



Färfälla Kommun



Beställarkontor vård Norr

Folkhälsoplan Järfälla

**Mål och riktlinjer
för lokalt folkhälsoarbete**

Utkast

2003 - 2007

Förord

Detta folkhälsodokument för Järfälla är ett resultat av det samverkansavtal om lokalt folkhälsoarbete som ingåtts mellan Järfälla kommun och Stockholms läns landsting. På uppdrag av den gemensamma folkhälsogruppen har en grupp bestående av tjänstemän från kommunen och landstinget utarbetat dokumentet.

Strukturen har hämtats från Nationella folkhälsokommitténs betänkande SOU 2000:91 "Hälsa på lika villkor – nationella mål för folkhälsan" Tanken är att mål- och strategidokumentet skall användas som en folkhälsokompass och visa på områden som behöver sättas i fokus och grupper i behov av prioriteringar.

Alla kommunens och landstingets verksamheter har ett gemensamt ansvar för att arbeta i enlighet med de mål och strategier som beskrivs i dokumentet. Folkhälsoarbetet måste därmed bedrivas inom ramen för den ordinarie verksamheten och bli en naturlig del av alla medarbetares vardag.

För att följa upp mål- och strategidokumentet är det alla verksamhetscheferns ansvar att till varje år rapportera hur arbetet med varje målområde fortskridit. För sammanställning svarar folkhälsogruppen.

Med utgångspunkt i den årliga sammanställningen revideras sedan mål- och strategidokumentet vid behov.

Kommundirektör

Sjukvårdsdirektör

Kommunstyrelsens Ordförande

Ordförande beredning Nordväst

Innehållsförteckning

Inledning	4
Mål 1 – Delaktighet och inflytande i lokalsamhället	6
Mål 2 – Social trygghet	7
Mål 3 – Trygga och goda uppväxtvillkor	8
Mål 4 – Hälsa i arbetslivet	9
Mål 5 – Sunda och säkra miljöer och produkter	10
Mål 6 – Hälsöfrämjande sjukvård	12
Mål 7 – Fysisk aktivitet	13
Mål 8 – Matvanor och säkra livsmedel	14
Mål 9 – Tobak, alkohol, narkotika, dopning och spel	15
Mål 10 – Säker och trygg sexualitet	17
Indikatorer för uppföljning av effekter	18
Lagar och förordningar	19
Definitioner av vissa uttryck	19

Inledning

Vad är folkhälsa?

Folkhälsa är ett uttryck för befolkningens hälsotillstånd som tar hänsyn till såväl nivå som fördelning av hälsan. Folkhälsa är inte ett enskilt avgränsat område som endast berör ett politikområde eller en del av den lokala vården. Både den kommunala verksamheten och den lokala hälso- och sjukvården påverkas av befolkningens hälsostatus och har också möjligheter att påverka befolkningens hälsoutveckling. I realiteten är det så att folkhälsoarbete kräver ett tvärsektorielt arbetssätt. Därför är det viktigt att folkhälsoarbetet grundar sig på samverkan och breda lösningar. Ideella organisationer som studieförbund och föreningar kan spela en viktig roll i folkhälsoarbetet.

Den enskilda individen har naturligtvis ett ansvar för livsstil och levnadsvanor. Det bör dock påpekas att förutsättningarna för att göra de rätta valen påverkas av strukturella bakgrundsfaktorer, dvs hur samhället är organiserat. Det vi kallar livsstil sammanhänger i hög grad med den sociala miljön. Därför har också de strukturella bakgrundsfaktorerna mest avgörande betydelse för befolkningens hälsoutveckling.

Vad är folkhälsoplan Järfälla?

Det vi kallar folkhälsoplan är mål och riktlinjer för det lokala folkhälsoarbetet. Dessa sammanfattar och beskriver vad kommunen och landstinget prioriterar att arbeta med för att stärka och främja befolkningens hälsa och välbefinnande i Järfälla. Här framgår vilka utmaningar/mål som satts upp för detta arbete. Målen ska vara realistiska och tydliga. Målen är formulerade efter 11 stycken målområden vilka hämtats från de föreslagna nationella målen för folkhälsoarbete.

I dokumentet anges inte detaljerade arbetsbeskrivningar, målen och riktlinjerna ska istället ses som en beskrivning av vad som är fokus i ett längre perspektiv med syfte att främja hälsa och förebygga ohälsa.

