

A bright, sunny day at a playground. In the foreground, a young girl in a white polka-dot dress is performing a handstand on a paved area. To her right, a boy in a black jacket and jeans is walking towards the camera. Further right, a girl in a white cardigan is sitting on the ground, smiling. In the background, a large, dark, conical mound of earth or sand is visible, with two more children sitting on top. The sun is high in the sky, creating a strong lens flare. A tall black lamppost stands on the left side of the frame. The overall scene is vibrant and active.

# FOREBYGGELSE FOR FREMtiden

KL'S UDSPIL OM SUNDHEDSFREMME OG FOREBYGGELSE

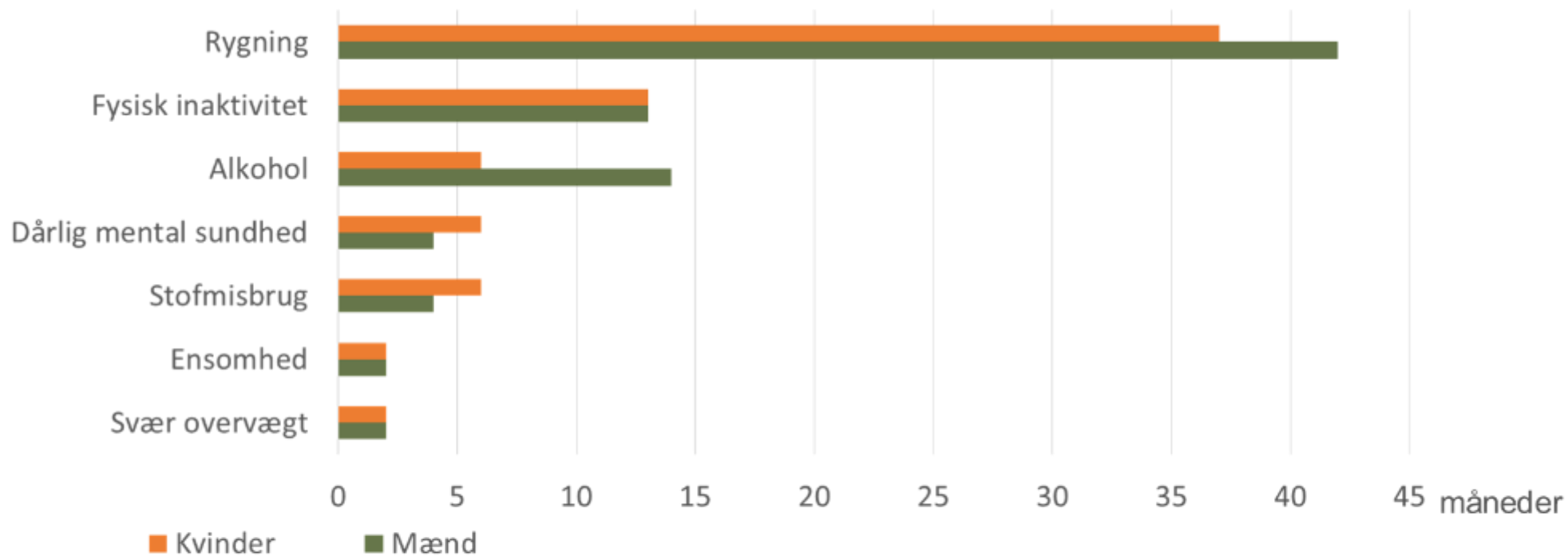
# BEHOV FOR AT PRIORITERE SUNDHEDSFREMME OG FOREBYGGELSE

- Danskernes sundhed er dårligere end lande, vi normalt sammenligner os med og den seneste sundhedsprofil fra 2017 viser en foruroligende udvikling
- Sundhed fremmer børns udvikling og læring, unges vej i uddannelse og job, voksnes arbejdsmarkedsparticipation og ældres funktionsevne
- Der ses en bekymrende stigning i udviklingen af kroniske sygdomme og dårlig mental sundhed
- Velfærdssamfundet er under pres af stadigt stigende udgifter til behandling, pleje, sygefravær og overførselsindkomster



En styrket forebyggelse og dermed en bedre folkesundhed er en del af løsningen for at sikre fremtidens velfærdssamfund

# BETYDNINGEN AF FORSKELLIGE RISIKOFAKTORER FOR MIDDLELEVETID



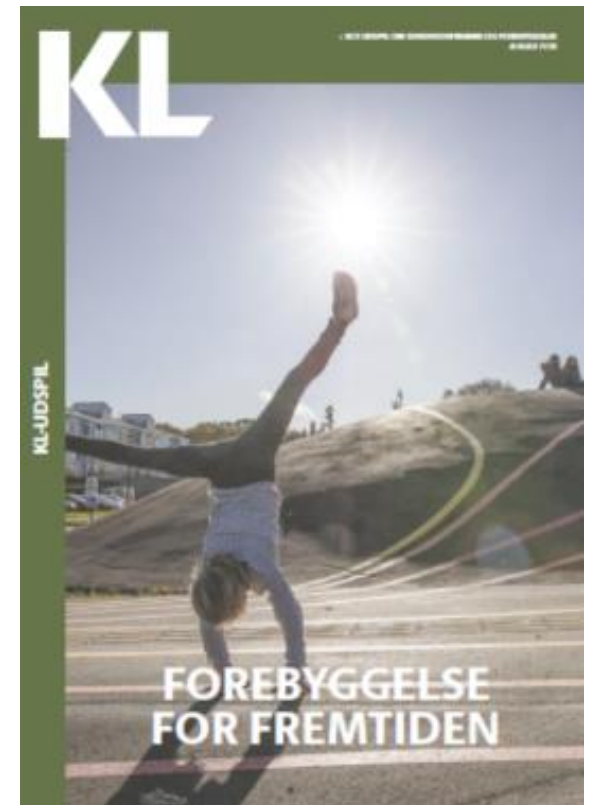
Betydningen af forskellige risikofaktorer for tab af middellevetid blandt kvinder og mænd (måneder). Justeret for rygning, alkohol, fysisk inaktivitet og BMI.

Kilde : Sygdomsbyrden i Danmark - risikofaktorer. Statens Institut for Folkesundhed, SDU og Sundhedsstyrelsen, 2016.



# EN STYRKET FOREBYGGELSE I KOMMUNERNE

- Udspillet 'Forebyggelse for fremtiden' indbyder til en politisk drøftelse i kommunalbestyrelserne
- Udspillet skal ses i sammenhæng med KL's øvrige udspil om det nære sundhedsvæsen, socialområdet, kultur og fritid samt beskæftigelse





# 6 PEJLEMÆRKER

DER KAN GØRE EN FORSKEL FOR BORGERNES SUNDHED

1. Alle skal have mulighed for et sundt liv – fælles ansvar og kvalitet i indsatsen
2. Alle børn skal have en sund start på livet, der fremmer deres trivsel, udvikling og læring
3. Alle unge skal have plads i fællesskabet og komme godt på vej i uddannelse og job
4. Flere skal vælge et røgfrit liv, og ingen børn og unge skal begynde at ryge
5. Flere skal drikke mindre, og ingen børn og unges liv må skades af alkohol
6. Flere skal leve et liv med bedre mental sundhed og trivsel



# **01 / ALLE SKAL HAVE MULIGHED FOR ET SUNDT LIV**

**– FÆLLES ANSVAR OG KVALITET I INDSATSEN**

## **KL ANBEFALER TIL KOMMUNERNE:**

- at kommunalbestyrelsen tager stilling til, hvordan kommunen kan fremme alle borgeres mulighed for et sundt liv samt skabe mere lighed i sundhed
- at kommunen systematisk integrerer sundhedsfremme og forebyggelse på tværs af opgaveløsningen i hele kommunen og sikrer den nødvendige ledelsesmæssige opbakning og ressourcer hertil
- at kommunen prioriterer indsatser, hvor der eksisterer solid viden om positiv effekt og sikrer høj kvalitet i implementeringen
- at kommunen styrker muligheder for sikker deling og brug af relevante data på tværs af fagområder.





