

Årsberättelse 2021

Folkhälsorådet

Hjo kommun/Västra Götalandsregionen



HJO

Strategiskt folkhälsoarbete i Hjo kommun

Folkhälsa är en strategisk politisk fråga för kommunen och Västra Götalandsregionen. Arbetet ska genomsyras av långsiktiga och prioriterade utvecklingsåtgärder beslutade av Folkhälsorådet, baserat på framtagna behovsbilder. Åtgärder ska inte ses som projekt, de ska utgöra stimulerande strategiska åtgärder som på sikt ger bättre hälsa för berörda individer och minskar samhällskostnader.

Samverkan med Västra Götalandsregionen

Folkhälsoarbete handlar om att med fokus på hälsofrämjande och förebyggande insatser åstadkomma en god och jämlik hälsa för hela befolkningen. Ett framgångsrikt folkhälsoarbete innebär samarbete och ansvarsfördelning mellan olika samhällssektorer, myndigheter och organisationer.

Grunden i det lokala folkhälsoarbetet är det avtal som slutits mellan Hjo kommun och Västra Götalandsregionens Östra hälso- och sjukvårdsnämnd. Avtalet syftar till att parterna gemensamt ska bedriva ett långsiktigt folkhälsoarbete på strategisk nivå där arbetet i första hand avser hälsofrämjande insatser.

Folkhälsorådet

Folkhälsorådet är ett samverkansorgan mellan Hjo kommun och Västra Götalandsregionen (VGR), Östra hälso- och sjukvårdsnämnden, i syfte att initiera, utveckla och samordna resurser för att främja en god hälsa för kommunens invånare.

Ledamöter:

Kommunstyrelsens 2:e vice ordförande,
Folkhälsorådets ordförande
Ledamot VGR, Östra hälso- och
sjukvårdsnämnden, *Folkhälsorådets vice*
ordförande
Ledamot VGR, Östra hälso- och
sjukvårdsnämnden

Ordförande allmänna utskottet
Ordförande barn- och ungdomsutskottet
Ordförande omvårdnadsutskottet
Ordförande tekniska utskottet
Ordförande byggnadsnämnden

Tjänstemän:

Kommundirektör
Folkhälsostrateg
Verksamhetschef Arbete och socialtjänst
Verksamhetschef Barn och utbildning
Verksamhetschef Kultur, turism och fritid

Verksamhetschef Samhällsbyggnad
Verksamhetschef Vård och omsorg
Klinikchef, Folk tandvården
Vårdcentralchef, Närhälsan
Vårdcentralchef, Hälsocentralen i Hjo AB

Folkhälsorådets beredningsgrupp

Beredningsgruppen består av Folkhälsorådets ordförande, vice ordförande, Kommundirektör samt Folkhälsostrateg. Gruppen har till uppgift att bereda ärenden till Folkhälsorådet samt ansvara för handläggning av löpande folkhälsoärenden.

Prioriteringar för folkhälsoarbetet i Hjo kommun 2021 och vad som gjorts inom respektive område

Folkhälsorådet har under åren 2021–2023 valt att prioritera nedanstående områden. Till dem listas de insatser och utvecklingsarbete som skett under 2021. Se bilaga för mer utförlig beskrivning och uppföljning av respektive punkt.

Goda uppväxtvillkor för barn och unga

- Fortsatt arbete i Skolnärvaroteamet.
- Utveckling av lokalt föräldraskapsstöd.
- Stöttning av tandborstning i förskolorna i samverkan med Folk tandvården.
- Utskick till nyblivna föräldrar under Coronapandemin.
- Genomförande av barn- och ungdomsdialoger kring fritid och inflytande.
- Utveckling av forum för ungdomsinflytande.

Goda levnadsvanor i alla åldrar

- Genomförande av Livsstilsveckan för åk 7.
- Utformning och uppstart av konceptet *Move Hjo!* – regelbunden gratis träning utomhus för allmänheten.
- Genomförande av *På egna ben*.
- Upprättande av Hälsoslingan Södra, med digital tipspromenad.
- Uppföljning och revidering av, samt arbete enligt *Handlingsplan för drogförebyggande arbete i Hjo kommun*.
- Stöttning av *Trivselledarprogrammet* i samtliga 1–6 skolenheter.
- Inköp av boken *Hjärnstark Junior* till Guldkroksskolan 4-6.

