



Vårgårda kommun - Verksamhetsplan för lokalt folkhälsöarbete 2025

Verksamhetsplan för lokalt folkhälsoarbete

Delregionala nämnden södra (DRNS) har två samverkansavtal med varje kommun inom sitt geografiska område avseende folkhälsa. Ett avtal gäller folkhälsoarbete. Med folkhälsoarbete menas lokala systematiska och målinriktade insatser för att förbättra befolkningens hälsa och att utjämna skillnader i hälsa. Ett annat samverkansavtal 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 förskola/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 under 2022, 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 13–18 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). 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. Rådet träffas regelbundet under både vår och hösttermin. Det finns utöver det 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 och komma med synpunkter.

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 samhälleliga 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.
- Plan för regionövergripande folkhälsoarbete 2024 – 2028

Kommunala dokument

- Vårgårda kommuns budget och verksamhetsplan 2024–2026
- Strategi för Kultur- och fritid 2020–2025

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. Ojämlikhet i hälsa skapas när olika grupper systematiskt har olika livsvillkor och levnadsvanor, vilket resulterar i ojämlika möjligheter till ett gott liv.

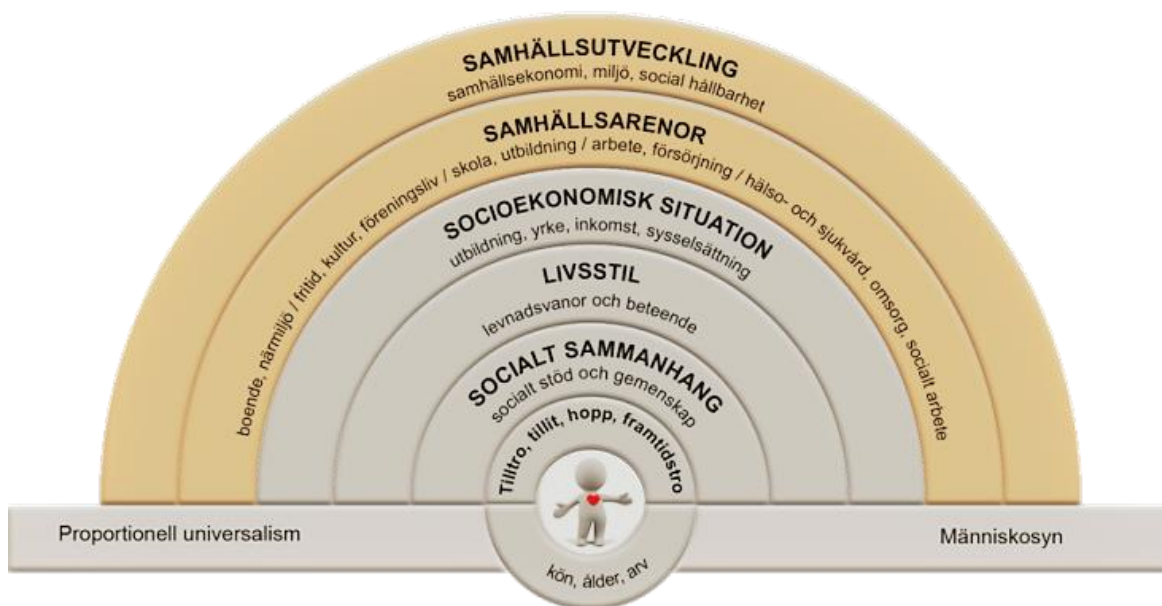


Bild 2. "Östgotamodellen för jämlik hälsa – ett samspel mellan individ, miljö och samhälle". Framtagen av Jolanda van Vliet och Margareta Kristenson, 2014, baserad på hälsans bestämningsfaktorer av Dahlgren och Whitehead, 1991.

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

Hälsodata

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). Av hela Sveriges befolkning är 79,6 procent födda i Sverige och 20,4 procent födda utomlands. I Vårgårda är 86% födda i Sverige och 14% födda utomlands.

Medelåldern 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

¹ SCB står för Statistiska centralbyrån

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 utbildning (SCB). I Kolada finner man att siffran för elever i åk 9 som uppnått betygsriterierna i alla ämnen sjunkit i Vårgårda. 2021 var andelen 75%, år 2023 var siffran 64,7%.

