



Torsås
kommun

Antagen av Kommunfullmäktige
2021-03-01, §22



Folkhälsostrategi

2020 - 2023



Innehåll

Utgångspunkter	4
Globalt	4
Nationellt	5
Regionalt	6
Lokalt	6
Folkhälsa	7
Definition av folkhälsa	7
Förutsättningar för folkhälsa	8
Vikten av god folkhälsa	8
Vision, mål och fokusområden	9
Vision	9
Mål	9
Fokusområden	10
Folkhälsoarbete	13
Förändringsarbete på olika nivåer	14
Risk- och skyddsfaktorer	14
Hur går vi vidare	16

***En god hälsa och
livskvalité hos alla invånare***

Utgångspunkter

Folkhälsostrategin för Torsås kommun sträcker sig mellan perioden 2020-2023 och tar sin utgångspunkt i de styrdokument som ligger till grund för folkhälsoarbetet. Styrdokument finns på olika nivåer och kan vara globala, nationella, regionala och lokala.

Globalt

Agenda 2030 är en plan bestående av 17 globala mål som världens stats- och regeringschefer har antagit för hållbar utveckling. En hållbar utveckling innebär att vi tillgodoser dagens behov utan att äventyra kommande generationers möjligheter att tillfredsställa sina behov. Hållbar utveckling ses utifrån miljömässiga, sociala och ekonomiska dimensioner som integreras i varandra. De tre dimensionerna och de 17 globala

målen hänger samman och är lika viktiga för att uppnå hållbar utveckling. Flera av målen är beroende av och direkt kopplade till varandra, vilket innebär att framgång för ett av målen ger positiva effekter även på andra mål. Agenda 2030 gäller för alla människor och länder och kräver ett gemensamt arbete för att nå målen. Det kräver engagemang från regeringar, regioner, kommuner, akademier, näringsliv och civilsamhället.



De globala målen för hållbar utveckling (Glokala Sverige, 2019).

För att skapa riktning kring den nationella folkhälsopolitiken har riksdagen exempelvis antagit nationella folkhälsomål som sätter ramarna även för Torsås kommuns folkhälsoarbete.

Nationellt

”Den enskildes personliga, ekonomiska och kulturella välfärd ska vara grundläggande mål för den offentliga verksamheten. Särskilt ska den allmänna trygga rätten till arbete, bostad och utbildning samt verka för social omsorg och trygghet och för goda förutsättningar för hälsa” står det att läsa i Regeringsformens 1 kapitel §2.

För att skapa riktning kring den nationella folkhälsopolitiken har riksdagen exempelvis antagit nationella folkhälsomål som sätter ramarna även för Torsås kommuns folkhälsoarbete. Målen syftar till att stärka levnadsförhållanden som främjar en positiv hälsoutveckling i samhället. Det övergripande folkhälso-målet handlar om att skapa samhälleliga förutsättningar för en god hälsa på lika villkor för hela befolkningen. För att nå det övergripande målet har elva nationella målområden tagits fram. Målområdena är:

1. Delaktighet och inflytande i samhället
2. Ekonomiska och sociala förutsättningar
3. Barn och ungas uppväxtvillkor
4. Hälsa i arbetslivet
5. Miljöer och produkter
6. Hälsöfrämjande hälso- och sjukvård
7. Skydd mot smittspridning
8. Sexualitet och reproduktiv hälsa
9. Fysisk aktivitet
10. Matvanor och livsmedel
11. Tobak, alkohol, narkotika, dopning och spel

Kommunerna i Kalmar län har sedan tidigare gemensamt kommit överens om att särskilt fokusera på målområde 1, 3 och 11 det vill säga ”Delaktighet och inflytande i samhället”, ”Barn och ungas uppväxtvillkor” och ”Tobak, alkohol, narko-

tika, dopning och spel” under perioden 2019-2022.

I rapporten ”Nästa steg på vägen mot en mer jämlik hälsa – förslag för ett långsiktigt arbete för en god och jämlik hälsa” (2017) förespråkas att det övergripande nationella folkhälso-målet ska ändras till att skapa samhälleliga förutsättningar för en god och jämlik hälsa i hela befolkningen och att ambitionen bör vara att målet uppnås inom en generation. Kommissionen för jämlik hälsa föreslår även att de elva delmålen ersätts av livsområden som pekas ut som avgörande för en god och jämlik hälsa. Det resulterade i åtta prioriterade målområden:

1. Det tidiga livets villkor
2. Kunskaper, kompetenser och utbildning
3. Arbete, arbetsförhållanden 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

Eftersom kommissionens förslag till förändringar i styrdokumentet för den nationella folkhälsopolitiken har gjort sig gällande efter att nuvarande regionala och lokala styrdokument har skapats fortsätter de äldre målen ligga till grund för det pågående folkhälsoarbetet i stort så väl i Kalmar län som i Torsås kommun. Parallellt med det kan något av de nya prioriterade livsområdena som exempelvis ”Det tidiga livets villkor” vävas in i det äldre och bredare målet ”Barn och ungas livsvillkor”. Det ena utesluter därmed inte det andra utan bör ses som delar i en ständigt föränderlig process. Så småningom kommer de äldre målen mer och mer att ersättas av de nyare som då blir vägledande för folkhälsopolitiken i praktiken.

