

# Handleplan 2020-2022 Sundhedsstrategi

Efter hver indsats er det markeret, hvilken af Sundhedsstyrelsens Forebyggelsespakker, som indsatsen tager udgangspunkt i (fx F-Alkohol).

Indsatser markeret med \* er indsatser, som politikerne ønskede på politisk temamøde i august 2019.

Indsatser markeret med + er indsatser, som blev foreslået på workshops med kommunens fagmedarbejdere.

9. juni 2020

| Nr. | Indsats  | Beskrivelse  | Lighed i sundhed<br>Borgeren oplever: |  |  |   | Tidlig indsats og forebyggelse<br>Borgeren oplever:                |   |  | Mestring og trivsel<br>Borgeren oplever:                     |  |   | Fagudvalg  |
|-----|--|--|---------------------------------------|--|--|---|--|---|--|--|--|---|------------|
|     |  |  | Mål 1                                 | Mål 2  | Mål 3  | Mål 4   | Mål 1  | Mål 2   | Mål 3  | Mål 1  | Mål 2  | Mål 3   |            |
|     |  |  | Vi skaber sunde strukturelle rammer.  | Vi målretter tilbuddene til de grupper af borgere, som har størst behov. | Vi samarbejder med relevante parter om opsporing og henvisning til tilbud. | Vi kommer til borgerne, når de ikke kan komme til os. | Vi styrker indsatsen særligt i forhold til børn, unge og forældre. | Vi arbejder målrettet med opsporing af helbredsproblemer. | Vi reagerer hurtigt og professionelt ved tidlige tegn på mistrivsel. | Vi styrker indsatsen i forhold til trivselsfremmende tilbud. | Vi understøtter sociale miljøer, der fremmer fællesskaber og dannelse af relationer. | Vi støtter borgerne i at mestre livet på trods af sygdom og mentale udfordringer. |            |
| 1.  | <b>Fleksible rygestoptilbud (F-Tobak)</b>  | Kommunen tilbyder fleksible rygestoptilbud målrettet socialt udsatte borgere som fx psykisk syge, beboere i udsatte boligområder eller borgere uden dansk kundskaber. Rygestoptilbuddet tilpasses målgruppen og kan ske både i dag og aften timerne.               |                                       | x  |  | x   |  |   |  |  |  |   | SSU        |
| 2.  | <b>Samarbejde med andre sundhedsaktører om rekruttering til rygestoptilbud *+ (F-Tobak)</b>                  | Kommunen iværksætter en indsats, som har fokus på at få praktiserende læger og tandlæger samt den kommunale omsorgstandpleje/specialtandpleje til at opspore og henvise til rygestoptilbud.  |                                       |  | x  |   |  | x   | x  |  |  |   | SSU        |
| 3.  | <b>Alkohol frie miljøer og fællesskaber *</b>  | Kommunen fremmer alkoholfri miljøer og fællesskaber ved at gøre flere kommunale borgerarrangementer alkoholfri og ved at ophøre med salg af alkohol på udvalgte kommunale lokaliteter.   | x                                     |  |  |   |  |   |  |  | x  |   | KFU<br>SSU |
| 4.  | <b>Lokale handleplaner for sundhedsfremme (F-Tobak, Alkohol, Fysisk Aktivitet, Mad og Måltider, Stoffer)</b> | Kommunen arbejder målrettet pædagogisk med forebyggelse af usund livsstil blandt borgere på kommunale bo- og opholdssteder og netværkstilbud. Der udarbejdes lokale handleplaner i samarbejde med brugerne som omfatter mad, bevægelse, tobak, alkohol og stoffer. | x                                     | x  |  |   |  |   |  |  |  | x   | SSU        |

# Handleplan 2020-2022 Sundhedsstrategi

Efter hver indsats er det markeret, hvilken af Sundhedsstyrelsens Forebyggelsespakker, som indsatsen tager udgangspunkt i (fx F-Alkohol).

Indsatser markeret med \* er indsatser, som politikerne ønskede på politisk temamøde i august 2019.

Indsatser markeret med + er indsatser, som blev foreslået på workshops med kommunens fagmedarbejdere.

