Långsiktig plan för lokalt folkhälsoarbete 2026-2028

Mark

Mark

VÄSTRA GÖTALANDSREGIONEN

1 Plan avseende lokalt folkhälsoarbete

Följande rapport är en plan för det lokala folkhälsoarbetet och är kopplat till det samverkansavtal folkhälsa som Västra Götalandsregionen (VGR) genom de delregionala nämnderna (DRN) har ingått med respektive kommun i deras nämndområde. Avtalet gäller för perioden 2026-2028.

Samverkansavtalet finansierar tjänst/er och utvecklingsmedel.

Planen innehåller budget och planerade insatser för kommande år. Det är enbart det som finansieras genom avtalet som ska tas med i denna plan. Första året på avtalsperioden innehåller planen en långsiktig riktning för hela avtalsperioden.

2 Organisering och tjänst

Kultur- och fritidsnämnden ansvarar för folkhälsoarbetet i Marks kommun. Kultur- och fritidsförvaltningen arbetar strategiskt och operativt med folkhälsoarbetet och de politiska besluten fattas av nämnden. Denna långsiktiga plan syftar till att stärka upp och stötta arbetet med att nå kommunens uppsatta mål. Folkhälsoarbetet är tvärsektoriellt och berör alla strategiska områden som kommunfullmäktige beslutat.

En kommunövergripande utvecklingsgrupp för samskapande har bildats under 2025. Utvecklingsgruppens uppdrag har en inverkan och utgör en bra arena för kommunens folkhälsoarbete, utifrån området tillit, inkludering och delaktighet.

3 Långsiktig riktning för hela avtalsperioden

Det övergripande nationella folkhälsomålet är ”att skapa samhälleliga förutsättningar för en god och jämlik hälsa i hela befolkningen och sluta de påverkbara klyftorna inom en generation”. Utgångspunkt för folkhälsoarbetet är det nationella målet med dess åtta målområden samt VGR:s och kommunens styrdokument.

3.1 Beskrivning av styrdokument som ligger till grund för folkhälsoarbetet

Internationella och nationella styrande dokument som anger riktningen för folkhälsoarbetet

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 mål för en ekonomisk, 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

Plan för regionövergripande folkhälsoarbete 2024 – 2028

Kommunala dokument

Visionen om Mark

Budget 2026–2029 för Marks kommun

Hållbara Mark 2030

Kommunövergripande mål: ”Bästa barnkommun”

Handlingsplan för suicidprevention i Mark

Lägesbild och åtgärdsplan för det brottsförebyggande arbetet

Marks kommuns hållbarhetsprogram, Hållbara Mark 20230 består av tre principer och fyra temaområden som anger kommunens prioriteringar fram till år 2030. I styrdokumentet finns följande temaområden och mål som är styrande för kommunens folkhälsoarbete.

Temaområde: Fullföljda studier

Mål: I Marks kommun är uppväxtvillkoren goda och alla ges jämlika förutsättningar att fullfölja sina studier.

Mål: I Marks kommun prioriteras tidiga förebyggande och främjande insatser i arbetet för barn och unga

Temaområde: Jämlik och inkluderande kommun

Mål: I Marks kommun har alla invånare jämlik tillgång till sina mänskliga rättigheter

Mål: Alla invånare i Marks kommun har god och likvärdig möjlighet att vara delaktiga i och ha inflytande över kommunens utveckling

Mål: Alla invånare i Marks kommun har en god och jämlik hälsa.

Temaområde: Motståndskraftiga Mark

Mål: Marks kommun arbetar innovativt och långsiktigt för att möta framtida utmaningar.

3.2 Beskrivning av befolkningens hälsoläge och behov

Ekonomi och arbete

Andelen barn och unga som lever med låg ekonomisk standard i Mark har varit oförändrad de senaste åren och utgör 16% av barn och unga 0–19 år. Liknande trend har setts bland de äldre invånarna det senaste decenniet, men här kan en minskning ses både lokalt i Mark (9%) och nationellt. Sysselsättningsgraden (84,6%) är högre än genomsnittet i Sverige, men är högre för inrikesfödda och lägre för utrikesfödda. Andelen arbetslösa i Mark har varierat över tid men en minskad andel arbetslösa kan ses de senaste 15 åren och andelen har över tid varit låg i jämförelse med snittet för Sverige (Kolada, 2023).

Utbildning

I åldersgruppen 25 - 64 år har fler kvinnor (45,3 %) än män (26,3 %) eftergymnasial utbildning. Skillnader finns mellan svenskfödda och utrikesfödda, där den senare gruppen oftare har enbart en grundskoleutbildning. Det finns utmaningar kopplat till andelen barn som uppnår gymnasiebehörighet och en växande andel unga inom introduktionsprogrammet.

