





## Handleplan for sundhedsindsatsen 2019-2020

### Indledning

Visionen i Rødovre Kommunes sundhedspolitik er, at alle borgere skal have lige muligheder for sundhed og livskvalitet. Ligheden i sundhed skal fremmes, så alle får mulighed for at leve et godt og sundt liv.

Et godt helbred er en grundlæggende forudsætning for at have friheden til at leve det liv, som man værdsætter. Den systematiske ulighed i sundhed viser, at jo kortere uddannelse borgerne har, des større sandsynlighed er der for, at borgerne har en uhensigtsmæssig sundhedsadfærd, som påvirker helbredet negativt.

Der er stigende sociale forskelle i befolkningens helbredstilstand. Så der er endnu langt til at nå visionen om lige muligheder for sundhed og livskvalitet. Derfor skal bekæmpelse af social ulighed i sundhed være et centralt omdrejningspunkt i alle sundhedsindsatser.

I sundhedspolitikken er der formuleret fire strategimål:

- Vi har sunde, trygge og sikre rammer, der hvor borgerne færdes
- Vi har gode og relevante sundhedstilbud til borgerne
- Kommunens tilbud er lettilgængelige og synlige for borgerne
- Der er sammenhæng og helhed i indsatserne.

Strategimålene er fælles mål for Rødovre Kommune, med et fælles ansvar og en fælles indsats på tværs af afdelinger og forvaltningsområder. Hvert år udarbejdes der en handleplan for sundhedsindsatsen. Handleplanen beskriver de større fokusområder for året og er dermed ikke en fuldstændig beskrivelse af alle indsatser. De mange indsatser, som gennem årene er gået fra udvikling til drift, fortsætter og afvikles eller udvikles løbende. Der bliver udarbejdet indsatsbeskrivelser og evalueringer af disse indsatser.

De overordnede rammer for indsatsen på sundhedsområdet er sundhedspolitikken, sundhedsprofilerne fra 2018 og udspil og rapporter generelt fra KL og Sundhedsstyrelsen inkl. forebyggelsespakkerne.

Samarbejde på tværs og en helhedsorienteret indsats er særlig vigtig i bekæmpelsen af ulighed i sundhed. Derfor er der i handleplanen for sundhedsindsatsen 2019/2020 netop fokus på at samarbejde på tværs og styrke de sunde rammer i kommunen, så det sunde valg bliver lettere for borgerne. Sundere rammer sammen med indsatser på tværs af fagområder kan bidrage til at styrke sundhedstilstanden.

De to store fokusområder i 2019/2020 er udviklingen af "Vores Sunde Hverdag" og udvikling af indsatsen i forhold til tobak, hvor der i 2019 vil blive udarbejdet en handleplan for implementering af partnerskabsaftalen "Røgfri fremtid", som er indgået med Kræftens Bekæmpelse. I partnerskabsaftalen er beskyttelse af børn og unge mod rygning med målrettede indsatser højt prioriterede. Begge fokusområder er beskrevet mere udførligt i bilagene til handleplanen.

Derudover er der i handleplanen fokus på udvikling af sundhedsindsatsen for sårbare borgere, udvikling af indsatsen for overvægtige voksne og videreudvikling af indsatsen for borgere med kræft.

## Vores Sunde Hverdag

Social- og Sundhedsforvaltningen har i 2018 startet projekt "Vores Sunde Hverdag" i et samarbejde med Region Hovedstadens Center for Klinisk Forskning og Forebyggelse, Steno Diabetes center og Aalborg Universitet. Udover Rødovre Kommune deltager Høje Taastrup, Hjørring og Frederikshavn Kommune i projektet, hvor målet er at udvikle en model, der fremmer borgernes sundhed og trivsel.

Der er i august 2018 ansat en projektleder for en toårig periode, som skal stå for koordineringen og styringen af aktiviteterne i Rødovre Kommune.

"Vores Sunde Hverdag" er et samskabelsesprojekt, som har fokus på at skabe sundhed og trivsel for borgerne gennem høj grad af samarbejde på tværs af forvaltninger og inddragelse af både borgere og andre aktører i kommunen.

Indsatsen er uddybet i bilaget "Vores Sunde Hverdag – Rødovre Kommune".

Indsats	Formål	Strategimål	Aktører	Tidsplan
<ul style="list-style-type: none"><li>- Udvikling og igangsættelse af indsatser indenfor fokusområdet "det sociale og fysisk aktive hverdagsliv" med alle relevante aktører, som ønsker at indgå.</li><li>- Opstart af lokal-indsats i Islev: 1) gennemførelse af lokalsamfundsanalyse og 2) en samskabelsesproces med relevante lokale aktører omkring udvikling af lokale indsatser i Islev.</li></ul>	At udvikle en model, der fremmer borgernes sundhed og trivsel for de tilgængelige ressourcer, altså en bedre prioritering og implementering af alle indsatser i kommunen, som har et sundheds- og trivselsfremmende sigte.	Strategimål 1 og 4.	Direktører, fagchefer og mellemledere/konsulenter for alle forvaltningsområder CKFF, Region H Steno Diabetes Center, Region H og Aalborg Universitet	2019-2020  (Projektet fortsætter frem til 2022).

