# Heilsueflandi samfélag í Hafnarfirði

Ársskýrsla fyrir árið 2019 og verkefni 2020

HEILSUEFLANDI SAMFÉLAG
Hafnarfjörður
vellíðan fyrir alla

HAFNARFJÖRÐUR

# Heilsueflandi samfélag

- Hafnarfjörður gerist aðili að verkefni Landlæknisembættisins um heilsueflandi samfélag í byrjun árs 2015
- Sett voru meginmarkmið um heilsustefnu í Hafnarfirði sem samþykkt var 2017 undir stjórn lýðheilsufræðings
- Unnið er eftir aðgerðaráætlun sem mótuð var 2017

# Meginmarkmið heilsustefnu

HEILSUEFLANDI SAMFÉLAG
Hafnarfjörður
vellíðan fyrir alla

## Efla vellíðan íbúa

*Til að efla sjálfsmynd og vellíðan þarf að styrkja stoðir og hvetja alla aðila samfélagsins til að hafa áhrif, hvort sem um ræðir starfsfólk, foreldra eða aðra hlutaðeigandi. Samstarf við hagsmunaaðila er mikilvægt við nánari útfærslur á aðgerðum og upplýsingagjöf um þjónustu og lausnir er mikilvægur hlekkur í heildarmyndinni. Þannig er náið samstarf við alla aldurshópa lykillinn að árangri.*

## Efla opin svæði og göngu- og hjólastíga

*Upplýsa þarf betur um þá útivistarmöguleika sem standa til boða í Hafnarfirði og í jaðri bæjarins og stuðla þannig að hreyfingu og útivist. Unnin verður heildarstefna um göngu- og hjólastíga og stuðlað að einfaldari og skýrari merkingum, samhliða því að gera kort að göngu- og hjólaleiðum innan bæjarins aðgengilegri. Tryggja þarf aðgengi fyrir alla á opnum svæðum og göngustígum og góða tengingu stíga við önnur bæjarfélög. Snjómokstur á gönguleiðum í leik- og grunnskóla bæjarins skal vera í forgangi .*

## Jafna aðgengi og hvetja íbúa til að neyta hollrar fæðu

*Vinna þarf að fræðslu og tryggja jöfnuð í aðgengi að hollri fæðu í mannvirkjum og stofnunum á vegum bæjarins. Tryggja þarf aðgengi að vatni og fjölbreyttu fæðuvali á öllum stofnunum bæjarins. Bærinn á að vera til fyrirmyndar í þessum efnum og öðrum hvatning.*

HAFNARFJÖRÐUR

# Stýrihópur

HEILSUEFLANDI SAMFÉLAG
Hafnarfjörður
vellíðan fyrir alla

- Stýrihópur um heilsueflandi samfélag er skipaður starfsfólki af öllum sviðum stjórnsýslunnar, fulltrúum frá leik- og grunnskóla ásamt fulltrúa Markaðsstofu
- Hópurinn fundar aðra hvora viku þar sem rýnt er í hugmyndir sem falla að markmiðum um heilsueflandi samfélag, verkefnum hrundið í framkvæmd eða fundinn farvegur
- Stýrihópurinn kallar jafnframt til sín aðila til að kynna fyrir hópnum verkefni, hugmyndafræði eða annað sem á erindi
- Stýrihópurinn tekur á móti hugmyndum og á í samstarfi við aðila í samfélaginu um heilsueflandi verkefni

HAFNARFJÖRÐUR

# Stýrihópur

- Árdís Ármannsdóttir, samskiptastjóri, þjónustu- og þróunarsvið
- Ása Sigríður Þórisdóttir, framkvæmdastjóri, Markaðsstofa Hafnarfjarðar
- Geir Bjarnason, íþrótta- og tómstundafulltrúi, mennta- og lýðheilsusvið
- Gunnþóra Guðmundsdóttir, verkefnastjóri, umhverfis- og skipulagssvið
- Hrund Apríl Guðmundsdóttir, aðstoðarmaður fræðslustjóra, mennta- og lýðheilsusvið
- Hulda Sólveig Jóhannsdóttir, umsjónarkennari, Hvaleyrarskóli
- Inga Fríða Tryggvadóttir, leikskólastjóri, leikskólinn Smáralundur
- Sjöfn Guðmundsdóttir, verkefnastjóri, fjölskyldu- og barnamálasvið
- Eva Rún Michelsen, verkefnastjóri Lífsgæðasetursins

