

# SAMMEN OM SUNDHED OG TRIVSEL I GLOSTRUP

2024 - 2032

# UDKAST

**GLOSTRUP**  
K O M M U N E

# INDHOLD

- 3 Indledning
- 5 Sådan skal politikken læses
- 6 Pejlemærker
  - 6 Pejlemærke 1: Et sundt liv med mental sundhed uden sygdom
  - 8 Pejlemærke 2: Et børne- og ungeliv i trivsel
  - 10 Pejlemærke 3: Et senior liv med deltagelse, mestring og livskvalitet
  - 12 Pejlemærke 4: Et godt hverdagsliv trods kronisk sygdom
  - 14 Pejlemærke 5: Inkluderende, tilgængelige og trygge rammer der fremmer et sundt liv
- 16 Principper
  - 16 Princip A: Lighed i sundhed
  - 17 Princip B: Tidlig indsats på flere niveauer
  - 17 Princip C: Sammen om sundhed
  - 18 Princip D: Prioritering og effekt
  - 19 Princip E: Synlighed



# INDLEDNING

Vores sundhed og trivsel er afgørende for, at vi kan leve det liv, vi ønsker. Sundhed handler om at have det godt – både fysisk, psykisk og socialt. Sundhed er ikke et mål i sig selv – men et middel til god livskvalitet og dét at være i stand til at gøre de ting, vi hver især ønsker.

Som kommune tager vi ansvar og prioriterer rammer og tilbud til borgerne, der kan understøtte dem til at leve et sundt og godt liv samtidig med, at vi skal hjælpe de borgere, der er udfordret på deres helbred – enten fysisk, psykisk eller socialt.

Glostrup Kommunes politik for sundhedsfremme og forebyggelse ”*Sammen om sundhed og trivsel i Glostrup*” skal skabe et fælles ståsted for prioritering, hvorfra sundhedsfremmende og forebyggende indsatser i Glostrup Kommune skal udspringe. Politikken har til formål at pege på de vigtigste sundhedsudfordringer, vi har i Glostrup Kommune, og sætte en retning for det forebyggende arbejde på tværs af Kommunalbestyrelse, fagudvalg, kommunale fagområder, civilsamfund, private aktører og borgere. Politikken er dermed en fælles politik på tværs af alle forvaltningsområder, da sundhed og forebyggelse er vores fælles ansvar.

Sundhedsfremme og forebyggelse virker desværre ikke fra den ene dag til den anden, og resultaterne af indsatserne skal ses i et længere tidsperspektiv. I Glostrup Kommune tror vi på sundhedsfremme og forebyggelse som en langsigtet investering, og derfor er politikken gældende til og med 2032.

**Forebyggelse:**  
**Lægge år til livet**

**Sundhedsfremme:**  
**Lægge liv til årene**

## Sådan er politikken for sundhedsfremme og forebyggelse blevet til

I 2022 besluttede Kommunalbestyrelsen at nedsætte et 2-årigt Opgaveudvalg under Styrelseslovens §17, stk. 4. Opgaveudvalget havde til formål at udarbejde et udkast til en politik for sundhedsfremme og forebyggelse, der skulle erstatte den eksisterende Sundhedspolitik fra 2013. Opgaveudvalget har afholdt 5 workshops, hvor udvalgte temaer er blevet drøftet. Temaerne er udvalgt på baggrund af specifikke data fra Glostrup Kommune. På de forskellige workshops har der været inddraget forskellige deltagere herunder folkeskoleelever, fagpersoner, repræsentanter fra Seniorråd og Handicapråd samt eksterne fageksperter. De har alle været med til at belyse temaerne fra forskellige vinkler. Alt dette har resulteret i denne politik *"Sammen om sundhed og trivsel i Glostrup"*.

