

Handleplan

Til Sundhedspolitik 2015-2020



Baggrund

Introduktion

Frederikssund Kommunes Sundhedspolitik 2015-2020 blev godkendt af Byrådet i juni 2015. Politikken indeholder fem temaer; bevægelse, rygning, trivsel, mad og måltider samt alkohol. Til hvert tema er der tilknyttet to målsætninger.

Politikken følges af en handleplan. Formålet med handleplanen er at bryde de i alt ti målsætninger fra politikken ned i mindre dele for at sikre, at alle de indsatser, der planlægges, understøtter opfyldelsen af én eller flere målsætninger.

Handleplanen består af to elementer: (1) Baggrund, der beskrives fokusområder og målgrupper for hver målsætning, gældende for hele politikperioden og (2) Årsplaner som viser de indsatser, der er planlagt for det kommende et år frem. Fokusområder og målgrupper er defineret på baggrund af viden og anbefalinger fra Sundhedsprofil 2013 og forebyggelsespakkerne. Fokusområder og målgrupper er blevet drøftet i den tværfaglige handleplansgruppe, og input fra Byrådet, høringsvar, borgermøder samt interviews med borgere er inddraget.

Årsplanen oplister de indsatser, der planlægges igangsat inden for hvert fokusområde og målgruppe i det kommende år. Første årsplan er gældende for 2016. Planen beskriver ikke hele kommunens sundhedsindsats, men kun nye indsatser. Der udarbejdes en årlig status for årsplanen, som bruges som afsæt til årsplanen det efterfølgende år. Status og kommende indsatser udarbejdes af handleplansgruppen. På den måde sikres der sammenhæng og kontinuitet i kommunens sundhedsarbejde samtidig med, at de konkrete indsatser årligt fastlægges efter den nyeste viden og behov.

Bevægelse

Borgerne har let adgang til natur, byrum og faciliteter, som inspirerer til samvær, leg og bevægelse

Fokusområdet er *Udearealer* med *Alle borgere* som målgruppe.

Udearealer – Alle borgere

Natur, byrum og faciliteter dækker både over indendørs og udendørs arealer. Udearealer er valgt, da alle borgere har muligheden for at benytte de fleste udearealer sammenlignet med indendørsarealer såsom haller, som primært bliver brugt af de borgere, som er en del af foreningslivet. Fokus vil være på, hvordan den lette adgang sikres og på, at der tænkes i nye muligheder for at udvikle inspirerende udearealer.

Flere borgere er fysisk aktive med særligt fokus på børn og unge

Der er tre fokusområder med dertilhørende målgrupper; 1) *Formidling* med *Alle borgere* som målgruppe, 2) *Aktiv transport* med *Børn* som målgruppe og 3) *Fællesskaber* med målgrupperne *Inaktive børn og unge* og *Inaktive voksne*.

Formidling – Alle borgere

Frederikssund Kommune rummer mange muligheder for at bevæge sig, men det kan være svært for borgerne at vide, hvilke muligheder der eksisterer. En bedre formidling af mulighederne er centralt for, at borgerne benytter sig af dem. Der vil således blive arbejdet for en bedre formidling af de mange bevægelsesmuligheder, kommunen rummer med henblik på at få flere til at bevæge sig.

Aktiv transport – Børn

Aktiv transport er en oplagt måde at få bevægelse integreret i hverdagen. Børn, som tidligt lærer at bruge deres krop som aktivt transportmiddel, får på den måde grundlagt sunde transportvaner tidligt i livet. Børns transportform er ofte et voksenvalg, som blandt andet beror på, om vejen fra A til B er tryk. Der vil blive arbejdet med, at flere børn anvender aktiv transport.

Fællesskaber – Inaktive børn og unge og Inaktive voksne

Der er mange børn, unge og voksne, som ikke bevæger sig, hvilket der kan være mange grunde til. Én af de største barrierer for at være fysisk aktiv er ikke at have nogen at være fysisk aktiv med. Der er derfor stort potentiale i at fremme socialt samvær og opbygning af sociale netværk i forbindelse af bevægelse i nærområdet. Der vil blive arbejdet på at skabe fællesskaber med fokus på bevægelse, som appellerer til de inaktive grupper.