I Vårgårda förvärvsarbetar 83,6 % av kvinnorna och 88,4% av männen i åldern 20–64 år vilket är en bit över sverigesnittet som är 81,5 %. (SCB, kommunen i siffror),

I Sverige är den genomsnittliga inkomsten före skatt för personer som är mellan 20 och 64 år 32 358 kronor per månad (2022). I Vårgårda ligger motsvarande siffra på 30 442 kr.

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 kontantmarginal vilket innebär att inte kunna betala en oväntad utgift på 12 000 kronor utan att låna eller be om hjälp (VGR Hälsoläget). 6,4 % av invånarna mellan 0–19 år lever i ekonomiskt utsatta hushåll (Kolada).

Hälsodata	Vårgårda kommun	VGR
Upplevd hälsa		
Hur nöjd är du på det hela taget med det liv du lever? - mycket nöjd eller ganska nöjd?	88%	89%
Hur bedömer du ditt allmänna hälsotillstånd? - bra eller mycket bra?	68%	70% snitt (VGR)
Psykisk hälsa		
Psykiskt välbefinnande (enligt Short Warwick Edinborough Mental Well-being Scale)	85%	85%
Har du besvär av ångslan, oro eller ångest - ja, svåra besvär	7,4%	8% snitt

Har du någon gång kommit i den situationen att du allvarligt övervägt att ta ditt liv? - ja, under de senaste 12 månaderna	6%	4%
Sociala relationer Upplever du besvär av ensamhet och isolering?	24%	26% 16-29år 38% 85 år äldre 37%
Övervikt eller fetma	58%	52%
Levnadsvanor		
Daglig rökning (daglig rökning)	6%	6%
Alkoholvanor (riskabla alkoholvanor)	15%	16%
Fysisk aktivitet (Tillräcklig fysisk aktivitet)	66%	65%
Stillasittande, (sitter mer än 10h per dag)	22,8%	23,7%
Matvanor (äter frukt och grönt minst 3ggr/dag)	16%	20%
Trygghet, tillit Händer det att du avstår från att gå ut ensam av rädsla att bli överfallen, rånad eller på annat sätt ofredad? - ibland eller ofta	32%	29%
Hot och våld. Har du under de senaste 12 månaderna blivit utsatt för hot eller hotelser om våld så att du blev rädd?"	2,2%	4%

Trygghet. Känner du dig trygg i området där du bor? - helt och hållet	84%	65%
Meningsfull fritid		
Delaktighet och inflytande	87,5% röstade i riksdagsvalet 2022	84,2% röstade i riket

Utmaningar och prioriteringar

Beträffande indikatorerna ovan, utmärker sig inte Vårgårda nämnvärt jämfört med övriga regionen. Positivt är att medborgarna i kommunen verkar känna sig tryggare än övriga regionen, även om Vårgårda har ett högre snitt än regionen på om man vågar sig ut ensam. De största utmaningarna när det gäller folkhälsoarbetet i Vårgårda är bland annat ohälsosamma levnadsvanor och en lägre andel skolungdomar med gymnasiebehörighet, något som 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 folkhälsoarbetets ”röda tråden”, alltså arbetet med: tidiga insatser vid normbrytande beteenden hos barn, fullföljda studier hos alla som går i skolan samt att 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 i linje med vad kartläggningen visar. Det stämmer också väl överens med Vårgårda kommuns ”Budget och verksamhetsplan 2024–2026”, vars övergripande prioriterade fokusområden är:

- Attraktivt boende
- Hållbar miljö
- Utvecklande skola
- Konkurrenskraftigt näringsliv

Övriga fokusområden i ”Budget och verksamhetsplan 2024–2026”, är:

- Social hållbarhet – omsorg och fritid
- Kultur och arbetssätt
- Hållbar ekonomi och finansiering

Allt detta går på många olika sätt att väva in i folkhälsoarbetet. Kommunens deltagande i ”Generation Pep kommun”, har varit och är fortfarande, en god källa till inspiration och kunskapshöjande i det förebyggande arbetet och även där finns fokusområden som ger Vårgårda kommun ytterligare kunskapsinspel som berör:

- Förskole- och skolbaserade program
- Elevhälsa
- Aktiv transport
- Matmiljö
- Idrott och fritidsaktiviteter för alla

Utvecklingsområden i Vårgårda

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 svensk-kunskaper hindrar integration och självförsörjning.

