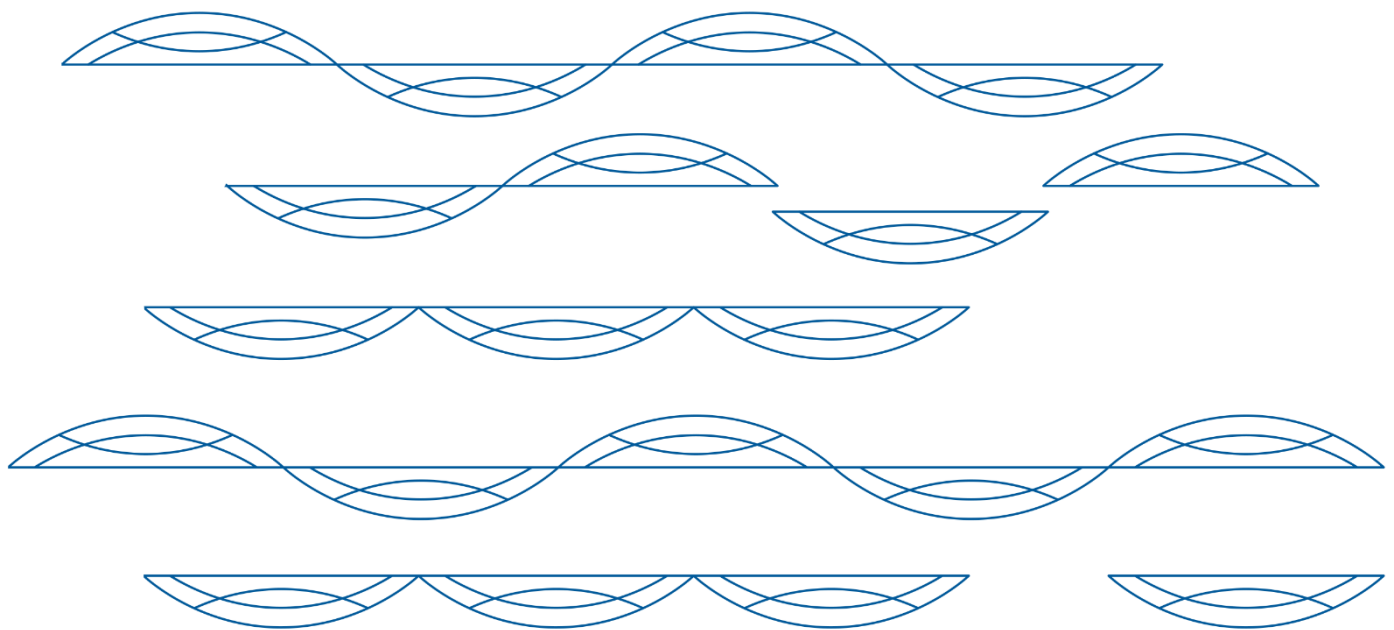




Nordmalings
kommun

Folkhälsoplan Nordmalings kommun 2023-2026



Dokumenttyp Plan	Diarienummer 2022-406-073	Fastställt Kommunfullmäktige 2023-09-25 § 89
För revidering ansvarar Kommunstrateg	Uppföljning och tidplan	Dokumentet gäller
Dokumentet gäller till och med		



Innehållsförteckning

1	Inledning – Hållbara människor stärker samhället.....	3
2	Nationella folkhälsomål och målområden.....	3
3	Avsiktsförklaring för god, jämlik och jämställd hälsa i Västerbotten.....	4
4	Nordmalings kommuns folkhälsoverksamhet	5
5	Målområden	7
6	Uppföljning	12



1 Inledning – Hållbara människor stärker samhället

Alla människor ska ha förutsättningar att trivas och må bra i livet. Ett jämlikt samhälle med välmående invånare är en vinst för alla. Hälsan i en befolkning påverkas av många faktorer och är central för hållbar samhällsutveckling. Bättre hälsa ger bättre förutsättningar för lärande och arbete, som i sin tur ger ökad samhällsnytta. Det är bra för samhället men även för individen. Folkhälsa är ett uttryck för befolkningens hälsotillstånd, där hänsyn tas till både nivå och fördelning av hälsa.