# SUNDHED I HELE KOMMUNEN

Borgernes sundhed påvirkes af kommunens indsats i alle fagområder

- Sundhedsplejen, daginstitutioner og skoler, trafik og boligmiljø, beskæftigelsesindsatsen, hverdagsrehabilitering og pleje i ældreområdet, forebyggelse i socialpsykiatrien mv.

Borgernes sundhed påvirker opgaverne i alle fagområder

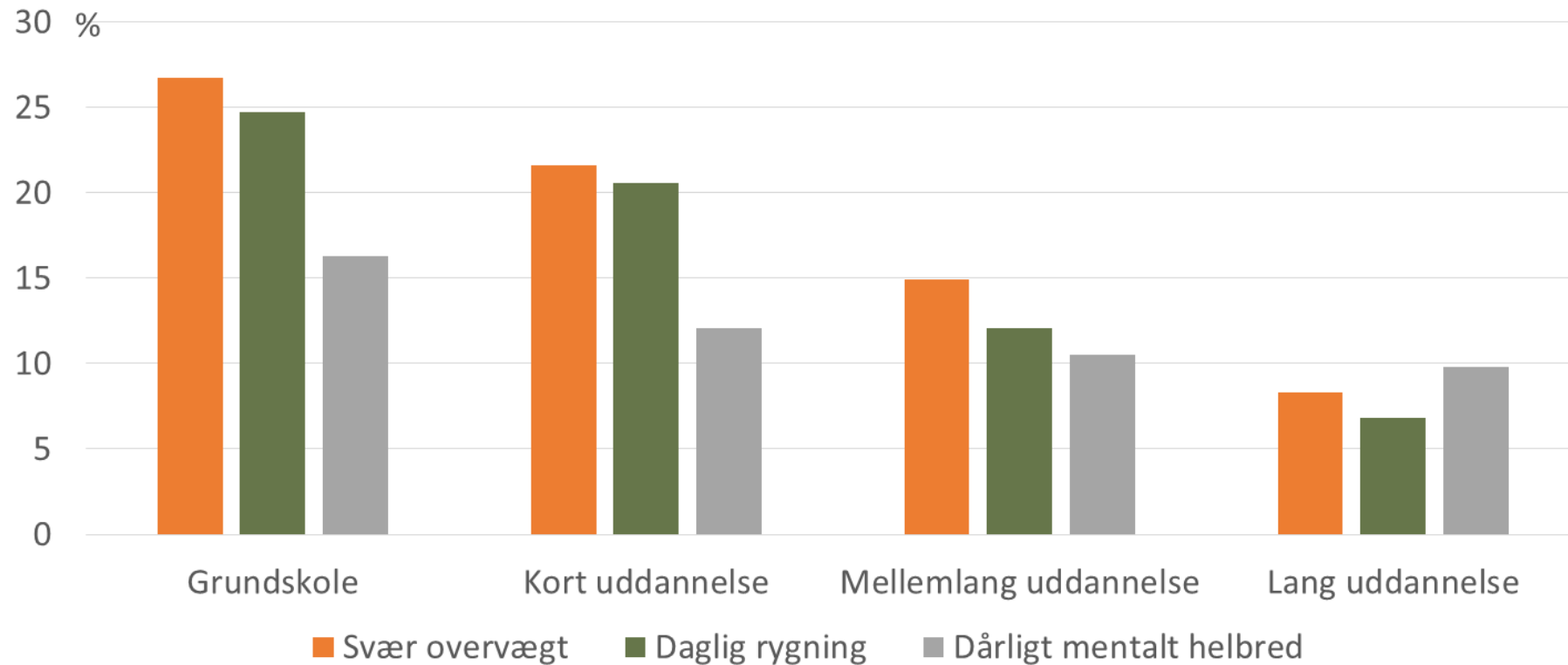
- Børnenes indlæring og trivsel, ældres og syges funktionsniveau og behov for pleje, lediges arbejdsmarkedsparethed mv.



 Kommunen har helt unikke muligheder for at fremme borgernes sundhed



# SOCIAL ULIGHED I SUNDHED



Social ulighed i rygning, overvægt og dårlig mental sundhed blandt 25+ årige opgjort i forhold til længde af uddannelse (procent).

Kilde: Den Nationale Sundhedsprofil, 2017



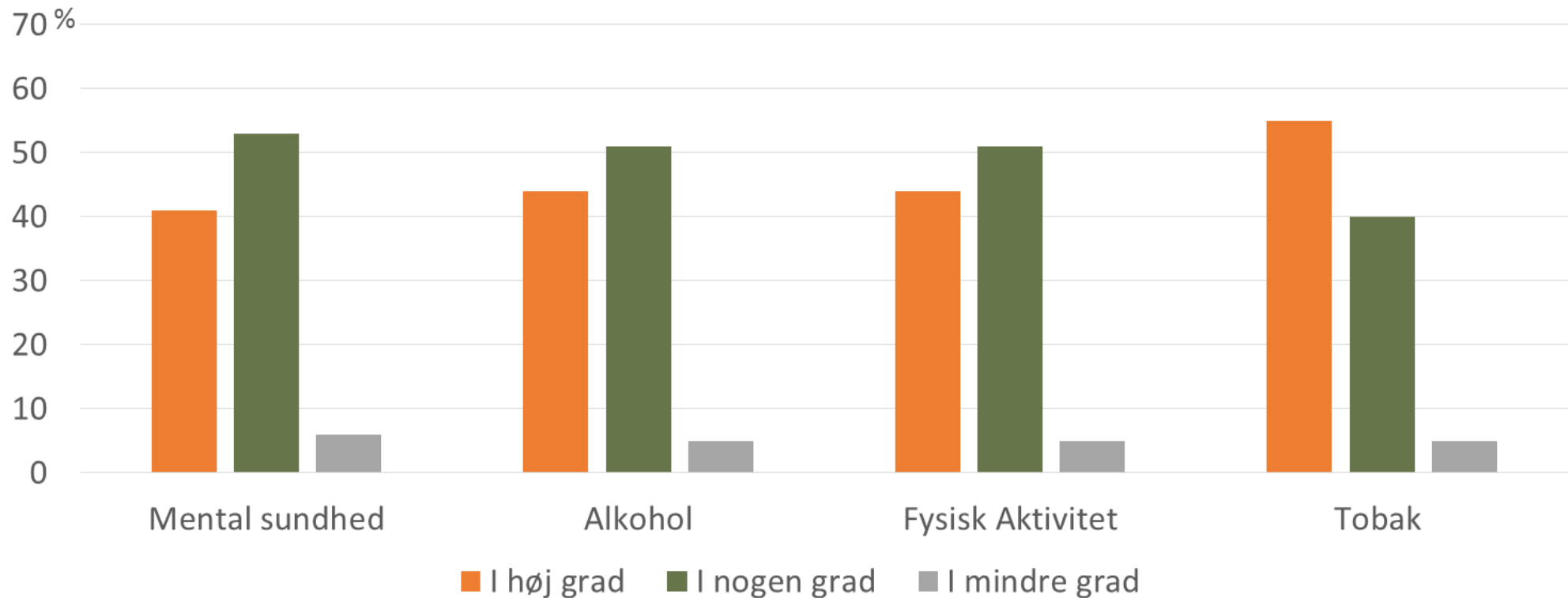
# KVALITET OG SYSTEMATIK I INDSATSEN

- Stor viden fra forskning om, hvad der gør danskerne syge
- Sundhedsprofilundersøgelsen giver viden om kommunens egne borgeres livsstil og sundhedsudfordringer
  - Sundhedsstyrelsen forebyggelsespakker indeholder vidensbaserede anbefalinger til effektive forebyggelsesindsatser i kommunen

➔ Brug det solide vidensgrundlag som afsæt for drøftelser af, hvordan kommunen kan bidrage til at fremme borgernes sundhed



# IMPLEMENTERING AF VIDENSBASEREDE INDSATSER I KOMMUNEN



Kommuner der i 2017 vurderer, i hvor høj grad deres indsats lever op til anbefalingerne i Sundhedsstyrelsens forebyggelsespakker om hhv. mental sundhed, alkohol, fysisk aktivitet og tobak (procent).