Vem ska använda den?

Folkhälsoplanen är tänkt att vara ett underlag för kommunens verksamhet och landstingets lokala hälso- och sjukvård.

Hur ska den användas?

Dokumentet pekar ut riktningar. Man kan kalla den en folkhälsokompass. Däremot är det upp till varje nämnd, förvaltning eller vårdenhet att utse ansvariga och/eller upprätta egna verksamhetsplaner för folkhälsoarbete. Alla mål är inte heller relevanta för alla aktörer.

För alla målområden har **tänkbara aktörer** identifierats. Detta är de enheter vars kärnverksamhet ligger nära målområdet och som i första hand har möjlighet att arbeta för att målen ska uppfyllas. Det är dock viktigt att **alla** prövar målen och ställer frågan: Vad kan vi göra för att uppnå detta?

Även **särskilda målgrupper** är identifierade. Detta betyder inte att det enbart är dessa grupper som skall vara i fokus. Alla medborgare omfattas av folkhälsoarbetet. Det är istället tänkt som en hjälp för att peka ut de som är särskilt utsatta, som behöver lite mer stöd och som bör gå före vid en prioritering av resurser.

Uppföljning och revidering

Uppföljning av målen sker genom att kommunens verksamhet och landstingets lokala hälso- och sjukvård årligen i november beskriver vilka insatser som gjorts för att arbeta efter och uppnå folkhälsoplanens mål/utmaningar. Rapporteringen sker i form av verksamhetsberättelse under rubrik folkhälsoarbete. Rapportering kan ske som del av ordinarie verksamhetsberättelse.

Indikatorer och nyckeltal för att följa effekter av insatser i kommunens och landstingets verksamhet har i första hand hämtats från Statens Folkhälsoinstituts databas "Kommunala basfakta". Därutöver har valts återkommande lokalt statistiskt material. Uppföljning av effekter bör ske det år dokumentet upphör att gälla..

Revidering av Mål- och riktlinjer för lokalt folkhälsoarbete kan göras av folkhälsogruppen under december månad varje år.

MÅL 1

Delaktighet och inflytande i lokalsamhället

Känsla av utanförskap och små möjligheter att påverka kan leda till frustration och apati vilket inte bara hämmar utvecklingen utan också är en riskfaktor för hälsan. Detta gäller samhällets alla sektorer och nivåer. Invandrargrupper som bor segregerat och som inte har en fast förankring på arbetsmarknaden löper ökad risk för alienation. En etnisk och språklig segregation försvårar ytterligare för både barn och vuxna att bli en del av det svenska samhället.

Goda kontakter mellan brukare, politiker och tjänstemän är avgörande för ett lokalt positivt klimat. Det är viktigt att fånga upp lokala viljeuttryck och önskemål. I Järfälla finns ungdomsråd, handikappråd, äldre råd och flyktingmottagning som tar till vara dessa gruppers intressen.

Vårdbarometern är ett sätt att lyssna till brukarna och bedöma tillfredsställelse och inflytande över den lokala vården och Vårdguiden är tillgänglig för bl a synpunkter på och kontakter med hälso- och sjukvården. För landstingsproducerad lokal vård finns även en patientombudsman.

UTMANINGAR/MÅL

Öka brukarinflytandet

- Utveckla och främja kontakter mellan kommunens och landstingets förvaltningar och brukarna
- Informera och föra dialog om det lokala folkhälsoarbetet

Stödja svaga grupper

- Ta initiativ till att införa hälsokonsekvensbeskrivningar som del i den politiska beslutsprocessen
- Ta hänsyn till grupper med särskilda behov
- Aktivt stödja initiativ som syftar till att bryta segregation och isolering

TÄNKBARA AKTÖRER

Alla kommunala förvaltningar och nämnder, Landstingets beställare och lokala utförare

SÄRSKILDA MÅLGRUPPER

Grupper med annat etniskt ursprung, Ensamstående föräldrar, Funktionshindrade, Barn o ungdomar.

MÅL 2

Social trygghet

Ensamhet och ett begränsat socialt umgänge är en riskfaktor för hälsan. Människors hälsa formas i ett samspel mellan individuella förutsättningar och den omgivande sociala miljön. För individen handlar det om att kunna hantera sin livssituation och potentiella hot av olika slag.