- Ritari hópsins er Sunna Magnúsdóttir rekstrarstjóri ÍTH

# Samvinna við Landlæknisembættið

- Fjöldi heilsueflandi samfélaga í landinu fer vaxandi og eru um 84% íbúa landsins búsettir í heilsueflandi sveitarfélögum
- Unnið að gerð gátlista til að meta lýðheilsustarf sveitarfélaga
- Landlæknisembættið vinnur að þróun mælikvarða eða lýðheilsuvísa sem eru til þess fallnir að veita yfirsýn yfir lýðheilsu eftir umdæmum
- Landlæknisembættið kallar reglulega til vinnustofu með aðilum frá öðrum heilsueflandi samfélögum þar sem hugmyndum og verkefnum er miðlað og tengslanetið styrkt

HAFNARFJÖRÐUR

# Hvaðan koma gögn í lýðheilsuvísa?

Heilbrigðisskrár landlæknis

- Fæðingaskrá
- Dánarmeinaskrá
- Krabbameinsskrá
- Lyfjagagnagrunnur
- Vistunarskrá sjúkrahúsa
- Samskiptaskrá heilsugæslu
- Færni og heilsumatsgrunnur
- Bólusetningaskrá sóttvarnalæknis

Reglubundnar kannanir

- Heilsa og líðan Íslendinga (EL)
- Vöktun áhrifaþátta (EL)
- Ungt fólk (Rannsóknir og greining)

Gögn frá Hagstofu

Gögn frá Sjúkratryggingum

Gögn frá Menntamálastofnun

Embætti landlæknis
Directorate of Health

# Hvernig á að lesa úr tölunum?

*Dánartíðni kvenna vegna hjarta- og æðasjúkdóma*
*Þunglyndislyfjanotkun, kk*

| | Lýðheilsuvísir | Ár | Umdæmi | Ísland | Eining | Suðurnes |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Heilsa og sjúkdómar | 27 Líkamleg heilsa sæmileg/léleg, fullorðnir | 2017 | 31,4 | 25,8 | % | |
| | 28 Andleg heilsa sæmileg/léleg, fullorðnir | 2017 | 26,6 | 21,2 | % | |
| | 29 Þunglyndislyfjanotkun, kk | 2017 | 82,8 | 96,0 | DDD | |
| | 30 Þunglyndislyfjanotkun, kvk | 2017 | 170,7 | 177,0 | DDD | |
| | 31 Líkamsþyngdarstuðull ≥ 30, fullorðnir | 2017 | 35,7 | 26,6 | % | |
| | 32 Blóðsykurslækkandi lyf, önnur en insúlín | 2017 | 41,3 | 33,9 | DDD | |
| | 33 Blóðfitulækkandi lyf | 2017 | 89,8 | 88,3 | DDD | |
| | 34 Dánartíðni vegna hjarta- og æðasjúkdóma, kvk | 2013-17 | 231,5 | 168,9 | Á 100.000 | |
| | 35 Nýgengi krabbameina, kk | 2007-16 | 602,2 | 544,2 | Á 100.000 | |
| | 36 Nýgengi krabbameina, kvk | 2007-16 | 483,8 | 459,6 | Á 100.000 | |
| | 37 Sýklalyfjaávísanir < 5 ára | 2017 | 1.130,8 | 1.088,0 | Á 1.000 | |
| | 38 Bólusetningar barna, 12 mán. | 2018 | 89,0 | 90,8 | % | |
| | 39 Bólusetningar barna, 4 ára | 2018 | 77,6 | 86,3 | % | |
| | 40 Skimun fyrir leghálskrabbameini | 2017 | 56,2 | 66,2 | % | |
| | 41 Skimun fyrir brjóstakrabbameini | 2017 | 47,0 | 57,1 | % | |
| | 42 Liðskiptaaðgerðir á mjöðm | 2013-17 | 213,8 | 239,6 | Á 100.000 | |
| | 43 Biðlisti eftir hjúkrunarrými, ≥ 67 ára | 2017 | 5,8 | 7,6 | Á 1.000 | |
| | 44 Sérfræðingsheimsóknir | 2017 | 1,3 | 1,4 | Á íbúa | |