Kilde: Monitorering af kommunernes forebyggelsesindsats 2017. Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet, 2017





# 02 / ALLE BØRN SKAL HAVE EN SUND START PÅ LIVET

– DER FREMMER DERES TRIVSEL, UDVIKLING OG LÆRING

## KL ANBEFALER TIL KOMMUNERNE:

- at kommunalbestyrelsen tager stilling til, hvordan kommunen vil investere i fremtidens generationer igennem indsatser, der giver alle børn en sund start på livet, som fremmer deres trivsel, udvikling og læring
- at kommunen leverer en sammenhængende og tidlig indsats til børn i sårbare eller udsatte familier tæt på barnets hverdagsliv og på tværs af fagområder
- at kommunen prioriterer den kommunale sundhedspleje og tandpleje og sikrer alle børn almene sundhedstilbud af høj faglig kvalitet, der støtter familierne i at etablere sunde vaner
- at den kommunale sundhedspleje har et tæt samarbejde med almen praksis og jordemoder allerede under graviditeten og i barnets første leveår for at sikre barnets tidlige udvikling og sundhed
- at kommunen i alle dagtilbud og skoler samarbejder med forældrene om, at børnene er sunde og trives i hverdagen samt opbygger kompetencer til at tage vare på egen og andres sundhed
- at kommunen i samarbejde med foreningerne arbejder for at fremme et varieret og inkluderende fritidsliv, så flest mulige børn deltager i fritidsaktiviteter.

# EN SUND START PÅ LIVET FOR ALLE BØRN

Forældrene spiller hovedrollen i børns muligheder for at trives, udvikle sig og lære

Kommunen er i tæt berøring med børn og familiers hverdag – i sundhedsplejen, dagtilbud og skole

➔ De fagprofessionelle skal have kompetencer til at gå i dialog med forældrene om betydningen af familiens prioriteringer og vaner for barnets trivsel og sundhed







# FREMME AF BØRNS SUNDHED IGENNEM SAMARBEJDE PÅ TVÆRS

Alle børnefamilier får aktiv støtte og vejledning om børnenes sundhed i sundhedspleje og tandpleje

Dagtilbud og skole kan skabe sunde rammer og være et godt læringsrum for, at børn opbygger sunde vaner

➔ Der er et potentiale for at fremme børns sundhed gennem øget deling af viden og samarbejde mellem sundhedspleje, tandpleje, dagtilbud, skole og det sociale område

## Sundhedsudfordringer hos børn i indskoling

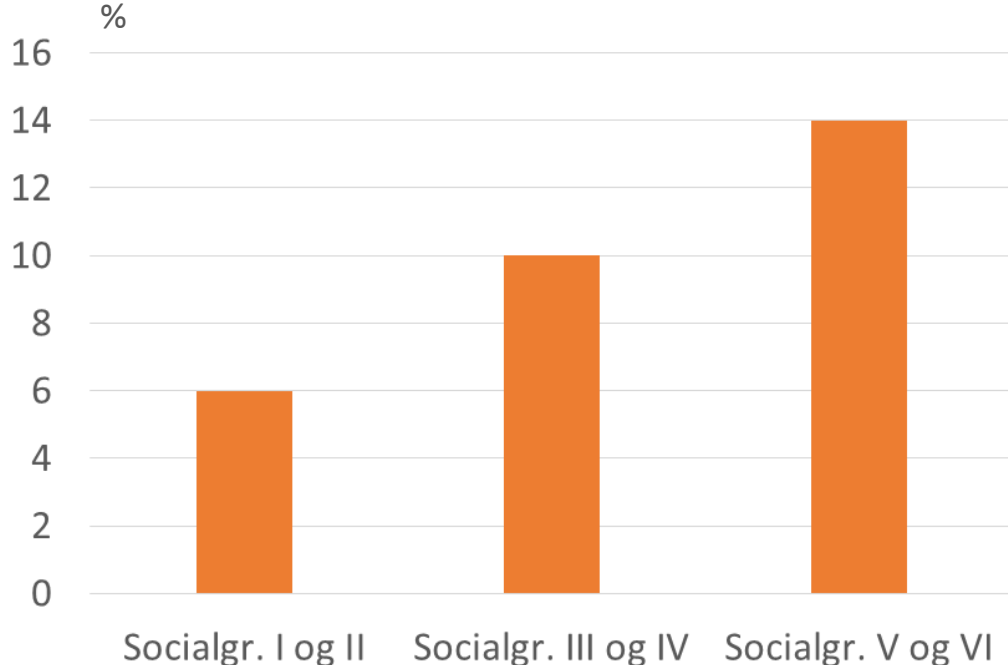
- Hos 5% er der en bekymring i forhold til forældre-barn relationen
- 10% har ikke en alderssvarende motorik
- 12% bliver mobbet eller drillet
- 12% er udsat for passiv rygning i hjemmet

*Kilde: Databasen Børns Sundhed. Data på børn i indskoling 2015/16 fra sundhedsplejen i 13 kommuner. Statens Institut for Folkesundhed, 2017.*

# BETYDNINGEN AF SOCIAL BAGGRUND HOS BØRN SKAL MINDSKES

Der er behov for i højere grad at investere i indsatser i den tidlige barndom, frem for først at tilbyde hjælp, når problemer har udviklet sig igennem opvæksten

Overvægt hos skolebørn, opgjort efter forældrenes socialgruppe



Kilde: Skolebørnsundersøgelsen 2014, Statens Institut for folkesundhed, 2015. Socialgruppe er opgjort efter forældrenes erhverv og tilknytning til arbejdsmarkedet.

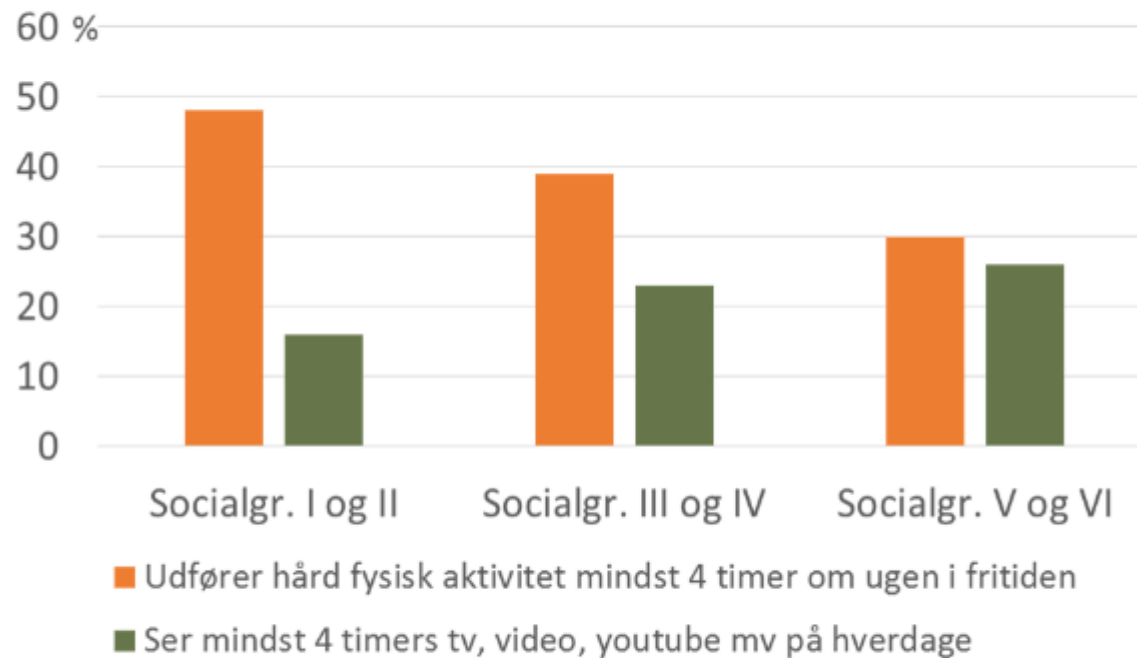


# EN AKTIV FRITID FOR ALLE BØRN

Der er en stigende polarisering i, hvem der deltager i foreningslivet; forældrenes uddannelsesniveaue og tilknytning til arbejdsmarkedet har betydning