Gott psykiskt välbefinnande

- Samverkan med Försäkringskassan och primärvård i arbete mot personer sjukskrivna för psykisk ohälsa.
- Framtagande av *Lokal aktivitetsplan för psykisk hälsa och suicidprevention i Hjo* samt arbete med utvecklingsinsatser i den.
- Genomförande av ljusmanifestation på suicidpreventiva dagen tillsammans med Suicide Zero.

Åldrande med livskvalité

- Organisering av utskick till alla seniorer över 70 år i Hjo, inklusive en enkätundersökning.
- Framtagande av aktivitetskatalog för seniorer i Hjo.
- Stöttning av seniorkören After Work.
- Genomförande av Senior Sport School.
- Ekonomisk stöttning av lastcykel till äldreboende.

Övrigt

- Vision- och målöversyn med koppling till Agenda 2030.

Uppföljning av indikatorer

Till varje prioriterat område har indikatorer valts ut att följa upp, dessa redovisas nedan.

Goda uppväxtvillkor för barn och unga

Andel 4-åringar med övervikt eller fetma.

	2017	2018	2019	2020	2021
Hjo	10 %	21 %	18 %	15 %	
VGR	11 %	11 %	12 %	12 %	

Källa: Centrala barnhälsovården, Västra Götalandsregionen

Andel kariesfria 6-åringar

	2019	2020	2021
Hjo - totalt	88 %	95 %	88 %
VGR - totalt	78 %	80 %	80 %

Källa: Folk tandvården i Hjo.

Elever i årskurs 5 som känner sig trygga i skolan, indexvärde (0–10, ju högre desto bättre).

Hjo genomförde inte Skolenkäten 2021.

	VT18	VT20	VT21
Hjo - Tjejer	7,8	8,5	-
Hjo - killar	7,7	8,7	-
Hjo - totalt	7,7	8,6	-
Samtliga medverkande skolenheter - tjejer	7,8	7,7	8
Samtliga medverkande skolenheter - killar	8,2	8,2	8,5
Samtliga medverkande skolenheter - totalt	8	7,9	8,2

Källa: Skolinspektionen, skolenkäten.

Andel elever i årskurs 9 med behörighet till gymnasieskolans yrkesprogram.

	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Tjejer	88 %	91 %	85 %	90 %	96 %	86 %
Killar	93 %	88 %	86 %	79 %	86 %	78 %
Totalt	91 %	90 %	85 %	83 %	91 %	82 %

Källa: SCB och Skolverket

Andel barn 13–16 år som känner sig ganska nöjda eller mycket nöjda med livet som helhet.

	2020	2023
Tjejer	84,1 %	
Killar	90,3 %	
Totalt	87 %	

Källa: LUPP-rapporten (Lokal uppföljning av ungdomspolitiken)

Gymnasieelever med examen inom fyra år.

	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Tjejer	73 %	88 %	88 %	80 %	69 %	70 %
Killar	64 %	74 %	79 %	73 %	75 %	79 %
Totalt	69 %	81 %	84 %	76 %	69 %	75 %

Källa: SCB

Goda levnadsvanor i alla åldrar

Invånare 16–84 år som är fysiskt aktiva minst 150 minuter/vecka.

	2018	2020	2022
Kvinnor	63 %	-	
Män	64 %	-	
Totalt	64 %	63 %	

Källa: Folkhälsomyndigheten, Hälsa på lika villkor

Andel rökare i på högstadiet.

	2020	2023
Tjejer	10,6 %	
Killar	11 %	
Totalt	10,7 %	

Källa: LUPP-rapporten (Lokal uppföljning av ungdomspolitiken)

Andel elever på högstadiet med narkotikaerfarenhet.

	2020	2023
Tjejer	1,8 %	
Killar	4 %	
Totalt	2,7 %	

Källa: LUPP-rapporten (Lokal uppföljning av ungdomspolitiken)

Gott psykiskt välbefinnande

Andel invånare 16–84 år med självmordstankar senaste året.

	2011	2015	2018	2020	2022
Kvinnor	5 %	4 %	5 %	-	
Män	5 %	4 %	3 %	-	
Totalt	5 %	4 %	4 %	5 %	

Källa: Folkhälsomyndigheten, Hälsa på lika villkor

Andel invånare 16–84 år med nedsatt psykiskt välbefinnande.

	2011	2015	2018	2020
Kvinnor	12 %	15 %	20 %	-
Män	10 %	9 %	10 %	-
Totalt	11 %	12 %	15 %	(data ej tillgänglig)

Källa: Folkhälsomyndigheten, Hälsa på lika villkor

Andel invånare 16–84 år som saknar emotionellt stöd.

