



**Kolding
Kommune**
en del af trekantområdet

Sammen designer vi livet



Politik

Sundhed og Fritid

Sundhedspolitik

Sammen om et sundt liv i balance



Indhold

Politisk forord..... 3

Politisk vision 4

Indledning 5

Sundhedspolitikens opbygning og indhold 7

Fokusområde 1 8

Fokusområde 2 9

Fokusområde 3 10

Fokusområde 4 11

Fra ord til handling.....12

Politisk forord

I Kolding Kommune har vi en politisk ambition om, at alle mennesker skal have mulighed for at leve et sundt liv og opleve trivsel i alle livsfaser. Sundhed har mange ansigter og handler ikke kun om at være fri for sygdom. Sundhed er også meningsfulde fællesskaber, bevægelse, rehabilitering, selvværd, en god ven at tale med, glæde ved livet, kost, der giver energi og meget andet. For os er sundhed det samme som at opleve sig i fysisk, mental og social balance. Derfor har vi valgt at give Kolding Kommunes sundhedspolitik overskriften "Sammen om et sundt liv i balance".

Formålet med den tværgående sundhedspolitik er at sætte den fælles politiske retning for Kolding Kommunes indsatser og prioriteringer i forhold til sundhed set i et bredt perspektiv. Derfor er sundhedspolitikken også relevant for alle dele af kommunens ansvarsområder.

Vi vil stræbe efter at skabe en sund og bæredygtig fremtid for alle i Kolding Kommune, og det vil vi blandt andet gøre ved at integrere sundhed og trivsel i alle relevante aspekter af vores samfund. For os er sundhed også noget, vi er sammen om i fællesskab. Vi forpligter os til et tværgående samarbejde med alle relevante aktører for at sikre, at vi kommer i mål med at skabe mere lighed i sundhed. Sundhedspolitikken har et stærkt tværgående fokus på at indfri de politiske ambitioner på tværs af hele kommunen og i tæt samspil med borgere, medarbejdere, civilsamfund, institutioner, virksomheder og det øvrige sundhedsvæsen.

I Kolding Kommune skaber vi løsninger ud fra Kolding Kommunes tilgang, Borgerens Centrum. Denne tilgang er med til at sikre, at vi altid tager udgangspunkt i dem, det hele handler om – nemlig de mennesker, der bor i Kolding Kommune. I Sundhed og Fritid kommer Borgerens Centrum til udtryk i det, vi har valgt at kalde Selvværd og Sammenhæng. Vi insisterer på en tilgang, hvor vi stiller os ved siden af vores medmenneske, så vi møder vedkommende ligeværdigt og sammen udforsker den enkeltes mål og muligheder. Det er en grundlæggende måde at møde et andet menneske på, som vi ønsker afspejler sig i alt, hvad vi siger og gør.

Sundhedspolitikken favner alle borgere i Kolding Kommune uanset alder og livssituation. Både dem, som mere eller mindre kan selv og dem, som oplever sig i en særlig udsat position og har brug for en håndsrekning. Kun ved at tilbyde noget forskelligt stiller vi alle lige i forhold til at have et sundt liv i balance.

Rigtig god læselyst!

På vegne af Sundhed og Fritid
Birgitte Kragh, formand



Politisk vision

Vi gør det nemmere at leve et sundt liv så lang tid som muligt

Med denne sundhedspolitik ønsker vi at gøre det så nemt som muligt for den enkelte at leve det sunde liv, man ønsker, så lang tid som muligt på egne præmisser. Vi vil være med til at forme et samfund, hvor den enkelte bliver mødt ligeværdigt og tillidsfuldt, og hvor vi sammen udforsker drømme, mål og muligheder. Vi møder det enkelte menneske med udgangspunkt i den enkeltes unikke livssituation og ressourcer. Det kalder vi Borgerens Centrum og Selvværd og Sammenhæng.

Alle mennesker i Kolding Kommune skal have mulighed for at leve et liv, hvor de oplever en tilværelse i sund balance præget af trivsel og livskvalitet. Det gælder både i forhold til den enkeltes fysiske helbred, mentale trivsel, sociale relationer og eksistentiel balance og i alle livsfaser.

