

SUNDHEDSPOLITIK

Sammen om sundhed







INDHOLDSFORTEGNELSE

1. FORORD	4
2. DEN SUNDHEDSPOLITISKE TILGANG	6
3. MÅLGRUPPE.....	7
4. SUNDHEDSPOLITIKKENS HOVEDTEMAER	8
4.1. Lighed i sundhed / En sund start på livet.....	8
4.2. Trivsel og mental sundhed for alle	10
4.3. Rygning og andre rusmidler	12
4.4. Norddjurs i bevægelse.....	14
4.5. Kronisk sygdom og multisygdom.....	16
4.6. Sundhed tæt på	18
5. FRA POLITIK TIL VIRKELIGHED.....	20

1. FORORD

Sundhed er afgørende for, at vi kan leve det liv, vi ønsker. Sundhed er meget mere end blot fraværet af sygdom. Sundhed handler om at have det godt både fysisk, mentalt og socialt, og at have evne til og mulighed for at leve et sundt liv.

Gode sundhedsvaner grundlægges allerede fra fødslen og skal bevares hele livet. De gode sundhedsvaner er vigtige for både børn, voksne og ældres fysiske, mentale og sociale trivsel samt læring. Derfor skal de gode sundhedsvaner også være en naturlig del af hverdagslivet i Norddjurs Kommune. Vi skal udvikle de bedste rammer og betingelser for, at flest muligt uanset alder og livsvilkår kan leve et aktivt liv.

Men vi kan ikke gøre dette alene. Hvis vi skal lykkes med at være en aktiv og sund kommune, er der brug for, at vi alle samarbejder og tager et medansvar - kommune, borgere, ungdomsuddannelser, erhvervslivet og frivillige foreninger. Sundheden skaber vi sammen.

Sundhedspolitikken beskriver den overordnede retning for sundhedsindsatsen i Norddjurs Kommune i de kommende år og indeholder en række særlige fokusområder. Med sundhedspolitikken sætter vi fokus på både fysisk og mental sundhed.



VISION

Alle borgere har mulighed for at leve et sundt og meningsfyldt liv.

Vi arbejder i fællesskab for, at sundhed bliver en naturlig del af alle borgeres hverdag.

2. DEN SUNDHEDSPOLITISKE TILGANG

Den sundhedspolitiske tilgang danner rammen om den samlede sundhedsindsats i Norddjurs Kommune. Tilgangens pejlemærker er udgangspunktet for vores arbejde med sundhed - både på et overordnet strategisk niveau og i den nære opgaveløsning i det daglige.

SUNDHEDSPOLITISK TILGANG

PEJLE- MÆRKER	Mere lighed i sundhed	Helhed og sammenhæng	Sundhedstilbud tæt på borgerne
TILGANGE	Lighed er mere end samme hjælp til alle.	Sundhed og forebyggelse skabes i fællesskab.	Det sunde valg skal være det foretrukne valg.
	Vi ser det hele menneske for at skabe løsninger, der virker for den enkelte.	Vi har fokus på at støtte og fastholde fællesskaber og initiativer, der fremmer sundhed lokalt.	Borgerne skal opleve, at der er let tilgængelige sundhedstilbud i nærmiljøet.
	Den enkelte borger forventes at være en aktiv medspiller.	Vi involverer aktivt borgerne i beslutninger og udvikling af tilbud.	Vi hjælper civilsamfund og lokalsamfund til at skabe plads til at alle kan være med.
	Vi arbejder målrettet med at styrke udsatte borgeres mulighed for og evne til at tage ansvar for egen sundhed.	Borgerne skal opleve sammenhæng og smidighed i indsats og overgange mellem tilbud og sektorer.	Vi tager nye metoder og teknologier i brug.
	Vi arbejder sundhedsfremmende og forebyggende med fokus på tidlig indsats.	Vi samarbejder på tværs om opgaveløsningen, så borgere med særlige behov får den individuelle støtte, der er brug for.	De nærmeste sundhedstilbud er lige uden for vores dør - i skovene, langs kysterne og i byrummet.
	Vi har fokus på at børn og unge får et sundt forhold til kost og motion.	Vi støtter eksisterende og nye former for fællesskaber, som modvirker ensomhed.	Specialiserede sundhedstilbud uden for nærmiljøet skal være tilgængelige for alle borgere.

3. MÅLGRUPPE

Sundhedspolitikken er for alle i Norddjurs Kommune.