En möjlighet för att klara detta är att söka stöd i olika sociala nätverk. Alla människor har inte tillgång till ett positivt och stödjande nätverk. De individer som är i störst behov av stöd från sin omgivning har i många fall minst tillgång till det. Att säkerställa mötesplatser kan vara ett sätt att underlätta för individen att ingå i en social gemenskap.

Även upplevd oro för våld och hot kan leda till isolering. Det är varje människas rättighet att känna trygghet i sin närmiljö.

UTMANINGAR/MÅL

Öka delaktighet i kulturverksamhet, folkbildning, föreningsliv och folkrörelser

- Stimulera till möten mellan grupper och generationer
- Stödja och samverka med lokalt kultur- och föreningsliv

En säker och trygg närmiljö

- Minska oron att utsättas för våld och hot genom förbättringar i den sociala och fysiska miljön
- Verka för stödjande miljöer i utsatta områden

TÄNKBARA AKTÖRER

Utbildnings-, kultur- och fritidsnämnden, Kommunalt brottsförebyggande råd, Landstingets beställare och lokala utförare särskilt BVC, Socialnämnden, Stadsbyggnadsnämnden

SÄRSKILDA MÅLGRUPPER

Äldre, Funktionshindrade, Kvinnor, Vissa grupper med annat etniskt ursprung, Barn o ungdomar, Föräldrar

MÅL 3

Trygga och goda uppväxtvillkor

Barn och ungdomar är den högst prioriterade gruppen i kommunens och landstingets folkhälsoarbete. Riskfaktorer för ohälsa är 80% vanligare bland socialt mindre gynnade barn. Detta har sin förklaring i sämre livsvillkor vilket i sin tur ofta leder till missgynnsamma levnadsvanor. Båda dessa faktorer är i allra högsta grad påverkbara. Goda sociala och ekonomiska villkor främjar hälsa.

Förhållanden under de första levnadsåren har särskilt stor betydelse för hälsan, dels med tanke på skolprestationer och framtida möjligheter på arbetsmarknaden, dels som biologiskt skyddande effekter under resten av livet. Effekter av goda levnadsförhållanden på hälsan ackumuleras också under livets gång.

UTMANINGAR/MÅL

Ta hänsyn till barns perspektiv

- Barnkonventionen skall beaktas i kommunens och landstingets verksamhet (Barnchecklistan)
- Stimulera till en hälsofrämjande förskola och skola
- Pojkars och flickors villkor ska uppmärksammas på lika villkor

Stötta blivande och nyblivna föräldrar

- Verka för en trygg anknytning mellan barn och föräldrar
- Stötta nyblivna fäder i papparollen
- Stötta ensamstående föräldrar i föräldrarollen

Främja barns psykiska hälsa

- Barn och ungdomar skall känna trygghet i skola/förskola
- Alla förskolor och skolor ska ha mobbningsplaner och arbeta aktivt mot mobbning

Stötta barn och ungdomar i att utvecklas till trygga och ansvarsfulla vuxna

- Uppmuntra ungdomar till engagemang och ansvar
- Främja kontakter mellan ungdomar och goda förebilder
- Främja kontakter mellan frånvarande pappor och barn

TÄNKBARA AKTÖRER

Barn- och ungdomsnämnden/Utbildnings och kulturnämnden, Landstingets beställare och lokala utförare främst BVC och MVC, Socialnämnden

SÄRSKILDA MÅLGRUPPER

Barn i socialt belastade familjer, Föräldrar

MÅL 4

Hälsa i arbetslivet

Ryggvärk är den enskilt största orsaken till sjukskrivning men även muskelvärk, depressioner, stressreaktioner och ”utbrändhet” står för en stor del av sjukskrivningarna. Arbetslösa är överrepresenterade bland de sjukskrivna. Särskilt kvinnor inom offentlig förvaltning har en ökad risk att vara sjukskrivna jämfört med anställda i privat sektor. Hög frånvaro på en arbetsplats påverkar också verksamhetens kvalitet och arbetsförhållandena för övriga medarbetare.

Karensdagen vid sjukskrivning påverkar också grupper med begränsad ekonomi. Att inte ha råd att vara sjuk kan leda till stress och undersjukskrivning vilket kan få till följd att den enskildes hälsotillstånd på sikt blir sämre. Att ta ut semesterdagar eller komledighet vid sjukskrivning är inte en lösning på problemet.

