

11. maj 2022

Sundhedspolitikken blev sparket i gang

Cirka 60 personer var mødt op, da der var kickoff arrangement for Frederikssund Kommunes nye sundhedspolitik, som har fået navnet Sammen om sundhed. Til arrangementet blev der delt viden og ideer til, hvordan sundheden kan øges for kommunens borgere, både fysisk og mentalt.

Der var både borgere, politikere og kommunale medarbejdere i Valhal, da der tirsdag den 10. maj var inviteret til kickoff for Sammen om sundhed. De fremmødte fik forskellige oplæg om sundhedspolitikken og sundhedstilstanden i Frederikssund Kommune. Formanden for udvalget for Social og sundhed, Anne Sofie Uhrskov (V) bød de fremmødte velkommen:

- Med sammen om sundhed ønsker vi at invitere til et bredt samarbejde. Derfor holder vi i dag kickoff seminar. I vil blive præsenteret for de nyeste sundhedsdata for vores kommune. De data er et vigtigt grundlag for, at vi kan tale sammen om, hvilke indsatser der skal til. Sundhedspolitikken er blevet til i et bredt samarbejde, der har været en bred inddragelsesproces af borgere, medarbejdere og relevante råd som er vores politiske samarbejdspartnere i dagligdagen. Flere af jer sidder her i dag, og det er jeg glad for, sagde Anne Sofie Uhrskov og fortsatte:

- Tallene i vores sundhedspolitik understreger flere vigtige ting, men for mig er én meget vigtig. Det er vores mentale sundhed, og det ser ikke godt ud. Det er kun blevet værre under coronaen, og derfor har mental sundhed fået sit eget afsnit i sundhedspolitikken. Vi vil gerne understrege, at mental sundhed er lige så vigtig som den fysiske sundhed.

Efter velkomsten fik direktør for Velfærd, Arbejdsmarked og Sundhed Mie Helene Andresen ordet. Hun talte blandt andet om vigtigheden af at sundhedspolitikken og de dertilhørende handleplaner omfavner alle borgere.



Formand for udvalget for Social og sundhed, Anne Sofie Uhrskov (V) byder de fremmødte velkommen til kickoff for sundhedspolitikken.

Fokus på mental sundhed

For at give et indblik i borgernes sundhed i Frederikssund Kommune var to oplæg. Dels et oplæg om Sundhedsprofilen 2021 ved forsker Marie Stjerne Grønkjær og videnskabelig medarbejder Cecilie Goltermann Toxværd fra Sundhedsprofilteamet, og dels et oplæg om undersøgelsen Danmark i Bevægelse ved professor Bjarne Ibsen fra Center for forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund på Syddansk Universitet.

Sundhedsprofilen 2021 viser, at der i Frederikssund Kommune er samme tendens som på landsplan, nemlig at flere og flere har dårligere mentalt helbred. Det kan være ensomhed, stress og social isolation. Men undersøgelsen viser også, at det mentale helbred ofte hænger sammen med andre ting, såsom søvn, selvvalderet helbred, dårlig livskvalitet med mere.

Derudover viser undersøgelsen, at der er 19 procent af borgerne, der har et usundt kostmønster, 22 procent har svær overvægt med et BMI over 30, og det er begge tal, der ligger over gennemsnittet i Region Hovedstaden og som er steget siden sundhedsprofilen i 2017.

Undersøgelsen viser også, at der er færre, der ryger og drikker mere alkohol end det anbefalede antal genstande, ligesom flere er blevet fysisk aktive i fritiden. Til gengæld er færre aktive, når de skal transportere sig til og fra arbejde og andet. Det kan dog skyldes, at undersøgelsen blev lavet under coronaen, hvor mange arbejdede hjemme fra.

Der er en del borgere, der svarer, at de gerne vil ændre deres adfærd og flere ønsker hjælp til dette. Det gælder både i forhold til rygning, alkoholforbrug, kostvaner og vægttab med mere.



Fremmødte ved kickoff for sundhedspolitikken hører oplæg om sundhedsprofilen 2021.

Undersøgelsen Danmark i Bevægelse viser til gengæld, at mange allerede bevæger sig mere end de selv er klar over. Den har blandt andet kigget på, hvor meget vi bevæger os i hverdagen og tæller derfor alt fra støvsugning og hundeluftning til cykling og sport med. Den påpeger dog, at der er nogle områder, hvor man kan undre sig over, at borgerne ikke udnytter muligheden for at bevæge sig mere. Eksempelvis ved transport, hvor den ligesom Sundhedsprofilen viser, at mange ikke er fysisk aktive når de skal transportere sig fra A til B. Og så viser den, at trods den smukke natur og det meget vand, som Frederikssund Kommune har, så bruger borgerne det ikke til at bevæge sig i, selvom de mener, at de har gode muligheder for det.

Workshops fyldt med gode ideer

Efter oplæggene var der tre små workshops, hvor deltagerne kunne give deres inputs til de tre temaer fra sundhedspolitikken.

Under emnet Det nære sundhedsvæsen var der mange, der satte fokus på, at nogle borgere risikerer at sidde meget alene i hjemmet, eksempelvis ældre der er indlagt i eget hjem. Her var blandt andet forslag om at skabe et netværk for borgeren og at der måske skal arbejdes mere på, at man i lokalmiljøerne hjælper og "holder øje" med hinanden og tager mere ansvar for hinanden. Men der var også fokus på, hvad sundhedspersonalet som SOSU'er, sygeplejersker og andre fagligheder kan gøre for at hjælpe og reagere på eksempelvis henvendelser fra bekymrede pårørende eller naboer.

På workshoppene om Mental sundhed kom der flere forslag til, hvordan man kan skabe fællesskaber for unge, ældre og psykisk sårbare. Der var forslag som at skabe fællesskaber blandt forældre i børnehaver, en sundhedspleje på Campus for de elever, der har afsluttet folkeskolen, læsefællesskaber på bibliotekerne, fællessang for psykisk sårbare og deres pårørende, aktiviteter for ældre uden netværk, flere fællesskaber for unge med mere.



Deltagerne i workshops fik en god snak sammen om de tre temaer i Sundhedspolitikken.

Deltageren på workshoppen for emnet Forebyggelse og Sundhedsfremme havde også mange gode ideer. Det var blandt andet mere fokus på sund mad og kostvaner hos børn og unge, få flere til at cykle eller gå til og fra skole, ændre alkoholvaner, skabe et socialt samvær om sund kost og vægttab, medarbejderidræt for de mange borgere, der arbejder i private og offentlige virksomheder i kommunen og andre gode forslag.

Alle forslagene blev samlet sammen af medarbejdere fra Center for Sundhed og Forebyggelse, og der vil blive lavet en opsamling, som udvalget for Social og sundhed vil få præsenteret, så de kan arbejde videre med de mange gode inputs.



Ideer på workshops blev hængt op på whiteboards.

Foto: Frederikssund Kommune