

VERKSAMHETSPLAN DELREGIONALT FOLKHÄLSOARBETE 2026

BAKGRUND

Samverkansavtal mellan Delregional nämnd östra och Skaraborgs Kommunalförbund, avseende delregionalt folkhälsoarbete i Skaraborg för perioden 2024–2025 reglerar samverkan i form av koordinering, utveckling och uppföljning av delregionala folkhälsoinsatser. Avtalet förlängs automatiskt med två år om ingen part säger upp det och så har inte skett. Baserat på gemensamma styrdokument och för att kraftsamla folkhälsoarbetet i Skaraborg finns en gemensam målbild som komplement till samverkansavtalet. Prioriterade områden är god psykisk hälsa, hälsosamma levnadsvanor samt en jämlik och jämställd hälsa.

GOD PSYKISK HÄLSA

I den nationella folkhälsoenkäten 2024 uppgav 85 % av befolkningen och 86 % av Skaraborgarna att de har ett gott psykiskt välbefinnande. Samtidigt är det allt fler som uppger att de har återkommande psykiska besvär och i Skaraborg har andelen ökat från 31% till 42% sedan 2018. Psykiska besvär bland barn, ungdomar och unga vuxna tycks ha ökat framför allt under de senaste tio åren i Sverige och i Skaraborg är andelen kvinnor i ålder 16-29 som rapporterar svåra besvär av ångslan, oro och/eller ångest runt 30%. I en behovsprioritering kring psykisk hälsa som Skaraborgs Kommunalförbund gjorde i 18 nätverk i Skaraborg framkom att man vill prioritera främjande insatser för barn och unga. Man lyfter också behov av att stärka föräldraskapet.

Ungas hälsa

Ofrivillig ensamhet är ett ökande problem i alla åldrar men unga/unga vuxna känner sig oftare ensamma än äldre visar flera studier. I droganeundersökningen-CAN 2025 framgår att över 60% av Skaraborgs flickor i åk 9 och 2:an på gymnasiet känt sig ensamma minst en gång i veckan jämfört med andelen pojkar som är runt 40%. Nationellt beskriver flera studier att unga män rapporterar högre grad av upplevd ensamhet jämfört med unga kvinnor.

Arbete mot ofrivillig ensamhet bland äldre har utvecklats i Skaraborg de senaste åren men är inte lika utvecklat gällande yngre målgrupper.

Det planerade arbetet omfattar en förstudie under 2026 innehållande kartläggning i enlighet med den Folkhälsomyndighetens nationella strategi mot ensamhet och dialog med målgruppen som underlag för kommande interventioner.

Föräldraskap

Kunskapshöjande insatser för att förstärka föräldraskapet som bygger på tidigare arbete i några kommuner i Skaraborg. Arbetet ska breddas och omfatta samtliga Skaraborgs kommuner. Bland annat genom digitala föreläsningar för alla föräldrar i Skaraborg på olika teman tex psykisk hälsa, relationer, skärmtid och sociala medier, goda levnadsvanor, alkohol och droger.

Psykisk hälsa i föreningsliv

Främjande insatser i samverkan med RF-SISU kring hälsosamt ledarskap för psykisk hälsa inom idrotten. Efter en uppstart med gemensam föreläsning följer under 2026 fortsatt fördjupat arbete ute i idrottsföreningarna.

HÄLSOSAMMA LEVNADSVANOR

Av de tio främsta riskfaktorerna för ohälsa och för tidig död i Sverige är hälften relaterade till matvanor och fysisk aktivitet. I Skaraborg är andelen med obesitas högre jämfört med riket och andelen som är fysiskt aktiva än något lägre i Skaraborg jämfört med riket. Både barn och vuxna sitter numera stilla under en större del av den vakna tiden. I takt med att vardagsrörelsen i befolkningen minskar, ökar de fysiska och psykiska hälsoproblemen. På regeringens uppdrag har Folkhälsomyndigheten förberett genomförandet av en nationell kraftsamling för ökad rörelse under 2026. Man lyfter vardagsrörelse och att kombinera olika insatser inom samhällsplanering, transporter, skola och arbetsplatser. Särskilt fokus läggs på möjligheten till daglig rörelse bland personer med funktionsnedsättning.