Rygning

Andelen af rygere skal mindskes med fokus på grupper med særlig høj andel af rygere

Fokusområdet er *Rygestop* med målgruppen *Alle rygere*.

Rygestop – Alle rygere

Der er en meget høj andel af rygere, som ønsker at stoppe med at ryge. Der er større chance for at lykkes med et rygestop ved at deltage i et rygestoptilbud frem for at prøve at stoppe uden hjælp. Der findes allerede muligheder for at få hjælp til at blive røgfri, men der er mange rygere, som ikke benytter mulighederne. Det er derfor vigtigt at udvikle indsatser, som appellerer til dem. Der vil være opmærksomhed på målgrupper, hvor der er viden om en høj andel af rygere.

Antallet af nye rygere skal reduceres

Fokusområdet er *Formidling og dialog* med målgruppen *Unge og deres nærmiljø*.

Formidling og dialog – Unge og deres nærmiljø

Langt de fleste begynder at ryge, inden de bliver 20 år, hvilket gør unge til den naturlige målgruppe, når antallet af nye rygere skal reduceres. En rygeforebyggende indsats bør indeholde flere elementer og involvere flere af de miljøer, som den unge færdes i. Der vil derfor blive arbejdet med at involvere både den unge og nærmiljøet gennem formidling og dialog.

Trivsel

Flere børn og unge oplever, at de har gode venner og vurderer, at deres selvværd er godt

Fokusområdet er *Fællesskaber og selvværd* med *Børn og unge* som målgruppe.

Fællesskaber og selvværd – Børn og unge

Nogle børn og unge føler sig ensomme og isoleret fra fællesskabet. Langvarig ensomhed kan påvirke deres livskvalitet. Ensomhed kan få afgørende betydning for deres udvikling, hvis de sociale kompetencer ikke udvikles gennem kontakt med jævnaldrende. Hermed oplever de, at det kan være svært at indgå i traditionelle fællesskaber og derigennem få venner. Ensomhed er ikke et isoleret problem, men hænger ofte sammen med blandt andet dårlig selvværd. Ensomhed og dårligt selvværd er gensidig forstærkende, og det er derfor vigtigt at stoppe den negative spiral tidligst muligt. Der skal således arbejdes med indsatser, som fokuserer på at skabe gode relationer og give større selvværd.

Flere borgere trives

Fokusområdet er *Fællesskaber* med målgrupperne *Ensomme voksne* og *Sårbare voksne*.

Fællesskaber – Ensomme voksne og Sårbare voksne

Ensomme voksne og sårbare voksne er to grupper, der ikke trives. Mennesket er et socialt væsen, som er afhængigt af andre mennesker for at trives. En del voksne er ofte uønskede alene. De er ensomme, og det forringer deres livskvalitet. Der skal arbejdes med at skabe forskellige former for fællesskaber målrettet ensomme, hvor de får mulighed for at komme ud blandt andre mennesker og være en del af et fællesskab.

Sårbare voksne dækker over en bred gruppe af mennesker, der befinder sig i en livssituation, som påvirker deres trivsel negativt. Sårbarhed kan medvirke til, at de ikke mestrer at indgå i sociale relationer. Der skal derfor oprettes fællesskaber, hvor der tages hensyn til sårbarheden.

Mad og måltider

I kommunens institutioner og tilbud er der fokus på sunde mad- og måltidsvaner

Fokusområdet er *Mad- og måltidsvaner* med målgruppen *Børn og unge*.

Mad- og måltidsvaner – Børn og unge

Mad- og måltidsvaner grundlægges tidligt i livet og udvikles løbende. En stor del af dagen opholder børn og unge sig i kommunens institutioner og tilbud. Det skaber en god mulighed for at arbejde med deres mad- og måltidsvaner samt de rammer, som de befinder sig i.

