



Allerød
Kommune

- SOCIAL- OG BESKÆFTIGELSESPOLITIK
- SUNDHEDSPOLITIK
- ÆLDRE- OG VÆRDIGHEDSPOLITIK
- BØRNE- OG UNGEPOLITIK
- PLANPOLITIK
- INFRASTRUKTURPOLITIK
- NATUR- OG MILJØPOLITIK
- ERHVERVSPOLITIK
- KULTUR- OG FRITIDSPOLITIK
- ØKONOMIPOLITIK

ALLERØD KOMMUNE

SUNDHEDSPOLITIK 2021-24

Indhold

Forord	3
Indledning	4
TEMA 1: Sundhed og trivsel	6
TEMA 2: Lighed i sundhed	8
TEMA 3: De gode rammer	9
Fra politik til hverdag.....	11



FORORD

Allerøds sundhedspolitik sætter retning for det gode, aktive og sunde liv

Alle borgere i Allerød Kommune skal have mulighed for at leve et sundt liv. Fysisk og mental sundhed er afgørende for, at vi kan leve det liv, vi gerne vil. Få en uddannelse, et arbejde, indgå i sociale relationer og tage aktivt del i samfundet. Sundhedsarbejdet i Allerød Kommune tager afsæt i et bredt sundhedsbegreb, hvor sundhed ses som mere end blot fravær af sygdom.

Folkesundheden i Allerød Kommune har det generelt godt, og det skal den blive ved med. Samtidig må vi ikke glemme, at der er forskel på, hvor godt vi har det. Der er også forskel på vores forudsætninger for at tage sunde valg i livet. Den ulighed, der kan spores i folkesundheden, lokalt såvel som nationalt, skal vi som kommune have fokus på at udligne. Det skal være let tilgængeligt for alle i Allerød at leve et godt, sundt og aktivt liv, og tilbuddene og rammerne skal tilpasses, så vi opnår dette.

Sundhedspolitikken tager afsæt i Allerød Kommunes Vision 2031: 'Tæt på hinanden - Tæt på naturen', som vægter, at vi kan mere i fællesskab og at fællesskaberne bidrager til, at alle har mulighed for at leve det gode liv – hele livet.

Sundhedspolitikken realiseres over tid og forpligter alle dele af byrådet. Borgerne i Allerød Kommune har allerede i dag gode muligheder for at træffe sunde valg og disse muligheder skal udvikles yderligere over den kommende periode. Sundheds, Velfærd og Beskæftigelsesudvalget ser frem til gode dialoger med byrådskolleger, interessenter og medarbejdere om, hvordan dét at træffe sunde valg kan blive endnu nemmere i fremtiden.

Politikken er blevet til i foråret 2021 på baggrund af drøftelser mellem politikere, ledere og medarbejdere. Der skal lyde en stor tak til alle bidragydere, og

en opfordring til at fortsætte det gode samarbejde på tværs af sundhedsområdet.

Det er med stor glæde, at Sundheds, Velfærd og Beskæftigelsesudvalget nu på byrådets vegne kan præsentere en sundhedspolitik, der sætter en ambitiøs retning for perioden 2021-2024.

Jesper Holdflod Pallesen

Formand for Sundhed-, Velfærd- og Beskæftigelsesudvalget

INDLEDNING

Baggrund, data og pejlemærker for sundhedspolitikken

Allerød Kommunes Sundhedspolitik tager afsæt i Verdenssundhedsorganisationen WHO's definition af sundhed, som en tilstand af fysisk, mentalt og socialt velbefindende.

Sundhed handler derfor ikke kun om fravær af sygdom eller fravær af fysisk svækkelse – det handler ligeså meget om at opleve, at man har det godt, trives og har mod på og energi til livets mange udfordringer. At man kan klare dagligdagens gøremål som f.eks. at købe ind, lave mad, gå på arbejde eller i skole og at man har overskud til at indgå i fællesskaber, deltage i aktiviteter og håndtere hverdagens udfordringer.

Med Allerød Kommunes Sundhedspolitik som udgangspunkt vil vi i samarbejde med foreninger, organisationer og virksomheder og på tværs af områder og fagligheder, skabe de bedst mulige rammer og omgivelser for borgere i alle aldre således, at der er mulighed for at leve gode, sunde liv både fysisk, mentalt og socialt.

Sundhedspolitikken og de afledte indsatser hviler på regionale og lokale sundhedsdata samt på nationale og internationale principper og samarbejdsaftaler inden for sundhedsområdet.