➔ Der er behov for at kommunen sammen med foreningerne i højere grad inkluderer sårbare børn og deres familier i foreningslivet

Skolebørn opdelt efter socialgruppe i forhold til fysisk aktivitet og skærmtid



Kilde: Skolebørnsundersøgelsen 2014, Statens Institut for Folkesundhed, 2015. Socialgruppe er opgjort efter forældrenes erhverv og tilknytning til arbejdsmarkedet



# 03 / ALLE UNGE SKAL HAVE PLADS I FÆLLESSKABET

## – OG KOMME GODT PÅ VEJ I UDDANNELSE OG JOB

### KL ANBEFALER TIL KOMMUNERNE:

- at kommunalbestyrelsen tager stilling til, hvordan kommunen vil understøtte det gode ungeliv med sundhedsfremmende miljøer, der hjælper alle unge godt på vej i uddannelse og job
- at kommunen samarbejder med ungdomsuddannelserne om indsatser, der kan forebygge frafald, mistrivsel og rusmiddelbrug
- at kommunen i tæt samarbejde med ungdomsuddannelserne skaber helhedsorienterede forløb for frafaldstruede unge, der tager udgangspunkt i den unges livssituation og sundhed
- at kommunen i samarbejde med relevante aktører prioriterer den forebyggende indsats i forhold til unges forbrug af hash og andre stoffer og har øget fokus på, at unge, der allerede har udviklet et problematisk forbrug, får rette hjælp.

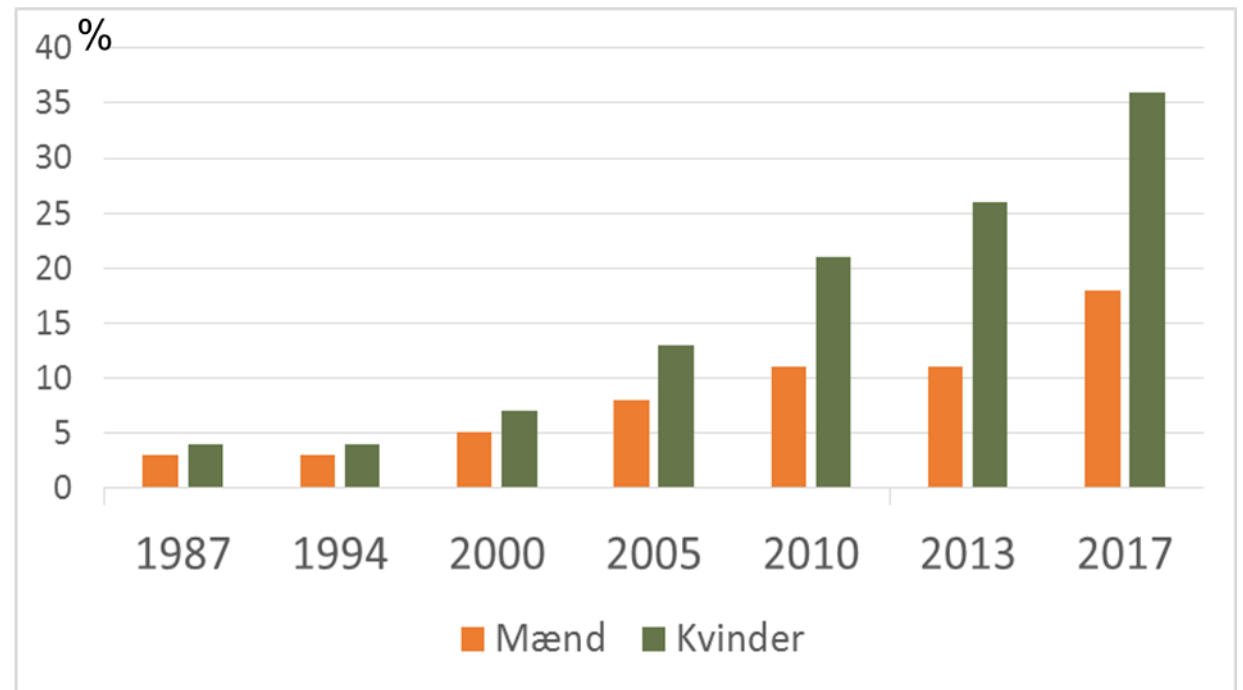


# UNGE OG DERES MENTALE SUNDHED

*”Der er krav om, hvordan man skal være, hvordan man skal se ud, og hvordan man skal opføre sig. Man skal helst kunne sige de rigtige ting og lave de rigtige ting, før man bliver taget ind i gruppen. Det er enormt stressende”*

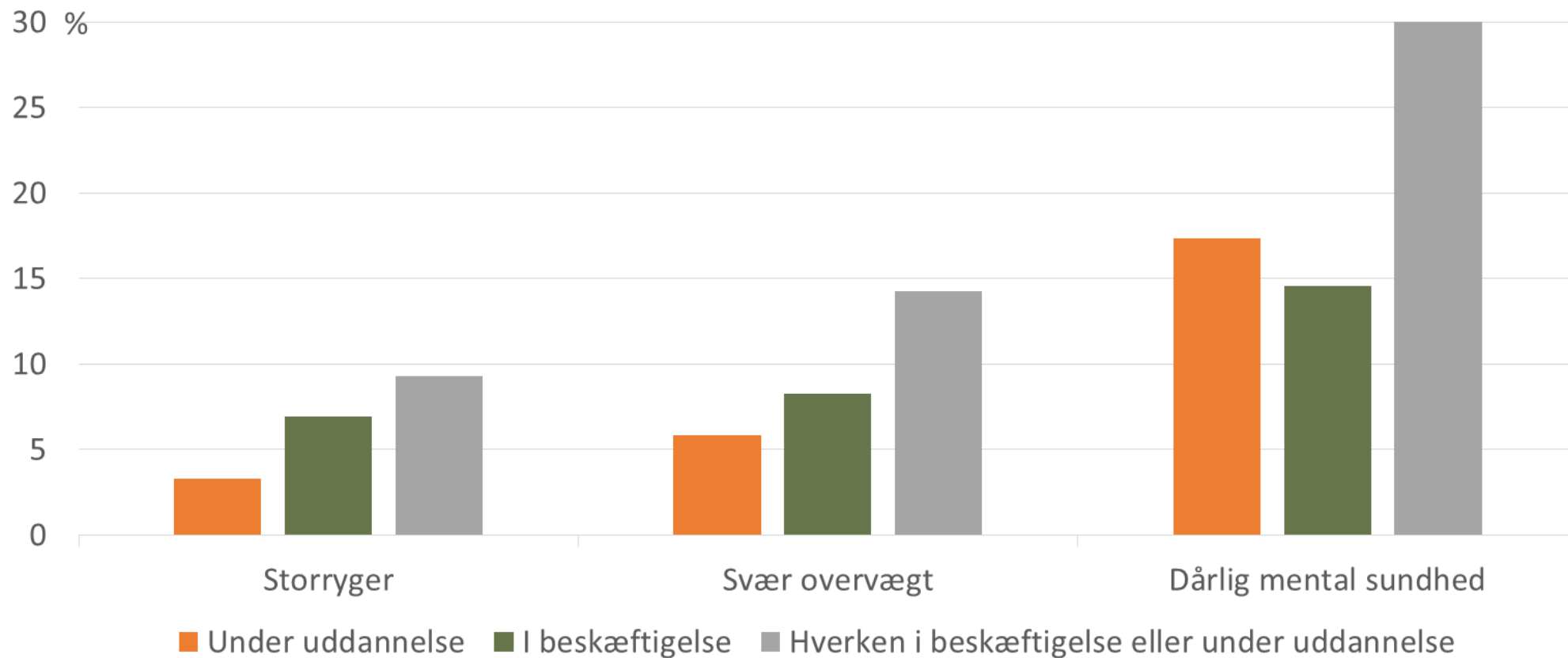
Laura, 19 år

Unge mellem 16 og 24 år, der ofte føler sig stressede



Kilde: Sundhed og sygelighed i Danmark 2005 og 2010 og Sundhedsprofilen 2010, 2013 og 2017. Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet.