Levnadsvanor

Färre unga dricker alkohol och fler unga använder e-cigg jämfört med tidigare. Bland högstadieungdomar ser vi att alkohol konsumeras i något högre grad av pojkar och flickor använder e-cigg i högre utsträckning än pojkar. Riskabelt spelande bland unga är en problematik som, tillsammans med ökat stillasittande och minskad fysisk aktivitet, kräver särskild uppmärksamhet. Lokalt ser vi ett behov av fler fritidsaktiviteter och sociala sammanhang för personer med funktionsnedsättning.

Hälsa och trygghet

Självupplevd hälsa är generellt god, men varierar beroende på kön och utbildningsnivå. Psykosomatiska besvär som ångest och oro är vanligare bland unga tjejer. Ensamhet är ett problem, särskilt bland äldre och vissa grupper av unga. Det finns könsskillnader i barns upplevda trygghet både i skolan och i bostadsområdet.

Tillit, inkludering och delaktighet

Sverige är ett av de länder som bedöms ha en funktionell demokrati. Men ett förändrat världsläge, med bland annat minskat antal demokratiska stater och en hårdare ton i det demokratiska samtalet, utmanar och påverkar tilliten till den offentliga sektorn och det demokratiska systemet även i Sverige. I befolkningen finns tecken på att tilliten till samhällets institutioner och mellan människor är relativt hög, men skillnaderna mellan grupper har ökat. Unga, personer med svagare socioekonomiska förutsättningar, utrikesfödda och personer med funktionsnedsättning uppger oftare lägre grad av tillit och delaktighet. En indikator för tillit och delaktighet lokalt är valdeltagandet. I Marks kommun är valdeltagandet relativt högt, däremot skiljer sig valdeltagandet mellan olika områden (differens: 25%, kommunfullmäktigevalet) och mellan inrikes och utrikes födda (differens: 32%, kommunfullmäktigevalet).

Bland barn och unga är skolan en central del av deras liv och vardag, därmed även möjligheten till delaktighet och inflytande i skolan. I Mark upplever strax under hälften av unga i årskurs 8 att skolan lyssnar på förslag från elever från till exempel klassråd eller elevråd (46%). Övriga upplever att skolan lyssnar till elevers förslag i ganska liten utsträckning, väldigt lite, inte alls eller vet inte vad de ska svara på frågan.

3.3 Prioriterade områden och målgrupper under avtalsperioden

Prioriterade målgrupper:

Barn och unga

Äldre

Särskilt utsatta grupper; kvinnor, HBTQI-personer, utrikesfödda, personer med funktionsnedsättning, ensamstående

Prioriterade områden:

Trygga och goda uppväxtvillkor inkl. Fullföljda studier

Levnadsvanor och närmiljö

Tillit, inkludering och delaktighet

Hälsosamt åldrande

4 Strategier och insatser

Nedan följer en redogörelse för de insatser som planeras kommande år utifrån fem områden. Dessa områden är framtagna för att kunna ge en samlad bild över folkhälsoarbetet i hela Västra Götaland. Områdena är kopplade till de nationella målområdena men är modifierade för att passa på regional och kommunal nivå. De framtagna områdena speglar de insatser som genomförs på lokal nivå. Kommunen förväntas inte arbeta med alla områden utan det är de lokala behoven och framtagna prioriteringar som ligger till grund för de insatser som genomförs i respektive kommun.

4.1 Trygga och goda uppväxtvillkor inkl. fullföljda studier

En god start i livet är avgörande för barns livsvillkor och hälsa, både under uppväxten och senare i vuxenlivet. Att barn tillgodogör sig en god utbildning, lever i en trygg social miljö med trygga ekonomiska villkor påverkar deras livsvillkor och möjligheter senare i livet.

Insats och målgrupp	Planerat/förväntat resultat	Strategi - vad är det vi vill förändra?
Föräldraskapsstöd **Under 2025 fick en**	Utvecklingsarbetet förväntas ge föräldrar en större förståelse för barns	Stödjande och lyhörda vårdnadshavare som förmår att ge barnet en