## Tobak

Det er almen viden, at tobaksrygning er farligt for helbredet. Det er den enkeltstående risikofaktor, som koster flest liv og medfører mest sygdom. Tobaksforebyggelse er derfor fortsat en central forebyggelsesindsats, som gentages i de årlige handleplaner for sundhedsindsatsen.

Den seneste Sundhedsprofil for Region Hovedstaden 2017 viste en stigning i antallet af dagligrygere og af antallet af storrygere i Rødovre. 18 % af borgerne over 16 år ryger dagligt, hvoraf 9,3 % er storrygere. Stigningen er særligt blandt de unge mellem 16-24 år, hvor 16 % ryger hver dag mod tidligere 13 %. På landsplan er det ca. 40 unge under 18 år, som begynder at ryge hver dag.

Det positive er, at tre ud af fire rygere ønsker at blive røgfri, hvoraf 40 % ønsker hjælp til det. Andre typer rygning, som brugen af E-cigaretter er steget fra 1,6 % til 2,3 %.

Sundhedsprofilen for børn født i 2016 viser, at 10 % af børnene født i Rødovre bliver udsat for tobaksrøg i hjemmet, sammenlignet med 6 % i den samlede gruppe af kommuner undersøgt.

Ultimo 2018 indgik Rødovre Kommune i partnerskabet "Røgfri Fremtid", og Rødovre Kommunes tobaksforebyggelse vil i 2019-2020 arbejde videre på at bidrage til "En røgfri generation 2030", som også er en af målsætningerne i Kræftplan IV. Tobaksforebyggelse kræver en flerstrengt indsats, og Sundhedsstyrelsens anbefalinger i Forebyggelsespakken for Tobak inddrages fortsat i den videre styrkelse af indsatsen.

Indsatsen i 2019/2020 vil primært bestå af udvikling af en handleplan om implementering af tobaksforebyggelsen i Rødovre med et særligt fokus på forebyggelse af børn og unges rygestart samt på røgfrie rammer samt udvikling af flere forskellige typer af effektive rygestoptilbud i Sundhedscentret. Indsatsen er nærmere beskrevet i bilag 2 "Udvikling af plan for Røgfri Fremtid i Rødovre"

Projekt Vores Sunde Hverdag vil indgå med udvikling af tobaksforebyggelsesindsatsen

### Udvikling af tobaksforebyggelsen med plan for "Røgfri Fremtid" i Rødovre

Indsats	Formål	Strategimål	Aktører	Tidsplan
<p>Udarbejdelse af en plan for implementering af "Røgfri fremtid" i en Rødovre kontekst:</p> <p>Involvering på tværs af kommunens forvaltninger og afdelinger i f.h.t deres fag-relevante områder:</p> <p>1) Forebygge rygestart(røgfri generation 2030)</p> <p>2) Fremme røgfrie miljøer. Fortsætte samarbejdet med Kultur-Fritid og sportsforeninger om røgfrie miljøer samt tilbud om rygestop.</p> <p>3) Fremme rygestop ved at styrke henvisning til rygestoptilbud. Herunder fortsætte samarbejdet på tværs i Klynge-Midt om henvisning til rygestoptilbud fra hospitaler og kommunerne imellem.</p>	At udarbejde en fælles plan med specifikke indsatser.	<p>Strategimål 1,2,3.</p> <p>Strategimål 1, og 4.</p>	<p>Social- og Sundhedsforvaltningens Sekretariat med BKF, TF, og foreninger.</p> <p>Kulturafdelingen. Idræts- og kulturforeninger. Sundhedscentret</p>	<p>2-4 kvartal 2018 og 1-2 kvartal 2019.</p> <p>2-4 kvartal 2019</p>
<p>Flere typer rygestoptilbud:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Klassiske rygestophold</li> <li>• Cafémødel med flere hold på én gang,</li> <li>• Individuelt rygestopforløb.</li> </ul>	Flere rygere tager imod rygestoptilbud.	Strategimål 2,3,4.	Sundhedscenteret.	Hele perioden.

**Røgfri generation 2030 – færre unge der ryger.**

Indsats	Formål	Strategimål	Aktører	Tidsplan
<p>Alle 8. klasser får tilbud om tobaksevent.</p> <p>Styrke samarbejde med BKF om røgfrie miljøer for børn og unge samt introduktion af undervisningsmateriale.</p> <p>Samarbejde med Klynge Midt og Sund By Netværket om videreudvikling af forebyggelsesindsats i skolerne og på ungdomsuddannelserne.</p>	<p>Forebygge rygestart blandt børn/unge.</p> <p>Fremme røgfrie miljøer</p>	Strategimål 1,2,4.	<p>Sundhedsplejen. Skoleafdelingen. Folkeskolerne.</p> <p>Kommuner i Klynge-Midt. Sund By Netværket. Skoler, Ungdomsuddannelser i Rødovre. Sundhedsplejen</p>	<p>Følger skolens kalender kontinuerligt.</p> <p>Kvartal 3 - 4 2019 og 1-2 i 2020</p>

## Sundhedsfællesskabet i psykiatrien (tidligere Shared Care)

Baggrund for idéen med Sundhedsfællesskabet er blandt andet Socialstyrelsens rapport fra 2013, der pegede på, at psykiatriske patienter dør 15-20 år tidligere end den almene befolkning. Psykisk syge er ikke kun udsatte på grund af deres psykiatriske sygdom, men er også udsatte på grund af somatiske lidelser, idet de ofte er i fare for at udvikle overvægt, type 2 diabetes, KOL og andre livsstilsrelaterede sygdomme. Årsagerne er komplekse og er blandt andet begrundet i borgergruppens sundhedsadfærd, en til tider isoleret tilværelse og medicinske behandling med anti-psykotika, der kan medføre overvægt m.m.