Flere borgere har sunde mad- og måltidsvaner

Der er to fokusområder; *Formidling og dialog* med *Voksne* som målgruppe og *Fællesskaber* med målgrupperne *Enlige* og *Mænd*.

Formidling og dialog - Voksne

Budskaberne om sund mad kommer fra mange forskellige kilder, hvor ikke alle er lige pålidelige. Derfor kan det være svært for borgeren at gennemskue, hvilke budskaber omhandlende mad og måltider, der er troværdige. Der vil derfor være fokus på, hvad sunde mad- og måltidsvaner er, og hvordan de integreres i hverdagen.

Fællesskaber – Enlige og Mænd

Andelen med usunde madvaner er større blandt enlige sammenlignet med samlevende. Mange enlige oplever, at der ikke er den store interesse for at lave mad, da maden kun er til én selv, og samtidig oplever de et tomrum i forbindelse med måltider, da måltiderne ofte indtages alene. Ved at skabe fællesskaber, som har fokus på både maden og måltidet, er der mulighed for at påvirke enliges mad- og måltidsvaner i en positiv retning.

Mænd er generelt svære at nå med sundhedsindsatser og -budskaber. Der er flere mænd, der har usunde madvaner sammenlignet med kvinder. Mange mænd foretrækker fællesskaber, som ikke bare er for fællesskabet skyld, men hvor der er en form for aktivitet, de er sammen om. Ved at koble fællesskaber og mad- og måltider appelleres der til målgruppen, således at der er mulighed for at påvirke deres mad- og måltidsvaner i en sundere retning.

Alkohol

Andelen af voksne, som drikker over Sundhedsstyrelsens anbefalinger for alkohol, reduceres

Fokusområdet er *Organisering og samarbejde med målgruppen Medarbejdere*.

Organisering og samarbejde - Medarbejdere

I Frederikssund Kommune er der en række behandlingstilbud for borgere med misbrug eller overforbrug af alkohol. Mange medarbejdere er ikke vidende om de tilbud, der findes, når de møder borgere, som har et alkoholproblem. Der skal arbejdes på organisering og samarbejde i Frederikssund Kommune herunder sammenhæng mellem forebyggelses- og behandlingsdelen. Det skal være med til at sikre, at borgerne får hjælp så tidligt som muligt

Alkoholturen blandt unge skal ændres, så rusdrikkeri reduceres og alkoholdebuten udskydes

Fokusområdet er *Formidling og dialog* med målgruppen *Unge og deres nærmiljø*

Formidling og dialog – Unge og deres nærmiljø

De fleste danske unge har prøvet at drikke alkohol og været fulde. Unge drikker i høj grad alkohol, fordi det er forbundet med noget socialt og hyggeligt. Næsten halvdelen af de unge, der drikker alkohol, har oplevet at blive presset af deres venner til at drikke mere, end de har haft lyst til. Samtidig tror størstedelen af de unge, at andre jævnaldrende unge drikker mere alkohol end dem selv. Udover de unges påvirkning af hinanden har forældres holdning til deres børns alkoholindtag også en betydning for de unges alkoholvaner. Gennem dialog og formidling vil der blive arbejdet med de unge, deres forældre og de miljøer, de unge befinder sig i for at påvirke alkoholturen blandt de unge i en positiv retning.

Tema: Bevægelse

Målsætning: Borgerne har let adgang til natur, byrum og faciliteter, som inspirerer til samvær, leg og bevægelse