Vi bærer hver især det største ansvar for, at vi kan leve det liv, vi ønsker - også når vi taler om sundhed. Det indebærer, at vi tager ansvar for eget liv og de handlinger, der bidrager til vores sundhed og trivsel.

Imidlertid er det ikke alle, der har samme vilkår og forudsætninger for at kunne tage hånd om egen sundhed.

Sundhedspolitikken bygger på forventningen om, at de borgere, som kan selv, skal selv. De borgere, som ikke kan selv, skal derimod støttes og motiveres til at bryde de usunde vaner og deres handleevner ift. at tage hånd om egen sundhed skal styrkes.

Det betyder, at der med sundhedsindsatsen i Norddjurs sættes ind på forskellige niveauer:

Forebyggende tiltag

De, der kan selv udgør den største del af borgerne. Til denne målgruppe skal der fortsat udvikles sunde rammer og generelle sundhedsfremmende og forebyggende tilbud.

Foregribende tiltag

Til de borgere, der har brug for hjælp, etableres sundhedsfremmende og forebyggende tiltag, der understøtter den enkelte i at tage vare på egen sundhed.

Indgribende tiltag

Til de borgere, der har brug for en særlig indsats, etableres sundhedsfremmende og forebyggende tiltag, som tilpasses den enkeltes behov og livssituation.



4. SUNDHEDSPOLITIKKENS HOVEDTEMAER

De seks hovedtemaer understøtter den sundhedspolitiske vision og tilgang. De er valgt ud fra en vurdering af kommunens største sundhedsmæssige udfordringer de kommende år.

4.1 Lighed i sundhed / En sund start på livet

Alle borgere i Norddjurs skal have mulighed for at leve et godt og sundt liv. Men sygdom rammer socialt skævt, og uligheden i sundhed starter allerede tidligt i livet. Mennesker med kort uddannelse eller uden tilknytning til arbejdsmarkedet har oftere flere uhensigtsmæssige sundhedsvaner og dårligere mentalt helbred. De har færre gode leveår og dør tidligere end mennesker med længere uddannelse.

At børn får en god start på livet, har afgørende betydning for forebyggelsen af ulighed i sundhed. Sociale forhold påvirker børn allerede før de bliver født, og følger ofte barnet resten af livet. De sunde vaner skal etableres tidligt i livet, og der skal være fokus på muligheden for at bryde den sociale arv.

Nogle familier har brug for mere støtte end andre. I de familier, hvor behovet er størst, er forebyggelse nødvendigt allerede i graviditeten og i barnets første leveår, for at give alle mulighed for en sund start på livet.

I Norddjurs arbejder vi målrettet for, at forskellene i sundhedsadfærd mellem samfundsgrupper mindskes for at fremme ligheden i sundhed. Gennem målrettede og tilgængelige indsatser, vil vi styrke sundhedskompetencerne og de sociale relationer for borgere i udsatte positioner.

AMBITION

Alle borgere i Norddjurs Kommune skal have mulighed for at leve et godt og meningsfyldt liv. Vi vil fremme ligheden i sundhed via særlig støtte til dem, der har brug for det.



MÅLSÆTNINGER/FOKUSPUNKTER

For at fremme ligheden i sundheden, vil vi

- Arbejde målrettet for, at færre borgere uden en erhvervsuddannelse eller tilknytning til arbejdsmarkedet i 2025 har risikable sundhedsvaner i forhold til i 2021 (færre ryger, er fysisk inaktive, er svært overvægtige, har dårligt mentalt helbred)
- Sikre, at de sundhedsfremmende og forebyggende tilbud tager udgangspunkt i den enkelte borgers situation og livsvilkår ved at differentiere indsatser efter behov
- Styrke udsatte borgeres sundhedskompetencer
- Understøtte rammer og faciliteter, der gør det nemt at navigere i kommunens sundhedstilbud, herunder kommunikere på en let forståelig måde målrettet modtageren
- Øge fokus på tidlig opsporing af socialt udsatte borgere herunder understøtte indsatser, der medvirker til at bryde den sociale arv og en tidlig usund livsstil
- Fungere som brobygger fra kommunens sundhedstilbud til idræts- og foreningslivet for at få flere udsatte borgere til at blive en del af fællesskaber.

4.2 Trivsel og mental sundhed for alle

Sundhed er mere end blot fysisk velvære. Sundhed handler også om trivsel. Mental sundhed er at kunne udfolde sine evner, håndtere dagligdagsudfordringer og stress samt indgå i sociale fællesskaber med andre mennesker. Mental trivsel er derfor afgørende for vores sundhed.