Barn 0–12 år

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 kommunala insatser som riktar sig till barn i förskoleåren (0–6 år). Här finns föräldrautbildningar (familjecentralens barn 0–1 år ABC. Alla Barn i Centrum), föräldraskapstöd, familjecentral, samt tidigt samordnade insatser mellan familjecentralen och förskolans specialpedagoger.

I de tidiga skolåren (7–12 år) finns det föräldraskapstöd, föräldrautbildningsmetoden ABC och ett påbörjat samarbete mellan utbildning och socialtjänst, ”Tidigt Samordnade Insatser”.

Beträffande barn upp till 12 år kommer mycket fokus fortsatt 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 13–18 år

Även för denna målgrupp finns föräldraskapstöd att tillgå. För att kartlägga hur unga i Vårgårda mår, används statistik från drogvaneundersökningarna som med hjälp av Öckerömetoden genomförts varje år sen 2015. Dessa undersökningar är ett viktigt underlag, där vi varje år kan följa utvecklingen, inte bara beträffande droger, alkohol och tobak, utan även måendet, tryggheten och fritidsvanorna.

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 drogvaneundersökningarna, kan en sådan effekt spåras och Vårgårdas politiker och tjänstepersoner är ense om att detta arbete bör fortsätta. För att stärka det drogförebyggande arbetet extra under perioden 2025–2026, har den Strategiska gruppen beslutat att i princip halva bidraget från Delregionala nämnden södra, oavkortat ska gå till att finansiera det drogförebyggande arbetet för att kunna fördjupa det ännu mer.

Det andra prioriterade målet kommer fortsatt att handla om ungdomars psykiska hälsa, något drogvaneundersökningen också har frågor om. Men under 2025 vill den Strategiska gruppen att arbetet tydligare ska inkludera sexualitet, jämställdhet och våld i nära relationer. 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 arbete fortsatt extra fokus. Då Vårgårda kommun förlängt samarbetet med Generation Pep kommun, är det en stor tillgång och resurs i processen.

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. Nu har verksamheten varit i gång igen under några år och vi kan se en del mönster. Till kommunens öppna sociala mötesplats är deltagarantalet på en stabil jämn nivå. Besökarna uppskattar mötesplatsen och nya människor hittar dit. Problemet för många äldre är avståndet till en mötesplats. För en fullt frisk person utan nedsatt rörelseförmåga är avståndet inget hinder, men när orken försvinner och krämporna blir fler kan viljan finnas men inte möjligheten. Vilket då leder till ofrivillig ensamhet och isolering. Mer ledsagning från hemtjänst eller väntjänst hade varit önskvärt i en sådan situation. För att en frivillig väntjänst ska fungera med ledsagning till och från aktiviteter krävs en frivilligsamordnare som är anställd av kommunen. Tyvärr är det något vi i dagsläget inte har.

Två ansökningar till Socialstyrelsen gjordes under våren 2024 för att arbeta mot ofrivillig ensamhet. En ansökning handlar om att kunna erbjuda Hälsosamtal till seniorer och en ansökning var en extra satsning på sociala mötesplatser för seniorer.

Ansökningen gjordes våren 2024 till Socialstyrelsen som var tänkt att pågå under 2 års tid med start hösten 2024. Projektet var tänkt som en extra stor satsning på sociala mötesplatser. Syftet med projektet är att genom uppsökande arbete erbjuda insatser som bedöms leda till minskad ofrivillig ensamhet och som på sikt även kan vara möjliga att implementera i ordinarie verksamhet.

Dessvärre fick kommunen inte beviljat hela summan av projektmedlen. Vår förhoppning och ambition är att satsningen ska komma igång under hösten 2024 och sen spilla över på 2025 års arbetssätt och metoder.