Upplevelse av brist på uppskattning från arbetskamrater och närmaste chef och litet inflytande över sin arbetssituation innebär en överrisk för sjukskrivning. Idag finns goda exempel på hälsofrämjande arbetsplatser. Den offentliga sektorn har här ett viktigt uppdrag i att verka som föregångare och implementera dessa kunskaper i den egna verksamheten.

UTMANINGAR/MÅL

I Järfälla ska kommun och landsting erbjuda arbetsplatser där god hälsa främjas och där personalen trivs.

- All personal ska känna delaktighet och ha inflytande över sin arbetssituation
- Kommunens och landstingets arbetsplatser ska sträva mot att främja goda levnadsvanor genom att erbjuda insatser som exempelvis rökavvänjningsstöd och friskvård på arbetstid
- Kommun och landsting skall sträva efter samverkan med andra aktörer i folkhälsoarbete riktat mot arbetslivet
- I samverkan utveckla och ta till vara goda exempel på metoder och arbetssätt som leder till ökad hälsa i arbetslivet

TÄNKBARA AKTÖRER

All kommunal verksamhet och lokal landstingsverksamhet

SÄRSKILDA MÅLGRUPPER

Kvinnor

MÅL 5

Sunda och säkra miljöer och produkter

Idag utsätts många för skadligt höga ljudnivåer vilket har lett till att 12 % av Sveriges befolkning idag har någon form av hörselskada. 15 % av alla har någon gång haft pip i örat så kallad tinnitus. Lokaler för barnomsorg och skola hyser idag ofta större grupper än de dimensionerats för vilket medför att ljudnivåerna höjs och att ventilationen inte räcker till.

Vi vistas allt längre tid inomhus. Endast 5 % av dygnet befinner vi oss utomhus. Samtidigt är allergier ett växande hälsoproblem. Bamsesstudien visar tex. att Järfällas barn har en ökad risk för att drabbas av allergier jämfört med barn i Stockholms innerstad. De negativa effekterna av att utsättas för passiv tobaksrök är idag väl kända.

BVC har en central roll när det gäller att nå barn, ungdomar och föräldrar i det skadeförebyggande arbetet. Barn och ungdomar känner bäst de miljöer där de vistas varför det är viktigt att utveckla former för barns och ungdomars medverkan både när det gäller inomhusmiljön och det skadeförebyggande arbetet.

UTMANINGAR/MÅL

Ingen ska utsättas för skadliga ljudnivåer.

- Ljudnivån ska kontrolleras av verksamhetsutövarna och en policy för kontroll och användning/uthyrning bör tas fram för lokaler där höga ljudnivåer kan förekomma.
- Bullret från väg- och tågtrafiken ska minska.

Ingen ska utsättas för hälsorisker pga. brister i inomhusmiljön.

- Radonhalter över gällande gränsvärden ska inte förekomma.
- Skola, förskola ska bedriva ett aktivt allergiförebyggande arbete och göra årlig allergiöversyn.
- Alla fastighetsägare, skolor och förskolor ska ha ett egenkontrollprogram för sin verksamhet.
- Allergianpassade inomhusmiljöer ska erbjudas i förskola, skola, arbetsliv och offentliga miljöer för de som behöver särskilt skydd.
- Allergikommitté/ inomhusmiljögrupp bör bildas i kommunen.

Ingen ska behöva utsättas för passiv tobaksrök

- Tobakslagen och dess krav på rökfria miljöer ska följas.

Personskador och olycksfall ska minska.

- Hälsoskadliga produkter ska vara korrekt märkta och ha barnskyddande förslutning
- Cykelhjälmsanvändningen bör öka.
- En olycksfallslinje (telefonnummer) för rapportering av skador och olycksfallsrisker inom kommunen bör upprättas.

Ökad samverkan

- Samverkan mellan berörda aktörer bör utvecklas

TÄNKBARA AKTÖRER

Apoteket, Barn- och ungdomsnämnden, Landstingets beställare och lokala utförare främst BVC, Miljö- och hälsoskyddsnämnden, Stadsbyggnadsnämnden, Teknik och försörjning, Utbildnings och kulturnämnden

SÄRSKILDA MÅLGRUPPER

Barn och ungdomar

MÅL 6

Hälsofrämjande sjukvård

Hälso- och sjukvården har stor betydelse för den långsiktiga hälsoutvecklingen. Ur ett folkhälsoperspektiv finns inget motsatsförhållande mellan det behandlande och det förebyggande. Vid varje vårdtillfälle ska en människosyn och ett hälsoorienterat förhållningssätt tillämpas som hjälper den som redan är sjuk att bibehålla sitt fysiska, psykiska och sociala välbefinnande och förstärker det friska hos individen.

