

OPDAG DIT LYDENS BY

kappel

Guld, Sølv & Ure

kappel

Guld & Sølv



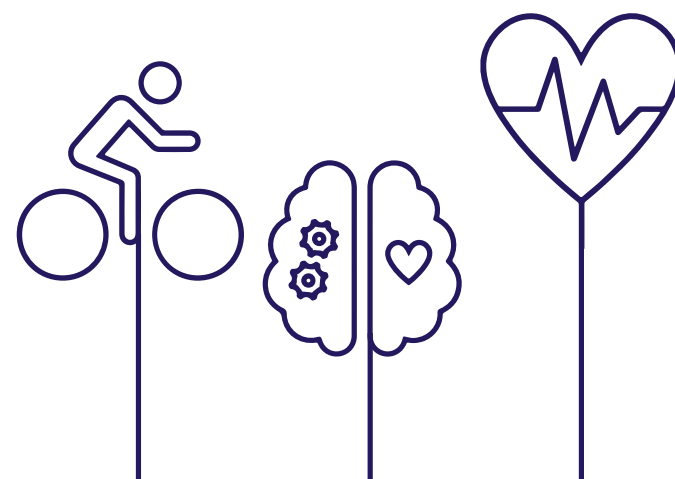
Sundhedsstrategi 2023-2030



STRUER
KOMMUNE

Indhold

Vores ambitioner for sundheden.....	1
Vores kendetegn og udfordringer.....	2
Hvad vil vi med sundheden?.....	3
Baggrund.....	4
Fokusområder.....	5
1. Sundhed i lokalområder.....	6
2. Forebyggelse og mestring af kronisk sygdom.....	8
3. Fremme af mental sundhed.....	10
Fra ord til handling.....	12



Vores ambitioner for sundheden

Struer Kommune har en vigtig opgave i at understøtte borgernes sundhed. At have det godt både fysisk og psykisk har stor betydning for, om borgerne kan leve et godt og sundt liv. Det handler også om at trives fysisk, mentalt og socialt. At have styrken og evnerne til at mestre en almindelig hverdag og håndtere de udfordringer, som livet nu engang byder på.

Sundhedsstrategien sætter en retning for dette vigtige arbejde. Vores ambition er at fremme sundheden for alle borgere, ved at tage hånd om sygdom og mistrivsel i tide og understøtte borgernes trivsel og mestring af livet.

'Hvordan har du det?' er en undersøgelse af helbred, trivsel og sundhedsvaner blandt borgere i Region Midtjylland i alderen fra 16 år og opefter. Undersøgelsen gennemføres hvert fjerde år. 'Hvordan har du det? 2021' viser, at der er behov for at sætte ind på flere områder, for at Struer Kommune bliver rustet til fremtiden.

Vi er nødt til at tænke radikalt anderledes end vi tidligere har gjort for at skabe bedre og mere lighed i sundheden i Struer Kommune. Samtidig efterspørger både borgere, politikere og medarbejdere, at der fokuseres på differentierede og lokale indsatser, hvor vi inddrager borgeren, foreningslivet, civilsamfundet og andre samarbejdspartnere i meget højere grad end nu.

Når vi tilrettelægger indsatserne i handleplanerne under sundhedsstrategien, så er vi i høj grad afhængige af samarbejdet med borgerne og de mange gode kræfter, der findes i civilsamfundet. Fx de mange foreninger, de frivillige – herunder ikke mindst pårørende, uddannelsesinstitutioner, virksomheder og andre aktører.

Det er vigtigt, at indsatserne har effekt, og at borgerne får mest muligt ud af indsatsen. Sundhedsstrategien er en overordnet strategi for alle borgere, men den skal også ses i sammenhæng med kommunens øvrige politikker og strategier, herunder 'Strategi for lokalområder', 'Kultur og fritidspolitik', 'Fritidsstrategi' og 'Børne Ungepolitik'



Steen Jakobsen

Formand for Social- og Sundheds- og Arbejdsmarkedsudvalget
September 2023

Vores kendetegn og udfordringer

Tæt på kendetegner det at bo i Struer Kommune – det nære, trygge og lokale. Struer Byråd fremlagde i planstrategien fra 2019 'TÆT PÅ fremtidens Struer Kommune' en vision om at være TÆT PÅ – tæt på mennesker, teknologi og natur.