Hvert 4. år udarbejder Region Hovedstaden en sundhedsprofil for alle kommuner i regionen. Sundhedsprofilen giver overblik over borgernes sundhedsadfærd, helbred og sygelighed.

Den seneste sundhedsprofil fra 2017 viser, at Allerød Kommune ligger i top, når man kigger på den generelle sundhed i regionen og langt de fleste borgere angiver, at de har en god livskvalitet. Regionen publicerer en ny sundhedsprofil i første kvartal af 2022.

Den fælles sundhedsaftale

Den fælles Sundhedsaftale 2019-2030 danner ramme for samarbejdet om sundhed mellem kommuner, regioner og praktiserende læger. Aftalen bygger på et fælles overordnet mål, om at skabe mere sammenhæng i borgerens forløb, mere lighed i sundhed, mere samspil med borgeren og mere sundhed for pengene. Aftalen sikrer en fælles udvikling og peger på tre fokusområder:

1. Sammen om ældre og borgere med kronisk sygdom
2. Sammen om borgere med psykisk sygdom
3. Sammen om børn og unges sundhed

For hvert fokusområde er der udarbejdet konkrete mål, pejlemærker og indsatser. Sundhedsaftalen er dynamisk og der kan i aftalens periode justeres eller udpeges nye fokusområder.

Afsæt i Allerød Kommunes vision

Centralt for udformningen af Sundhedspolitikken er Allerød Kommunes Vision 2031: 'Tæt på hinanden - Tæt på naturen'.

Visionens pejlemærker er:

- fællesskaber
- naturen
- nysgerrighed og innovation

Allerød Kommunes vision er den overordnede politiske ledestjerne for kommunens styring og udvikling. Visionens pejlemærker skal kunne spores i alle politikker og strategier og således også i Allerøds Sundhedspolitik.

Erfaringen viser, at udfordringerne på sundhedsområdet, løses allerbedst i det brede fællesskab. Vi ved erfaringsmæssigt, at det er dér, at de bedste løsninger

ger findes og vi arbejder ud fra en forståelse af sundhed, som et område, der berører mange dele af vores hverdag og samfund. Borgere, frivillige, foreninger og medarbejdere spiller alle en vigtig rolle i den samlede sundhedsindsats og derfor sigter sundhedspolitikken mod at skabe gode rammer for tværgående samarbejde.

I Allerød Kommune har vi en rig og mangfoldig natur. Det er et aktiv ved vores kommune, som vi alle værdsætter og nyder godt af i det daglige. Vi ønsker at anvende naturen strategisk i det forebyggende sundhedsarbejde, og vi sigter mod at udnytte naturens potentiale i forhold til at sikre aktivitet og genopladning i hverdagslivet. Et godt eksempel på hvordan vi i Allerød bruger naturen strategisk i det sundhedsfremmede arbejde er projektet "Natur og højtlesning", som består af guidet fælleslæsning kombineret med let fysisk aktivitet og socialt samvær i naturen. Projektet blev i 2019 indstillet til KL's forebyggelsespris.

Det 3. pejlemærke i visionen "nysgerrighed og innovation" betyder, at vi har en lærende og udviklende tilgang til arbejdet med sundhed. Denne tilgang er et udtryk for, at fremtiden kalder på nye løsninger og nye måder at arbejde på. Indsatsen Tele-KOL er et godt eksempel på hvordan udnyttelsen af digitale muligheder, giver værdi og tryghed for borgerne. Med Tele-KOL bliver det muligt for borgere med lungesygdommen KOL at hjemmemonitorere deres medicinindtag. Indsatsen udrulles i de kommende år.

FN's Verdensmål forpligter også lokalt

FN's Verdensmål består af 17 konkrete og globale mål, som forpligter alle FN's medlemslande til i fællesskab at finde løsninger på klodens udfordringer og bidrage til en mere bæredygtig verden. Verdensmålene fokuserer på bæredygtighed i bred forstand og derfor både socialt, økonomisk og miljømæssigt. Derudover sendes der et tydeligt budskab om, at de globale udfordringer skal løses i fællesskab. Verdensmålene forpligter os nationalt og dermed også lokalt i

Allerød Kommune. Værdierne inden for bæredygtighed i bred forstand og samarbejde på tværs bliver grundlæggende i alle indsatser og dermed også grundlæggende rettesnore for sundhedspolitikken.

Sundhedspolitikken forpligter sig på særligt 2 af FN's verdensmål:

- **Mål 3: Sundhed og trivsel**
Målet er at sikre et sundt liv for alle og fremme trivsel for alle aldersgrupper.
- **Mål 10: Mindre ulighed**
Målet er at alle skal sikres lige muligheder.