Regionalt

På regional nivå har det tagits fram en strategisk plan som heter Klimat att växa i – Regional utvecklingsstrategi för Kalmar län 2030, även förkortad RUS (2017). Strategin är framtagen i bred samverkan mellan kommuner, myndigheter, företrädare för näringsliv, regionen, utbildningsanordnare, föreningsliv samt representanter för grannlänerna. Syftet med RUS:en är att *”skapa livskvalitet för invånarna och en hållbar samhällsutveckling, inom ramen för ekologins gränser och med en stark ekonomi som medel”*. (2017, sida 8)

I RUS:en redovisas en gemensam målbild med fyra prioriterade utvecklingsområden för länet:

- Delaktighet, hälsa och välbefinnande
- God miljö för barn och unga
- Hållbar samhällsplanering
- Stärkt konkurrenskraft

Det två först prioriterade utvecklingsområdena i den regionala utvecklingsstrategin ”delaktighet, hälsa och välbefinnande” och ”god miljö för barn och unga” är de områden som är särskilt relevanta för folkhälsostrategin i Torsås kommun.

Lokalt

Den lokala folkhälsostrategin bygger även på Torsås kommuns strategiska plan för perioden 2018-2022, vilken har tagit RUS:en i beaktande. I den strategiska planen står det bland annat att det är ett övergripande mål att se till att Torsås är en kommun där folkhälsan är stark hos alla.

Folkhälsostrategin är en del av det kommunala arbetet och utgår därmed också ifrån den övergripande värdegrund som finns i kommunen. Värdegrunden består utav de fyra begreppen ”delaktighet”, ”utveckling”, ”tydlighet” och ”trygghet” och förkortas DUTT. Den övergripande värdegrunden ska vara en utgångspunkt i det dagliga arbetet.

”Delaktighet” är både en förutsättning för att arbeta med stärkt folkhälsa och ett särskilt mål i det hälsofrämjande arbetet eftersom ökad delaktighet kan leda till aktivt förändringsarbete och förbättrat mående hos både en själv och andra.

”Utveckling” handlar om att våga skapa nya och ibland djärva lösningar på många gånger stora, omfattande och långvariga utmaningar. Att arbeta utifrån en process om försök till förändring och förbättring även om utfallet ibland är svårt att mäta eller effekterna låter vänta på sig.

Med ”tydlighet” avses att information både ska vara lätt att förstå och lätt att nå. Genom tydlighet skapas tillgänglighet vilket är en förutsättning för att så många invånare som möjligt ska kunna delta och vara delaktiga i brett och aktivt folkhälsoarbete. ”Trygghet” i tillräcklig utsträckning bör ses som grundförutsättning i allt folkhälsoarbete som ofta innebär ett förändringsarbete för såväl grupper av människor som enskilda invånare. Att den kommunala förvaltningens olika delar känner tillit till varandra utgör grunden för såväl samverkan som resultat. Likaså behöver kommunens invånare känna tillit till den kommunala förvaltningen för att trygghet ska uppstå inom och mellan samhällets invånare.

Modell för Torsås kommuns värdegrund



I arbetet med framtagandet av en lokal folkhälsostrategi för Torsås kommun för perioden 2020-2023 har den lokala lägesbilden med de förutsättningar och behov som specifikt finns i Torsås kommun också beaktats. Det har skett genom underlag i form av befintlig statistik, samverkan mellan aktörer på olika nivåer, professionella bedömningar och medborgardialoger.

Folkhälsa



Definition av folkhälsa

Enkelt uttryckt har begreppet "hälsa" med individen att göra medan begreppet "folkhälsa" fokuserar på befolkningen och därmed intar ett större och bredare samhällsperspektiv i frågan (Janlert, 2000). Folkhälsa kan därmed ses som ett uttryck för hela befolkningens hälsotillstånd. En god folkhälsa bör vara ett samhälleligt mål i sig med kan även vara ett medel för att uppnå andra samhällsmål.

För att definiera folkhälsa tas inte bara hänsyn till nivå utan även fördelning av hälsa. En god folkhälsa handlar därmed inte bara om att hälsan bör vara så bra som möjligt utan den bör dessutom vara så jämnt fördelad som det bara går. Skillnaderna mellan olika grupper i samhället bör vara så liten som möjligt. För att skapa jämlikhet i hälsa behöver olika insatser genomföras på olika nivåer och för olika målgrupper.

Det övergripande nationella folkhälsomålet som tidigare har beskrivits handlar precis om detta att skapa samhälleliga förutsättningar för en god hälsa på lika villkor för hela befolkningen.



Vikten av god folkhälsa

Grunden för ett hållbart samhälle är att det inte glider isär. Olika former av utanförskap utgör riskfaktorer för välfärds-samhället. Insatser för att stärka den sociala sammanhållningen är därför viktiga för ett samhälles utveckling.

God hälsa, välbefinnande, trygghet och möjlighet att påverka sin livssituation är förutsättningar för att människor ska kunna leva ett rikt och hälsosamt liv. Att ge alla medborgare inflytande och likvärdiga levnadsförhållanden är en väsentlig del i att minska ojämlikheten och avskaffa den multidimensionella fattigdom som anges i Agenda 2030. (RUS, 2017)

