



Folkhälsopolitiskt program för Gotland 2009–2013





Innehåll

1. Förord	4
2. Varför behövs ett folkhälsopolitiskt program	5
3. Hur hänger hållbar utveckling och folkhälsa ihop	6
Hälsofrämjande livsvillkor, levnadsvanor och hållbar utveckling	
4. Hur hänger folkhälsopolitiskt program ihop med det nationella folkhälsomålet, Vision Gotland 2025 och kommunens balanserade styrkort	8
5. Vilket är målet och vilka målområden är prioriterade	9
6. Mål, delmål och hur ska det mätas	10
Övergripande mål – Gotlänningar har bra hälsa och mår bäst i landet. Hälsan är jämlikt och jämställt fördelad.	
Målområde 1 – Delaktighet och inflytande	
Målområde 2 – Livsmiljö och levnadsvanor	
7. Hur skall det folkhälsopolitiska programmet genomföras	12
Vad betyder det folkhälsopolitiska programmet för...	
Vem har ansvar för att genomföra programmet?	
Vilka strategier ska användas?	
Hur ska programmet följas upp?	
8. Exempel på kunskapsbaserade insatser och arbetssätt för målområdena	16
Insatser för delaktighet och inflytande	
Insatser för hälsofrämjande livsvillkor och levnadsvanor	
9. Nationellt folkhälsomål	20
Ordlista	21
Källförteckning	22

1. Förord

Gotland har sedan 2008 en ny vision och ett nytt regionalt utvecklingsprogram. Det ska styra inriktningen av utvecklingsarbetet för att till år 2025 nå ett långsiktigt hållbart samhälle, såväl ekonomiskt som ekologiskt och socialt. Visionen är att Gotland är Östersjöregionens mest kreativa och magiska plats präglad av närhet, hållbar tillväxt och fylld av livslust. Närhet mellan människor och goda sociala kontakter är en förutsättning för god hälsa och ett gott liv.

Det regionala utvecklingsprogrammet har som ett av fem övergripande mål att gotlänningarna har bra hälsa och mår bäst i landet. Det är ett högt satt mål som visar att Gotland förstår sambandet mellan goda hälsoförutsättningar och miljömässig och ekonomisk utveckling.



Eva Nypelius
kommunstyrelsens ordförande

Vår hälsa påverkas av en rad olika faktorer; uppväxtvillkor, utbildning, arbetsliv, kultur- och fritidsutbud, ekonomiska resurser, bostadsförhållanden, stadsmiljö och trafikplanering är bara några exempel på förhållanden av betydelse. Alla dessa påverkar dessutom våra förutsättningar att välja hälsosamma levnadsvanor. Att främja hälsa innebär att ge människor möjlighet att öka kontrollen över sin hälsa och att förbättra den.

Ansvar för en hälsofrämjande samhällsutveckling delas mellan den offentliga, ideella och privata sektorn och den enskilda människan. Det folkhälsopolitiska programmet sätter upp delmål för oss i det gemensamma arbetet för Vision Gotland 2025.



2. Varför behövs ett folkhälsopolitiskt program

Att minska påverkbara skillnader i hälsa är en viktig del av det nationella folkhälsomålet – **att skapa samhälleliga förutsättningar för god hälsa på lika villkor.**

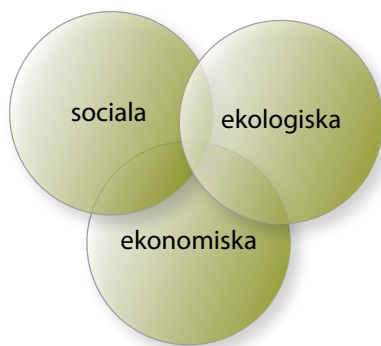
Hälsa är en förutsättning för att människor ska kunna uppnå sina livsmål och ett viktigt inslag i livskvalitet. Hur hälsan ser ut och fördelar sig i befolkningen påverkas av hur samhället är organiserat och hur människors livsmiljö och livsvillkor ser ut. Därför är hälsan idag ojämnt fördelad mellan olika grupper. Att ha en lång utbildning och goda inkomster ökar chanserna till ett långt och friskt liv. Dödligheten är högre bland dem med kort utbildning än bland högutbildade. Den självupplevda psykiska hälsan har försämrats de senaste tio åren, framförallt bland kvinnor. Två av tre personer i sjukfrånvaro är kvinnor.

Förutom rättviserargumentet – att alla har rätt att uppnå bästa möjliga hälsa utifrån sina unika förutsättningar – finns ekonomiska argument för en aktiv folkhälsopolitik. En god folkhälsa ökar förutsättningarna för ekonomisk tillväxt, vilket i sin tur skapar ekonomiskt utrymme som exempelvis kan användas för att ytterligare stärka människors hälsa. En god hälsa ökar utbudet av arbetskraft genom fler friska levnadsår och minskad sjukfrånvaro. Kreativitet, produktivitet och förmåga att lära, gynnas av god hälsa.



3. Hur hänger hållbar utveckling och folkhälsa ihop

Hållbar utveckling brukar definieras som en utveckling som tillgodoser dagens behov utan att äventyra kommande generationers möjligheter att tillgodose sina behov. Hållbar utveckling har tre samspelande dimensioner – den ekonomiska, sociala och ekologiska. Alla tre är sinsemellan beroende och kan förstärka varandra. Detta kan förenklat sammanfattas: Att bruka utan att förbruka.



Regeringen har pekat ut fyra strategiska utmaningar för att uppnå det hållbara samhället.

SAMHÄLLET SKA BYGGAS HÅLLBART. Det innebär utvecklandet av goda levnadsvillkor, fysisk planering, regional utveckling, infrastruktuursatsningar samt utveckling av boende- och stadsmiljöer som tillgodoser miljö- och hälsokrav.

STIMULERA EN GOD HÄLSA PÅ LIKA VILLKOR. Det innebär att god hälsa ska vara oberoende av kön, etnisk tillhörighet, social eller kulturell bakgrund, sexuell läggning, ålder eller funktionshinder. Insatserna måste riktas mot de samhällsförhållanden som skapar hälsa eller ohälsa.

MÖTA DEN DEMOGRAFISKA UTMANINGEN. De närmaste åren kommer Gotland, liksom övriga Sverige, att ha allt fler personer äldre än 65 år. Eftersom det tar allt längre tid för de unga att etablera sig på arbetsmarknaden är det en utmaning att skapa de skatteintäkter som behövs för att klara skola, vård

och omsorg. Den växande kunskapen om hur hälsan kan stärkas även i högre åldrar behöver utnyttjas i högre grad än hittills.

