

KKR-Hovedstaden



# Fælles strategi for unges fysiske og mentale sundhed

– for kommunerne i Region Hovedstaden

---

# Sammen er vi stærkere

I foråret 2017 godkendte Region Hovedstadens 29 kommuner "KKR-mål for sundhed – Kommunernes fælles rolle på det somatiske og psykiatriske sundhedsområde i hovedstadsregionen". Denne strategi er et resultat af det mål, der omhandler "Bedre fysisk og mental sundhed hos de unge".

Formålet med KKR-målet om unges sundhed er, at kommunerne i Region Hovedstaden går sammen om at yde en bedre ind-

sats i forhold til de unges mentale og fysiske sundhed for på længere sigt at styrke de unges muligheder for at gennemføre en uddannelse og leve det liv, de gerne vil. For ved at stå sammen, står vi langt stærkere, når vi indbyder ungdomsuddannelserne til dialog og partnerskaber om sundhed, end hvis vi har 29 forskellige positioner.<sup>1</sup>

KKR-målet om unges sundhed understøtter ét af regeringens otte nationale mål for sundheds-

væsenet; nemlig målet om "flere sunde leveår", hvor udviklingen i middelelivetid og dagligrygere i befolkningen følges.

Denne strategi udgør en fælles strategi for fremme af fysisk og mental sundhed på tværs af kommunerne i Region Hovedstaden.

*Juni 2019*



# De største Sundhedsudfordringer

Det er i ungdomsårene, der skabes grobund for nye vaner og ny adfærd – en adfærd der ofte fastholdes ind i voksenlivet. Mange unge er sunde, trives godt og udvikler sig, som de skal. Men det er også i ungdomsårene, at mange eksperimenterer og har en risikabel sundhedsadfærd; blandt andet hvad angår alkohol, tobak og stoffer.

Derudover har der i de seneste år været en stigende opmærk-

somhed på betydningen af unges mentale sundhed – eller mangel på samme. Dårlig mental sundhed giver ikke bare ringere livskvalitet, men kan også forhindre unge i at gennemføre en uddannelse og komme i job.

Mental sundhed er en af de største udfordringer blandt unge. Hver femte ung angiver, at have dårlig mental sundhed, hvilket svarer til ca. 41.000 af Region Hovedstadens unge.

Danske unge drikker generelt langt mere alkohol end andre europæiske unge, og i Region Hovedstaden drikker de unge tilmed væsentligt mere end unge i resten af landet. Hver fjerde ung med et højt alkoholindtag i Region Hovedstaden vil gerne nedsætte sit forbrug; svarende til 10.500 unge.

Stoffer er også blevet en del af festkulturen blandt mange unge. Den eksperimentelle brug af stoffer toppe i 16-19

**Mental sundhed defineres som "en tilstand af trivsel, hvor individet kan udfolde sine evner, håndtere dagligdags udfordringer og stress samt indgå i fællesskaber" (WHO)**





---

års alderen, og de færreste starter med at tage stoffer, efter de er fyldt 20 år. I de senere år har der været en stigning i forbruget af hash, som er den mest udbredte udfordring. Mere end 250.000 unge i Region Hovedstaden har prøvet at ryge hash.

16 % af unge ryger cigaretter dagligt, og andelen er stigende.

80 % af rygerne starter, før de fylder 20 år. På erhvervsskoler ryger tre gange så mange elever dagligt i forhold til gymnasieelever; der er henholdsvis 37 % dagligrygere på erhvervsskolerne og 12 % på gymnasierne. Tre ud af fire unge dagligrygere i Region Hovedstaden ønsker at stoppe med at ryge. Det svarer til ca. 27.000 unge.

Generelt ses social ulighed med ophobning af sundhedsproblemer blandt unge, hvis forældre har en lav socioøkonomisk status. Der er derfor også forskel på de forskellige uddannelsessteder på, hvor udbredt sundhedsudfordringerne er blandt de unge.

Andelen, der har erfaringer med andre stoffer end hash, er højere blandt unge med forældre med kort uddannelse sammenlignet med unge med forældre med længerevarende uddannelse. For unges alkoholvaner forholder det sig omvendt. Unge af forældre med høj socioøkonomisk status drikker således hyppigere og større mængder af alkohol end unge i familier med lav socioøkonomisk status.



# Vision

Visionen for kommunerne i Region Hovedstaden er, at vi vil:

---

Styrke de unges muligheder i livet ved at fremme deres mentale sundhed samt mindske deres brug af alkohol, stoffer og tobak. Samtidig vil vi styrke organiseringen omkring de unges sundhed for sammen at være en stærkere partner for ungdomsuddannelserne i samarbejdet om at skabe sunde rammer på uddannelsesstederne.



---

# Sådan arbejder vi med unges fysiske og mentale sundhed på tværs af kommuner og ungdomsuddannelser

For at leve op til visionen bygger strategien på fire grundlæggende principper for måden, hvorpå kommunerne i KKR-Hovedstaden vil arbejde med at fremme unges fysiske og mentale sundhed. Principperne danner grundlaget for de konkrete indsatser, der igangsættes, og som beskrives i et særskilt inspirationskatalog.

## **Vi vil være en stærk samarbejdspartner**

De sundhedsmæssige udfordringer, som unge står med i dag, er så komplekse, at de ikke kan lø-

ses af en enkelt faggruppe eller inden for en enkelt forvaltning eller sektor. Mange af Region Hovedstadens kommuner samarbejder derfor allerede internt på tværs af fagområder og egne forvaltninger i kommunen for at styrke de unges sundhed.

