

# SUNDHEDSPOLITIK 2023-2026

UDKAST

## Forord

Det er byrådets vision, at Randers Kommune understøtter det gode liv for alle og mere lighed i sundhed. Sundhed er mere end blot fravær af sygdom men betyder derimod at have det godt både fysisk, psykisk og socialt. Som kommune vil vi understøtte borgernes muligheder for at leve det liv, som den enkelte ønsker sig.

Mange borgere i Randers Kommune oplever et sundt liv i trivsel, men der er også en væsentlig andel børn, voksne og ældre med usund livsstil, sygdom og nedsat mental sundhed. Vi vil understøtte og styrke sundheden for disse borgere. Den forandring tager tid og kræver en fælles prioritering af forebyggelse og sundhedsfremme - særligt når vi ved, at god og dårlig sundhedsadfærd grundlægges tidligt i livet.

Langt de fleste faktorer, der har betydning for vores sundhed ligger ude i det levede liv – der hvor vi lever, leger, elsker og arbejder. Derfor skal borgernes sundhed skabes og understøttes af den kernevelfærd, vi leverer i alle kontakter med borgerne. Når vi skal løse udfordringer med sundheden, handler det nemlig ikke altid om at lave en særlig sundhedsindsats, men om at integrere forebyggelse og sundhedsfremme i kerneopgaven – og altid med fokus på det, som vi ved, der virker.

Sundhed er noget vi skaber sammen. Sammen med dig som borger, sammen i hele kommunen og sammen med aktører i civilsamfundet. Vi skal alle bidrage med det, vi kan for at skabe forudsætningerne for, at borgerne kan leve et godt liv med sundhed og trivsel. Derfor prioriterer vi et tværgående samarbejde og et helhedsorienteret blik på borgerens liv. Sådan kommer vi bedst i mål med at skabe rammer for et godt liv for alle.

Med denne sundhedspolitik sætter vi retningen for den samlede sundhedsindsats i Randers Kommune.

## Det gode liv for alle

Ulighed i sundhed er også i Randers Kommune en stor udfordring for folkesundheden. Ulighed i sundhed er både social og geografisk. Social position og vilkår har betydning for borgernes sundhed, sygdom, levetid og sundhedsrelateret livskvalitet. De geografiske uligheder i sundhed er ofte et resultat af social ulighed i sundhed. Uligheden i sundhed gør, at alle borgere ikke har de samme muligheder for at leve det liv, de ønsker.

Derfor er sundhedspolitikens overordnede mål er at mindske den sociale ulighed i sundhed og sygdom og skabe rammerne for det gode liv for alle borgere i Randers Kommune.

## Sundhedstilstanden i Randers kommune

På flere områder går det den forkerte vej med sundhedstilstanden i kommunen, men heldigvis er der også lyspunkter. Antallet af rygere er faldet, men desværre ikke så meget som gennemsnittet i Region Midtjylland, og vi oplever en bekymrende stigning blandt de unge i forbruget af røgfri nikotinprodukter. Andelen af borgere med et højt alkoholforbrug er dog lavere end gennemsnittet i Region Midtjylland. De seneste tal viser, at over halvdelen af borgerne i Randers kommune er overvægtige og at 6 ud af 10 ikke dyrker motion. Hver tredje borger har et højt stressniveau, og særligt udfordrende ser det ud blandt de unge, hvor andelen af unge med dårlig mental sundhed er både høj og stigende. Næsten halvdelen af borgerne i Randers kommune har to eller flere kroniske sygdomme.

## Sundhedspolitikens prioriterede områder

I sundhedspolitikken er et særligt fokus på målgrupperne børn og unge og borgere med kronisk sygdom.

Udfordringerne for børn og unge er især overvægt, bevægelse, søvn, mental sundhed<sup>1</sup> og snus. For borgere med kronisk sygdom<sup>2</sup> arbejder vi med samme udfordringer – dog med et særligt fokus på tobak i stedet for snus.

---

<sup>1</sup> WHO definerer mental sundhed som en tilstand af velbefindende, hvor individet kan udfolde sine evner, håndtere dagligdags udfordringer og stress samt indgå i fællesskaber med andre mennesker.