Fokusområde: Udearealer

Målgruppe: Alle borgere

| Indsats nr. | Indsatser 2016 | Mål for indsatsen | Hvordan bidrager indsatsen til målsætningen? | Tovholder | Samarbejdspartnere | Udvalg |
|-------------|---|---|---|-------------------------|--|---|
| 1 | Cykelstier på Saltsøvej (anlæg af fællestier) | <ul style="list-style-type: none"> At der er et sikkert, trygt og fremkommeligt stinet med god komfort, stand og sammenhæng | Ved at der anlægges cykelstier på Saltsøvej, lettes adgangen til Skibby samt til natur og faciliteter i nærområdet | Vej og Trafik | | Teknisk udvalg |
| 2 | Færdiggørelse af supercykelssti (bro, belysning og servicetiltag) | <ul style="list-style-type: none"> At der er et sikkert, trygt og fremkommeligt stinet med god komfort, stand og sammenhæng | Ved at supercykelstien færdiggøres, vil der være en cykelsti i høj kvalitet, der gør det sikkert, hurtigt og behageligt for en cykelpendler at komme fra A til B. Supercykelstierne skal gøre cyklen til et reelt alternativ til bilen for pendlere | Vej og Trafik | 21 andre kommuner Region Hovedstaden | Teknisk udvalg |
| 3 | Skolernes udearealer | <ul style="list-style-type: none"> At udvalgte skolers udearealer bliver forbedret | Ved at nogle af skolernes udearealer forbedres, vil der være lettere adgang til faciliteter, som inspirerer til samvær, leg og bevægelse for skolebørn og øvrige borgere uden for skoletiden | UBK Kultur og Fritid | Sundhed Skoleafdelingen Byggeri og Natur | Uddannelsesudvalget |
| 4 | Leg på streg#2 | <ul style="list-style-type: none"> At Leg på streg#2-konceptet implementeres på udvalgte skoler 75 % af lærere og pædagoger oplever, at de bliver bedre rustet til at motivere eleverne til at blive mere fysisk aktive 75 % af lærere og pædagoger oplever, at eleverne bliver mere fysisk aktive | Ved at Leg på streg#2-konceptet implementeres på nogle skoler, skabes faciliteter, som kan understøtte bevægelse i undervisningen i en række fag på mellemtrinnet. Der skabes ligeledes lettere adgang til faciliteter, som inspirerer til læring, samvær, leg og bevægelse for skolebørn og øvrige borgere uden for skoletiden | Sundhed UBK | Skoleafdelingen Kræftens Bekæmpelse | Sundhedsudvalget Uddannelsesudvalget |

Tema: Bevægelse

Målsætning: Flere borgere er fysisk aktive med særligt fokus på børn og unge

Fokusområde: Formidling

Målgruppe: Alle borgere

| Indsats nr. | Indsatser 2016 | Mål for indsatsen | Hvordan bidrager indsatsen til målsætningen? | Tovholder | Samarbejdspartnere | Udvalg |
|-------------|--|---|--|-----------|--|------------------|
| 5 | Kortlægning og formidling af udefaciliteterne i kommunen | <ul style="list-style-type: none"> At der udarbejdes en samlet kortlægning af relevante udefaciliteter i kommunen At der udarbejdes en kommunikationsstrategi for formidlingen af udefaciliteterne til både borgere, turister og medarbejdere | Ved at kortlægge og efterfølgende formidle udvalgte udefaciliteter beliggende i hele kommunen, får borgerne, medarbejdere og turisterne mulighed for at få et overblik over, hvilke muligheder der findes. Hermed ansføres de til at anvende faciliteterne | Sundhed | Kommunikation Kultur og Fritid Frederikssund Turistbureau Natur og Miljø Vej og Trafik | Sundhedsudvalget |

Fokusområde: Aktiv transport

Målgruppe: Børn

| Indsats nr. | Indsatser 2016 | Mål for indsatsen | Hvordan bidrager indsatsen til målsætningen? | Tovholder | Samarbejdspartnere | Udvalg |
|-------------|---|---|---|---------------|--|------------------|
| 6 | Etablering af krydsningspunkter i Slangerup og Jægerspris | <ul style="list-style-type: none"> At sikkerheden på skolevejene forbedres | Ved at der etableres krydsningspunkter, vil skolevejen blive mere sikker for børn og unge på gåben eller cykel. Det skaber mere tryghed hos børn, unge og forældre, og flere børn og unge skulle derfor gerne benytte aktiv transport | Vej og Trafik | | Teknisk udvalg |
| 7 | Gåbusser | <ul style="list-style-type: none"> At gåbusser indføres på to skoler 50 % af gåbusbørnene bruger aktiv transport til skole hver dag | Ved at etablere gå-busser på to skoler afprøves det, om en sådan ordning kan øge andelen af børn, der bruger aktiv skoletransport. Dermed startes dagen med bevægelse, og aktiv transport bliver en naturlig del af hverdagen | Sundhed | Vej og Trafik Skoleafdelingen Dansk Skoleidræt | Sundhedsudvalget |