Udfordringerne med borgernes mentale sundhed er vokset i Norddjurs Kommune. Andelen af voksne med et højt stressniveau er stigende, ligesom flere føler sig ensomme og har symptomer på depression.

Mange børn og unge trives heldigvis godt, men alligevel er mentale helbredsproblemer udbredt blandt danske børn og unge og har på landsplan været stigende de seneste år. Flere oplever at være utilfredse med deres liv, føler sig forkerte og ensomme, og har svært ved at leve op til egne forventninger.

Langvarig dårlig mental sundhed kan have konsekvenser for den enkeltes mulighed for at leve et godt liv og øger samtidig risikoen for at udvikle både fysiske og psykiske sygdomme.

Mennesker med dårlig mental sundhed har også ofte flere uhensigtsmæssige sundhedsvaner såsom rygning, højt alkoholforbrug, fysisk inaktivitet og usunde kostvaner, ligesom børn og unge ofte trives dårligere i skolen.

Fællesskab og de tætte relationer har stor betydning for vores mentale sundhed. Samtidig er ensomhed og isolation kendte risikofaktorer for udvikling af sygdom. Derfor vil vi samarbejde med lokalsamfundet og foreningslivet om at sikre positive og inkluderende fællesskaber for alle.

AMBITION

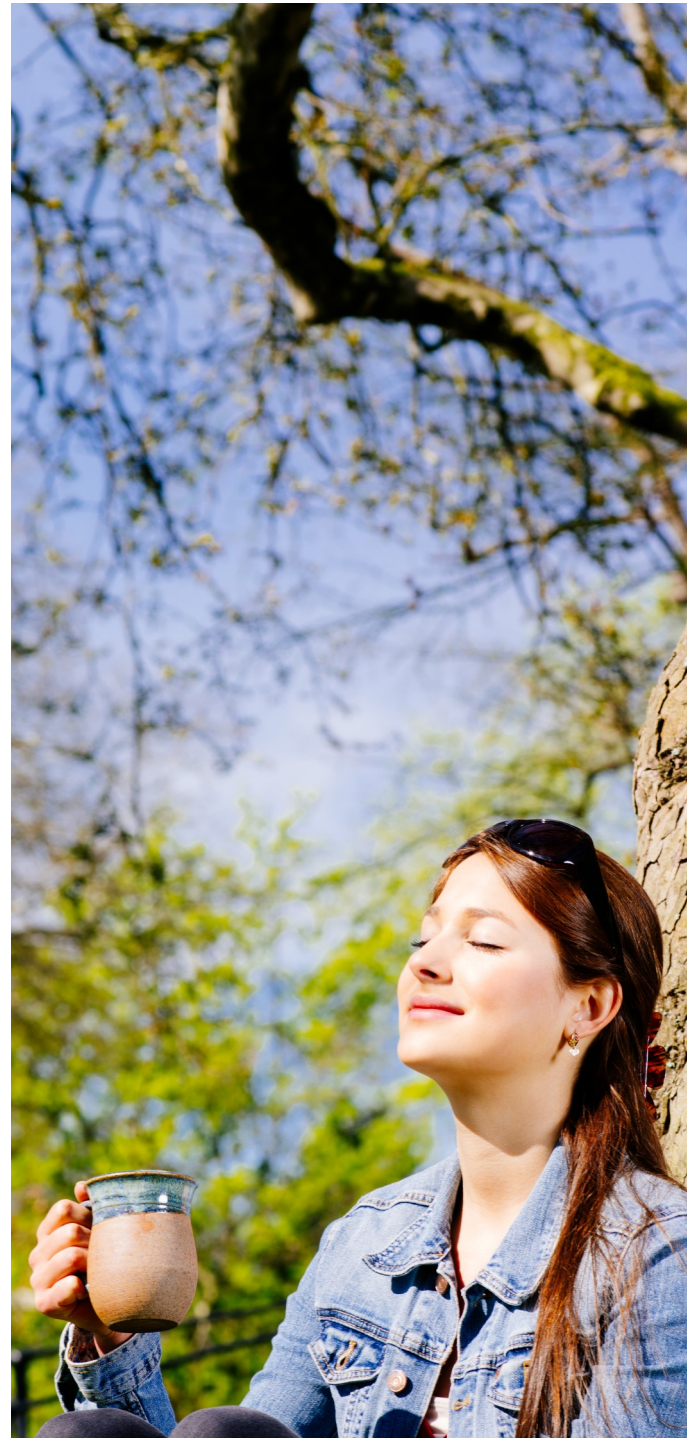
Alle børn i Norddjurs har ret til et liv med høj trivsel, hvor de kan udfolde deres fulde potentiale. Alle borgere i Norddjurs skal opleve at have det godt og være overvejende glæde og tilfredse med livet.



