



Udkast til prioriteret handlingsplan for Ballerup Kommunes sundhedspolitik 2022-2029

Ballerup Kommunes sundhedspolitik danner den overordnede ramme og vision for arbejdet med forebyggelse og sundhedsfremme i Ballerup Kommune.

I den første handlingsplan var der forslag til 2 indsatser inden for hvert af de 7 politiske pejlemærker som fremgår af sundhedspolitikken.

Sidenhen har direktionen besluttet at der skulle prioriteres i handlingsplanen. Derfor fremlægges der nu 5 indsatser som der anbefales at arbejde videre med i handlingsplanen. Prioriteringen er foretaget ud fra overvejelser omkring effekt i forhold til ressourceforbrug og ud fra et perspektiv om hvad der kan lade sig gøre i organisationen.

I nedenstående tabel fremgår hvilke 5 indsatser der er prioriteret i første omgang.

Ved hver indsats er der beskrevet:

- a) Indsatsens navn
- b) Kort beskrivelse af indsatsen
- c) Hvilken evidens der er for effekt af indsatsen eller god dokumenteret erfaring fra andre kommuner.
- d) En vurdering af ressourcetrækket ved hver indsats.



Indsatsens navn	Beskrivelse af indsats	Baggrund og evidens	Økonomiske konsekvenser
1. Flere skal leve et liv med mental sundhed og trivsel			
<p>Indsats målrettet unge som føler sig ensomme og oplever dårlig mental sundhed.</p> <p>Indsatsen foregår i samarbejde med Mary Fonden og løber frem til 2026.</p>	<p>1. Opsporing og samtaler Implementering af evidensbaseret spørgeskema til systematisk opsporing af unge med ensomhed og dårlig mental sundhed. Spørgeskemaet bruges i de arenaer hvor de unge færdes.</p> <p>Der skal etableres et fast forankret samarbejde med uddannelsesinstitutioner som FGU, NEXT, TEC og gymnasier. Yderligere involveres udskolingen og Center for arbejdsmarkedet.</p> <p>Ungeguider (kommunale nøgle medarbejdere) har samtaler med de unge, hvor den unges behov, ressourcer, interesser og potentiale afdækkes. Herefter henvises der til mulige interventioner.</p> <p>2. Foreløbige Interventioner</p> <p>Naturforløb: 8 mødegange a 2,5 time med psykolog og sygeplejerske.</p>	<p>Sundhedsprofilen viser at mange unge mellem 15 og 25 ikke trives godt i deres hverdag. Hver femte ung angiver, at have dårlig mental sundhed, hvilket svarer til ca. 41.000 af Region Hovedstadens unge. Den dårlige mentale sundhed blandt unge har konsekvenser for de unges livskvalitet og medfører både fysisk og psykisk sygdom.</p> <p>Forebyggelsesenheden har allerede etableret samarbejde med uddannelsesinstitutionerne (NEXT, TEC og Borupgård Gymnasium). Samarbejdet består i at Forebyggelsesenheden sammen med andre kommunale aktører løbende afholder dialogbaseret events ude på uddannelsesinstitutionerne. Yderligere er der på alle 3 uddannelsessteder en fast tilknyttet sygeplejerske, som afholder samtaler om mental sundhed med eleverne. Der har indtil videre været et stort fremmøde til samtalerne.</p> <p>KKR nedsatte i 2017 et mål, om at skabe ”Bedre fysisk og mental sundhed hos de unge”. Formålet med KKR-målet om unges sundhed er, at kommunerne i Region Hovedstaden går sammen om at yde en bedre indsats i forhold til de unges mentale og fysiske sundhed for på længere sigt at styrke de unges muligheder for at gennemføre en uddannelse og leve det liv, de gerne vil.</p> <p>Flere kommuner er i gang med indsatser målrettet unge. Blandt andet har Frederiksberg kommune og Københavns Kommune med succes etableret partnerskaber med</p>	<p>Udgifter på ca. 60.000 kr. om året til psykolog til naturforløb og samtaler. (udgifterne dækkes af de sundhedspolitiske initiativer under ramme 50.56 eller af Mary Fonden)</p> <p>Der skal prioriteres medarbejdertimer til:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ”De Opsporende Sundhedssamtaler” 2. Etablering af fast partnerskabsaftaler med ungdomsuddannelserne. 3. Etablering af fællesskaber for de unge i samarbejde med idræts, - fritids og foreningslivet. <p>Mary Fonden bidrager med ca. 70.000 kr. om året til drift i projektperioden fra 2022-2026.</p>