FRÄMJA EN HÅLLBAR TILLVÄXT. En hållbar tillväxt drivs av dynamiska marknader, en stark välfärdspolitik och en progressiv miljöpolitik. Ekonomisk tillväxt ska inte ske på bekostnad av miljö. Medborgarnas hälsa och välfärd ska främjas.

Hälsofrämjande livsvillkor, levnadsvanor och hållbar utveckling

En viktig drivkraft för människor är den egna hälsan. I många undersökningar, också på Gotland, rangordnas hälsa som en av de allra viktigaste förutsättningarna för ett gott liv, tillsammans med familj och en god miljö. God hälsa kan ge ökad motivation att bidra till ett uthålligt samhälle även miljömässigt och ekonomiskt. Om man jämför vilka förhållanden i vårt vardagsliv som stärker hälsa, med vad som är viktigt för miljö- och naturresurser och vad som kan möjliggöra innovationer och ekonomisk tillväxt finner man flera gemensamma nämnare:

- mer fysisk aktivitet i vardagen
- mer frukt och grönt i kosten
- plats och tid för möten mellan människor
- plats och tid för föräldraskap
- balans mellan stress och återhämtning
- närhet till naturen
- närhet till kulturen

Ett samhälle som underlättar och stödjer en vardag som innehåller allt detta kan samtidigt stärka människors hälsa, påverka miljön på ett positivt sätt och öppna för innovation och företagsutveckling.



4. Hur hänger folkhälsopolitiskt program ihop med det nationella folkhälsomålet, Vision Gotland 2025, och kommunens balanserade styrkort

Det nationella folkhälsomålet

Den nationella folkhälsopolitiken inriktas på att påverka de faktorer i människors livsvillkor och levnadsvanor som bidrar till hälsa eller ohälsa. Det nationella folkhälsomålet är att skapa samhälleliga förutsättningar för en god hälsa på lika villkor för hela befolkningen. Gotlands folkhälsopolitiska program utgår ifrån detta mål men väger in regionala förutsättningar och behov. Folkhälsoarbetet följs upp genom mätbara delmål och folkhälsorapporter.

Vision Gotland 2025

I det regionala utvecklingsprogrammet för Gotland, Vision Gotland 2025, finns fem övergripande mål för en hållbar utveckling. Ett av dessa är **Gotlänningarna har bra hälsa och mår bäst i landet**. Dessutom finns tre mål för folkhälsoarbetet:

- Medellivslängden ska öka.
- Andelen barn och vuxna med nedsatt fysisk och psykisk hälsa ska ligga lägre än riksgenomsnittet. Hälsoklyftorna relaterat till kön, utbildning och ekonomi ska minska och ligga under riksnivån.
- Gotland ska vara narkotikafritt.

Gotlands kommuns balanserade styrkort

Kommunens balanserade styrkort anger hur kommunens hela verksamhet ska bidra till att uppfylla Visionen och målen i det regionala utvecklingsprogrammet. I styrkortet för mandatperioden anges som en framgångsfaktor i samhällsperspektivet att Gotland är ett hälsofrämjande samhälle.

Folkhälsopolitiskt program för Gotland

Det folkhälsopolitiska programmet utvecklar folkhälsopolitiken för Gotland utifrån det regionala utvecklingsprogrammet och kommunens balanserade styrkort. Programmet svarar på följande frågor:

- Vilka delmål och vilka målområden behövs för att nå Vision Gotland 2025 och målen i det regionala utvecklingsprogrammet?
- Vilka strategier ska användas och vilka är prioriteringarna?
- Hur ska delmålen mätas?
- Hur ska ansvaret fördelas?
- Vilket kunskapsstöd finns att få?

Avslutningsvis finns kortfattade exempel på insatser och arbetssätt för programmets målområden. Exemplet riktar sig till aktörer inom olika samhällssektorer, såväl offentliga, privata som ideella. Under år 2009 utvecklas hemsidan www.gotland.se/folkhalsa för att den intresserade ska kunna finna mer information och länkar till bland annat forskning och metoder.

Andra kommunala och regionala styrdokument

Mål och strategier som påverkar folkhälsan finns också i andra kommunala och regionala styrdokument. Exempelvis de regionala miljömålen och miljöprogram för ekokommun Gotland, fritidspolitiskt program, program för handikappfrågor, handlingsprogram för kvinnofrid med flera. De kommunala styrdokumenterna ska komplettera varandra. Det innebär att viktiga målområden, exempelvis miljömålen, som återfinns i andra program inte har behandlats i det folkhälsopolitiska programmet.

5. Vilket är målet och vilka målområden är prioriterade

Mål

Gotlänningarna har bra hälsa och mår bäst i landet. Hälsan är jämlikt och jämställt fördelad.

Prioriterade målområden

Målområde 1 – Delaktighet och inflytande

Om människor upplever att de inte kan påverka de egna livsvillkoren eller samhällets utveckling uppstår utanförskap och maktlöshet. Brist på egenmakt och möjlighet att påverka sitt liv har i forskning visat sig ha stor betydelse för hälsa. Möjlighet till ett arbete och en trygg försörjning är



viktiga grundförutsättningar. Höga krav tillsammans med små möjligheter att kontrollera sin vardag och brist på socialt stöd är andra exempel på förhållanden som ökar risk för ohälsa.

Målområde 2 – Livsmiljö och levnadsvanor

Livsmiljön, både den fysiska (som bostäder, vägar och grönområden) och den sociala (som organisation och arbetsformer i skola, vård och arbetsliv) har betydelse för levnadsvanor. Miljön kan både underlätta och försvåra hälsofrämjande levnadsvanor.