Med udgangspunkt i Sundhedspolitikken kan Allerød Kommune målrette udviklingen af tilbud og ydelser sammen med kommunens borgere inden for de rammer økonomien, lovgivningen på området og endelig de rammer, som samarbejdet med andre aktører sætter.

Tre temaer, der udfolder politikken

Sundhedspolitikken sætter retning igennem nedenstående 3 temaer:

Tema 1: Sundhed og trivsel

Temaet handler om den grundlæggende forståelse af sundhed som et bredt begreb, der dækker fysisk, mentalt og socialt velbefindende.

Tema 2: Lighed i sundhed

Temaet tager fat i den nationale og lokale udfordring med stigende ulighed i folkesundheden.

Tema 3: De gode rammer

Temaet handler om de strukturelle, fysiske og sociale rammer for sundheden, og om hvordan vi sammen skaber og vedligeholder dem.

TEMA 1: SUNDHED OG TRIVSEL

De fleste borgere i Allerød er sunde og trives godt. Region Hovedstadens sundhedsprofil viser, at borgernes generelle sundhedstilstand har bevæget sig i en positiv retning gennem de senere år, og at borgerne på mange områder lever sundere end gennemsnittet i regionen. Størstedelen af børn og unge er idrætsaktive, glade og tilfredse med deres liv og ser lyst på fremtiden. Men vi er langt fra i mål.

Mange borgere oplever ensomhed i perioder eller som en mere permanent tilstand. Når ensomheden bider sig fast og bliver langvarig, kan den få alvorlig konsekvenser og blive en ond cirkel. Ensomhed ødelægger ikke bare livskvaliteten, men kan være direkte skadeligt for helbredet. Ensomhed øger risikoen for blandt andet forhøjet blodtryk, søvnforstyrrelser og depression. En stadig større andel af borgerne har stillesiddende arbejde, og får rørt sig for lidt i hverdagen.

Overvægt er ligeledes et voksende problem – på landsplan og lokalt i Allerød. Kommunen har borgere uden for arbejdsmarkedet med en ophobning af sundhedsmæssige udfordringer, både fysiske og psykiske. Mange borgere lever med én eller flere kronisk sygdomme, som har stor betydning for deres hverdag og trivsel.

Børn bliver i dag født ind i en digitaliseret verden, og den øgede digitalisering kan både have indflydelse på, hvordan barnets hverdag tilrettelægges, barnets adfærd samt have indflydelse på barnets tanker og følelser. Der er dog også en række risikofaktorer forbundet med børn og unges digitale liv som manglende søvn, mulig oplevet stress over at følge med på de sociale medier og en stigning i stillesiddende tid. Forhold der alle kan have betydning for barnets sundhed.

Det betyder at:

- Vi vil sikre adgang til viden om emner der styrker livskvaliteten; herunder kost, motion, mental sundhed, tandsundhed, sunde alkoholvaner, rygning og søvn.
- Børn, unge og ældre, der er ensomme eller trives dårligt, skal opdages tidligt og hjælpes ud af mistrivslen gennem systematiske indsatser.
- Vi understøtter fællesskaber, sociale relationer og netværk for at styrke borgernes trivsel samt forebygge ensomhed og social isolation.
- Vi tilbyder fysiske aktiviteter og sociale fællesskaber til børn og unge, som et alternativ til den digitale verden
- Erhvervsaktive borgere, der rammes af sygdom, langvarig stress, angst eller depression, skal mødes af en koordineret indsats, der styrker og bevarer tilknytningen til arbejdsmarkedet.
- Borgere, der rammes af en kronisk og /eller psykisk sygdom, motiveres til rehabilitering og til at forebygge forværring af sygdommen. Vi har fokus på tidlige indsatser og støtte til at kunne mestre hverdagen igennem hjælp til selvhjælp og hjælp til træning af basale færdigheder.
- Vi har fokus på forebyggelse og håndtering af stress i alle aldersgrupper
- Vi prioriterer indsatser der forebygger ensomhed, eksempelvis igennem tildeling af §18 midler

Vi er godt på vej når:

- Andelen af borgere der oplever ensomhed falder
- Allerød Kommunes sundhedstilstand viser, at andelen af borgere med overvægt reduceres
- Borgere med én eller flere kroniske sygdomme mødes af en koordineret og helhedsorienteret indsats

TEMA 2: LIGHED I SUNDHED

I Danmark har der i de sidste 20 år været en stigende ulighed i sundhed – det gælder også i Allerød Kommune. Uligheden betyder, at der er grupper af borgere, som bliver mere syge, dør tidligere og har dårligere livskvalitet, end resten af befolkningen.

