



# Tag vare på dine vælgere

Få inspiration til dit  
sundhedspolitiske arbejde





”

Kære politiker.  
Tillykke med valget.  
I Sund By Netværket kan  
du finde inspiration til  
din kommunes opgave  
med sundhedsfremme  
og forebyggelse

## Forord

Det gode, sunde liv handler ikke bare om at motionere og at holde sig fra ryg og alkohol. Det handler også om at have et godt socialt liv, balance mellem arbejde og fritid, og generelt at trives i sin hverdag.

Som kommunalpolitiker har du mulighed for at gøre en forskel for borgernes sundhed og trivsel – uden en løftet pegefinger.

Forebyggelse er en nødvendig investering i nutidens og fremtidens velfærd for at mindske behandlingsbehovet, skabe mere lighed i sundhed og øge den enkelt borgers antal raske leveår. I dag ønsker et flertal af danskere, at lokalsamfundet i højere grad gør det nemt at træffe det sunde valg. Som kommunalpolitiker har du ansvaret for at skabe de overordnede rammer, der gør det sunde valg til det nemme valg. Pointen er, at det kræver politisk prioritering at investere i borgernes livskvalitet og sundhed.

Otto Ohrt  
Formand

# Tre sunde prioriteringer



Målrettet forebyggelse skaber lighed i sundhed



Forebyggelse gennem hele livet



Flere om at forebygge

## Tre gode grunde til at prioritere forebyggelse:

- Forebyggelse øger lighed i sundhed
- Forebyggelse sikrer, at danskernes ekstra leveår er gode leveår
- De fleste livsstilssygdomme kan undgås med forebyggelse


# Sund By Netværket

Det danske Sund By Netværk, under WHO's Healthy Cities Network, har siden 1991 været med i udviklingen af folkesundheden i Danmark gennem et tæt samarbejde med kommuner og regioner.

Sund By Netværket arbejder med udviklingen af de kommunale sundhedsindsatser bl.a. opgaver om styrkede fællesskaber, socialt bæredygtige lokalsamfund og KRAM-faktorerne (Kost, Rygning, Alkohol og Motion). Det giver resultater helt ude hos borgeren og er samtidig en åbning for et samarbejde på tværs af forvaltningsområder og sektorer.

I Sund By Netværket arbejder vi med udvalgte temaer i vores *temagrupper*. Den praksisnære viden vi genererer i temagrupperne deler vi hurtigt i netværket, og sikrer således, at viden og metoder kommer alle i netværket til gavn.

Vi indgår alliancer med vidensinstitutioner og fungerer samtidig som et laboratorium, hvor medlemmerne stiller sig til rådighed i afprøvningen af nye metoder til generering af ny viden om praksisfeltet.



Sund By Netværkets  
medlemmer er kommuner  
og regioner i Danmark

# Målrettet forebyggelse skaber lighed i sundhed

Mental sundhed, alkohol og tobak er tre risikofaktorer, der har stor betydning for vores sundhed og middellevetid – ligesom det at stå udenfor et fællesskab har. Ulighed i sundhed viser sig ved, at borgere med lav indkomst lever næsten 10 år kortere end borgere med en høj indkomst.



## En del af et fællesskab

- I Danmark lever mere end 500.000 mennesker i såkaldt udenforskab, dvs. at de af sociale, helbreds- eller arbejdsmæssige årsager er uden for samfundet.



*Hvordan arbejder man i din kommune med robuste fællesskaber?*

## Mental sundhed

- At kunne udfolde sine evner, håndtere dagligdagens udfordringer og pres og bidrage til positive sociale fællesskaber med andre mennesker er en stor del af at være tilfreds med livet.



*Bruger du din politiske indflydelse til at gøre noget ved den negative kurve for borgernes trivsel?*

## Alkohol

- Meromkostninger knyttet til borgere med et betydeligt alkoholforbrug i en gennemsnitskommune med 50.000 borgere er 31 millioner kroner årligt.



*Hvornår har dit byråd sidst politisk drøftet, hvordan man understøtter en mere hensigtsmæssig alkoholkultur blandt borgerne?*

## Tobak

- Produktionstab pga. sygedage koster årligt staten 34 mia. kr. i ekstraomkostninger for rygere og eksrygere i forhold til aldrig-rygere.



*Har I en rygepolitik i din kommune? Har I sat særligt fokus på en tidlig forebyggende indsats mod rygestart blandt unge?*

# Forebyggelse gennem hele livet

Forebyggelse skal tænkes ind i nærmiljøet. Der hvor vi bor, arbejder og lever hele livet igennem skal vi have fokus på at skabe sunde rammer og tilbud for alle. Nøgleordene er *strukturel forebyggelse* og *tidlig opsporing*.