En god folkhälsa handlar inte bara om hälsa på så hög nivå som möjligt utan även om hur hälsan är fördelad, människors välbefinnande och livskvalitet, samt bidrar till samhällets utveckling och ekonomiska tillväxt.

En kommun har möjligheter att påverka förutsättningarna för god och jämlik och jämställd folkhälsa genom förbättring av invånarnas livsvillkor.

I Folkhälsoplanen läggs en riktning med prioriterade områden som är viktiga att arbeta med för att nå en bättre folkhälsa i vår kommun och som på sikt ska sträva mot det övergripande målet. Folkhälsoplanen visar vad Nordmalings kommun prioriterar av hälsofrämjande och förebyggande insatser.

2 Nationella folkhälsomål och målområden

Nationella folkhälsopolitiken är antagen av riksdagen. Det övergripande nationella målet för den svenska folkhälsopolitiken har ett tydligt fokus på jämlik hälsa, ”att skapa samhälleliga förutsättningar för en god och jämlik hälsa för hela befolkningen och sluta de påverkbara hälsoklyftorna inom en generation”. Det betyder att alla människor – oavsett ålder, kön, klasstillhörighet, etnisk och kulturell bakgrund, religion, sexuell läggning, funktionsnedsättning eller andra egenskaper – ska ha en möjlighet att må så bra som varje individ skulle kunna göra.

Nationella folkhälsopolitikens åtta målområden är viktiga och har påverkan och inverkan gällande goda levnadsvanor.



En god och jämlik hälsa – åtta målområden

1 Det tidiga livets villkor 2 Kunskaper, kompetenser och utbildning 3 Arbete, arbetsförhållande och arbetsmiljö 4 Inkomster och försörjningsmöjligheter 5 Boende och närmiljö 6 Levnadsvanor 7 Kontroll, inflytande och delaktighet 8 En jämlik och hälsofrämjande hälso- och sjukvård

Målområdena omfattar de bestämningsfaktorer som har störst betydelse för folkhälsan, det vill säga de faktorer i samhällsorganisationen som bidrar till hälsa och ohälsa och därmed påverkar människors livsvillkor och levnadsvanor.

För att nå regeringens mål om att minska de påverkbara hälsoklyftorna inom en generation krävs ett aktivt arbete på alla nivåer. En bättre och mer jämlik folkhälsa är ett gemensamt ansvar och uppdraget ska genomföras utifrån folkhälsopolitikens åtta målområden.

3 Avsiktsförklaring för god, jämlik och jämställd hälsa i Västerbotten

Kommunerna, regionen och länsstyrelsen i Västerbotten har en gemensam avsiktsförklaring för arbetet för en god, jämlik och jämställd hälsa. Ett tvärasektoriellt samarbete som ska ge ett stöd och stärka länets folkhälsoaktörer för en långsiktig och kunskapsbaserad samverkan. befolkningen. Avsiktsförklaringen bygger på den nationella folkhälsopolitiken och knyter an till flera andra politikområden och arbetet med Agenda 2030 för hållbar utveckling.

* Folkhälsa som samhällsbygge – en nödvändig förutsättning för hållbar utveckling. En god, jämlik och jämställd hälsa är grunden för välfärd och en förutsättning för regional utveckling. Goda villkor för hälsa utgör en central del av samhällets sociala hållbarhet.



* Hälsöfrämjande i fokus – genom hela livet.

Hälsöfrämjande och sjukdomsförebyggande insatser stärker hälsan samt förebygger ohälsa och sjukdom och bidrar till ett hållbart samhälle.

* Hälsa för alla – en kompensatorisk inriktning är nödvändig.

En god folkhälsa innebär att hälsan är så god som möjligt och samtidigt så jämlikt fördelad som möjligt mellan olika grupper i samhället. Jämlikhets- och jämställdhetsperspektivet behöver tydliggöras och prägla folkhälsoarbetet på alla nivåer.

* Villkor för hälsan – både strukturella faktorer och individuella vanor har betydelse.

Individens hälsa kan påverkas av allt från strukturella faktorer såsom livsmiljö, livsvillkor och levnadsförhållanden till individuella livsstilar och levnadsvanor. Detta kallas ofta hälsans bestämningsfaktorer.