6. Mål, delmål och hur ska det mätas

Övergripande mål 	Hur ska resultatet mätas? Hur långt ska vi nå till 2013?
<p>Gotlänningarna har bra hälsa och mår bäst i landet. Hälsan är jämlikt och jämställt fördelad.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Regelbundna folkhälsorapporter görs och analyseras. Hälsoutvecklingen följs för barn, ungdomar, vuxna och äldre. Analyser görs för kön, utbildning och socioekonomiska faktorer.• Analyserna visar att hälsoklyftorna mellan könen, grupper med olika utbildning och socioekonomiska grupper minskar. I jämförelse med riksgenomsnittet är klyftorna mindre på Gotland.• Självskattad hälsa och psykiskt välbefinnande, mätt med folkhälsoenkäter ökar bland både män, kvinnor, pojkar och flickor och ligger över riksgenomsnittet.• Antalet självmord minskar. Gotland arbetar för att ingen ska ta sitt liv.
Målområde 1 – Delaktighet och inflytande	
Delmål 	Hur ska resultatet mätas? Hur långt ska vi nå till 2013?
<p>Medborgare upplever god delaktighet och goda möjligheter till inflytande.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Valdeltagande i kommun- och riksdagsval ökar i förhållande till föregående val. Deltagandet ökar mest i valkretsar med lägst deltagande.• Medborgarförslag till kommunfullmäktige. Andel förslag lämnade av barn och ungdomar under 18 år ökar årligen.• Medborgarna ger Gotlands kommun ett betyg som överstiger genomsnittet i SCB:s nöjdninflytandeindex.• Brukare av kommunalt finansierade tjänster ger verksamheterna goda betyg avseende möjligheter till delaktighet och inflytande i förvaltningarnas egna uppföljningar. Samtliga nämnder når sina mål för brukarinflytande.
<p>Kvinnors och mäns, flickors och pojkars villkor utvecklas för jämställda och lika möjligheter att forma sina liv och delta i samhällsutvecklingen.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Gotlands placering i SCB:s jämställdhetsindex förbättras till en av de tre bästa länen i landet.• Andel män respektive kvinnor som utnyttjar föräldraförsäkringen.
<p>Sysselsättningsgraden är hög, såväl bland ungdomar som vuxna. Långtidsarbetslösheten och ohälsotalet i sjukförsäkringen minskar.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Sysselsättningen uppgår till minst samma nivå som genomsnittet i riket för såväl kvinnor som män.• Ohälsotalet i sjukförsäkringen ligger under riksgenomsnittet och fortsätter att minska bland både kvinnor och män.• Kommunen, arbetsförmedlingen och försäkringskassan når genom finansiell samordning gemensamt sätta mål för att lotsa individer till utbildning och/eller arbete.

Målområde 1 – Delaktighet och inflytande

Delmål



FN:s konvention om barnets rättigheter är vägledande vid alla beslut som rör barn och unga.

Hur ska resultatet mätas? Hur långt ska vi nå till 2013?

- Under programperioden prövas en modell för att analysera konsekvenser för barn och unga inför strategiskt viktiga frågor som berör dem. Analyser dokumenteras och vägs in i kommunala beslutsprocesser. Detta kan ske inom ramen för hållbarhetsbedömningar. (se under målområde 2)
- Systematiska arbetsformer för att ta del av barns och ungdomars åsikter om verksamheter som berör dem tillämpas i alla verksamheter där barn och unga är brukare, kunder eller medborgare. Arbetet dokumenteras i årsredovisningar.

Målområde 2 – Livsmiljö och levnadsvanor

Delmål



Det gotländska samhället underlättar och ger förutsättningar för hälsosamma levnadsvanor. Verksamheter som vänder sig till barn och ungdomar arbetar hälsofrämjande. Med hälsosamma levnadsvanor avses här främst deltagande i kultur och social gemenskap, fysisk aktivitet, hälsosamma matvanor, minskat bruk av tobak och alkohol samt trygghet och säker sexualitet. Inriktningsmålet ett narkotikafritt Gotland ligger fast.

Hur ska resultatet mätas? Hur långt ska vi nå till 2013?

- Under programperioden ökar hälsosamma levnadsvanor (*deltagande i kultur och social gemenskap, fysisk aktivitet, hälsosamma matvanor, trygghet och säker sexualitet*) och ligger vid programperiodens slut över riksgenomsnittet. Riskabla levnadsvanor som **riskbruk av alkohol, tobaksbruk och narkotikaanvändning** minskar och ligger under riksgenomsnittet. Mätningar görs bland barn, ungdomar, vuxna och äldre under programperioden.

Gotland utvecklas med sociala, ekologiska och ekonomiska hänsyn för goda levnadsvillkor såväl i nuet som för kommande generationer. Hälsa är en aspekt av det sociala perspektivet.

- Under programperioden prövas en modell för att analysera konsekvenser för hållbar utveckling ur socialt, ekologiskt och ekonomiskt perspektiv inför strategiskt viktiga beslut. Analyser vägs in i och dokumenteras i beslutsunderlag. Analyser görs utifrån bägge könen med särskild uppmärksamhet på barns, ungdomars och äldres behov. (Se även under målområde 1)

Föräldrar har förutsättningar och stöd för ett gott föräldraskap utifrån barnets behov.

- I kommunens medarbetarundersökningar ges lägst betyget 4,0 för möjligheten att kombinera arbete och föräldraskap.
- I samarbete med SCB utvecklas en motsvarande fråga i kommunens regelbundna medborgarundersökningar.

Andelen tobaksfria arbetsplatser ökar.

- Andelen som utsätts för tobaksrök på arbetsplatsen minskar och ligger under riksnivå.

Alla vårdgivare inom hälso- och sjukvårdsområdet är hälsoorienterade och tillämpar systematiska arbetsformer för att stärka patienters självupplevda hälsa.

- Hälsovinmätningar med en utvärderad mätmetod sker årligen inom minst en verksamhet inom hälso- och sjukvården.

Skador och olycksfall minskar.

- Skador som kräver slutna vård minskar till en nivå som ligger lägre än riksgenomsnittet för bägge könen.

Antalet föreningar som erbjuder fysisk aktivitet i hälsofrämjande syfte ökar.

- Mäts som andel av totala antalet föreningar i kultur- och fritidsförvaltningens föreningsregister.

7. Hur ska det folkhälsopolitiska programmet genomföras

Vad betyder det folkhälsopolitiska programmet för

Enskilda medborgare

Programmet visar på viktiga hälsofrågor och förhållanden som har betydelse för den egna hälsoutvecklingen. Programmet kan tjäna som inspiration för det egna vardagslivet och för engagemang inom exempelvis föreningsliv, i skolan eller på arbetsplatsen.

Regionala myndigheter, företag, föreningar och organisationer

Programmet vägleder och anger gemensamma delmål för myndigheter, företag, föreningar och organisationer på Gotland. Det är ett hjälpmedel vid planering och uppföljning av åtgärder för att nå folkhälsomålen i Vision Gotland 2025.

Kommunala nämnder, förvaltningar och verksamheter

Programmet är ett strategiskt styrdokument som ska användas i kommunens förvaltningar och verksamheter vid planering och uppföljning av åtgärder för att uppfylla framgångsfaktorn Gotland är ett hälsofrämjande samhälle i det balanserade styrkortet.

Vem har ansvar för att genomföra programmet

Ett effektivt folkhälsoarbete bygger på ett gemensamt ansvarstagande mellan det offentliga, den ideella och privata sektorn samt den enskilde medborgaren. Mål och strategier i det folkhälsopolitiska programmet är alltså gemensamma för alla delar av det gotländska samhället.

