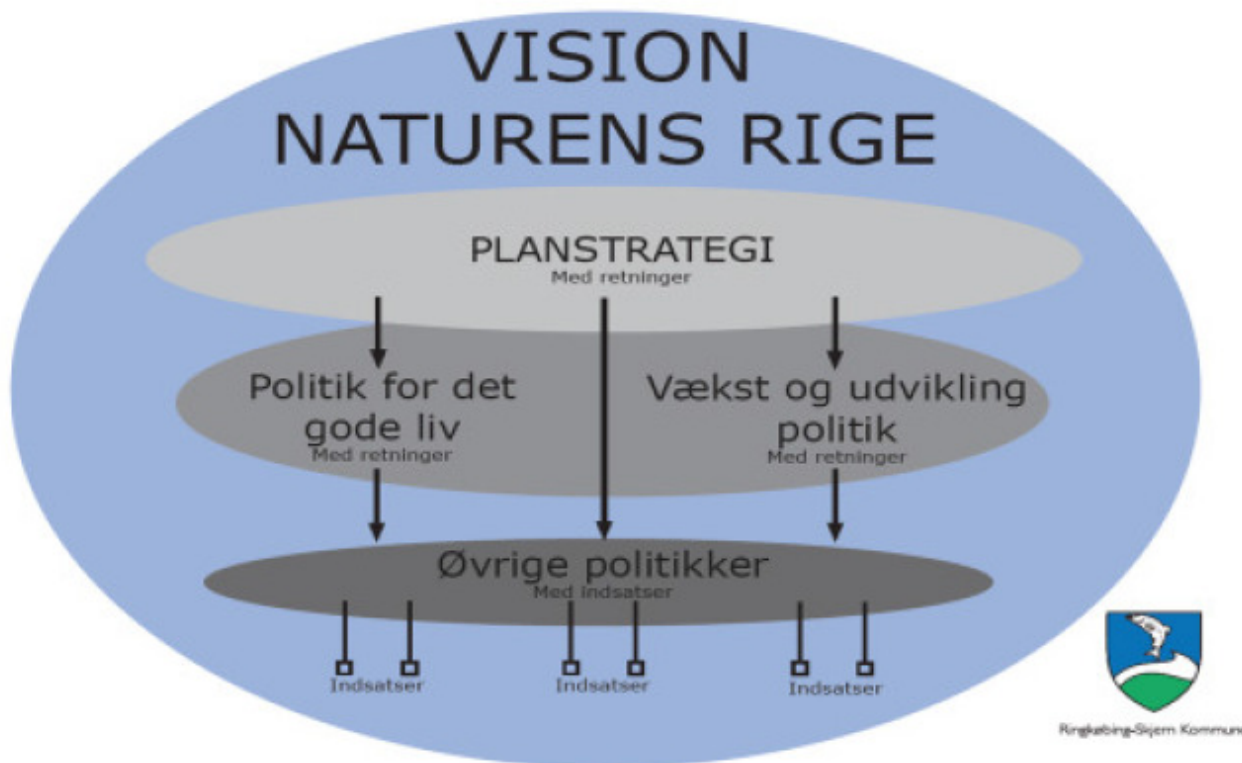


Sundhedspolitik

Indledning



Ringkøbing-Skjern Kommunes vision Naturens Rige er udtryk for, at Byrådet gennem naturen vil sikre borgerne det gode liv og at skabe vækst i kommunen. Visionen konkretiseres gennem planstrategien, de overordnede politikker og øvrige politikker. Herved sikres, at der er en rød tråd fra den overordnede vision til kommunens konkrete aktiviteter i forhold til og sammen med borgere, virksomheder og foreninger m.m.

Planstrategien uddyber og konkretiserer den politiske vision. De to overordnede politikker – Politik for det gode liv og Udviklings- og vækstpolitikken tager udgangspunkt i visionen og planstrategien og sætter gennem målsætninger retning for de øvrige politikker.

De øvrige politikker relaterer sig til bestemte målsætninger i den ene eller begge overordnede politikker og indeholder konkrete mål og indsatser, som der følges op på hvert år.

