



Vårgårda kommun - Verksamhetsplan för lokalt folkhälsöarbete 2024

Verksamhetsplan för lokalt folkhälsoarbete

Delregionala nämnden södra (DRNS) har tagit över de samverkansavtal som södra hälso- och sjukvårdsnämnden (HSNS) tecknade med varje kommun inom sitt geografiska område. Samverkansavtal avseende lokalt folkhälsoarbete är det avtal som gäller det lokala folkhälsoarbetet. Det innebär lokala systematiska och målinriktade insatser för att förbättra befolkningens hälsa och att utjämna skillnader i hälsa. Samverkansavtal avseende folkhälsotjänst är det avtal som gäller tjänsten som driver det lokala folkhälsoarbetet. Avsikten med avtalen är att underlätta det tvärssektoriella samarbetet för att få ett bättre resursutnyttjande och större genomslagskraft.

En verksamhetsplan för det lokala folkhälsoarbetet tas fram årligen enligt överenskommen mall. Verksamhetsplanen, med budget och planerade insatser, sammanställs av kommunens folkhälsostrateg i dialog med ansvarig kontaktpersonen på koncernkontoret, Västra Götalandsregionen. Folkhälsostrategen ansvarar för att planen skickas via e-post till delregional.namnd.sodra@vgregion.se med kopia till lars.paulsson@vgregion.se, senast den 31 oktober. Planen blir giltig först när både kommunens ansvariga styrelse/nämnd och DRNS beslutat om planen.

Styrning och ledning

Kommunstyrelsen är ansvarig för det övergripande folkhälsoarbetet i Vårgårda kommun. Vårgårda kommuns allmänna utskott utgör styrgrupp för kommunens folkhälsoarbete. Folkhälsostrategerna (2 tjänster på vardera 50 %) är placerade under verksamhet kultur- och fritid. De två folkhälsostrategerna har fokus på barn- och ungas respektive äldres hälsa.

För att folkhälsoarbetet ska bli en del av kommunens ordinarie arbete tillskapades 2020 en strategisk grupp som består av verksamhetschefer från grundskola, gymnasieskola, socialtjänst, kultur och fritid, samt folkhälsostrateg och enhetschef för resursenheten. Gruppens uppdrag är att öka och stärka samverkan kring alla kommunens barn och unga i syfte att stärka folkhälsan och att öka möjligheterna till att alla elever fullföljer sina studier genom att ingen faller mellan stolarna. Till denna grupp kopplades det två förbättringsteam med företrädare från respektive verksamheter. En grupp med inriktning på barn upp till 12 år, som leds av angiven

person inom socialtjänsten samt en grupp med inriktning på unga i åldrarna 12–18 år, som leds av folkhälsostrategen och som har fokus på ungdomar.

Förbättringsteamens uppgift är att ta fram förslag på insatser, som rimmar med vad den strategiska gruppen tar beslut om inför kommande år. Detta utgör underlaget för kommunens verksamhetsplan för folkhälsoarbetet i samverkan med regionen (detta dokument), samt är en del av den kommunala verksamhetsplanen ”Plan för kommunens folkhälsoarbete 2024”. Den strategiska gruppen kommer att ge förbättringsteamet i uppgift att verkställa aktiviteterna under kommande år. Syftet med samtliga aktiviteter är att främja och utveckla prioriterade gruppers inflytande och delaktighet samt bidra till ökad ”verkstad” och samverkan.

Inom området äldre, finns det flera samverkansgrupper som kan ge förslag till insatser som kommunen gör. Dels finns ett råd för pensionärer och personer med funktionsvariation som består av olika föreningar och representanter från kommunen. Det finns också en samverkansgrupp för seniorer som leds av folkhälsostrategen som har fokus på gruppen äldre. Där kan seniorföreningarna på ett mycket direkt sätt framföra sina förslag på olika insatser de anser behöver prioriteras. Även denna del hanteras i kommunens egen plan för folkhälsoarbete.

En eller båda folkhälsostrategerna stämmer av arbetet med politikerna under vårens och höstens presidiedialoger med delregionala nämnden södra (DRNS). Folkhälsoplanen med synkroniserad budget antas av kommunstyrelsen.

Utgångspunkter för samverkansavtal och verksamhetsplan

Internationella och nationella styrande dokument anger riktningen för folkhälsoarbetet medan regionala och lokala styrande dokument, tillsammans med dialoger mellan kommunen och DRNS, utgör grunden för prioriteringar och insatser inom samverkansavtalet.

Internationella och nationella styrande dokument som anger riktningen för folkhälsoarbetet

- Det övergripande nationella folkhälsomålet ”*att skapa samhällsliga förutsättningar för en god och jämlik hälsa i hela befolkningen och sluta de påverkbara hälsoklyftorna inom en generation*”.
- FN:s Agenda 2030 med 17 Globala målen för en ekonomiskt, socialt och miljömässigt hållbar utveckling och agendans grundläggande princip om att alla ska inkluderas och ingen lämnas utanför.

Exempel på regionala/lokala styrande dokument och uppdrag som ligger till grund för prioriteringar och insatser

Regionala dokument

- Regionfullmäktiges budget
- Regional utvecklingsstrategi för Västra Götaland 2021-2030.
Av särskild relevans är den långsiktiga prioriteringen ökad inkludering och kraftsamling fullföljda studier.

