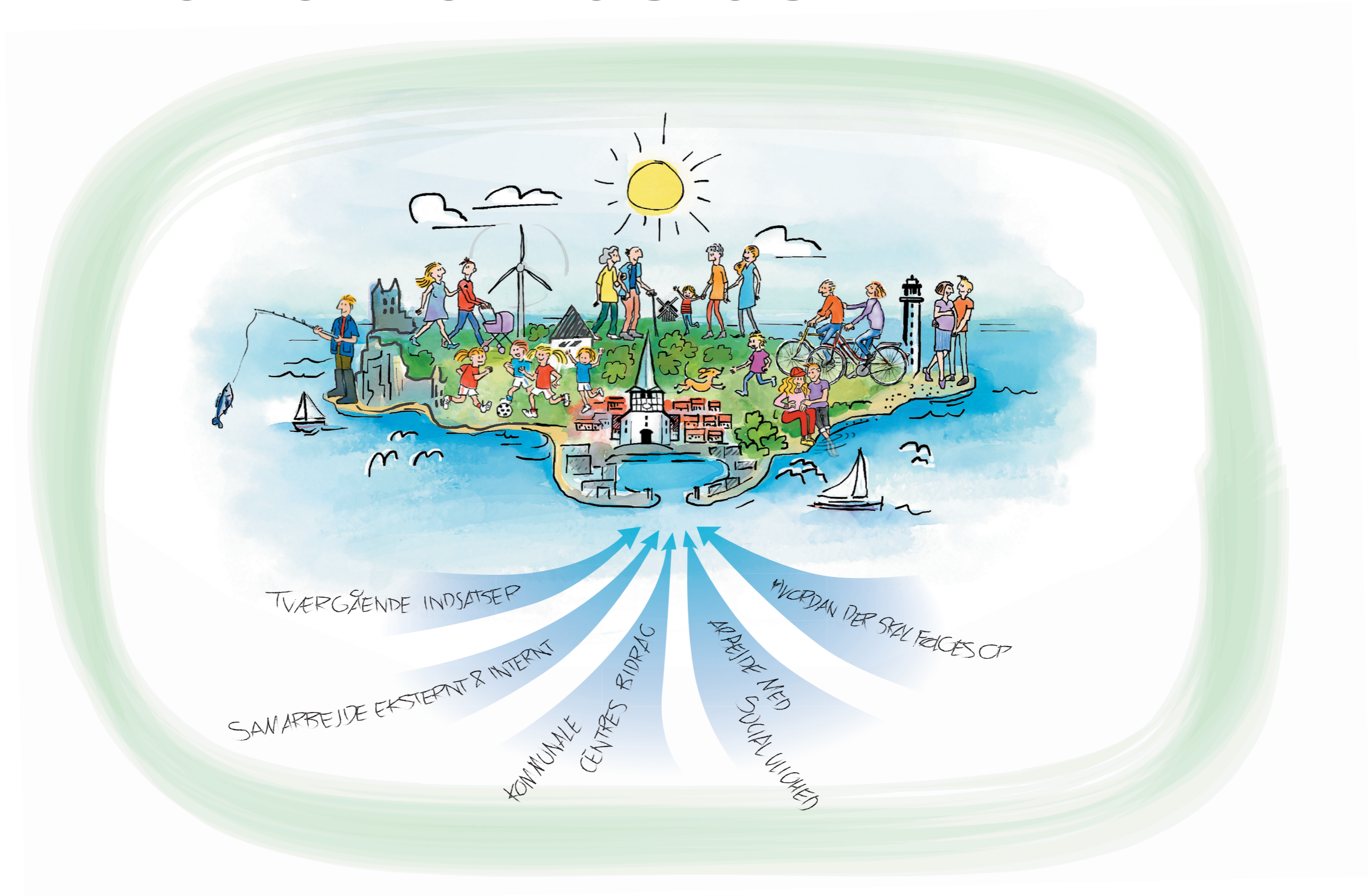




BORNHOLMS
REGIONSKOMMUNE

FOLKESUNDHEDSSTRATEGI FOR BORNHOLM 2023-2025



Indledning

Folkesundhedsstrategien beskriver kommunens strategiske prioriteringer for at forbedre bornholmernes sundhed i perioden 2023-2025.

Strategien har afsæt i Folkesundhedspolitikken for Bornholm. Politikken har fire overordnede mål: Bedre levevilkår, længere liv, flere gode leveår og mindre social ulighed i sundhed.

Politikken har fokus på, at sundhed handler om at trives, både mentalt, socialt og fysisk. Politiken har også fokus på, at sundhed er noget, vi løfter i fællesskab, og som afhænger af mange forhold.

Folkesundhedsstrategien revideres hvert fjerde år, når en ny kommunalbestyrelse er trådt til.

Dette gøres dels for at give en ny kommunalbestyrelse indflydelse, dels fordi udfordringerne på folkesundhedsområdet ikke er statiske.

Folkesundhedsstrategien er mere konkret end politikken og indeholder en beskrivelse af:

- 9 større, tværgående indsatser, som Kommunalbestyrelsen og de politiske fagudvalg har valgt at prioritere højt i denne første strategiperiode.
- De enkelte politiske fagudvalgs ønsker til fokusområder indenfor eget område.
- Hvordan kommunen vil samarbejde om bornholmernes sundhed med eksterne aktører såvel som på tværs i kommunen.
- Hvordan kommunens forskellige centre vil bidrage til at løfte målene i Folkesundhedspolitikken.
- Hvordan kommunen vil arbejde med mental sundhed og social ulighed i sundhed.
- Hvordan der følges op på strategien.