DEN ENSKILDE INDIVIDENS möjligheter och ansvar för att ta kontroll över sin hälsa och förbättra den är en hörnsten i folkhälsoarbetet. Samhällets olika delar stödjer genom hälsofrämjande strukturer och miljöer som underlättar individens val och genom hälsofrämjande arbete direkt till individer och grupper.

REGIONALA MYNDIGHETER, FÖRETAG, FÖRENINGAR OCH ORGANISATIONER får genom programmet vägledning för att identifiera, planera och följa upp folkhälsoarbete inom sitt verksamhetsområde. Respektive aktör bör enligt Vision Gotland 2025 behandla sina insatser för att nå målen i det regionala utvecklingsprogrammet på något sätt i sin årliga verksamhetsberättelse. Detta gäller naturligtvis även folkhälsomålen i det regionala utvecklingsprogrammet.



KOMMUNFULLMÄKTIGE fastställer programmet som ett komplement till det regionala utvecklingsprogrammet inom folkhälsoområdet. Därmed är det folkhälsopolitiska programmet ett regionalt styrdokument. Programmet är samtidigt ett kommunövergripande styrdokument som kompletterar det balanserade styrkortet för nämnder, styrelser, förvaltningar och bolag.

KOMMUNSTYRELSEN ansvarar för att driva på och stödja genomförandet av folkhälsopolitiska programmet genom att:

- kartlägga och rapportera folkhälsoutvecklingen.
- erbjuda kunskap genom konferenser, seminarier och utbildningar.
- sprida erfarenhet och metoder genom webbplatsen, rapporter och annat informationsmaterial.
- föra in de folkhälsopolitiska målen från Vision Gotland 2025 i kommunens balanserade styrkort och budgetarbete.
- bjuda in regionala myndigheter, organisationer, föreningar och företag samt kommunala aktörer till samverkan i olika former.
- följa upp programmets övergripande mål och delmål samt föreslå revideringar.

KOMMUNALA NÄMNDER OCH STYRELSE ansvarar för att:

- identifiera folkhälsofrågorna inom sitt verksamhetsområde och föra in relevanta åtgärder i sina styrkort, strategiska planer och verksamhetsplaner samt fördela resurser till de folkhälsoåtgärder som planeras.
- årligen i bokslut följa upp och värdera egna folkhälsoåtgärder.
- implementera programmet inom sin organisation.

LEDARE INOM GOTLANDS KOMMUN har på varje nivå ansvar för att arbetet sker i överensstämmelse med mål och styrdokument. Det innebär att den funktion som ansvarar för en verksamhet också är ansvarig för att identifiera, planera genomföra samt följa upp relevanta folkhälsoinsatser inom denna verksamhet.



Vilka strategier ska användas

1 Fokus ligger på att påverka de livsvillkor, miljöer, produkter och levnadsvanor som bidrar till hälsa eller ohälsa. Folkhälsoarbetet ska stödja människor att känna begriplighet, hanterbarhet och mening i tillvaron samt skapa goda förutsättningar för att göra hälsofrämjande val.

Folkhälsoarbetets kärna är vardagsarbetet med att påverka dessa förhållanden inom de ideella, privata och offentliga verksamheterna. Det handlar om att föra in nya metoder och arbetsätt som visat sig effektiva för att påverka förutsättningarna för hälsa. Särskilda projekt eller kampanjer kan komplettera när förutsättningarna för framgångsrika insatser bedöms goda. Kunskapsspridning, uppföljning och utvärdering är förutsättningar för att nå resultat. Exempel på insatsområden och arbetsätt finns i avsnitt 8. Mer information och länkar läggs successivt ut på www.gotland.se/folkhalsa.

Inom region Gotland planeras folkhälsoarbetet genom dialoger i samverkansorgan och nätverk under programperioden. Satsningar och överenskommelser dokumenteras i protokoll och verksamhetsplaner. Uppföljning sker i verksamhetsberättelser.

2 Folkhälsoarbetet planeras och följs upp i samma planeringsprocesser som all annan verksamhet. Det betyder att hälsofrämjande arbetsätt är en central strategi i alla samhällssektorer, offentliga, ideella och privata.

Inom Gotlands kommun styrs verksamheterna av det balanserade styrkortet. Årligen planerar varje nämnd sina insatser för att nå folkhälsomålet genom att åtgärder väljs för att bidra till **framgångsfaktorn** (*Gotland är ett hälsofrämjande samhälle*) i samhällsperspektivet i kommunens balanserade styrkort. Prioriterade insatser samt resursfördelning och eventuellt resursbehov redovisas årligen i strategisk plan och budget.

Kommunens folkhälsoenhet har i uppdrag att erbjuda stöd vid genomförandet av regionala dialogmöten och förvaltningarnas planeringsprocess. Underlag till stöd för genomförande av dialogmöten, planering och prioritering av insatser läggs successivt under programperioden ut på www.gotland.se/folkhalsa.



3

Barns, ungdomars och äldres behov är prioriterade.

Förhållanden under barndom och uppväxt har stor betydelse för hälsan under hela livet. FN:s konvention om barnets rättigheter ska vägleda inom alla samhällsområden. Barn och ungdomar har fullt och lika människovärde som vuxna men är mer sårbara. Därför behöver barn särskilt stöd och skydd. Genom insatser som stödjer föräldraskap och påverkar förhållanden i skola och fritid kan skillnader i uppväxtvillkor jämnas ut.

I takt med att andelen äldre ökar och kunskapen växer om att det går att främja hälsan långt upp i livet, ökar också intresset för folkhälsoarbete i höga åldrar. Fyra områden är särskilt viktiga för att äldre ska må bra: att röra på sig, äta bra mat, ha sociala kontakter och att känna sig behövd. Många äldre har goda förutsättningar till detta medan andra är beroende av närstående eller vårdpersonal för att tillgodose sina behov. Det är en viktig samhällsfråga att stödja och skapa förutsättningar för hälsa under hela livet.

Hur ska programmet följas upp

Programmet följs upp genom mätbara mål och delmål. Vissa delmål mäts rutinmässigt varje år, andra kräver särskilda undersökningar och mäts en gång under programperioden. Vid uppföljning ska resultat och hälsoförändringar analyseras för män och kvinnor, flickor och pojkar. Hälsoskillnader mellan grupper med kortare och längre utbildning eller högre och lägre inkomst analyseras när sådana data finns tillgängliga.

Kommunstyrelsen ansvarar genom folkhälsoenheten för övergripande uppföljning av det folkhälsopolitiska programmet.