Vi styrker aktiviteter og rammer, der fremmer den enkeltes sundhed gennem hele livet og dermed også folkesundheden i Kolding Kommune. Samtidig hjælper og bidrager vi til at forebygge, når sundheden kommer i ubalance, så den enkelte kommer bedst muligt på fode

igen. Vi forebygger så tidligt som muligt og sætter rettidigt ind med rehabilitering - både i forhold til alder og under livets omstændigheder.

For nogle er det let at tage vare på egen sundhed, mens det for andre kræver en større eller mindre hjælpende hånd. Vi tilpasser hjælpen efter den enkeltes behov, så nogle får en mindre håndsækning og andre en større håndsækning. Vi styrker det tværgående samarbejde med alle relevante aktører om borgernes sundhed og trivsel med særlig opmærksomhed på at understøtte dem med størst behov.

Vi sætter fællesskabet og alle dele af samfundet i spil ved at styrke kommunens samarbejde med civilsamfundet og i fællesskab designe tilbud og forløb til gavn for borgernes sundhed og trivsel. Vi er en attraktiv samarbejdspartner for relevante aktører som eksempelvis civilsamfundet, foreninger, institutioner, pårørende og frivillige. På den måde skaber vi sammen så let adgang som muligt for alle til fællesskaber, sundheds- og trivselstilbud, som kan understøtte et sundt liv i balance.



Indledning

I Kolding Kommune tager vi udgangspunkt i det enkelte menneskes oplevelse af at være i fysisk, social og mental balance. Vi vil være nysgerrige i mødet med den enkelte og arbejde ud fra en grundholdning om, at det altid er det enkelte menneskes konkrete situation, der definerer, hvordan vi hjælper bedst. Det er den grundlæggende tilgang og det menneskesyn, som præger arbejdet med at styrke sundheden for alle borgere i Kolding Kommune, både når det handler om sundhedsfremme, forebyggelse og rettidig rehabilitering.

Grundlaget for sundhedspolitikken består af flere elementer. De politiske visioner er blandt andet baseret på byrådets arbejdsgrundlag, Sundhed og Fritids politiske program, Sundhedsaftalen 2024-2027, viden om de sundhedsmæssige udfordringer i Kolding Kommune jf. Sundhedsprofilen 2021, input fra samtlige stående udvalg og udvalgte råd, input fra dialogcafeer med borgere og relevante

aktører samt faglig viden og oplæg fra faglige eksperter. På den baggrund har Sundhed og Fritid formuleret en overordnet vision og fire fokusområder for sundhedspolitikken.

Sundhedspolitikken 2024-2032 er en tværgående politik, som sætter retningen for initiativer både på den korte bane og med et langsigtet perspektiv, der rækker mange år ud i fremtiden.

Sundhedspolitikken er udarbejdet i et samarbejde på tværs af forvaltningerne og øvrige politikområder, ligesom borgere og relevante aktører har været inviteret til dialog og samarbejde. Udarbejdelsen af sundhedspolitikken indtænker desuden det tværsektorielle samarbejde mellem region, kommuner og almen praksis forankret under sundhedsaftalen for Region Syddanmark.

Ligevægt – et eksempel på sundhedstilgangen i Kolding Kommune

Ligevægt udspringer af et politisk ønske i 2017 om at udvikle en bedre indsats til mennesker, der kæmper med svær overvægt, og er endt med at blive et paradigmeskifte. Ligevægt er et holdforløb for mennesker, der bøvler med deres forhold til krop, vægt og mad. Der arbejdes ud fra borgerens centrum, hvor vægt ikke er i fokus. Deltagerne har alle individuelle grunde og forskellige livsbetingelser, der har ført dem til Ligevægt. Derfor rettes opmærksomheden mod forskelligheder, kompleksiteter og sammenhænge i relation til at se mental, social og fysisk sundhed som en helhed. Forløbet tager udgangspunkt i det, der er meningsfuldt for den enkelte, og sætter rammerne for undervisning, samtale og aktivitet herefter.