Indsatsens navn	Beskrivelse af indsats	Baggrund og evidens	Økonomiske konsekvenser
	<p>Naturforløbet bygger på fire søjler:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Natur og naturvejledning; vi ser blandt andet på, hvilke naturmiljøer, der har en helende effekt • Kropsbevidsthed, vejtrækningsøvelser, kropsøvelser og sansøvelser • Opmærksomhedstræning; herunder fokus på forskellige meditationsøvelser • Fællesskab og bålterapi; herunder fokus på fortælling og evolutionspsykologi. <p>Digitalt mindfulness tilbud: Udført af Dansk Center for Mindfulness på Aarhus Universitet ud fra den evidens baseret metode MBSR. (mindfulness based stress reduction)</p> <p>3. Brobygning til varige fællesskaber: Afdækning af relevante tilbud i idræts-, -forenings og fritidsliv som kan skabe varige fællesskaber for de unge.</p>	<p>ungdomsuddannelserne. De har blandt andet afprøvet mulighed for at indgå i gruppeforløb om mental sundhed eller deltage i individuelle psykologisamtaler. De har også været med til at udarbejde en trivselspolitik i samarbejde med de unge på ungdomsuddannelserne.</p> <p>Evidens for Naturforløb: http://vinatur.dk/forskning</p> <p>https://ign.ku.dk/forskning/landskabsarkitektur-planlaegning/natur-sundhed-og-design</p> <p>https://videnskab.dk/krop-sundhed/stress-virker-naturterapi-lige-saa-godt-som-traditionel-behandling</p> <p>Evidens for MBSR: https://mindfulness.au.dk/forskning/publikationer</p> <p>Dataunderstøttelse: Mary Fonden står evalueringsdelen af projektet. Evalueringen består af kvalitative interviews og valideret spørgeskemaundersøgelse.</p>	
2. Færre borgere skal leve med kronisk sygdom og de skal være ældre før sygdom indtræffer			
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	Sundhedsprofilen 2021 viser at flere borgere i Ballerup Kommune end tidligere enten er fysisk inaktive og/eller overvægtige. Dette øger risikoen for at udvikle livsstilssygdomme. Yderligere viser data fra klynge midt at der siden 2010 er sket en stigning af borgere med kronisk	Der skal prioriteres medarbejdertimer til: 1. Projektledelse herunder samarbejdsaftaler med Region.



Indsatsens navn	Beskrivelse af indsats	Baggrund og evidens	Økonomiske konsekvenser
	<p>kommunens sundhedscenter. Hvis der bliver fundet manifest eller forstadie til hjertekarsygdom eller diabetes, bliver borgerne indkaldt til en opfølgende samtale i enten sundhedscentret, ved egen læge eller med henvisning til relevant afdeling på hospital.</p> <p>Indsatsens faser:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Borgere får tilsendt tilbud om frivillig screening når de fylder 65 år (kunne godt være tidligere) 2. De borgere der takker ja bliver screenet i det kommunale sundhedscenter. 3. Afhængig af fund bliver borgeren tilbudt forløb i kommunen, yderligere undersøgelse hos egen læge eller henvisning til hospital. <p>Hospitalet understøtter kommunen med oplæring i screening, udstyr til screening og faglig opdatering af sundhedscentrets personale.</p>	<p>sygdom i Ballerup Kommune. Eksempelvis ses der en markant stigning af antal borgere med diabetes type 2.</p> <p>Indtil videre har Viborg kommune oplevet stor interesse for de frivillige screeninger, hvor næsten 90% 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.</p> <p>Forebyggelsesenheden og Træning&Aktivitet i Ballerup Kommune arbejder med opsporing, rekruttering og behandling af kronisk syge borgere. Status er at det ikke lykkedes at rekruttere nok borgere med kronisk sygdom i forhold til det antal af borgere som lever med en eller flere kroniske sygdomme i Ballerup Kommune.</p> <p>Dataunderstøttelse: Evaluerings design er udarbejdet til indsatsen.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 2. Drift af projektet herunder screeninger af borgere <p>Regionen har udgifter til screeningsudstyr samt personaleressourcer til oplæring af kommunale medarbejdere i screeningsmetoder.</p>
3. Flere skal være en del af et fællesskab eller foreningsliv			
Jump4Fun	Alle børn og unge som er motionsuvante eller har overvægts	Jump4Fun havde i 2022 750 deltagende børn fordelt over 40 kommuner og 75 foreninger. Det er DGI som driver konceptet Jump4fun.	135.000 kr. er den årlige udgift til DGI som driver projektet.