Fokusområde: Fællesskaber

Målgruppe: Inaktive børn og unge

| Indsats nr. | Indsatser 2016 | Mål for indsatsen | Hvordan bidrager indsatsen til målsætningen? | Tovholder | Samarbejdspartnere | Udvalg |
|-------------|---------------------------------------|--|--|------------------|---|------------------|
| 8 | Fritidspas til børn med særlige behov | <ul style="list-style-type: none"> At der etableres et fritidspas for vanskelig stillede/udsatte børn og unge i alderen 6-24 år | Ved at der etableres et fritidspas for denne målgruppe, vil de have mulighed for at deltage i fritidsaktiviteter på lige vilkår med jævnaldrende og derved have muligheden for at være del af et aktivt fællesskab | Kultur og Fritid | Sundhedsplejen Klubberne Familieafdelingen SSP | Fritidsudvalget |
| 9 | FitforKids | <ul style="list-style-type: none"> At der etableres et motionstilbud til overvægtige og inaktive børn og unge (7-15 år) | Ved at FitforKids etableres, vil der være et specifikt tilbud til de børn og unge, der gerne vil bevæge sig, men synes det er vanskeligt at benytte de eksisterende tilbud. Tilbuddet involverer også familien og lægger stor vægt på fællesskab | Sundhed UBK | Sundhedsplejen Kultur og Fritid FitforKids | Sundhedsudvalget |

Fokusområde: Fællesskaber

Målgruppe: Inaktive voksne

| Indsats nr. | Indsatser 2016 | Mål for indsatsen | Hvordan bidrager indsatsen til målsætningen? | Tovholder | Samarbejdspartnere | Udvalg |
|-------------|------------------------|-------------------|--|-----------|--------------------|--------|
| | Ingen indsatser i 2016 | | | | | |

Tema: Rygning

Målsætning: Andelen af rygere skal mindskes med fokus på grupper med særlig høj andel af rygere

Fokusområde: Rygestop

Målgruppe: Alle rygere

| Indsats nr. | Indsatser 2016 | Mål for indsatsen | Hvordan bidrager indsatsen til målsætningen? | Tovholder | Samarbejdspartnere | Udvalg |
|-------------|---------------------------------------|--|---|-----------|--|------------------|
| 10 | Rygestoptilbud for udviklingshæmmede | <ul style="list-style-type: none"> At der udvikles et rygestopkoncept til udviklingshæmmede At der etableres et rygestoptilbud til brugerne af Højagergaard At mindst 20 % af deltagerne er røgfrie ved kursets afslutning | Ved at der udvikles et rygestopkoncept til udviklingshæmmede, tilbydes denne gruppe hjælp til rygestop på lige fod med andre befolkningsgrupper | Sundhed | Højagergaard Udviklingshæmmedes Landsforbund Kræftens Bekæmpelse Andre kommuner | Sundhedsudvalget |
| 11 | Tilbud om individuelle rygestopforløb | <ul style="list-style-type: none"> At der etableres et samarbejde med Stoplinien om individuelle rygestop rådgivningsforløb | Ved at tilbyde borgere muligheden for at få individuel vejledning til rygestop i et bredt tidsrum, får målgrupper, som oftest er forhindret i at deltage i vores rygestoptilbud mulighed for at få kvalificeret og professional hjælp til rygestop. Ligeledes vil borgere, som oplever, at et gruppetilbud ikke kan gavne dem, have mulighed for at få professionel hjælp | Sundhed | Stoplinien | Sundhedsudvalget |
| 12 | Røg og fitness på Campus | <ul style="list-style-type: none"> At der udvikles et rygestopkoncept til unge, hvor både rygestop og bevægelse indgår At der etableres et rygestoptilbud til unge på Campus At mindst 30 % af deltagerne er røgfrie ved kursets afslutning | Ved at der udvikles og afprøves et nyt rygestopkoncept specielt målrettet unge som alternativ til de traditionelle rygestopkoncepter, hvor stopraten er lav, imødekommes udfordringen med at forsøge at finde et koncept, som appellerer til de unge | Sundhed | Campus | Sundhedsudvalget |