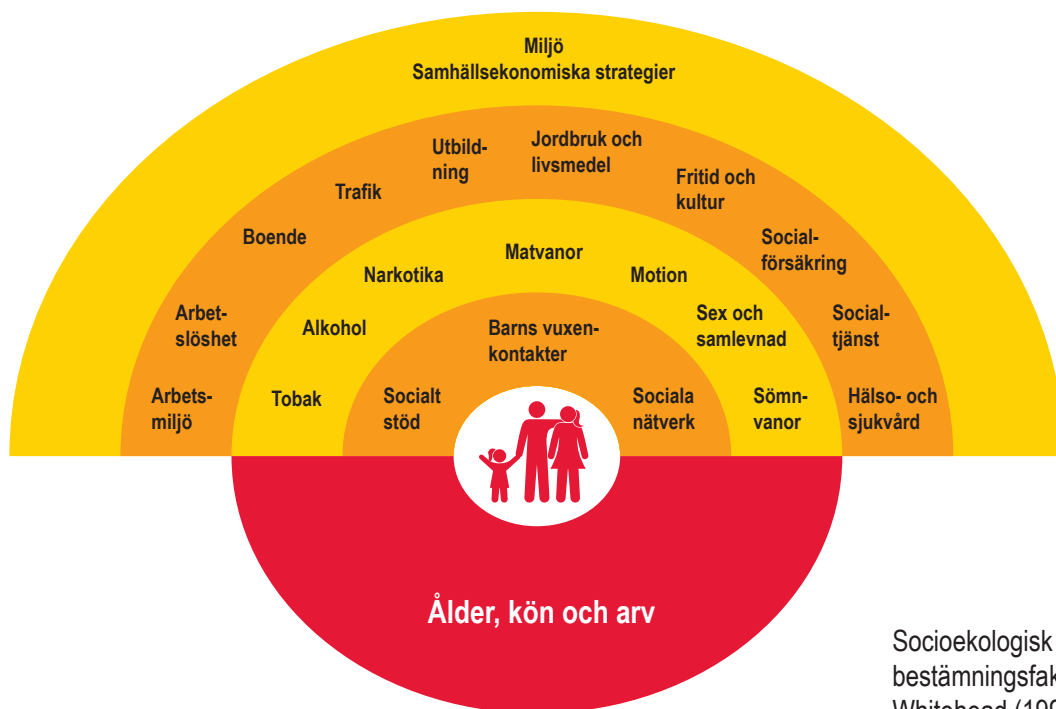
En god och jämlik folkhälsa är en viktig del i den regionala utvecklingen. Folkhälsa handlar om allt från individens sociala nätverk och levnadsvanor till samhällets strukturer och livsvillkor. En god folkhälsa bidrar till att Torsås kommun blir en socialt hållbar kommun som är attraktivt, med god tillväxt och hög konkurrenskraft. (Regional ANDTstrategi, 2016)

En förbättrad och en mer jämlik folkhälsa är en av nycklarna för att klara kompetensförsörjningen och för att fler individer ska kunna leva ett gott liv och vara delaktiga i både arbets- och samhällslivet. (Norrbottnens folkhälsokonferens, 2019)

Förutsättningar för folkhälsa

För att befolkningen ska uppnå en god hälsa krävs vissa grundläggande förutsättningar gällande allt från individ till samhälle som brukar kallas "bestämningsfaktorer för hälsa". Utifrån ett socioekologiskt synsätt tas hänsyn till hela livsmiljön vilket innebär att biologiska, sociala, kulturella, ekonomiska och politiska aspekter tas i beaktande.

Hälsans bestämningsfaktorer kan delas in i fem olika nivåer där grunden för vår hälsa utgörs av ålder, kön och arv. Därefter kommer de sociala nätverk vi ingår i som till exempel familj och anhöriga och det sociala stöd vi inhämtar från dem. Det handlar bland annat om tillit till andra, delaktighet i varandras liv och möjlighet till inflytande i sitt liv. Den tredje nivån handlar om levnadsvanor eller livsstilsfaktorer som exempelvis de mat- motions- och sömnvanor som människor har och som kan anses vara direkt påverkbara. På nästa nivå finns de livsvillkor eller omständigheter som individer lever under och inte kan påverka i samma utsträckning som till exempel levnadsvanor och som ofta bestäms genom politiska beslut på nationell, regional eller lokal nivå. Ytterst finns samhällets grundstruktur sett i ett internationellt eller globalt perspektiv.



Socioekologisk modell över hälsans bestämningsfaktorer efter Dahlgren & Whitehead (1991).

Vision, mål och fokusområden

Vision

Ett gott liv i en livskraftig kommun är en gemens vision för vad Torsås kommuns långsiktiga arbete ska bidra till att uppnå. Folkhälsostrategin är en del av detta arbete och ska öka förutsättningarna för att alla invånare i Torsås kommun ska ha goda möjligheter till hälsa och livskvalité oavsett kön, förutsättningar eller bakgrund.

Det kommunala arbetet bör genomsyras av ett folkhälsoperspektiv som utgår ifrån såväl ett hälsofrämjande som förebyggande perspektiv utifrån begreppet ”universell proportionalism” som handlar om att insatser för att stärka folkhälsan framförallt ska inriktas emot hela befolkningen även om vissa grupper eller individer behöver erbjudas mer eller särskilt stöd utöver det. Att stärka folkhälsan för alla innebär då att göra jämlikt är att

göra olika. För att stärka folkhälsan i kommunen och skapa ett socialt hållbart samhälle krävs bred, aktiv och långsiktig samverkan mellan olika aktörer i och utanför kommunen.

Mål

Tanken med att skriva en kommunal folkhälsostrategi är att skapa en gemensam utgångspunkt och riktning för det övergripande folkhälsoarbetet i Torsås kommun. Strategin ligger sedan till grund för verksamhetens arbete. Genom ett aktivt samarbete mellan kommunledning, chefer och övriga funktioner som har särskilt ansvar för frågor som rör folkhälsa bryts sedan strategins fokusområden ner till handlingsplaner och verksamhetsmål som följs upp.