Sundhedsfællesskabet (tidl. Shared Care) i Psykiatrien blev stiftet i 2013 med det klare mål at igangsætte og fastholde arbejdet med sundhedsfremme både i socialpsykiatrien og behandlingspsykiatrien. Sundhedsfællesskabets vision er at være med til at forbedre Vestegnens psykisk sårbare borgeres fysiske og mentale helbred, så deres levetid nærmer sig den almene befolknings.

Med det tværsektorielle samarbejde, der dagligt ledes af et sekretariat, kan Sundhedsfællesskabet sikre, at der trods øvrige forandringer på sundhedsområdet, fortsat fokuseres på sundhedsfremme. Sundhedsfællesskabet vil fortsat udvikle sundhedsfremmende aktiviteter, opkvalificere medarbejdere og arbejde med metodeudvikling. Sundhedsfællesskabet er her for de psykisk sårbare borgere, og indsatserne skal give mening. Derfor bliver psykisk sårbare borgere inddraget i forhold til at sætte retning for aktiviteterne. Det sker bl.a. ved at nedsætte arbejdsgrupper i forbindelse med projekter og indsatser, med deltagelse af både medarbejdere og psykisk sårbare borgere.

Psykisk sårbare borgere i de fire kommuner kan deltage i forskellige sundhedsfremmende (fysiske) aktiviteter på tværs af kommunerne. Det er badminton, boksning, bowling, cykling, fodbold, motionsdans, svømning, yoga, mindfulness og qigong.

Indsats	Formål	Strategimål	Aktører	Tidsplan
<p>Der etableres i 2019 et tilbud om træning i varmtvandsbassin én gang ugentligt.</p> <p>Derudover vil der være fokus på udbredelse af kendskabet til de tilbud der er i sundhedsfællesskabet.</p> <p>Der vil også i 2019/20 blive arbejdet på at søge puljemidler til projekt fripas til foreningsmedlemskab. For at forsøge at bygge bro mellem psykisk sårbare borgere og det almene foreningsliv.</p>	<p>Sundhedsfællesskabet primære fokus er at igangsætte og fastholde arbejdet med sundhed og sundhedsfremme for psykisk sårbare borgere i vestegnskommunerne.</p>	<p>Strategimål 2.</p>	<p>Sundhedsfællesskabet er et tværfagligt og forpligtende samarbejde, der er indgået mellem socialpsykiatrien og sundhedscentrene i kommunerne Albertslund, Glostrup, Høje Taastrup og Rødovre.</p>	<p>2019-2020.</p>

## Mental Sundhed

Forekomsten af udfordringer i mental sundhed blandt Rødovres borgere<sup>1</sup> er blevet langt større sammenlignet med data fra 2013. Der er 14 %, som har vurderet at have et dårligt mentalt helbred, og 16 % har et mindre godt/dårligt selv vurderet helbred. Forekomsten af et højt stressniveau er baseret på 10 spørgsmål og en valideret skala<sup>2</sup> og er helt oppe på 25 %.

Den højeste andel er hos de unge mellem 16-34 år, hvor 31 % har et højt stressniveau. Længerevarende stress kan medføre sygdomme som hjerte-karsygdom og depression og kan forværre eksisterende sygdomme. 20 % har svage sociale relationer, og 7 % er ensomme. Dårlig mental sundhed har også konsekvenser for uddannelse, beskæftigelse, civilstand og familiedannelse.

Definitionen på mental sundhed er en tilstand af trivsel, hvor individet kan udfolde sine evner, kan håndtere dagligdagens udfordringer og stress, samt indgå i fællesskaber med andre mennesker<sup>3</sup>. Mental sundhed er ofte uafhængig af sygdom, og det er relevant at fremme mental sundhed både for raske og fysisk som psykisk syge.

Sundhedsstyrelsen anbefaler en flerstrengt indsats med indsatser på tværs af forvaltningsområder, fordi rammer og betingelser påvirker den mentale sundhed. Udover fokus på de tidlige år af barnets liv, anbefales indsatser for særlige målgrupper for eksempel med henblik på reduktion af stress, tilbagevenden til arbejde efter sygefravær og støtte til udsatte borgere.

<sup>1</sup> Sundhedsprofilen Region Hovedstaden 2017

<sup>2</sup> Cohens Percival Stress Scala.

<sup>3</sup> Epløv LH & Lauridsen S. Fremme af mental sundhed – Sundhedsstyrelsen 2008 og WHO 2001 The World Health rapport.