# FOKUS PÅ AT UNGE FÅR UDDANNELSE OG JOB





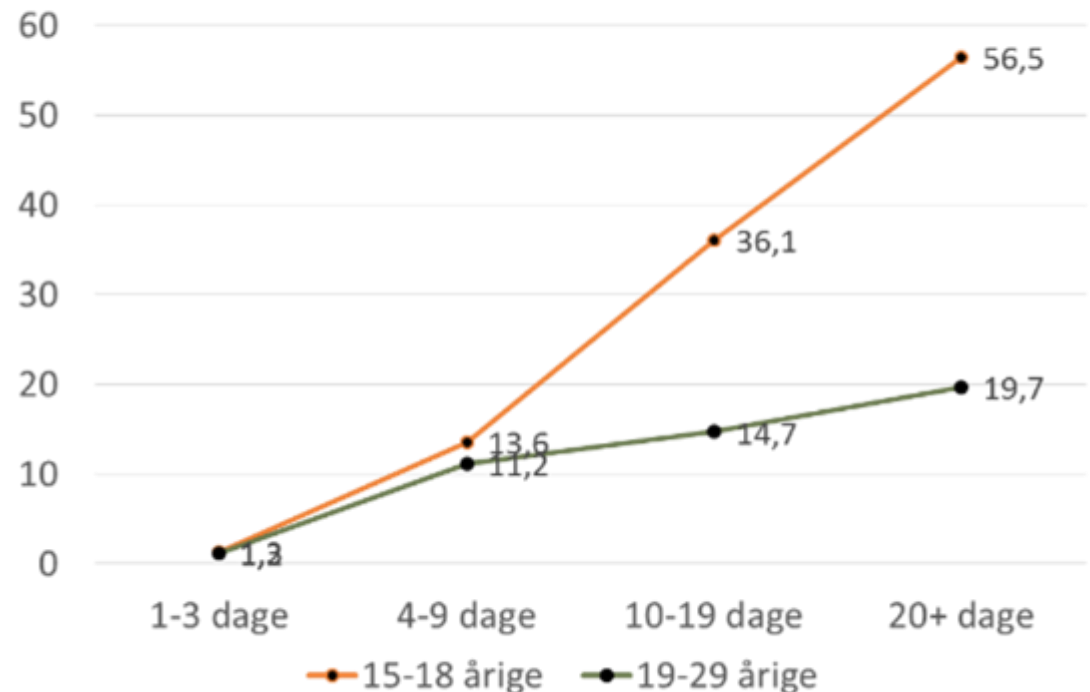
# HASH OG ANDRE STOFFER

Hver 5. ung under 25 år oplyser, at de har brugt hash inden for det seneste år

Hver 16. angiver, at de har brugt andre illegale stoffer som fx amfetamin, kokain og ecstasy

*Kilde: Narkotikasituationen i Danmark. Sundhedsstyrelsen, 2017.*

Fravær (procent) fra skole eller arbejde på grund af hyppighed i forbrug af hash (dage pr. måned). Opgjort for 15-18 årige og 19-29 årige



*Kilde: Cannabis og sundhed. Vidensråd for Forebyggelse, 2015*

# FREMME AF ET SUNDT UNGDOMSLIV - SAMARBEJDE MED UNGDOMSUDDANNELSER

## Indsatser til alle unge

Kommunen kan samarbejde med ungdomsuddannelserne om at kombinere indsatser for at fremme de unges trivsel og mentale sundhed med indsatser i forhold til tobak, alkohol, hash og andre rusmidler

## Indsatser til frafaldstruede unge

Behov for et tæt samarbejde med ungdomsuddannelserne og en åbenhed i forhold til samarbejde på tværs af kommunegrænser om konkrete tilbud, så den unge kan bevare tilknytningen til uddannelsen







# 04 / FLERE SKAL VÆLGE ET RØGFRI LIV

## – OG INGEN BØRN OG UNGE SKAL BEGYNDE AT RYGE

### KL ANBEFALER TIL KOMMUNERNE:

- at kommunalbestyrelsen tager stilling til, hvordan kommunen understøtter at flere vælger et røgfrit liv, og ingen børn og unge begynder at ryge
- at kommunen tager stilling ambitionerne i Røgfri Fremtid og muligheden for at deltage i partnerskabet
- at kommunen tager stilling til at indfører røgfri skoletid for elever på alle kommunens grundskoler, så røgfrihed gælder i hele skoletiden også uden for skolens matrikel
- at kommunen fortsat prioriterer en systematisk tobaksforebyggende indsats med brug af velafprøvede metoder over for børn og unge i skolen
- at kommunen og ungdomsuddannelserne sammen arbejder for at indføre røgfri matrikel eller røgfri skoletid på alle uddannelsesinstitutioner med optag af unge under 18 år
- at kommunen arbejder for at udbrede røgfri miljøer via samarbejde med fritidsliv, foreninger og erhvervsliv
- at kommunen tager stilling til at indføre røgfri arbejdstid for kommunens medarbejdere
- at kommunen fortsat prioriterer tilbud om hjælp til rygestop til borgere, der ønsker at stoppe med at ryge, og at kommunen monitorerer indsatsen ved brug af Den Nationale Rygestopbase



# FAKTA OG OMKOSTNINGER VED RYGNING

## Fakta om rygning

- Hver dag begynder 40 børn og unge at ryge
- Cirka hver 5. voksne ryger
- Hver anden ryger vil dø det
- 7 ud af 10 rygere ønsker at holde op med at ryge

*Kilde: Kræftens Bekæmpelse og Tryk Fonden, 2017 samt Den nationale Sundhedsprofil 2013*

## Kommunale omkostninger

De samlede kommunale meromkostninger\* til dagligrygere sammenlignet med aldrigrygere opgøres til alt 57 mio. kr. årligt for en gennemsnitskommune på 50.000 indbyggere.

*Kilde: KORA, 2016*

\*Kommunale meromkostninger dækker kommunale serviceudgifter (bl.a. hjemmehjælp, hjemmesygepleje, hjælpemidler samt forebyggelse og genoptræning i kommunalt regi) samt udgifter til overførselsindkomster.  
Tallet omfatter ikke konsekvenser af passiv rygning og udgifter til rygestopindsatser





# FOREBYGGE AT BØRN OG UNGE BEGYNDER AT RYGE

## Røgfri skoletid

Kommunen kan beslutte at gøre hele skoletiden og ikke kun matriklen røgfri

Kommunen kan også samarbejde med ungdomsuddannelserne om at indføre røgfri skoletid

Røgfri skoletid er et af de mest effektive redskaber til at forebygge rygestart hos eleverne

74 pct. af danskerne støtter, at politikerne lovgiver om røgfri skoletid.

81 pct. af de 16-25-årige bakker op om røgfri skoletid på grundskoler.

4 kommuner har allerede indført røgfri skoletid.

*Kilde: YouGov og Epinion for Kræftens Bekæmpelse, 2016.*

# INDSATS FOR KOMMUNENS EGNE MEDARBEJDERE

## Røgfri arbejdstid

Hver 5. kommune har røgfri arbejdstid

Kommunerne oplever, at røgfri arbejdstid kan:

- være med til at styrke fællesskabet på arbejdspladsen og fremme en mere ens pausekultur for alle
- forebygge rygestart og fremme rygestop
- gøre rygestop nemmere for dem, der ønsker det
- sende et vigtigt signal om røgfrihed til borgere

Læs mere på [www.hjerteforeningen.dk/roegfriarbejdstid/](http://www.hjerteforeningen.dk/roegfriarbejdstid/)







# FLERE SKAL STOPPE MED AT RYGE

Rygere, der ønsker at stoppe med at ryge, skal tilbydes et rygestoptilbud af høj faglig kvalitet

Det indebærer, at kommunerne prioriterer at have rygestoptilbud, som er fleksible og lettilgængelige

Samtidig skal almen praksis og sygehus blive bedre til at henvise til kommunale rygestopforløb

Indsatsen kan fra statslig side understøttes af tilskud til rygestopmedicin, som har vist sig at have god effekt på rygestop blandt storrygere

Et godt pejlemærke for kommunens indsats er, at mindst 5 % af borgerne, der ryger, hvert år modtager tilbud om rygestop – enten via kommunale tilbud og eller de nationale rygestoptilbud.