## Hvordan skal politikken gavne borgerne?

For hvert af de fem pejlemærker, som politikken indeholder, er en handleplan. Hver handleplan indeholder tre dele: et **signaturprojekt**, som forventes løbe over mindst 4 år, **mindre projekter**, samt **eksisterende indsatser**, der allerede findes i Glostrup Kommune. Ved at arbejde med nye projekter samtidig med, at vi målretter og kvalificerer de indsatser, der allerede er, kan vi løfte forebyggelsesindsatsen i Glostrup Kommune og få skabt bedre betingelser for borgernes sundhed og trivsel.

Glostrup Kommunes politik for sundhedsfremme og forebyggelse *"Sammen om sundhed og trivsel i Glostrup"* er bygget op ud fra fem **principper** og fem **pejlemærker**.

8 4 1

Glostrup Kommunes politik for sundhedsfremme og forebyggelse *"Sammen om sundhed og trivsel i Glostrup"* er gældende i **8** år.

Hvert **4.** år skal Kommunalbestyrelsen evaluere politikken, så det sikres, at politikken pejlemærker er aktuelle for Glostrup Kommunes borgere.

**Hvert år** inden sommerferien gives en status til Kommunalbestyrelsen på projekter og tiltag, der udspringer af politikken.

# SÅDAN SKAL POLITIKKEN LÆSES

Glostrup Kommunes politik for sundhedsfremme og forebyggelse består af fem pejlemærker og fem principper. De fem pejlemærker i denne politik skal danne retning for, og bidrage til at prioritere den sundhedsfremmende og forebyggende indsats i Glostrup Kommune i de kommende otte år. Pejlemærkerne skal ses som fokusområder, der er udvalgt på baggrund af specifikke data for Glostrup Kommune, faglige betragtninger, nationale tendenser, drøftelser i Opgaveudvalget for forebyggelse og lokale politiske prioriteringer.

Pejlemærkerne i politikken ”Sammen om sundhed og trivsel i Glostrup” er:

1. **Et sundt liv med mental sundhed uden sygdom**
2. **Et børne- og ungeliv i trivsel**
3. **Et seniorliv med deltagelse, mestring og livskvalitet**
4. **Et godt hverdagsliv trods kronisk sygdom**
5. **Inkluderende, tilgængelige og trygge rammer der fremmer et sundt liv**

De fem principper i politikken skal ses som måder, hvorpå vi vil arbejde med sundhedsfremme og forebyggelse i Glostrup Kommune. Principperne er arbejdsmetoder for de fem pejlemærker. Principperne skal medvirke til at kvalitetssikre og målrette nye og eksisterende indsatser, der udspringer af politikken pejlemærker. De fem principper er udvalgt på baggrund af drøftelser i Opgaveudvalget for forebyggelse og fordi der er bevis for, at disse arbejdsmetoder virker, når sundhed og trivsel skal fremmes i en kommunal sammenhæng.

Principperne i politikken ”Sammen om sundhed og trivsel i Glostrup” er:

- A. **Lighed i sundhed**
- B. **Tidlig indsats på flere niveauer**
- C. **Sammen om sundhed**
- D. **Prioritering og effekt**
- E. **Synlighed**

Vi tror på, at vi med disse pejlemærker og principper, kan skabe de bedste betingelser for borgernes sundhed og trivsel i Glostrup Kommune – uanset borgernes alder og livssituation.

# PEJLEMÆRKER

I det følgende uddybes de fem pejlemærker med *data*, *hvad vi vil* og *hvordan der følges op*.

## PEJLEMÆRKE 1

### Et sundt liv med mental sundhed uden sygdom

I Glostrup Kommune vil vi fokusere på forebyggelse af fysisk og psykisk sygdom blandt alle aldersgrupper. Vi vil lave indsatser, der på sigt giver borgerne i Glostrup Kommune bedre mulighed for at leve et aktivt og meningsfuldt liv uden sygdom.