## Kulturvitaminer som pilotprojekt

Indsats	Formål	Strategimål	Aktører	Tidsplan
Udvikle og afprøve en model ("Aalborgs Kulturvitaminer") med aktiviteter indenfor kultur, fællesskab og bevægelse for unge, som er uden erhverv eller i uddannelse og borgere som har kontakt til Socialpsykiatrien.	Styrke trivsel og reducere stress blandt unge.	Strategimål 2 og 4.	Kulturafdelingen. Sekretariatet og Jobcenters Unge-team og Socialpsykiatrien	3-4 kvartal 2019. 1-2 kvartal 2020.

## "Mental balance"

Indsats	Formål	Strategimål	Aktører	Tidsplan
"Mental balance" er et forløb for stressramte borgere, hvor der arbejdes med kognitive såvel som kropslige øvelser.  Der gennemføres fire forløb (max 12 deltagere pr. hold) i 2019.	At deltagerne opnår læring om, hvordan stress kan forebygges og håndteres, samt hvordan hverdagslivets belastninger mestres bedre.	Strategimål 2 og 3.	Sundhedsfagligt personale i Sundhedscenter Kommunikationsmedarbejder.	Alle fire kvartaler i 2019

## Overvægt

Andelen af svært overvægtige har været stigende i Rødovre, og Sundhedsprofilen viser, at 51 % af borgerne var overvægtige i 2017 sammenlignet med Region Hovedstadens gennemsnit på 44 %.

I forhold til børns overvægt, viser databasen Børns sundhed<sup>4</sup> for skoleåret 2017-2018, at 13,8 % af børnene er overvægtige inkl. svært overvægtige ved indskolingen. Sammenlignet med 13,9 % i skoleåret 2016-2017 er der ikke sket en større udvikling.

I udskolingen er der i de sidste tre år set en positiv udvikling med et fald i andelen af overvægtige. I skoleåret 2017-2018 er der nu 17,5 % af de unge, som er overvægtige, eller svært overvægtige sammenlignet med 18,6 % i skoleåret 2016-2017.

Sundhedsstyrelsens anbefalinger for tilbud til børn og unge med moderat overvægt<sup>5</sup> er en del af Rødovres tilbud til overvægtige. Sundhedsplejen screener systematisk børn og unge ved skoleundersøgelserne og henviser de overvægtige til Rødovre Kommunes Vægtenhed. Den systematiske screening imødekommer social ulighed i sundhed ved, at det er alle overvægtige børn og unge, som henvises og ikke kun de ressourcestærke, der selv retter henvendelse.

Vægtenheden har fokus på at etablere sunde vaner i familien. Rødovre Kommune benytter en model, som er et veldokumenteret behandlingstilbud for overvægtige børn og unge udviklet i Børnevægtenheden på Holbæk Sygehus. De eksisterende tilbud til borgere med overvægt kvalificeres løbende.

<sup>4</sup> Databasen Børns Sundhed: Søkende og sundhed. Kommunal temarapport og årlig sundhedsprofil, skoleåret 2017-2018

<sup>5</sup> Forebyggelsespakke Overvægt, Sundhedsstyrelsen 2018.



## Vægtenheden

Indsats	Formål	Strategimål	Aktører	Tidsplan
En tidlig indsats for børn og unge med overvægt videreføres og suppleres med øget fokus på rekuttering og fastholdelse i Vægtenheden.	Formålet er at støtte overvægtige børn og unge i en fastholdelse af vægt eller væggtab.	Strategimål 2, 3 og 4.	Vægtenheden for børn og unge. Forældrene. Lærerne på folkeskoler Praktiserende læger Børne- og Familieafdelingen	Kontinuerligt hele året.
Fysisk aktivitetstilbud til børn i alderen 6-12 år i Vægtenheden, som har brug for ekstra træning, før de kan blive medlem af en idrætsforening.	Øge børnenes fysiske aktivitet og færdigheder med henblik på at komme ind i en idrætsforening	Strategimål 2,3,4	Sundhedscenter og idrætsforeninger	Kontinuerligt

## ”Individuel model for voksne”

Indsats	Formål	Strategimål	Aktører	Tidsplan
Indsatsen for overvægtige voksne videreudvikles med metoder inkl. eventuel brug af en digital løsning (app).	Skabe synergi og sammenhæng i behandling af overvægt.	Strategimål 2, 3 og 4.	Rødovre Sundhedscenter	August – december 2019

## Kræftrehabilitering

Kræftens Bekæmpelse anslår, at der er ca. 1830 borgere, der lever med kræft i Rødovre<sup>[1]</sup>. Sundhedsstyrelsen anslår, at 70 % af dem ikke har behov for kommunal rehabilitering og kan klare sig med let støtte fra fagprofessionelle fra hospitalet og pårørende. 25 % af borgere (519), der lever med kræft har behov for en indsats fra kommunen/hospital. 5 % af borgere (104), der lever med kræft har komplekse behov og dermed behov for en særlig tværfaglig og tværasektoriel indsats fra kommunen/hospital<sup>[2]</sup>.