Kommunala dokument

- Vårgårda kommuns budget och verksamhetsplan 2022–2024
- Strategi för Kultur- och fritid 2020–2025
- Plan för kommunens folkhälsoarbete 2024

Ökad jämlikhet i hälsa en förutsättning för hållbar utveckling

En ökad jämlikhet i hälsa är en förutsättning för att uppnå ett hållbart samhälle. FN:s Agenda 2030 med 17 globala mål har en direkt koppling till en jämlik hälsa och en socialt, miljömässigt och ekonomiskt hållbar samhällsutveckling. Främjande och förebyggande insatser för en god och jämlik folkhälsa är integrerade i målens alla delar. Målen förenar även ett stort antal etablerade principer och perspektiv centrala för folkhälsoarbetet, så som mänskliga rättigheter, jämställdhet, specifika gruppers villkor eller rättigheter och enskilda sakfrågor.

I det längre perspektivet har folkhälsoarbete som mål att sluta de påverkbara hälsoskillnaderna inom en generation. Det är i linje med Agenda 2030 och utgångspunkterna för att öka jämlikheten inom och mellan länder samt säkerställa att ingen lämnas utanför.

Bestämningsfaktorer för hälsa

För att uppnå en god och jämlik hälsa krävs att människor ges likvärdiga villkor och förutsättningar. Dessa villkor och förutsättningar benämns ofta som hälsans bestämningsfaktorer.

Hälsans bestämningsfaktorer består av både livsvillkor och levnadsvanor. I modellen nedan markerar gul färg de samhälleliga förutsättningar som är avgörande för de individuella (grå) bestämningsfaktorerna för hälsa. Sambanden mellan hälsans bestämningsfaktorer och hälsan är komplexa. Politiska beslut påverkar invånarnas livsvillkor som i sin tur påverkar invånarnas möjlighet till hälsosamma levnadsvanor. Ojämlighet i hälsa skapas när olika grupper systematiskt har olika livsvillkor och levnadsvanor, vilket resulterar i ojämlika möjligheter till ett gott liv.

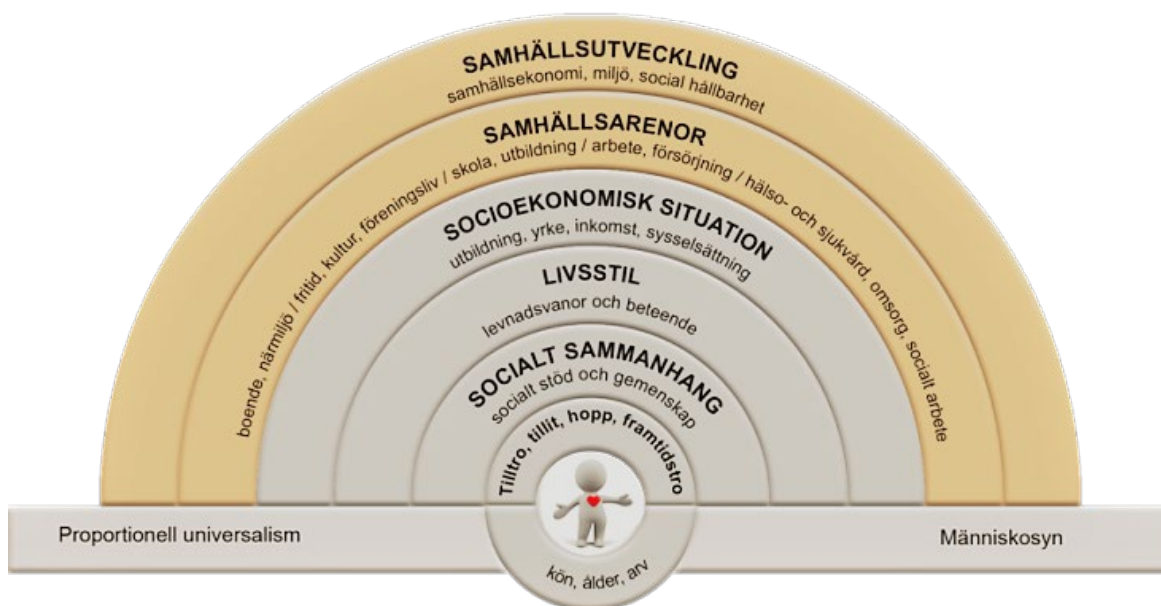


Bild 2. "Östgötamodellen för jämlik hälsa – ett samspel mellan individ, miljö och samhälle". Framtagen av Jolanda van Vliet och Margareta Kristenson, 2014, baserad på hälsans bestämningsfaktorer av Dahlgren och Whitehead, 1991.

Hälsoläget

Hälsoläget syftar till att ge ett underlag som övergripande beskriver vilka kommunens utmaningar inom folkhälsoområdet är. Beskrivningen ger stöd i dialoger och vid val av prioriterade områden, insatser, målgrupper för att främja utvecklingen av en mer jämlik hälsa.

Kommunala bakgrundsfakta

I Vårgårda kommun bor det 12 268 invånare (december 2022, SCB¹), varav 48,9 % kvinnor och 51,1 % män. 14 % är födda utomlands. Åldersmässigt är ungefär 22,6% under 18 år, 31,4 % mellan 18–44 år, 25,1% mellan 45–64, 15,7 % mellan 65–79 år och 5,2% över 80 år (Hälsoläget). Medellåldern i Vårgårda är 41,5 år 2022. Medellivslängden är 84,5 för kvinnor och 81,1 år för män vilket ligger något över genomsnittet i Västra Götaland (Kolada 2022). I Vårgårda bor 54,9 % i tätort och 45,1 % på landsbygd, (SCB, kommunen i siffror).