Ligevægt er et godt eksempel på sundhedstilgangen i Kolding Kommune, som tager udgangspunkt i det, der er vigtigt og som fylder for det menneske, som de sundhedsprofessionelle sidder overfor. Tilgangen sætter mennesket i centrum, og bringer den faglige viden i spil ud fra det, der er meningsfuldt for det enkelte menneske.

Byrådets arbejdsgrundlag 2022-2025

- Vi vil styrke sundheden ved at få flere med i sunde og aktive fællesskaber og mere fokus på forebyggelse/rehabilitering
- Vi vil styrke fællesskaberne, så vi får flere med både i foreninger og i frie fællesskaber
- Vi vil bruge Koldings attraktive natur til at skabe flere naturlige oplevelser for mange flere

Sundhed og Fritids politiske program (2023)

- Aktive fællesskaber gennem hele livet
- Det skal være let at leve sundt i Kolding Kommune
- Vi vil prioritere sundhedsfremme og forebyggelse
- Vi vil hjælpe dem, som har brug for hjælp – fokus på rehabilitering

Sundhedsaftalen 2024-2027 er den formelle overordnede ramme for det tværsektorielle samarbejde i sundhedsvæsenet mellem region, kommuner og almen praksis. Den overordnede vision for aftalen er at udvikle det samlede sundhedsvæsen og skabe mere lighed i sundhed for hele den syddanske befolkning. Derudover indeholder aftalen fire underliggende visioner:

- Vi samarbejder om børn og unges mentale trivsel
- Vi samarbejder om flere sunde leveår via sundhedsfremme og forebyggelse med særligt fokus på børn og unge
- Vi samarbejder om at skabe sammenhæng
- Vi samarbejder om at skabe gode overgange



Sundhed og bæredygtighed påvirker hinanden. Det handler om at skabe rammer og forudsætninger for, at borgerne har mange gode leveår, hvor de kan bidrage aktivt til et bæredygtigt samfund.

Bæredygtighed i forhold til sundhed og trivsel handler om, at det enkelte menneske har et godt helbred, flest mulige gode leveår og kan udfolde sine evner, håndtere dagligdags udfordringer og indgå i fællesskaber med andre mennesker.

Bæredygtige løsninger handler også om, at flere eksempelvis går og cykler via gode og trygge stier, og at alle har adgang til naturen, som skaber rum til både ro og fordybelse og til fysisk aktivitet.

Kolding Kommunes Bæredygtighedsstrategi 2020

Sundhedspolitikens opbygning og indhold

Sundhedspolitikken er gældende for perioden 2024-2032. Vi anlægger et langsigtet perspektiv, fordi vores ambitioner for borgernes sundhed og trivsel i Kolding Kommune rækker ud over det, der kan opnås i en 4-årig byrådsperiode.

Sundhedspolitikken består af visionen "Vi vil gøre det nemmere at leve et sundt liv så lang tid som muligt" og fire fokusområder:

- ▶ **Vi fremmer sundhed og trivsel**
- ▶ **Vi fremmer lighed i sundhed**
- ▶ **Vi fremmer børn og unges mentale trivsel**
- ▶ **Vi fremmer muligheden for at kunne selv**

Under hvert fokusområde er der formuleret en række tværgående politiske pejlemærker. En nærmere konkretisering af disse vil blive udarbejdet efter sundhedspolitikken godkendelse. Det er forventningen og ambitionen, at sundhedspolitikken vil blive fulgt op med handlinger på tværs af hele kommunen i form af gensidige forpligtelser om indsatser under hvert fokusområde.

Processen med at omsætte sundhedspolitikken til konkrete indsatser og handlinger vil foregå løbende hen over politikken periode og vil involvere alle forvaltninger og relevante aktører – herunder også det tværsektorielle samarbejde.