	2018	2020	2022
Kvinnor	7 %	10 %	
Män	13 %	16 %	
Totalt	10 %	13 %	

Källa: Folkhälsomyndigheten, Hälsa på lika villkor

Andel barn 13–16 år som mer än en gång i veckan känner sig nedstämd.

	2020	2023
Kvinnor	39 %	
Män	20 %	
Totalt	30 %	

Källa: LUPP-rapporten (Lokal uppföljning av ungdomspolitiken)

Åldrande med livskvalité

Andel seniorer med hemtjänst respektive boende på särskilt boende som besväras av ensamhet.

		2017	2018	2019	2020	2021	2022
Hemtjänst	Kvinnor	62 %	59 %	57 %	52 %	-	
	Män	40 %	50 %	50 %	48 %	-	
	Totalt	53 %	56 %	54 %	50 %	-	
SÄBO	Kvinnor	-	58 %	70 %	51 %	-	
	Män	-	50 %	67 %	46 %	-	
	Totalt	-	54 %	34 %	48 %	-	

Källa: Socialstyrelsen, Undersökningen av äldres uppfattning av kvaliteten i hemtjänst och äldreboende.

Andel seniorer med hemtjänst respektive boende på särskilt boende som uppger gott eller mycket gott hälsotillstånd.

		2017	2018	2019	2020	2021	2022
Hemtjänst	Kvinnor	35 %	27 %	23 %	33 %	-	
	Män	30 %	36 %	33 %	35 %	-	
	Totalt	33 %	31 %	27 %	34 %	-	
SÄBO	Kvinnor	-	38 %	39 %	33 %	-	
	Män	-	36 %	19 %	29 %	-	
	Totalt	-	37 %	29 %	31 %	-	

Källa: Socialstyrelsen, Undersökningen av äldres uppfattning av kvaliteten i hemtjänst och äldreboende.

Antal aktiva studiecirklar för seniorer under 2021.

- **Studiefrämjandet:** En cirkel med 8 deltagare i.
- **Studieförbundet vuxenskolan:** Inga studiecirklar p.g.a. pandemi samt bristande intresse (dock musik på äldreboendes bakgård samt *Torsdagsmys* – digital underhållning via Zoom på torsdagar).
- **ABF:** 18 cirklar (varav två på våren och resten hösten) med ca 60–70 deltagare.

Antal deltagartillfällen i Rödingens organiserade aktiviteter.

Underlaget gör det omöjligt att få en exakt siffra jämförbar över tid. Därför har en enklare sammanställning gjorts vilken redovisar typ av aktivitet, antal tillfällen och genomsnittsdeltagande, vilket uppges ifall det är uppskattat eller exakt.

Typ av aktivitet	Antal tillfällen	Genomsnittsdeltagande	Uppskattat	Exakt
Rolig halvtimme	7	8 pers.		X
Sittgympa & Starkare Hjo	19	4 pers.		X
Anhörigträffar	8	5 pers.		X
Hjo faller ej	36	8 pers.	X	
Äntligen måndag	12	9 pers.	X	
Trivselkväll	2	32 pers.		X
Bingokväll	3	11 pers.	X	
Gympa i Korsberga	5	8 pers.	X	

Källa: Seniorcoacher på Rödingen.

Ekonomisk uppföljning

Folkhälsorådets budget samfinansieras av Hjo kommun och Västra Götalandsregionen med femton kronor per kommuninvånare och huvudman. Intäkterna är beräknade på Hjo kommuns folkmängd i december 2016 vilken var 9 048 st. invånare.

Intäkter

Hjo kommun	135 720 kr
Västra Götalandsregionen, Östra hälso- och sjukvårdsnämnden	135 720 kr
Summa	271 440 kr

Kostnader

Goda uppväxtvillkor för barn och unga	8 000 kr
Goda levnadsvanor i alla åldrar	175 401 kr
Gott psykiskt välbefinnande	0 kr
Åldrande med livskvalité	70 820 kr
Övrigt	934 kr
Summa	255 155 kr

Överblivna medel (16 285 kr) betalas tillbaka till Östra hälso- och sjukvårdsnämnden samt Hjo kommun, hälften var.

Bilaga till Folkhälsorådets årsberättelse 2021

Nedan följer mer information om respektive insats/arbete som är listad i årsberättelsen.

Goda uppväxtvillkor för barn och unga

Fortsatt arbete i Skolnärvaroteamet.