Sundhed handler om mere end blot at undgå sygdom. Det handler om at trives i dagligdagen, have en følelse af at kunne håndtere hverdagens udfordringer og indgå i fællesskaber med andre. De senere år er der sket en generel stigning i mistrivsel. Dårlig mental sundhed har store konsekvenser for vores generelle sundhed og trivsel. Borgere med dårlig mental sundhed har større risiko for at udvikle sygdom – både fysisk og psykisk. Omvendt er der også en højere risiko for dårlig mental sundhed, hvis man lider af en sygdom eller overvægt. Der er også en sammenhæng mellem mistrivsel og afhængighed af fx alkohol, som går begge veje. Generelt spiller bl.a. tobaks- og rusmiddelforebyggelse en vigtig rolle for at forebygge sygdom og mistrivsel.

Indsatser, der fremmer den mentale sundhed og trivsel favner bredt, og skal derfor også skabes på tværs af kommunens forvaltningsområder fx børn & unge, beskæftigelse, byplanlægning, handicap & psykiatri, ældre, kultur, idræt og fritid mv. I Glostrup Kommune vil vi fokusere på at fremme mental sundhed og trivsel på tværs af borgernes alder. Vi vil også have særligt fokus på de overgange, som borgerne oplever livet igennem fx fra dagtilbud til skole, fra skole til ungdomsuddannelse, fra aktiv beskæftigelse til sygemelding eller fra arbejdsliv til pension. I sådanne overgange kan borgerne have brug for støtte til at finde sig til rette i den nye situation eller indgå i nye fællesskaber. Endelig vil vi arbejde sammen med andre kommuner og sektorer samt frivillige, foreninger og erhvervslivet for at sikre kvalitet og sammenhæng i indsatserne. I Glostrup Kommune ser vi det derfor som et mål i sig selv at fremme borgernes mentale sundhed. Men samtidig er det også et middel til at fremme andre faktorer såsom forbedret sundhedstilstand, indlæring, øget beskæftigelse og nedsat sygefravær.

### **Eksempler på data for Glostrup Kommune (borgere over 16 år)**

33% af borgerne i Glostrup Kommune har en høj score på stressskalaen. Dette svarer til 5.900 borgere

8,1 % af borgerne i Glostrup Kommune er meget generet af angst-symptomer de seneste 14 dage svarende til 1.500 borgere.

54 % af borgerne i Glostrup kommune har overvægt Det svarer til 9.500 borgere. Heraf har 3.400 borgere svær overvægt. Regionsgennemsnittet for borgere med overvægt er på 47 %.

Ca. 15 % af borgerne i Glostrup Kommune drikker over 10 genstande alkohol om ugen. Det svarer til 2.600 borgere

6,6 % af borgerne i Glostrup Kommune ryger mindst 15 cigaretter dagligt. Det svarer til 1.200 borgere

*(Kilde: Sundhedsprofil for Kommuner og Region Hovedstaden 2021)*

### **I Glostrup Kommune vil vi:**

- Skabe og understøtte forskellige former for fællesskaber
- Udvikle og justere tilbud til borgere i mistrivsel, således tilbuddene også fremmer borgernes egne ressourcer og fx øger deres tilknytning til arbejdsmarkedet
- Understøtte borgerne i forskellige overgange i livet
- Udvikle de tilbud, der er målrettet borgernes fysiske helbredstilstand med trivsel og mestring som mål

### **Vi vil følge op på, at:**

- Færre borgere i Glostrup Kommune skal føle sig stressede
- Færre borgere i Glostrup Kommune skal føle sig ensomme
- Færre borgere vurderer deres livskvalitet dårlig eller meget dårlig
- Færre borgere har et ugentligt forbrug af alkohol på over 10 genstande
- Færre borgere er overvægtige
- Flere borgere i Glostrup Kommune ser sig som en del af et fællesskab



# PEJLEMÆRKE 2

## Et børne- og ungeliv i trivsel

Børn og unges opvækstvilkår og tidlige udvikling har stor indflydelse på deres helbred senere i livet. I Glostrup Kommune har vi øje for børn og unges tidlige udvikling, miljø og skolegang, der både har direkte og indirekte betydning for deres helbred. Forældrene har et stort ansvar i forhold til deres børns trivsel, men i kraft af kommunens position tæt på det levede hverdagsliv, er der også her en stor mulighed for at fremme trivsel og sundhed hos fremtidige generationer, fx gennem tidlige indsatser.