* Folkhälsa i allt vi gör – folkhälsointegrering som strategi.

Folkhälsan berörs av de beslut som fattas i alla organisationer. Folkhälsoperspektiv behöver därför integreras i organisationers ordinarie uppdrag och planeringsmodeller samtidigt som förutsättningar för ett mer konkret folkhälsoarbete skapas.

4 Nordmalings kommuns folkhälsoverksamhet

Kommunstyrelsen är ansvarig nämnd för folkhälsoverksamheten. Folkhälsorådet är en samverkansgrupp där Nordmalings kommun tillsammans med företrädare för region Västerbotten diskuterar, initierar, utvecklar och planerar för insatser inom folkhälsoområdet.

Folkhälsoarbetet utgår från nationella folkhälsomål, regionala avsiktsförklaringen, barnkonventionen, kommunens vision 2031, de strategiska målen och agenda 2030 med kommunens hållbarhetsstrategis tre dimensioner ekologisk-, social- och ekonomisk hållbarhet.

Vision 2031 Nordmaling är..

- Nära havet
- Nära naturen
- Nära städer
- Nära varandra

Inriktning för kommunövergripande strategiska mål

- Vi samverkar över alla gränser för att skapa långsiktig social-, ekonomisk- och ekologisk hållbarhet, hög attraktivitet och tillväxt med målet att nå 7550 medborgare år 2031
- Vi har en levande demokrati där verksamheten präglas av öppenhet och tydlighet. Samspelet mellan politiker och tjänstepersoner har en tydlig medborgarorientering



- Vi ska stärka Nordmalings kommun med stöd av Agenda 2030 Globala målen för hållbar utveckling
- Vi ska utveckla god omsorg, utbildning och övrig kommunal service för att främja en god livsmiljö för hela befolkningen
- Vi ska stärka Nordmaling som kulturkommun, där kulturen är en arena för skapande och aktiva medborgare
- Det är enkelt att leva i Nordmaling med bostadsmiljöer som bidrar till goda uppväxtvillkor för barn och unga. Närhet till service, arbete, och fritidsaktiviteter bidrar till att fler flyttar hit
- I relevanta kommunjämförelser ska Nordmalings kommun vara bland de 50 främsta i Sverige
- Alla boende känner tillhörighet och är ambassadörer; för byarna, orten och för Nordmalings kommun i stort
- Vi har en levande landsbygd med närhet till varandra
- Nordmalings kommun, näringslivet, politiska företrädare, kommunens tjänstepersoner och invånarna verkar tillsammans

Horisontella perspektiv



Folkhälsoperspektivet har kopplingar till kommunövergripande strategiska mål som anger målsättning och inriktningen för de kommunala verksamheterna. Ett folkhälsoperspektiv kan inkluderas i de horisontella perspektiven hållbarhet, jämställdhet och barn.

Kommunens inriktning för folkhälsan

Den kommunala vardagen med beslut och olika verksamheter påverkar befolkningens välfärd, livsvillkor och levnadsvanor. En förutsättning för en god folkhälsa är långsiktighet och att folkhälsoarbetet blir en del av den ordinarie kommunala verksamheten.

Viktigt för folkhälsa är att skapa trygga och trivsamma bostadsmiljöer och närhet till service och fritidsaktiviteter. Det ska finnas ett förebyggande och trygghetskapande arbete med särskild prioritering av tidiga insatser till barn, insatser som förebygger psykisk ohälsa och insatser som förhindrar våld i nära relationer.

Folkhälsoplanen behöver vara en del i den kommunala styrprocessen och integreras i såväl mål och budget som i andra vägledande styrdokument. Ett tvärsektoriellt arbetssätt är en av grundbultarna och anses vara en av framgångsfaktorena för ett långsiktigt fungerande folkhälsoarbete.

Kommunen folkhälsoarbetet utgångspunkt är att alla sektorer och verksamhetsområden arbetar mot uppsatta mål. Avstämning för folkhälsoarbetets insatser sker genom nationella och kommunala enkäters resultat som ger en redovisning av upplevelse och kvalitet.



Folkhälsomålen och folkhälsoarbetets insatser följs upp av politiken och kommunens ledningsgrupper i samband med verksamhetsuppföljning av strategiska mål, samt i samband med årsbokslutet.