Samverkan mellan lokala vårdaktörer är en förutsättning för att utnyttja hälso- o sjukvårdens fulla potential. I Järfälla finns goda erfarenheter av samverkan kring familjecentral, ungdomsmottagning, egenvårdsprojekt, äldrecentrum och folkhälsogruppen.

För att hålla en hög kvalitet i vården är det viktigt att resurser såsom kompetens och bemanning motsvarar befintliga behov. En sådan bedömning sker bäst utifrån lokala perspektiv med hänsyn till eventuella generella rekommendationer.

UTMANINGAR/MÅL

Ökad samverkan mellan vårdgivare i kommunen

- Stimulera till kontakter mellan landstingets och kommunens vårdgivare
- Förebyggande och hälsofrämjande folkhälsoarbete ska integreras i vårdkedjan

Sprida kunskap i folkhälsofrågor

- Stödja utveckling av hälsofrämjande metoder och arbetssätt
- Informera om ohälsans utbredning och fördelning

Hålla en hög kvalitet i vården

- Sträva efter att normer och rekommendationer för bemanning inom skolhälsovård och närvård uppfylls

TÄNKBARA AKTÖRER

Barn- och ungdomsnämnden, Landstingets beställare och lokala utförare, Närvård, Socialnämnden, Försäkringskassa, Utbildnings- kultur och fritidsnämnden

MÅL 7

Fysisk aktivitet

Fysisk inaktivitet är en av de enskilt största riskfaktorerna för hälsan i västvärlden. Vår samhällsstruktur skapar stillasittande vilket i sin tur ger upphov till sjukdom. Detta genererar inte bara samhället avsevärda kostnader utan orsakar även lidande hos individen.

Det är aldrig för sent att börja röra på sig. Ju mer man rör sig desto större blir också effekterna, men redan vid låg intensitet har påtagliga hälsoeffekter dokumenterats. De generella rekommendationerna är idag att alla bör röra sig minst 30 minuter / dag för vuxna och minst 60 minuter / dag för barn.

Idrottsämnet i skolan har decimerats och har för många blivit en symbolfråga för barns rörelse. Undervisning i idrott och hälsa är viktigt, lika viktigt är att undervisningen är mångsidig och individanpassad så att den passar alla elever. Barn bör också erbjudas rörelse integrerad under hela skoldagen och inte bara under idrottstimmarna. Fritidsvanor och transporter till och från skolan bidrar till den totala rörelsebilden.

UTMANINGAR/MÅL

Ökad fysisk aktivitet bland barn o ungdom

- Alla barn och ungdomar ska i förskola och skola ges lust och möjlighet till fysisk aktivitet samt erhålla kunskaper om betydelsen av fysisk aktivitet
- Uppmana elever och föräldrar att promenera eller cykla till förskola/skola

Ökad fysisk aktivitet bland äldre

- Alla äldre i äldreboenden ska ges möjlighet till daglig rörelse och utevistelse

Ökad fysisk aktivitet bland allmänheten

- Utemiljön i bostadsområden, rekreationsområden samt vid förskola/skola ska stimulera till fysisk aktivitet
- Stimulera till fysisk aktivitet genom informationsinsatser
- Stödja samverkan mellan lokala aktörer

TÄNKBARA AKTÖRER

Apoteket, Barn- och ungdomsnämnden, Landstingets beställare och lokala utförare, Socialnämnden, Stadsbyggnadsnämnden, Utbildnings-, kultur och fritidsnämnden

SÄRSKILDA MÅLGRUPPER

Barn o ungdom, Äldre

MÅL 8

Matvanor och säkra livsmedel

Maten och våra matvanor påverkar vår hälsa men fungerar också som kulturbärare, mötesplats, och en källa till njutning. En riktigt sammansatt kost har en stor betydelse för hälsan, både genom att främja och bevara god hälsa men också genom att förebygga sjukdomar.

Generellt sett äter kvinnor mer hälsosamt än män, äldre mer grönsaker än yngre emedan de yngre i regel väljer mer fettsnåla alternativ. Medvetenhet om matens betydelse är kopplat till utbildningsnivå där de med längre utbildning är mer medvetna. Övervikt och fetma ökar också mer bland arbetare än tjänstemän. Bland barn och ungdomar återspeglas sociala skillnader i frukostvanor. Att äta frukost är viktigt för att orka med skolarbetet. Skillnader i matvanor syns också mellan kön, etniskt ursprung och människor med olika dygnsrytm.