När det gäller utbildningsnivån har 14,3 % av kvinnorna och 22,2 % av männen förgymnasial utbildning, 46,5% av kvinnorna och 54,7% av männen har gymnasial utbildning och 38,1% av kvinnorna och 21,3 % av männen har eftergymnasial

¹ SCB står för Statistiska centralbyrån

utbildning (SCB). 85,3% av flickorna och 77,8% av pojkarna är behöriga till gymnasiets yrkesprogram (Kolada).

I Vårgårda förvärvsarbetar 84,7 % av kvinnorna och 87,1% av männen i åldern 20–64 år (SCB, kommunen i siffror), vilket är en bit över sverigesnittet som är 79,6 %. I mars 2021 var 5,6% antingen arbetslösa eller var i program med aktivitetsstöd. (Arbetsförmedlingen via VGR Statistik och analysportal). 12% har någon gång de senaste tolv månaderna haft svårigheter att betala löpande utgifter för mat, hyra, räkningar med mera. 16% saknar kontantmarginall vilket innebär att inte kunna betala en oväntad utgift på 12 000 kronor utan att låna eller be om hjälp (Hälsa på lika villkor, VGR Hälsoläget). 6,4 % av invånarna mellan 0–19 år lever i ekonomiskt utsatta hushåll (Kolada, data från 2021). I Vårgårda röstade 87,5 % i riksdagsvalet 2022 att jämföra med rikssnittet som låg på 84,2 % (Valmyndigheten, VGR Hälsoläget).

Hälsodata

All hälsodata kommer från Hälsa på Lika villkor 2021 och avser åldrarna 16–84 år om inget annat uppges.

Hälsodata	Vårgårda kommun	VGR
Upplevd hälsa Andel med god eller mycket god självskattad hälsa	69 %	73 %
Framtidstro Känner hopp inför framtiden	75 %	73 %
Psykisk hälsa (ängslan, oro eller ångest, stress, övervägt eller försökt ta sitt liv).	35 %	42 %
Sociala relationer (ofrivillig ensamhet) Andel invånare som känner sig ensam ofta eller ibland	Känner sig ofta ensam: 3 %	Känner sig ofta ensam: 8,6 %
Fetma (övervikt)	23 %	16 %
Levnadsvanor Daglig rökning 16–84 år	8 %	7 %

Alkoholvanor Riskabla alkoholvanor 16–84 år	12 %	16 %
Fysisk aktivitet Andel fysiskt aktiva 16–84 år	64 %	65 %
Matvanor Äter grönsaker, frukt eller bär mer än 3 ggr/dag 16–84 år	16 %	21 %
Trygghet, tillit Känner sig otrygga 16–84 år	27 %	28 %
Meningsfull fritid Deltar i organiserad fritidsaktivitet högstadiet Deltar i organiserad fritidsaktivitet gymnasiet (Siffror från Vårgårdas lokala droganeundersökning)	49 % deltar i klubb/förening 16 % deltar i annan organiserad fritidsaktivitet 38 % deltar inte i något 32 % deltar i klubb/förening 14 % deltar i annan organiserad fritidsaktivitet 58 % deltar inte i något	
Delaktighet och inflytande	87,5 % röstade i valet 2022	84,2 % röstade i riket

Utmaningar och prioriteringar

Utmaningarna när det gäller folkhälsoarbetet i Vårgårda är bland annat ohälsosamma levnadsvanor och en lägre andel skolungdomar med gymnasiebehörighet, vilket kan ge långtgående effekter på hälsan hos individen och påverka samhällsutvecklingen. Upplevelsen av ensamhet kan leda till ohälsa, både på kort och längre sikt. Personer som har en funktionsvariation rapporterar oftare sämre livsvillkor, sämre levnadsvanor och sämre hälsa jämfört med personer utan funktionsnedsättning.

För att få koll på nuläget i Vårgårda kommun gjordes under hösten 2022 och våren 2023 en social kartläggning på uppdrag av socialtjänsten. Kartläggningen gjordes med hjälp av fokusgruppsintervjuer, statistik och samtal med medarbetare. Denna kartläggning visar att de prioriterade områdena i kartläggningen i syfte att följa den röda tråden med:

- tidiga insatser vid normbrytande beteenden hos barn,
- fullföljda studier hos alla som går i skolan,
- verka för en god psykisk hälsa hos alla medborgare från barn till gamla, inte minst med hjälp av fysisk aktivitet och goda kostvanor,

ligger helt rätt i linje med vad kartläggningen visar behov av. Kommunens deltagande i Generation Pep kommun har varit och är fortfarande en god källa till inspiration i det förebyggande arbetet under denna tid.