Folkesundhedsstrategien er dynamisk, og dette dokument fremhæver nogle af de områder og indsatser, vi på nuværende tidspunkt ved, at der vil blive arbejdet med i denne strategiperiode.

Derudover arbejdes der internt i de enkelte centre i kommunen med handleplaner, der årligt vil blive justeret/suppleret.

Ingen sundhed uden mental sundhed – en tværgående indsats

De politiske fagudvalg har i denne strategiperiode prioriteret mental sundhed for børn og voksne som et fokusområde, hvor alle dele af kommunen kan og skal bidrage med indsatser.

Det betyder, at:

■ *Alle centre i Bornholms Regionskommune har prioriterede og målrettede indsatser, der på forskellig vis har til formål at øge den mentale sundhed fx indsatser rettet mod ensomhed blandt ældre, unge i mistrivsel og indsatser rettet mod trivslen blandt medarbejderne i kommunen.*

Sundhedsstyrelsen arbejder ud fra verdenssundhedsorganisationen WHO's definition af mental sundhed. Ifølge WHO er mental sundhed en tilstand af velbefindende, hvor individet kan udfolde sine evner, håndtere dagligdagsudfordringer og stress samt indgå i fællesskaber med andre mennesker.

6 fokusområder – med mange tilgange

Men alle folkesundhedspolitikens 6 fokusområder er vigtige for folkesundheden og vil blive arbejdet med på forskellig vis i BRK's centre.

Det betyder, at:

■ *BRK's centre med afsæt i centrenes forskellige kerneopgaver vil prioritere og målrette indsatser indenfor et eller flere af de 6 fokusområder:*

1. At flere børn og voksne trives og har god mental sundhed



2. At flere vælger et røgfrit liv



3. Mindre social ulighed i sundhed



4. At flere unge udskyder deres alkoholdebut og færre har et skadeligt forbrug af alkohol



5. At færre børn er overvægtige



6. At flere børn og voksne bevæger sig mere

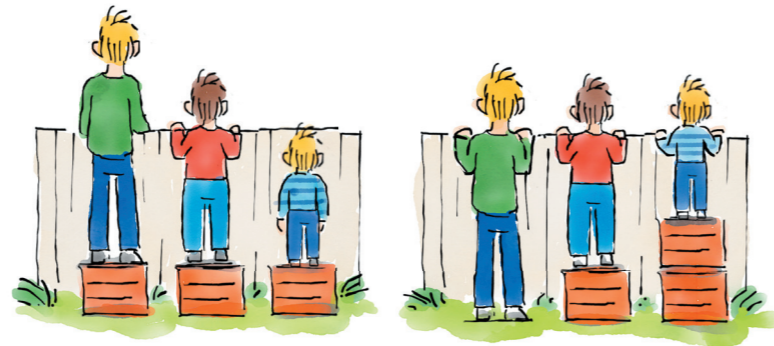


Derudover har fagudvalgene inden for eget område vægtet forskellige indsatser:

- Social- og Sundhedsudvalget ønsker indsatser målrettet svær overvægt og social ulighed i sundhed.
- Børn- og Skoleudvalget ønsker fokus på børns mentale trivsel herunder usund vægtudvikling.
- Erhvervs- Bolig- og Beskæftigelsesudvalget ønsker indsatser med fokus på social ulighed, med særlig fokus på unge udenfor job og uddannelse.
- Natur- og Miljø- og Planudvalget ønsker at naturen inddrages i de tiltag, som tilbydes borgerne. Herudover ønskes fokus på kostens betydning for folkesundheden.
- Fritids-, Kultur- og Lokalsamfundsudvalget ønsker ingen anden prioritering end det center arbejder med for nuværende.
- Økonomi- og Klimaudvalget.

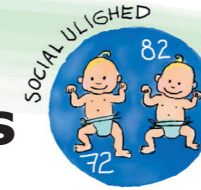
Mindre social ulighed

Mindre social ulighed i sundhed er både et fokusområde i Folkesundhedspolitikken og en metode til at arbejde med folkesundheden. Vi fødes ulige, derfor kræver lige muligheder at vi behandles forskelligt. I arbejdet med større lighed i sundhed skal fokus være på lige tilbud for lige behov frem for på, at alle får samme tilbud. Den måde at arbejde på illustreres på tegningen med de tre drenge.



På tegningen til venstre får drengene hver én kasse, og de behandles lige. På tegningen til højre får drengene fordelt kasserne efter behov.

– et skærpet fokus



For at arbejde mod større lighed i sundhed vil kommunen derfor:

- *Have fokus på trivsel blandt børn og unge – herunder på stress, angst og depression.*
- *Tilbyde sunde rammer.* Man ved, at sunde rammer gør det nemmere at træffe sunde valg - uanset social baggrund. Dette vil i vid udstrækning ske i samarbejde med civilsamfundet.
- *'Skreddersy' indsatser til socialt udsatte borgere sammen med borgerne og i dialog med de fagfolk, der er omkring disse borgere.* Det vil kommunen, da vi ved, at mange af disse borgere har svært ved at tage imod kommunens almindelige tilbud.
- *Have fokus dels på rygning, da rygning er den enkeltfaktor, der har størst betydning for social ulighed i sundhed. Dels på unges brug af røgfri tobak og nikotinprodukter.* Det skyldes, at undersøgelser tyder på, at brugen af disse produkter er stigende. Ikke mindst blandt unge.