Arbetet i Skolnärvaroteamet löper på enligt nytt arbetssätt som implementerades föregående år, vilket fungerar bra hittills. Just nu är fyra elever aktuella för Skolnärvaroteam, vilket är en minskning från föregående år och främst beror på ej förnyade samtycken, flytt av elev till annan kommun eller att insats från socialtjänsten ej är aktuellt längre. Pandemin tycks ha haft både positiva och negativa konsekvenser på problematisk skolfrånvaro, men mest negativa. Studio Ludum har övergått från att vara ett forskningsprojekt till att bli ett företag, vilket gjort att Hjo ej har kvar den möjligheten längre.

Utveckling av lokalt föräldraskapsstöd – vårdnadshavare till små barn.

Ett omtag har tagits kring utveckling av det lokala föräldraskapsstödet i Hjo. Detta har sin grund i kartläggning av befintliga insatser, omvärldsbevakning, informationshämtning från myndigheter, dialog med familjecentralspersonal, inlyssnande hos förskolepedagoger samt en enkätundersökning hos småbarnsföräldrar i Hjo (kontakta folkhälsostateg för att läsa rapporten). Fokus har varit kring familjecentralen och samverkan med förskola. Förutsättningar har tyvärr saknats för en ny större insats, men följande har ändå kunnat ske:

- Förskolan ska regelbundet bjuda in företrädare från familjecentralen till föräldramöten, så att dessa kan informera om befintligt föräldraskapsstöd och initiera en relation till vårdnadshavarna (har dock inte kunnat ske ännu p.g.a. pandemin).
- Informationsmaterial om befintligt föräldraskapsstöd har utformats, både för analog och digital spridning ute på förskolorna. Tillsammans med kommunikationsstrateg har även informationen om föräldraskapsstöd på kommunhemsidan förbättras och uppdaterats.
- Föräldraskapskursen ABC (Alla Barn i Centrum) finns nu i digital version, vilket öppnar upp för fler möjligheter för vårdnadshavare att delta.

Utveckling av lokalt föräldraskapsstöd – vårdnadshavare till tonåringar.

Tillsammans med Elevhälsan har ett nytt koncept tagits fram som heter *Viktiga vuxna i Hjo – föräldraskap och vuxenskap 2.0*. Konceptet är en webinarieriserie med huvudmålgrupp föräldrar till tonårsbarn. Konceptet har föregåtts av en behovsinventering hos föräldrar (där 82 % angav intresse) och det utvecklas och utvärderas kontinuerligt, med stöttning av kommunalförbundet och forskare Camilla Pettersson. Hittills har tre tillfällen hållits, ett om ungdomars nätvanor och sociala medier, ett om hur man som vuxen kan stötta i skolarbetet samt ett om den turbulenta tonårstiden och hur man som vuxen kan hantera den. Dessa tillfällen har haft totalt minst 97 deltagare (vissa sitter flera vid samma skärm), samtliga som svarat på utvärderingarna har känt att de kommer att ha nytta av innehållet i webinariumen. Konceptet har blivit uppmärksammat på Skaraborgsnivå och sprids som gott exempel.

Stöttning av tandborstning i förskolorna i samverkan med Folk tandvården.

I samverkan med Folk tandvården har Folkhälsorådet stöttat tandborstning i de kommunala förskolorna. Detta har kunnat ske trots Corona, dock med extra försiktighetsåtgärder vilket innebär att tandborstar ej har använts utan att barnen har fått tandkräm via teskedar.

Utskick till nyblivna föräldrar under Coronapandemin.

I samverkan mellan familjecentralen Arken och Närhälsans barnhälsovård formulerades ett utskick per post till alla nyblivna föräldrar under 2020 i Hjo. Detta med anledning av Coronapandemin som gjort att föräldraskapsstöd ställts in och ställts om. Utskicket innehöll en uppmuntrande text, information om tillgängligt stöd och aktiviteter, samt kontaktuppgifter till personal på familjecentralen. Utskicket gick till ca 20 hushåll och den respons som inkom var enbart positiv.

Barn- och ungdomsdialoger kring fritid och inflytande.

En arbetsgrupp bestående av personal från skola, kulturskola och fritid (samt ytterligare från elevhälsa och Leader Östra Skaraborg) formulerade frågor och planerade och utförde dialoger med elever från mellanstadiet (tre klasser), högstadiet (två fokusgrupper) och gymnasiet (en elev). Ämnena berörde främst utveckling av den öppna fritidsverksamheten i Hjo samt barn- och ungdomsinflytande generellt i kommunen. Detta resulterade i en rapport, kontakta folkhälsosstrateg för att läsa den. Underlaget har tagits tillvara på inom fritid som utvecklat sin öppna fritidsverksamhet.