8. Exempel på insatser och arbetssätt för målområdena

Insatser för delaktighet och inflytande

Rätten till delaktighet och inflytande gäller oavsett kön, etnisk bakgrund, funktionsnedsättning, sexuell läggning eller ålder. Om människor upplever att de inte kan påverka sina egna livsvillkor kan känslan av utanförskap och maktlöshet ge negativa hälsoeffekter. Här presenteras exempel på insatser för att öka förutsättningarna för delaktighet och därmed för en god hälsoutveckling.

Den fysiska miljöns betydelse

- Tillgängliga, säkra och trygga grönområden, näridrottsplatser, bostäder, gemensamhetslokaler, cykelvägar, och kollektivtrafik är grundförutsättningar för social delaktighet. Med rätt planering kan den fysiska miljön motverka isolering, ensamhet och otrygghet. Särskilt barns, äldres och funktionshindrades villkor bör uppmärksammas i planeringsarbetet.

Dialog och samråd

- Medborgardialoger, kund- och brukarråd, anpassade för olika åldrar och förutsättningar, möjliggör för barn, unga, vuxna och äldre att påverka sin vardag i näringsliv och offentlig verksamhet.

Tillgänglighet, jämställdhet och mångfald

- Organisation och arbetsformer i arbetsliv, fritids- och föreningsverksamhet som stödjer tillgänglighet, jämställdhet, mångfald och integration bidrar till att stärka den sociala sammanhållningen.

Kultur, idrott och föreningsliv möjliggör delaktighet och social samvaro

- Kultur, både att uppleva och utöva, kan väcka känslor och tankar, ge tillfälle till möte och samvaro och främja samarbete mellan individer och lokala organisationer. Andra viktiga verksamheter är studieförbundens bidrag till folkbildning, kultur och social samvaro liksom idrottsrörelsens breda verksamhet. Lokalt grannskapsarbete och föreningsverksamhet skapar viktiga förutsättningar för delaktighet och inflytande och kan motverka isolering och utanförskap.

Skola, utbildning och arbetsliv

- En god utbildning i en kreativ miljö som ger elever lust att lära och låter dem känna glädje i att lyckas stödjer hälsa och utveckling. Arbetsformer för delaktighet i arbetsliv och skola bidrar till en hälsofrämjande arbetsmiljö för barn, ungdomar och vuxna.
- Samverkan mellan skolan och utbildningsväsendet, kommunen, arbetsförmedlingen, försäkringskassan och arbetsgivare kan öka förmågan att stödja människor att finna och bibehålla ett arbete utifrån sina egna förutsättningar. Särskilt viktigt är att underlätta unga människors inträde i arbetslivet och motverka långvarigt utanförskap för personer med ohälsa eller funktionshinder.

Insatser för livsmiljö och levnadsvanor

Folkhälsoarbetet syftar i första hand till att främja hälsa. Därtill ska hälsorisker så långt möjligt motverkas. Inriktningen är att samhället utformas så att människor har möjligheter att påverka sina egna livsvillkor. Ett effektivt folkhälsoarbete kräver gemensamt ansvarstagande och samverkan mellan kommunen, myndigheter, näringsliv, föreningar, organisationer och den enskilda människan.

Här följer exempel på insatsområden och viktiga aktörer för en hälsofrämjande livsmiljö och hälsosamma levnadsvanor.

Livsvillkor, levnadsvanor och hälsa

- Genom ökad kunskap om sambandet mellan livsvillkor, levnadsvanor och hälsa stärks förutsättningarna för folkhälsoarbete i alla verksamheter, offentliga, ideella och privata. Folkhälsoarbetet inriktas på att underlätta hälsosamma val samt att stärka frisk- och skyddsfaktorer och motverka riskfaktorer för ohälsosamma levnadsvanor.

Kunskap behövs också till allmänheten för att vi ska kunna göra hälsofrämjande val. Ledare inom idrotts- och föreningsliv når många, inte minst barn och ungdomar och kan bidra till att sprida kunskap.

- För barn och ungdomar är familjen och föräldrarna den viktigaste grunden för en trygg och god uppväxt. Föräldrautbildning i grupp med strukturerade metoder har visat sig vara ett verkligt sätt att stödja barns och ungdomars psykiska hälsa. Familjer har olika behov och olika metoder krävs för att kunna möta dessa behov. En samlad strategi för föräldrautbildning inklusive uppföljning, är ett sätt att ge föräldrar överblick över möjligheter som erbjuds samtidigt som resurser kan utnyttjas effektivt.

Fysisk miljö

- Klimatförändringen kommer att påverka oss alla. Även med begränsningar av utsläppen kommer vi att få ett varmare och våtare klimat. Förändringen av klimatet kan tänkas påverka hälsosituationen i Sverige på en rad olika sätt: genom extremt väder såsom stormar och värmeböljor eller genom förändringar av klimat och miljö som påverkar smittorisker, vattenkvalitet, luftföroreningshalter med mera.

Vi kan förvänta oss utbrott av infektionssjukdomar som tidigare inte förekommit i vår del av världen. Forskare pekar redan idag på förändringar i hälsoläget eller av riskfaktorer som hör samman med klimatförändringarna, exempelvis fästingarnas utbredning norrut i Sverige och att pollensäsongen blivit längre. Sverige kommer dessutom att påverkas via klimatförändringens effekter på andra håll i världen.

Kunskapen om klimatförändringarnas betydelse för hälsa behöver spridas. Alla delar av det gotländska samhället behöver utveckla förhållningssätt för att möta dessa förändringar. Gotländska mål och strategier för att motverka klimatförändringarna finns i miljöprogrammet för ekokommun Gotland.

- Rent vatten, frisk luft, en god bostads- och utomhusmiljö är nödvändigt för hälsa. Tillgång till en grön miljö i vardagen är av stor vikt för såväl den psykiska som den fysiska hälsan. Tillgängliga och trygga grönområden i omedelbar närhet av bostaden har visat sig öka den fysiska aktiviteten både för barn och vuxna. Fria gröna områden fungerar också som oaser och kan öka vår förmåga att hantera stress, erbjuda möjligheter till lek och fysisk aktivitet och bidra till att motverka ensamhet.

Barns, äldres och funktionshindrades tillgång till en hälsofrämjande grön rekreativmiljö i vardagen bör särskilt uppmärks-

sammas. Kollektivtrafiken har stor betydelse för att öka tillgängligheten till natur- och kulturupplevelser och sociala aktiviteter, inte minst för barn, ungdomar, äldre och funktionshindrade.

- Förebyggande arbete för att minska antalet personskador kan göras med framgång, visar ett stort antal utvärderingar. Insatser för att minska fallskador bland äldre kan ske exempelvis genom åtgärder i hem och bostadsmiljöer, studiecirkel och fysisk träning i samverkan med pensionärsorganisationer samt genom översyn av medicinering.