Utan inbördes rangordning visade analysen av den sociala kartläggningen följande utvecklingsområden:

- Segregerat bostadsområde bidrar till ojämlikhet i hälsa.
- Osäkerhet i föräldrarollen i Sverige hos vissa utrikesfödda samtidigt som det finns rädsla och misstro mot socialtjänsten.
- Att barn växer upp under ojämlika förhållanden och möjligheter.
- Att sociala boendekontrakt koncentreras i ett område där det finns störst oro för barns uppväxtvillkor i kommunen.
- Att flera barn och unga inte klarar skolan med godkända betyg.
- Normbrytande beteende hos barn och unga.
- Att fysisk aktivitet hos barn och unga minskar – påverkar i stor utsträckning både fysisk- och psykisk hälsa.
- Psykisk ohälsa hos vuxna.
- Att föreningslivet inte är tillräckligt tillgängligt för alla.
- Att dåliga svenskunskaper hindrar integration och självförsörjning.

Barn

Det är viktigt att barn upplever trygghet i förskola och skola. När Barnkonventionen blivit lag är det därmed betydelsefullt att i alla berörda verksamheter ger barn möjlighet till delaktighet och reellt inflytande. I detta behöver vuxenvärlden särskilt beakta att barn lever här och nu och inte alltid ska behöva invänta vuxenvärldens något annorlunda tempo. Det är även av högsta vikt att barn har rätt till en meningsfull fritid där det finns mötesplatser för barn, men även för barn och vuxna.

I dagsläget finns det många kommunala insatser som riktar sig till barn i förskoleåren (0–6 år). Här finns föräldrautbildningar, föräldrarådgivning, öppen förskola, tät samverkan mellan socialtjänstens resursenhet och förskolans

specialpedagoger.

I de tidiga skolåren (7–12 år) finns det betydligt färre insatser. Möjlighet finns till föräldrarådgivning, men samarbetet mellan socialtjänstens resursenhet och skolorna är inte lika väl utbyggt som för barnen i förskoleålder.

Beträffande barn upp till 12 år kommer fokus att ligga på att få in mer rörelse i vardagen samt bättre kost i Generation Peps anda, samt att kommunen satsar på att arbeta med tidiga insatser vid upptäckt av normbrytande beteende. Detta är extra viktigt då kommunens sociala kartläggning visat på problem i kommunens ”utsatta” område där många barn i åldern 9–12 uppvisar en otrevlig attityd mot såväl jämnåriga som vuxna.

Unga

I diskussionerna kring unga användes drogvaneundersökningarna som med hjälp av Öckerömetoden genomförts sen 2015 som ett viktigt underlag och beslutet fattades om att intensifiera arbetet under kommande år för att kunna arbeta långsiktigt. Öckerömetoden fokuserar på föräldrarnas roll när det gäller ungdomars alkohol- och drogbruk och vikten av att föräldrarna har en restriktiv hållning.

I enkätfrågorna som ställs till ungdomarna kring föräldrarnas inställning finns en utveckling mot ökad restriktivitet under perioden, vilket kan tolkas som att den information som lämnats vid samtliga föräldramöten på högstadiet och i gymnasiets år ett de senaste åren har haft god effekt. Metodens fokus ligger med all rätt på förebyggande arbete som gör att ungdomars alkoholdebut förskjuts upp i ålder. Som framgår av referatet av drogvaneundersökningarna ovan, kan en sådan effekt spåras och detta arbete bör fortsätta.

Det andra prioriterade målet kommer att handla om ungdomars psykiska hälsa, då den sociala kartläggningen visar att fysisk aktivitet hos barn och unga minskar, vilket i stor utsträckning påverkar både fysisk- och psykisk hälsa. Kartläggningen visar även att föreningslivet inte är tillräckligt tillgängligt för alla. Därför kräver detta område fortsatt extra fokus och insatser under 2024.

Äldre

Gruppen äldre är en växande grupp i hela samhället, så även i Vårgårda. Stora kullar med personer födda på 1940-talet och ökad livslängd är två bidragande orsaker till att antalet äldre ökar. Kan man få gruppen äldre att hålla sig friskare, behöver de utnyttja sjukvården mindre. Fallolyckor, ensamhet, isolering och psykisk ohälsa skapar både fysiskt och psykisk lidande för många människor. Genom förebyggande insatser och samarbeten med föreningar och studieförbund kan man förbättra den fysiska och psykiska hälsan hos gruppen äldre och då sparar man samhället och kommunen mycket pengar och resurser.

Målet är att förebygga både fysisk och psykisk ohälsa innan den uppstår. Därför kommer insatser ske som inspirerar till fysisk aktivitet och en mer aktiv vardag. Insatser kommer även ske för att motverka psykisk ohälsa.

Under pandemin var alla sociala mötesplatser för äldre stängda/inställda under en lång period. I Vårgårda öppnade verksamheterna till fullo upp under 2022. När vi summerar 2022 ser vi en minskning i besöksantal jämfört med innan pandemin. Därmed kan vi se en trend att äldre inte hittat tillbaka till de mönster som var innan. Anledningen till detta är säkert många, rädsla för nya utbrott, sämre hälsa, bekvämlighet och brist på information är några tänkta förklaringar. Många föreningar som är riktade mot äldre upplever även en svårighet att rekrytera nya medlemmar och sämre besöksstatistik vid deras medlemsaktiviteter. Gemensamma insatser mellan kommun och föreningsliv behövs för att bevara och öka utbudet av sociala mötesplatser.