Att göra jämlikt är att göra olika (Länsstyrelsen Stockholm, 2019)



**ETT GOTT LIV I EN
LIVSKRAFTIG KOMMUN**

Vision Torsås kommun

Fokusområden

Utifrån visionen om att stärka förutsättningarna för att alla invånare i Torsås kommun ska ha goda möjligheter till hälsa och livskvalité oavsett kön, förutsättningar eller bakgrund lyfts tre av de sammanlagt elva nationella folkhälsomålen fram och två av Region Kalmars fokusområden för förbättrad folkhälsa i länet. Tillsammans utgör de fem fokusområden som det övergripande folkhälsoarbetet i Torsås kommun tar sin utgångspunkt i. Fokusområdena är;

1. Delaktighet och inflytande i samhället

Delaktighet är en rättighet för alla. Torsås kommun ska verka för att alla invånare ges möjlighet till att på olika sätt vara delaktiga i samhällslivet. Alla invånare ska ha inflytande över beslut som rör såväl den enskilde som samhällsutvecklingen i stort. En aspekt i att stärka möjligheten till delaktighet och inflytande för alla är att med olika medel stimulera digitaliseringsprocessen i kommunen. Att söka information ska vara enkelt och den information som förmedlas ska vara tillgänglig för alla vilket innebär att information behöver kommuniceras på olika sätt och i olika kanaler. Särskilda insatser på området kan bli aktuellt för äldre, yngre och personer med funktionsvariation.

2. Barn och ungas uppväxtvillkor

En målgrupp som särskilt ska prioriteras i Torsås är barn och unga. Med barn och unga menas här alltifrån det ofödda barnet till unga vuxna i 20-årsåldern. Alla barn och unga i Torsås ska ges möjlighet till goda och trygga uppväxtvillkor där hemmet, skolan och fritiden ses som de viktigaste arenorna och där samarbete dem emellan är en självklarhet.

”Det tidiga livets villkor” är en period i barns liv som ska ägnas speciell uppmärksamhet eftersom de förutsättningar som finns då både har direkt påverkan men också lägger grunden för hälsa, utveckling och inläring längre fram i livet. Arbetet med barn och ungas uppväxtvillkor inkluderar även föräldrar som ska erbjudas stöd i föräldraskapet såväl under de späda åren som under tonårsperioden. Det handlar med andra ord om att ha ett stärkt barn-, föräldra- och familjeperspektiv i kommunala beslut och verksamheter.

För att ytterligare stärka barns rättigheter blev förenade nationernas konvention om barns rättigheter, i vardagligt tal kallad barnkonventionen, lag den 1 januari 2020. Genom barn- och ungdomsnätverket i Kalmar län genomgår Torsås kommun tillsammans med övriga kommuner i länet en gemensam barnrättsutbildning för att höja kunskapsnivån och skapa föreutsättningar att arbeta utifrån barnkonventionen på ett övergripande sätt på kommunal nivå.

3. Tobak, alkohol, narkotika, dopning och spel (ANDTS)

I Torsås Kommun är föräldrar och vuxna inom kommun, näringsliv och föreningsliv överens om att samverka för att barn- och unga inte ska använda alkohol, narkotika, dopning, tobak eller spel. Eftersom barn och ungdomar inte alltid gör som de blir tillsagda utan snarare beter sig som de vuxna i deras omgivning gör är det viktigt att alla vuxna invånare tar sitt ansvar och agerar omdömesfullt.

En del i ett förebyggande ANDTS-arbete är att skapa förutsättningar för att alla barn och ungdomar ska ges möjlighet till en meningsfull och aktiv fritid med ett brett utbud av kultur- och fritidsaktiviteter. Det ska vara enkelt att pröva på och komma igång med olika aktiviteter, sport- och



fritidsutrustning ska finnas till utlåning för alla och samarbete och samarrangemang ska ske med ideella organisationer, trossamfund, kultur-, hembygds- och idrottsföreningar samt bildningsförbund.

Barn och ungdomar som befinner sig i riskzon för att utveckla problem med alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel ska erbjudas särskilda insatser i en coachande anda under öppna former och i förstärkt samverkan mellan skola, fritid, socialtjänst och polis. Även anhöriga som till exempel föräldrar kan behöva coaching i ANDTS-frågor för att på bästa sätt vara en resurs för den yngre generationen. För att kunna möta behoven av coaching kommer nyckelpersoner inom området barn- och unga att utbildas i ett sådant arbetssätt eventuellt tillsammans med andra resurspersoner i Kalmar län i samverkan med Länsstyrelsen.

Anhörigstöd kommer fortsatt vara ett viktigt inslag i alla typer av behandling för missbruk och beroende och ska erbjudas till stora som små familjemedlemmar eftersom bruk och beroende av substanser påverkar alla personer i familjesystemet.

Gällande ANDTS kopplat till trafiksituation kommer vuxna personer som misstänks för att köra alkohol- eller drogpåverkade i samband med poliskontroll framöver att tillfrågas om de önskar samtalsstöd och isåfall erbjudas det i nära anslutning till händelsen genom förstärkt samverkan mellan polis och socialtjänst.