# Dæmi um gátlista:

Gátlisti fyrir Heilsueflandi samfélag

## VELLÍÐAN MEÐ MARKVISSU LÝÐHEILSUSTARFI

HEILSUEFLANDI samfélag
vellíðan fyrir alla

**Staða**

**0** = Á ekki við (Telst ekki með í heildarútreikningum)
**1** = Ekki komið til framkvæmda (0%)
**2** = Að litlu leyti komið til framkvæmda (25%)
**3** = Að hluta komið til framkvæmda (50%)
**4** = Að miklu leyti komið til framkvæmda (75%)
**5** = Að fullu komið til framkvæmda (100%)

### Umgjörð og skipulag HSAM starfsins stuðlar að meginmarkmið og leiðarljós HSAM

| | |
|---|---|
| Sveitarfélagið skilgreinir sig sem Heilsueflandi samfélag og gerir grein fyrir starfinu m.a. á vefsíðu sinni.<br><br>Til staðar er þverfaglegur stýrihópur um HSAM starfið sem á sér fastan sess í stjórnsýslu sveitarfélagsins.<br><br>Fulltrúar allra sviða sveitarfélagsins eiga sæti í stýrihópi HSAM.<br><br>Kjörnir fulltrúar eiga sæti í stýrihópi HSAM.<br><br>Stýrihópur HSAM er virkur og fundar a.m.k. einu sinni í mánuði. | □0 □1 □2 □3 □4 □5 |

### Umhverfi og aðstæður skóla stuðla að hreyfingu, útiveru og almennri virkni nemenda og starfsfólks

| Hvað? | Staða |
|---|---|
| Hreyfing og útivera nemenda í starfi leikskóla er reglulega metin.<br><br>Hreyfing og útivera nemenda í starfi grunnskóla er reglulega metin.<br><br>Húsnæði leikskóla og aðbúnaður innandyra býður upp á fjölbreytt tækifæri til leikja og náms sem felur í sér hreyfingu barna með mismunandi þarfir.<br><br>Leikskólar hafa aðgang að hentugum sal fyrir skipulagðar hreyfistundir | □0 □1 □2 □3 □4 □5 |

### Allir íbúar eiga þess kost að taka þátt í skipulögðu íþrótta- og tómstu nýta sér aðra ábyrga þjónustu sem felur í sér hreyfingu

| Hvað? |
|---|
| Hreyfing íbúa í frítíma er reglulega metin s.s. þátttaka í skipulögðu íþróttastarfi og önnur hreyfing.<br><br>Reglulega er lagt mat á hvernig börn og unglingar og aðrir sem iðka íþróttir og annað skipulagt tómstundastarf upplifa starfið og umgjörð þess.<br>Hér er átt við tómstundastarf sem felur í sér markvissa þjálfun t.d. listdans.<br><br>Frístundaheimili sveitarfélagsins leggja áherslu á reglubundna hreyfingu við hæfi í öllu sínu starfi.<br><br>Félagsmiðstöðvar sveitarfélagsins leggja áherslu á reglubundna hreyfingu við hæfi í öllu sínu |