MÅLSÆTNING/FOKUSPUNKTER

For at fremme trivsel og mental sundhed for alle, vil vi

- Arbejde målrettet for, at færre borgere i 2025 har dårlig mental sundhed i forhold til i 2021 (færre har et højt stressniveau, føler sig ensomme og har symptomer på angst og depression)
- Understøtte og skabe gode rammer for de positive fællesskaber, hvor der er plads til alle uanset alder og livsvilkår
- Understøtte, at det er nemt at opstarte og drive foreninger i Norddjurs, have blik for de frivilliges behov og vilkår, samt bidrage til fortsat at udvikle det konstruktive og stærke samarbejde med foreningslivet
- Udbrede kendskabet til eksisterende forenings- og aktivitetstilbud på tværs af kommunen
- Understøtte rammer og tiltag, der indbyder til og styrker fællesskabet.



4.3 Rygning og andre rusmidler

Rygning er den enkeltfaktor, som har størst betydning for dødeligheden. Faktisk er rygning skyld i næsten hvert tredje dødsfald i Danmark. Samtidig er rygning den væsentligste risikofaktor i forhold til langvarig sygdom og er en af de væsentligste årsager til den stigende ulighed i sundhed.

Selvom antallet af dagligrygere i Norddjurs Kommune er faldet over en årrække, særligt blandt de unge, vinder nye røgfrie nikotinprodukter som snus og e-cigaretter frem. Udover at vi fortsat skal have fokus på at forebygge, at unge tænder deres første cigaret, skal vi derfor også sætte ind i forhold til forebyggelse af nikotinafhængigheden blandt børn og unge.

I Norddjurs kommune arbejder vi for, at så mange som muligt vælger et liv uden tobak og nikotin. Norddjurs Kommune er derfor en del af det landsdækkende partnerskab Røgfri Fremtid, som er dannet af Kræftens Bekæmpelse i samarbejde med Trygfonden.

Vi skal sikre, at vores rammer understøtter, at brugen af tobaks- og nikotinprodukter ikke er en naturlig del af hverdagsbilledet i Norddjurs.

Et skadeligt forbrug af alkohol og misbrug af andre rusmidler, som euforiserende stoffer, påvirker både det fysiske og psykiske helbred negativt, ligesom det kan have store sociale konsekvenser for den enkelte og hele familien. Særligt for de børn, der vokser op i familier med misbrug, kan det have store konsekvenser for deres trivsel.

Ved fortsat at videreudvikle vores eksisterende tilbud skal vi sikre at alle, der ønsker at komme ud af deres misbrug, kan få den nødvendige støtte og hjælp.

AMBITION

At så mange som muligt vælger et liv uden tobak og nikotin. Antallet af borgere, der ryger eller anvender andre nikotinprodukter skal falde frem mod 2030.

Færre borgere skal have et alkohol- eller stofmisbrug.

> MÅLSÆTNINGER/FOKUSPUNKTER

For at forebygge rygning og misbrug af andre rusmidler, vil vi

- Sikre, at der er tilbud om hjælp og støtte til alle, der ønsker at stoppe med at ryge eller bruge nikotinprodukter, herunder fortsat tilbyde skræddersyede forløb til særlige grupper, f.eks. gravide
- Styrke samarbejdet med hospital og de praktiserende læger, så det bliver så let som muligt at henvise til kommunes rygestoptilbud
- Sikre, at borgere, der drikker for meget eller har et misbrug af stoffer, kan få rådgivning og støtte til at komme ud af deres misbrug
- Sikre tidlig hjælp til børn i familier med misbrugsproblemer
- Være opdaterede på den nyeste viden og tendenser samt sikre, at specielt de unge løbende informeres om de sundhedsskadelige effekter af brugen af rusmidler.



Hvis ingen i Danmark røg, ville mænd leve næsten 4 år længere end de nuværende gennemsnitlige 79 år.
Kvinder ville leve ca. 3 år længere end de gennemsnitlige 83 år.

(Sygdomsbyrden i Danmark, 2023)

4.4 Norddjurs i bevægelse

Fysisk aktivitet og bevægelse er afgørende for folkesundheden og fremmer samtidig den enkeltes livsglæde, overskud og sociale trivsel. Mennesker, der er fysisk aktive, lever længere og har større chance for at undgå en række livsstilssygdomme, som f.eks. diabetes og hjertekarsygdomme.