4. Psykisk ohälsa och självmord

Den psykiska ohälsan med självmord som yttersta följd ska uppmärksammas och våga pratats om i Torsås så att såväl psykisk ohälsa som dess yttersta följd självmord minskar i omfattning. Ju mer skam och skuld som omgärdar ett område

desto viktigare är det att sätta ord på hur det faktiskt är för att tidigt stötta upp med insatser innan konsekvenserna har blivit omfattande och ibland oåterkalleliga.

En grund för en sådan utveckling är att både vuxna och barn utbildas i att våga fråga, identifiera tidiga tecken på psykisk ohälsa, hur personer som mår dåligt ska bemötas, samt informeras om vart det går att vända sig för hjälp och stöd. I Kalmar län håller Regionen i en sådan utbildningssatsning som kallas "Mental Health First Aid" och förkortas MHFA och kan sägas vara en slags första hjälpen gällande psykisk ohälsa. Torsås kommun ska återuppta denna satsning och så småningom utbilda egna utbildare i metoden. Först och främst behöver kommunen dock ta hjälp av andra kommuner för att utbilda vuxna nyckelpersoner i Torsås som kan sprida metodens innehåll till andra i sina verksamheter.

Därutöver behöver det skapas insatser för att minska den psykiska ohälsan och stärka den psykiska hälsan i befolkningen. Insatserna kan se olika ut men bör särskilt riktas emot de målgrupper där ohälsan ökar eller redan ligger högt sedan tidigare, det vill säga unga tjejer och killar men även medelålders män eller äldre i Torsås.

Ett annat sätt att öka förutsättningarna för psykisk hälsa och minska riskerna för självmord är att inkludera perspektiv på psykisk hälsa och ohälsa i det generella trygghetsarbete som görs i kommunen. Det behöver även arbetas fram en plan för hur självmord kan förebyggas i den fysiska miljön i Torsås. Exempelvis kan det handla om att skapa en struktur för att ta med ett självmordsförebyggande perspektiv gällande nybyggnation av fastigheter och vägar. Åtgärder i den fysiska miljön som kan förhindra eller försvåra självmordsförsök är strategisk belysning, skyddsnät, bommar men även duschställningar, takkrokar och dörrhandtag.



5. Jämställdhet

Kvinnor och män ska ha samma makt att forma samhället och sina liv enligt det övergripande målet för jämställdhetsarbetet i Sverige. Det handlar med andra ord om att uppfylla grundläggande mänskliga rättigheter genom att skapa förutsättningar för lika villkor mellan kvinnor och män, tjejer och killar. Eftersom förutsättningarna mellan könen på många sätt ser olika ut innebär det i praktiken att göra olika insatser.

Ett första steg i att göra jämställdhet i Torsås är att kommunen ansluter sig till den regionala strategin för att uppnå de nationella jämställdhetsmålen i Kalmar län. Anslutningen innebär att Torsås kommun åtar sig att arbeta aktivt och systematiskt med jämställdhetsintegrering i sin verksamhet. Att arbeta jämställdhetsintegrerat innebär att ett jämställdhetsperspektiv införlivas i det vardagliga arbetet i all verksamhet. Arbetet utgår ifrån ledning och styrning och gäller såväl medarbetare som medborgare. Kön ska inte ha någon betydelse för vilken service som erbjuds.

Ett av de nationella delmål i jämställdhetsarbetet som särskilt uppmärksammas i den regionala strategin för Kalmar

län är delmål sex som säger att ”mäns våld emot kvinnor ska upphöra”. Våld är ett folkhälsoproblem och män är överrepresenterade som gärningsmän. I trygghetsundersökningar upplever kvinnor högre grad av otrygghet än män. (Jämställdhetsmyndigheten, 2020) Att förebygga våld är samhällets ansvar och visionen är ett län där det inte förekommer våld i någon av kommunerna. För att förekomsten av våld i allmänhet och mäns våld emot kvinnor i synnerhet ska upphöra behöver det ske en kunskapsökning kring vad våld kan vara, hur det yttrar sig, metoder för minskad användning samt hur strukturer i en kommun byggs upp för att skapa ett långsiktigt och systematiskt våldsförebyggande arbete. Torsås kommun är en av de kommuner i länet som deltar i den särskilda satsning som genomförs på området och påbörjades tidigare i år och kallas ”En kommun fri från våld”.

Även delmål två ”ekonomisk jämställdhet” som handlar om att kvinnor och män ska ha samma möjligheter och villkor i fråga om betalt arbete som ger ekonomisk självständighet livet ut arbetas med i Torsås i form av arbetet med ”Heltidsarbete som norm”.



Folkhälsoarbete

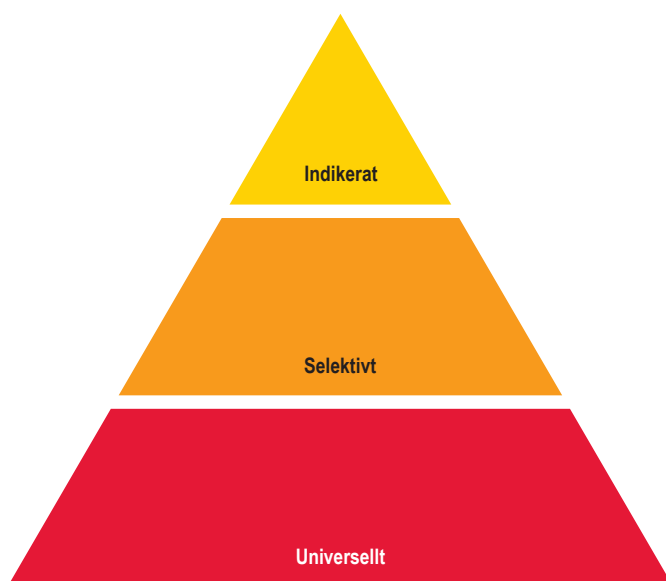
Att jobba med folkhälsa innebär ett systematiskt och målinriktat arbete i bred samverkan mellan aktörer på olika nivåer för att skapa förutsättningar för en så god och jämlik hälsa för hela befolkningen. Fokus ligger med andra ord på att förändra och förbättra förutsättningarna för hälsa för grupper av människor. Allt arbete som görs på grupp och individnivå för att påverka hälsan i en befolkning kan definieras som folkhälsoarbete.