I Glostrup Kommune vil vi fremme betingelser og muligheder der styrker et godt børne- og ungeliv, hvor de støttes i at mestre deres hverdag. Vi vil have fokus på at styrke de fællesskaber børn og unge indgår i. Desuden vil vi i Glostrup Kommune forebygge at børn og unge senere i livet udvikler livsstilssygdomme ved at have sundhedsfremmende rammer og tilbud der inviterer til, at det sunde valg er det lette valg.



### Eksempler på data fra Glostrup Kommune

86,7 % af folkeskoleleverne i Glostrup Kommune ligger i den højeste trivselskategori, og har derfor en generel høj trivsel. Dvs. i en klasse med 22 elever vil 19 af eleverne være i den højeste trivselskategori

Andelen af piger, der ikke har det godt i skolen, er væsentligt højere end drengene i udskolingen.

5,7 % af pigerne og 2,8 % af drengene i udskolingen ryger cigaretter. For begge køn fordobles %-satsen når det gælder e-cigaretter, puff bars, vapes eller lignende. I 9. klasserne ryger 11% cigaretter, 14,6 ryger e-cigaretter og 7 % bruger snus til dagligt eller af og til.

2,4% af drengene og 5,2% af pigerne har prøvet at føle sig presset til at drikke mere alkohol end de havde lyst til

87 % af 9. klasserne bevæger sig dagligt, så de bliver forpustet

*Kilde: Ungeprofilundersøgelsen 2023/2024 for 7., 8. og 9. klasse i Glostrup Kommune*

### I Glostrup Kommune vil vi:

- Understøtte inkluderende og sundhedsfremmende fællesskaber for børn og unge
- Understøtte børn og unges overgange, også fra ung til voksen
- Understøtte at børn og unge har trygge og sunde rammer i deres hverdag med tydelige voksne, der kan bidrage til mental og fysisk trivsel
- Forebygge at børn og unge benytter tobak, nikotin, alkohol og andre rusmidler
- Nem adgang til støtte og vejledning for børn og unge med trivselsproblematikker

### Vi vil følge op på, at:

- Børn og unge øger deres fysiske aktivitet i både skole og fritidsliv
- Flere børn og unge i Glostrup Kommune skal trives
- Kommunale tilbud der har med børn og unge at gøre, i videst muligt omfang er nikotinfri
- Færre unge bruger rusmidler



# PEJLEMÆRKE 3

## Et seniorliv med deltagelse, mestring og livskvalitet

Generelt lever vi længere, og andelen af ældre i vores befolkning vokser. Det gælder også i Glostrup Kommune. Med en voksende ældre befolkning er det vigtigt, at vi har fokus på ældres sundhed og trivsel samt på kvaliteten af de ekstra leveår. Sund aldring betyder, at borgere, der bliver ældre, bevarer et godt funktionsniveau og en god helbredstilstand. Her er det også vigtigt med et fokus på rehabilitering, så borgeren får støtte til at fastholde og styrke sin funktionsevne gennem seniorlivet.

En sund aldring skal med andre ord gøre det muligt for ældre borgere at være eller gøre dét, der føles meningsfuldt for dem.

I Glostrup Kommune vil vi have fokus på at skabe de bedste forudsætninger for en sund aldring blandt den ældre borgergruppe. Vi vil skabe indsatser, der fremmer fysisk, mental og social sundhed. Dette kan gøres på mange måder - f.eks. i form af tilgængelige og trygge gå- og cykelruter i kommunen, der bl.a. giver borgerne mulighed for at bevæge sig i naturen, eller ved at skabe gode betingelser for, at borgerne kan indgå i inkluderende fællesskaber, og lave meningsfulde aktiviteter sammen med andre.