Mental sundhed - fokus på ABC-konceptet og søvn

Forskning viser, at mental sundhed har stor betydning for folkesundheden. Og at mange oplever mental sundhed som ukonkret og svært at arbejde med.

I et forsøg på at gøre det lettere at arbejde med mental sundhed foreslås det at bruge ABC-konceptet samt at sætte fokus på brug af skærme og søvn.

ABC-konceptet er et forskningsbaseret australske koncept 'ABC for mental sundhed'. Konceptet bygger på tre enkle anvisninger, der har vist sig at have afgørende betydning for mental sundhed:

- *Gør noget aktivt – Act.* Det kan være både fysisk, mentalt, socialt eller spirituelt.
- *Gør noget sammen – Belong.* Det handler om at indgå i fællesskaber med andre mennesker.
- *Gør noget meningsfuldt – Commit.* At foretage sig noget styrker følelsen af, at der er et formål med livet.

Ifølge konceptet er det vigtigt både at gøre noget for egen og andres mentale sundhed og at sikre, at omgivelserne er mentalt sundhedsfremmende. Det kan man fx gøre ved at skabe rammer, som gør det muligt for borgerne at deltage i aktiviteter og fællesskaber i deres nærmiljø. Og ved at understøtte trivsel på arbejdspladsen. Omgivelserne kan understøtte mental sundhed, men en forbedring af en persons mentale sundhed kræver også aktiv deltagelse.

Med ABC-konceptet søger man at fremme mental sundhed. Kommunen er opmærksom på, at der også er en række 'risikofaktorer' for mental sundhed. Bl.a. risikofaktorer som ensomhed og mobning, som kræver en særlig indsats.

Søvn og skærme

Søvn er afgørende for vores velbefindende og vil derfor blive inddraget som en grundforudsætning for mental sundhed. Skærme har vist sig at spille en afgørende rolle for unges søvn. Sundhedsstyrelsen har anbefalinger vedrørende søvn og skærme i forhold til børn og unge.

Alle for folkesundheden: Større tværgående indsatser

Folkesundhed sætter fokus på, at sundhed er noget, vi løfter i fællesskab, og som afhænger af mange forhold.



Det betyder at vi vil:

■ *Samarbejde på tværs i kommunen om fælles indsatser.*

Kommunes politiske udvalg har peget på større tværgående indsatser, som vil stå centralt i denne strategiperiode.

Indsatserne er:

1. Mental Sundhed

Som allerede nævnt skal alle dele af kommunen bidrage med indsatser målrettet mental sundhed. Indsatser målrettet øget mental sundhed favner bredt og kan tilgås fra mange vinkler. Det skyldes, at en lang række forhold fremmer mental sundhed. Det gør fx trygge omgivelser og gode evner til at håndtere stress. På samme måde er der en lang række forhold, som udgør en 'risiko' for mental sundhed – det gør eksempelvis ensomhed og mobning.

Her gives en række konkrete eksempler på det brede arbejde med mental sundhed: Center for Psykiatri og Handicap udbyder kurser i håndtering af angst og depression. Center for Børn og Familie tilbyder parforholdskurser. Center for Job, Uddannelse og Rekruttering udbyder kurser i stresshåndtering. Center for Skole har fokus på elevernes trivsel fra 0.-9. klasse. Center for Natur, Miljø og Fritid har et flerårigt projekt, hvor der blandt andet er fokus på at bruge naturen som trivselsfremmende 'arena'. Center for Ældre har fokus på ensomhed. Center for Regional udvikling, It og Sekretariat er ved at udvikle tiltag med særligt fokus på at forebygge stress blandt kommunens medarbejdere. Center for Sundhed og Forebyggelse har ansat en konsulent, som har styrkelse af mental sundhed som en af sine primære arbejdsopgaver.

Baggrund: Mental sundhed har stor betydning både for vores livskvalitet, vores fysiske sundhed og for vores evne til at klare os godt socialt, uddannelsesmæssigt og økonomisk. Vi ved også, at det – set fra et samfundsmæssigt perspektiv – kan betale sig at investere i mental sundhed.

2. En sund vægtudvikling

Center for Børn og Familie og Center for Sundhed og Forebyggelse vil sammen udvikle tiltag, der kan understøtte en sund vægtudvikling blandt 0-3-årige børn. Fokus vil blandt andet være på søvn og brug af skærme, som er to af mange forhold, som, forskning har vist, har indflydelse på børns vægtudvikling.

Baggrund: I Danmark har hvert femte barn en usund vægtudvikling. Undersøgelser har vist, at 70 % af de, der har en usund vægtudvikling som børn, også får det som voksne. Andelen af bornholmske børn, der har vægtudfordringer, er højere end landsgennemsnittet. Sundhedsstyrelsen anser vægtproblematikker for et folkesundhedsproblem.