For at blive en endnu stærkere partner for ungdomsuddannelserne vil de enkelte kommuner etablere de nødvendige fora for udveksling af viden om unges sundhed samt intern koordinering af tilbud og indsatser til

unge. En veletableret organisation i kommunerne på ungeområdet medvirker til at sikre en sammenhængende, helhedsorienteret og effektiv indsats og vil betyde, at kommunerne står som en stærkere samarbejdspartner for ungdomsuddannelserne.

## **Vi løfter i flok**

Unge mellem 15 og 25 år har hele hovedstadsregionen som deres hjemkommune. De skeler ikke til kommunegrænser, når de lever deres liv. Når vi vil gøre det lettere og mere attraktivt



### DE FIRE PRINCIPPER:

---

Vi vil være en stærk samarbejdspartner

Vi løfter i flok

Vi indbyder til partnerskaber med ungdomsuddannelserne

Vi arbejder med rammer og strukturer for at skabe større lighed i unges sundhed

for unge at leve sundere og tage ansvar for egen sundhed, må vi anskue unges sundhed som et fælles tværkommunalt ansvarsområde og løfte i flok.

Langt de fleste unge går på ungdomsuddannelser, som ikke er kommunale, og ofte ligger uden for den kommune, de bor i. Vi betragter derfor unge, der går på en ungdomsuddannelse inden for en given kommune-grænse, som kommunens egne unge. Det betyder eksempelvis, at kommunen indbyder til

samarbejde med ungdomsuddannelserne i kommunen uanset hvor stor en andel af ungdomsuddannelsens elever, der bor i kommunen. Sundhedsindsatser på ungdomsuddannelserne skal samtidig være tilgængelige for alle unge på uddannelsen uanset bopæl. Vi vil ligeledes arbejde for at etablere tværkommunale samarbejder omkring indsatser på ungdomsuddannelser, der har matrikler i flere kommuner. På den måde sikrer vi, at unge på en bestemt uddannelse får de samme indsatser, rammer

og muligheder – uanset hvilken kommune i Region Hovedstaden, den pågældende uddannelse er geografisk placeret i.

#### **Vi indbyder til partnerskaber med ungdomsuddannelserne**

Usunde vaner i relation til alkohol, stoffer, tobak og mental sundhed er særlig udbredt blandt unge. At forbedre unges sundhed handler ikke kun om at forebygge usunde vaner. De unges sundhedsvaner kan have stor betydning for, om de gennemfører en uddannelse. En



Med **STRUKTURELLE INDSATSER** forstås indsatser, hvor rammerne og omgivelserne indrettes, så de fremmer en sundere livsstil for de unge; fx via udarbejdelse af sundhedspolitikker eller indførelse af Røgfri Skoletid på ungdomsuddannelserne. Strukturel forebyggelse er den bedste metode til at nå alle borgere uanset social baggrund. Dermed mindsker vi den sociale ulighed i sundhed.



---

gennemført uddannelse er både afgørende for, hvordan de unge klarer sig senere i livet, og for hvordan deres sundhed bliver.

Når unge forlader folkeskolen, er de én af de borgergrupper, som er mindst i kontakt med kommunen. Dér hvor vi finder langt de fleste unge, er på ungdomsuddannelserne. Uddannelsesstederne er derfor en vigtig aktør at samarbejde og danne partnerskaber med, når vi vil styrke de unges muligheder for at gennemføre en uddannelse, fremme deres mentale sundhed,

forebygge rygning samt brug af stoffer og alkohol.

### **Vi arbejder med rammer og strukturer for at skabe større lighed i unges sundhed**

Der ses ofte en social gradient i sundhed, hvor de sociale vilkår, som de unge vokser op i, har stor betydning for deres sundhed og trivsel; herunder også om de gennemfører en ungdomsuddannelse.

Vi lægger vægt på at arbejde med strukturelle indsatser, der kan give unge de bedste vilkår, for at leve

en sund tilværelse. Det sunde valg, skal være det nemme valg i forhold til rygning, stoffer og alkohol, og unge skal ikke opleve mistrivsel i deres uddannelsesforløb.

I samarbejdet med ungdomsuddannelserne og i dialogen med Danske Gymnasier vil vi sætte fokus på at igangsætte strukturelle og flerstrengede sundhedsfremmende indsatser. For når vi arbejder målrettet på at skabe sundere rammer for alle, så fremmes sundheden for alle – og ikke kun for de få.





# Sådan gennemfører vi strategien

Kommunernes rolle i at gennemføre strategien er, at:

- Indlede samarbejde med ungdomsuddannelserne og indbyde til partnerskaber om unges mentale sundhed samt brug af alkohol, stoffer og tobak
- Lægge vægt på strukturelle indsatser i samarbejde med ungdomsuddannelserne
- Målrette kommunale indsatser til alle unge på ungdomsuddannelserne uanset hvor stor en andel, der kommer fra andre kommuner
- Etablere de nødvendige interne kommunale fora for udveksling af viden om unges sundhed og koordinering af sundhedsindsatser
- Danne tværkommunale samarbejder omkring ungdomsuddannelser, der har matrikler i flere kommuner
- Gå i dialog med Danske Gymnasier om at styrke unges fysiske og mentale sundhed

For at få strategiens vision og principper omsat til virkelighed, har vi udarbejdet et katalog med eksempler på konkrete indsatser inden for mental sundhed, alkohol, stoffer og tobak

[indsæt link til inspirationskatalog].

# KKR-Hovedstaden