9. juni 2020

| Nr. | Indsats  | Beskrivelse  | Lighed i sundhed<br>Borgeren oplever: |  |  |   | Tidlig indsats og forebyggelse<br>Borgeren oplever:                |   |  | Mestring og trivsel<br>Borgeren oplever:                     |  |   | Fagudvalg  |
|-----|--|--|---------------------------------------|--|--|---|--|---|--|--|--|---|------------|
|     |  |  | Mål 1                                 | Mål 2  | Mål 3  | Mål 4   | Mål 1  | Mål 2   | Mål 3  | Mål 1  | Mål 2  | Mål 3   |            |
|     |  |  | Vi skaber sunde strukturelle rammer.  | Vi målretter tilbuddene til de grupper af borgere, som har størst behov. | Vi samarbejder med relevante parter om opsporing og henvisning til tilbud. | Vi kommer til borgerne, når de ikke kan komme til os. | Vi styrker indsatsen særligt i forhold til børn, unge og forældre. | Vi arbejder målrettet med opsporing af helbredsproblemer. | Vi reagerer hurtigt og professionelt ved tidlige tegn på mistrivsel. | Vi styrker indsatsen i forhold til trivselsfremmende tilbud. | Vi understøtter sociale miljøer, der fremmer fællesskaber og dannelse af relationer. | Vi støtter borgerne i at mestre livet på trods af sygdom og mentale udfordringer. |            |
| 5.  | Røgfri udemiljøer * (F-Tobak)  | Kommunen indfører røgfri udendørsarealer på steder, hvor kommunen har instruktionsbeføjelser fx legepladser, rekreative områder, haller, sportsanlæg og udvalgte dele af stadion, for at sikre, at børn og unge ikke udsættes for tobaksforurenet luft, når de færdes i det offentlige rum. Der indledes dialog med Handelsstandsforeningen om indførelse af røgfri udemiljøer i bymidten. Det kunne fx være de udendørs cafeområder, Lyngby Torv, stationsområdet samt Lyngby Hovedgade.  | x                                     |  |  |   | x  |   |  | x  |  |   | TMU<br>ØK  |
| 6.  | Forebyggende undervisning om rygning for grundskolens ældste klasser (F-Tobak) | Skolerne tilbyder systematisk forebyggende og vidensbaseret undervisning om tobak og rygning i kommunens skoler i udskoling med henblik på at forebygge rygestart. Fokus vil være på rygning, men kan udvides til også at omhandle e-cigaretter, røgfri tobak (snus og tyggetobak) og vandpipe.<br><br>Kræftens Bekæmpelses ung-til-unge sundhedsformidlere tilbyder supplerende gratis undervisning to timer på 7. og 9. klassetrin.<br><br>Kræftens Bekæmpelse og Lungeforeningens lettilgængelige og gratis tværfaglige materiale om tobak ('Gå op i Røg' og 'Liv i lungerne') gøres, gøres tilgængeligt på kommunens Åben Skole-portal og kan anvendes i en lang række fag og i den understøttende undervisning. |                                       | x  |  |   | x  |   |  | x  |  |   | BUU        |
| 7.  | Forebyggende undervisning og forældreinddragelse i forhold til alkohol i       | Skolerne tilbyder systematisk videns- og dialogbaseret undervisning om alkohol i udskoling med henblik på at udskyde alkoholdebuten samt mindske brugen af alkohol og andre rusmidler.   |                                       | x  |  |   | x  |   |  | x  |  |   | BUU<br>BIU |

# Handleplan 2020-2022 Sundhedsstrategi

Efter hver indsats er det markeret, hvilken af Sundhedsstyrelsens Forebyggelsespakker, som indsatsen tager udgangspunkt i (fx F-Alkohol).

Indsatser markeret med \* er indsatser, som politikerne ønskede på politisk temamøde i august 2019.

Indsatser markeret med + er indsatser, som blev foreslået på workshops med kommunens fagmedarbejdere.