3. Ensomhed blandt ældre

Center for Ældre og Center for Sundhed og Forebyggelse samarbejder i forhold til at bekæmpe ensomhed blandt ældre. De to centre står for at besøge udsatte borgere, der oplever sig uønsket alene og etablere tilbud målrettet forebyggelse af ensomhed, fx i form af mødefora. Og for at koordinere indsatser om samarbejdet mellem de mange foreninger og aktører i civilsamfundet, som blandt andet har fokus på at forebygge og bekæmpe ensomhed. Der er årligt afsat 1 mio. kr. til bekæmpelse af ensomhed siden budget 2020.

Baggrund: De fleste ældre mennesker har et godt socialt liv, men for nogle (8% af bornholmere) er ensomhed et stort – og ofte overset problem. Et problem, der har store konsekvenser for den enkeltes livskvalitet, helbred og trivsel i alderdommen.



4. De små børns Bornholm

”De små børns Bornholm” er et ambitiøst program, der arbejder med systeminnovation i den tidlige forbyggende indsats. Kommunen og Egmont Fonden investerer samlet 25 millioner kroner i programmet, der kan blive model for andre kommuner. Første del af programindsatsen afsluttes med udgangen af 2023, men inden da forventes det, at der er udarbejdet en ny ansøgning med afsæt i evalueringsresultater fra Vive og erfaringer indsamlet i programmet. Målgruppen er fortsat de yngste børn og deres familier. ”De små børns Bornholm” arbejder tværgående i kommunen og med en lang række civilsamfundsaktører.

Baggrund: Børn på Bornholm vokser hyppigere op med en sårbar familiebaggrund sammenlignet med børn i Danmark som helhed. Bornholms børn har derfor en øget risiko for at komme dårligt fra start i livet.

5. Røg- og rusfri skoletid

Center for Skole og Center for Sundhed og Forebyggelse støtter lokalt op om loven om røg- og rusfri skoletid på grundskoler. Loven trådte i kraft 2021. Loven betyder, at eleverne ikke må ryge, dampe eller bruge andre nikotinprodukter i skoletiden. Og det er uanset, om eleverne går i grundskolen, på gymnasiet eller på en erhvervsskole.

I BRK's folkeskoler er vi i 2022 (status november 2022) i meget høj grad lykkes med at håndhæve rygeforbud. Det er sjældent, at vores folkeskole-elever ryger i skoletiden. Vi oplever dog et stigende og bekymrende brug af rusmidler som snus samt puff-bar/e-cigaretter med smag. Disse rusmidler er langt vanskeligere at opspore. Der er stadig få forældre og lærere, der kender det, og derfor er der måske også få, der italesætter det. Der dufter måske bare af tyggegummi, når man kommer ind, men så har de unge mennesker måske dampet på en e-cigaret med tyggegummismag. Så der er en stor uvidenhed, og på den måde bliver børnene lokket ud i en afhængighed, som kan blive livslang. Vi har i Center for Skole og Center for Sundhed og Forebyggelse derfor en stor og vigtig opgave i at sikre, at forældre og fagprofessionelle kender til fx e-cigaretter med smag = puff bar.

Baggrund: Rygning - inkl. e-cigaretter - er yderst sundhedsskadeligt og vanedannende. Og for mange er det svært at holde op med at ryge, hvis de først er begyndt. Det kan både skyldes, at den biologiske, psykiske og sociale afhængighed er stærk.

Fire ud af fem rygere starter med at ryge, før de er fyldt 18 år. Ifølge den nyeste sundhedsprofil er andelen af unge, der ryger traditionelle cigaretter, faldet. Til gengæld er andelen af børn og unge, der bruger e-cigaretter samt øvrige røgfri nikotinprodukter, som fx nikotinposer og snus, steget. Ifølge Vidensrådet for forebyggelse er der meget, der tyder på, at nikotin øger sandsynligheden for at blive afhængig af både cigaretter og rusmidler. Nikotin ser således ud til at have en såkaldt 'gateway' effekt, hvilket gør forebyggelse endnu vigtigere.

6. Fælles tilbagevendende aktivitetsdag

Centrene Sundhed og Forebyggelse, Skole, Børn og Familie og Natur, Miljø og Fritid vil sammen med DGI eksperimentere med at udvikle et årligt tilbagevendende initiativ. Et initiativ, som tager udgangspunkt i Folkesundhedspolitikken, og som har fokus på børn og unges sundhed. Her handler sundhed om at trives – både fysisk, socialt og mentalt. Initiativet er rettet mod mindre børn (3-11 år), så de udfordres fysisk gennem leg, bevægelse, motion og sport. Vi vil gerne forholde os til en bred sundhedsindsats, hvor det ikke kun skal komme børn til gode, der har forældre med overskud. Derfor skal aktiviteterne foregå, hvor børnene er/bor og gerne uden gebyr. Initiativet bygger blandt andet på de indhøstede erfaringer fra initiativet 'Helt vild idrætsdag' som blev gennemført på Bornholm i 2021 og 2022.



7. Sundhed og trivsel i BRK som arbejdsplads

Vi bruger mindst en tredjedel af vores tid på arbejdet. Derfor er arbejdspladsen en velegnet arena for indsatser til at fremme sundheden. Derfor skal målrettede indsatser på tværs af organisationen understøtte et sundt arbejdsmiljø og øge kommunens attraktivitet.