nyinrättad arbetsgrupp i uppdrag att kartlägga och komma med förslag på att utveckla föräldraskapsstödet, vilket kommer fortsätta under 2026. **Målgrupp: Vårdnadshavare och viktiga vuxna** **Sker i samverkan med: Barn- och utbildningsförvaltning, socialförvaltning, kultur- och fritidsförvaltning, regionala aktörer och civilsamhället.**	utveckling och behov samt ge dem verktyg för hur de kan stödja sina barn på ett positivt sätt. Föräldrar förbättrar sin förmåga att hantera stressiga situationer, sätta gränser och skapa en trygg och stödjande uppfostran. På lång sikt kan det föräldrastödjande arbetet ge effekter som en bättre psykisk hälsa, att fler klarar skolan och minskad risk för riskbeteende i det fortsatta livet. Arbetet främjar en jämlik hälsa på sikt och kan generera minskade samhällskostnader.	god fostran är ett barns främsta skyddsfaktor. Därför är det viktigt att vårdnadshavare och andra viktiga vuxna ges förutsättningar för att vara barnets främsta resurs. Utvecklingsarbetets mål är att ett tillgängligt, kunskapsbaserat föräldraskapsstöd erbjuds med universella, selektiva och riktade insatser utifrån behov. Föräldrar och viktiga vuxna i Marks kommun erbjuds ett varierat utbud av stöd som stärker hållbara och tillitsfulla relationer, vilket är grunden för barns trygga uppväxt och utveckling genom livet.
Trygghetsskapande och brottsförebyggande arbete **Målgrupp: Kommunens invånare och personal** **Sker i samverkan med: Kommunens förvaltningar, bostadsbolag och Polisen.**	På kort sikt syftar arbetet till att ge ökad kunskap om våld, samtycke, jämställdhet och normer. Arbetet syftar också att bidra till att ungas attityder blir mer jämställda samt att fler våldsutsatta får stöd tidigt. På lång sikt syftar arbetet att leda till stärkt tillit mellan invånare och myndigheter samt minskad förekomst av våld och brottslighet i samhället samt minskade kostnader för detta. Ytterligare långsiktiga effekter är minskad oro och ökad upplevd trygghet, inkludering och delaktighet i samhället. Såväl genom att fler är unga i skolan, arbete som kan ha en meningsfull fritid. Arbetet syftar även till att främja en psykisk hälsa, jämställda och respektfulla relationer.	Utifrån den behovsbild och åtgärdsplan som ska tas fram inom ramen för kommunens lagstadgade brottsförebyggande arbete, syftar vi till att göra en förflyttning för att öka tryggheten och minska brottsligheten. Detta genom att stärka skyddsfaktorer som t.ex. god skolanknytning, fungerande fritidsliv, vuxennärvaro, tillit och positiva normer och minska riskfaktorer som t.ex. skolfrånvaro, missbruk, bristande föräldrakontakt, sociala konflikter, otrygga miljöer.
Trygghetsskapande och brottsförebyggande	Vuxna får en ökad förståelse för hur barns	Med insatsen vill vi minska den digitala

- Trygg digital uppväxt **Målgrupp: Vårdnadshavare och barn** **Sker i samverkan med: kommunstyrelseförvaltningen, barn- och utbildningsförvaltningen, socialförvaltningen och Polis**	digitala liv på nätet ser ut idag. Vuxna ska utifrån den ökade kunskapen i större utsträckning öppna upp för samtal om barnets liv på digitala medier. Öka kunskaperna om sexuell exploatering som en form av våld för att förbättra stödet till de utsatta. Barn och unga ska vara rustade att identifiera risker i digitala sammanhang och känna sig trygga i att samtala om det som sker på digitala medier.	utsattheten bland barn och unga genom att öka kunskapen om rättigheter, risker och säkert beteende online. Många unga saknar idag strategier för att hantera näthat, bilddelning eller kontakt med okända på nätet. Genom riktade insatser vill vi stärka barns handlingsberedskap och öka vuxenvärldens delaktighet i det digitala livet.
Språkutveckling hos barn och unga – Läspedagog syftar till att öka läsförmågan och läslusten hos elever i Marks kommun genom systematiskt samarbete mellan skola, folk- och skolbibliotek. **Målgrupp: Mellanstadieelever** **Sker i samverkan med: Kultur- och fritidsförvaltningen, barn- och utbildningsförvaltningen**	På kort sikt syftar insatsen till att öka medvetenheten om läsningens betydelse och en positivare attityd gentemot läsande. Insatsen har som ambition att tidigt sänka trösklarna till läsning och skapa förutsättningar för att fler barn ska få ökad läslust. Ökad läsförståelse och ett större ordförråd ökar självförtroendet och förmågan att uttrycka sig. De olika identifikationsmöjligheter och existentiella aspekter som litteraturen rymmer ger tillfällen att träna våra empatiska förmågor och kan hjälpa oss att förstå och hantera egna och andras känslor och erfarenheter. I mötet med andra läsare byggs också tillit och eleverna övar sig i ett respektfullt utbytande av åsikter och texttolkningar. Målsättningen är att bidra till att fler barn klarar grundskolan med fullständiga betyg, vilket i förlängningen är en förutsättning för att barn ska kunna forma sina liv mer likvärdigt, göra mer	Genom att undanröja hinder, förändra attityder och skapa gemensamma läsupplevelser arbetar projektet för att möjliggöra läsaktiviteter i skolor och fritidshem. Med insatsen vill vi uppnå en ökad läsförmåga och läsförståelsen för att kunna ta till sig kunskap, känna delaktighet och tillhörighet samt delta aktivt i det demokratiska samhället.

	jämlika livsval och utbilda sig för att öka antalet invånare i kommunen med gymnasial utbildning.	