Amning har mycket positiva effekter på barnet. Amningsfrekvensen ligger också på en hög nivå. Fortfarande finns dock stora variationer mellan olika grupper när det gäller amningens omfattning och längd.

Äldre som inte själv kan laga sin mat är beroende av matleveranser. Att äta ensam och inte kunna laga egen mat kan hämma matlusten. Det är därför viktigt att stimulera äldre till fortsatt goda kostvanor.

UTMANINGAR/MÅL

Främja ökad amning

- MVC och BVC skall uppmuntra till och stödja exklusiv amning under barnets första 6 månader

Öka konsumtionen av frukt och grönsaker och minska konsumtionen av fett och socker

- Mat som serveras i landstingets och kommunens verksamheter skall vara god, näringsriktigt sammansatt och säker
- Tillhandahålla information om samband mellan kost och övervikt/fetma
- Samverka mellan lokala aktörer kring information och utbildningsinsatser

Säkerställa ett livslångt positivt förhållningsätt till mat

- Använda måltiden som pedagogiskt instrument inom förskola/skola
- Uppmuntra alla elever till att äta frukost

TÄNKBARA AKTÖRER

Apoteket, Barn- och ungdomsnämnden, Landstingets beställare och lokala utförare främst BVC och Dietister, Socialnämnden,

SÄRSKILDA MÅLGRUPPER

Gravida, Föräldrar, Barn o ungdom, Äldre

MÅL 9

Tobak, alkohol, narkotika, dopning och spel

Missbruk och beroende av spel eller droger har förödande mänskliga och ekonomiska konsekvenser för individen, anhöriga och samhället. Tobaken är den enskilt största hälsoriskan i Sverige. Idag röker ca 20% av befolkningen men det är stora skillnader mellan olika grupper. Bland unga rökare dominerar kvinnorna. I gruppen ensamstående mammor röker ca 50%.

Alkoholen ingår i många umgängesformer och är också en viktig folkhälsofråga. Uppskattningsvis är ca 300.000 människor i Sverige alkoholberoende och ca 6.000 personer dör varje år en för tidig död pga alkohol. Beräkningar visar att var tionde barn växer upp i en familj där en eller båda föräldrarna är alkoholberoende.

Tillgång till och missbruk av narkotika har ökat under 90-talet och ungdomars exponering för narkotika har fördubblats. Den svenska narkotikapolitikens intentioner med begränsning av tillgång och minska efterfrågan måste fortsätta.

Dopning, utanför idrotten, genom missbruk av anabola steroider, är en företeelse företrädesvis bland unga män som ger såväl fysiska, psykiska som sociala konsekvenser.

Spel kan skapa beroende på samma sätt som alkohol och droger. Spelandet ökar i landet och därmed också spelberoendet vilket i sin tur ökar risken för kriminalitet.

UTMANINGAR/MÅL

Motverka överkonsumtion/missbruk av alkohol och främja goda alkoholvanor*

- Information till vuxna och ungdomar ska ske i skolan, på arbetsplatser, i föreningslivet och inom hälso- och sjukvården

Minska tobaksanvändningen

- Rikta tobakspreventiva åtgärder mot barn och ungdomar
- Erbjud information om tobaksavvänjning

Barn och ungdomars rätt till en uppväxt fri från drogers negativa konsekvenser

- BVC, barnomsorg och skola skall ha en tydlig policy och uppmärksamma barn som växer upp i missbruksmiljö och samarbeta med socialtjänsten
- Ungdomar ska erbjudas ett brett förenings- och fritidsutbud fritt från droger

Drogfri graviditet

- MVC, socialtjänsten och andra aktuella aktörer ska informera och stödja de gravida föräldrarna till drogfrihet

*se definitioner av vissa uttryck

Drogfria arbetsplatser

- Kommunal- och landstingspolicy med utarbetade åtgärdsprogram ska gälla och efterföljas

Tillsyn av butiker och utskänkningsställen

- Tillsyn ska genomföras i enlighet med gällande lag
- Information ska erbjudas aktuella näringsidkare för att höja kompetensen och för att uppnå samsyn