Utveckling av forum för ungdomsinflytande.

I samverkan med kansli har ett årshjul tagits fram som specificerar tidpunkter och plats för högstadieelever och politiker att träffas och diskutera olika frågor, via elevråd och politiska sammanträden. Dock har inte strukturerade dialoger skett än då Corona-pandemin ej tillåtit detta, men arbetet är initierat och kan förhoppningsvis dra igång 2022.

Goda levnadsvanor i alla åldrar

Genomförande av Livsstilsveckan för åk 7.

I samverkan med Elevhälsa hölls för andra året i rad Livsstilsveckan för alla årskurs 7 elever, vecka 20. Även detta år blev innehållet något begränsat på grund av Coronapandemin. Veckan innehöll en rörelseutmaning där eleverna fick bära rörelsemätare måndag-torsdag med målet om att nå upp till rekommendationerna om fysisk aktivitet (minst 60 min/dag), en pedagogisk frukost, en digital föreläsning med Mia Börjesson riktad till eleverna samt en till föräldrarna och en tipspromenad med hälsofrågor. Eleverna klarade av rörelseutmaningen och fick välja ut ett pris som innefattar rörelse, vilket blev ett Teqballbord.

Utformning och uppstart av konceptet Move Hjo! – regelbunden gratis träning för allmänheten.

Tillsammans med fritidssamordnaren har konceptet *Move Hjo!* utformats och implementerats. Det handlar om att erbjuda allmänheten gratis träningspass utomhus på en bestämd veckodag, tid och plats. Samverkan sker med lokala föreningar, privatpersoner och andra träningsaktörer som frivilligt och utan ersättning håller i pass. *Move Hjo!* fick vänta lite

på grund av Coronarestriktioner men kunde dra igång 8:e juni. Intresset och mottagandet var gott i början (under vår/sommar), med ca 20–30 deltagare per pass. När hösten kom sviktade deltagarantalet till 3–9 personer per gång, vissa gånger vid dåligt väder 0 deltagare. *Move Hjo!* tog därför paus under vintern och tanken är starta upp till våren igen för att se om deltagarantalet ökar. Totalt hölls 18 st. pass som besöktes av 182 deltagare.

Genomförande av utmaningen *På egna ben*.

Tillsammans med Hållbarhets- och kvalitetsstrateg genomfördes HT 2021 utmaningen [På egna ben](#), vilken handlar om att uppmuntra mellanstadieklassare att ta sig till skolan på aktivt sätt. Sex klasser deltog, tre från Hammarnskolan respektive Guldkroksskolan. Utvärderingen blev inte så omfattande då svarsfrekvensen på post-enkäten var låg samt att enbart hälften av lärarna besvarade utvärderingsenkäten, men utifrån det som inkommit var alla lärare nöjda med utmaningen och tyckte att övningarna som genomfördes var bra. Dock tycks inte *På egna ben* ha påverkat elevernas resvanor i någon större utsträckning på kort sikt. Då innehållet i *På egna ben* har starka kopplingar till läroplanen är tanken att 2022 involvera samtliga mellanstadieklasser i utmaningen.

Upprättande av Hälsoslingan Södra, med digital tipspromenad.

Då Hälsoslingan i norra delen av Hjo blivit mycket uppskattad, samt att önskemål från idrottslärare på Guldkroksskolan inkommit om en slinga i anslutning i Guldkrokshallen, upprättades en till Hälsoslinga i södra delen av Hjo. Den är 2,5 km lång och innefattar en digital tipspromenad, Xrundan, precis som Hälsoslingan i norr. Mer information och karta med sträckning finns [HÄR](#). Att döma av statistik från Xrundan är den södra slingan mer populär än den norra hittills. Under jullovet upprättades en egen frågesport med Hjo-tema och utlottning av Hjo-presentkort, i samverkan med fritidsutvecklare. Xrundan har även marknadsförts via *Move Hjo!* (dock deltog ingen pga. regn) samt specifikt tillfälle på Rödingen att ge seniorer hjälp med att komma igång med appen (dock deltog bara en person). Totalt under året har 1 752 deltagartillfällen registrerats (då kan en person ha gått flera gånger), som minst var det 93 deltagartillfällen i juli och som mest 201 deltagartillfällen i mars. Jämfört med andra kommuner (andel deltagartillfällen utifrån befolkningens mängd) står sig Hjo väl och ligger oftast i topp 3 av 27 kommuner totalt. Könsfördelningen är hyfsat jämn med något fler kvinnor som deltar och den största åldersgruppen bland deltagarna är medelålder.