Förändringsarbete på olika nivåer

För att förbättra folkhälsan förespråkas hälsofrämjande och förebyggande insatser på olika nivåer. Vanligtvis indelas insatser utifrån de tre preventionsnivåerna universell, selektiv och indikerad.

”Universella insatser” vänder sig till alla i en grupp oavsett om de har några svårigheter eller inte och det kan till exempel handla om att alla elever på en skola erbjuds föreläsningar om alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel. Universella insatser kan också utgöras av strategier eller handlingsplaner för hur till exempel skolan ska agera kring ANDTS eller bestå av informationsmöten kring alkohol och droger för föräldrar. ”Selektiva insatser” riktar sig till grupper som uppbär riskfaktorer och ligger i riskzonen för att utveckla olika former av ohälsa och skulle till exempel kunna handla om att vissa elever på en skola emellanåt skulle behöva fångas upp i samverkan mellan skola, socialtjänst, polis och fritidsgård enligt en samverkansmodell för att förhindra att en ogynnsam utveckling äger rum. ”Indikerade insatser” ges till individer med stora, uttalade och omfattande problem som ofta kräver individuella lösningar. Här kan det till exempel handla om barn och ungdomar som har utvecklat ett missbruk eller beroende av olika substanser som kräver behandlande insats av en eller flera professioner över en längre tid för att de ska kunna bli drogfria och sluta med ett destruktivt leverne.



Ett folkhälsoarbete består oftast av många olika insatser på olika nivåer som utförs samtidigt av olika aktörer i samhället. Om preventionsnivåerna skulle rangordnas är det insatser på den universella nivån som riktar sig till alla som har störst betydelse för folkhälsan och därmed ska utgöra basen i ”preventionspyramiden”. Universella insatser kan utifrån sin allmänna karaktär fånga upp många i ett tidigt skede, pekar inte ut någon och kan ur ett längre perspektiv ge stora effekter på samhällsnivå även om de ger små effekter på individnivå. Att insatser riktade till hela befolkningen ger en större effekt än om insatser framförallt fokuserar på högriskgrupper brukar kallas för ”preventionsparadoxen”.

Risk- och skyddsfaktorer

Två vanliga begrepp på området folkhälsa är ”riskfaktor” och ”skyddsfaktor”. Dessa begrepp inrymmer allsköns olika variabler som utgör risker eller skydd för folkhälsan. Ofta visar det sig att det är vissa faktorer som återkommande ses som risker för ohälsa eller skydd för hälsa inom olika områden. Av den anledningen har det blivit mer och mer vanligt att de gemensamma nämnarna blir utgångspunkter för att förbättra folkhälsan inom flera områden samtidigt på framförallt en universell nivå. Ju högre upp i preventionspyramiden du kommer desto mer individuella och specifika blir insatserna varvid även kostnaderna per insats och person stiger enormt. Emellanåt illustreras detta i form av en modell som kallas ”preventionsstjärnan”. I kärnan eller mitten av stjärnan ryms de gemensamma och universella risk- och skyddsfaktorerna och ju längre ut spetsarna sträcker sig desto mer riktade blir de betydligt mycket färre insatser som ges. Så målsättningen för folkhälsoarbetet blir att så långt det är möjligt finna sig i det universellas mitt.

Preventionspyramiden
illustrerar folkhälsoarbetets
olika nivåer och fördelning



Hur går vi vidare?

*Den här strategin lyfter fram **vad** Torsås kommun behöver göra för att stärka folkhälsan och ger en hint om vad som görs eller komma skall. För att strategin ska bli mer konkret behöver handlingsplaner skrivas som redogör för **hur** strategins fokusområden ska arbetas med under aktuell period, vilken nivå som ska prioriteras och vem eller vilka som ansvarar för att arbetet blir utfört.*