I et tværgående samarbejde vil der være fokus på at udvikle og afprøve initiativer til fremme af medarbejdernes mentale sundhed. Gode erfaringer fra centrene og andre kommuner skal inspirere til arbejdet. På tværs af BRK's mange arbejdspladser vil der være fokus på at reducere sygefravær, øge medarbejdernes trivsel og sociale kapital (tillid, samarbejde, retfærdighed). Der vil blive iværksat indsatser målrettet de forskellige udfordringer, som ses i centrene. Organisationen vil proaktivt følge op og evaluere på effekten af de iværksatte tiltag og eventuelt justere indsatsen frem mod et mere sikkert og sundt arbejdsmiljø. Der vil være fokus på at kompetenceudvikle arbejdsmiljøorganisationen gennem kurser og efteruddannelse til gavn for alle ansatte i BRK.

Baggrund: Et godt og trygt arbejdsmiljø er afgørende for, at BRK udadtil og indadtil opleves som en attraktiv arbejdsplads. Arbejdsmiljøet må være godt, hvis BRK skal lykkes med at rekruttere ny arbejdskraft og fastholde de medarbejdere, der udfører deres kerneopgave til gavn for borgerne på Bornholm.

8. Områdefornyelse - sunde rammer

Bornholms Regionskommune arbejder aktivt med områdefornyelse for at skabe og sikre gode boligsociale forhold både i øens store og mindre byer. Kommunen lægger vægt på en aktiv borgerinddragelse og inddrager byens borgere og erhvervsdrivende på et så tidligt tidspunkt som mulig for at afklare hvilke rammer eller aktiviteter, der er savnet. Denne medbestemmelse sikrer ejerskab til de forskellige indsatser, således at der bliver en kontinuitet i brugen af eller deltagelsen i de nye tilbud.

Områdefornyelsesprojekterne er væsentlige bidrag til at sikre bornholmerne sunde rammer. Med projekterne udvikles fysiske rammer for fælles møde – steder, der fremmer sociale relationer og inkluderende og ligeværdige fællesskaber. Men også nye offentlige udearealer, hvor adgangen forbedres og mulighederne for borgernes fysiske udfoldelse styrkes. Områderne Allinge, Aakirkeby, Nexø, Rønne, Firkløverklyngen Aarsballe, Klemensker, Nyker og Rø er de områder, som det er politisk besluttet at arbejde med de næste 2-5 år.

Områdefornyelsen finansieres med bidrag fra både staten og kommunen. Herudover arbejdes der aktivt med fundraising.



Baggrund: Forskning viser, at vores aktivitetsniveau i høj grad er bestemt af de omgivelser, vi færdes i. Mental sundhed skabes i fællesskaber og studier viser, at der er god grund til at engagere sig i aktive fællesskaber. Den mentale sundhed stiger, jo mere aktiv man er, jo oftere man engagerer sig i aktiviteter og fællesskaber og jo oftere, man gør noget for andre.

9. Ungdomsmodtagelse

Fra efteråret 2022 og to år frem har Sundhedsstyrelsen medfinansieret et forsøg med at etablere en såkaldt Ungdomsmodtagelse på Bornholm. Ungdomsmodtagelsen tilbyder gratis prævention og rådgivning om bl.a. krop, sex og trivsel til unge mellem 12 og 25 år. Projektet er placeret i Ungeporten på Campus og drives i et samarbejde mellem Center for Job, Uddannelse og Rekruttering, Center for Børn og Familie og Center for Sundhed og Forebyggelse.

Baggrund: På Bornholm er der mange udsatte unge. Færre bornholmske unge end i resten af Danmark får en ungdomsuddannelse. Og en bekymrende del af de unge får anbragt et barn. Desuden viser Sundhedsprofilen fra 2021, at flere bornholmske unge har ubeskyttet sex uden et ønske om at få et barn end gennemsnittet blandt unge i Region Hovedstaden. Og at mange unge mistrives. Næsten hver tredje unge bornholmer mellem 16-34 år føler sig stresset, og knap hver sytten unge bornholmer føler sig ensom.

Alle for folkesundheden: Samarbejdet med eksterne aktører

Kommunen har et stort ansvar for folkesundheden, men kan ikke løfte opgaven alene.

Det betyder, at vi vil:

■ *Etablere og udvikle samarbejdet med eksterne aktører og frivillige organisationer.*

Nedenstående er eksempler på samarbejder, der ønskes etableret eller udbygget i strategiperioden:

- *Bevæg dig for livet – et samarbejde med DGI*
Bornholms Regionskommune og DGI Bornholm indgik i 2019 en samarbejdsaftale med visionen ”Bevæg dig for livet”. Ønsket er et tættere partnerskab, hvor Bornholms Regionskommune og DGI Bornholm tænker hinanden ind i arbejdet med at styrke borgernes sundhed og involvering i fællesskaber.
- *Velfærdsalliancen – et samarbejde med DBU*
Fra 2020-2023 har DBU og BRK indgået en aftale om at bruge fodbold som løftestang til at øge borgernes velfærd og sundhed. Aftalen bringer fodbolden i spil på nye måder og vil engagere børn og voksne i aktiviteter, hvor bevægelse og fællesskaber er i centrum.
- *Samarbejdet med brugere og de bornholmske patientforeninger*
Samarbejdet med patientforeninger er et vigtigt element i den patientrettede forebyggelse. Der arbejdes aktuelt på:
 - En model for ”brobygning” mellem de patientrettede forebyggelsestilbud og patientforeningerne, der kan fastholde borgerne i foreningsfællesskaberne.
 - Det bornholmske Erfaringskorps, hvor frivillige erfaringsdelere bruger egne livserfaringer til at støtte andre borgere, der lever med en kronisk sygdom.
- *Etablere og udvikle samarbejde med institutioner og uddannelsessteder*
Center for Sundhed og Forebyggelse tilbyder uddannelsessteder og institutioner – eksempelvis Campus Bornholm – at indgå i udviklingen

af initiativer, kultur og rammer, som understøtter børn og unges muligheder for mental og fysisk sundhed.