<sup>2</sup> En kronisk sygdom er en langvarig sygdom eller et sygdomsforløb, som udvikler sig langsomt. Ordet er ikke ensbetydende med uheldbredelig eller livslang. Kroniske sygdomme kan opdeles i potentielt livstruende sygdom (f.eks. hjerte-kar-sygdom, diabetes, KOL og kræft) og ikke-livstruende kronisk sygdom (f.eks. muskel-skelet-sygdomme og psykiske lidelser). Både potentielt livstruende og ikke-livstruende kronisk sygdom bidrager væsentligt til den samlede sygdomsbyrde i den danske befolkning.

## Børn og unge

Mange børn og unge trives fysisk og mentalt. Alligevel er en bekymrende andel børn og unge udfordret på ét eller flere områder, som er afgørende for deres muligheder for at lykkes senere i livet.

Forebyggende og sundhedsfremmende indsatser rettet mod børn og unge er afgørende for at sikre en god start på livet og et sundt liv i trivsel som voksen. Familielivet og forældrene sætter rammen for det gode liv og er derfor vigtige i arbejdet med børn og unges sundhed og trivsel.

### Tidlig helhedsorienteret forebyggelse

Vi ved, at sociale forhold påvirker barnet, allerede før det bliver født. En tidlig og vedvarende forebyggende indsats, som starter under graviditeten, styrker alle børn og unges muligheder for at udvikle sig fysisk og mentalt. Senere kan det bidrage til at sikre en god overgang fra ung til voksen.

Vi vil samarbejde om, at:

- Sikre tidlig forebyggelse.
- Skabe nikotinfrie miljøer, hvor børn og unge færdes på skoler, uddannelsesinstitutioner og i fritidsmiljøer.
- Styrke forældreinvolvering gennem information, oplysning og vejledning.
- Have fokus på, hvordan vi arbejder med sund mad og måltider i dagtilbud, skoler, uddannelsesinstitutioner osv.

### Trivsel og fællesskab

At være mentalt sund handler om, at man trives i en hverdag med energi og overskud. Når man indgår i positive fællesskaber med andre børn og unge, er det med til at fremme den mentale sundhed. God mental sundhed beskytter mod udvikling af psykiske sygdomme som angst og depression.

Vi vil samarbejde om, at:

- Fremme mental sundhed med udgangspunkt i en fælles forståelse.
- Styrke børn og unges mentale sundhed gennem et fokus på forskellighed, positiv selvopfattelse og digital dannelse.
- Understøtte positive og inkluderende fællesskaber, som inviterer til bevægelse og meningsfulde aktiviteter både i daginstitutioner, skoler og fritids- og foreningsliv.
- Sikre kort og let adgang til naturen, som kan understøtte bevægelse og fremme mental sundhed.

### Et fælles ansvar

For at styrke sundhed og trivsel gennem hele børne- og ungelivet er det helt afgørende, at vi sikrer dialog og koordinering på tværs – både internt i kommunen og med samfundet.

Særligt for sårbare børn og unge og deres familier er det betydningsfuldt at opleve en sammenhængende indsats. Samtidig styrker et godt samarbejde også rammerne for alle de børn og unge, som generelt oplever at have det godt.

Vi vil samarbejde om, at:

- Øge dialog og koordinering af relevante og naturligt sammenhængende tilbud på tværs af fag- og forvaltningsområder.
- Sikre indsatser for alle med udgangspunkt i barnet, den unges og familiens behov – med et særligt fokus på sårbare børn, unge og deres familier.
- Skabe overblik og sammenhæng mellem indsatser til børn, unge og forældre på tværs af kommune, uddannelsesinstitutioner, fritidsmiljø og øvrige relevante organisationer.
- Samle mere viden om børn og unges trivsels- og sundhedsmæssige styrker og udfordringer i kommunen for at styrke en målrettet indsats på tværs.