Rygestopbasen kan give denne viden og er gratis at anvende <http://www.rygestopbasen.dk/>

# 05 / FLERE SKAL DRIKKE MINDRE

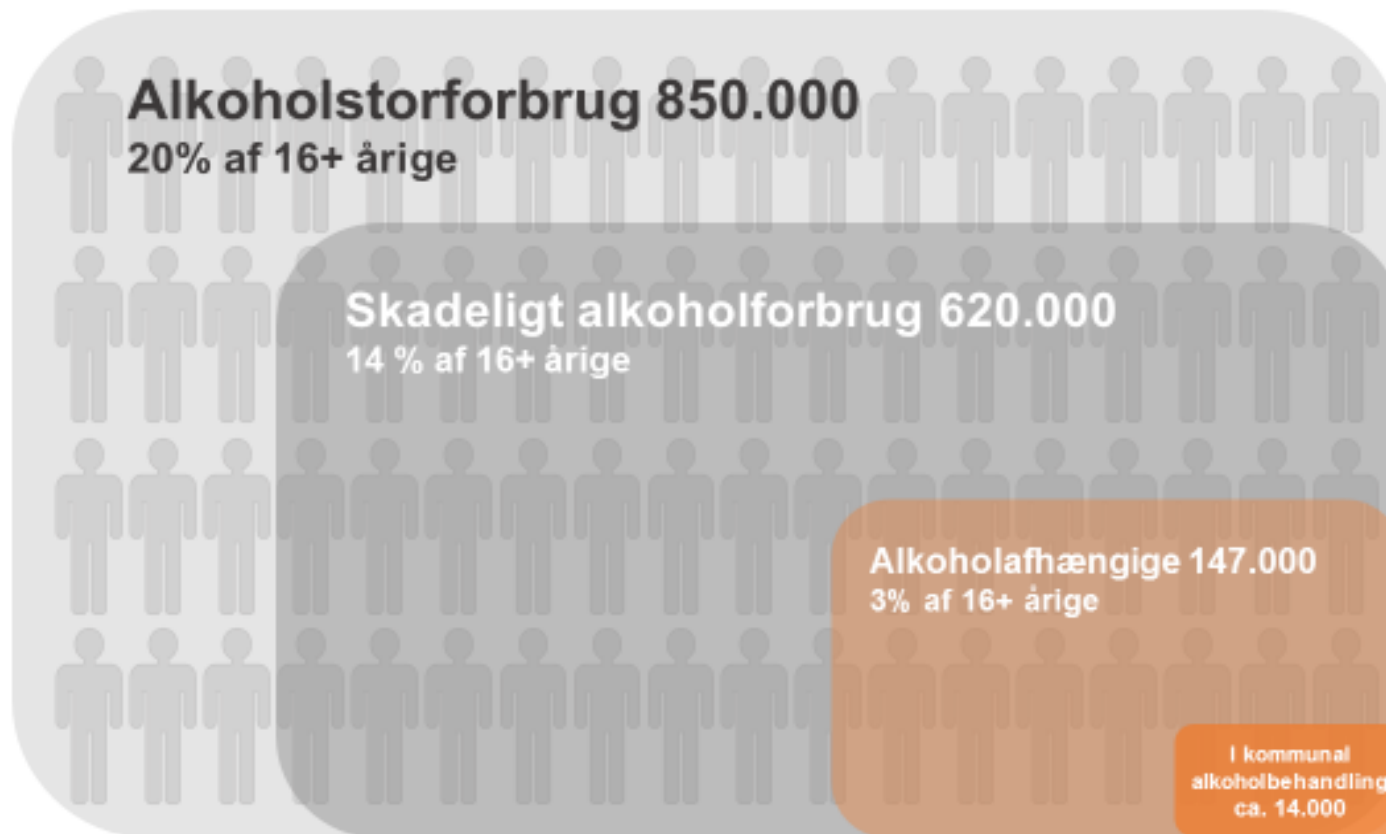
## – OG INGEN BØRN OG UNGES LIV MÅ SKADES AF ALKOHOL

### KL ANBEFALER TIL KOMMUNERNE:

- at kommunalbestyrelsen tager stilling til, hvordan kommunen kan understøtte en mere hensigtsmæssig alkoholkultur blandt borgerne og forebygge, at børn og unges liv skades af alkohol
- at kommunen fremmer en mere hensigtsmæssig festkultur hos de unge samt et trygt natteliv via aftaler med bevillingsnævnet og i samarbejde med ungdomsuddannelserne og relevante lokale aktører
- at kommunen prioriterer en systematisk alkoholforebyggende indsats i skolen, så den positive udvikling i de helt unges alkoholvaner fortsætter
- at kommunen sikrer en systematisk tidlig opsporing af og indsats til børn og unge, der vokser op i familier med et skadeligt alkoholforbrug, herunder at fagprofessionelle undervises i at opdage børn og unge fra familier med et skadeligt alkoholforbrug.
- at kommunen prioriterer opsporing af borgere med alkoholoverforbrug og tilbyder borgerne relevant alkoholrådgivning eller -behandling
- at kommunen sikrer kvalitet i de differentierede alkoholbehandlingstilbud og i tilbud til børn og unge fra familier med alkoholmisbrug ved brug af veldokumenterede metoder



# FORBRUG AF ALKOHOL I DANMARK



# FAKTA OG OMKOSTNINGER VED ET HØJT ALKOHOLFORBRUG

**Et for stort alkoholforbrug øger risikoen for:**

- udvikling af en række sygdomme, herunder kræft – og dermed også for tidlig død
- psykiske problemer og selvmord
- trafikulykker, vold, seksuelle overgreb og omsorgssvigt

Alkoholoverforbrug har desuden store negative sociale konsekvenser for familien, ikke mindst børnene

## **Kommunale omkostninger ved alkohol**

Meromkostningerne forbundet med et alkoholoverforbrug er 31 mio. kr. årligt for en gennemsnitskommune med 50.000 borgere \*

Alkoholproblemer er en væsentlig medvirkende årsag til næsten halvdelen af alle anbringelser af børn uden for hjemmet \*\*

*\*Kilde: Sundhedsstyrelsen, 2016.*

*Tallet omfatter overførselsindkomster (2/3 af meromkostningerne), personlig og praktisk hjælp, kommunal medfinansiering af sundhedsydelse samt anbringelser og andre hjælpeforanstaltninger til børn og unge.*

*\*\*Kilde: SFI – Socialforskningsinstituttet, 2004*



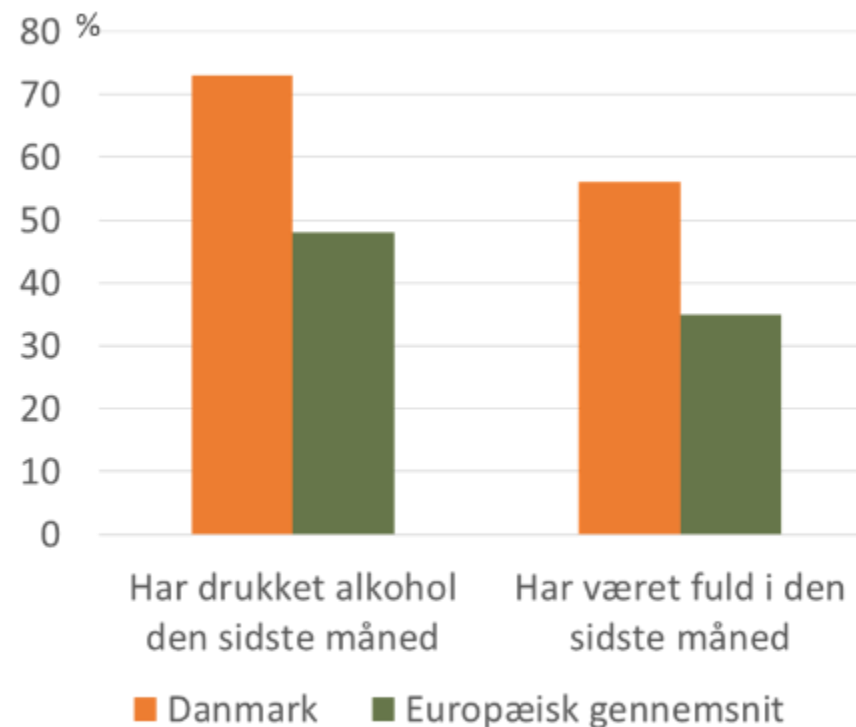
# DANSKE UNGE DRIKKER MERE END ANDRE UNGE

Unge alkoholforbrug stiger drastisk, når de er omkring 16-18 år

Kommunen kan særligt på to områder påvirke unges alkoholkultur:

1. Ved at samarbejde med ungdomsuddannelserne om en fælles alkoholpolitik
2. Ved at samarbejde med udskænkingssteder, politi og detailhandel for at fremme et trygt natteliv i lokalområdet, fx igennem bevillingsnævnet

Danske unges, 15-16 år, alkoholvaner sammenlignet med det gennemsnitlige forbrug blandt unge i Europa (%)



Kilde: Sundhedsstyrelsen, 2016.