- *Hemingway Club – et socialt netværk for mænd på 60 år og derover*
Kommunen har sammen med en gruppe lokale friville og med hjælp fra Hemingway Club Danmark oprettet en Hemingway Club på Bornholm. Formålet med klubben er at skabe et fællesskab, hvor mænd over 60 år kan trives, vedligeholde og udvikle deres sociale kompetencer. Ifølge klubbens charter har mænd svært ved at erkende tab af sociale relationer, ensomhed og depression. Derfor adresseres disse problemer ikke direkte, men indirekte via de tilbud, klubben har. Den bornholmske Hemingway Club drives af lokale frivillige fra målgruppen.
- *Børnekor som springbræt til musikalske fællesskaber*
I projektet ”Vores Musik Ø” arbejder Kulturskolen på, at børnekor skal blive et springbræt for musikalsk udfoldelse og fællesskab for børn og unge på Bornholm. Der sættes fokus på at etablere børnekor i 0. klasse og styrke børnekorsarbejdet på tværs af musikaktørerne: Kulturskole, skole og folkekirke. Tanken er, at der først etableres et bredt fundament med musikoplevelser og musiklæring for de mindste børn for dernæst at bygge ovenpå i de kommende år.
- *Fritidspas til børn, unge og voksne*
Kommunens tilbyder fritidspas til sårbare børn, unge og voksne, der ellers ikke har mulighed for at deltage i et fritidstilbud. Ønsket er at give dem mulighed for at dyrke en fritidsinteresse og blive del af et fællesskab. Med et fritidspas er det muligt at få betalt op til 1.000 kr. af et kontingent til en fritidsaktivitet ved alle folkeoplysende foreninger, Ungdomsskolen og Kulturskolen.
- *Kursustilbud til borgere og pårørende efter en kræftdiagnose*
Bornholms Regionskommune indgår i et tæt samarbejde med mange offentlige aktører og frivillige organisationer. Et eksempel er kurset Kom godt videre, som er et kursustilbud til borgere og pårørende efter en kræftdiagnose. Kurset udbydes sammen med Kræftens Bekæmpelse Bornholms lokalafdeling og Bornholms Hospital. Kurset er bygget op over 6 moduler med: kræftpsykolog, diætist, præst, fysioterapeut, socialrådgiver/socialfaglig konsulent og læge.



Alle for folkesundheden: Centrenes bidrag

Alle for folkesundheden - alle skal bidrage. Sundhed skaber vi gennem hele livet - i mors mave, i barndommen, ungdommen, voksenlivet og i alderdommen - og i fællesskaber og steder vi færdes.

Det betyder, at vi vil:

- Arbejde med sundhed i alle dele af organisationen.

De enkelte centre i BRK løfter vidt forskellige opgaver, og der er stor forskel på, hvilke målgrupper de enkelte centres indsatser er rettet mod, og hvor mange indsatser et enkelt center 'naturligt' bidrager med. Men alle kan og vil bidrage.

I det følgende beskrives, hvordan kommunens centre alle bidrager til at fremme bornholmernes sundhed, men på meget forskellig vis.

Center for Ældre

Center for Ældres kerneopgave er at samarbejde med borgerne og understøtte deres ressourcer og muligheder for at leve et aktivt, selvbestemmende og værdigt liv. Ældre borgers fysiske, mentale og sociale sundhed er således tæt knyttet til centres kerneopgaver. I mødet med borgeren er det borgerens oplevelse af livskvalitet og mening, der er bestemmende, og medarbejderen skal have øje for hvad der motiverer den borger de sidder over for, forstå borgerens behov, finde borgerens ressourcer og koble dem sammen til gode løsninger.

Trivsel og ensomhed har et stort fokus og af konkrete initiativer kan nævnes:

- Ensomhed blandt ældre, jf. ovenstående tværgående indsats.
- Pædagoger på plejecentrene, der kan igangsætte meningsfulde aktiviteter, som grundlag for relationsdannelse beboerne imellem, i samråd med beboerne fx: Madlavning, baging, stolegymnastik, erindrings - dans, spil, undervisning, udflugter m.m.

- Klippekort, der giver borgerne mulighed for selv sammen med en medarbejder at vælge aktiviteter, som de måske længes efter og ikke har kunnet gøre i en længere periode.
- Ansættelse af unge mellem 13-17 år, der efter skoletid kan skabe aktiviteter på plejecentre i form af "bedsteforældre samvær".



Center for Børn og Familie

Center for Børn og Familie er i kontakt med langt de fleste børn på Bornholm og har et konkret samarbejde omkring børn og unge med de fleste centre i BRK og med mange eksterne aktører.

Kerneopgavebeskrivelsen for Center for Børn og Familie: Vi understøtter, at alle børn og unge er i bedst mulig trivsel og udvikling for at de derigennem kan udfolde deres potentiale.

Alle 6 fokusområder indgår som elementer i dette arbejde.