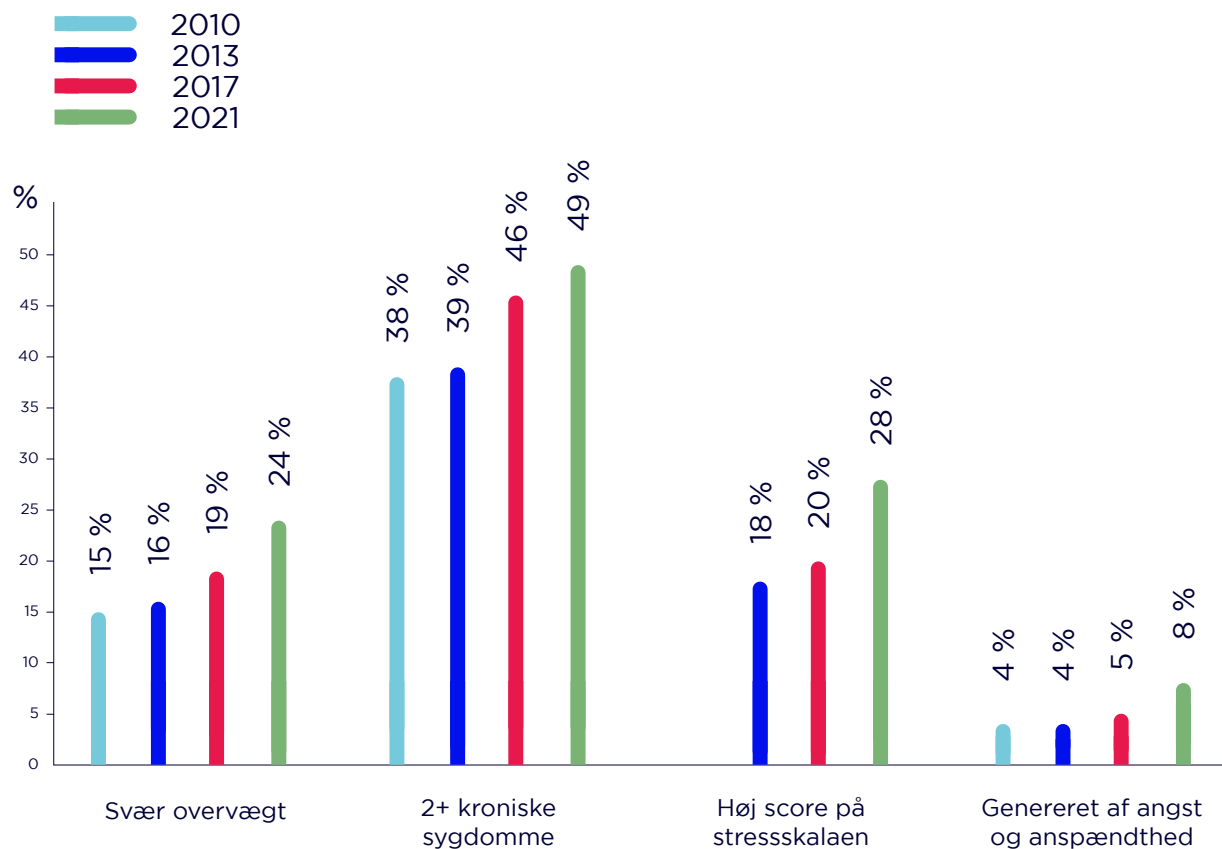
Struer Kommune er præget af en iværksætter-ånd. Vi er kendt for vores styrkeposition inden for lyd og teknologi. Lydens By er kommunens fælles fortælling.

Vi er en kommune, der er kendetegnet ved en skøn natur overalt. Der er aktive lokalområder og foreninger med ildsjæle. Det er en klar styrke, at vi let kan samle kræfter til at sætte liv i projekter og det skaber mulighed for et nært gensidigt samarbejde.

En del af borgerne i Struer Kommune er sunde og trives. De lever et aktivt og godt liv. Men samtidig er vi nødt til at erkende, at ikke alle har lige vilkår for at leve et sundt liv hvor de trives i deres hverdag. Vi har store geografiske og socioøkonomiske forskelle, hvilket har betydning for borgernes sundhedsadfærd og sundhedstilstand.