## Rehabilitering:

Formålet med rehabilitering er at gøre det muligt for borgeren at leve et meningsfuldt liv med bedst mulig aktivitet og deltagelse, mestring og livskvalitet. Rehabilitering er målrettet borgere, som oplever eller er i risiko for at opleve begrænsninger i deres fysiske, psykiske, kognitive og/eller sociale funktionsevne og dermed i hverdagslivet.

(Kilde: Rehabiliteringsforum Danmark: "Hvidbog om rehabilitering", 2022)

## Eksempler på data for Glostrup Kommune:

I Glostrup Kommune har 3.500 borgere et mindre godt eller dårligt selv vurderet helbred. Af disse borgere er 31 % over 65 år.

I Glostrup Kommune har 6.600 borgere skærmtid i 4 timer eller mere dagligt. Af disse borgere er 47 % over 65 år.

I Glostrup Kommune har 3.900 borgere lav fysisk aktivitet. Af disse borgere er 30 % over 65 år.

Ca. 20 % af borgerne over 80 år viser tegn på social isolation (regionsgennemsnit, ikke Glostrup-data).

Ud af de 4.342 borgere over 65 år i Glostrup Kommune blev 330 indlagt i 2023 med en forebyggelig indlæggelse. Det svarer til 7,6 %.

(Kilde: Faktaark for Kommuner og Region 2021, Sundhedsprofil 2021, Sundhedsdata på tværs)

## I Glostrup Kommune vil vi:

- Tilbyde inkluderende fællesskaber for ældre borgere
- Have fokus på opsporing og tidlig indsats på tværs af de kommunale fagområder
- Forebygge, formindske og kompensere for funktionsbegrænsende aldersforandringer
- Tilbyde forskellige muligheder for rehabilitering målrettet borgernes behov

## Vi vil følge op på, at:

- Flere borgere over 65 år i Glostrup Kommune skal vurdere at de har et godt helbred
- Færre borgere over 65 år i Glostrup Kommune skal have lav fysisk aktivitet
- Færre borgere over 65 år har behov for visiteret hjælp (praktisk hjælp og personlig pleje)
- Færre forebyggelige indlæggelser af borgere over 65 år

# PEJLEMÆRKE 4

## Et godt hverdagsliv trods kronisk sygdom

Generelt bliver flere og flere borgere ramt af en kronisk sygdom end tidligere. Dette gælder også for borgerne i Glostrup Kommune.

Kronisk sygdom kan både være fysisk og psykisk, og medfører ofte begrænsninger i hverdagen f.eks. i form af nedsat livskvalitet, tab af funktionsevne og social isolation.

Som kommune har vi en vigtig opgave i at forebygge, at kronisk sygdom overhovedet opstår, men også at behandle, rehabilitere og undgå forværring hos de borgere, der allerede er ramt af sygdom.

Vi vil have fokus på at skabe trivsel, accept og undgå yderligere forværring af sygdom hos de borgere, der allerede er blevet ramt af sygdom. Det forudsætter, at vi arbejder på tværs af kommunes forvaltningsområder og har fokus på tidlig opsporing. Men vi kan som kommune ikke løfte opgaven alene. Derfor skal vi have et godt og tæt samarbejde med civilsamfundet, de praktiserende læger, hospitaler mv.



### **Eksempler på data fra Glostrup Kommune:**

Forekomsten af 7 ud af de 12 udvalgte kroniske sygdomme fra Sundhedsprofilundersøgelsen ligger signifikant højere i Glostrup Kommune end gennemsnittet i Region Hovedstaden

6,7 % af borgerne i Glostrup Kommune lider af diabetes. Dette svarer til 1.300 borgere. Mod Region Hovedstaden 5,3 %

4,3 % af borgerne i Glostrup Kommune lider af hjertesygdom. Det svarer til 800 borgere. Mod Region Hovedstaden 3,6 %

7,5 % af borgerne i Glostrup Kommune lider af behandlingskrævende depression. Dette svarer til 1400 borgere. Mod Region Hovedstaden 6,4 % Af disse borgere er 11 % over 65 år.