9. juni 2020

| Nr. | Indsats  | Beskrivelse  | Lighed i sundhed<br>Borgeren oplever: |  |  |   | Tidlig indsats og forebyggelse<br>Borgeren oplever:                |   |  | Mestring og trivsel<br>Borgeren oplever:                     |  |   | Fagudvalg |     |
|-----|--|--|---------------------------------------|--|--|---|--|---|--|--|--|---|-----------|-----|
|     |  |  | Mål 1                                 | Mål 2  | Mål 3  | Mål 4   | Mål 1  | Mål 2   | Mål 3  | Mål 1  | Mål 2  | Mål 3   |           |     |
|     |  |  | Vi skaber sunde strukturelle rammer.  | Vi målretter tilbuddene til de grupper af borgere, som har størst behov. | Vi samarbejder med relevante parter om opsporing og henvisning til tilbud. | Vi kommer til borgerne, når de ikke kan komme til os. | Vi styrker indsatsen særligt i forhold til børn, unge og forældre. | Vi arbejder målrettet med opsporing af helbredsproblemer. | Vi reagerer hurtigt og professionelt ved tidlige tegn på mistrivsel. | Vi styrker indsatsen i forhold til trivselsfremmende tilbud. | Vi understøtter sociale miljøer, der fremmer fællesskaber og dannelse af relationer. | Vi støtter borgerne i at mestre livet på trods af sygdom og mentale udfordringer. |           |     |
|     | <b>grundskolens ældste klasser * (F-Alkohol)</b> | <p>Kræftens Bekæmpelse har udviklet et lettilgængeligt og gratis tværfagligt materiale - 'Om alkohol'. Undervisningsmaterialet kan anvendes i en lang række fag og i den understøttende undervisning. Materialet gøres tilgængeligt på kommunens Åben Skole-portal. Inddragelse af forældre sker på forældremøder i 7. eller 8. klasse, hvor kommunens alkoholpolitik og gældende lov om forbud mod salg af alkohol til unge under 16 år viderefremmes.</p> <p>Forældremøderne indledes med teaterforedraget 'Act on Alcohol'. Efterfølgende taler SSP med børnene om social pejling og flertalsmisforståelser i forhold til børn og unges alkoholforbrug, mens forældrene udarbejder aftaler i alle klasser med henblik på udskydelse af alkoholdebut og håndtering af problematikker relateret til alkohol og andre rusmidler mv.</p> <p>Trygfonden og Kræftens Bekæmpelses har udviklet et lettilgængeligt og gratis materiale - 'Fuld af liv', som kan anvendes på mødet med forældrene. Forældremødet tilrettelægges således, at det har en mere forpligtende form. Fx kan skolerne gøre det obligatorisk for eleverne at deltage for at tiltrække flere forældre, mod at eleverne får lov at møde senere næste skoledag.</p> |                                       |  |  |   |  |   |  |  |  |   |           |     |
| 8.  | <b>Forældremøder på ungdomsuddannelser *+</b>    | Kommunen tilbyder at deltage på det første forældremøde på ungdomsuddannelser til øget fokus på unges brug af alkohol og   |                                       | x  |  |   |  | x   |  |  | x  | x   |           | BUU |

# Handleplan 2020-2022 Sundhedsstrategi

Efter hver indsats er det markeret, hvilken af Sundhedsstyrelsens Forebyggelsespakker, som indsatsen tager udgangspunkt i (fx F-Alkohol).

Indsatser markeret med \* er indsatser, som politikerne ønskede på politisk temamøde i august 2019.

Indsatser markeret med + er indsatser, som blev foreslået på workshops med kommunens fagmedarbejdere.