Gemensamma prioriteringar utifrån hälsoläge och vårdialog

- Grupper – barn, unga och äldre
- Prioriterade områden enligt vårdialog:
 - Verka för fullföljda studier,
 - Motverka ofrivillig ensamhet
- Övriga prioriterade mål:
 - Förebygga normbrytande beteende bland barn och unga (i syfte att verka för fullföljda studier)
 - Främja hälsosamma levnadsvanor hos barn och unga
 - Verka för en god psykisk- och fysisk hälsa bland barn och unga
 - Drogförebyggande arbete
 - Hälsöfrämjande levnadsvanor och sociala mötesplatser bland äldre (i syfte att motverka ofrivillig ensamhet)
 - Verka för en god psykisk- och fysisk hälsa bland äldre

Gemensam budget för lokalt folkhälsoarbete

Folkhälsoinsatserna är 50/50-finansierade och respektive part avsätter 14 kronor/invånare. Folkhälsotjänsten finansieras enligt separat avtal. Den gemensamma folkhälsobudgeten görs i en Excelmall och skickas in tillsammans med verksamhetsplanen.

Det är i första hand de insatser som genomförs inom avtalet, med gemensamma medel, som ska finnas med i verksamhetsplan och budget. Insatserna ska utgå från utgångspunkterna för samverkansavtalet och verksamhetsplanen, hälsoläget och de gemensamma prioriteringarna. Insatser som helt finansieras av kommunen, eller via

medel från annan part, kan skrivas in i matrisen. Dessa insatser särskiljs genom att texten ”Insatsen görs utanför avtalet och finansieras av kommunens egna medel” (eller annan part). skrivs längst ner i rutan ”Genomförande”. I budget skrivs dessa medel in i kolumnen ”Övrigt”.

Folkhälsoinsatser

Här skrivs namnen på de områden kommunen kommer arbeta med, vilka insatserna blir och för vilka målgrupper. Skriv under genomförande vad som ska göras, vad som ska uppnås med insatsen, hur den ska genomföras och vilka parter/aktörer som deltar i genomförandet. Insatserna följs upp i avtalsuppföljningen och kommunen svarar på vad insatsen har lett till, om insatsen genomfördes enligt plan, en förklaring till eventuell avvikelse och hur insatsen genomfördes i stället, och vad kommunen tar med sig i det fortsatta arbetet.

Område: Förebygga normbrytande beteende bland barn och unga (i syfte att verka för fullföljda studier)	
Insats/målgrupp Barn 0–12 år	Genomförande
Insats: Stöd till föräldrar och föreningar Målgrupp: föreningar och föräldrar	Den strategiska gruppen ² arbetar för att genomföra kunskapshöjande insatser för föreningar och föräldrar kring hur man kan möta barn med normbrytande beteende. Detta sker i samband med föreningsträffar, alternativt skriftlig information till föreningar, på föräldramöten och/eller genom kommunens samverkan med SISU i projektet ”utmärkt förening”. Syftet är att öka kunskapen om normbrytande beteende för att även barn med normbrytande beteende ska kunna vara aktiva i föreningsliv, kunna stanna kvar i föreningen på sina egna förutsättningar. Med detta ökar chanserna att barnet fortsätter träna, växer som människa och i bästa fall även får bättre studiero-/motivation och kan fullfölja sina studier. Insatsen sker i samverkan mellan Kultur- och

² Den strategiska gruppen består av verksamhetschefer från grundskola, gymnasieskola, socialtjänst, kultur och fritid, samt folkhälsostrateg och enhetschef för resursenheten och är en grupp som verkar för att samverka kring alla kommunens barn och unga i syfte att stärka folkhälsan, öka möjligheterna till att alla elever fullföljer sina studier genom att ingen faller mellan stolarna. Inför uppdragen som presenteras här har olika verksamheter olika stort ansvar, men alltihop bygger på samverkan och att kommunen gör gemensamma insatser i folkhälsoarbetet.

	fritid, grundskola, socialtjänst, SISU, föreningslivet och föräldrar.
<p>Insats: Föräldrastöd</p> <p>Målgrupp: föräldrar</p>	<p>Boken "Livsviktiga snack" delas ut till elever i mellanstadiet.</p> <p>Syftet är att öka föräldrarnas möjlighet till kommunikation och dialog med sina barn, vilket i sin tur kan leda till högre skolmotivation, bättre hälsa och att barnet fullföljer sina studier.</p> <p>Insatsen sker i samverkan mellan skola och socialtjänst.</p>
<p>Insats: Föräldrastöd</p> <p>Målgrupp: Föräldrar</p>	<p>Öppna förskolan utvecklar sitt arbete med föräldrastödsmetoden ABC och arrangerar föreläsningar och träffar med bland annat fysioterapeut och dietist. Även sångstunder och babymassage kan erbjudas.</p> <p>Syftet är att öka integrationen, stärka föräldraförmågan och relationen mellan förälder och barn med mål att alla barn ska få en god uppväxt. På försök planeras det att under året närma sig småbarnsföräldrar i kommunens utsatta område och arbeta för att föräldrar ska se socialtjänsten som en samarbetspartner, inte någon man är rädd för.</p> <p>Insatsen sker i samverkan med socialtjänstens öppna förskola.</p>
<p>Insats: Kunskapshöjande insats/utbildning</p> <p>Målgrupp: Medarbetare</p>	<p>Den strategiska gruppen erbjuder återkommande kompetensutveckling för medarbetare kring barn med normbrytande beteende.</p> <p>Detta sker under gemensamma kompetensutvecklingstillfällen. Syftet är att så många medarbetare som möjligt ska få verktyg och metoder att stötta barn och unga i deras utveckling, men också att verksamheterna ska få kännedom om varandras uppdrag, öka kunskapen och att sträva mot samma mål.</p> <p>Insatsen sker i samverkan med skola, socialtjänst, kultur- och fritid samt polis.e</p>