Målsætning: Antallet af nye rygere skal reduceres

Fokusområde: Formidling og dialog

Målgruppe: Unge og deres nærmiljø

| Indsats nr. | Indsatser 2016 | Mål for indsatsen | Hvordan bidrager indsatsen til målsætningen? | Tovholder | Samarbejdspartnere | Udvalg |
|-------------|--|--|---|-----------|----------------------|------------------|
| 13 | Strategi for "Forebyggelse af rygestart" | <ul style="list-style-type: none"> At der udarbejdes en strategi for forebyggelse af, at de unge starter med ryge | Ved at udarbejde en flerstrengt strategi sikres der sammenhæng mellem de indsatser, der iværksættes. Dette øger sandsynligheden for, at færre unge begynder at ryge | Sundhed | SSP Kommunikation | Sundhedsudvalget |

Tema: Trivsel

Målsætning: Flere børn og unge oplever, at de har gode venner og vurderer, at deres selvværd er godt

Fokusområde: Fællesskaber og selvværd

Målgruppe: Børn og unge

| Indsats nr. | Indsatser 2016 | Mål for indsatsen | Hvordan bidrager indsatsen til målsætningen? | Tovholder | Samarbejdspartnere | Udvalg |
|-------------|---|--|--|------------------|---|------------------|
| 14 | Lokalt tilbud og/eller mødested til unge, som ikke trives | <ul style="list-style-type: none"> At der etableres et lokalt tilbud og/eller mødested | Ved at etablere et samarbejde med relevante organisationer om et lokalt mødested og/eller tilbud til unge, som mistrives, vil denne gruppe have mulighed for at øge deres selvværd og eventuelt være en del af et fællesskab med ligesindede | Sundhed | Relevante organisationer | Sundhedsudvalget |
| 8 | Fritidspas til børn med særlige behov | <ul style="list-style-type: none"> At der etableres et fritidspas for vanskelig stillede/udsatte børn og unge i alderen 6-24 år | Ved at der etableres et fritidspas for denne målgruppe, vil de have mulighed for at deltage i fritidsaktiviteter på lige vilkår med jævnaldrende. Derved vil vanskelig stillede/udsatte børn og unge få mulighed for at være del af et aktivt fællesskab, som påvirker deres selvværd i en positiv retning | Kultur og Fritid | Sundhedsplejen Klubberne Familieafdelingen SSP | Fritidsudvalget |
| 9 | FitforKids | <ul style="list-style-type: none"> At der etableres et motionstilbud til overvægtige og inaktive børn og unge (7-15 år) | Ved at FitforKids etableres, vil der være et tilbud, som lægger stor vægt på fællesskab. At børnene og de unge indgår i et fællesskab og få erfaringer med at røre sig, er med til at øge deres selvværd | Sundhed UBK | Sundhedsplejen Kultur og Fritid FitforKids | Sundhedsudvalget |