4.2 Levnadsvanor och närmiljö

Den fysiska miljön vi lever och verkar i har stor betydelse för människors livsvillkor. Den fysiska miljöns utformning kan öka tryggheten och främja sammanhållning mellan grupper i samhället på individ-, områdes- och befolkningsnivå. Både psykisk och fysisk hälsa påverkas i hög grad av levnadssätt och det omkringliggande samhället.

Insats och målgrupp	Planerat/förväntat resultat	Strategi - vad är det vi vill förändra?
Fysisk aktivitet och rörelseglädje Social hälsa och fysisk aktivitet – främja barns, ungas och särskilt utsatta gruppers möjligheter till en aktiv och meningsfull fritid samt sammanhang med gemenskap. Arbetet kan exempelvis innefatta att främja ett vardagsnära friluftsliv och aktiviteter för personer med funktionsnedsättning utifrån identifierade behov. **Målgrupp: Barn och unga samt särskilt utsatta grupper.** **Sker i samverkan med: kommunens förvaltningar och föreningslivet.**	På kort sikt syftar utvecklingsarbetet till ökad rörelse, ökat deltagande i naturen och/eller ökat deltagande i gemensamma sammanhang på fritiden. På lång sikt förväntas arbetet att bidra till en ökad jämlikhet och bättre psykisk, fysisk och social hälsa. Dessutom ett mer inkluderande och hälsofrämjande samhälle som ger förutsättningar för ökad delaktighet, tillhörighet och trygghet.	För att göra en förflyttning inom området och få fler att uppleva en meningsfull och aktiv fritid vill vi kompensera för strukturella hinder, testa nya former, sänka trösklarna och skapa bättre förutsättningar för att fler ska kunna delta i Marks utbud av såväl aktiviteter som natur.
Öka simkunnigheten Simskola för kvinnor erbjuds undervisning i en avskild bassäng, särskilt anpassad för kvinnor som av olika skäl inte har möjlighet att delta i ordinarie simkurser för vuxna.	På kort sikt ger insatsen förutsättningar för fler kvinnor att mötas, få vattenvana och lära sig att simma. Vidare förväntas ökad vattensäkerhet och vattenvana ge en tryggare och positiv relation till vatten.	Sammantaget bidrar insatsen till att minska ojämlikhet i hälsa genom att: - ge tillgång till samma grundläggande färdigheter som majoritetsbefolkningen.

Målgrupp: Kvinnor **Sker i samverkan med: Kultur- och fritidsförvaltningen, barn- och utbildningsförvaltningen**	På lång sikt har simkunnighet positiva effekter på både fysisk och mental hälsa. En livslång färdighet som bidrar till ökad livskvalitet. Att fler vuxna lär sig simma innebär en grundläggande färdighet som många tar för given. För kvinnor som inte haft möjlighet att lära sig simma tidigare i livet, innebär detta: - En stärkt känsla av självständighet. - Möjlighet att delta i aktiviteter med barn och familj, t.ex. badutflykter. - Tillgång till fler hälsofrämjande aktiviteter såsom vattengympa eller motionssimning. Simundervisningen förväntas vidare bidra till nya sociala nätverk, möjlighet till språkutveckling i ett informellt sammanhang och känsla av att vara inkluderad i samhällets fritids- och hälsofrämjande strukturer. Att fler vuxna lär sig simma innebär en grundläggande färdighet som många tar för given. För kvinnor som inte haft möjlighet att lära sig simma tidigare i livet, innebär detta: En stärkt känsla av självständighet. Möjlighet att delta i aktiviteter med barn och familj, t.ex. badutflykter. Tillgång till fler hälsofrämjande aktiviteter såsom vattengympa eller motionssimning	- anpassa verksamheten till individers behov, bakgrund och förutsättningar. - skapa en plattform där kvinnor får ta plats, utvecklas och delta på sina egna villkor.
ANDTS - förebyggande arbete **Målgrupp: Barn och unga, föräldrar**	På kort sikt förväntas arbetet leda till en ökad medvetenhet och kunskap om droganvändning och dess effekter.	Elever, föräldrar, professionella och andra aktörer får ökad kunskap om risker med alkohol,