Der er flere forhold, som har betydning for uligheden; f.eks. uddannelsesniveau, indkomst, tilknytning til arbejdsmarkedet, hvorvidt man har gode familieforhold og indgår i andre fællesskaber. Nogle borgere oplever desuden særlige vanskelige forhold i livet eller opvæksten som f.eks. misbrug eller omsorgssvigt. På den måde har hele borgerens sociale situation en stor betydning for borgerens sundhed og trivsel.

I Allerød Kommune tager vi særligt hånd om de borgere, der har vanskelige livsbetingelser og opvækstvilkår. Vi skal gøre en indsats for at bryde den negative sociale arv, når det gælder usund livsstil, misbrug, dårlig trivsel, omsorgssvigt, lavt uddannelsesniveau, ringe tilknytning til arbejdsmarkedet og sociokulturelle barrierer.

Det betyder at:

- Vi er særlig opmærksom på de mest sårbare familier og borgere og tilbyder hjælp og støtte ud fra en helhedsorienteret indsats.
- Indsatserne tilpasses borgerne, deres ressourcer, ønsker, behov og muligheder.
- Vi arbejder målrettet på at borgerne oplever, at kommunens sundhedsindsats er med til at øge deres viden, så de aktivt kan træffe det sunde valg.
- Vi sikrer, at borgerne oplever, at de har nem adgang til kommunens sundhedstilbud, sociale tilbud og idræts- og kulturtilbud.

- Børn og unge fra familier uden tradition for idræts- og foreningstilbud støttes og opfordres til deltagelse.
- Unge, der er i risiko for at droppe ud af deres uddannelse, opdages tidligt og tilbydes støtte.
- Vi prioriterer indsatser der forebygger ulighed i sundhed, eksempelvis igennem tildeling af §18 midler
- Tildelingen af midler fra læringsmiljøpuljen på børne- og ungeområdet støtter særligt tiltag der hjælper med at træffe sunde valg og være fysisk aktiv
- Forenings- og kulturlivet oplever flere sårbare borgere i fællesskaberne

Vi er godt på vej når:

- Sårbare individer og familier mødes af en helhedsorienteret indsats
- Flere borgere er en del af sociale fællesskaber
- Når Allerød Kommunes sundhedsprofil viser, at lighed i sundhed udvides over tid

TEMA 3: DE GODE RAMMER

Temaet er opdelt i hhv. afsnit om fysiske rammer og strukturelle rammer. Med strukturelle rammer menes i bred forstand f.eks. institutionelle- og kulturelle rammer samt råd, regler eller lokale politikker.

Sundhed handler om meget mere, end hvad den enkelte selv vælger til eller fra i dagligdagen. Det handler også om de rammer for sundheden, vi sammen skaber. De strukturelle forhold i samfundet og fysiske rammer i nærmiljøet, som f.eks. daginstitutioner, skoler, arbejdspladser, kultur- og idrætslivet har stor betydning for vores liv og hverdag. Også kommunens natur, støj og luftforurening påvirker borgernes sundhed, ligesom den fysiske indretning og tilgængelighed i byen er væsentlig for, hvordan borgerne bruger byen til aktiviteter, fordybelse og ro.

De fysiske rammer

Planlægningen og indretningen af vores byer og grønne områder skal medvirke til at understøtte fællesskaber og fremme fysisk udfoldelse. Vi skal have god adgang til grønne områder for gående, cyklende og ridende. Derudover prioriteres det at udvikle mødesteder i naturen, som f.eks. landgangs- og opholdsbroer, badesteder, lejrpladser og overnatningssteder, motions- og cykelstier. Der er fokus på at styrke den aktive transport, for derigennem at fremme aktivitet i hverdagen og en grøn bæredygtig udvikling. Vi indretter vores kommune med stort fokus på tilgængelighed for de bløde trafikanter.

De strukturelle rammer

Gode rutiner og den rette organisering er et vigtigt fundament for vores sundhed. I Allerød Kommune har vi fokus på at etablere strukturelle rammer i vores dagsinstitutioner og skoler, ældreplejen samt på de kommunale arbejdspladser, der sikrer gode vaner i forhold til kost, måltidskultur samt hygiejne.

Måltidet er ofte et af dagens højdepunkter. Uanset om man er barn eller ældre har maden afgørende betydning for vores sundhed, trivsel og velvære.

I de kommunale afdelinger, institutioner og virksomheder har vi fokus på økologi, at undgå madspild samt brug af lokale og sæsonbestemte råvarer.