# FOKUS PÅ BØRN OG UNGE I FAMILIER MED ALKOHOLMISBRUG

## Fakta

122.000 børn og unge skønnes at vokse op i en familie, der er belastet af alkohol. Det har store konsekvenser for trivslen i barndommen, og det kan sætte negative spor langt op i voksenlivet

## Indsatser i kommunen

Kommunen kan reducere følgerne af forældrenes alkoholmisbrug ved:

1. At medarbejdere i sundhedsplejen, dagtilbud og skole, kan se tegn på alkoholproblematikker hos børn og unge og ved, hvordan de skal handle
2. At der er behandlingstilbud af høj kvalitet til familier med alkoholmisbrug





# 06 / FLERE SKAL LEVE ET LIV MED BEDRE MENTAL SUNDHED

## KL ANBEFALER TIL KOMMUNERNE:

- at kommunalbestyrelsen tager stilling til, hvordan kommunen kan fremme mental sundhed og forebygge udvikling af psykisk mistrivsel, så flere kan leve et liv med bedre mental sundhed
- at kommunen fremmer alsidige og inkluderende fællesskaber i egne institutioner og indsatser samt igennem samarbejde med civilsamfundet
- at kommunens medarbejdere styrker opmærksomheden på børn og unges tidlige tegn på psykisk mistrivsel og risikofaktorerne herfor og har kompetencer og viden til at handle på bekymringer
- at kommunen i eksisterende sundhedsindsatser sikrer, at borgerne får støtte til at tackle også mentale udfordringer
- at kommunen drøfter muligheden for at etablere forebyggelsestilbud til borgere med tegn på psykisk mistrivsel, og at man i givet fald baserer tilbuddet på bedste viden og sikrer opfølgning på tilbuddets effekt

# MENTAL SUNDHED OG KOMMUNALE OMKOSTNINGER

## Hvad er mental sundhed

Mental sundhed kaldes i daglig tale trivsel. Mental sundhed er et spørgsmål om at kunne udfolde sine evner, håndtere dagligdagens udfordringer og pres og bidrage til positive sociale fællesskaber med andre mennesker samt generelt at være tilfreds med livet

Når mennesker har dårlig mental sundhed, går det derfor ud over deres overskud i dagligdagen og muligheder for at indgå i og bevare sociale relationer og deltage i fællesskaber

## Kommunale udgifter

Merudgifterne for en gennemsnitskommune til borgere med dårlig mental sundhed er 35 mio. kr. årligt i medfinansiering af sundhedsydelse og udgifter til personlig og praktisk hjælp.

Det vurderes, at omkostninger til behandling udgør ca. 10% af de samlede omkostninger, mens hovedparten skyldes langvarigt sygefravær og nedsat arbejdsevne.

*Kilde: Juel K. Statens Institut for Folkesundhed, SDU, 2017 samt Psykiatrifonden 2015.*





# DÅRLIG MENTAL SUNDHED HOS VOKSNE

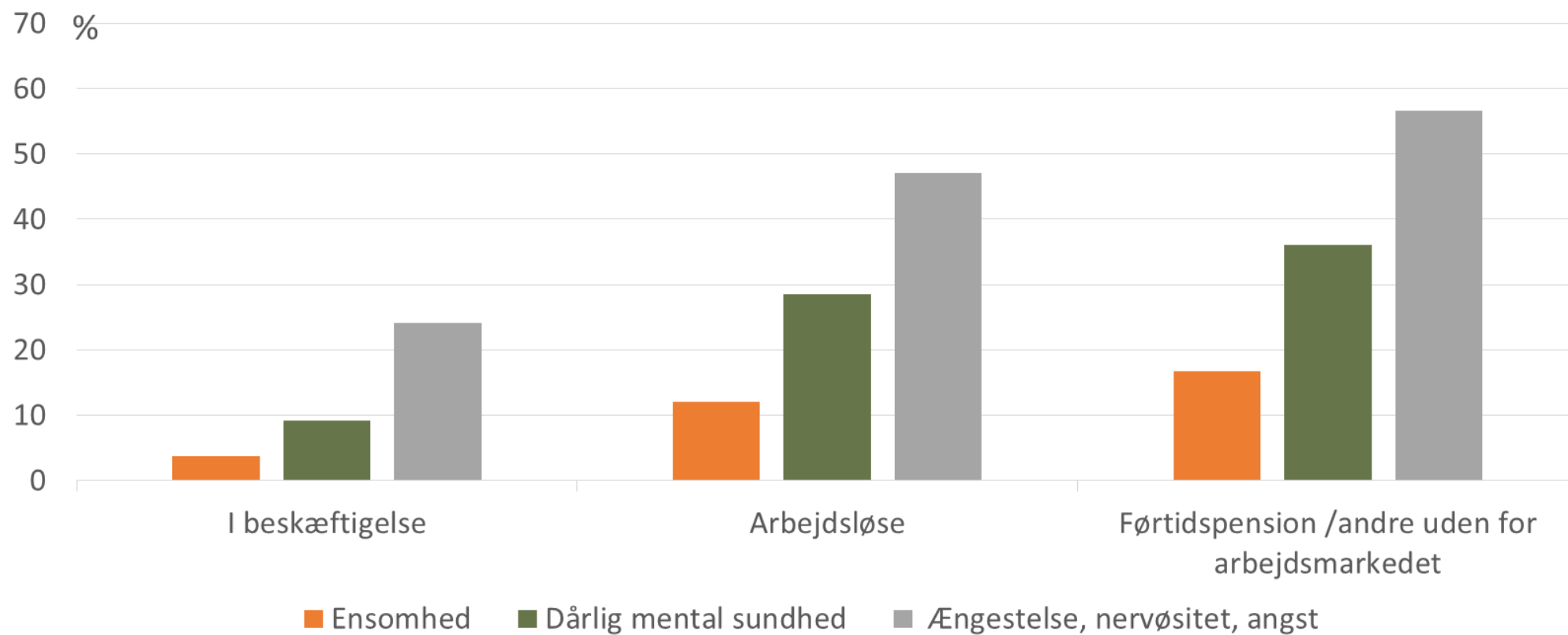
Cirka hver 10. voksne dansker vurderer, at de har en dårlig mental sundhed. I løbet af en 14 dages periode oplever hver fjerde nedtrykthed eller ængstelse, nervøsitet, uro eller angst

Borgere med mentale sundhedsudfordringer har ofte også fysiske smerter og sygdom, og mentale sundhedsudfordringer er årsag til halvdelen af alle langtidssygemeldinger

WHO forudsiger, at halvdelen af alle sygdomme vil have rod i mentale sundhedsproblemer i 2020

*Kilde: Den Nationale Sundhedsprofil, 2013 og WHO*

# SOCIAL ULIGHED I DÅRLIG MENTAL SUNDHED







# DÅRLIG MENTAL SUNDHED HOS BØRN OG UNGE

Blandt børn og unge har cirka hver 5. dagligt flere tegn på dårlig mental sundhed; de er kede af det, nervøse, føler sig uden for eller er pressede af skolearbejdet

Cirka hver 7. har været i behandling for en psykisk lidelse, inden de fylder 18 år