Samverkande parter: kommunstyrelseförvaltningen, barn- och utbildningsförvaltningen, kommuner i Sjuhärad, Länsnykterhetsförbundet, Länsstyrelsen VG	Målet är att minska användningen av alkohol, narkotika, tobak, dopningsmedel och spel. Genom att främja en senare alkoholdebut och minska konsumtionen av dessa substanser kan vi också förebygga sjukdomar som är relaterade till tobaks-, drog- och alkoholbruk, såsom cancer, hjärt- och kärlsjukdomar samt leverskador. En minskad användning bidrar dessutom till att färre unga utvecklar psykisk ohälsa kopplad till drogbruk, till exempel depression, ångest och psykos. På sikt leder detta även till att färre unga hamnar i kriminalitet och missbruk.	narkotika, tobak, doping och spel.
Hälsosamma matvanor/ Schemalagda måltider **Ett arbetssätt och verktyg för ökad samverkan mellan skolans personal för att utveckla skolans pedagogiska måltider.** **Målgrupp: Barn på Sätilaskolan och Tingvallaskolan och berörd personal** **Samverkande parter: Teknik- och serviceförvaltningen, barn- och utbildningsförvaltningen, Skolmatsakademien**	På kort sikt förväntas insatsen leda till en trivsammare och lugnare måltidssituation för eleverna. Fler elever äter då hela sin lunch, vilket i sin tur förbättrar deras upplevelse av skolmåltiden. Denna förbättrade måltidsmiljö förväntas ge positiva effekter redan under skoldagen genom ökad koncentration och ork, vilket i sin tur kan bidra till minskade konflikter mellan elever. På längre sikt förväntas detta resultera i förbättrade skolresultat tack vare bättre fokus och energi under lektionerna. Även elevernas matvanor och hälsa stärks, vilket kan bidra till minskad övervikt och förekomst av obesitas. Dessutom kan den förbättrade måltidssituationen ha en positiv inverkan på elevernas psykiska hälsa	Genom en välplanerad, integrerad pedagogisk måltid, kan en ökad samverkan mellan skolpersonalen uppnås och som i sin tur kan skapa trygghet, studiero och bidra till skolans hälsofrämjande uppdrag. Belysa vikten av att skapa främjande livsmiljöer för barn för att underlätta utvecklingen av sunda levnadsvanor.

	och allmänna välbefinnande.	

4.3 Tillit, inkludering och delaktighet

Makt över det egna livet och delaktighet i samhället är fundamentala livsvillkor för varje människa. Delaktighet är både en grundlagsstadgad rättighet och en grundläggande princip för att förverkliga de mänskliga rättigheterna. För att åstadkomma en god och jämlik hälsa är det viktigt att främja alla individers möjligheter till kontroll, inflytande och delaktighet i samhället och i det dagliga livet. Delaktighet är en viktig förutsättning för förbättrade livsvillkor och hälsa.

Insats och målgrupp	Planerat/ förväntat resultat	Strategi-vad är det vi vill förändra?
Demokratiutveckling – göra förflyttningar för ökad delaktighet och inflytande för Markborna. Arbetet kan exempelvis innefatta att testa ett områdesbaserat arbetssätt, öka transparens kring inflytandeprocesser, samla kommunens kunskaper från aktuella projekt, stödja utvecklingen av strukturer för medborgardialog och/eller att samla hur man kan påverka på en och samma plats (identifierade behov i interna dialoger) **Målgrupp: Civilsamhälle, företagare och personal i kommunen.** **Sker i samverkan med: kommuninvånare, samtliga förvaltningar, bostadsbolag, näringsliv och civilsamhälle**	På kort sikt kan utvecklingsarbetet uppnå att fler invånare i kommunen får vara delaktiga och engagerade i kommunen de lever och verkar i. På lång sikt syftar utvecklingsarbetet till att uppnå att invånare får ökad känsla av sammanhang, motivation och framtidstro kopplat till demokrati och lokalsamhället. Genom en ökad tillit till det demokratiska systemet med aktiva och engagerade invånare skapas goda förutsättningar för en socialt hållbar kommun. Delaktighet och inflytande främjar också hälsan för invånarna, dels genom stärkt egenmakt och känsla av sammanhang, dels genom att insatser kan formas utifrån invånarnas önskemål och behov. Dessutom syftar arbetet på sikts bidra till minskad social oro och utanförskap.	Systematisera arbetssätt och strukturer för kommuninvånarnas möjligheter till delaktighet och inflytande. Vidare att utveckla och förbättra medborgardialoger, samskapande arbetssätt för att öka människors delaktighet och främja en jämlik hälsa på lokal nivå. Genom satsningen på ytterligare en folkhälsostrategstjänst förstärks detta utvecklingsarbete. Utvecklingsarbetet innebär att involvera lokalsamhället med dess alla aktiva aktörer.
Kommunövergripande strukturer för ungas inflytande – tillgängliggöra tillvägagångssätt, metoder, skapa	På kort sikt syftar utvecklingsarbetet till att uppnå en ökad delaktighet för barn och unga i kommunens utvecklingsarbete genom	Kommunen har genomfört olika dialoger och utvecklat former för delaktighet och inflytande för unga inom ramen för en projektperiod under