Borgerens Centrum

– et fælles udgangspunkt på tværs af forvaltninger

I Kolding Kommune arbejder alle ud fra Borgerens Centrum. Vi stiller os ved siden af borgerne og ser verden fra deres perspektiv. Vi lytter til deres behov, skaber meningsfulde løsninger og går sammen om at få dem til at lykkes.

På sundhedsområdet oversætter og implementerer vi Borgerens Centrum i form af Selvværd og Sammenhæng. På børn- og ungeområdet er værdigrundlaget konkretiseret i det Fælles børne- og ungesyn.



Fokusområde 1

► Vi fremmer sundhed og trivsel

Der er let adgang til relevante sundhedstilbud, og de rammer, som vi færdes og lever i, understøtter vores sundhed og trivsel

Vi integrerer initiativer, der understøtter sundhed og trivsel i hverdagen. Det kan for eksempel være i den lokale forening, i skolen, på arbejdspladsen eller ved brug af naturen. Vi integrerer sundhed i vores byplanlægning.

Vi skaber strukturer og rammer, der fremmer sundheden i Kolding Kommune. Både når vi selv udvikler kommunen, og når vi indgår i samarbejde med andre. Det gælder for eksempel, når vi planlægger infrastrukturer, og når vi tilrettelægger konkrete indsatser og tilbud. Vi involverer relevante aktører og tilrettelægger designprocesser med fokus på bæredygtige tiltag, der både vedrører nutiden og har positiv virkning ind i fremtiden.

Vi har en helhedsorienteret tilgang

Når man bliver ramt på sin sundhed og trivsel, påvirker det ofte pårørende i familien. Vi fokuserer på hele familiens sundhed og trivsel og har blik for de pårørende. De første år i livet spiller en central rolle for en god start på tilværelsen, og vi vil støtte børn og unges trivsel og udvikling gennem realistiske forventninger, der bygger på anerkendelse.

Vi arbejder for en tobaks- og nikotinfri ungdom

Mange forhold har betydning for sundheden, og vi arbejder med dem alle. Det gælder både de fremmende og forebyggende faktorer. Særligt vil vi bidrage til en tobaks- og nikotinfri ungdom.

"Forældre mangler viden. Vi forældre er fuldstændig uvidende om og dermed uopmærksomme på, at vores børn udsættes for direkte markedsføring af nikotinprodukter. Og de færreste voksne ved, hvor let det er at få fat i nikotin- og snusprodukter via SoMe eller ældre unge."

Deltager på dialogcafé



Fokusområde 2

► **Vi fremmer lighed i sundhed****Vi tager udgangspunkt i den enkeltes liv og muligheder, og vi differentierer i både type og omfang af hjælp**

Alle kan opleve at miste fodfæstet for en stund, hvor udfordringer med helbredet gør, at man for en periode eller måske hele livet befinder sig i en udsat position og har behov for støtte. For nogle er det lettere at tage hånd om egen sundhed, mens det for andre kan være sværere. Nogle er yderligere udsatte på deres sundhed og trivsel, fordi sundhed og sygdom er strukturelt skævt fordelt i samfundet. Sociale forhold og levevilkår har betydning for vores sundhed, sygdom, levetid og sundhedsrelaterede livskvalitet.

Vi arbejder for, at alle borgere i Kolding Kommune, uanset sociale forhold, funktionsnedsættelser og levevilkår, har mulighed for at tage vare på egen sundhed. Det betyder, at vi stiller os ved siden af vores medmenneske og er nysgerrige på vedkommendes liv, udfordringer og ressourcer for sammen at finde løsninger. Det betyder også, at alle ikke skal have den samme hjælp. For nogle er der måske brug for en let hånd i ryggen, mens der for andre er brug for en mere omfangsrig indsats.

Vi indarbejder lighed i sundhed i alle politikområder og i det tværsektorielle samarbejde

Vi bidrager i vores planlægning og udvikling til, at der skabes strukturer, der fremmer lighed i sundhed. Det gælder både, hvor vi er eneste aktør, og når vi samarbejder med andre herunder på tværs af sektorer. Vi har blik for den enkeltes situation, og vi bringer fællesskaber i spil som en løftestang til at fremme lighed i sundhed.