Begränsa tillgången av droger

- Samverkan ska ske med polis och andra aktuella aktörer och insatser ska genomföras på såväl förebyggande som restriktiv nivå

Förebygga dopning

- Information om dopning ska tillhandahållas av kommunens och landstingets verksamheter

Förebygga spelberoende

- Information om spelberoende ska tillhandahållas av kommunens och landstingets verksamheter

TÄNKBARA AKTÖRER

Apoteket, Barn- och ungdomsnämnden/Utbildnings och kulturnämnden, Landstingets beställare och lokala utförare främst BVC, MVC och beroendevården, Socialnämnden

SÄRSKILDA MÅLGRUPPER

Barn och ungdomar, Föräldrar

MÅL 10

Säker och trygg sexualitet

Sexualiteten är en viktig faktor i människors liv och har betydelse för lust och livsglädje. En lustfylld och trygg sexualitet, fri från fördomar, diskriminering, tvång och våld, är hälsosam. En jämställd och tolerant syn på sexualiteten främjar hälsa hos kvinnor och sexuella minoriteter.

Idag förmedlas sexuella budskap i stor utsträckning genom kommersiella kanaler. Pornografi är vanligt förekommande och bidrar till att forma ungdomars normer och värderingar. Skolan och ungdomsmottagningen är viktiga för att bemöta dessa budskap och ge ungdomar en möjlighet att reflektera och samtala kring sexualitet.

Sexualitet förknippas ofta med överförbara sjukdomar och oönskade graviditeter. Det är därför viktigt att det finns ett öppet klimat i samhället som underlättar skydd vid sexuella kontakter. Att sexuellt överförbara sjukdomar och oönskade graviditeter ökar i de yngre åldersgrupperna pekar på ett sexuellt beteende som kan leda till ohälsa. Abortfrekvensen följer det socioekonomiska mönstret och är högst i svaga områden.

UTMANINGAR/MÅL

Minska smittspridning av sexuellt överförbara sjukdomar och minska oönskade graviditeter

- Utveckla ungdomsmottagningens förebyggande arbete
- Utveckla samverkan mellan ungdomsmottagning och skolhälsovård
- Vuxna män och kvinnor ska kunna erhålla information om preventivmedel i kontakter med lokala vårdgivare

Förmedla en positiv och jämställd syn på sexualitet

- Utveckla skolans sex o samlevnadsundervisning

Respekt för sexuell läggning

- Förebygga diskriminering på grund av sexuell läggning

TÄNKBARA AKTÖRER

Barn- och ungdomsnämnd/Utbildning och kultur nämnd, Socialnämnd

SÄRSKILDA MÅLGRUPPER

Ungdomar

Indikatorer för uppföljning av effekter

Mål 1 – Delaktighet och inflytande i lokalsamhället

Valdeltagande, Medborgaraktivitet (antal insända synpunkter/1000 invånare), Antal gjorda HKB, Antal låntagare på bibliotek,

Mål 2 – Social trygghet

Upplevd oro för våld o hot, Antal föreningsaktiva/verksamhet, Anmälda brott,

Mål 3 – Trygga och goda uppväxtvillkor

Trivselenkäter, Självskattad hälsa, Användning av barnchecklistan, Årsarbetare i förskolan, Barn med låg födelsevikt, Behöriga till gymnasieskolan

Mål 4- Hälsa i arbetslivet

Personalenkät, Ohälsotal, Skador, Förtidspensionering, Sjukskrivningar

Mål 5 – Sunda och säkra miljöer och produkter

Radonregister, Årsredovisningar, Vårdade på sjukhus, Dödsfall i olyckor/förgiftning, Antal genomförda allergironder

Mål 6 – Hälsöfrämjande sjukvård

Brukarupplevd kvalitet, Tillgänglighet, Bemanningstäthet

Mål 7 – Fysisk aktivitet

Simkunnighet åk 5, Fritidsanläggningar/1000 inv., Anslagna fritidsresurser/pojkar-flickor, Antal timmar idrott/vecka och årskurs

Mål 8 – Matvanor och säkra livsmedel

Ammningsfrekvens, Riktlinjer för skolmaten, Riktlinjer för äldres mat

Mål 9 – Alkohol, tobak, narkotika, dopning och spel

Drogvaneundersökning, BVC-uppföljning, Tobaksstatistik, Försäljningsomsättning systembolaget, Alkoholrelaterad dödlighet