Vikten av insatser som vi gör mot gruppen äldre visar sig i statistiken som är presenterad i tabellen ovan. Vid frågan "Hur bedömer du ditt allmänna hälsotillstånd? - bra eller mycket bra" är siffran 68% för Vårgårda kommun. Jämför

man den siffran med VGR siffror ser man en negativ utveckling ju äldre man blir. 59% i ålder 65–84 år. (VGR) svarar bra eller mycket bra, endast 39% i åldern 85 år och äldre (VGR).

Även på frågan Sociala relationer (Upplever du besvär av ensamhet och isolering) ser vi en liknande trend. Där ser vi att gruppen 16-29år samt gruppen 85+ upplever mest besvär av ensamhet och isolering. Utmaningar som vi vill arbeta mot tillsammans med civilsamhället och alla delar i kommunen.

Ytterligare en utmaning för gruppen seniorer är de föreningar som är riktade mot äldre såsom pensionärsföreningar. De här föreningarna fyller en väldigt viktig funktion och bidrar till aktiviteter och därmed minskad upplevd ensamhet och isolering. Tyvärr upplever de en svårighet att rekrytera nya medlemmar och framför allt svårighet att få ihop en styrelse. Flera förningar riskerar att läggas ned trots höga medlemsantal. Stöttning av de föreningarna samt gemensamma insatser mellan kommun och föreningsliv behövs för att bevara och öka utbudet av sociala mötesplatser som bedrivs av föreningar.

Gemensamma prioriteringar utifrån hälsoläge och vårdialog

- Grupper: Barn, unga och äldre
- Områden:
 - Trygga barn - inkluderar normbrytande beteende
 - Ungas psykiska hälsa - inkluderar sexualitet, jämställdhet och våld i nära relationer
 - Drogförebyggande arbete
 - Motverka ofrivillig ensamhet
- Övriga prioriterade mål:
 - 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 eller Wordmall 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 beskrivs namnen på de områden kommunen kommer arbeta med, vilka insatserna blir och för vilka målgrupper.

Område: Trygga barn - inkluderar normbrytande beteende barn 0–12 år	
Insats/målgrupp	Genomförande
<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>
<p>Insats: Verka för ökad rörelse på rast</p> <p>Målgrupp: Grundskolelever</p>	<p>Några 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 och 2025.</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</p>

	Sparbanksstiftelsen och belastar inte budget för lokalt folkhälsoarbete.
<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>Insats: Minska utanförskapet och stärka föräldrarollen hos utrikesfödda för jobb och integration</p> <p>Målgrupp: Föräldralediga mödrar i utvalt område utifrån den sociala kartläggningen – öppet för alla</p>	<p>Den sociala kartläggningen visade att det fanns rädsla och misstro för socialtjänsten och osäkerhet i föräldrarollen hos vissa utrikes födda föräldrar. Därför har Familjecentralens öppna förskola, SFI och arbetsmarknadsenheten i samverkan startat en filial till öppna förskolan i kommunens socialt utsatta område, en gång i veckan under två år, och kommer att pågå även under 2025.</p> <p>Insatsen sker i samverkan mellan familjecentralens öppna förskola, SFI, arbetsmarknadsenheten, utbildning och Vårgårda bostäder.</p>
<p>Insats: Utbildning för föräldrar vid övergång från förskola till förskoleklass</p> <p>Målgrupp: Föräldrar till blivande ”förskoleklassare”</p>	<p>Utbildningen består av två träffar. En på våren, en på hösten. Cirka 45 minuter information och därefter 45 minuter dialog klassvis.</p> <p>Målsättningen är att skapa ökad samsyn, tillit och delaktighet. Det sker genom att deltagarna tillsammans pratar om föräldrarollen, och skolans förväntningar på varandra för en ökad förståelse.</p> <p>Insatsen sker i samverkan mellan vårdnadshavare (föräldrar), utbildning förskola/skola, socialtjänst, kultur- och fritid samt drogforebyggare.</p>

Område: Ungas psykiska hälsa - inkluderar sexualitet, jämställdhet och våld i nära relationer	
Insats/målgrupp Unga 13–18 år	Genomförande
<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 sexuellt våld, våld och skadegörelse.</p> <p>Folkhälsostärkande aktiviteter kan arrangeras vid riskhelgerna, tex 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 Fjärilen² 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>