*(Kilde: Sundhedsprofil- Kronisk sygdom 2021 for Kommuner og Region Hovedstaden)*

### **I Glostrup Kommune vil vi:**

- Fokuserer på tidlig opsporing på tværs af fagområder og samarbejdspartnere
- Have indsatser målrettet forebyggelse af sygdom og forebyggelse af forværring ved sygdom
- Styrke samarbejdet med praktiserende læger, hospitaler og andre kommuner
- Understøtte, at borgere med flere kroniske sygdomme oplever sammenhæng i forløb
- Synliggøre og udvikle vores tilbud, således en større andel af borgere med kronisk sygdom deltager på kommunale sundhedstilbud herunder forløbsprogrammer for kronisk sygdom

### **Vi vil følge op på, at:**

- Der kommer færre nytilkomne tilfælde af borgere med kroniske sygdomme
- En større andel af borgere med kronisk sygdom deltager i kommunale tilbud
- Borgere der benytter kommunale tilbud vil opleve sammenhæng i deres forløb



# PEJLEMÆRKE 5

## Inkluderende, tilgængelige og trygge rammer der fremmer et sundt liv

De omgivelser vi befinder os i, har stor betydning for vores sundhed – både fysisk, psykisk og socialt. Hvis vi færdes i omgivelser, der indbyder til aktivitet, leg, sund mad, inkluderende fællesskaber, at være i naturen mm. vil det have en positiv påvirkning på vores sundhed.

Mange borgere i Glostrup befinder sig fra tid til anden indenfor kommunens rammer fx i daginstitutioner, i skoler, til fritidsaktiviteter, på ældrecentre mm. Her har vi en stor mulighed for at skabe de bedste betingelser for sundhed og trivsel ved at tilbyde gode, åbne og inkluderende sundhedsfremmende rammer. Vi kan f.eks. understøtte, at der er inkluderende rammer i institutioner, foreninger mm., så borgerne i Glostrup Kommune har lyst og mulighed for at indgå i fællesskaber med andre. Vi kan indtænke bevægelse og leg for alle aldre, når byens rum skal udvikles og indrettes, og vi kan sikre, at borgerne har let adgang til grønne områder – uanset, hvor de bor i kommunen.





### Eksempler på data for Glostrup Kommune:

62 % af borgerne i Glostrup Kommune opfylder ikke WHO's minimumsanbefaling for fysisk aktivitet. Dette svarer til 10.800 borgere

41 % af borgerne i Glostrup Kommune sidder mindst 4 timer foran skærmen i deres fritid. Dette svarer til 6.600 borgere.

37 % af eleverne i udskolingen i Glostrup Kommune går sjældent eller aldrig til sport i en forening eller klub.

*(Kilder: Sundhedsprofil for Kommuner og Region Hovedstaden 2021 og Ungeprofilundersøgelsen 2023/2024 for 7., 8. og 9. klasse i Glostrup Kommune)*

### I Glostrup Kommune vil vi:

- Samarbejde med foreninger, så alle borgere i Glostrup Kommune har mulighed for at indgå i et fællesskab uanset alder og livssituation
- Skabe gode betingelser for, at borgere i Glostrup Kommune bevæger sig mere i hverdagen
- Understøtte, at borgerne i Glostrup Kommune har lige adgang til bevægelse, samvær og udfoldelse i byens rum
- Fremme røg- og nikotinfri miljøer på kommunale udearealer og udearealer i foreningslivet fx på idrætsfaciliteter, legepladser, kulturinstitutioner og arbejdspladser

### Vi vil følge op på, at:

- Flere borgere i Glostrup Kommune skal bevæge sig mere i hverdagen
- Flere udearealer skal indbyde til fysisk aktivitet og samvær, særligt i de tætbebyggede boligområder
- Flere lokale tilbud skal være inkluderende, så borgere har mulighed for fysisk aktivitet og bevægelse uanset alder og livssituation

# PRINCIPPER

I det følgende præsenteres de fem principper som danner rammen for vores arbejde med *pejlemærkerne* og *hvordan* vi vil anvende principperne.