Mål 10 – Säker och trygg sexualitet

Antal tonårsgraviditer/1000, Antal tonårsaborter/1000, STD-statistik

Lagar och förordningar

Det finns en rad lagar som betonar kommunens och landstingets ansvar för att främja hälsa och förebygga ohälsa bland medborgarna. De viktigaste av dessa är:

- Socialtjänstlagen – behandlar medborgarnas sociala trygghet
- Miljöbalken - i enlighet med denna skall människors hälsa och miljön skyddas mot skador och olägenheter.
- Arbetsmiljölagen – behandlar hälsofaror i arbetsmiljön samt rätten till ett meningsfullt arbete
- Hälso- och sjukvårdslagen – enligt denna lag ska kommunen och landstinget säkerställa en god hälsa och vård för hela befolkningen

Utöver dessa finns andra lagar som också betonar kommun och landstings ansvar bl a:

- Skollagen
- Tobakslagen
- Alkohollagar
- Plan- och bygglagen
- Livsmedelslagen
- Tandvårdslagen
- Smittskyddslagen

Definitioner av vissa uttryck

Barnchecklistan – instrument antaget av Järfälla kommun för att följa barnkonventionens användning

Barnkonventionen – FN-konvention om barns rättigheter, antagen 1989 (i kraft i Sverige sedan 1990)

Bamsestudien – allergiinriktat forskningsprojekt vid Karolinska Institutet

Egenkontrollprogram - en handling som beskriver vilka system rutiner och kontroller som verksamheten har för att säkerställa en god inomhusmiljö?

Familjecentral – samlokalisering av öppen förskola, socialtjänst, psykologisk rådgivning och mödra- och barnavårdsverksamhet inom ett bostadsområde i syfte att stärka det sociala nätverket runt barn och föräldrar

Folkhälsoarbete – systematiska och målinriktade hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande insatser för att åstadkomma en god och jämlik hälsa för hela befolkningen.

Fysisk aktivitet – verksamhet som innefattar kroppsövelser, oavsett om detta sker på fritiden eller i arbetet

Goda alkoholvanor – det finns ingen generell definition av vad som är goda alkoholvanor, det måste diskuteras i varje enskilt sammanhang men såväl dagligkonsumtion som helgkonsumtion är behäftad med risker, kvinnor tål mindre alkohol än män, och senare debutålder medför lägre risker

Hälsofrämjande – sammanfattande begrepp på aktiviteter som har till uppgift att förbättra hälsan. Åtgärder som strävar efter att stärka det friska. Begreppet har i olika sammanhang fått olika innebörd och nämns ofta som kontrast till sjukdomsförebyggande.

Hälsokonsekvensbedömningar (HKB) – samlad beskrivning av hälsokonsekvenserna av ett planerat beslut, som underlag för beslutsfattarna

Indikator – ett förhållande som används som markör för ett visst annat förhållande

Levnadsförhållanden – människors vardagliga livsmiljö i vilken de lever och verkar. Levnadsförhållanden har stor betydelse för människors hälsa och ligger i de flesta fall utanför den enskilda människans omedelbara kontroll

Nyckeltal – jämförelsetal, begrepp som används av SCB som beteckning på jämförbara siffror mellan olika kommuner

Ohälsotal - antalet ersatta dagar inom socialförsäkringssystemet i relation till antalet försäkrade under en 12-månadersperiod

Risikfaktor – karaktäristikum som utmärker individer som löper ökad risk för att uppvisa ohälsa, sjukdom, skada, ogynnsamt hälsobeteende etc.

Sjukdomsförebyggande – sammanfattande begrepp på aktiviteter som syftar till att förbättra hälsan. Åtgärder som strävar efter att reducera effekter av riskfaktorer och sjukdom. Jfr Hälsöfrämjande.

STD-statistik – statistik över sexuellt överförbara sjukdomar, STD=Sexually transmitted diseases

Särskild målgrupp – grupp som bör prioriteras utifrån ett riskfaktorperspektiv

Tänkbar aktör – aktör som har en fråga inom sitt huvudsakliga verksamhetsområde

Vårdbarometern - Landstingen frågar kontinuerligt invånarna hur de ser på hälso- och sjukvården. I befolkningsundersökningen Vårdbarometern ställs ett 40-tal frågor till ett slumpmässigt urval av invånarna. Intervjuerna görs löpande och resultaten presenteras halvårsvis