systematik och vidareutveckla former för uppföljning kopplat till kommunens ordinarie styrsystem. **Målgrupp: Barn och unga 7–20 år.** **Sker i samverkan med samtliga förvaltningar samt bostadsbolag. Insatsen samordnas av kommunalt finansierad folkhälsostrateg.**	tillgängliggörande av tillvägagångssätt och metoder. Ökat faktiskt inflytande för barn och unga genom strukturer för att omhänderta och följa upp frågor som är viktiga för dem. På lång sikt syftar utvecklingsarbetet till att stärka barn och ungas engagemang, egenmakt, kunskap och intresse för demokrati samt delaktighet i lokalsamhället. Dessutom ses insatserna på sikt främja barn och ungas känslan av sammanhang, motivation i bland annat skolan, framtidstro och tillit till demokratin. Långsiktiga effekter ses även vara att arbetet ska sänka trösklarna till och främja jämlika förutsättningar i kommunen för ungas delaktighet och hälsa. Genom barn och ungas delaktighet och inflytande får kommunen ökad kunskap om barn och ungas behov och kan därutifrån genomföra träffsäkra insatser/aktiviteter för målgruppen. Dessa långsiktiga effekter GÄLLER FÖR SAMTLIGA NEDANSTÅENDE INSATSER inom barn och ungas delaktighet och inflytande.	2023–2024 (satsning på ungas delaktighet och inflytande inom ramen för det kommunövergripande målet Bästa barnkommun). I nästa steg ska systematik skapas och kommunövergripande strukturer utvecklas kopplat till befintligt arbete.
Unga kommunutvecklare – ferieanställda och timanställda ungdomar i kommunen. **Målgrupp: Ungdomar 16–19 år** **Sker i samverkan med samtliga förvaltningar samt bostadsbolag.**	På kort sikt att fler unga får vara delaktiga och får inflytande samt att få fler ungdomsperspektiv i kommunens utvecklingsarbeten.	Genom att ha ungdomar timanställda under läsåret samt ferieanställda kan ungdomarna löpande bidra med ungdomsperspektiv, fånga in fler röster från unga, vara behjälpliga i och driva aktiviteter kopplat till kommunens utvecklingsarbete. Det ger unga en plattform inom

Insatsen samordnas av kommunalt finansierad folkhälsostrateg.		kommunen för ökat delaktighet och inflytande som tidigare saknats. På sikt syftar insatsen att åstadkomma en kommunövergripande struktur för en kommundriven delaktighet för unga.
Dialoger mellan unga och makthavare (politiker och tjänstepersoner) – av unga på ungas arenor. **Målgrupp: Ungdomar 13–19 år** **Sker i samverkan med barn- och utbildningsförvaltningen, kommunstyrelsens förvaltning och demokratiberedningen. Insatsen samordnas av kommunalt finansierad folkhälsostrateg.**	På kort sikt att fler unga ska vara delaktiga i samhället och få göra sina röster hörda i frågor som de tycker är viktiga, att skapa en ökad förståelse för prioriteringar, ökad kunskap om lokaldemokratin samt att främja relationer mellan ungdomar och makthavare. Makthavare får ökad kunskap och förståelse för vilka frågor som är viktiga för unga.	Utveckla former för att dialoger mellan unga och makthavare sker löpande och att frågor tillvaratas och följs upp av både makthavare och unga. Insatsen ska bygga på att unga driver planeringen av dialogerna, genomför dem och är med vid uppföljningen av dem. På detta vis arbetar kommunen fram former för att en bredd av unga ska ha möjlighet att engagera sig i lokalsamhället och i frågor som rör sitt eget liv.
Demokratigrupper för unga med funktionsnedsättning – löpande träffar under skoltid med fokus på delaktighet och inflytande i frågor som är viktiga för unga. **Målgrupp: Unga inom anpassade skolformer, 13–20 år.** **Sker i samverkan med barn- och utbildningsförvaltningen och funktionshinderrådet. Ytterligare förvaltningar och verksamheter utifrån behov. Insatsen samordnas av kommunalt finansierad folkhälsostrateg.**	På kort sikt syftar insatsen till att ungdomarna ska få ökad kunskap om demokrati, göra sina röster hörda och påverka i frågor som är viktiga för dem. Även att kommunen och funktionshinderorganisationer får aktuell kunskap om målgruppens behov.	Utveckla en plattform för unga med funktionsnedsättning att få ökad delaktighet och inflytande i frågor som rör deras liv och det lokala samhället. Utifrån den här plattformen kan ett förändringsarbete drivas som grundar sig i ungdomarnas behov och önskemål. Genom samarbete med funktionshinderrådet ta vara på kraften i och utveckla befintliga demokratiformer i kommunen. Dels ska konceptet på gymnasieskolan vidareutvecklas, dels ska konceptet startas upp på högstadieskolan.
Elevråd - Kartlägga och utveckla befintliga former av skoldemokrati.	På kort sikt syftar insatsen till att kommunen ska få ökad kunskap om aktuella behov kring ungas	Göra en förflyttning inom elevrådsarbetet på högstadieskolorna i kommunen genom att