5 Målområden

- **Det tidiga livets villkor**
 - Att alla barn får en bra start i livet som stimulerar deras tidiga utveckling, inlärning och hälsa.

Ett barnrättsperspektiv innebär att både den enskilda medarbetaren och hela verksamheten arbetar rättighetsbaserat och har strategier för arbetet med att genomföra FN:s konvention om barnets rättigheter. Att anta ett barnperspektiv handlar om att beakta barnets bästa i strategier, dagliga beslut, attityder, kunskap och arbetssätt som ska inkludera alla kommunala verksamheter. Med barn avses personer upp till 18 års ålder.

Centralt för att uppnå en jämlik hälsa är att barn och unga ska kunna växa upp under trygga och jämlika förhållanden. Att få möjlighet att utveckla de grundläggande förmågorna tidigt i barndomen ger en mer stabil grund att stå på och i förlängningen bättre hälsa. Barn som får en bra start i livet som stimulerar deras tidiga utveckling och inlärning är en investering och tidig insats för att förebygga ohälsa bland barn och unga.

Kommunen åtagande är:

- Att inkludera ett barnperspektiv i all planering och i alla led av beslutsfattande, planering och utförande av verksamheter.
 - Att skapa möjligheter till ökad rörelse och fysisk aktivitet som främjar god hälsa.
 - Att främja goda matvanor genom att erbjuda näringsriktig kost inom skolverksamhet och fritidsverksamhet.
 - Att genom samverkan i HLT-modellen (hälsa, lärande, trygghet) ge anpassat stöd och tidiga samordnade insatser till barn och föräldrar.
- **Kunskaper, kompetenser och utbildning**
 - En trygg och stimulerande lärandemiljö som främjar en likvärdig utbildning av god kvalitet.

För att åstadkomma en god och jämlik hälsa är det viktigt att alla får möjlighet att utveckla sina kompetenser och kunskaper samt tillgodogöra sig en god utbildning. Kompetenser och kunskaper utvecklas genom olika former av lärande under livets olika skeden och har ett starkt samband med människors förutsättningar för en god hälsa.



Kommunens skolverksamhet är en arena som når alla barn och unga och har därmed en grundläggande roll i arbetet för en god och jämlik hälsa. En trygg och stimulerande lärandemiljö är viktig för att barn och ungdomar ska kunna inhämta och utveckla kunskaper.

För att åstadkomma en god och jämlik hälsa bör alla barn, unga och vuxna ha möjlighet att utveckla kompetenser och kunskaper samt tillgodogöra sig en god utbildning oberoende av sociala och ekonomiska förhållanden, ålder, könstillhörighet och funktionsnedsättning.

Kommunen åtagande är:

- Att uppmärksamma hälso- och livsstilsfrågor som viktig del i utbildning och följa utvecklingen i lokalt och nationellt.
- Att erbjuda trygga och tillgängliga lärmiljöer för ökad studiero som ger förutsättningar för personen att utveckla sina kompetenser och kunskaper samt tillgodogöra sig en god utbildning.
- Att ha kunskaper om barn och unga som avbryter studierna och sätta in insatser i ett tidigt skede.
- Att inom vuxenutbildningen främja fullföljande av studier genom ett långsiktigt arbete för att motverka studieavbrott och höja den generella utbildningsnivån i kommunen.
- **Arbete, arbetsförhållande och arbetsmiljö**
 - Hälsofrämjande arbetsliv där arbetsvillkor främjar hälsa och sysselsättning

Arbete, goda arbetsförhållanden och god arbetsmiljö är viktiga områden för att uppnå jämlik hälsa. Människor som arbetar har i regel bättre hälsa än de som saknar ett arbete eller sysselsättning. Arbete ger möjlighet till socialt stöd och identitet, samt utgör för de allra flesta den primära källan till inkomster.

Ett hälsofrämjande arbetsliv med väl fungerande arbetsvillkor bidrar till att minska den arbetsrelaterade ohälsan och sociala skillnader i hälsa. Hälsofrämjande arbetsplatser är en viktig del för att vara en attraktiv arbetsgivare och bidra till en positiv hälsoutveckling hos den egna personalen.