Børn og unge med mentale problemer har oftere indlæringsproblemer og sværere ved at gennemføre skolen, og mentale helbredsproblemer er årsagen til over halvdelen af frafald på ungdomsuddannelser

Børn, der ikke trives har en større risiko for at udvikle alvorlige psykiske symptomer og sygdomme, der kan vedvare som ung og senere som voksen

*Kilder: Den Nationale Sundhedsprofil 2013, Psykiatrifonden "Tal til psyken" og Sundhedsstyrelsen "Forebyggelsespakke Mental Sundhed".*



# FREMME AF MENTAL SUNDHED IGENNEM FÆLLESSKABER

Kommunerne kan fremme den mentale sundhed ved at skabe alsidige og inkluderende fællesskaber:

- i samarbejdet med forenings- og frivilligområdet ved også at have fokus på borgere der ikke kommer af sig selv
- i kommunerne egne tilbud fx i dagtilbud, skole, jobcenter og på social- og ældreområdet

Samtidig kan idræts- og kulturlivet, boligområder, byrummet og naturen indrettes, så der skabes gode muligheder for, at borgerne kan være aktive i fællesskaber







# EKSEMPLER FRA KOMMUNERNE

KL





# 01 / Alle skal have mulighed for et sundt liv

– fælles ansvar og kvalitet i indsatsen

## **Samarbejde mellem sundhed og beskæftigelse for mere lighed i sundhed**

Aalborg Kommune har fremskudte medarbejdere fra sundhedsområdet i jobcenteret for at styrke sundhed og arbejdsmarkedspartnerskab hos borgere uden for arbejdsmarkedet

## **Sundhed som del af den boligsociale helhedsplan**

Silkeborg Kommune samarbejder med to boligforeninger om en boligsocial helhedsplan. Planen fremmer udviklende fællesskaber, den almene sundhed, inklusion i samfundet, og bidrager til at beboere bliver mere selvhjulpne

## **Klimatilpasning i Kokkedal øger muligheder for fysisk aktivitet**

Fredensborg Kommune kombinerer regnvandsopsamling med borgernes muligheder for at være fysisk aktive i grønne områder og attraktiv arkitektur. Regnvandstekniske løsninger tænkes sammen med bedre adgang til grønne ådals-områder og aktive byrum





# 02 / ALLE BØRN SKAL HAVE EN SUND START PÅ LIVET – DER FREMMER DERES TRIVSEL, UDVIKLING OG LÆRING

## **Data om børns sundhed og trivsel som strategisk styringsværktøj**

Odense Kommune anvender sundheds- og trivselsdata på flere niveauer. Sundhedsplejen bruger informationerne i samtalerne med elever og forældre og data anvendes i anonymiseret form på skolerne og i hele kommunen til at fremme elevernes trivsel og sundhed

## **Fritidspas giver udsatte børn og unge adgang til foreningslivet**

Sønderborg Kommune er én af de kommuner, der anvender fritidspasordningen til at øge udsatte børn og unges deltagelse i fritidsaktiviteter sammen med andre børn. Fritidspasset giver økonomisk støtte til kontingent og udstyr i forbindelse med organiserede fritidsaktiviteter.

## **Fremme af sund livsstil igennem skolen**

Lolland og Guldborgsund Kommune samarbejder om at gøre folkeskolen til et sundt sted at være og lære. Indsatsen består af aktiviteter om motion, rygning, kost og mental sundhed.



# 03 / ALLE UNGE SKAL HAVE PLADS I FÆLLESSKABET

## – OG KOMME GODT PÅ VEJ I UDDANNELSE OG JOB

### **Samarbejde med ungdomsuddannelser om trivsel og rusmidler**

Kalundborg, Odsherred og Holbæk Kommune har et tværkommunalt samarbejde med ungdomsuddannelserne. Der er udviklet en fælles rusmiddelpolitik, og i forhold til mental sundhed, har der været fokus på at sikre en vellykket koordinering af tilbud til unge, der er frafaldstruede

### **Helhedsorienteret indsats for at få unge godt på vej i uddannelse og job**

Brønderslev Kommune har en helhedsorienteret indsats til unge i alderen 15-29 år, der går på tværs af lovgivninger indenfor beskæftigelse-, social- og sundhedsområdet. Her har unge med udfordringer i forhold til uddannelse, rusmidler, psykisk og fysisk sundhed én indgang til at få hjælp af kommunen

### **Hus med nye sociale rum og måder at organisere velfærdsløsninger**

I Roskilde kommune ligger 'INSP', der drives i et netværk af både brugere, frivillige, medarbejdere og partnerorganisationer, herunder kommunen. De unge løber foran og udvikler hele tiden nye aktiviteter, som involverer både stærke og sårbare unge





# 04 / FLERE SKAL VÆLGE ET RØGFRI LIV

## – OG INGEN BØRN OG UNGE SKAL BEGYNDE AT RYGE

### **Tværasektorielt partnerskab om tobaksforebyggelse**

Ni kommuner på Københavns Vestegn og Sydamager samarbejder om at have en fælles dialog med ungdomsuddannelser, apoteker, læger og sygehuse i nærområdet, og at borgerne kan deltage i rygestoptilbud på tværs af kommunegrænser.

### **Røgfri skoletid og røgfri arbejdstid**

Gladsaxe Kommune sætter baren højere for kommunens fælles rygepolitik end påkrævet i lov om røgfrie miljøer fra 2012. Kommunen har derfor indført røgfri arbejdstid i 2015 og røgfri skoletid i 2017.

### **En forstærket hjælp til storrygere på tværs af kommuner og sektorer**

Seks kommuner i Vestjylland samarbejder med sygehus og almen praksis om at tilbyde hjælp til storrygere. I kontakten med sygehus og almen praksis bliver borgerne systematisk spurgt, om de ryger, og tilbudt hjælp af kommunen med en kombination af et rygestoptilbud og tilskud til rygestopmedicin.

# 05 / FLERE SKAL DRIKKE MINDRE – OG INGEN BØRN OG UNGES LIV MÅ SKADES AF ALKOHOL

## **Et trygt natteliv igennem samarbejde på tværs**

Holstebro Kommune har i over 10 år arbejdet med at skabe trygge rammer for især de 18-25-årige i nattelivet. Indsatsen sker i et samarbejde med restauratører, dørmænd, bartendere, taxachauffører, Natteravne og politi.

## **Tværkommunalt samarbejde om familier med rusmiddelproblemer**

I Midtjylland er 11 kommuner gået sammen i partnerskabet 'BRUS' for at styrke børn og unge i at håndtere de udfordringer, som følger af en opvækst præget af rusmiddelproblemer. Målgruppen er 0 til 24 årige børn og unge, men indsatsen er rettet mod at styrke hele familien.

## **Hjælp til børn og unge der har forældre med et alkoholmisbrug**

Århus Kommune samarbejder med TUBA om terapi til børn og unge mellem 14 og 34 år, der vokser op hos forældre med et alkoholmisbrug. Fokus er på at mindske fysiske, psykiske og sociale konsekvenser af forældrenes svigt og forebygge at problemerne eskaleres.





## **06 / FLERE SKAL LEVE ET LIV MED BEDRE MENTAL SUNDHED**

### **Fremme af mental sundhed igennem aktive fællesskaber**

Læsø Kommune arbejder for at fremme alle borgeres mentale sundhed igennem partnerskabet ABC for mental sundhed. Indsatsen er forskningsbaseret og bygger på, at mennesker fremmer deres mentale sundhed ved at gøre noget aktivt og meningsfuldt sammen med andre

### **Tilbud om håndtering af stress målrettet arbejdsløse**

Københavns Kommune samarbejder med lokale jobcentre om et stressforebyggelsestilbud til arbejdsløse. Tilbuddet er en del af kommunens psykologbaserede tilbud 'Åben og Rolig', der viser positive effekter både i forhold til deltagernes sundhed og deres tilknytning til arbejdsmarkedet

### **Samarbejde med socialt netværk om rådgivning af børn og unge**

Esbjerg Kommune samarbejder med det sociale netværk Headspace om et anonymt og gratis rådgivningstilbud til børn og unge i alderen 12-25 år. Her kan børn og unge få hjælp til alt lige fra angst, ensomhed, kærestesorg, job og uddannelse