9. juni 2020

| Nr. | Indsats   | Beskrivelse   | Lighed i sundhed<br>Borgeren oplever: |  |  |   | Tidlig indsats og forebyggelse<br>Borgeren oplever:                |   |  | Mestring og trivsel<br>Borgeren oplever:                     |  |   | Fagudvalg  |
|-----|---|---|---------------------------------------|--|--|---|--|---|--|--|--|---|------------|
|     |   |   | Mål 1                                 | Mål 2  | Mål 3  | Mål 4   | Mål 1  | Mål 2   | Mål 3  | Mål 1  | Mål 2  | Mål 3   |            |
|     |   |   | Vi skaber sunde strukturelle rammer.  | Vi målretter tilbuddene til de grupper af borgere, som har størst behov. | Vi samarbejder med relevante parter om opsporing og henvisning til tilbud. | Vi kommer til borgerne, når de ikke kan komme til os. | Vi styrker indsatsen særligt i forhold til børn, unge og forældre. | Vi arbejder målrettet med opsporing af helbredsproblemer. | Vi reagerer hurtigt og professionelt ved tidlige tegn på mistrivsel. | Vi styrker indsatsen i forhold til trivselsfremmende tilbud. | Vi understøtter sociale miljøer, der fremmer fællesskaber og dannelse af relationer. | Vi støtter borgerne i at mestre livet på trods af sygdom og mentale udfordringer. |            |
|     |   | andre rusmidler, herunder hvordan forældre kan snakke med deres teenager om rusmidler, lave klare aftaler og grænser for den unges brug af alkohol, håndtering af fester m.m.   |                                       |  |  |   |  |   |  |  |  |   |            |
| 9.  | Forebyggende indsats om rusmidler i grundskolens ældste klasser * (F-Stoffer) | Skolerne tilbydes to timers forebyggende undervisning og dialog om hash og andre stoffer i 9. klasse. Formålet er at forebygge og begrænse brug af hash og andre stoffer gennem udvikling af personlige og sociale handlekompetencer, trivsel, holdningsdannelse mv. Undervisningen varetages af kommunens SSP-konsulenter med udgangspunkt i det evidensbaserede undervisningsforløb PAS.  |                                       | x  |  |   | x  |   |  | x  | x  |   | BIU        |
| 10. | Fremskudt stofrådgivning på ungdomsuddannelser *+ (F-Stoffer)                 | Kommunen samarbejder med udvalgte ungdomsuddannelser om opsporing af unge med problematisk stofforbrug. Tilbuddet placeres ude på ungdomsuddannelsen, hvor den unge tilbydes et forløb med anonyme samtaler og henvises til relevante rådgivningstilbud i lokalområdet fx Headspace og/eller kommunalt behandlingstilbud efter behov. Indsatsen har til formål at forebygge frafald, udvikling af misbrug og en ungdomskultur uden stoffer. |                                       | x  | x  |   | x  | x   | x  | x  |  |   | SSU        |
| 11. | Opsporing ved frontmedarbejdere (F-Alkohol og Stoffer)                        | Kommunen arbejder systematisk med opsporing af borgere med alkohol- og stofproblemer med henblik på videregivelse af information om og henvisning til kommunens behandlingstilbud. Indsatsen udføres af sagsbehandlere og terapeuter med borgerkontakt i Center for Unge, Beskæftigelse og Arbejdsmarkedet, Center for Sundhed og Omsorg samt Center for Social Indsats   |                                       | x  |  |   |  | x   | x  |  |  |   | BIU<br>SSU |
| 12. | Brug af digitale redskaber i skole og dagtilbud *+                            | Kommunen ønsker at skoler og dagtilbud forholder sig til brugen af digitale redskaber. Bestyrelserne i dagtilbud og skoler skal drøfte anvendelsen lokalt og skrive disse overvejelser ned. I dagtilbud kan   | x                                     |  |  |   | x  |   |  |  | x  |   | BUU        |

# Handleplan 2020-2022 Sundhedsstrategi

Efter hver indsats er det markeret, hvilken af Sundhedsstyrelsens Forebyggelsespakker, som indsatsen tager udgangspunkt i (fx F-Alkohol).

Indsatser markeret med \* er indsatser, som politikerne ønskede på politisk temamøde i august 2019.

Indsatser markeret med + er indsatser, som blev foreslået på workshops med kommunens fagmedarbejdere.