Kommunens verksamheter ska samverka och ha kontakter med företag, föreningar och intresseorganisationer. Det är viktigt att i dessa kontakter ta del av hur dessa organisationer arbetar med hälsa och arbetsmiljö i sina verksamheter.

Kommunen åtagande är:

- Att verka för att arbetstagarnas upplevelse av delaktighet, inflytande och meningsfullhet på sina arbetsplatser ökar.
- Att utbilda kommunanställd personal inom hälsa- och arbetsmiljö.
- Att främja ett långsiktigt hälso- och arbetsmiljöarbete i kommunens verksamheter.



- Att ta del av företag, föreningar och intresseorganisationers hälso- och arbetsmiljöarbete.
- **Inkomster och försörjningsmöjligheter**
- Verka för att människor ges möjligheter till sysselsättning och därmed möjligheter att generera egna resurser och handlingsutrymme.

Sysselsättning och ekonomisk trygghet är viktigt för hälsan. För att åstadkomma en god och jämlik hälsa är det viktigt att stärka människors egna möjligheter till sysselsättning och därmed möjligheter att agera och generera ekonomiska resurser, men också att stödja människor när deras egna ekonomiska resurser inte räcker till.

Sysselsättning och ekonomisk trygghet påverkar hälsosituationen och är en viktig förutsättning i det tidiga livets villkor och för att förändra levnadsvanorna. Kommunens verksamhet har ett viktigt uppdrag och målsättning att fler personer blir självförsörjande och bidrar till behoven av kompetensförsörjning.

Kommunen åtagande är:

- Att fler personer får arbete och öka sina möjligheter till egen försörjning.
- Att verkställa och utveckla kommunens arbetsmarknadspolitiska insatser för att personer mellan 16-64 år ska komma ut i arbete eller studier.
- Att verka för att minska inträdeshinder och underlätta för särskilt utsatta grupper att ta sig in på arbetsmarknaden.
- **Boende och närmiljö**
- Trygga och trivsamma bostadsmiljöer som bidrar till goda uppväxtvillkor för barn och unga. Närhet till service, arbete, och fritidsaktiviteter.

Den fysiska planeringen och byggda miljön har en central roll för människors hälsa och välbefinnande. Det finns en koppling mellan hur vi planerar och bygger samhällen och invånarnas hälsa, livsmiljö samt trygghet.

Tillgång till ett bra boende och en god närmiljö är viktiga förutsättningar för en god och jämlik hälsa.

Offentliga platser behöver planeras och underhållas så att de blir tillgängliga för alla. I områden med trygga miljöer blir det lättare att nyttja de utomhusmiljöer som främjar hälsa.

Kommunens planering utgår ifrån funktionsblandad bebyggelse där bostäder, arbetsplatser och service är integrerade. Funktionsblandning ger förutsättningar att skapa levande trivsamma kvarter under större delen av dygnet vilket också bidrar till trygghet och säkerhet.



De fysiska miljöerna ska ge förutsättningar för ett vardagsliv med mycket rörelse som fungerar för de individer som använder den oavsett ålder, kön eller funktionsförmåga.

Kommunen åtagande är:

- Att den fysiska planeringen och byggda miljön ska främja en god närmiljö och skapa levande trivsamma kvarter som bidrar till trygghet och säkerhet.
 - Att i bred samverkan med berörda samhällsaktörer, arbeta förebyggande för att minska riskerna för våld, hot och brott.
 - Att de fysiska miljöerna ska vara tillgängliga oavsett ålder, kön eller funktionsförmåga.
- **Levnadsvanor**
 - Utveckla arbete och insatser som främjar goda levnadsvanor.

Levnadsvanor är ett centralt område för att uppnå jämlik hälsa. Många av förutsättningarna för en god hälsa påverkas av livsvillkoren och av individens egna val och levnadsvanor. Individers levnadsvanor skiljer sig åt beroende på deras sociala miljö, utbildningsnivå och ekonomiska förutsättningar.

Levnadsvanor har stor betydelse för vår hälsa. Hur vi äter, dricker och rör på oss spelar roll för det fysiska och psykiska måendet. Goda matvanor grundläggs tidigt i livet och av den anledningen är det viktigt att arbeta med kost och mat med barn i förskola och skola. Intag av alkohol, tobak och droger påverkar kroppen och måendet på kort och på lång sikt.