Uppföljning och revidering av, samt arbete enligt *Handlingsplan för drogförebyggande arbete i Hjo kommun*.

Handlingsplanen för drogförebyggande arbete har följts upp och reviderats. Kontakta folkhälsostateg för att ta del av uppföljningen, den reviderade handlingsplanen finns [HÄR](#). Några av utvecklingsinsatserna som arbetats med utifrån handlingsplanen är:

- Implementering av gruppverksamhet kring alkohol och tobak för årskurs 7 (i samverkan med Elevhälsa).
- Framtagande av ANDT-årshjul för Lilla BRÅ. Dock har beslut fattats att lägga ned Lilla BRÅ varför det inte är aktuellt längre.
- Material kring alkohol har tagits fram, tillsammans med elevhälsa och förstelärare, för föräldramöten på högstadiet

Utöver det som specificeras i handlingsplanen har Folkhälsorådet under året stöttat socialtjänsten finansiellt till utbildningen CRAFT, som handlar om anhörigstöd till personer med skadligt bruk.

Stöttning av Trivselledarprogrammet.

Under året har *Trivselledarprogrammet* på kommunens alla 1–6 skolenheter löpt på enligt plan. Utbildningsdagar har anordnats och extra material till rastlekarna har köpts in. Inför öppnandet av Estrid Ericssonskolan har även den skolan anmälts och lagts till i avtalet. Uppfattningen är att *Trivselledarprogrammet* fungerar väl ute på skolorna. Ett samarbete med stunderer på Högskolan i Skövde är inlett för att utvärdera programmet under 2022.

Inköp av boken *Hjärnstark Junior* till Guldkroksskolan.

Folkhälsorådet har bekostat inköp av klassuppsättningar av boken *Hjärnstark Junior* (skriven av Anders Hansen) som handlar om hur fysisk aktivitet påverkar hjärnan, mående, sömn mm. Syftet för pedagogerna är att tillsammans med eleverna arbeta kring boken och diskutera dess innehåll för att öka medvetandet och förståelsen kring dessa frågor. Tyvärr har pandemi och distansundervisning gjort att detta arbete inte kunnat ske under året, men planen är att starta upp så fort det blir möjligt.

Gott psykiskt välbefinnande

Samverkan med Försäkringskassan och primärvård i fokuserat arbete mot personer sjukskrivna för psykisk ohälsa.

I Hjo finns en samverkansgrupp med kommun (personalchef), primärvård och Försäkringskassa. Under året har tre möten hållits där bland annat läget kring sjukskrivningar i kommunen följts, information mellan parterna har delats för ökad förståelse och bättre förutsättningar för samverkan, samt att övergripande frågor kopplat till sjukskrivningar diskuterats. En fråga har varit att få till någon sorts kvalitativ analys av sjukskrivningarna i Hjo, för att få en bild över grundorsaker till sjukskrivningar. Detta har tyvärr inte gått att få till stånd. Enligt senaste statistiken från Försäkringskassan (februari 2022) har sjukpenningtalet legat stabilt under året 2021 och Hjo som bosättningsort ligger nu under Skaraborgsgenomsnittet. Dock ligger Hjo fortfarande dåligt till vad gäller längden på sjukskrivningar, och en hög andel av dem beror på psykisk ohälsa. En hög andel av de som söker sjukpenning är arbetslösa. I kommunen finns två insatser för sjukskrivna med behov av extra stöd, [Promise Hjo](#) samt [Cresco Create](#).

Framtagande av Lokal aktivitetsplan för psykisk hälsa och suicidprevention i Hjo samt arbete med utvecklingsinsatser i den.

En kommunövergripande handlingsplan, kallad aktivitetsplan, för psykisk hälsa och suicidprevention i Hjo har tagits fram. Den utgår från de politiskt antagna regionala handlingsplanerna för psykisk hälsa och suicidprevention i Västra Götaland. Aktivitetsplanen fastställdes i kommunledningsgruppen 2:a februari 2021, läs den [HÄR](#). Några av utvecklingsinsatserna som arbetats med under året är följande:

- Tillsammans med kommunikationsstrateg förbättrat information om psykisk mående och första linjen på kommunhemsidan, utifrån målgrupp (se [HÄR](#)).

