



Sundhedspolitik – forslag til prioriterede handlinger



Forslag til handlinger	Eksempler på konkrete tiltag	Evidens	Økonomiske konsekvenser
Mere bevægelse			
Fremme af aktiv transport	Århus, Odense og Ålborg Kommune har etableret Gåbus for elever i 0.-3. klasse.	En evaluering af gåbus viser, at den fremmer aktiv transport blandt eleverne. https://skoleidraet.dk/gaabus/forside/	Ja. Der skal afsættes tid til uddannelse af chauffører (elever på mellemtrin) og tovholdere. Kurserne er gratis.
Fremme af motion og bevægelse i skolen	Svendborg Kommune har indført 6 idrætstimer om ugen i 0.-6- klasse, hvilket har reduceret andel af overvægtige børn. Desuden er elevernes læring steget med 68 procent.	Ny forskning fra Syddansk Universitet. http://svendborgprojektet.dk/	Ja
Sikrer et systematisk fokus på motorik og bevægelse i dagtilbud.	Svendborg Kommune har udviklet konceptet "Aktive børn i dagtilbud", som indbefatter, at dagtilbuddene mindst 4 dage om ugen gennemfører minimum 45 minutters vokseninitieret og voksenstyret fysisk aktivitet.	Konceptet er ikke evalueret endnu. Men Svendborg Kommune forventer, at mere fysisk aktivitet i dagtilbuddene vil bidrage til bedre motorisk udvikling og større glæde ved bevægelse blandt børnene. Derudover en reduktion i forekomsten af fedme og sygdom. http://svendborgprojektet.dk/	Ja. I Svendborg Kommune har alle medarbejdere skulle gennemgå et 37 timers kompetenceudviklingsforløb.
Motionsvejledning til borgere over 18 år	Mange kommuner tilbyder individuelle motionsvejledninger til borgere over 18 år. Det er oftest en individuel samtale, hvor der vejledes om muligheder for et aktivt liv. Dette kan kombineres med et samarbejde med foreningslivet om prøvetimer samt samarbejde med kommu-	Den nyeste viden om forebyggelse af fysisk inaktivitet er beskrevet i Forebyggelsespakken for fysisk aktivitet https://www.sst.dk/da/udgivelser/2018/forebyggelsespakke-fysisk-aktivitet samt i en rapport fra Vidensrådet fra forebyggelse http://www.vi-	Ja



Forslag til handlinger	Eksempler på konkrete tiltag	Evidens	Økonomiske konsekvenser
	nale arbejdspladser ift. aktive pauser og bevægelse i hverdagen.	densraad.dk/content/stillesiddende .	
Bedre mental sundhed			
Understøtte indsats til opsporing af dårlig mental sundhed på ungdomsskolerne	Ålborg Kommune samarbejder med ungdomsuddannelserne om at styrke den mentale sundhed og forebygge mistrivsel blandt unge. Det overordnede formål er at understøtte fortsat uddannelses tilknytning. Indsatsen består af tre spor: 1) Systematisk klasseundervisning i mental sundhed for alle elever; 2) Stressforebyggelseskurset "Åben og Rolig for Unge", som er målrettet elever, der oplever pres og symptomer på stress; 3) Individuelle psykologsamtaler, som er et tilbud samt behandlingsmodul for elever, der er frafaldstruede eller på anden vis er udfordrede i deres uddannelsesforløb på grund af mentale helbredsproblemer.	Siden opstart i efteråret 2016 har ca. 6200 elever, fordelt på otte uddannelsesinstitutioner, modtaget den obligatoriske undervisning. Klasseundervisningen er desuden en rekrutteringsplatform til stressforebyggelseskurset Åben og Rolig for Unge. Ca. 120 elever gennemfører årligt kurset, og siden opstart i 2016 har i alt 243 elever gennemført forløbet. Effektevaluering af kurset har bl.a. vist, at deltagerne har en lavere stressscore ved kursets afslutning, og 85 procent af deltagerne reducerer deres symptomer på stress. Derudover oplever næsten 90 procent af deltagerne fald i symptomer på depression samt færre søvnforstyrrelser	Ja
Fremme unges trivsel	Vejle Kommune har indsatsen SPOR18, som har til formål at sikre, at mentale helbredsproblemer ikke udvikler sig til psykisk sygdom. Projektet tilbyder anonym rådgivning til unge og der laves forebyggende arbejde på ungdomsuddannelserne.	https://www.vejle.dk/borger/mit-liv/sundhed-og-omsorg/sundhed-og-forebyggelse/spor18-anonym-raadgivning/	Ja
Fremme unges trivsel	Københavns Kommune tilbyder gratis sundhedstjek til unge i alderen 16-24 år, hvor der er fokus op fysisk, mental	https://www.kk.dk/sundhedstjek	Ja