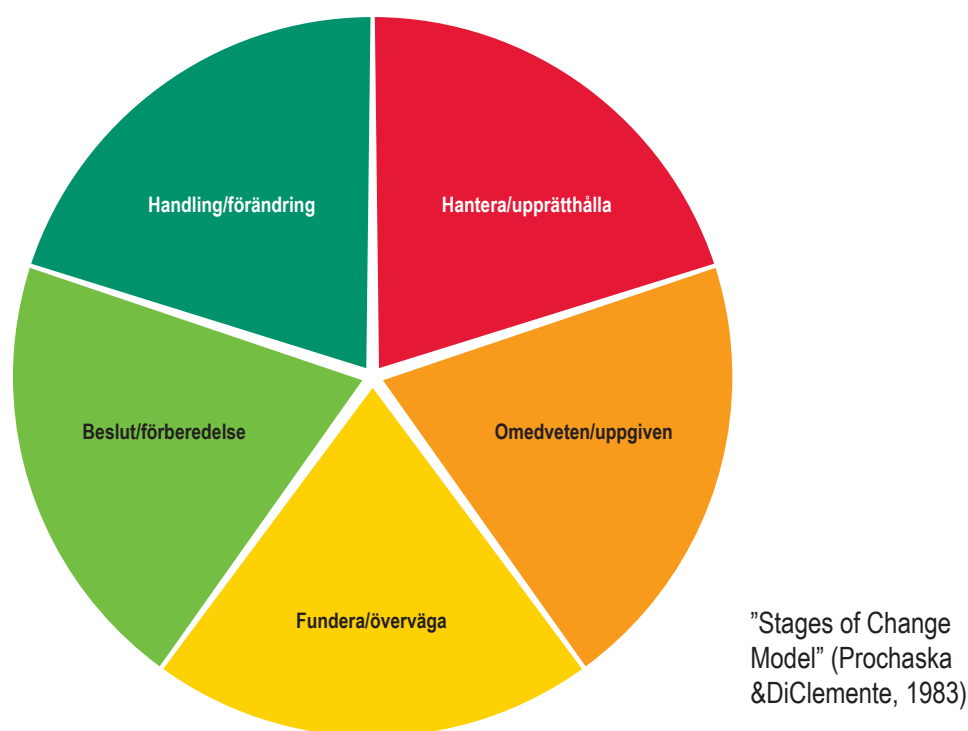
Folkhälsosamordnare i länet har tillsammans med andra aktörer såsom Länsstyrelsen och Region Kalmar tagit fram regionala handlingsplaner för Kalmar län inom några utav folkhälsans olika områden. Regionala handlingsplaner finns till exempel för tre av fokusområdena i Torsås kommun; "ANDTS", "psykisk ohälsa och självmord" samt "jämskillighet". I den mån det finns regionala handlingsplaner kommer de vara utgångspunkt för de kommunala och mer lokala planerna inom området folkhälsa. Ett scenario är att vissa delar av en regional handlingsplan väljs ut att särskilt arbetas med på lokal nivå. Avgörande för vilka delar som väljs ut är de behov och förutsättningar som finns i Torsås kommun nu och framöver.

Åtskilliga forskare och praktiker inom det folkhälsovetenskapliga fältet har brottats med tankar om – varför gör dom inte som vi säger? när de har skapat insatser i förändrings-syfte. Metodik och pedagogik är grundläggande med inte tillräckliga förutsättningar för förändrings- och förbättrings-arbete. Långsiktiga och varaktiga förändringar särskilt när det gäller människors beteende kräver även ett visst mått av motivation till att lämna de invanda mönstren och gå utanför komfortzonen. Viljan till förändring behöver vara starkare än rädslan för.

"Om jag vill lyckas med att föra en människa mot ett bestämt mål måste jag först finna henne där hon är och börja just där. Den som inte kan det lurar sig själv när hon tror att hon kan hjälpa andra. För att hjälpa någon måste jag visserligen förstå mer än hon gör, men först och främst förstå det hon förstår..."
(Kierkegaard, 1859, sida 286)

Det gäller med andra ord att "göra rätt sak vid rätt tidpunkt" och startpunkten för allt förändringsarbete blir därmed en invertering av var vi befinner oss just nu. Förändringsprocessen skiljer sig inte nämnvärt åt utan är ganska likartad oavsett om det handlar om en enskild person eller rör sig om en större organisation som till exempel en avdelning, ett företag eller tom en hel kommun. Utveckling sker ofta gradvis i etapper och utifrån att det sker en genomgång av olika faser under arbetets gång. För att förenkla och förtydliga hur ett förändringsarbete går till kan det vara lämpligt att använda sig utav modeller. Ofta illustreras utvecklingsarbeten genom förändringshjul- eller trappor.

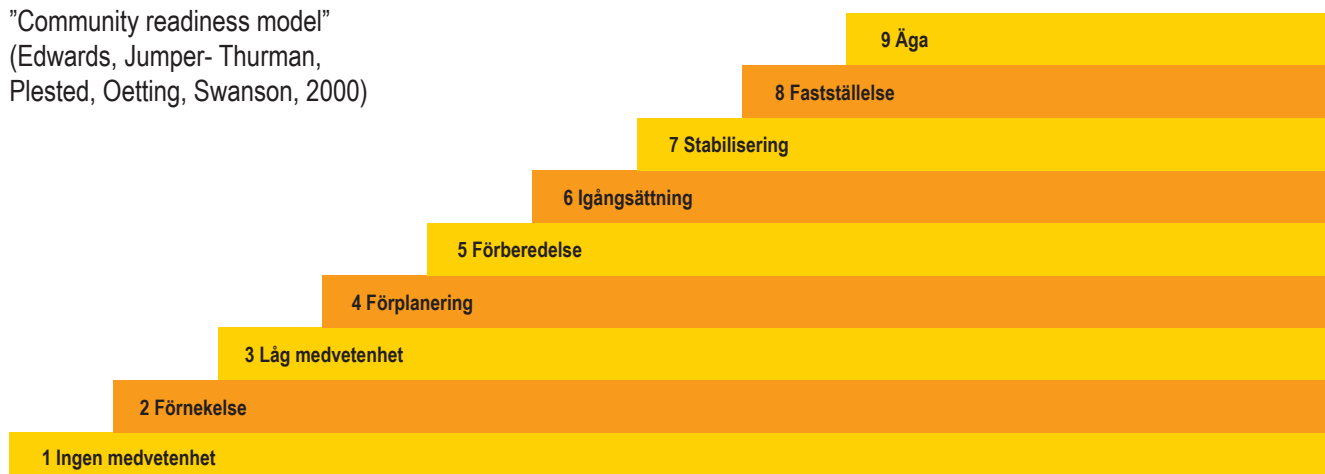
Ett sätt att ta reda på var olika personer eller mindre grupper av människor i till exempel Torsås befinner sig i en viss situation eller inom ett speciellt folkhälsoområde kan vara att utgå utifrån "Stages of Change Model" som ibland förkortas SOC. Det är en förändringsmodell som ofta förknippas med ett hjul och ibland tom kallas "förändringshjulet". Modellen består av fem olika stadier som en individ kan befinna sig på och pendla mellan innan, under och efter ett förändringsarbete.