Vi ser en bekymrende tendens til, at vi på nogle områder bevæger os i den forkerte retning, fx er der i 2021 flere svært overvægtige end tidligere. Den udvikling ønsker vi at vende.

Udvalgte risikofaktorer i 2010, 2013, 2017 og 2021 i Struer Kommune



Kilde: 'Hvordan har du det? 2021' - Sundhedsprofil for region og kommuner

Hvad vil vi med sundheden?

Formålet med Struer Kommunes Sundhedsstrategi 2023-2030 er at forbedre sundhedstilstanden og vende udviklingen. Vi ønsker at igangsætte konkrete handlinger på baggrund af hvad borgere, medarbejdere og andre samarbejdspartnere siger, samt fakta fra 'Hvordan har du det? 2021'.

Med strategien vil vi pege på de vigtigste sundhedsudfordringer og sætte en fælles retning for arbejdet på tværs af kommune og civilsamfund, faglige områder og fysiske rammer.

Strategien har **tre fokusområder**

- 1 **Sundhed i lokalområdet**
- 2 **Forebyggelse og mestring af kronisk sygdom**
- 3 **Fremme af mental sundhed**

Fokusområderne supplerer hinanden, og danner grundlag for en sammenhængende sundhedsindsats.

Den største effekt af det sundhedsfremmende og forebyggende arbejde opnås med flere indsatser på tværs.

Vision

Vi vil sammen fremme trivsel og mestring af livet ved at facilitere rammer for sund levevis, hvor og når det giver mening.

Vi vil tage hånd om sygdom og mistrivsel i tide ved sammen at skabe forebyggende og sundhedsfremmende indsatser, der matcher den enkeltes ressourcer og behov.



Baggrund

Sundhedsstrategien er blevet til på baggrund af en temaeftermiddag i foråret 2023 og fakta fra 'Hvordan har du det? 2021'. På temadagen gav borgere, lokale aktører, politikere og medarbejdere input til strategien.

Temadagen affødte forslag til helt konkrete sundhedsfremmende indsatser og tilgange, men også ideer der skal videreudvikles.

Derfor vil vi sammen i partnerskaber med borgere, civilsamfund og kommunale aktører arbejde i flere spor for at fremme lighed i sundheden.

Sundhed skabes der hvor livet leves. Vi vil samarbejde om at målrette indsatserne og gøre dem tilgængelige for alle dem der har behovet. Løbende vil nye metoder og løsninger til at tænke sundhed ind i alle sammenhænge blive udvikle

Vi ønsker at holde fast i den korte vej fra tanke til handling, som kendetegner tilgange og arbejdsgange i Struer Kommune.

Vi vil skabe fleksible sundhedstilbud når der opstår behov og der hvor behovet er.



Grafik: 'Hvis du med et ord skal sige hvad vi skal tage med videre, hvad skal det så være?'
Fælles afslutning på temadagen, som viser deltagernes ønsker til prioriteringer i Sundhedsstrategien.

"

Kommunen som facilitator til foreningslivet og private aktører
- Citat Temadag

“

"

Hvad har du brug for fremfor hvad
kan vi tilbyde
- Citat Temadag

“

"

Se og anerkend mulighederne i det eksisterende foreningsliv
- Citat Temadag

“



Fokusområder

1 Sundhed i lokalområdet

Lokalsamfund er der hvor borgerne bor og lever deres liv. Struer Kommune består af Struer by i midten, omkranset af fem lokalområder; Thyholm, Humlum/Resen, Venø, Langhøj og Hjerm. Hvert lokalområde er unik i størrelse, muligheder, styrker og udfordringer.

At se lokalområderne som en sundhedsfremmende arena giver mulighed for at styrke såvel borger, som lokalsamfundet ved at komme helt tæt på hverdagslivet, der hvor det udspiller sig.

Vi anerkender, at de enkelte lokalområder er forskellige, hvorfor vi skal turde at gøre noget forskelligt for at skabe mere lighed og retfærdighed i sundheden.

For at sikre den lokale tilgang vil vi agere sammen med blandt andre 'Kontaktudvalg for lokalområder', bestående af 10 borgerrepræsentanter som dækker kommunen geografisk, samt 2 politikere fra Kultur-, fritids- og Lokalområdeudvalget. Udvalget har til opgave at understøtte igangsættelse af nye udviklingstiltag i lokalområderne samt sikre at disse føres ud i livet.