Målgrupp: Unga 13–15 år primärt. Barn och unga 7–19 år sekundärt. **Sker i samverkan med barn- och utbildningsförvaltningen och Elevernas riksförbund. Insatsen samordnas av kommunalt finansierad folkhälsostrateg.**	engagemang på högstadieskolorna för att därutifrån bedriva ett utvecklingsarbete. Insatsen syftar även till att sänka trösklarna för att driva elevrådsarbete samt att främja ungas engagemang och möjligheter till delaktighet och inflytande. Skolan utgör en central och stor del av barn och ungas vardag, därmed är en fungerande skoldemokrati en viktig förutsättning för att unga ska känna tilltro och engagemang till demokratin i stort.	-ge elevrådsansvariga vuxna möjligheter till kunskapsutbyte -ungdomar inom elevråden utbildning i att bedriva elevråd - driva olika utvecklingsinsatser kopplat till elevrådsarbetet utifrån behov. Inom arbetet innefattas även att i större utsträckning göra elevråden till ”remissinstanser” för löpande utvecklingsarbete inom kommunen. Behov av utvecklingsarbete har även identifierats på låg- och mellanstadiet samt gymnasiet. Initialt utvecklingsarbete kan här komma att påbörjas.

4.4 God psykisk hälsa

Psykisk hälsa kan beskrivas som en tillgång eller resurs som gör det möjligt för människor att må bra och gör det möjligt för oss att uppnå vår fulla potential. Arbetet med att stärka den psykiska hälsan innebär både främjande och förebyggande arbete i hela befolkningen. Det kan innefatta insatser som både främjar psykiskt välbefinnande samt insatser som förebygger suicid.

Insats och målgrupp	Planerat/förväntat resultat	Strategi - vad är det vi vill förändra?
Suicidprevention **Exempel på aktiviteter är utbildningssatsningar i samband med Världsdagen för psykisk hälsa, MHFA, Livsviktiga snack i skolan. Folkhälsostrateg deltar i arbetsgrupp psykisk hälsa, Närvårdssamverkan.** **Målgrupp: Professionella och allmänheten**	På kort sikt identifieras fler personer i riskzonen och får hjälp i tid. Skolelever får ett tryggt forum att prata om känslor och mående, vilket stärker relationen mellan elever och vuxna samt ökar förmågan att uttrycka känslor. Detta bidrar till stärkt psykisk hälsa och resiliens, minskad suicidrisk och ett samhälle präglat av större öppenhet, kunskap och stöd kring psykisk ohälsa.	Minska antalet självmord och självmordsförsök genom att tidigt identifiera personer i riskzonen och stärka det förebyggande stödet i hela samhället. Vi vill förändra attityder, kunskap och beteenden kopplade till psykisk ohälsa och självmord — från tystnad och stigma till öppenhet, förståelse och handlingsberedskap. Arbetet ska bidra till att fler vågar prata om psykisk ohälsa, att professionella känner sig trygga i att agera vid oro,

Insats och målgrupp	Planerat/förväntat resultat	Strategi - vad är det vi vill förändra?
Sker i samverkan med: Närhälsan, SÄS, föreningar, samfund och berörda förvaltningar.		och att barn, unga och vuxna vet var de kan få hjälp. Målet är ett samhälle där fler mår bättre, där ingen lämnas ensam i psykisk kris och där det finns en gemensam beredskap att upptäcka och stötta i tid.
Dans för Hälsa är en forskningsbaserad och hälsoekonomiskt effektiv metod som kompletterar elevhälsans arbete med att stärka psykiskt välbefinnande hos unga. Metoden fokuserar på rörelseglädje och gemenskap. **Målgrupp: Flickor med lindrig till måttlig psykisk ohälsa, t.ex. stress, oro, nedstämdhet eller återkommande skolfrånvaro. Deltagandet sker frivilligt och på rekommendation av t.ex. skolsköterska, kurator eller annan elevhälsopersonal.** **Samverkande parter: Kulturskola, elevhälsa, ungas psykiska hälsa och ungdomsmottagning.**	Att stärka ungas psykiska välbefinnande och egenmakt genom rörelseglädje, gemenskap och kravlös fysisk aktivitet, med särskilt fokus på flickor 13 – 19 år. Ökad självskattad livskvalitet och minskad upplevd stress bland deltagarna. Minska psykisk ohälsa bland unga, i synnerhet flickor, genom att skapa ett stärkande sammanhang där de får uppleva rörelseglädje och socialt stöd. Öka närvaron i skolan hos deltagare som tidigare haft hög frånvaro kopplat till psykisk ohälsa, stress eller skoltrötthet. Stärka självkänsla och kroppsligt självförtroende, särskilt hos unga som upplever prestationspress eller låg fysisk aktivitet i övriga skoldagen.	Bidra till jämlik hälsa genom att erbjuda ett lågtröskelalternativ till traditionell idrott, där deltagande inte kräver tidigare erfarenhet eller prestation. Utveckla ett hållbart arbetssätt där skola, elevhälsa och fritid samverkar kring förebyggande psykisk hälsa på ett strukturerat sätt.

4.5 Hälsosamt åldrande

För ett hälsofrämjande, friskt åldrande är det betydelsefullt att kunna påverka sin tillvaro och sin livssituation. Att känna delaktighet i samhället och ha möjlighet till fysisk aktivitet ger förutsättningar till ökad fysisk, psykisk och kognitiv hälsa. Även social gemenskap bidrar i hög grad till åldrande med livskvalitet.