## Princip A: Lighed i sundhed

Det er ikke alle, der har de samme forudsætninger og muligheder for at leve det liv, som de ønsker. Social ulighed i sundhed handler ikke kun om en særlig udsat gruppes sundhedstilstand, men om at sundhed og sygdom generelt er skævt fordelt i samfundet. Dette gælder også i Glostrup Kommune. Derfor vil vi i Glostrup Kommune arbejde for, at alle skal have lige muligheder for et godt og sundt liv uanset alder, køn, sociale og økonomiske forskelle.

*Serviceoven* har til formål at fremme den enkelte borgers mulighed for at klare sig selv eller lette dagligdagen for derigennem at højne borgerens livskvalitet.

Ifølge *Sundhedslovens* §119, stk. 2 skal Kommunalbestyrelsen etablere forebyggende og sundhedsfremmende *tilbud* til borgerne.

Sundhedsstyrelsens nye *kvalitetsstandarder for kommunale forebyggelsestilbud til borgere med kronisk sygdom* sætter krav til, at forebyggelsestilbud differentieres med udgangspunkt i den enkelte borger.

### Sådan vil vi gøre:

- Have særlig opmærksomhed på, at indsatser og tilbud gavner den tredjedel af borgerne, der har de største sundhedsudfordringer ved at differentiere tilbuddene
- Have tilbud til specifikke målgrupper som fx gravide, unge, socialt udsatte mv.
- Fokuserer på, at nye indsatser bidrager til at skabe sundhedsfremme for alle borgere uanset livssituation og levevilkår

## Princip B: Tidlig indsats på flere niveauer

En tidlig indsats er at tilbyde den rette indsats på det rette tidspunkt. Tidlig indsats handler derfor ikke kun om at sætte ind tidligt i livet. Det handler også om at sætte tidligt ind i et sygdomsforløb, eller at kunne sætte tidligt ind de steder, hvor vi ved, at det kan have en påvirkning på borgernes sundhed og trivsel, fx i overgange i borgernes liv. Det kan være fra børnehave til skole, ved skilsmisse, fra aktiv på arbejdsmarkedet til pensionisttilværelsen, ved tab af ægtefælle eller at flytte fra eget hjem til ældrecenter. Jo tidligere vi sætter ind med støtte, vejledning og hjælp, jo større er chancen for, at vi kan fremme borgernes sundhed og trivsel på trods af deres livssituation.

*Dagtilbudsloven* skal fremme børn og unges trivsel, udvikling og læring samt forebygge negativ social arv og eksklusion. Dagtilbuddenes rammer har indflydelse på sunde vaner, og der er god mulighed for opsporing af begyndende mistrivsel.

*Sygedagpengeloven* har blandt andet til formål at medvirke til, at den sygemeldte genvinder sin arbejdsevne og vender tilbage til arbejdsmarkedet så hurtigt som muligt. Dette har et sundhedsfremmende og forebyggende sigte idet uddannelse og beskæftigelse er beskyttende faktorer for sundhed og trivsel.

### Sådan vil vi gøre:

- Gripe hurtigt ind og handle, når der er behov. Både tidligt i livet, og tidligt i et (sygdoms)forløb
- Tilbyde indsatser til borgerne og pårørende
- Fokuserer på, at tidlige forebyggende indsatser målrettet børn og unge skal inkludere hele familien

## Princip C: Sammen om sundhed

Kun i fællesskab kan vi skabe et sundere Glostrup. Sundhed rummer både et psykisk, socialt og fysisk aspekt. Derfor er sundhed også et fælles ansvar – både på tværs af kommunale fagområder, og i samarbejde mellem kommunen, borgerne og andre relevante aktører i Glostrup. I Glostrup Kommune tror vi på, at vi gennem partnerskaber og samarbejder kan skabe de bedste betingelser for sundhed og trivsel for borgerne i Glostrup. Når vi samarbejder og indgår i partnerskaber, skaber det flere ressourcer, en større viden og det giver mulighed for en bedre langsigtet forankring.