Område: Främja hälsosamma levnadsvanor hos barn och unga	
Insats/målgrupp Barn 0 – 12 år	Genomförande
<p>Insats: Avsatt tid för fokus på mer rörelse i vardagen</p> <p>Målgrupp: Mellanstadiet och uppåt</p>	<p>För att få Vårgårda kommuns mellan- och högstadieelever att röra på sig mer, har föreningen WIBK³ beviljats projektstöd från DRNS för att starta upp och genomföra projektet ”Rörelse i fokus”. Initialt är intentionen att erbjuda fysiska aktiviteter genom att rikta oss till ungdomar i mellanstadieåldern och uppåt, främst inom socioekonomiskt utsatta områden. Avsikten är att involvera fler föreningar under WIBK -som är ansvariga för att samverka med föreningarna och se till att aktiviteter genomförs. Det blir aktiviteter med överinseende av ledare, för att inkludera och inspirera ungdomar till meningsfulla aktiviteter som främjar både rörelse och det sociala samspelet.</p> <p>Syftet med hela projektet är att det ska leda till ökad hälsa och fullföljda studier i samverkan mellan föreningsliv och kommun.</p> <p>Insatsen sker i samverkan mellan kultur- och fritid, skola och föreningsliv och frivilliga och belastar inte budget för lokalt folkhälsoarbete.</p>
<p>Insats: Verka för ökad rörelse med Generation Pep</p> <p>Målgrupp: Förskolebarn och barn som deltar i öppenförskoleverksamhet samt grundskolebarn</p>	<p>Vårgårda kommun är pilotkommun för <i>Generation Pep Kommun</i> och som en insats i det arbetet har strategiska gruppen uppmanat att alla kommunens förskolor anmäler sig till <i>Generation Pep förskola och skola</i> och med inspiration därifrån inför mer rörelse i förskolan och skolan.</p> <p>För att driva detta har hälsoambassadörer inom förskolan/skolan utsetts för att leda arbetet på plats. Även socialtjänstens Öppna förskola medverkar i samma koncept. Processledare från grundskola och folkhälsostrateg verkar för att samordna och inspirera hälsoambassadörerna.</p> <p>Insatsen sker i samverkan mellan grundskola, kultur- och fritid, socialtjänst och Generation Pep</p>

³ WIBK = Vårgårda Innebandy Klubb

<p>Insats: Verka för ökad rörelse på rast</p> <p>Målgrupp: Grundskolelever</p>	<p>Två utvalda skolor arbetar med Sparbanksstiftelsens projekt "Rörelse på rast" som Styrgruppen uppmanat skolorna att anmäla sig till som en del i arbetet med <i>Generation Pep kommun</i>.</p> <p>Projektet började som ett pilotprojekt under läsåret 2022/2023 och fortlöper med ytterligare skolor 2024.</p> <p>Projektet är tänkt att löpa över flera år och har inte något egentligt slutdatum och ska ses som en del av den kommunövergripande satsningen <i>Generation Pep kommun</i>.</p> <p>Insatsen sker i samverkan mellan grundskola, kultur- och fritid och Sparbanksstiftelsen och belastar inte budget för lokalt folkhälsoarbete.</p>
<p>Insats: Verka för nyttigare kost</p> <p>Målgrupp: Förskole- och skolbarn</p>	<p>Förbättringsteamerna initierar att förskolor, öppenförskola och skolor tar fram en plan för hälsosamma fikastunder på förskolor och skolor i syfte att bidra till nyttigare kost som i en del av arbetet med <i>Generation Pep Kommun</i>.</p> <p>Insatsen sker i samverkan mellan socialtjänst, kultur- och fritid och Generation Pep.</p>
<p>Område: Verka för en god psykisk- och fysisk hälsa bland barn och unga</p>	
<p>Insats/målgrupp Unga 13–18 år</p>	<p>Genomförande</p>
<p>Insats: Samverkan inför riskhelger</p> <p>Målgrupp: Kommunens ungdomar</p>	<p>Den strategiska gruppen verkar för att inför högtider och motsvarande samla resurser för att se hur de kan användas på bästa sätt för att stärka samverkan mellan verksamheter och civilsamhälle med ungas bästa för ögonen. Detta för att minska ensamhet, utanförskap, öka trygghet och minska våld och skadegörelse.</p> <p>Folkhälsostärkande aktiviteter kan arrangeras vid riskhelgerna, te x lockande händelser på kommunens ungdomsverksamhet, eller inom föreningslivet. Exempel är LAN, hyra simhall/ishall osv.</p>