I 2016 blev der registreret 269 nye kræfttilfælde i Rødovre<sup>[3]</sup>. Ud fra engelske estimer, som siger at 30 % af nye kræfttilfælde har behov for rehabilitering, vil 87 Rødovreborgere med nye kræfttilfælde have behov for rehabilitering hvert år<sup>[4]</sup>. Erfaringer fra bl.a. Center for Kræft og Sundhed København viser, at ca. 25 % af de borgere, der har brug for kræftrehabilitering ikke tager i mod tilbuddet eller afslutter det efter en kort periode<sup>[5]</sup>.

[1] Kræftens Bekæmpelse: <https://www.cancer.dk/hjaelp-viden/fakta-om-kræft/kræft-i-tal/vil-du-vide-mere/kommuner-kræft/>

[2] Sundhedsstyrelsen 2012, Forløbsprogram for rehabilitering og palliation i forbindelse med kræft

[3] Cancerregisteret 2016 antal nye kræft tilfælde i Rødovre kommune

[4] Sundhedsstyrelsen 2012, Forløbsprogram for rehabilitering og palliation i forbindelse med kræft

[5] Center for Kræft og Sundhed København 2009, Den samlede evalueringsrapport

Siden kræftrehabilitering blev en indsats i Rødovre i 2013, er der set en stigning i antallet af borgere, der har behov for kommunal kræftrehabilitering. Borgernes behov er blevet større og mere komplekse og deres pårørende har ligeledes et stigende behov for støtte og vejledning.

Undersøgelser viser, at borgere med kort uddannelse og lav indkomst i mindre grad end borgere med længerevarende uddannelse henvises til og deltager i kræftrehabilitering. Disse borgere vil ofte have stor gavn af en større tværfaglig og tværsektoriel koordineret indsats for på bedst mulig vis at mestre livet med en kræftsygdom<sup>[6]</sup>.

Pårørende til kræftpatienter vil oftest have en betydelig rolle som støtte og ressource for patienten i hele forløbet. Men det kan samtidig være psykisk, fysisk og socialt belastende at være pårørende til en kræftpatient. Det er ressourcekrævende at være pårørende og fokus er almindeligvis på den syge, men som pårørende har man lige så meget brug for at få støtte og hjælp, både for sin egen skyld og for at kunne blive ved med at være en støtte for den syge. Derfor er der i samarbejde med Hvidovre Kommune oprettet pårørendegrupper til pårørende til kræftramte.

Kræftrehabiliteringen i Rødovre Kommune, som er en del af det tværkommunale samarbejde "Vi samler kræfterne", er i drift og arbejdet med at forbedre tilbuddene sker løbende i samarbejde med Herlev/Gentofte Hospital og Rigshospitalet. Kræftrehabiliteringen fortsætter med "øget synlighed" over for borgerne ved at være til stede ved relevante arrangementer som for eksempel Rødovredagen og "Stafet for livet".

På grund af den øgede kompleksitet i borgernes kræftrehabiliteringsforløb er der i 2019/2020 behov for at have et større fokus på det tværfaglige samarbejde i den samlede rehabiliterende indsats. Dette betyder, at der vil blive afprøvet en række nye arbejdsgange, der iværksættes for at kunne imødekomme borgerens større og mere komplekse behov bedst muligt.

Derudover er livssituationen "Vi er en familie, hvor mor eller far har en kræftdiagnose" valgt i "Sammen med borgeren", hvor borgere, medarbejdere og andre relevante aktører interviewes for at afdække, om der er nye løsninger, der kan komme i spil for borgere i denne livssituation.

---

<sup>[6]</sup> Sundhedsstyrelsen 2012, Forløbsprogram for rehabilitering og palliation i forbindelse med kræft

### Mentor til familier hvor mor eller far har en kræftdiagnose

Indsats	Formål	Strategimål	Aktører	Tidsplan
<p>I forbindelse med indsatsen Sammen med Borgeren livssituationen <i>Vi er en familie</i>, hvor mor eller far har en kræftdiagnose, er der kommet en løsning frem om en mentorordning.</p> <p>Der indgås en partnerskabsaftale med Kræftens Bekæmpelse om et pilotprojekt. Formålet er at udvikle og afprøve en model for mentorordning. Herunder at undersøge om mentorordningen øger livskvaliteten hos familier med kræft.</p>	<p>Formålet med mentorordningen er at støtte kræftramte børnefamilier, ved at den kræftramte eller partneren får en samtalepartner, der har personlig eller professionel erfaring med livssituationen uden på forhånd selv at være personligt og følelsesmæssigt involveret i familiens situation.</p>	<p>Strategimål 2</p>	<p>Kræftens Bekæmpelse, områdekonsulent + Patient- &amp; Pårørende støtte i Center for Kræft og Sundhed</p> <p>Kræftcaféen og lokalafdelingen</p> <p>Rødovre Kommune</p> <p>Frivillige mentorer og kræftramte forældre</p>	<p>Pilotprojekt, der igangsættes august 2019 og evalueres februar 2020.</p>