Afsærlige indsatser kan nævnes:

- De Små Børns Bornholm – *jævnfør side 6.*
- Sund vægtudvikling – *jævnfør side 5.*

- Projektet STIME, der er et samarbejdsprojekt med Børne- og Ungdomspsykiatrien. Projektet har til formål at fremme trivslen hos børn og unge med psykiske vanskeligheder, inden de udvikler mere behandlingskrævende psykiske lidelser. Projektet stiler mod at kunne tilbyde børn og unge hjælp og støtte i deres nærmiljø, så de og deres familier kan bevare tilknytningen til hverdagslivet med fx skole, uddannelse og arbejde.



Center for Psykiatri og Handicap

Mental sundhed og ulighed i sundhed er på mange måder dét, som hele indsatsen i Center for Psykiatri og Handicap handler om. Vi yder støtte til borgere, som har funktionsnedsættelser, der gør, at de ikke selv er i stand til at varetage almindelig daglig livsførelse. Herunder fx at håndtere egen sygdom og/eller sundhed. En lang række af vores indsatser er derfor en del af eller flettet sammen med hele vores virke.

Følgende konkrete initiativer kan nævnes:

- Indsatsforløb vedr. forebyggelse af vold og voldsomme episoder på botilbud, for at fremme tryghed og trivsel for borgere og ansatte på botilbuddene.

- Kulturprojekt, der skal fremme den mentale sundhed ved at tilbyde kulturelle aktiviteter på de bornholmske kulturinstitutioner samt ved at få dygtige kunstnere og kunsthåndværkere til at arbejde med borgerne om fx musik, keramik og landart.
- Etablering af flere gruppeforløb for nye (yngre) målgrupper, herunder bl.a. DAT (Dialektisk adfærdsterapi) sammen med Psykiatrisk Center og Lær at tackle-kurser til unge og ældre med angst og depression. Også kurser for pårørende til borgere med psykisk sygdom.
- At Center for Psykiatri og Handicap har ansat en sygeplejerske, som arbejder på tværs af handicapområdet. Sygeplejersken skal sammen med personalet have fokus på beboernes fysiske og mentale sundhed.

Center for Sundhed og Forebyggelse

Center for Sundhed og Forebyggelses kerneopgave er sammen med borgeren at skabe rammer og muligheder, som understøtter og frigiver borgernes handlekraft, så de kan leve et så meningsfuldt, selvstændigt og udfoldet liv som muligt, så længe som muligt. Centeret bidrager både direkte med trivsels- og sundhedsindsatser til bornholmerne, men har samtidig til opgave at understøtte sundhedsfremme og forebyggelse som en tværgående indsats i kommunen og samarbejdet med eksterne aktører.

Af konkrete initiativer kan nævnes:

- Socialtandpleje, som er et tilbud om gratis tandpleje til særligt socialt udsatte borgere, der ikke kan benytte andre tilbud.

- Udbygning af samarbejdet med patientforeningerne om borgere med kronisk sygdom for at etablere nye sundhedsfremmende tilbud til borgere med kronisk sygdom.
- At Regionskommunen sammen med Region Hovedstaden og øens praktiserende læger har fokus på at forebygge mistrivsel blandt børn og unge og 'akutte medicinske patienter'. Samarbejdet foregår i det, der kaldes Politisk Sundhedsklynge Bornholm.



Center for Skole

Center for Skoles kerneopgave er at sikre livsduelige og demokratiske borgere i et fællesskab af mangfoldighed, der styrker deres grunddannelse og alsidige udvikling. Læring og trivsel går hånd i hånd og fysisk aktivitet har positive effekter på blandt andet læring og trivsel.

Center for Skole har derfor en række indsatser, der har fokus på de unges sundhed, inkl. mentale sundhed og trivsel, eksempelvis:

- Styrkelse af udeskole, udearealer og bevægelse/motion i skoletiden. Gennem udeskoledage, deltagelse i Skolesport, samarbejder med DGI, benytte den lokale natur lige uden for døren.
- Hvert år måles alle elevers trivsel via en spørgeskemaundersøgelse. Resultaterne fra undersøgelsen behandles på skolerne i både klasser, elevråd, personaleforum og i ledelsen. Og munder ud i en handleplan, hvor

det kommende års fokuspunkter i forhold arbejdet med elevernes trivsel og mentale sundhed rammesættes og planlægges. Skolernes ind - skolingsafdelinger arbejder med 'Fri for Mobberi', som er et materiale fra Mary Fonden, hvor der sættes fokus på at skabe gode børnefællesskaber. Nogle skoler arbejder desuden med mobilpolitikker.

- Etableringen af en madskole på Paradisbakkeskolen pr. 1. august 2020. Årets madaktiviteter planlægges af den professionelle kok/madkyndige i samarbejde med skolens ledelse. Eleverne inddrages i køkkenet og er med til at lave maden. Maden bliver serveret i skolens spisesal, hvor alle elever spiser sammen (også dem der måske ikke har tilmeldt sig madordningen).
- Årlig trivselsuge – hvor der er et helt særligt fokus på trivsel på skolerne
- Skoleudviklingsprojekter, der understøtter arbejdet med trivsel
- Efter-videreuddannelse af skolens personale i forhold til håndtering af skolevægring, trivsel og inkluderende læringsmiljøer.