Fødevarestyrelsens officielle kostråd danner udgangspunkt for alle måltider, der serveres i kommunalt regi. På den måde sikrer vi en høj kvalitet, og at de kostfaglige retningslinjer overholdes. Den gode måltidskultur handler også om social bæredygtighed. Når vi samles om et godt måltid, så oplever vi fællesskab og samvær. Vi har fokus på at skabe rammer, der udfolder alle potentialerne ved det gode måltid, såsom nydelse, smag, kvalitet, fællesskab og samvær.

Mangelfuld hygiejne bidrager til udbredelsen af smittsomme sygdomme og resistente mikroorganismer. Infektioner kan være en stor belastning for den enkelte borger, men rammer også samfundet i form af sygefravær og tabt arbejdsevne samt udgifter til behandling og pleje. Særligt for borgere, der i forvejen er syge og svækkede, kan smittespredning have alvorlige konsekvenser. Der er derfor et stort forebyggelsespotentiale ved at undgå smittespredning.

Det betyder at:

- Vi har fokus på at vores grønne og urbane omgivelser skal inspirere til bevægelse.
- Borgernes kendskab og adgang til natur, landskab og grønne områder skal styrkes.
- Vi arbejder med at fremme en sund og naturlig bevægelseskultur i alle kommunens institutioner
- Vi sikrer at børn og unge kan færdes i røg- og alkoholfrie miljøer, så rygestart forebygges og alkoholdebuten udskydes.
- Vi tænker sundhed og infektionsforebyggelse ind i forbindelse med nybyggeri eller

om-bygninger af offentlige bygninger i forhold som arkitektur, lysforhold, støj og samspil med naturen.

- Der er fokus på forebyggelse og håndtering af spredning af resistente eller særlig alvorlige og smitsomme mikroorganismer
- Vi skaber en mad- og måltidskultur, hvor det sunde valg er et let og attraktivt valg – i hverdagen, på arbejdspladsen og i de kommunale institutioner.
- Vi tilstræber bæredygtig og miljøbevidst adfærd i alle kommunens afdelinger og institutioner. Der er fokus på økologi, ressourceoptimering og genbrug.
- Vi har en tværgående hygiejneorganisation, der sikrer tilgængelig infektionsforebyggende viden, planlægger målrettede indsatser samt implementerer Sundhedsstyrelsens Hygiejnepakke.

Vi er godt på vej når:

- Tiltag der vedrører fysiske rammer i kommunen tager afsæt i, at borgerne skal have flere og bedre muligheder for at træffe sunde valg
- Motion og bevægelse i kommunens tilbud udvikles yderligere
- Når det grønne og sunde alternativ, bliver det foretrukne valg
- Forebyggelse af smitsomme sygdomme nedbringer antallet af sygdomstilfælde

FRA POLITIK TIL HVERDAG

Et fælles grundlag og en politik, der lever

Med Allerød Kommunes Sundhedspolitik for 2021-2024 har byrådet sat en overordnet ramme for, hvordan kommunen vil arbejde og prioritere på sundhedsområdet. Politikken har fokus på en bred forståelse af sundhed, lighed i sundhed samt at vi får skabt de rette rammer, så der er mulighed for at træffe sunde valg.

Sundhedspolitikken forpligter alle aktører på tværs af området. Det politiske niveau forpligter sig til altid at have politikken for øje i byråds- og udvalgsarbejdet. Lederne forpligter sig til at, at give medarbejderne de rette forudsætninger i form af rammer og retningslinjer. Medarbejderne forpligter sig til at anvende politikken som rettesnor i den daglige drift. Borgerne opfordres til at tage aktiv del i den fælles mission om et godt og sundt liv for alle, og kan i sundhedspolitikken opnå viden om den politiske retning.

Allerød Kommunes Sundhedspolitik er en fælles aftale og et dokument, der forpligter og forplanter sig ud i alle dele af organisationen.

I byrådsperioden 2022-2025 sættes rammer for, at alle fagudvalg arbejder med at indarbejde sundhedspolitikken inden for udvalgenes ansvarsområder.

Sundheds, Velfærd og Beskæftigelsesudvalget ønsker, at der i den kommende byrådsperiode er et særligt politisk fokus på børn og unges trivsel samt stressramte borgere. Udvalget følger løbende op på sundhedspolitikken implementering ved at indgå i dialog med de øvrige fagudvalg om implementeringen.



Allerød
Kommune

Allerød Rådhus
Bjarkesvej 2
3450 Allerød

Tlf. +45 48 10 01 00
Kommunen@allerod.dk
allerod.dk

Følg Allerød Kommune på:
 facebook.com/alleroed
 dk.linkedin.com/company/allerod-kommune