## Strukturel forebyggelse

- Rammer i nærmiljøet, der gør det sunde valg til det lette valg, har størst effekt i forebyggelsesindsatserne. Det kan være fysiske udfoldelsesmuligheder som for eksempel at anlægge cykelstier eller lette adgangen til sunde fødevarer i kantiner.

**?** *Har du som politiker fokus på sund skolemad og at børn kan udfolde sig fysisk i skolegården?*

## Tidlig opsporing

- Jo tidligere vi sætter ind med det forebyggende arbejde, des større effekt har det på den generelle folkesundhed. Det skyldes, at vores muligheder for at leve mange sunde og gode leveår grundlægges fra barnsben og skal fastholdes gennem hele livet.

**?** *Hvordan arbejder din kommune med at sikre en god start på livet som familie?*

**?** *Forebyggelse skal tænkes gennem hele livet, da det aldrig er for sent at forebygge. Hvordan arbejder din kommune med ældres mentale sundhed i de forebyggende hjemmebesøg?*


# Flere om at forebygge

Vi ved, at når vi er flere om at forebygge, har det størst effekt på folkesundheden. Her er nøgleordene *sundhed i alle politikker* og *at turde række ud til andre*.




## Sundhed i alle politikker

- Sundhedsfremme og forebyggelse skal integreres i hele den kommunale opgavevaretagelse, og alle fagområder har et ansvar. Arbejdet for og med borgernes sundhed i alle politikker betyder, at vi får skabt et bæredygtigt fundament for nutidens og fremtidens borgere.

 *Bruger du din politiske indflydelse til at styrke kommunens tværfaglige samarbejde om at øge borgernes livskvalitet?*

## At række ud til andre

- Din kommune kan ikke løfte forebyggelsesarbejdet alene. I stedet kan du som kommunalpolitiker invitere lokalsamfundet med ind i løsningerne. Borgerne har oftest de bedste løsninger og forebyggelse bliver mere bæredygtigt, når vi får mobiliseret lokalsamfundet til at deltage.

 *Hvornår har du sidst inviteret borgerne i din kommune med til en politisk drøftelse og lyttet til deres løsningsforslag for sundhedsområdet?*

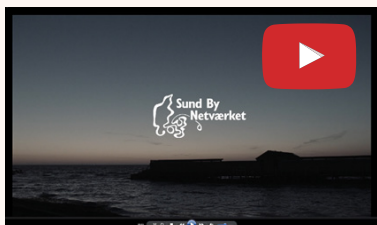


Sundhed og trivsel skabes overalt. På arbejdet, i børnehaven, på skolen, i foreninger, og i nærmiljøet. Kort sagt: der, hvor vi lever vores liv. Få konkret inspiration til forebyggelsesindsatser fra hele landet på [www.sund-by-net.dk](http://www.sund-by-net.dk), hvor du kan finde mere inspiration til det sundhedspolitiske arbejde.

Sund By Netværket  
Sund By Sekretariatet

c/o KL-huset  
Weidekampsgade 10  
2300 København S

Telefon 33 70 35 80  
E-mail: [post@sundbynetvaerket.dk](mailto:post@sundbynetvaerket.dk)  
[www.sund-by-net.dk](http://www.sund-by-net.dk)



Følg os på [#sundbynetvaerket](https://twitter.com/sundbynetvaerket)



[#tagvarepaadinevaelgere](https://twitter.com/sundbynetvaerket)

#### Tag vare på dine vælgere

© Sund By Netværket, 2018  
1. udgave

Trykt udgave: ISBN: 978-87-92848-22-2  
Digital udgave: ISBN 978-87-92848-23-9

#### Redaktion

Sund By Sekretariatet

#### Kildehenvisning

De anvendte tal i pjecen er hentet fra:  
Sundhedsstyrelsen  
Skandia, Udenforskabets pris  
hjemmeside  
Se de konkrete kildehenvisninger på  
[www.sund-by-net.dk](http://www.sund-by-net.dk)

#### Design og layout

4PLUS4

#### Udgivet af

Sund By Netværket  
Sund By Sekretariatet  
c/o KL-huset  
Weidekampsgade 10  
2300 København S

Download udgivelsen på  
[www.sund-by-net.dk](http://www.sund-by-net.dk).  
Der kan frit citeres og kopieres fra  
udgivelsen med angivelse af kilde.