Målsætning: Flere borgere trives

Fokusområde: Fællesskaber

Målgruppe: Ensomme voksne

| Indsats nr. | Indsatser 2016 | Mål for indsatsen | Hvordan bidrager indsatsen til målsætningen? | Tovholder | Samarbejdspartnere | Udvalg |
|-------------|--|--|--|------------------|--|--------------------------------------|
| 15 | Mænds Mødesteder | <ul style="list-style-type: none"> At der etableres et Mænds Mødested | Ved at der etableres et Mænds Mødested vil der være et sted, hvor ensomme og sårbare voksne mænd kan gå hen og blive en del af et fællesskab | Sundhed | Forum for Mænds Sundhed Frivillige mænd | Sundhedsudvalget |
| 16 | Det gode sociale måltid for hjemmeboende ældre borgere | <ul style="list-style-type: none"> At der etableres to tilbud til hjemmeboende enlige ældre, der får madservice; spisevenner og spiseklubber At 25 borgere vælger at få en spiseven At 20 borgere vælger at deltage i en spiseklub At 80 % deltagerne vurderer, at det sociale samvær omkring måltidet forbedrer deres humør og/eller livskvalitet | Ved at skabe en social ramme omkring måltidet, hvadend der er tale om spisevenner eller spiseklubber, dannes sociale relationer | Ældre Sundhed | Frivillige foreninger | Sundhedsudvalget Velfærdsudvalget |

Fokusområde: Fællesskaber

Målgruppe: Sårbare voksne

| Indsats nr. | Indsatser 2016 | Mål for indsatsen | Hvordan bidrager indsatsen til målsætningen? | Tovholder | Samarbejdspartnere | Udvalg |
|-------------|-----------------------------|--|--|-----------|--|-----------------------------------|
| 15 | Mænds Mødesteder | <ul style="list-style-type: none"> At der etableres et Mænds Mødested | Ved at der etableres et Mænds Mødested vil der være et sted, hvor ensomme og sårbare voksne mænd kan gå hen og blive en del af et fællesskab | Sundhed | Forum for Mænds Sundhed Frivillige mænd | Sundhedsudvalget |
| 17 | Lær at tackle job og sygdom | <ul style="list-style-type: none"> At der etableres to hold | Ved at deltagerne på kurset er i samme situation og får redskaber til at håndtere situationen, skabes et fællesskab. Samtidig øges deltagerne trivsel, da redskaberne giver deltagerne muligheden for at tage kontrollen over eget liv tilbage | Sundhed | Jobcenteret Frivillige instruktører Komiteen for Sundhedsoplysning | Sundhedsudvalget Vækstudvalget |

Tema: Mad og måltider

Målsætning: I kommunens institutioner og tilbud er der fokus på sund mad- og måltidskultur

Fokusområde: Mad- og måltidsvaner

Målgruppe: Børn og unge

| Indsats nr. | Indsatser 2016 | Mål for indsatsen | Hvordan bidrager indsatsen til målsætningen? | Tovholder | Samarbejdspartnere | Udvalg |
|-------------|-----------------------------|--|--|----------------------|---------------------------|---|
| 18 | Mad og måltider i Dagtilbud | <ul style="list-style-type: none"> At børnehuse arbejder med temaerne "Madmod og madglæde", "Måltidet - som pædagogisk ramme", "Madpakken - den gode dialog" og "Fødselsdage og fester" | Ved at arbejde med de fire temaer, sættes mad- og måltidsvaner på dagsordenen i dagtilbud. Ud over de pædagogiske aktiviteter, der foregår med børnene i børnehuset, inddrages forældre også - bl.a. gennem den gode dialog om madpakken, fødselsdage mv., og derved sættes der yderligere fokus på mad- og måltidsvaner | Dagtilbud Sundhed | Kommunernes Landsforening | Sundhedsudvalget Uddannelsesudvalget |

Målsætning: Flere borgere har sunde mad- og måltidsvaner

Fokusområde: Formidling og dialog

Målgruppe: Voksne

| Indsats nr. | Indsatser 2016 | Mål for indsatsen | Hvordan bidrager indsatsen til målsætningen? | Tovholder | Samarbejdspartnere | Udvalg |
|-------------|--------------------------------------|---|--|-----------|--------------------|------------------|
| 19 | Foredrag "Bevar vægten ved rygestop" | <ul style="list-style-type: none"> At afholde et foredrag med fokus på redskaber til at holde vægten efter et rygestop gennem sunde mad- og måltidsvaner | Ved at tilbyde et foredrag med fokus på, hvordan man undgår en vægtstigning efter et rygestop, hvor der særligt sættes fokus på sunde mad- og måltidsvaner | Sundhed | | Sundhedsudvalget |