Sammen har vi i lokalområderne mulighed for at målrette sundhedsindsatser og facilitere rammer for sund levevis til lige nøjagtig den gruppe af borgere, der bor der, som samtidig bygger på de strukturer og ressourcer, der allerede findes.

Vi ønsker lokale sundhedsindsatser, der skaber lokalt engagement, og når bredere ud, end vores generelle centralt placerede tilbud. Når relevant, vil vi anvende teknologi og digitale løsninger. Lokalområdet som arena er med til at vi sammen får øje for lokale perspektiver, så vi favner kompleksiteten i det levede liv.

I Struer Kommune er vi omgivet af dejlig natur - skov, eng, strand og vand er let tilgængeligt overalt. Erfaringer fra andre kommuner viser, at naturen er særlig velegnet som ramme for fællesskaber og samarbejde omkring sundhedsfremmende indsatser. Erfaringerne viser, at sundhedsforløb i naturen har stor værdi for samarbejdet mellem borgere og sundhedsaktørerne, som kommunen eller lokale foreninger.



EFFEKT

Vi ønsker, at borgeren skal opleve:

- **Lokale sundhedstilbud der skabes sammen**, så alle der har behov har mulighed for at deltage.
- **Sundhedsindsatser der skabes sammen**, hvor og når det giver mening.



MÅL

Sammen vil vi:

- **Etablere samarbejde** med 'Kontaktudvalg for lokalområder' omkring lokale sundhedsindsatser
- **Invitere lokale** foreninger til samarbejde omkring sundhedsfremmende og forebyggende indsatser.
- **Sikre let adgang** til tilbud om bl.a. fysisk aktivitet lokalt
- **Anvende teknologiske og digitale løsninger** for at komme tæt på hverdagslivet



”

Lokalområdet skal
opleve kommunen
som partner

- Citat Temadag

“

2 Forebyggelse og mestring af kronisk sygdom

Mange borgere der har en kronisk sygdom, lever et godt og meningsfuldt liv med deres sygdom. Men en del borgere med kronisk sygdom oplever fysiske, mentale og sociale begrænsninger og belastninger i deres hverdag.

Vi ved at stadig flere borgere lever med en eller flere kroniske sygdomme som fx diabetes, kræft, hjertekar og KOL. I Struer Kommune lider ca. halvdelen af borgerne af to eller flere kroniske sygdomme.

I Struer kommune har hver fjerde borger 2-5 risikable sundhedsvaner, dette er en stigning. Vi ved at udvikling og forværring af kroniske sygdomme, ofte hænger sammen med den enkeltes sundhedsvaner. Vi vil derfor sætte tidligt ind og forebygge, at kronisk sygdom opstår.

Vi vil arbejde for at børn og unge ikke tilegner sig en sundhedsadfærd, der kan føre til kronisk sygdom.

Vi ved at den enkeltes ressourcer har betydning for risikoen for at have eller udvikle sundhedsproblemer. Vi vil derfor være nysgerrige og opsøgende i vores tilgang, så der sammen med de borgere der har brug for det, skabes rammer og indsatser der matcher deres behov

Vi vil sammen skabe de rette rammer for, at borgere med kronisk sygdom kan mestre deres sygdom og leve et godt liv.



EFFEKT

Vi ønsker, at borgeren skal opleve:

→ **Rammer og tilbud**, der fremmer og understøtter sund levevis.



MÅL

Sammen vil vi:

- **Skabe miljøer og kulturer**, hvor børn og unge kan leve og lege uden nikotin og alkohol.
- **Støtte borgerne** i at mestre livet på trods af sygdom.
- **Anvende en opsøgende, nysgerrig og faciliterende tilgang**, så der sammen skabes rammer og indsatser der matcher den enkeltes behov.
- **Samskabe og facilitere sundhedsindsatser** i hverdagslivet med dem der har behovet, fx gågrupper og motionsvenner
- **Formidle nyeste viden** om sundhed og lokale sundhedstilbud, så borgeren kan træffe sundhedsvalg på et oplyst grundlag.

”

Spørg borgerne hvad
de har brug for!