- Fortsatt stötta skola/elevhälsa i YAM – *Youth aware of mental health* för alla årskurs 8-elever. Även inlett dialog med Karlsborg och Tibro för att kunna upprätta ett HjoTiBorg-samarbete under 2022.
- I samverkan med personalenheten tagit fram material om psykiskt mående till APT. Tanken är att alla chefer ska genomföra den del av materialet de anser mest relevant för sin personalgrupp någon gång under året. Se mer [HÄR](#).
- Tillsammans med organisationen Suicide Zero har den digitala utbildningen *Livsviktiga snack* erbjudits till alla föräldrar eller andra vuxna som kommer i kontakt med barn i åldern 9–12 år. Den handlar om vikten av att lära barn att uttrycka hur de mår, och hur man kan prata med dem om känslor. Forskning har visat att barn som kan uttrycka sitt mående/känslor även mår bättre psykiskt. 54 stycken personer deltog i utbildningen och i slutet öppnades upp för en diskussion med och frågor till kuratorer från elevhälsan, vilket var mycket givande.
- Tillsammans med organisationen Suicide Zero har den digitala utbildningen *Våga fråga* erbjudits till allmänheten över 18 år i Hjo. Utbildningen går igenom fakta och myter om självmord, vilken av att vara uppmärksam på livsomställningar hos människor i vår närhet, och lär deltagarna att känna igen varningstecken på när psykisk ohälsa kan uppstå och hur man kan stötta som medmänniska. 19 stycken personer deltog i utbildningen och i slutet öppnades det upp för en diskussion med och frågor till kurator från Närhälsan i Hjo. Kommunalförbundet har även erbjudit öppna *Våga fråga*-utbildningar för alla medborgare i Skaraborg under hösten, vilket kommunen varit med och marknadsfört/spridit.

Genomförande av ljusmanifestation på suicidpreventiva dagen tillsammans med Suicide Zero

I samverkan med volontär från Suicide Zero har en ljusmanifestation genomförts på suicidpreventiva dagen. Ljus i formen av 1441 tändes på stora torget i Hjo för att uppmärksamma de som tagit sitt liv under 2020 samt arbetet med att förebygga suicid. Kyrkan höll öppet och spelade musik. Ca 20–30 personer gick förbi och interagerade med ljusmanifestationen genom att stå stilla och betrakta, prata med pastor eller volontär från Suicide Zero eller tända ljus.

Åldrande med livskvalité

Organisering av utskick till alla seniorer över 70 år i Hjo, inklusive en enkätundersökning.

I april gjordes ett stort utskick per post till samtliga seniorer över 70 år i Hjo. I utskicket fanns ett brev apropå Coronapandemin, med uppmuntrande text och information om användbara hemsidor och telefonlinjer, samt kontaktuppgifter till anhörigsamordnare samt frivilligsamordnare på Rödingen. Utskicket utformades tillsammans med flera aktörer i Hjo; Röda Korset, Studieförbundet, Studieförbundet Vuxenskolan, ABF, PRO, SPF, RPG, Svenska kyrkan i Hjo och Pingstkyrkan i Hjo.

I utskicket inkluderades även en enkätundersökning som kunde besvaras analogt med svarskuvert eller digitalt via länk. Undersökningen frågade om fritidsutbudet i Hjo, ofrivillig

ensamhet, regelbunden användning av digitala verktyg samt en öppen fråga. Svarefrekvensen var 58 %, vilket anses som högt, och underlaget arbetas vidare med både inom kommunen och hos de samarbetsaktörer som nämndes i stycket ovan. Rapporten kan läsas [HÄR](#), den har spridits via hemsidan, Hjo Tidning, internt i kommunen, till samarbetspartners samt i en öppen presentation och workshop för allmänheten på Rödingen.

Framtagande av aktivitetskatalog för seniorer i Hjo.

Tillsammans med fritidssamordnare och externa aktörer har en aktivitetsinventering av aktiviteter som seniorer kan delta på i kommunen gjorts. Detta har sedan sammanställts i en SeniHjorkatalog både [digitalt](#) och analogt. Syftet är att framhålla och tillgängliggöra aktivitetsutbudet i Hjo så att alla seniorer som vill enkelt ska kunna hitta ett socialt sammanhang och få en meningsfull fritid – vilket bidrar till minskad ofrivillig ensamhet och bättre hälsa. Katalogen har spridits brett genom exempelvis Närhälsan, Kupan (Röda Korsets mötesplats), Kulturkvarteret, Rödingen, utdelning på julmarknaden, mm. Den respons som inkommit har enbart varit positiv.