Målsætning: Flere borgere har sunde mad- og måltidsvaner

Fokusområde: Fællesskaber

Målgruppe: Enlige

| Indsats nr. | Indsatser 2016 | Mål for indsatsen | Hvordan bidrager indsatsen til målsætningen? | Tovholder | Samarbejdspartnere | Udvalg |
|-------------|--|--|--|------------------|-----------------------|--------------------------------------|
| 17 | Det gode sociale måltid for hjemmeboende ældre borgere | <ul style="list-style-type: none"> At der etableres to tilbud til hjemmeboende enlige ældre, der får madservice; spisevenner og spiseklubber At 25 borgere vælger at få en spiseven At 20 borgere vælger at deltage i en spiseklub At 80 % deltagerne vurderer, at det sociale samvær omkring måltidet forbedrer deres humør og/eller livskvalitet | Ved at skabe en social ramme omkring måltidet, hvadend der er tale om spisevenner eller spiseklubber, dannes sociale relationer. Gennem spisevenner og spiseklubber skabes der ligeledes mulighed for at påvirke enlige borgeres måltidsvaner i en positiv retning | Ældre Sundhed | Frivillige foreninger | Sundhedsudvalget Velfærdsudvalget |

Målsætning: Flere borgere har sunde mad- og måltidsvaner

Fokusområde: Fællesskaber

Målgruppe: Mænd

| Indsats nr. | Indsatser 2016 | Mål for indsatsen | Hvordan bidrager indsatsen til målsætningen? | Tovholder | Samarbejdspartnere | Udvalg |
|-------------|------------------|--|---|-----------|-----------------------------------|------------------|
| 20 | Fars Køkkenskole | <ul style="list-style-type: none"> At Fars Køkkenskole etableres At 60 % af de deltagende fædre får sundere mad- og måltidsvaner | Ved at Fars Køkkenskole er et tilbud, hvor fædre kan deltage med deres børn. Konceptet er afprøvet i andre kommuner og har rigtig gode resultater - herunder at deltagerne spiser sundere | Sundhed | Skoleafdelingen Sundhedsplejen | Sundhedsudvalget |

Tema: Alkohol

Målsætning: Andelen af voksne, som drikker over Sundhedsstyrelsens anbefalinger for alkohol, reduceres

Fokusområde: Organisering og samarbejde

Målgruppe: Medarbejdere

| Indsats nr. | Indsatser 2016 | Mål for indsatsen | Hvordan bidrager indsatsen til målsætningen? | Tovholder | Samarbejdspartnere | Udvalg |
|-------------|-----------------------------|--|--|----------------|---|------------------|
| 21 | Udbud af misbrugsbehandling | <ul style="list-style-type: none">• At misbrugsbehandlingen sendes i udbud med fokus på kvalitet, dokumentation og effekt.• At den forebyggende indsats omkring alkohol tænkes sammen med alkoholbehandlingen | Ved at have et større fokus på kvaliteten af misbrugsbehandlingen sikres det, at flere borgere med et alkoholproblem kan få den hjælp, de har brug for. Ved ydermere at tænke forebyggelse og behandling af alkoholproblemer i en tættere sammenhæng kommer der fokus på tidlig indsats til gavn for såvel borgeren og dennes nære omgivelser. | Social Service | Jobcenteret Familieafdelingen Sundhed | Sundhedsudvalget |

Målsætning: Alkoholkulturen blandt unge skal ændres, så rusdrikkeri reduceres, og alkoholdebuten udskydes

Fokusområde: Formidling og dialog

Målgruppe: Unge og deres nærmiljø

| Indsats nr. | Indsatser 2016 | Mål for indsatsen | Hvordan bidrager indsatsen til målsætningen? | Tovholder | Samarbejdspartnere | Udvalg |
|-------------|-------------------------------|-------------------|--|-----------|--------------------|--------|
| | <i>Ingen indsatser i 2016</i> | | | | | |