- Citat Temadag

“



3 Fremme af mental sundhed

Mental sundhed har stor betydning for vores trivsel, fysiske sundhed og velvære. Derfor vægter vi mental sundhed på lige fod med fysisk sundhed. Mental sundhed handler om, at vi kan håndtere dagligdagens udfordringer, udfolde vores evner og passe på os selv og andre.

Den enkeltes mentale sundhed ændres og udvikler sig igennem hele livet, og mental sundhed er noget, vi skaber sammen. Trivsel smitter nemlig i en skoleklasse, på en arbejdsplads, i en idrætsforening osv., og som mennesker påvirker vi hinanden, ligesom vi bliver påvirket af vores omgivelser.

Vi ser en bekymrende udvikling i at flere oplever dårlig mental sundhed og mistrivsel. Konsekvenserne heraf kan være omfattende. Særligt flere unge er udfordret på deres mentale sundhed.

Vi ved at fællesskaber og det at gøre noget meningsfuldt sammen med andre, er nogle af de faktorer der medvirker til at skabe bedre trivsel gennem hele livet.

Vi ønsker et positivt og handlingsorienteret fokus på mental sundhed, så det ikke alene handler om risiko for sygdom, men også omfatter alt det, der fremmer trivsel og styrker os som mennesker.

ABC for mental sundhed er den første forskningsbaserede indsats der understøtter dette og hvor fokus er rettet mod de aktiviteter og den adfærd, der styrker og fremmer mental sundhed fremfor på risikofaktorer.

Mental sundhed kan for mange være diffust og komplekst, og derfor har ABC for mental sundhed kogt forskningen om, hvad der styrker mental sundhed ned til tre enkle huskereglere:

- A** Gør noget aktivt
- B** Gør noget sammen
- C** Gør noget meningsfuldt



EFFEKT

Vi ønsker, at borgeren skal opleve:

- **Fællesskaber og tilbud**, der fremmer trivsel og livsduelighed – at mestre livet



MÅL

Sammen vil vi:

- **Spørge ind til** de udfordringer og muligheder borgerne oplever.
- **Facilitere og understøtte** meningsfulde aktiviteter og fællesskaber der fremmer trivslen.
- **Styrke indsatsen** særligt i forhold til unges trivsel.
- **Anvende** "ABC for mental sundhed" som forståelsesramme.

”

Mental sundhed er trivsel,
fysisk og psykisk. At føle sig
værdifuld. Fællesskaber.

- Citat Temadag

“



Fra ord til handling

At gå fra ord til handling kræver en velstruktureret tilgang, vedholdenhed og en stærk forpligtelse til at forbedre sundheden. Det er en kontinuerlig proces, der kræver engagement fra alle involverede parter.

I et tæt samarbejde mellem de enkelte lokal-samfund, foreningslivet og relevante fagprofessionelle i kommunen vil vi afsøge, benytte og understøtte de eksisterende lokale ressourcer.

Vi vil sammen udvikle og samskabe andre relevante indsatser, så de er målrettet de behov den enkelte har.



Helt konkret vil vi:

- Etablere en strategigruppe på tværs. Strategigruppen skal formidle og sikre opbakning samt ressourcer til arbejdet med sundhedsstrategien på chefniveau og i relevante politiske udvalg. Strategigruppen skal prioritere i fokusområderne og de konkrete indsatser på baggrund af løbende erfaringer og nyeste viden. Strategigruppen sætter dermed rammen for arbejdsgruppernes opgaver og har ansvaret for at vi når de mål og effekter vi har sat i sundhedsstrategien.
- Etablere arbejdsgrupper med udgangspunkt i de specifikke fokusområder og mål fra sundhedsstrategien. Arbejdsgrupperne har til opgave at udvikle ideer og konkrete indsatser med de relevante aktører, fx DGI, Sundhedscenteret og idrætsforeninger. Ideer og indsatser skal afprøves, evalueres og tilpasses løbende.
- Udpege tovholdere som skal være brobyggere mellem strategigruppen og de forskellige arbejdsgrupper. Tovholderne skal sikre fremdrift og opfølgning på de enkelte ideer og indsatser samt afrapportere til strategigruppen. De kan være en del af arbejdsgrupperne, hvis det er relevant.

Organisering



Scan og download
Sundhedsstrategien



STRUER
KOMMUNE

Center for Sundhed og Omsorg

Peter Bangs Vej 15
7600 Struer