	<p>Insatsen sker i samverkan mellan grundskola, kultur- och fritid, socialtjänst, polis, föreningsliv, trossamfund och näringslivet.</p>
<p>Insats: Teater/föreläsning/kunskapshöjande insats</p> <p>Målgrupp: Grundskola och/eller gymnasieskola</p>	<p>Den strategiska gruppen verkar för att erbjuda grundskola och/eller gymnasieskola teaterföreställningen "Bengtsson på dörren" för att öppna upp för samtal om missbruk i familjen. Även Fjärilen⁴ medverkar och berättar om sin verksamhet för att elever med behov ska kunna få stöd. Satsningen hoppas leda till öppnare samtal, att våga söka hjälp, få se att hjälp finns att få, att kunna bryta mönster och öka elevernas kunskap om vad alkohol kan leda till.</p> <p>Insatsen sker i samverkan mellan grundskola, kultur- och fritid, socialtjänst och Fjärilen.</p>
<p>Insats: Utbildning/Kunskapshöjande insats</p> <p>Målgrupp: Föreningsaktiva, vårdnadshavare och övrig allmänhet</p>	<p>Den strategiska gruppen verkar för att utveckla arbetet med utbildningar, kunskapshöjande insatser om exempelvis droger, normer, suicid, våld, HBTQI, kost, motion, integration.</p> <p>Verksamheterna turas om att hålla i utbildningsteman under åren som ska hålla öppet för föreningsaktiva, vårdnadshavare/boende i Vårgårda med mål att stärka inför livet.</p> <p>Insatsen sker i samverkan mellan grundskola, gymnasieskola, kultur- och fritid, socialtjänst, föreningsliv, Ungdomsmottagning, RFSL med flera.</p>
<p>Insats: Utbildning</p> <p>Målgrupp: Anställda i Vårgårda kommun</p>	<p>Den strategiska gruppen erbjuder utbildning av medarbetare i att förebygga självmord genom metoden MHFA (Mental health first aid) ungdom och/eller andra insatser i arbetet mot självmord.</p> <p>Insatsen MHFA, sker i samverkan mellan MHFA, trossamfund och kommunen och belastar inte budget för lokalt folkhälsoarbete.</p>
<p>Insats: Frukostsatsning för fullföljda studier</p> <p>Målgrupp: Gymnasieelever</p>	<p>För att stärka den psykiska hälsan hos kommunens gymnasieelever har gymnasieskolan i samverkan med skolkaféet som ligger under kultur- och fritid, startat ett frukostprojekt där</p>

⁴ Fjärilen är en stödverksamhet för unga i familjer med riskkonsumtion

	<p>elever med behov efter samtal med kurator eller skolsköterska beviljas gratis frukost.</p> <p>Syftet är att eleverna ska orka med sin skoldag, vilja komma till skolan, stanna kvar i skolan och därmed fullfölja även sina gymnasiestudier.</p> <p>Även denna satsning är även en del av <i>Generation Pep kommun</i> och <i>Generation Pep kiosk</i>.</p> <p>Insatsen sker i samverkan mellan Generation Pep, kultur- och fritid och gymnasieskolan.</p>
Område: Drogförebyggande arbete	
Insats/målgrupp Unga 13–18 år	Genomförande
<p>Insats: Utbildning/kunskapshöjande insats/föräldrastöd</p> <p>Målgrupp: Föräldrar</p>	<p>Drogförebyggare medverkar vid föräldramöten från år sex till år nio på samtliga kommunens grundskolor i syfte att öka kunskap om att förebygga tobak-/ alkohol/- och narkotikaanvändning hos Vårgårdas ungdomar. Utbildningen bygger på resultatet av den årligen genomförda drogvaneundersökningen.</p> <p>Insatsen sker i samverkan mellan Öckerö kommun, Lions, och strategiska gruppen.</p>
<p>Insats: Utbildning/kunskapshöjande insats/föräldrastöd</p> <p>Målgrupp: Föräldrar</p>	<p>Drogförebyggare medverkar vid föräldramöten på gymnasiet år 1, i syfte att öka kunskap om att förebygga tobak-/ alkohol/- och narkotikaanvändning hos Vårgårdas ungdomar. Utbildningen bygger på resultatet av den årligen genomförda drogvaneundersökningen.</p> <p>Insatsen sker i samverkan mellan Öckerö kommun, Lions, och strategiska gruppen.</p>
<p>Utbildning/kunskapshöjande insats</p> <p>Målgrupp: Föreningar</p>	<p>Kultur- och fritid erbjuder föreningar hjälp att upprätta drogpolicy samt ha en tydligare uppföljning med de föreningar som redan har en drogpolicy. Detta för att säkerställa att föreningen har ett kontinuerligt arbete utifrån policyn.</p> <p>Insatsen sker i samverkan mellan kultur- och fritid, föreningslivet och SISU – i konceptet Utmärkt förening.</p>

