

Sundhedsfremme og Forebyggelse

Baggrund

I strategien for Sundhedsfremme og Forebyggelse beskriver vi hvordan vi arbejder for at indfri målsætningerne vedrørende sundheden fra Lemvig Kommunes politikker.

Strategien understøtter samtidig udmøntning af de 8 nationale mål for sundhed, samt Sundhedsaftalen for Region Midtjylland 2019-23.

Sundhedsprofilen for Lemvig Kommune fra 2017 viser, at der fortsat er mulighed for at styrke vores generelle sundhedsvaner i forhold til blandt andet kost, rygning, alkohol og motion.

Med strategier sættes der fokus på følgende tre overordnede fokusområder for de kommende års arbejde med sundheden i Lemvig:

- Sundt hverdagsliv
- Trivsel
- Sammen om sundhed

Sundt hverdagsliv

Sundt hverdagsliv handler om de indsatser der virker sundhedsfremmende og forebyggende.

Vi medvirker til at gøre det nemmere for den enkelte at træffe sunde valg i hverdagen. I institutioner, på arbejdspladser, i fritidslivet og gennem indretning af fysiske rum, som motiverer til en aktiv hverdag med gode muligheder for bevægelse for alle.

Forebyggelse og sundhedsfremme er en investering, der giver den enkelte mulighed for større livskvalitet og samtidig skabe grundlag for en nødvendig, bæredygtig udvikling af sundhedsområdet.

Vi ønsker forebyggende indsatser som favner bredt og vi sikrer tilbud målrettet de borgere, som har behov, når sygdom eller anden krise opstår. Rehabilitering, herunder genoptræning og borgerforløb, er nogle af de tilbud, som støtter den enkelte i at tage ansvar i eget liv.

Tillid og tryghed kan være afgørende for den enkeltes motivation for at opsøge og tage imod forebyggelses- og sundhedsfremmetilbud. Derfor er det afgørende at al dialog tager afsæt i gensidig respekt og ligeværd.

Trivsel

Sundhed er mere end fravær af sygdom. Sundhed er også mental sundhed, at trives i sin hverdag, kunne håndtere dagligdags udfordringer og kunne indgå i fællesskaber.

Borgere med langvarig dårlig mental sundhed har større risiko for at falde fra uddannelse, stå udenfor arbejdsmarkedet og har øget risiko for at udvikle sygdom. Dermed kan mistrivsel have store omkostninger for den enkelte, for familien og for samfundet.

At indgå i fællesskaber har generelt en positiv effekt på den mentale sundhed. Vi understøtter, at alle har mulighed for at blive inkluderet i nogle af de mange

fællesskaber, som kendetegner Lemvig Kommune.

Alle har forskellige ressourcer. Derfor tilbyder vi borgere forskellige indsatser, for at give alle lige muligheder. Det gør vi for at modvirke den stigende sociale ulighed i sundhed.

Vi har fokus på de kommende generationer og vægter forebyggelse af mistrivsel hos børn og unge. Det gør vi blandt andet ved at sætte fokus på trivsel i familien, som det nære fællesskab, og de større fællesskaber i institutioner, skole og fritidstilbud.

Vi tror på at alle ønsker at tage ansvar i eget liv, og derfor understøtter vi borgere i at kunne mestre eget liv, også når der opstår kriser som kronisk sygdom.

Sammen om sundhed

At leve et sundt liv er den enkeltes ansvar, men rammer og muligheder skaber vi sammen på tværs af civilsamfund, erhvervsliv og offentlige aktører.

Lemvig Kommune er kendetegnet ved et levende civilsamfund med en bred vifte af aktive fællesskaber, både organiserede og uorganiserede, som skaber grundlag for trivsel og sundhed.

Vi styrker samarbejdet med virksomheder og arbejdsgivere om at fremme et sundt og bæredygtigt arbejdsliv. I Lemvig Kommune oplever 19% at have nedsat eller meget nedsat arbejdsevne. Slid- og belastningsskader fylder i sygedagpengeprofilen, og et stigende antal sygemeldes med stress, angst og depression. Samtidig taler befolkningsudviklingen for, at kommune og virksomheder har en fælles interesse i at fremtidssikre den nuværende arbejdskraft.

Vi løfter kvaliteten i vores sundhedstilbud ved at samarbejde på tværs af fagområder, kommuner og sektorer på sundhedsområdet.

Sundt hverdagsliv

- ▶ Nedbringe antallet af børn og unge, der begynder at ryge, bruge snus eller andre tobaksprodukter og fremme røgfri miljøer
- ▶ Understøtte rygestop for alle aldersgrupper
- ▶ Reducere antallet af børn og unge med overvægt
- ▶ Understøtte en reduktion i overvægt hos befolkningen generelt
- ▶ Sætte fokus på alkohol i familier
- ▶ Udvikle tilbud til borgere med mere end én kronisk sygdom
- ▶ Investere i genoptræning og rehabilitering
- ▶ Gøre information og adgang til kommunale sundhedstilbud og -indsatser let tilgængelig for alle
- ▶ Målrettet brug af teknologier som kan øge borgernes grad af selvhjulpethed
- ▶ Understøtte at alle har let adgang til fritids- og foreningstilbud
- ▶ Tænke sundhed og tilgængelighed for alle borgere ind i den fysiske planlægning.

Trivsel

- ▶ Forebygge, opspore og tilbyde relevante tilbud til børn og unge som viser tegn på ikke at trives
- ▶ Videreudvikle tilbud som understøtter øget trivsel i familier, særligt med fokus på indsats omkring skilsmisser
- ▶ Udvikle tilbud til borgere som lider af angst, stress og depression
- ▶ Mestringstilbud til borgere udenfor- eller på kanten af arbejdsmarkedet
- ▶ Tage afsæt i den enkelte borger og tilpasse indsatser ud fra et helhedssyn på ressourcer og potentialer
- ▶ Understøtte at alle borgere får mulighed for at indgå i fællesskaber.

Sammen om sundhed

- ▶ Etablere Sundhedshus Lemvig for borgere i hele kommunen med fokus på at udvikle nye måder at tænke sundhed på tværs af fagligheder og sektorer
- ▶ Understøtte sundhedsinitiativer bredt set som igangsættes i frivilligt regi
- ▶ Samarbejde med virksomheder og arbejdsgivere om at fremme fysisk og mental sundhed hos medarbejdere
- ▶ Udvikle sundhedstilbud i tværkommunale og tværsektorielle samarbejder, hvor det er fagligt og økonomisk bæredygtigt
- ▶ Lemvig Kommune som arbejdsgiver går foran for at fremme et sundt og bæredygtigt arbejdsliv.