# Verkefni okkar 2019

| M-1 Efla vellíðan íbúa | M-2 Efla opin svæði og göngu- og hjólastíga | M-3 Jafna aðg[…] íbúa til að ney[…] |
|---|---|---|
| VERKEFNI | VERKEFNI | VERKEFNI |
| • SÍBS heilsufarsmælingar<br>• Lífshlaupið<br>• Núvitundarkennarar úr Áslandsskóla<br>• Heilsueflandi vinnustaður, verkefni | • Sumargöngur 2019<br>• Haustgöngur með Ferðafélagi Íslands<br>• Hjólreiðamiðstöð í upplandi<br>• Brúkum bekki<br>• Útilífsmiðstöð | • Nýr samningur um matarmál grunnskóla, ávaxtastund og hafragrautur<br>• Matarnámskeið me[…] Sollu<br>• Vatnsbrunnar í Hafnarfirði, aðgengi[…] |

Hafnarborg verður virkur þátttakandi í heilsubæjarverkefninu

Sorgarmiðstöðin

Fyrirlestur

Ratleikur sumar 2019 og uppskeruhátíð

- Göngustígar skipulag og framtíðarsýn
- Flensborgarhlaupið
- Hamarskotslækjarhlaupið
- Göngustígagerð með Landgræðslunni
- Endurskinsmerki f. yngstu árganga

Gönguskíðabraut[…] hjá Keili og Víðistaðatúni

Aukinn frístundastyrkur

Janusar verkefni, heilsuefling fyrir eldri borgara Hafnarfjarðar

Rannsóknin Ungt fólk

Hljóðvistarmál í stofnunum Hafnarfj.

- Frítt í sund fyrir börn og bæjarstarfsmenn

Betri svefn, opin fræðslufundur Bæjarbíói

Fyrirmyndarhafnfirðingurinn

# Önnur heilsueflandi verkefni í skoðun

## Áherslupunktar

- Hvernig fjölgum við heilsueflandi skólum?
- Þátttaka barna innflytjenda í íþrótta- og tómstundastarfinu
- Skilti fyrir heilsubæinn. Umræður um bæjarmerki
- Göngustígar í upplandi, hvar er göngustígur frá Völlum að Hvaleyrarvatni?
- Merkingar í íþróttamannvirki bæjarins
- Vatnsbrunnar, aðgengi að vatni í upplandi og við mannvirki
- Vinnustofur Landlæknisembættisins sem stýrir verkefninu.

HAFNARFJÖRÐUR

HEILSUEFLANDI SAMFÉLAG
Hafnarfjörður
vellíðan fyrir alla

# Rekstur verkefna 2019

HEILSUEFLANDI SAMFÉLAG
Hafnarfjörður
vellíðan fyrir alla

- Samtals voru bókaðir reikningar fyrir tæplega 6 milljónir vegna heilsueflandi samfélags í Hafnarfirði
- Nánari sundurliðun er að finna í ársskýrslu

- Mörg stór heilsuverkefni ekki fjármögnuð af þessari heimild:
  - Janusarverkefnið, matarmál grunn- og leikskóla, frístundastyrkir

HAFNARFJÖRÐUR

# Framundan

- Stýrihópurinn hefur fundið takt og vinnulag við að koma verkefnum áfram, fá til sín fólk með fræðslu og efla tengsl
- Áhersla lögð á að auka sýnileika heilsueflandi samfélags
- Efla samvinnu við þá aðila sem koma að heilsueflingu í Hafnarfirði með einum eða öðrum hætti
  - Heilsugæslu
  - Foreldrahópum
  - Grunn- og leikskólum
- Vinna frekar með tölulegar upplýsingar frá landlækni og íhlutun útfrá þeim gögnum sem þar birtast

HAFNARFJÖRÐUR

HEILSUEFLANDI SAMFÉLAG
Hafnarfjörður
vellíðan fyrir alla

HEILSUEFLANDI SAMFÉLAG
Hafnarfjörður
vellíðan fyrir alla

# Heilsuefling er langhlaup
# ...og það er hafið!

## Takk fyrir

Áhrifaþættir heilbrigðis og vellíðanar, Dahlgren og Whitehead (1991), aðlöguð útgáfa Embættis landlæknis 2019 (3.0).

HAFNARFJÖRÐUR