² Fjärilen är en stödverksamhet för unga i familjer med riskkonsumtion

<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, sexualitet, suicid, våld i nära relation, 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. Personer inom skola har fått utbildning i att leda utbildningarna</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 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>
<p>Insats: Möjlighet till extra fysisk aktivitet</p> <p>Målgrupp: Ungdomar från åk 7-år 3 på gymnasiet</p>	<p>Med start under hösten 2024, hoppas vi på att kunna arbeta vidare med en satsning för att få ungdomar att röra på sig mer på sin fritid. En fritidsledare kommer ett en fredag i månaden få tillgång till kommunens tennishall och få vara där med ungdomar som har mycket energi och behöver röra på sig.</p> <p>Syftet är att nyttja befintlig lokal och befintlig personal till att arbeta mer rörelseinriktat med ungdomarna som befinner sig på kommunens Öppna ungdomsverksamhet Bubblan på fredagar. Detta är ett sätt att locka till mer rörelse i ungdomarnas vardag utan att det ska kosta dem något. Fritidsledaren tar med sig ungdomarna från Ungdomsverksamheten Bubblan till tennishallen och leder kostnadsfria rörelseaktiviteter där 1–2 fredagar i månaden.</p> <p>Insatsen sker inom Kultur- och fritid</p>
<p>Insats: Förebyggande och främjande kampanjer för att utbilda såväl skolelever som allmänheten om våld i nära relation, normer och värderingar</p> <p>Målgrupp: Allmänhet, gymnasieelever och ungdomar på ungdomsverksamheten Bubblan</p>	<p>På gymnasiet år 3, arbeta med materialet Machofabriken</p> <p>För allmänhet och ungdomar på Bubblan, riktade kampanjerna ”En vecka fri från våld” och ”Svartsjuka är inte romantiskt”</p> <p>Syftet är att öka kunskap om våld i förebyggande och främjande syfte och samtliga verksamheter i kommunen samt allmänhet berörs.</p> <p>Insatsen sker i samverkan med skola, socialtjänst, kultur- och fritid samt polis</p>

Område: Drogförebyggande arbete	
Insats/målgrupp Unga 13–18 år	Genomförande
<p>Insats: Utbildning/kunskapshöjande insats/föräldrastöd</p> <p>Målgrupp: Föräldrar</p>	<p>För att stärka det drogförebyggande arbetet extra under perioden 2025–2026, har den Strategiska gruppen beslutat att stora delar av bidraget från Delregionala nämnden södra, ska gå till att finansiera det drogförebyggande arbetet för att kunna fördjupa det ännu mer. Då samarbetet utvecklats mycket under åren, kommer ytterligare folkhälsomedel att gå till att delfinansiera 10 % av ännu en tjänst, då det nu är två drogförebyggare som arbetar.</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: Motverka ofrivillig ensamhet	
Insats/målgrupp	Genomförande
Insats: Sociala Mötesplatser och ensamhet bland äldre Målgrupp: Äldre	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.
Insats: Sociala mötesplatser	Med hjälp av stimulansmedel från Socialstyrelsen ska ytterligare insatser ske för att skapa attraktivare sociala mötesplatser och bryta isolering bland äldre. Projektet kommer starta upp under hösten 2024 och fortsätta under 2025. I skrivande stund pågår planering och diskussioner.
Område: Hälsofrämjande levnadsvanor och sociala mötesplatser bland äldre (i syfte att motverka ofrivillig ensamhet)	
Område: Motverka ofrivillig ensamhet	
Insats/målgrupp	Genomförande
Insats: Sociala Mötesplatser och ensamhet bland äldre Målgrupp: Äldre	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.
Insats: Sociala mötesplatser Målgrupp: Äldre	Under 2022 sökte två hembygdsföreningar projektstöd från DRNS och fick ansökan beviljat. Projekten startades upp under sensommar 2023 och fortsätter under 2024 och 2025. Båda projekten syftar till att bryta isolering och ensamhet hos gruppen äldre. En förening arbetar med en musikpedagog som gör hembesök. En förening arbetar med sociala sammankomster med olika teman för alla seniorer i deras samlingslokal. 2025 är sista året för projekten. Insatsen sker i samverkan mellan Vårgårda kommun, DRNS och föreningen och belastar inte budget för lokalt folkhälsoarbete, men det sker en arbetsinsats från folkhälsostrategen i form av stöttning, planering och uppföljning.