Eftersom begreppet folkhälsa framförallt handlar om grupper av människor, delar av en befolkning eller tom hela samhällen kan det även vara hjälpsamt att använda sig utav modeller som utgår ifrån ett organisations- snarare än ett individperspektiv för att klargöra var i förändringsprocessen olika förvaltningar eller hela Torsås kommun befinner sig i folkhälsofrågor för att kunna anpassa utvecklingsarbetet därefter. "Community readiness Model" kan ses som redskap för att mäta en organisations beredskap för förändring inom exempelvis olika folkhälsomål eller fokusområden. Modellen avbildas ibland som en trappa bestående av nio steg som en organisation förflyttar sig uppför och nerför under utvecklingsarbetet.

Slutligen att jobba med folkhälsa i Torsås Kommun innebär ett långsiktig förändrings- och förbättringsarbete inom flera olika områden på många olika nivåer. Arbetet berör alla förvaltningar och nämnder och ledstjärnan ska vara att skapa förutsättningar för allas bästa även om det ibland kräver olika och ojämliga insatser. En bred samverkan med och mellan olika aktörer på olika arenor i samhället är en förutsättning för den här typen av arbete. Sist men inte minst handlar det om att frambringa sådana omständigheter så att människor i Torsås känner att de har en slags egenmakt "empowerment" över sin livssituation och till exempel kan påverka personliga, socioekonomiska och miljörelaterade faktorer i en hälsosam riktning.

"Community readiness model"
(Edwards, Jumper- Thurman,
Plested, Oetting, Swanson, 2000)



Källhänvisning

- Antonowsky, A (1994) *Hälsans mysterium*.
- Dahlgren, G, Whitehead, M (1991) *Determinants of health model*.
- Edwards, Jumper- Thurman, Plested, Oetting, Swanson (2000) "Community readiness modell".
- Ewles, L, Simnett (1994) *Hälsöarbete – en praktisk vägledning*.
- Folkhälsomyndigheten (2017) *Från nyhet till vardagsnytta – om implementeringens mödosamma konst. En rapport om implementering av metoder inom folkhälsoområdet, version 2.0*.
- Glokala Sverige (2019) Arbetsbok – Agenda 2030. Ett material från glokala Sverige – Agenda 2030 i kommuner och landsting
- Janlert, U (2000) *Folkhälsovetenskapligt lexikon*.
- Jämställdhetsmyndigheten (2020) *Inget att vänta på –handbok för våldsförebyggande arbete*.
- Kirkegaard (1859) Till eftertanke i *Synpunkter av min författarverksamhet*.
- Läns gemensam ledning i samverkan inom socialtjänst och angränsande område hälso- och sjukvård samt skolan i Kalmar län (2020) *Regionalt handlingsprogram för suicidprevention i Kalmar län 2020-2022*.
- Länsstyrelsen Kalmar (2017) *Ett jämställt Kalmar län 2017-2027. Regional strategi för att uppnå nationella jämställdhetsmål i länet*.
- Länsstyrelsen Kalmar. (2016) *Regional ANDT-strategi och handlingsplan för Kalmar län 2017-2021*.
- Länsstyrelsen Stockholm (2019) *Föreläsning om prevention och utvecklandet av modellen preventionsstjärnan*.
- Prochaska, J, DiClemente, C. *Stages and processes of shelf-change of smoking: toward an integrative model of change*.
- Regionförbundet i Kalmar Län (2017) *Klimat att växa i –Regional utvecklingsstrategi för Kalmar län 2030*.
- SOU 2000:91 *Hälsa på lika villkor - nationella mål för folkhälsan*.
- SOU 2017:4. *Nästa steg på vägen mot en mer jämlik hälsa. - förslag för ett långsiktigt arbete för en god och jämlik hälsa*.
- Stockholms läns landsting (1998) *Att folkhälsoarbeta – om metoder och organisation*.
- Torsås kommun (2018) *Strategisk plan 2018-2022*.
- Region Norrbotten (2019) *Norrbottens folkhälsokonferens*





Torsås
kommun

Box 503, 385 25 Torsås
Telefon: 0486-331 00, fax: 0486-331 05
E-post: info@torsas.se, hemsida: www.torsas.se

Producerad av Torsås kommun under hösten 2020. Grafisk formgivning: Webb&Form.
Foto: Marika Ottosson, Alexander Hall, Joanna Kohnen, Adobe Stock

Vill du veta mer eller beställa fler exemplar av Torsås kommun - Folkhälsostrategi 2020 - 2023,
kontakta kommunledningsförvaltningen, telefon 0486-331 00, eller hämta den som pdf-fil på hemsidan www.torsas.se.