Barn- och ungdomars skador sker till största delen i hem- och fritidsmiljöer men det är i trafiken som de flesta dödsolyckorna sker. Trafikundervisningen behöver anpassas till förändrade färdvanor, exempelvis det ökande antalet EU-mopeder. Förebyggande arbete bör börja med att kartlägga skaderisker och därefter utforma åtgärder, gärna i samarbete med barnen eller de äldre själva.

Tobak, alkohol, narkotika, dopning och spel

- För att nå målen krävs samverkan mellan offentliga, ideella och privata verksamheter. Nätverk och samrådsgrupper som Tryggare Gotland och nätverket för ideella organisationer som arbetar med alkohol- och drogfrågor, dopning och överdrivet spelande är exempel på arbetsformer som skapar gemensam dragkraft i det förebyggande arbetet. Strategiska områden är förebyggande arbete bland barn och unga, turism och nöjesliv, drogfria arbetsplatser, minskad tillgång till narkotika och en väl utbyggd vårdkedja.

En välfungerande vårdkedja innehåller information, rådgivning, tillnyktring, avgiftning, kartläggning, bedömning, vårdhänvisning samt öppen och sluten vård utifrån den enskildes behov. Anhörigstöd är en väsentlig del i vårdkedjan.

- Barn och unga ska få växa upp utan att skadas av tobak, alkohol eller narkotika. Detta betyder att från och med graviditeten måste föräldrar erbjudas kunskap, råd och stöd i dessa frågor. Detta gäller sedan under barnens hela uppväxt. Det förutsätter samarbete mellan mödra- och barnhälsovården, förskola och skola, föreningsliv och fritidsverksamheter för unga, socialtjänst samt hälso- och sjukvård. Arbetssättet behöver kontinuerligt utvecklas med stöd av utvärderade metoder.

- Kommunen har ett särskilt ansvar för hjälp och stöd till barn som växer upp med missbrukande föräldrar eller i andra svåra familjeförhållanden, där Tryggs stödgrupper utgör en mycket viktig resurs. Föräldrastöd med utvärderade metoder inom missbrukarvård och socialtjänst, psykiatrisk vård och kriminalvård, är andra sätt att stödja barn och unga i svåra livssituationer. Uppsökande verksamhet riktad till ungdomar med resurser anpassade för det särskilda behovet sommardag är en viktig del i att skapa trygga och goda uppväxtvillkor.
- Gotlands kommun beslutar om alkoholtillstånd och utövar tillsyn enligt tobaks- och alkohollagen samt lagen om detaljhandel med nikotinläkemedel. I rollen som tillstånds- och tillsynsmyndighet har kommunen ansvar för att säkra att försäljning och servering av sådana produkter sker i enlighet med lagens krav för att minska risk för skador och ohälsa. Särskilda riktlinjer för detta finns på kommunens hemsida.

Mat och fysisk aktivitet

- Småbarnsföräldrar är en viktig grupp som redan från amningsperioden och under barnens uppväxt behöver erbjudas råd och stöd för att kunna ge sina barn goda mat- och rörelsevanor. Mödra- och barnhälsovård, folktandvård, dietister, skola och skolhälsovård, idrottsföreningar, Hushållningssällskapet och folkhälsoenheten är exempel på verksamheter som arbetar i nätverk för att sprida kunskap och främja hälsosamma matvanor bland barn och ungdomar.
- Mat som serveras i kommunal verksamhet inom skola, vård och omsorg är ett viktigt verktyg för hälsofrämjande utvecklingsarbete och regleras i kommunens kostpolicy. Förutom lagad mat serveras även mellanmål på fritidshem och inom skolor och fritidsgårdar finns caféer. Råd om bra mellanmål och caféverksamhet för barn och unga har utarbetats och utbudet följs upp regelbundet. Genom matråd i skolan kan elever tillsammans med skolpersonal vara delaktiga i matfrågan vilket kan bidra till att främja goda matval.
- Inom förskoleverksamhet, förskolor och skolor är fysisk aktivitet dagligen, gärna utomhus, ett mycket viktigt bidrag till folkhälsoarbete för barn och unga. Även för de som på grund av funktionshinder eller ålder är beroende av omvårdnad behöver möjligheter erbjudas att komma ut. Samverkan med föreningslivet kan öppna nya möjligheter.

Trygg och säker sexualitet

- Ungdomar är en prioriterad grupp i arbetet för sexuell hälsa. En gemensam strategi för det budskap som ska ges till ungdomar i frågor om sexualitet och hälsa i samverkan mellan ideella organisationer, skola och skolhälsovård, ungdoms- och fritidsverksamhet, hälso- och sjukvård samt andra engagerade verksamheter ökar kraften i budskapet. För utvecklingsarbete är nätverk därför en viktig arbetsform.
- Kunskapsspridning, sex- och samlevnadsundervisning av god kvalitet samt en lättillgänglig resurs för rådgivning och stöd kring preventivmedel, sexualitet och relationer samt testning, smittspårning och behandling, anpassad för pojkars och flickors behov är kommunens huvudsatser för att stödja ungas utveckling och sexuella hälsa.

Föreningslivet och idrotten

- Organisations- och föreningsliv erbjuder kulturupplevelser, idrott och fysisk aktivitet, social samvaro och möjligheter till lärande och utveckling på fritiden. De ideella organisationerna är nyckelfunktioner i det regionala folkhälsoarbetet. Samverkan mellan organisationer och myndigheter kan öppna för nya kreativa arbetsformer som breddar gotlänningarnas möjligheter att delta i kultur, idrott och fritidsverksamheter. Organisationer som antar policys för mångfald samt för tobaks-, alkohol- och drogfrågor bidrar till att skapa stödjande miljöer.

Kultur - uppleva och utöva

- Kulturupplevelser och aktivt kulturutövande har stor betydelse för människors hälsa. Kulturupplevelser kan stimulera barns och ungas sociala, emotionella och intellektuella utveckling. Kulturupplevelser inom vård och omsorg har gynnsam effekt på läkningsprocessen. Genom samverkan mellan offentliga, ideella och privata verksamheter ökar möjligheterna för kulturverksamhet att bidra till det hälsofrämjande arbetet.

Arbetslivet

- Ett arbetsliv som aktivt underlättar att kombinera föräldraskap och arbete bidrar till att skapa trygga och goda uppväxtvillkor för barn och ungdomar. Det är också ett sätt att attrahera medarbetare i barnafödande åldrar och därigenom bidra till personalförsörjningen.