9. juni 2020

| Nr. | Indsats   | Beskrivelse  | Lighed i sundhed<br>Borgeren oplever: |  |  |   | Tidlig indsats og forebyggelse<br>Borgeren oplever:                |   |  | Mestring og trivsel<br>Borgeren oplever:                     |  |   | Fagudvalg |
|-----|---|--|---------------------------------------|--|--|---|--|---|--|--|--|---|-----------|
|     |   |  | Mål 1                                 | Mål 2  | Mål 3  | Mål 4   | Mål 1  | Mål 2   | Mål 3  | Mål 1  | Mål 2  | Mål 3   |           |
|     |   |  | Vi skaber sunde strukturelle rammer.  | Vi målretter tilbuddene til de grupper af borgere, som har størst behov. | Vi samarbejder med relevante parter om opsporing og henvisning til tilbud. | Vi kommer til borgerne, når de ikke kan komme til os. | Vi styrker indsatsen særligt i forhold til børn, unge og forældre. | Vi arbejder målrettet med opsporing af helbredsproblemer. | Vi reagerer hurtigt og professionelt ved tidlige tegn på mistrivsel. | Vi styrker indsatsen i forhold til trivselsfremmende tilbud. | Vi understøtter sociale miljøer, der fremmer fællesskaber og dannelse af relationer. | Vi støtter borgerne i at mestre livet på trods af sygdom og mentale udfordringer. |           |
|     |   | det fx handle om, hvad tablets bruges til. I skole regi kan drøftelserne fx indgå i en trivsels- eller anti-mobbepolitik.  |                                       |  |  |   |  |   |  |  |  |   |           |
| 13. | <b>Undervisning i seksuel sundhed og trivsel i grundskolen + (F-Seksuel Sundhed)</b>  | <p>Kommunen tilbyder systematisk og ensartet undervisning på 8. klassetrin i seksuel sundhed og trivsel ved ekstern underviser. Undervisningen har blandt andet fokus prævention, grænser, onani, seksualitet, første gang, anatomi, pubertet, seksuelle overførte sygdomme, følelser, fordomme, køn og kærester. Undervisningen skal styrke elevernes evne til at fornemme egen krop og grænser, samt at de lærer at forholde sig kritisk til værdier og normer om køn, krop og seksualitet.</p> <p>Undervisningen varetages af Sex &amp; Samfunds "Ung-til-ynge"- korps af undervisere.</p> <p>Skolerne anbefales desuden at deltage i Uge Sex, som afvikles af Foreningen Sex og Samfund med skiftende temaer.</p> <p>Indsatsen suppleres desuden af sundhedsplejens pubertetsundervisning i 5. klasse.</p> |                                       | x  |  |   | x  |   |  | x  |  |   | BUU       |
| 14. | <b>Temamøder for forældre i dagtilbud og skoler til styrkelse af forælderollen *+</b> | Kommunen arbejder for en styrkelse af forældreskabet via temamøder for forældre i dagtilbud og skoler omkring relevante emner. Fx børns digitale liv, understøttelse af forælderollen, unges præstationskultur eller andre relevante emner mv. Indsatsen kan ske i samarbejde med relevante sociale foreninger og organisationer.  |                                       |  |  |   |  |   |  | x  | x  | x   | BUU       |

# Handleplan 2020-2022 Sundhedsstrategi

Efter hver indsats er det markeret, hvilken af Sundhedsstyrelsens Forebyggelsespakker, som indsatsen tager udgangspunkt i (fx F-Alkohol).

Indsatser markeret med \* er indsatser, som politikerne ønskede på politisk temamøde i august 2019.

Indsatser markeret med + er indsatser, som blev foreslået på workshops med kommunens fagmedarbejdere.