Indsatsens navn	Beskrivelse af indsats	Baggrund og evidens	Økonomiske konsekvenser
	<p>problematikker inde på livet skal have et attraktivt foreningstilbud.</p> <p>Jump4Fun hjælper i samarbejde med skoler og det lokale foreningsliv børn og unge med at genopfinde glæden ved bevægelse og motion i et fællesskab.</p>	<p>90 % af de deltagende børn er blevet gladere for at bevæge sig og over 80% har fået nye venner.</p> <p>Indsatsen eksisterer allerede i Ballerup Kommune men udløber til september 2023.</p> <p>I 2022 har 19 børn indtil videre deltaget i forløb.</p> <p>Der er behov for en længerevarende kontrakt med Jump4fun således at foreningerne kan indgå i samarbejdet med et mere langsigtet perspektiv.</p> <p>Yderligere er der behov for en større kommunal opbakning til tilbuddet. Det betyder at det anbefales at en medarbejder støtter op om foreningernes samarbejde med Jump4fun og hjælper foreningen med kontakten og samarbejdet med relevante kommunale samarbejdspartnere.</p> <p>Nuværende samarbejdspartnere i kommunen er Sundhedsplejen, skoler og BFO'er. Men der er behov for at få flere samarbejdspartnere og et mere etableret samarbejde med de allerede involverede aktører.</p> <p>Dataunderstøttelse: Tilbuddet evalueres af Jump4Fun via en spørgeskemaundersøgelse til alle deltagere.</p>	<p>Det foreslås at der bliver etableret en 3 årig kontrakt med DGI som udløber i 2026. Det vil betyde en udgift på i alt 405.000 kr. (Udgiften dækkes af midler fra de sundhedspolitiske initiativer under ramme 50.56).</p> <p>Der skal prioriteres medarbejdertimer til:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Større involvering af nuværende samarbejdspartnere i kommunen. 2. Forbedre kendskabet til tilbuddet blandt relevante interessenter herunder forældre til målgruppen.
4. Flere skal vælge røgfrit liv			
Røgfri arbejdstid og røgfrie miljøer	<ol style="list-style-type: none"> 1. Indføre røgfri arbejdstid for alle kommunalt ansatte. 	<p>Flere enheder under Center for Voksne og Sundhed har indført røgfri arbejdstid.</p> <p>Den nyeste evidens om forebyggelse af rygning er samlet i Sundhedsstyrelsens Forebyggelsespakken om tobak.</p>	<p>Øget udgifter til rygestopkurser da alle medarbejdere tilbydes et rygestopkursus i forbindelse med implementeringen af røgfri arbejdstid. (Udgiften dækkes af</p>



Indsatsens navn	Beskrivelse af indsats	Baggrund og evidens	Økonomiske konsekvenser
	<p>2. Arbejde på at udbrede røgfrie miljøer via samarbejde med fritidsliv, foreninger og erhvervsliv.</p>	<p>https://www.sst.dk/da/udgivelser/2018/forebyggelsespakke-tobak</p> <p>Dataunderstøttelse: Registrering af antal af arbejdspladser som får indført røgfri arbejdstid. Og yderligere en registrering af hvor mange medarbejdere der opnår et rygestop.</p>	<p>midler fra de sundhedspolitiske initiativer under ramme 50.56).</p>
5. Ingen børn og unge under 18 år skal bruge tobak			
<p>Stop Snus</p> <p>Tværfaglig indsats i Ballerup kommune tovholdt af Forebyggelsenheden og Tandplejen</p>	<p>Indsatsen har tre formål:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Øge den generelle viden om røgfri tobak både blandt unge og hos fagpersonale 2. Reducere det nuværende forbrug af røgfri tobak blandt børn og unge 3. Forebyggelse af start på røgfri tobak blandt børn og unge <p>Der ønskes involvering og aktiv deltagelse af medarbejdere fra folkeskoler, uddannelsesinstitutioner, sundhedsplejen, SSP, PPR og fritidstilbud som klubber, ungdomsskoler og sportsklubber.</p> <p>Som supplement til indsatsen kunne der også arbejdes på at der indføres snusfri skole.</p>	<p>I Sundhedsprofilen 2021 ses et fald i rygning hos unge, men samtidig en stigning i brug af røgfri tobak.</p> <p>Det forventes fra Kræftens Bekæmpelse og fra SST at antallet af unge som bruger røgfri tobak vil stige markant de kommende år.</p> <p>Røgfri tobak har dårlige sundhedsmæssige konsekvenser som for eksempel en negativ effekt på hjernens udvikling, øget afhængigheds syndrom i hjernen som kan føre til brug af stærkere rusmidler, skader af tandkød og tænder og et øget stressniveau i kroppen.</p> <p>Snus er ulovligt at sælge i Danmark hvorimod eksempelvis nikotinposer og tyggetobak er lovligt.</p> <p>I forhold til anbefalede indsatser for at nedsætte og stoppe forbruget af røgfri tobak hos unge anbefaler Sundhedsstyrelsen at der bruges samme metoder som når der arbejdes med rygestop hos unge.</p> <p>Dataunderstøttelse: Spørgeskemaundersøgelse før og efter indsatsen til alle elever hvor indsatsen gennemføres for at registrere hvordan brugen af røgfri tobak udvikler sig.</p>	<p>Der skal prioriteres medarbejdertimer til:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Projektledelse 2. Relevante medarbejdere skal investere tid på at opnå øget viden om røgfri tobak via lokal uddannelse. 3. Relevante medarbejdere kan have gavn af uddannelse i hvordan den motiverende samtale kan bruges i dialogen om røgfri tobak. 4. Relevante medarbejdere går aktivt i dialog med de unge i de arenaer hvor røgfri tobak er udbredt.