- Tydliga och väl förankrade policys i hela det gotländska arbetslivet för tobaks-, alkohol- och drogfrågor är ett stöd för ledning och medarbetare. Tobaksfria arbetsplatser stödjer medarbetares hälsa. Gotlands kommun kan bidra som kunskapsförmedlare i dessa frågor samt genom att erbjuda stöd i tobaks-, alkohol- och drogfrågor till dem som behöver hjälp för att ändra sin livsstil eller bryta ett beroende. Kommunens interna policy i tobaks-, alkohol- och drogfrågor ska ingå i den egna arbetsmiljö- och ledarutbildningen.
- System för friskvård till medarbetare i kombination med uppföljning har blivit vanligt i det gotländska arbetslivet. Det är framförallt olika former av stöd för fysisk aktivitet som prövas. Samarbete med föreningslivet är en möjlig arbetsform, en annan är köp av tjänster inom företag i friskvårdsbranschen. Det finns också arbetsgivare som erbjuder tobaksavvänjning på arbetstid. I en hälsofrämjande arbetsmiljö är också tydliga mål, dialogbaserat ledarskap med återkoppling till medarbetare, flexibla arbetstidslösningar och uppmärksamhet på risker för stress och överbelastning viktiga inslag.

Skolan

- Genom att utveckla skolans vardag till en stödjande miljö för hälsa kan skolan påverka barns uppväxtvillkor. Detta förutsätter en helhetssyn på hälsa, fysiskt, psykiskt och socialt. En väl fungerande skolhälsovård och elevhälsa är en viktig resurs för barn och ungdomar.

Alla yrkesgrupper i skolan har förutsättningar att stärka barns och elevers känsla av sammanhang, meningsfullhet, begriplighet och hanterbarhet. Social och emotionell träning, mobbningsförebyggande strategier och förebyggande program byggda på kognitiv psykologi i skolan är några av de insatser som visat sig mest effektiva för att bidra till trygga och goda uppväxtvillkor. För samtliga dessa finns metoder som utvärderats och rekommenderas nationellt.

Andra viktiga insatser är att erbjuda barn och elever fysisk aktivitet dagligen, utöver idrottsämnet. Skolans arbete med samlevnad, alkohol, narkotika och tobak kan utvecklas med inriktning på att stärka skydds- och motverka riskfaktorer runt barn och elever. Arbetet förutsätter samverkan med föräldrar, föreningsliv, myndigheter och andra utanför skolan.

Fritidsgårdar och ungdomsverksamhet

- För många barn och ungdomar är fritidsgårdar och ungdomsverksamhet viktiga kontaktpunkter. Genom att verksamheten vilar på frivillig grund finns särskilda möjligheter att arbeta med frågor om hälsa, livsstil och utveckling. Genom att använda utvärderade metoder och samverka med föräldrar, frivilligorganisationer och offentliga verksamheter kan den öppna ungdomsverksamheten bidra till att stärka skyddsfaktorer för barn och ungdomar.

Hälso- och sjukvården

- Hälsofrämjande hälso- och sjukvård innebär en bred strategi som innefattar medborgarinformation, förebyggande patientarbete, metoder för att stärka patientens egna resurser, stöd till anhöriga samt en hälsofrämjande arbetsmiljö för de egna medarbetarna.

Hälso- och sjukvården har genom sin professionella kunskap och allmänhetens förtroende goda förutsättningar att påverka människors hälsa. Dels genom att utveckla förhållningssätt i patientarbetet som stärker individens egna resurser att förbättra och bibehålla hälsa. Dels kan hälso- och sjukvården i patientmöten och till allmänheten förmedla kunskap om levnadsvanornas betydelse för hälsa. Metoder för att upptäcka tecken på riskbeteende när det gäller exempelvis matvanor, bristande fysisk aktivitet eller alkoholvanor har visat sig framgångsrika i kombination med motiverande samtal för livsstilsförändring.

Fysisk Aktivitet på Recept[®], har enligt ny svensk forskning visat sig vara ett framgångsrikt komplement till traditionell medicinsk behandling. Genom att patientens egenupplevda hälsa görs till ett mål, vid sidan av biologiska hälsotecken, blir det också nödvändigt att mäta detta.

Metoder för så kallad hälsovinstmätning används allt mer inom hälso- och sjukvården. Ett internationellt och svenskt utvecklingsarbete pågår inom Nätverk för hälsofrämjande sjukhus och vårdorganisationer för att vidareutveckla hälso- och sjukvården i hälsofrämjande riktning.

9. Nationellt folkhälsomål och elva målområden som påverkar folkhälsan

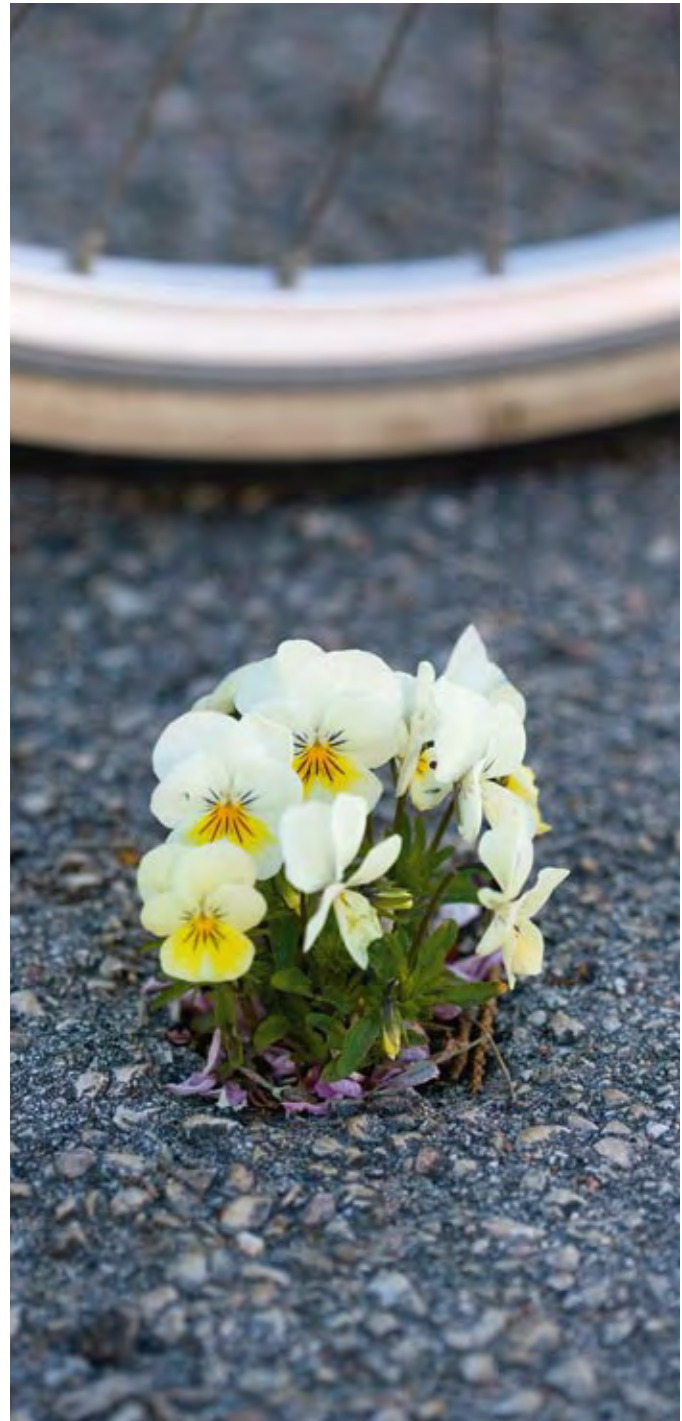
Den nationella folkhälsopolitiken utgår ifrån ett av riksdagen beslutat övergripande folkhälsomål. Att skapa samhälleliga förutsättningar för en god hälsa på lika villkor för hela befolkningen.