Forslag til handlinger	Eksempler på konkrete tiltag	Evidens	Økonomiske konsekvenser
	og seksuel sundhed. Sundhedstjekket gennemføres af sygeplejerske og psykolog.		
Fokus på mental sundhed på tværs af kommunen	En række kommuner indgår i ABC for mental sundhed. Det er en forskningsbaseret indsats, som retter sig mod hele befolkningen. Indsatsen bygger på en partnerskabstankegang. Gennem partnerskabet får de deltagende kommuner en ramme for arbejdet med mental sundhed samt mere viden om, hvad der fremmer mental sundhed.	http://www.abcmentalsundhed.dk/	Ja
Mere lighed i sundhed			
Målettet forebyggelse af kronisk sygdom	Viborg Kommune har i samarbejde med almen praksis og hospital indført et frivilligt screeningsprogram for diabetes og hjertekar-sygdom, som tilbydes på kommunens sundhedscenter. Hvis der bliver fundet manifest eller forstadie til hjertekarsygdom eller diabetes, bliver borgerne indkaldt til en opfølgende samtale til enten sundhedscentret, ved egen læge eller med henvisning til en relevant afdeling på hospitalet.	Indtil videre har kommunen oplevet stor interesse for de frivillige screeninger, hvor næsten 90 pct. af de inviterede takker ja. Ordningen har kørt som projekt og er ved at blive evalueret. Men samarbejdspartnerne har allerede besluttet at køre indsatsen videre, da der er gode resultater.	Ja
Røgfrie miljøer	22 kommuner har indført røgfri skoletid for alle på grundskolerne, så røgfrihed gælder i hele skoletiden - også uden for skolens matrikel.	Vidensråd for Forebyggelse har indsamlet, sammenfattet og vurderet den nyeste videnskabelige forskning om, hvad der virker bedst til at forebygge, at børn og unge starter på cigaretterne. http://www.vidensraad.dk/con-	Nej



Forslag til handlinger	Eksempler på konkrete tiltag	Evidens	Økonomiske konsekvenser
		tent/forebyggelse-af-rygning-blandt-b%C3%B8rn-og-unge-hvad-virker	
Røgfrie miljøer	En række kommuner samarbejder med ungdomsuddannelserne om at indføre røgfri matrikel eller røgfri skoletid på alle uddannelsesinstitutioner med optage af unge under 18 år.	Ibid	Ja.
Røgfrie miljøer	Arbejde på at udbrede røgfrie miljøer via samarbejde med fritidsliv, foreninger og erhvervsliv	Den nyeste evidens om forebyggelse af rygning er samlet i Sundhedsstyrelsens Forebyggelsespakken om tobak. https://www.sst.dk/da/udgivelser/2018/forebyggelsespakke-tobak	Nej
Røgfrie miljøer	31 kommuner har indført røgfri arbejdstid for alle kommunalt ansatte. Yderligere 13 kommuner har vedtaget at røgfri arbejdstid skal indføres i 2020.	Ibid	Nej
Tobaksforebyggelse	Prioriterer en systematisk tobaksforebyggende indsats over for børn og unge i grundskolerne med udgangspunkt i X:IT	X:it er evalueret af Center for Interventionsforskning ved Syddansk Universitet. Resultaterne viser, at X:IT-skoler har omkring en fjerdedel færre rygere end andre skoler. http://www.xit-web.dk/om-xit/evaluation-og-resultater/	Ja