Vi slipper ikke den enkelte, før en anden har taget over, når flere aktører er involveret

Uanset hvordan et menneske er kommet i kontakt med os, så skal de opleve at være kommet ind ad den rigtige dør. Vi hjælper det enkelte menneske godt videre, også når behovet for hjælp ligger uden for vores eget fagområde.

"I fremtiden kan alle ikke få det samme. Kommunen skal blive bedre til at tilbyde forskellige indsatser til forskellige behov. Og de skal være gode til hele tiden at få øje på, om der er behov for mere eller mindre hjælp og så tilpasse derefter."

Deltager på dialogcafé



Fokusområde 3

► **Vi fremmer børn og unges mentale trivsel****Fællesskaber og miljøer, som børn og unge færdes i, fremmer deres mentale trivsel**

Mental trivsel og social trivsel er vigtigt for alle mennesker, og vi understøtter den mentale og sociale trivsel uanset alder. For at imødekomme den stigende gruppe af børn og unge, som oplever mistrivsel, vil vi styrke og prioritere faktorer, der fremmer trivsel. I Kolding er det godt at være barn og ung – også mentalt.

Gennem samarbejde integrerer vi arbejdet med at fremme mental trivsel de steder, hvor børn og unge færdes. Vi prioriterer og styrker de faktorer, der fremmer god mental trivsel herunder med særligt fokus på fællesskabets betydning. Vi inviterer foreninger og institutioner til samarbejde om børn og unges mentale sundhed.

Vi griber hurtigt ind, når et barn eller en ung begynder at vise tegn på mental mistrivsel

Når et barn eller en ung begynder at vise tegn på mental mistrivsel, griber vi hurtigt ind og doserer indsatsen efter behov. Forældrene spiller en særlig rolle i forhold til børn og unges mentale trivsel, og vi styrker forældresamarbejdet. Vi rækker ud til relevante samarbejdspartnere og forebygger, at den mentale mistrivsel vokser sig større. Vi understøtter et stærkt samarbejde med psykiatrien i de tilfælde, hvor dette er relevant.

Vi hjælper børn og unge til at tage vare på deres mentale trivsel i en digital verden

Vi er bevidste om, at verden er i løbende forandring og bliver mere og mere digital. Skærme og digital adfærd fylder mere i vores liv, og det kan påvirke vores mentale sundhed og trivsel. Derfor vil vi understøtte børn og unges mentale sundhed i en digital verden.

"Det handler om mennesker og fællesskaber."

Deltager på byrådsseminar

"Inddrag netværk, pårørende og civilsamfundet på en god måde i stærke fællesskaber, hvor vi hjælper hinanden. Vi er gode til det i forvejen – men vi vil mere af det!"

Deltager på dialogcafé



Fokusområde 4

► **Vi fremmer muligheden for at kunne selv****Vi arbejder rehabiliterende, så flest mulige borgere oplever at kunne så meget som muligt selv**

Vi samarbejder med det enkelte menneske, eventuelle pårørende og andre relevante aktører, når vi tilrettelægger en indsats, der tager udgangspunkt i det enkelte menneskes behov og ønsker. Sammen finder vi løsninger, der giver mulighed for, at den enkelte oplever at kunne så meget som muligt selv. Det kalder på, at vi som fagpersoner nogle gange tør træde et skridt lidt tilbage og i nogle situationer bliver mere støttende og vejledende end udførende.

Mennesker er ikke ens. Vi stiller os nysgerrigt på vores medmenneskes side, og når vi har forstået vedkommendes ønsker og behov, bruger vi vores faglighed til, sammen med vedkommende, at designe en hjælp og støtte, der opleves som meningsfuld. Vi samarbejder med foreninger, institutioner og andre relevante aktører, fordi kommunen kun er en del af svaret.

Vi skaber sammenhængende forløb – også når forløbene går på tværs af fagområder og sektorer

Vi skaber sammenhængende forløb for den enkelte borger, også når flere faggrupper og aktører er involveret. Vi insisterer på at arbejde på tværs af fagområder, så vi i fællesskab kan understøtte det medmenneske, vi samarbejder med.