Målet visar på att det är särskilt viktigt att motarbeta ojämlikheter i hälsa som bottnar i socioekonomisk status, utbildningsnivå, kön, etnicitet eller sexuell läggning. Det innebär också att fokus har flyttats från enskilda sjukdomar eller hälsoproblem till hur samhällsorganisation och människors levnadsförhållanden bidrar till hälsa eller ohälsa.

För att nå målet har riksdagen antagit elva målområden som alla är påverkbara i arbetet med att nå målet. Målområdena fokuserar de förhållanden i människors livsvillkor och levnadsvanor som har störst betydelse för hälsan.

Målområdena är:

1. Delaktighet och inflytande i samhället
2. Ekonomiska och sociala förutsättningar
3. Barns och ungas uppväxtvillkor
4. Hälsa i arbetslivet
5. Miljöer och produkter
6. Hälsöfrämjande hälso- och sjukvård
7. Skydd mot smittspridning
8. Sexualitet och reproduktiv hälsa
9. Fysisk aktivitet
10. Matvanor och livsmedel
11. Tobak, alkohol, narkotika, dopning och spel



Ordlista

FOLKHÄLSA Befolkningens hälsotillstånd, med hänsyn till hälsonivå och fördelning av hälsan. En god folkhälsa bör alltså inte bara vara så bra som möjligt, den ska också vara så jämnt fördelad som möjligt.

FOLKHÄLSOARBETE Systematiska och målinriktade hälsofrämjande och förebyggande insatser för att åstadkomma en god och jämlik hälsa för hela befolkningen. Åtgärderna är inriktade på att skapa förutsättningar och miljöer som främjar hälsa, insatser för att förmedla kunskaper och öka medvetenheten om sambandet mellan livsvillkor och hälsa samt på att undanröja riskfaktorer för ohälsa.

FRISKFAKTORER Omständigheter som främjar en positiv hälsoutveckling.

FYSISK AKTIVITET PÅ RECEPT® En arbetsmetod för att främja fysisk aktivitet inom hälso- och sjukvården. Receptet kan användas både i behandlande och i förebyggande syfte.

FÖREBYGGANDE INSATSER Åtgärder som inriktas på att minska risker för en specifik ohälsa eller sjukdom. Arbetet utgår ifrån kunskap om särskilda riskfaktorer och skyddsfaktorer som kan motverka dessa.

HÅLLBAR UTVECKLING En utveckling som tillgodoser dagens behov utan att äventyra kommande generationers möjligheter att tillgodose sina behov. Hållbar utveckling har tre samspelande dimensioner – den ekonomiska, sociala och ekologiska. Alla tre är sinsemellan beroende och kan förstärka varandra.

HÄLSOFRÄMJANDE INSATSER Åtgärder som inriktas på att stärka människors förutsättningar att uppnå och bibehålla bästa möjliga hälsa. Arbetet utgår ifrån kunskap om friskfaktorer som bidrar till att stärka hälsa och allmänt ökar motståndskraften mot sjukdomar och/eller ger snabbare återhämtning från sjukdom.

HÄLSOVINSTMÄTNING Mätningar av patienternas självskattade hälsa, före och efter en sjukvårdande behandling eller hälsofrämjande insats i syfte att avgöra i vad mån hälsan har förbättrats.

RISKFaktorER Förhållanden som ökar risken för en negativ hälsoutveckling.

SKYDDSFaktorER Förhållanden som har en skyddande effekt på individer som utsätts för hälsorisker.

SOCIOEKONOMISK GRUPP Individer som på grund av vissa sociala (*tex yrke*) och ekonomiska (*tex inkomst*) förhållande sammanförs i en kategori.

STÖDJANDE MILJÖER FÖR HÄLSA Miljöer som skyddar människor mot hälsohot och möjliggör att de utvecklar sin kapacitet, sitt självförtroende och sin hälsa. Miljön omfattar det samhälle där människor lever, inklusive deras hem och arbete.

Källförteckning

GOTLANDS KOMMUN; Folkhälsorapportering Gotland 2006

HALLBERG J; Sju landmärken för hälsa och hållbarhet.
Arbetsmaterial vid remisskonferens i Visby 2008-05-21

REGERINGENS PROPOSITION 2007/08:110, En förnyad
folkhälsopolitik

REGERINGENS SKRIVELSE 2005/06:126, Strategiska utmaningar
– En vidareutveckling av svensk strategi för hållbar utveckling

ROCKLÖV J, HURTIG A-K, FORSBERG B; Hälsopåverkan av ett
varmare klimat – en kunskapsöversikt Umeå Universitet,
Yrkes- och miljömedicin i Umeå rapporterar, 2008

STATENS FOLKHÄLSOINSTITUT; Folkhälsopolitisk rapport
2005, R 2005:5

STATENS FOLKHÄLSOINSTITUT; Klimatförändringar
och hälsa, 2007

SOCIALSTYRELSEN; Folkhälsorapport 2005



PRODUKTION © Infoteamet, KSK, Gotlands kommun, 2008
FOTO Stig Hammarstedt, Malin Ericsson, Infoteamet
TRYCK Snabba Tryck



Gotlands kommun, Folkhälsoenheten
Besöksadress S:t Hansgatan 25, 3tr, Visby
Tfn 0498-26 90 00 vx
Hemsida www.gotland.se/folkhalsa