9. juni 2020

| Nr. | Indsats  | Beskrivelse   | Lighed i sundhed<br>Borgeren oplever: |  |  |   | Tidlig indsats og forebyggelse<br>Borgeren oplever:                |   |  | Mestring og trivsel<br>Borgeren oplever:                     |  |   | Fagudvalg |
|-----|--|---|---------------------------------------|--|--|---|--|---|--|--|--|---|-----------|
|     |  |   | Mål 1                                 | Mål 2  | Mål 3  | Mål 4   | Mål 1  | Mål 2   | Mål 3  | Mål 1  | Mål 2  | Mål 3   |           |
|     |  |   | Vi skaber sunde strukturelle rammer.  | Vi målretter tilbuddene til de grupper af borgere, som har størst behov. | Vi samarbejder med relevante parter om opsporing og henvisning til tilbud. | Vi kommer til borgerne, når de ikke kan komme til os. | Vi styrker indsatsen særligt i forhold til børn, unge og forældre. | Vi arbejder målrettet med opsporing af helbredsproblemer. | Vi reagerer hurtigt og professionelt ved tidlige tegn på mistrivsel. | Vi styrker indsatsen i forhold til trivselsfremmende tilbud. | Vi understøtter sociale miljøer, der fremmer fællesskaber og dannelse af relationer. | Vi støtter borgerne i at mestre livet på trods af sygdom og mentale udfordringer. |           |
| 15. | Afdækning af muligheder for iværksættelse af stresstilbud (F-Mental Sundhed)         | Undersøgelse af mulighederne for at tilbyde stressramte borgere en tværfaglig indsats med fokus på stresshåndtering og mestringsstrategier. Indsatsen skal bygge på dokumenterede metoder og de erfaringer, der allerede er opnået i Sundhedscentret på dette område – bl.a. med inddragelse af naturen. Indsatsen omfatter såvel borgere udenfor for som på arbejdsmarkedet. Indsatsen baseres på et samarbejde mellem Center for Unge, Borgerservice og Arbejdsmarked og Sundhedscentret. Indsatsen baseres på et samarbejde mellem Jobcentret og Sundhedscentret". |                                       |  |  |   |  |   |  | x  | x  | x   | BIU       |
| 16. | Etablering af tilbud til aktivitetsparate borgere med fokus på at øge mental trivsel | Kommunen arbejder for at etablere et tilbud til aktivitetsparate borgere med fokus på at øge mental trivsel, livskvalitet og handlegkompetence. Formålet er at bringe deltagerne tættere på arbejdsmarkedet og fremme jobparathed og hel eller delvis selvforsørgelse. Projektet udvikles i samarbejde mellem Jobcentret og CSO.  |                                       | x  | x  |   |  |   |  | x  | x  | x   | BIU/SSU   |
| 17. | Forebyggelse af ensomhed blandt ældre  | CSOs medarbejdere med borgerkontakt introducerer internetportalen "Boblberg" til borgere, som vil kunne profitere af det. På portalen er det muligt for borgere at finde sammen om fælles interesser, udfordringer, aktiviteter mv. Formålet er at skabe sociale fællesskaber borgere imellem, som styrker fysisk/mental sundhed samt mindsker ensomhed. Indsatsen udføres af relevante medarbejdere med borgerkontakt.   |                                       |  |  |   |  |   |  | x  | x  |   | SSU       |

# Handleplan 2020-2022 Sundhedsstrategi

Efter hver indsats er det markeret, hvilken af Sundhedsstyrelsens Forebyggelsespakker, som indsatsen tager udgangspunkt i (fx F-Alkohol).  
 Indsatser markeret med \* er indsatser, som politikerne ønskede på politisk temamøde i august 2019.  
 Indsatser markeret med + er indsatser, som blev foreslået på workshops med kommunens fagmedarbejdere.

9. juni 2020

| Nr. | Indsats | Beskrivelse | Lighed i sundhed<br>Borgeren oplever: |  |  |   | Tidlig indsats og forebyggelse<br>Borgeren oplever:                |   |  | Mestring og trivsel<br>Borgeren oplever:                     |  |   | Fagudvalg |
|-----|---------|-------------|---------------------------------------|--|--|---|--|---|--|--|--|---|-----------|
|     |         |             | Mål 1                                 | Mål 2  | Mål 3  | Mål 4   | Mål 1  | Mål 2   | Mål 3  | Mål 1  | Mål 2  | Mål 3   |           |
|     |         |             | Vi skaber sunde strukturelle rammer.  | Vi målretter tilbuddene til de grupper af borgere, som har størst behov. | Vi samarbejder med relevante parter om opsporing og henvisning til tilbud. | Vi kommer til borgerne, når de ikke kan komme til os. | Vi styrker indsatsen særligt i forhold til børn, unge og forældre. | Vi arbejder målrettet med opsporing af helbredsproblemer. | Vi reagerer hurtigt og professionelt ved tidlige tegn på mistrivsel. | Vi styrker indsatsen i forhold til trivselsfremmende tilbud. | Vi understøtter sociale miljøer, der fremmer fællesskaber og dannelse af relationer. | Vi støtter borgerne i at mestre livet på trods af sygdom og mentale udfordringer. |           |
|     |         |             |                                       |  |  |   |  |   |  |  |  |   |           |