Center for Natur, Miljø og Fritid

Center for Natur, Miljø og Fritid har som kerneopgave at udvikle og formidle muligheder for et sundt og aktivt liv på Bornholm baseret på bæredygtighed, tryghed og fælles oplevelser.

Center for Natur, Miljø og Fritid vil fortsat understøtte tværgående samarbejder i BRK, herunder bidrage til nye samarbejdsformer (på tværs af centre og med eksterne aktører) for at øge adgangen til de indsatser/tilbud som udbydes.

Centeret laver desuden en lang række konkrete indsatser i det daglige, der understøtter folkesundheden og som fortsætter fremover:

- Adgang til naturen og muligheder for både de aktive og stille oplevelser.
- Fortsat udvikling af idrætsområder og biblioteker som mødesteder dels for aktivitet, men også for at understøtte opbygningen af sociale relationer og dermed reduktion af ensomhed.

- Udbygning og sikring af cykelveje.
- Aktiviteter for børn og unge på Kulturskolen, herunder sårbare børn og unge i projektet "Young Care".
- Øge borgernes adgang til at dyrke sine fritidsinteresser ved fleksibel adgang til idrætsfaciliteter og åbne biblioteker.
- Fremme levende lokalmiljøer og understøtte det frivillige arbejde og foreningsliv i lokalområderne.
- Centeret har desuden en lang række opgaver der sikrer den generelle folkesundhed som adgang til rent drikkevand, et rent miljø, sikker affaldshåndtering, et velfungerende beredskab etc.



Center for Job, Uddannelse og Rekruttering

Center for Job, Uddannelse og Rekrutterings kerneopgave er at hjælpe borgerne i job eller uddannelse ved at yde hjælp, vejledning og sagsbehandle ud fra den enkeltes aktuelle situation og behov.

Centret har en række indsatser der målrettet har fokus på borgerens sundhed, eksempelvis:

- 'Styrk din sundhed', der er et 12 ugers forløb for ledige borgere, der står over for en sundhedsproblematik og har behov for, og som ønsker at tilegne sig redskaber og kompetencer i forhold til at forbedre og vedligeholde egen fysiske og mentale sundhed.
- 'Stresshåndtering', der er et 6-9 ugers forløb for sygemeldte borgere, hvor borgeren får værktøjer til at håndtere stress.

- 'Smertetackling', der er et forløb for sygemeldte borgere med kroniske smerter.
- 'Psykoedukation', der er et forløb for borgere med lettere grader af stress og depression, kurset anviser mestringsstrategier, der kan hjælpe med at møde udfordringer i hverdagen og bedre ruste til at håndtere et arbejdsliv.

Derudover er der generelt et stort fokus på sundhed i centres indsatser, fx både den fysiske sundhed med bevægelse og motion, den mentale sundhed og den enkeltes selvværd og velbefindende.



Center for Ejendomme og Drift

Center for Ejendomme og Drift har bl.a. til opgave at vedligeholde og udvikle en tilgængelig grøn og frodig ø, at skabe de bedste mulige betingelser og rammer for brugerne af kommunens bygninger og lave god mad til både ældre og unge. Opgaver der alle bidrager til Folkesundhedsstrategien og sikrer sunde rammer for både borgere og medarbejdere i kommunen.

Af konkrete opgaver kan nævnes:

- Hjemmelavet økologisk mad (minimum 60% økologi) serveret på plejecentre, i skoler og i administrationens kantiner.
- Vedligeholder og udvikler kommunale bygninger og arealer så der skabes rum, der indbyder til ophold, aktiviteter og møde mellem mennesker – og på den måde understøtter muligheden for fællesskaber og et aktivt og sundt liv.

Regional Udvikling, It og Sekretariat

Center for Regional Udvikling, It og Sekretariat er med til at gøre det muligt at udvikle og realisere Bornholms potentialer og skabe bæredygtig vækst og udvikling på Bornholm. Centret er et shared servicecenter og understøtter de øvrige centre med viden og løsninger. Gennem eksempelvis område

- fornyelse og boligpolitikudvikling øges bornholmernes tilgængelighed til rekreative, grønne områder med plads til fysisk udfoldelse, sociale fællesskaber, fysisk og mental sundhed.

Af konkrete initiativer kan nævnes:

- Sundhed og trivsel i BRK som arbejdsplads – jævnfør ovenstående
- Områdefornyelse – sunde rammer – jævnfør ovenstående

Center for Økonomi og Personale

Center for Økonomi og Personale har til opgave at understøtte det administrative fundament i alle dele af kommunen indenfor økonomi- og personaleopgaver.

Centret har ingen indsatser målrettet borgernes sundhed generelt, men kan bidrage i forhold til at understøtte den fælles indsats for at øge sundhed og trivsel i BRK som arbejdsplads.

Hvordan følges der op på strategien?

Strategien revideres i starten af hver kommunalvalgsperiode, og der følges op med en status i slutningen af hver kommunalvalgsperiode. Status udarbejdes af Center for Sundhed og Forebyggelse i samarbejde med Koordinerende Sundhedsforum og sendes til det politiske niveau. I denne status vil der være fokus på:

- De større tværgående indsatser
- Centrenes arbejde med indsatser/initiativer i forhold til folkesundhedsstrategien

- Alle centre er forpligtede til at arbejde med indsatser i forhold til Folkesundhedsstrategien og til at inddrage relevante samarbejdspartnere – herunder civilsamfundet.