Ifølge Sundhedsloven § 119, Kommunalbestyrelsen har ansvaret for ved varetagelsen af kommunens opgaver i forhold til borgerne at skabe rammer for en sund levevis.

### Sådan vil vi gøre:

- Inkludere sundhed i alle relevante kommunale fagområder, politiske sager og politikker
- Indgå i partnerskaber med virksomheder om særlige indsatser målrettet arbejdspladser
- Samarbejde med foreninger og klubber, så vi sammen kan løfte den forbyggende indsats
- Fremme brobygning efter endt kommunale tilbud, så borgernes aktive deltagelse i fællesskaber fastholdes, fx ved at samarbejde med eksisterende frivillige tilbud fx i boligforeninger og i foreningslivet

## Princip D: Prioritering og effekt

I Glostrup Kommune vil vi tage afsæt i den nyeste viden, den stærkeste evidens og faglige erfaringer, når nye initiativer og indsatser udtænkes og igangsættes.

Vi vil arbejde med den nyeste data for at afdække, hvor forebyggelsespotentialerne er størst i Glostrup Kommune, inden vi igangsætter indsatser.

Samtidig vil vi sørge for at afdække lignende indsatser på tværs af kommunen, inden der udvikles nye. På denne måde sikrer vi, at vi får de mest effektive og målrettede indsatser til kommunens borgere.

*Sundhedsstyrelsens forebyggelsespakker* giver evidensbaserede forslag til, hvordan kommunerne kan etablere rammer og tilbud, der bidrager til at fremme sundhed og trivsel blandt kommunens borgere.

*Sundhedsprofilen for Region Hovedstaden* giver data om borgernes sundhed på kommuneniveau. Data er baseret på registerdata om diagnoser og medicinbrug samt en stor spørgeskemaundersøgelse blandt borgere over 16 år i regionen. Data fra Sundhedsprofilen gør det muligt for kommuner at arbejde med konkrete data om sundhedstilstanden blandt kommunens borgere. Sundhedsprofilen bliver udgivet hvert 4. år.

**Sådan vil vi gøre:**

- Undersøge, hvor problemerne og potentialerne er størst på baggrund af data for Glostrup Kommune
- Arbejde evidensbaseret og datadrevet fra start til slut
- Afdække eksisterende indsatser inden nye sættes i gang

## Princip E: Synlighed

Gode indsatser og tilbud til Glostrup Kommunes borgere kan kun få effekt, så længe den enkelte borger, fagperson mv. har mulighed for at få viden om og orientere sig i tilbuddene. Det samme gælder for kommunens nuværende og mulige samarbejdspartnere. Hvis der er et overblik eller en nem indgang til kommunen, vil vi potentielt have muligheder for at gøre Glostrup Kommune til en kommune, hvor borgerne er sunde og trives.

**Sådan vil vi gøre:**

- Udvide og øge tilgængeligheden på allerede eksisterende kommunikationskanaler som Folkebladet, informationstavler i kommunen, kommunens hjemmeside, samt sociale medier
- Benytte og udbrede allerede tilgængeligt materiale fx fra Sundhedsstyrelsen
- Ved borgerinddragelse indhente viden, så vi ved hvordan og hvor vi kan udvikle synlighed og tilgængelighed af vores tilbud

The background is a solid blue color with several large, white, curved lines that sweep across the page from the bottom left towards the top right, creating a sense of movement and depth.

GLOSTRUP KOMMUNE

2024