UDKAST

## Borgere med kronisk sygdom

Mange borgere, der har en kronisk sygdom, lever et godt og meningsfuldt liv med deres sygdom. Men borgere med kroniske sygdomme oplever også ofte fysiske, mentale og sociale begrænsninger og belastninger i hverdagen og lever ofte et liv med flere risikable sundhedsvaner som rygning, fysisk inaktivitet og overvægt.

### Tidlig forebyggelse

Udvikling og forværring af kroniske sygdomme hænger ofte sammen med borgerens sundhedsvaner. Vi vil sætte tidligt ind og forebygge, at kronisk sygdom opstår. Både ved at børn og unge ikke tilegner sig en adfærd, der kan føre til kronisk sygdom. Men også gennem tidlig opsporing og tilbud til de borgere, der er i risiko for at udvikle eller forværre en kronisk sygdom.

Vi vil samarbejde om, at:

- Integrere sundhedsfremme og forebyggelse i alle borgeres møde med kommunen.
- Sikre tidlig opsporing ved at opspore borgere i risikogruppen med endnu ikke-diagnosticeret sygdom og tilbyde relevante indsatser.
- Sikre kort og let adgang til naturen, som kan understøtte bevægelse og fremme mental sundhed.

### Sammenhæng for borgerne

Borgere, der lider af en eller flere kroniske sygdomme, er ofte i berøring med flere dele af sundhedsvæsenet og med flere af kommunens afdelinger. Vi ønsker, at borgerne skal opleve Randers Kommune som én samlet enhed, hvor der tages hånd om det hele menneske.

Vi vil samarbejde om, at:

- Hjælpe borgerne videre i relevante indsatser i kommunen.
- Styrke samarbejdet og skabe gode sammenhænge til det øvrige sundhedsvæsen, patientforeninger, fritids- og foreningslivet og øvrige organisationer.

### Tilgængelige tilbud for alle borgere

I Randers Kommune ønsker vi, at alle borgere har let adgang til omgivelser og tilbud, der understøtter et sundt liv. Ikke alle borgere har samme forudsætninger for at deltage i og få udbytte af kommunens tilbud, og det vil vi ændre på.

Vi vil samarbejde om, at:

- Tilrettelægge differentierede tilbud, så alle borgere får udbytte af at være med – uanset baggrund og sundhedskompetencer.
- Øge tilgængeligheden af information om aktiviteter i relevante borgerrettede tilbud.
- Fremme mental sundhed med udgangspunkt i en fælles forståelse.
- Skabe lige adgang til rammer, som inviterer til bevægelse og meningsfulde aktiviteter.

## Fra ord til handling

Når Randers Kommunes sundhedspolitik løftes fra ord til handling, har vi et gennemgående fokus på tre tilgange, som understøtter arbejdet med ulighed i sundhed:

- **Vi arbejder tværgående**

Vi vil samarbejde på tværs – både på tværs af kommunens forvaltninger, på tværs af sektorer og med civilsamfundet.

Sundhedspolitikken er forankret i sundhedsafdelingen. De enkelte forvaltningsområder omsætter de politisk prioriterede områder til konkrete tiltag i eget område. Vi samarbejder på tværs af fag og forvaltninger om fælles viden og tværgående indsatser. Samarbejdet om sundhedspolitikken understøttes af den tværgående chefgruppe i Sundhedsalliancen.

- **Vi arbejder målgruppeorienteret**

Vi vil arbejde målrettet med de målgrupper, som har et stort behov og oplever særligt mange risikofaktorer og sygdomme. Vi har fokus på, at forskellige sundhedsudfordringer kan løses på forskellige måder og arbejder derfor på flere niveauer for at sikre sunde rammer for alle borgere.

1. Strukturelle indsatser målrettet alle borgere.
2. Tidlig (differentieret) indsats målrettet borgere med risikoadfærd og sårbare grupper/individer.
3. Indsatser målrettet borgere med sygdom eller psykisk lidelse.

- **Vi fokuserer på flere sammenhængende udfordringer på samme tid**

Vi vil arbejde med indsatser, som er rettet mod sammenhænge; for eksempel for borgere med flere sundhedsmæssige udfordringer på samme tid, eller borgere, der både oplever sociale problemer og udfordringer med sundheden.