Aktiva och hållbara transporter

Folkhälsonätverket, klimatstrategiska nätverket samt nätverket för handläggare allmän kollektivtrafik har under 2025 inventerat behov, utbytt erfarenheter och idéer i syfte att hitta möjligheter att öka aktiva och hållbara transporter i Skaraborg. Tre områden för fortsatt arbete identifierades:

- Hjärtzoner - för att fler ska gå och cykla till skola
- Aktivitetsstråk för ökad rörelse
- Gröna resplaner

Arbetet bygger på att testa, metodutveckla, dokumentera och sprida. Ambitionen är att knyta akademien till arbete. Högskolan i Skövde har visat intresse för området och i arbetet med hjärtzoner kommer Luleå tekniska universitet ingå som samverkanspart.

Hälsan spelar roll

Hälsan spelar roll är en vetenskapligt utvärderad kurs om hälsa, mat och fysisk aktivitet som vänder sig till personer som erhåller stöd enligt LSS. Några kommuner har påbörjat utbildning av personal som ska hålla i kurserna och fler kommuner vill ansluta men hade inte möjlighet under 2025.

EN JÄMLIK OCH JÄMSTÄLLD HÄLSA

Ojämlighet i hälsa skapas av att olika grupper i samhället, till exempel kvinnor och män eller olika socioekonomiska grupper, har systematiskt olika livsvillkor, levnadsförhållanden och levnadsvanor. Men skillnader i hälsa kan förebyggas, och regeringens mål inom folkhälsoområdet är att skapa samhälleliga förutsättningar för en god hälsa på lika villkor. Skaraborg står inför flera stora etableringar, omfattande omställning och snabbt tilltagande regional tillväxt. I detta expansiva skede är det viktigt att ta hänsyn till samtliga dimensioner, inte minst den sociala.

Omställning Skaraborg -Social risk- och möjlighetsanalys

Syfte är att tydliggöra risker som kan uppstå i samband med en snabb regional tillväxt, för att aktivt kunna arbeta förebyggande mot dem, samtidigt som den önskvärda positiva utvecklingen förstärks. Arbetet sker i samverkan med Länsstyrelsen, Polisen, Mariestads Kommun och Västra Götalandsregionen. Fortsatt arbete handlar om att

- Utöka med fler kommuner och områden
- Stötta och förstärka det praktiska arbetet i kommunerna
- Utöka samverkansytor med regionala verksamheter
- Fortsätta att bygga metodstödet
- Samordna utbildningar

Digitalisering i folkhälsoarbetet

Insats för att stärka analysförmåga och datadrivet utvecklingsarbete i syfte att tidigt upptäcka skillnader i hälsa och mer träffsäkert kunna arbeta främjande och avhjälpande. Arbetet omfattar bl a kunskapshöjning och metodutveckling som behövs för att kunna stötta i ordinarie kommunala och delregionala utvecklingsprocesser.

ÖVRIGA PLANERADE AKTIVITETER

Samverkan med övriga folkhälsoprocesser på Skaraborgs Kommunalförbund inom

- Psykisk hälsa
- Kunskapsnod ”Framtidsrusta barn och unga”

EKONOMISK FÖRDELNING

Överföring från 2025 för pågående planerade insatser: Aktiva och hållbara transporter

300 tkr (Informations- och stödmaterial, film samt följeforskning)

Hälsosamt ledarskap 40 tkr (fördjupningsarbete i föreningar), Social risk- och

möjlighetsanalys 430 tkr (delfinansiering av processledare)

För 2026: 1 575 884

Budget	2026
Ingående	1575884
Personalkostnader	1180000
God psykisk hälsa	110000
Hälsosamma levnadsvanor	110000
En jämlik och jämställd hälsa	110000
Nätverksarbete	65000
Utgående	884