Insats och målgrupp	Planerat/förväntat resultat	Strategi - vad är det vi vill förändra?
Senior sport school Tematräffar med fokus på hälsa varvas med att prova på olika aktiviteter för att bryta isolering, ensamhet samt träffa nya vänner och få inspiration till hälsosammare vanor. **Målgrupp: Personer från 60 år och uppåt** **Sker i samverkan med; RF-SISU, föreningsliv, frivilligverksamheten och kultur- och fritidsförvaltningen.**	På kort sikt kan insatsen bidra till en minskad upplevd ensamhet, förbättrad kunskap om kost, motion och hälsa. Tillika en ökad motivation att fortsätta vara aktiv och en ökad känsla av sammanhang och mening. På lång sikt syftar insatsen till en förbättrad livskvalitet och välbefinnande genom att motverka ofrivillig ensamhet och social isolering. Vidare kan insatsen leda till en fördröjd eller förhindrad funktionsnedsättning, vilket i sin tur leder till minskade samhällskostnader kopplade till ohälsa. Insatsens vision är att uppmuntra till goda levnadsvanor, bidra till ett mer inkluderande föreningsliv för alla åldrar och ökad fysisk aktivitet hos äldre.	Genom insatsen vill vi förändra att många äldre riskerar att bli stillasittande, ensamma och mindre delaktiga i sociala sammanhang efter pensionering. Målet är att bryta social isolering, öka gemenskapen och stärka äldre personers fysiska, psykiska och sociala hälsa. Vi vill skapa fler möjligheter till meningsfulla möten, öka motivationen till rörelse och bidra till att hälsosamma vanor blir en naturlig del av vardagen. På samhällsnivå handlar det om att främja ett mer inkluderande och aktivt föreningsliv där äldre känner sig välkomna och delaktiga.
Hälsosamtal - projekt under 2026 Individuella, strukturerade hälsosamtal med syfte att identifiera äldre som upplever ofrivillig ensamhet samt att identifiera de eventuella hindren som personen upplever för att delta i sociala sammanhang. **Målgrupp: Personer 67 år och äldre, utan behovsprövad insats utöver trygghetslarm** **Sker i samverkan med: Socialförvaltningen, kultur- och fritidsförvaltningen**	På kort sikt förväntas insatsen leda till en ökad medvetenhet hos individen om den egna hälsan och livsstilen. Den ska även bidra till att målgruppen får bättre kännedom om de insatser och aktiviteter som finns att tillgå. Genom ökad tillgång till stöd i tid kan ensamhet minska, social delaktighet öka och den självupplevda livskvaliteten förbättras. På längre sikt förväntas insatsen bidra till en varaktigt förbättrad livskvalitet och ökad självständighet hos målgruppen. Detta kan i sin tur leda till ett fördröjt eller minskat behov av	Ett strukturerat hälsosamtal med fokus på individens förutsättningar kan ge enskilda som befinner sig i eller riskerar att befinna sig i social isolering en möjlighet att få introduceras till aktiviteter som känns meningsfulla och som främjar social gemenskap, samhörighet och delaktighet. Med insatsen vill vi skapa förutsättningar för ett hälsosamt åldrande.

	hemtjänst och särskilt boende, samt en minskning av vårdkonsumtion och sjukhusinläggningar. Sammantaget bidrar insatsen till ett mer jämlikt åldrande och minskade hälsoklyftor i befolkningen.	

5 Ekonomi

Ekonomisk redovisning (kr)

	BUDGET		UTFALL	
	DRN	**KOMMUN**	**DRN**	**KOMMUN**
INTÄKTER				
Ingående saldo från föregående år				
Årets medel enl. samverkansavtal folkhälsa	966 395	966 395		
Summa intäkter för årets insatser	966395	966395		
KOSTNADER				
Folkhälsostrateg, fördelas enligt följande:				
Lön (inkl. lönebikostnader)	400 000	297 224		
Omkostnader (ex. administration, utbildning, resor m.m.		30 500		
Summa kostnader för folkhälsostrateg	400000	327724		
Utvecklingsmedel fördelas enligt följande:				
Trygga och goda uppväxtvillkor inkl. fullföljda studier	191 195	82 871		
Levnadsvanor och närmiljö	100 000	261 000		
Tillit, inkludering och delaktighet	132 009	147 991		

God psykisk hälsa	50 000	60 000		
Hälsosamt åldrande	93 191	86 809		
Övriga kostnader t ex kopplat till folkhälsoråd, folkhälsopris, statistikunderlag eller liknande				
Summa kostnader för årets insatser inkl. kostnader för folkhälsostrateg	966395	966395		
ÅRETS RESULTAT (intäkter-kostnader)	0	0		
Varav överförs till kommande år				
Varav återbetalas till respektive part				