Kommunen åtagande är:

- Att erbjuda hälsosam kost och bidra till att öka medvetenheten om goda matvanor inom förskola och skola.
 - Erbjudna tillgång till kultur- och fritidsutbud.
 - Att det finns utemiljöer som stimulerar rörelse och aktivitet.
 - Att arbeta förebyggande och motverka missbruk av alkohol och andra beroendeframkallande medel.
- **Kontroll, inflytande och delaktighet**
 - Ge människor möjligheter till kontroll, inflytande och delaktighet i samhället och i det dagliga livet.

Viktigt för en god och jämlik hälsa är att ge människor kontroll, inflytande och delaktighet i samhället och i det dagliga livet. Det gäller oavsett socioekonomisk bakgrund, kön, könsöverskridande identitet eller uttryck, etnisk tillhörighet, trosuppfattning, funktionsförmåga, sexuell läggning, ålder eller geografisk hemvist.



Medborgares möjlighet till inflytande och delaktighet i det lokala samhällets utveckling har blivit en allt viktigare fråga för att skapa tillit till det demokratiska systemet och för att utveckla ett hållbart samhälle.

Det civila samhället är en arena där människor, grupper och organisationer agerar tillsammans för gemensamma intressen. Ur ett demokratiskt perspektiv är det viktigt att civila samhället når ut och inkluderar de som idag står utanför föreningar, organisationer och nätverk.

Kommunen åtagande är:

- Att ge medborgare inflytande och delaktighet i samhällets utveckling.
 - Se möjligheter till att bjuda in till dialogmöten i olika former.
 - Skapa goda förutsättningar och främja samverkan med föreningslivet och övriga delar av det civila samhället.
- **En jämlik och hälsofrämjande hälso-och sjukvård**
 - I samverkan med regionens hälso- och sjukvård verka för samordnad hälso- och sjukvård för personer som får insatser från kommunen.

De första åren lägger en viktig grund för den fysiska och psykiska hälsan senare i livet. Både sociala och psykologiska faktorer har betydelse. Därför är det en bra investering med tidiga insatser för att främja hälsa och förebygga ohälsa bland barn och unga.

Förutom föräldrar och andra viktiga vuxna är förskolan och skolan viktiga arenor för hälsofrämjande och förebyggande arbete.

Kommunens samverkar med primärvården i syftet att ge en god och nära hälso- och sjukvård till personer som har insatser från kommunen. Kommunen har en viktig uppgift att arbeta preventivt genom olika hälsofrämjande insatser där psykisk hälsa har ett särskilt fokus.

Alla kan drabbas av psykisk ohälsa. Det finns många faktorer som påverkar, både individens eget beteende och villkor, dess nära omgivning och i samhället i stort. Många av dessa faktorer går att påverka, i alla fall på sikt. Psykisk hälsa kan beskrivas som en tillgång eller resurs som gör det möjligt för oss människor att må bra och gör det möjligt för oss att uppnå vår fulla potential.

En person med någon form av psykisk ohälsa har större sannolikhet att ha ett antal viktiga riskfaktorer som har koppling till suicid. Även allvarlig depression, ångesttillstånd eller skadligt bruk av alkohol och andra droger ökar risken för suicidalitet. Viktigt att regionen och kommunen har hållbara samarbetsstrukturer för suicidprevention på strategisk och operativ nivå.

Kommunen åtagande är:



- Att genom samverkan samordna och erbjuda anpassade insatser till personer som har behov hälso- och sjukvårdsinsatser.
- Att verka för att stödja personen i förebyggande och hälsofrämjande aktiviteter och insatser.
- Att säkra att personal har rätt kompetens utifrån sitt uppdrag för att kunna upptäcka och bemöta människor med suicidrisk, samt att rutiner är aktuella och förankrade hos personalen.
- att arbeta med och utveckla handlingsplan mot suicid

6 Uppföljning

Folkhälsomålen och planerade insatser ska synliggöras och följas upp som en del i kommunens verksamhetsplan. I kommunens årsbokslut sammanfattar och beskriver kommunens sektorer vilken effekt de olika åtagandena inom folkhälsan har haft under året.