Derfor skal fysisk aktivitet og bevægelse også være en naturlig del af hverdagen for alle borgere i Norddjurs - både i foreninger, fællesskaber og på egen hånd.

Vi vil skabe gode rammer, som gør bevægelse og fysisk aktivitet til det naturlige valg. I byplanlægningen skal bevægelse og aktiv transport indtænkes. Der skal være let adgang til Norddjurs' mange skønne naturområder, hvor man kan cykle, løbe eller gå ture. Samtidig skal sundhed og bevægelse integreres i alle de kommunale indsatser og tilbud, hvor det giver mening.

På tværs af Norddjurs er der et aktivt foreningsliv, hvor man udover motion og fysisk træning også kan blive en del af stærke og positive fællesskaber. Det er med til at fastholde de gode vaner, når vi dyrker vores fritidsinteresser i fællesskab med andre.

Der ses en social ulighed i, hvem der deltager i foreningslivet. Hos udsatte børn og deres familier kan der være behov for særlig støtte til at blive en del af de sunde fællesskaber.

AMBITION

Fysisk aktivitet og bevægelse skal være en naturlig del af hverdagen for alle borgerne i Norddjurs.

60 pct. af borgerne i
Norddjurs Kommune vil gerne
være mere fysisk aktive.

*(Bevæg dig for Livets idræts-
og motionsvaneunders-
søgelse, 2022)*

> MÅLSÆTNINGER/FOKUSPUNKTER

For at sikre et Norddjurs i bevægelse, vil vi

- Arbejde målrettet for, at færre borgere i 2025 er fysisk inaktive og overvægtige i forhold til i 2021, hvor 18 pct. af borgerne i Norddjurs var fysisk inaktive og 25 pct. var svært overvægtige
- Integrere bevægelse og aktivitet i både dagtilbud og skolen for at understøtte, at leg og bevægelse fortsat er en naturlig del af alle børns hverdag
- Bygge bro fra kommunens tilbud og indsatser til foreningslivet og øvrige aktivitetstilbud i lokalsamfundet, og derigennem understøtte fritidslivet og bidrage til en høj forenings- og idrætsdeltagelse
- Skabe rammer og faciliteter, der indbyder til bevægelse, aktivitet og fællesskab, og hvor der er plads til de forskellige behov for bevægelse.



4.5 Kronisk sygdom og multisygdom

Mange mennesker lever i dag med en eller flere kroniske sygdomme, og antallet af borgere med kroniske sygdomme forventes at stige de kommende år. Borgere med kroniske sygdomme har ofte et stort og livslangt behov for behandling.

Nogen lever et godt liv på trods af sygdom, men fælles for mange med kroniske sygdomme er, at de lever med nedsat livskvalitet, risiko for forværring af deres sundhedstilstand og ringe muligheder for at klare dem selv. Samtidig er risikoen for at være på kanten af eller udenfor arbejdsmarkedet forhøjet blandt mennesker med kroniske sygdomme.

På trods af et liv med kronisk sygdom, skal vi understøtte, at flest muligt har et indholdsrigt liv med høj livskvalitet. Derfor er rehabilitering og tidlig opsporing en væsentlig del af kronikerstrategien i Norddjurs.

Vi arbejder aktivt med at styrke borgernes handlingskompetencer, så de på bedst mulig vis kan tage hånd om og leve med en eller flere kroniske sygdomme. Det gælder særligt for udsatte borgere, der har en forhøjet risiko for at udvikle kroniske sygdomme eller at deres sygdom forværres på grund af flere uensigtsmæssige sundhedsvaner.

En koordineret og sammenhængende indsats mellem læge, sygehus og kommune er afgørende for borgernes sundhedstilstand og livskvalitet.

AMBITION

Vi vil forebygge at flere borgere udvikler kroniske sygdomme. Borgere, der allerede lever med kronisk sygdom, skal have de bedst mulige betingelser for at leve med deres sygdom.