Område: Hälsöfrämjande levnadsvanor och sociala mötesplatser bland äldre (i syfte att motverka ofrivillig ensamhet)	
Insats/målgrupp Äldre	Genomförande
<p>Insats: Sociala Mötesplatser och ensamhet bland äldre Målgrupp: Äldre</p>	<p>Utveckla och fortsätta driva mötesplatser och andra sociala arenor för att motverka ensamhet, bryta isolering och motverka psykisk ohälsa bland äldre. Detta tillsammans med frivilliga, föreningar och trossamfund. Insatsen syftar till att bryta isolering och ensamhet hos gruppen äldre och sker i samverkan med frivilliga, föreningar och trossamfund.</p>
<p>Insats: Hälsöfrämjande levnadsvanor Målgrupp: Äldre</p>	<p>Planera och genomföra seniorföreläsningar tillsammans med kommunens pensionärsföreningar. Fokus ska vara att inspirera till goda kostvanor, inspirera till fysisk aktivitet och bidra till ett ökat socialt umgänge.</p> <p>Genom regelbundna inspirationsdagar/föreläsningdagar vill kommunen tillsammans med pensionärsföreningarna inspirera seniorer till att göra hälsosammare levnadsval. Insatsen sker tillsammans med kommunens pensionärsföreningar.</p>
<p>Insats: Hälsöfrämjande levnadsvanor Målgrupp: Äldre</p>	<p>Tillsammans med SISU erbjuda och genomföra Senior sport school hösten 2024. Senior sport school är ett koncept framtagit av SISU som innebär en hälsoskola för seniorer. Föreläsningar kombineras med aktiviteter/träningar som leds av lokala föreningar.</p> <p>Syftet med insatsen är att inspirera till mer fysisk aktivitet i gruppen samt ökad kunskapsnivå kring vikten av bra kost och mer fysisk träning.</p> <p>Insatsen sker i samverkan med SISU och lokala föreningar.</p>
<p>Insats: Sociala mötesplatser Målgrupp: Äldre</p>	<p>Under 2022 sökte två hembygdsföreningar projektstöd från DRNS och fick ansökan beviljat. Projekten ska starta upp under sensommar 2023 och fortsätta under 2024 och 2025. Båda projekten syftar till att bryta isolering och ensamhet hos gruppen äldre.</p>

	<p>En förening arbetar med en musikpedagog som gör hembesök. En förening arbetar med sociala träffar för alla seniorer i deras samlingslokal.</p> <p>Insatsen sker i samverkan mellan Vårgårda kommuns och belastar inte budget för lokalt folkhälsoarbete, men det sker en arbetsinsats från folkhälsostrategen i form av stöttning, planering och uppföljning.</p>
<p>Insats: Hälsöfrämjande levnadsvanor Målgrupp: Äldre och alla invånare</p>	<p>Fortsätta arbetet med X-rundan. X-rundan installerades hösten 2022. Arbetet måste fortsätta med att sprida information och öka användandet av tjänsten genom marknadsföring och reklam om X-rundan.</p> <p>X-rundan är en digital tipspromenad där man använder sin telefon för att svara på nya frågor varje vecka. Slingan är 2,9 km genom Vårgårdas samhälle. Målet är att inspirera till fysisk aktivitet och socialt umgänge med andra. Insatsen sker i samverkan mellan X-rundan, Sparbanken Alingsås och Vårgårda kommun.</p>
<p>Insats: Levnadsglädje Målgrupp: Äldre</p>	<p>Fortsätta projektet "Sjung Hjärna". Genom projektmedel från DRNS drivs projektet sjung hjärna på kommunens demensboende sedan våren 2022. Studieförbundet Bilda leder projektet med stöd av folkhälsostrategen.</p> <p>Syftet: Genom att delta i körsång stimuleras den minnessjukas kognitiva förmåga och det finns erfarenhet av att minnessjukas läs- och talförmåga har förbättrats med hjälp av körsång.</p> <p>Mål: Ökad gemenskap och minskad ensamhet bland personer med demens.</p> <p>Insatsen sker i samverkan mellan Bilda och Vårgårda kommun och belastar inte budget för lokalt folkhälsoarbete, men det sker en arbetsinsats från folkhälsostrategen i form av stöttning och uppföljning.</p>

Område: Verka för en god psykisk- och fysisk hälsa bland äldre	
Insats/målgrupp	Genomförande
Äldre Insats: Öka kunskapsnivån Målgrupp: Äldre	Tillsammans med någon extern organisation öka kunskapsnivån kring psykisk ohälsa i gruppen 65+. Målet är att öka kunskapsnivån kring psykisk ohälsa och vad man som medmänniska kan göra för att hjälpa andra. Insatsen sker i samverkan med organisationer/föreningar som har området som sitt expertområde, pensionärsföreningarna och Vårgårda kommun.
Insats: Bryta isolering och undvika psykisk ohälsa Målgrupp: Äldre	Öka samarbetet mellan kommunens Anhörigsamordnare och kommunens folkhälsostrateg. Tillsammans kan de hitta seniorer som antingen önskar sociala aktiviteter eller är behov av anhörigstöd. Ny anhörigsamordnare anställs sensommar 2023 efter en längre tids vakans. Målet är att hitta seniorer som är behov av endera anhörigstödet eller större socialt nätverk. På så sätt minska upplevd ensamhet och psykisk ohälsa bland seniorer. Insatsen sker i samverkan mellan kommunens olika verksamheter.
Insats: Bryta isolering och undvika psykisk ohälsa. Målgrupp: Äldre	Utöka samarbetet mellan kommunen och Närhälsan. Genom deras kontaktnät och kanaler kan fler ensamma seniorer nås av information om sociala sammankomster och vilket stöd som erbjuds. Målet är att minska social isolering och psykisk ohälsa. Insatsen sker i samverkan mellan Närhälsan och Vårgårda kommun.
Övrigt Samtliga insatser som genomförs i det förebyggande arbetet i Vårgårda kommun syftar till att följa en röd tråd genom lokala, regionala och nationella mål, för att alla som lever och verkar i Vårgårda ska få möjlighet att göra positiva och hälsofrämjande val i sin vardag.	