<p>Insats: Sociala mötesplatser</p>	<p>Med hjälp av stimulansmedel från Socialstyrelsen ska ytterligare insatser ske för att skapa attraktivare sociala mötesplatser och bryta isolering bland äldre. Projektet kommer starta upp under hösten 2024 och fortsätta under 2025.</p> <p>I skrivande stund pågår planering och diskussioner.</p>
<p>Område: Hälsöfrämjande levnadsvanor och sociala mötesplatser bland äldre (i syfte att motverka ofrivillig ensamhet)</p>	
<p>Insats/målgrupp</p>	<p>Genomförande</p>
<p>Insats: Hälsöfrämjande levnadsvanor</p> <p>Målgrupp: Äldre</p>	<p>Planera och genomföra regelbundna 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 levnadsvanor. Insatsen sker tillsammans med kommunens pensionärsföreningar.</p> <p>Vi anser att effekten blir mycket bättre när vi erbjuder regelbundna träffar med olika teman. I stället för en stor seniordag. Regelbundenhet leder till igenkänning och att fler seniorer hittar till träffarna.</p>
<p>Insats: Hälsöfrämjande levnadsvanor</p> <p>Målgrupp: Äldre</p>	<p>Tillsammans med SISU erbjuda och genomföra Senior sport school hösten 2025. 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: Hälsöfrämjande levnadsvanor</p> <p>Målgrupp: Äldre och alla invånare</p>	<p>Fortsätta arbetet med X-rundan. X-rundan startade i Vårgårda hösten 2022 med en runda. Efter önskemål installerades ytterligare en runda i ett annat område under sommaren 2024. Denna gång i ett bostadsområde med en del utmaningar och behov av integration. Flera insatser kommer ske i bostadsområdet under 2024 och 2025, X-rundan är av flera insatser.</p>

	<p>X-rundan är en digital tipspromenad där man använder sin telefon för att svara på nya frågor varje vecka. Vårgårdarundan är 2,9 km genom Vårgårdas samhälle. Vårgårdarundan Klocket är 2,1 km lång runda som går genom bostadsområdet med behov av insatser.</p> <p>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: Bryta isolering och undvika psykisk ohälsa</p> <p>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 folkhälsstrategen. 2025 är projektets sista år.</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 folkhälsstrategen i form av stöttning och uppföljning.</p>
Område: Verka för en god psykisk- och fysisk hälsa bland äldre	
Insats/målgrupp	Genomförande
<p>Insats: Öka kunskapsnivån</p> <p>Målgrupp: Äldre</p>	<p>Tillsammans med någon extern organisation öka kunskapsnivån kring psykisk ohälsa i gruppen 65+.</p> <p>Målet är att öka kunskapsnivån kring psykisk ohälsa och vad man som medmänniska kan göra för att hjälpa andra.</p> <p>Insatsen sker i samverkan med organisationer/föreningar som har området som sitt expertområde, pensionärsföreningarna och Vårgårda kommun.</p>
<p>Insats: Bryta isolering och undvika psykisk ohälsa</p> <p>Målgrupp: Äldre</p>	<p>Fortsätta samarbetet mellan kommunens Anhörigsamordnare och kommunens folkhälsstrateg. Tillsammans kan de effektivare hitta seniorer som antingen önskar sociala aktiviteter eller är behov av anhörigstöd.</p>

	<p>Målet är att hitta seniorer som är behov av ettdera anhörigstödet eller större socialt nätverk. På så sätt minska upplevd ensamhet och psykisk ohälsa bland seniorer.</p> <p>Insatsen sker i samverkan mellan kommunens olika verksamheter.</p> <p>Under 2024 genomfördes flera gemensamma föreläsningar. Ett arbete som ska fortsätta under 2025.</p>
<p>Insats: Bryta isolering och undvika psykisk ohälsa.</p> <p>Målgrupp: Äldre</p>	<p>Fortsätta 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.</p> <p>Målet är att minska social isolering och psykisk ohälsa.</p> <p>Insatsen sker i samverkan mellan Närhälsan och Vårgårda kommun.</p>

<p>Övrigt</p>
