkotika, dopning och spel

Ett stort folkhälsoproblem är rökning och alkoholanvändning. Cirka 7 000 människor dör årligen i Sverige till följd av rökning, 4 000 - 5 000 människor i alkoholrelaterade dödsfall.

Tillgängligheten till drogen har en avgörande betydelse vad gäller tobaks- och alkoholkonsumtionen, en stor tillgänglighet ökar direkt konsumtionen av tobak och alkohol. Narkotika ökar liksom narkotikarelaterad dödlighet. Spelberoendet ökar också och här som vid övrigt missbruk drabbas ofta även närstående.

Delmål

- 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 med ungdomsföreningar i kommunen för att stimulera till en tobaks-, alkohol- och drogfri miljö.

Indikatorer

- Rökande blivande mödrar.
- Alkoholkonsumtion bland blivande föräldrar.
- Ungdomars självrapporterade tobaksbruk.
- Antal tobaksfria arbetsplatser.
- Ungdomars självrapportering av alkoholkonsumtion.
- Ungdomars självrapportering av narkotikaanvändning.