### Action Card til medarbejdere, der møder børn i familier med kræft

Indsats	Formål	Strategimål	Aktører	Tidsplan
<p>Udvikling af action Card (vejledning) til medarbejdere i kommunen, som i deres arbejde møder børn, hvor mor eller far har fået en kræftdiagnose.</p> <p>Det skal bestå af kontaktoplysninger på vigtige aktører for både børn og voksne i familien og beskrive muligheder for hjælp og støtte, som medarbejderen kan formidle videre til familien.</p>	<p>At give medarbejdere i kommunen et overblik over og viden om kommunens tilbud på tværs af forvaltningerne/afdelingerne.</p> <p>Det skal styrke samarbejdet på tværs, så familier, hvor mor eller far har kræft får en mere sammenhængende og helhedsorienteret indsats.</p>	<p>Strategimål 1, 3 og 4.</p>	<p>-Visitationen i Børne- og Familieafdelingen</p> <p>-Familiehuset Elektravej</p> <p>-Den fremskudte socialrådgiver på skolerne</p> <p>-Social- og Psykiatriafdelingen</p> <p>-Sundhedsplejen</p> <p>-Daginstitutioner</p> <p>-Skoler (skolefeen)</p> <p>-PUC</p> <p>-Kræftens Bekæmpelse</p>	<p>September 2019: Kvalificeringsworkshop/Interviews med relevante aktører, hvor der arbejdes med indhold og udformning af action card.</p> <p>Oktober 2019: Action card afprøves og implementeres</p>

## Bilag I. Vores Sunde Hverdag - Rødovre Kommune

Social- og Sundhedsudvalget tiltrådte i november 2016 projektet Vores Sunde Hverdag. Projektet er en del af Handleplan for sundhedsindsatsen 2018-2019, som blev godkendt i juni 2018. Projektets overordnede formål er at skabe positive og målbare forandringer i borgernes sundhed, trivsel og livskvalitet indenfor rammerne af kommunernes eksisterende politikker, strategier og planer. Projektet bygger på samskabelse og inddragelse af såvel kommunale som lokale ressourcer i udviklingen og implementeringen af sundhedsfremme indsatser og lægger sig således i tråd med visionerne i Sammen om Rødovre.

I foråret 2019 er der foregået en afklarende proces mellem forskerne og direktion og fagcheferne i Rødovre Kommune for at afdække relevansen af projektets sundhedsfremmende dagsorden i forhold til forvaltningerne og fagområdernes kerneopgaver.

### Fokusområder

På baggrund af Sundhedsprofilen 2017 samt Sundhedsprofil for børn og unge 2016/2017 og processen frem til nu, har forskerne påpeget nogle sundhedsmæssige udfordringer i Rødovre Kommune på områderne "Fysisk aktivitet/ bevægelse i hverdagen", "Mental sundhed/fællesskaber/ensomhed" samt "Rygning".

#### Fysisk aktivitet/bevægelse i hverdagen

- En større andel af voksne er fysisk inaktive sammenlignet med regionsgennemsnittet.
- En mindre andel der deltager i foreningsidræt i lokalområdet sammenlignet med regionsgennemsnittet.
- En større andel børn i indskolingen er fysisk inaktive sammenlignet med regionsgennemsnittet.
- En lav idrætsforenings-deltagelse blandt kvinder sammenlignet med mænd (*Rapport: State of the City (2018) – DGI Storkøbenhavn*)

#### Mental sundhed/fællesskaber/ensomhed

- En stigning i andelen af voksne med dårligt mentalt helbred.
- Et højt stressniveau hos voksne kvinder.
- En stor stigning i andelen af unge med højt stressniveau.
- Flere børn har lav generel trivsel ved indskolingen sammenlignet med regionsgennemsnittet.

#### Rygning

- En højere andel af dagligrygere og storrygere sammenlignet med regionsgennemsnittet.
- En stor stigning i andelen af unge dagligrygere.

### Forskergruppens anbefalinger

Med udgangspunkt i de sundhedsmæssige udfordringer og Rødovre Kommunes input anbefaler forskergruppen i Vores Sunde Hverdag følgende:

#### I. Fokusområde

At projektets fokusområde bliver **det sociale og fysisk aktive hverdagsliv**. Dette indbefatter indsatser rettet mod mental sundhed, trivsel, ensomhed, sociale fællesskaber og bevægelse. Anbefalingen bygger på:

*Alle kommunens forvaltninger og fagområder kan på relevant vis arbejde inden for dette fokusområde i det omfang de ønsker at deltage. Samtidig understøtter sundhedsprofilens data at fokusområdet har flere sundhedsmæssige udfordringer, som projektet kan bidrage til at arbejde med at forbedre. Det er oplagte muligheder for indsatser, der målretter mod sig både fællesskaber, mental sundhed og fysisk aktivitet.*

## 2. Målgruppe

At projektet **ikke lægger sig fast på én målgruppe**, men i stedet arbejder med et bredt fokus med en opmærksomhed på målgrupperne børn og unge, kvinder og sårbare borgere.

Ved at lade være med at indsnævre målgruppen fra start sikres den brede opbakning og ejerskab på tværs af de kommunale fagområder. Herudover efterlader det et større samskabelsesrum, som kan være med til at sikre et større engagement og relevans i udviklingen og implementeringen af de konkrete indsatser, som målrettes en mere afgrænset målgruppe. De målgrupper, der bør være en særlig opmærksomhed på jf. ovenstående, er fundet relevante på baggrund af potentialerne i en tidlig indsats i livet, den skæve kønsfordeling mellem mænd og kvinder i forhold til mental sundhed og foreningsidræts-deltagelsen, samt et fokus på at forbedre ulighed i sundhed ved at have fokus på sårbare borgere.