Stöttning av seniorkören After Work.

Under hösten har seniorkören After Work kunnat starta upp igen. De har träffats 12 gånger, varav en har varit ett framträdande (på Lions levande julkalender, utomhus). Kören har inte kunnat framträda på äldreboenden på grund av besöksförbud i och med Coronapandemin. Antal deltagare har varit ca 20 st. per gång, majoriteten kvinnor. Äldsta deltagaren är 89 år. Deltagarna uppskattar kören och tycker att den är på en lagom nivå. Utöver själva sjungandet är den sociala samvaron viktig och kören når en målgrupp som inte är så aktiva annars. En av seniorcoacherna har varit med under flera av tillfällena och då kunnat marknadsföra Rödingens utbud vilket lockat en del dit.

Genomförande av Senior Sport School.

Under hösten 2021 genomfördes Senior Sport School i samverkan med fritidsutvecklare, RF SISU, det lokala föreningslivet i Hjo samt andra träningsaktörer. Det innebar en 12 veckors ”skola” för seniorer i Hjo där de fick testa på olika fysiska aktiviteter samt ha teoretiska pass om exempelvis kost, hjärt- lunggräddning, skadeförebyggande mm. Utvärderingen visade att de 16 personer som deltog i skolan var mycket nöjda och tycker att det är en bra satsning, deltagandet på alla aktiviteter högt, majoriteten svarade att de kommer att fortsätta med någon av aktiviteterna och över 90 % uppgav att de fått en ökad motivation och kunskap om en hälsosammare livsstil. Förutom att lära sig mer om hälsa och få testa på olika fysiska aktiviteter var den sociala samvaron viktig och något som medlemmarna fortsatt med i efterhand då de ses regelbundet i egen regi. 87 % uppgav att de fått ett större socialt kontaktnät via Senior Sport School.

Ekonomisk stöttning av lastcykel till äldreboende.

I samverkan med Kvalitets- och hållbarhetsstrateg och Röda Korset i Hjo har en lastcykel köpts in för att kunna användas på Villa Rosell och Sjöryd, två av kommunens äldreboenden. Cykeln, som är eldriven, erbjuder sittplats i fram med sufflett som skyddar för vind och sol. Tack vare cykeln kan seniorer med begränsad mobilitet komma ut på en aktivitet utanför boendet och få uppleva vind i håret samt intryck från omgivningarna. Forskning visar att detta

har positiva hälsoeffekter på äldre. Det har tagit tid att få på plats ett digitalt bokningssystem som kan användas av flera boenden, men sedan en tid tillbaka är detta i bruk tillsammans med en rutin för bokning och en säkerhetsinstruktion. Cykelansvarig på boendet går alltid igenom instruktionen och "övningskör" cykeln med de medarbetare som kommer att använda cykeln tillsammans med de boende. Allt för att höja säkerheten! Planen är att göra ett omtag till våren 2022 genom att introducera fler medarbetare i cykelns handhavande samt eventuellt komplettera med en volontär som kan ta med de äldre ut på cykelturer när det passar.

Övrigt

Vision- och målöversyn med koppling till Agenda 2030

I kommunen pågår en vision- och målöversyn med tydlig koppling till Agenda 2030. Detta har stor bäring på folkhälsoarbetet framförallt genom den sociala hållbarhetsdimensionen. På grund av Coronapandemin har arbetet med medborgardialoger pausats under året, dock har uppdatering av Hållbarhetsrapporten kunnat göras samt att en förmiddag med Glokala Sverige genomförts. Den förmiddagen innehöll en föreläsning av Jonas Frykman om Agenda 2030 globalt, nationellt och kopplingen till regioner och kommuner, samt föredrag från Hållbarhets- och kvalitetstrateg om Hjos lokala lägesbild utifrån Agenda 2030 samt en redovisning av resultatet av medborgar- och medarbetardialogerna hittills. Målgruppen var alla chefer i Hjo kommun samt politiker från Kommunstyrelsen. Efter föreläsningen och föredragen fick deltagarna arbeta i workshops och diskutera hållbarhetsutmaningar och -möjligheter för Hjo. Saker som lyftes fram kopplat till social hållbarhet var framförallt psykisk ohälsa, men även delaktighet från medborgare, jämställdhet, pojkars skolresultat, föräldrastöd, tidiga insatser för barn samt övervikt och fetma hos barn.