> MÅLSÆTNING/FOKUSPUNKTER

For at sikre at færre udvikler kroniske sygdomme og skabe gode betingelser for borgere med kronisk sygdom, vil vi

- Styrke samarbejdet med hospital og de praktiserende læger, så det bliver så let som muligt at henvise til kommunes forløb for borgere med kronisk sygdom
- Understøtte, at borgere med kronisk sygdom oplever sammenhæng og koordinering i deres behandling på tværs af indsatser og sektorer
- Forebygge u hensigtsmæssige indlæggelser og genindlæggelser for borgere med kronisk sygdom
- Tilstræbe at borgere med kronisk sygdom i videst muligt omfang bevarer tilknytningen til arbejdsmarkedet, herunder at udbrede viden om muligheder for fastholdelse til arbejdspladser og virksomheder
- Sikre, at borgere med kronisk sygdom får den nødvendige støtte og behandling, så de lærer at mestre livet med en eller flere kroniske sygdomme.





4.6 Sundhed tæt på

Sundhed skabes der, hvor vi lever vores hverdagsliv. Norddjurs Kommune er imidlertid en geografisk stor kommune med store kørselsafstande og spredt bosætning. Der kan derfor være udfordringer med at sikre alle borgere samme lette adgang til sundhedstilbud.

Samtidig er Norddjurs en kommune, hvor der aldrig er langt til de naturskønne omgivelser. De nærmeste sundhedstilbud er derfor lige uden for vores dør - i skovene, langs kysterne og i byrummet.

Norddjurs Kommune vil bevare og udbygge sunde rammer for alle. Vi vil fortsætte det systematiske arbejde med at skabe et sundt og aktivt bymiljø, samt arbejde for tilgængelighed og mulighed for en aktiv udnyttelse af vores rige natur. Her spiller infrastruktur og byplanlægning en afgørende rolle.

Mange års øget specialisering i sundhedsvæsenet har betydet, at mange borgere i Norddjurs har fået længere til sygehuset. Fra Grenaa er der ca. 60 km til det nærmeste sygehus.

I fremtiden skal flere opgaver løses i det nære sundhedsvæsen tættere på borgerne. I et tæt samarbejde med de praktiserende læger og hospitalerne vil vi fortsat udvikle vores sundhedstilbud. Borgerne skal opleve et højt kvalificeret og sammenhængende sundhedsforløb der tager udgangspunkt i den enkelte.

AMBITION

Når sygdom opstår, er hjælpen nær, og der er tryghed og sammenhæng i indsatsen. Samtidig skal alle borgere opleve, at der er let tilgængelige sundheds- og aktivitetstilbud i nærmiljøet uanset bopæl.



MÅLSÆTNING/FOKUSPUNKTER

For at sikre sundhed tæt på, vil vi

- Sikre kommunale sundhedstilbud i nærmiljøet, hvor det er muligt, f.eks. via sundhedssatellitter rundt om i kommunen og ved øget brug af telemedicin og velfærdsteknologi
- Sikre, at byplanlægningen understøtter bevægelse og fremmer det sunde valg ved f.eks. at gøre det let at komme omkring til fods og på cykel. De grønne områder skal være let tilgængelige for alle
- Gøre det nemt for alle at finde vej til de kommunale sundhedstilbud og få den rette hjælp. Indsatserne skal være synlige og foregå i områder, hvor flest muligt kan drage nytte af dem
- Styrke partnerskabet med lokale aktører, borgere og foreninger for sammen at skabe stærke tilbud og sunde fællesskaber tæt på borgerne
- Styrke samarbejdet med hospitalerne og de praktiserende læger, så borgerne oplever højt kvalificerede og så vidt muligt sammenhængende forløb tæt på deres hjem.

5. FRA POLITIK TIL VIRKELIGHED

I de kommende år skal sundhedspolitikken omsættes til hverdag og konkrete handlinger.

Sundhedspolitikken er en af Norddjurs Kommunes tværgående politikker, da sundhed er et fælles ansvar. Det betyder, at sundhedspolitikken gælder for alle medarbejdere i Norddjurs Kommune, og at alle fagområder er forpligtet til at tænke sundhedspolitikens målsætninger ind i deres kerneopgaver.

Arbejdet med implementeringen af sundhedspolitikken foregår decentralt. Det enkelte fagområde udvælger de temaer, der skal arbejdes med. Herefter udarbejdes en handleplan med beskrivelse af de konkrete handlinger, der skal bringe os fra vision til virkelighed.

Vores sundhedsudfordringer kalder samtidig på nye fælles løsninger. For at indfri sundhedspolitikens målsætninger, vil vi derfor også invitere foreningslivet og civilsamfundet ind til nyskabende samarbejder omkring vores alles sundhed.







NORDDJURS KOMMUNE



Sundheds- og omsorgsområdet
Sangstrupvej 32, Voldby
8500 Grenaa

www.norddjurs.dk