## 3. Geografisk område

Vores Sunde Hverdag skal foregå på to niveauer – ét niveau hvor der arbejdes med indsatser i kommunen som helhed og et andet niveau, hvor der arbejdes med et mindre lokalområde. Det foreslås at det geografiske område, der vælges som ramme for den lokale indsats, bliver **Islev**. I den lokale indsats arbejdes der med lokalområdets boligområder, institutioner, foreninger, forretninger og erhverv, samt dets naturområder og rekreative områder.

Forskningen har vist, at for at sikre en effektiv og bæredygtig indsats, der mobiliserer lokale ressourcer og bygger på samskabelse med borgere og professionelle aktører i lokalsamfundet, skal der tages højde for følgende:

- **Fysisk afgrænsning.** Området bør være afgrænset rent fysisk, fx i form af bygrænser, arealanvendelse, typer af bebyggelse, større veje, grønne arealer o.l.
- **Befolkningsstørrelse.** Området bør hverken være for lille (pga. behovet for lokale ressourcer) eller for stort (pga. behovet for intensitet af indsatsen). En optimal befolkningsstørrelse er 2.000-4.000 borgere.
- **Lokal identitet.** Beboerne bør have et tilhørsforhold til området og der bør være en form for fælles social (ikke nødvendigvis kulturel) identitet i området, fx gennem en fælles fortælling.
- **Tilstedeværelse af faciliteter.** Området bør have så mange faciliteter som muligt, da disse udgør vigtige lokale ressourcer for indsatsen, fx skoler, institutioner, biblioteker, erhverv, rekreative områder o.l.

Flere områder er drøftet som mulige for en lokalsamfundsindsats, bl.a. Irmabyen, Kærerne, Islev og Tinderhøj ud fra ovenstående kriterier. Irmabyen er endnu ikke fuldt udbygget og det er vurderet, at området endnu er for nyt til at arbejde med. Kærerne rummer allerede en lang række initiativer fx cafebiblioteket, et omfattende boligsocialt arbejde og et tæt samarbejde med sundhedscenteret lokalt i området, og er derfor blevet fravalgt. Islev og Tinderhøj vurderes begge at rumme potentialer ud fra ovenfor nævnte kriterier. Disse områders 'lokale' sundhedsprofiler er blevet analyseret af projektets forskergruppe med udgangspunkt i Kommuneplan 2018s lokalområder. Da begge områder geografisk er relativt store, blev området i analyserne af sundhedsprofildata opdelt i en sydlig og en nordlig del (som adskilles af Slotsherrensvej).

	<b>Islev syd</b> (1627 indb.)	<b>Islev nord</b> (5017 indb.)	<b>Tinderhøj syd</b> (4874 indb.)	<b>Tinderhøj nord</b> (970 indb.)	<b>Rødovre Kommune</b>
<b>Fysisk inaktivitet (under WHO-anbefalinger for fysisk aktivitet)</b>	30 %	23 %	30 %	26 %	<b>28 %</b>
<b>Højt stressniveau</b>	30 %	13 %	21 %	26 %	<b>25 %</b>
<b>Dårlig mentalt helbred</b>	18 %	7 %	11 %	17 %	<b>14 %</b>
<b>Svage sociale relationer</b>	17 %	16 %	16 %	18 %	<b>20 %</b>
<b>Dagligrygere</b>	27 %	16 %	19 %	26 %	<b>18 %</b>
<b>Storrygere</b>	11 %	6 %	9 %	13 %	<b>9 %</b>

(Det skal bemærkes at tallene i tabellen - med undtagelse af data for hele Rødovre Kommune - bygger på et relativt lille datagrundlag og områderne desuden har forskellig størrelse.)

I de præsenterede sundhedsprofil-data ses det, at særligt det sydlige Islev er sundhedsmæssigt udfordret på flere parametre. Det vil dog ikke være hensigtsmæssigt alene at vælge det sydlige Islev, idet det befolkningsmæssigt ikke er så stort og yderligere ligger der kun få faciliteter i området. Det vil derfor være relevant at inddrage de faciliteter, der ligger i den nordlige del af Islev eller i områdets umiddelbare nærhed i Tinderhøj. Her er flere af de kommunale aktører allerede i gang med samskabelsesprocesser i forbindelse med Sammen Med Borgeren og en inddragelse af disse vil kunne skabe synergi mellem Sammen Med Borgeren og Vores Sunde Hverdag.

En mere præcis afgrænsning af Islev vil således skulle foretages, for at sikre en samlet opfattelse af Islev som område, inden der påbegyndes en lokalsamfundsindsats. Ydermere kan der være behov for en afgrænsning af området, når der skal arbejdes med de konkrete indsatser på baggrund af en lokalsamfundsanalyse.

#### 4. Også fokus på rygning

Det anbefales, at der ligeledes arbejdes med at gennemføre en **bred kommunal indsats mod rygning**.