Sundhedspolitikken relaterer sig til følgende målsætninger i Politik for det gode liv:

- Vi fremmer borgernes muligheder for at tage ansvar for eget liv
- Velfærdsopgaverne bliver løst i samarbejde med borgere, pårørende, frivillige og/eller foreninger
- Sammen skaber vi rum, hvor relationer blive knyttet og benyttet
- Vi bidrager aktivt til løsninger, der udvikler fællesskaber på tværs i kommunen
- Vi støtter initiativer der fremmer rummelighed, tryghed og gæstfrihed

Vision

Ringkøbing-Skjern Kommune er et trygt og sundt sted at leve med aktive borgere, der i fællesskab tager ansvar for egen og andres sundhed. For den enkelte borger handler sundhed om at finde og holde balancen

i hverdagen, og for kommunen er opgaven at hjælpe borgere med at komme fra en følelse af underskud til en følelse af overskud i hverdagen.

Målsætninger

Mental sundhed – med særligt fokus på øget robusthed og bekæmpelse af ensomhed

Ringkøbing-Skjern Kommune vil styrke borgernes mentale sundhed ved at hjælpe borgere til at opnå balance i hverdagen. Der er to særlige fokuspunkter. Det ene er at styrke den enkelte borgers robusthed ved at tage udgangspunkt i den enkeltes ressourcer. Det andet særlige fokus er at bekæmpe ensomhed, hvor det er vigtigt at være opmærksom på både dem, der er ensomme i fællesskaber og dem, som føler sig mobbet eller ekskluderet fra / ikke inviteret ind i fællesskaberne.

Ensomhed har stor betydning for den enkelte borgers velbefindende – både psykisk, men også fysisk. Der er f.eks. en sammenhæng imellem ensomhed og dårlig ernæringstilstand. Fællesskab omkring et måltid giver noget at være sammen om, uden at stille store krav til deltagernes forudgående kendskab til aktiviteten og samtidig opfylder måltidet et fysisk behov. Fællesskab omkring måltider er derfor et godt eksempel på et område, hvor der kan arbejdes med bekæmpelse af ensomhed.

Bevægelse og fysisk aktivitet i hverdagen

Ringkøbing-Skjern Kommune vil fremme bevægelse og fysisk aktivitet i hverdagen gennem hele livet, da fysisk aktivitet er et godt middel til at opnå psykisk og social sundhed. Der er fokus på bevægelsesglæde fremfor motion for motionens skyld.

Mål

A. Mental sundhed

- 1) Andelen af borgere i Ringkøbing-Skjern Kommune, som er sygemeldt med stress, depression og andre psykiske problemer falder
- 2) Andelen af unge, som ved udkolingsundersøgelse i 8. klasse oplever at have et godt liv, er på mindst 80 %
- 3) Andelen af borgere i Ringkøbing-Skjern Kommune, som har god selv vurderet trivsel og livskvalitet bliver højere end de nuværende 76 %
- 4) Andelen af borgere i Ringkøbing-Skjern Kommune, som føler sig uønsket alene bliver lavere end de nuværende 5,3 %

B. Bevægelse i hverdagen

Da bevægelse i hverdagen kan foregå i mange arenaer og former vurderes det at være mere oplysende at se på forskellige indikatorer om befolkningens bevægelse i hverdagen, fremfor at betragte enkelte mål som et facit for bevægelse i hverdagen.

Indikatorer for målsætningen om bevægelse i hverdagen:

- 1) Andelen af borgere i Ringkøbing-Skjern Kommune, som er fysisk aktive i hverdagen bliver højere end de nuværende 72 %
- 2) Antallet af medlemsskaber i idrætsforeninger og andre fællesskaber i Ringkøbing-Skjern Kommune stiger

I øvrigt er drøftet følgende indikatorer, hvor mulighederne skal undersøges nærmere:

- 3) Andelen af personer i borgerpanelet, som er fysisk aktive i hverdagen stiger
- 4) Antal iværksatte aktiviteter målrettet bevægelse i hverdagen
- 5) Indsatser for at få en bredere gruppe af personer, som er fysisk aktive i hverdagen, f.eks. særligt fokus på nydanskere eller ensomme unge.
- 6) I forbindelse med den nye folkeskolereform skal der laves undersøgelser ifht. Skoleelevers trivsel. Herfra vil det formentlig også være muligt at finde forskellige indikatorer på børns og unges bevægelse i hverdagen.