Vi opsporer tidligt og har forebyggende indsatser, der giver mulighed for at reagere, inden en problemstilling vokser sig større

Forebyggelse er en af nøglerne til gode og sunde leveår. Derfor spiller tidlige forebyggende indsatser en afgørende rolle uanset alder. Vi er opsøgende – også når vi ikke bliver opsøgt, og vi arbejder målrettet med tidlig opsporing, så der er mulighed for at reagere, inden en problemstilling vokser sig større.

Vi integrerer teknologiske og digitale løsninger i sundhedsopgaverne

Teknologiske løsninger og digitalisering spiller allerede en rolle i vores samfund og kan bidrage til en bedre udnyttelse af ressourcerne og mere frihed for den enkelte. Vi rækker ud til alle relevante samarbejdspartnere for at finde de gode teknologiske og digitale løsninger og integrerer dem i sundhedsopgaverne med øje for det enkelte menneskes behov for og kompetencer til at anvende dem.

Rehabilitering - Hvad taler vi om?

"Rehabilitering er målrettet personer, som oplever eller er i risiko for at opleve begrænsninger i deres fysiske, psykiske, kognitive og/eller sociale funktionsevne og dermed i hverdagslivet. Formålet med rehabilitering er at muliggøre et meningsfuldt liv med bedst mulig aktivitet og deltagelse, mestring og livskvalitet. Rehabilitering er en samarbejdsproces mellem en person, pårørende, professionelle og andre relevante parter.

Rehabiliteringsindsatser er målrettede, sammenhængende og vidensbaserede med udgangspunkt i personens perspektiver og hele livssituation."

Hvidbog om rehabilitering, 2022

"Det er utrolig vigtigt at tage udgangspunkt i den enkeltes evner og behov, når man tilbyder teknologiske løsninger og øget digitalisering."

Deltager på dialogcafé



Fra ord til handling

Målgruppen for sundhedspolitikken er alle borgere i Kolding Kommune, og derfor er sundhedspolitikken relevant for alle kommunens politikområder. De fleste fagområder har bidraget til udformningen af sundhedspolitikken, og de vil igen blive involveret i arbejdet med at omsætte sundhedspolitikken til konkrete handlinger og initiativer. Sundhedspolitikken vil blive fulgt op med handlinger på tværs af hele kommunen i form af gensidig forpligtelse om indsatser. Borgerens Centrum vil være det fælles udgangspunkt på tværs af afdelinger, fagområder og politiske ståsteder og understøtte, at sundhedspolitikken tager udgangspunkt i dem, det hele handler om – nemlig borgere i Kolding Kommune. Hvor det er nødvendigt, vil vi have mod til at skubbe til normer og eksisterende praksis med borgernes perspektiv som afsæt.

I et tværgående samarbejde med repræsentanter fra alle forvaltninger, samarbejdspart-

nere og relevante aktører vil der blive peget på relevante indsatser. Disse indsatser vil blive formuleret og kvalificeret løbende, så det sikres, at de tager højde for de aktuelle muligheder og udfordringer. Således vil initiativer og handlinger løbende blive behandlet og igangsat både politisk og administrativt.

Realisering af sundhedspolitikken forventes også at omfatte initiativer, som skal realiseres indenfor rammerne af én eller flere forvaltninger. Disse initiativer vil blive udviklet og implementeret af forvaltningerne selv, og de relevante fagudvalg vil i samarbejde med forvaltningen have mulighed for at følge op på initiativerne. På den måde er det muligt sammen at bidrage til et sundt liv i balance for alle borgere i Kolding Kommune.





Fotos: Emil Lyngbo, Palle Skov, Lasse Lagoni, Toke Hage, Asmus Kromann Bork,
Frank Cilius, Steffen Stamp

Senior-, Sundheds- og Fritidsforvaltningen
Sundhed og Fritid
www.kolding.dk



**Kolding
Kommune**
en del af trekantområdet

Sammen designer vi livet