Vigtigheden af at arbejde med forebyggelse af rygning er utvetydig. I Rødovre Kommune arbejdes der allerede med rygning, men indsatsen kan med fordel intensiveres og systematiseres. Det er påvist at lokale indsatser på tobaksområdet er særdeles kosteffektive. Rødovre Kommunes partnerskab med Røgfri Fremtid vil med et fokus på tobak kunne understøttes af Vores Sunde Hverdag, som kan bidrage med forskningsmæssig støtte samt bistand til de samskabende processer i udviklingen af nye tiltag inden for tobaksområdet.

Rygning indgår som et selvstændigt punkt i Handleplan for Sundhedsindsatsen 2019-2020.

### **Den videre proces**

Processen vil fremadrettet køre i to sideløbende hovedspor:

#### 1) Kommunesporet

Der arbejdes med projektets fokusområder i et bredt perspektiv. Der vil blive arbejdet med at identificere alle relevante aktører i både kommune og civilsamfund. Forskergruppen vil afholde en række bilaterale møder med aktørerne, som efterfølgende vil blive indbudt til en fælles workshop i efteråret 2019, med henblik på udvikling og implementering af konkrete sundhedsfremmende indsatser.

#### 2) Lokalsamfundssporet

Der vil blive påbegyndt et arbejde i det udvalgte lokalområde i forhold til afdækning af området og dets interesser, ressourcer og udfordringer med henblik på involvering og udvikling af sundhedsfremmeindsatser i lokalområdet.

I begge spor er der fortsat fokus på samskabelse og udvikling gennem det, der giver mening i opgaveløsningen. Der vil således ikke fra forskernes side blive stillet krav til deltagelse eller til et bestemt ressourcetræk på det enkelte kommunale fagområde. I forbindelse med udvikling af de enkelte indsatser vil der ske en løbende forventningsafstemning i forhold til ressourcer.

## Bilag 2 Udvikling af plan for Røgfri Fremtid i Rødovre.

Kommunalbestyrelsen har den 30. oktober, 2018 vedtaget at indgå partnerskab med Røgfri Fremtid, etableret af Kræftens Bekæmpelse og Trygfonden. Visionen er et røgfrit Danmark, hvor ingen ryger eller bliver udsat for tobaksrøg. Partnerskabet betyder, at vi støtter Røgfri Fremtids tre hovedbudskaber:

- Børn og unge har ret til vokse op uden røg, og sammen tager vi ansvar for, at det bliver muligt.
- Sammen vil vi skabe en røgfri fremtid, hvor flere børn og unge får bedre muligheder for at skabe sig et sundt og godt liv.
- Sammen vil vi sikre at færre ryger, så færre bliver syge af tobaksrøg.

Viden på området:

Der er evidens for, at det er nødvendigt med flere samtidige indsatser, der effektivt kan hjælpe med at nå visionen om et samfund uden de sygdomme og dødsfald, der skyldes tobak.

### **Røgfri Fremtid, lokalt niveau i Rødovre Kommune:**

Nedenstående er i overensstemmelse med KL's udspil "Forebyggelse for Fremtiden"<sup>6</sup>, som har sat fokus på tobaksrygning i pejlemærke 4 " Flere skal vælge et røgfrit liv, og ingen børn og unge skal begynde at ryge".

Alle indsatser skal planlægges, udvikles og implementeres i et samarbejde på tværs af forvaltninger og afdelinger. Forslag til fokuspunkter i implementering af Røgfri Fremtid i Rødovre kunne være nogle af følgende:

1. Forebygge rygestart
  - a. Systematisk dialogbaseret undervisning i folkeskolen
  - b. Røgfrie fællesskaber
  - c. Røgfrie udearealer
2. Fremme af Røgfrie miljøer til beskyttelse mod tobaksrøg inkluderer principper som røgfrie rammer og røgfrie udearealer med mindre synlighed af rygning, hvor børn, unge og voksne bevæger sig.
  - a. Røgfri skoletid - sammen med BKF og skoleafdelingen skal der udvikles en plan med afprøvning af røgfri skoletid på en interesseret folkeskole.
  - b. Dialog med ungdomsuddannelser om fokus på sociale fællesskaber uden røg
  - c. Røgfri arbejdstid – tilbyde arbejdspladser dialog og hjælp til indførelse af røgfri arbejdstid
  - d. Røgfrie udearealer i relevante kommunale områder og ved foreninger, hvor især børn og unge færdes.
3. Fremme rygestop
  - a. Øge henvisninger til rygestoptilbud med udbredelse og styrkelse af Vera Brief Ad vice (VBA) metoden i relevante kommunale arenaer/frontpersonale, lægepraksis og hospitaler.
  - b. Styrke samarbejdet på tværs mellem kommuner via Klynge-Midt og gennem Sund By Netværket.
  - c. Formidling af viden om rygestop og hvad virker.
  - d. Tilbyde forskellige typer af rygestopkurser.

Målet er at udvikle en realistisk plan for tobaksforebyggelsesindsatsen til at arbejde hen mod Røgfri Fremtids tre hovedbudskaber. Udvikling vil ske i tæt samarbejde med projekt "Vores Sunde Hverdag"

---

<sup>6</sup> "Forebyggelse for Fremtiden" KL, januar 2018