

# Folkehelse i Sør-Aurdal

Folkehelsekoordinator Ida Blåfjelldal

# Sør-Aurdal – en frisk kommune i Valdres!



# Plan- og bygningsloven

- Sikrer et forebyggende og helsefremmende fokus i kommunale planer.
  - Motvirke sosiale forskjeller
  - Forebygge kriminalitet

# Folkehelseloven, formål

- Samfunnsutvikling som fremmer folkehelse, herunder utjevner sosiale helseforskjeller.
- Fremme befolkningens helse, trivsel, gode sosiale og miljømessige forhold.
- Bidra til å forebygge psykisk og somatisk sykdom, skade eller lidelse.
- Legge til rette for et langsiktig og systematisk folkehelsearbeid

# Folkehelsekoordinator, formål

- Ha oversikt over helsetilstanden og påvirkningsfaktorer i kommunen, jf. Kap.2 §5 i Folkehelseloven.
- Ha oversikt over utfordringer og ressurser/tiltak, og koordinering mellom disse.

# Integrering av folkehelse

- Folkehelse må integreres i plansystemet, i samfunnet og i lokalpolitikken
- Fokus: Forebygge mer for å reparere mindre!
- Social marketing: Hvordan kan vi skape og gjøre det attraktivt?

# Sosial ulikhet som utfordring

- Utfordring: Skaper vi økte sosiale forskjeller?
- Våger vi å ta tak i sosial ulikhet?
- Verdighet – handlingsrom i eget liv – tilhørighet
- Inkludering

# Verdien av lokalkunnskap

- Lokale data gir eierskap til problemet
- Eierskap er evne og forpliktelse til å skape endring
- Lokal kunnskap vekker mer oppmerksomhet enn nasjonale tall



# Folkehelseprofil 2014

- Utarbeidet av Folkehelseinstituttet
- Utvalgte trekk ved kommunens folkehelse
- Sammenligner kommunen, fylket og landsnivå
- Sør-Aurdal utpeker seg i 2014 på overvekt, type 2-diabetes og kolesterolsenkende legemidler, samtidig som vi har lite behandling av hjerte- og karsykdom på sykehus
- Ser på forebyggende tiltak mot overvekt

# Folkehelse- og levekårsundersøkelse i Oppland

- Den største undersøkelsen i Oppland
- Folk trives godt i Valdres, høyere enn landet
- Høy andel eldre, og eldre(67+) har ønske om bolig med servicetilbud
- Bomotiv: Trygghet i nærmiljø, og tilgang på natur og friluft
- Høyere andel av overvekt enn landet forøvrig
- Sør-Aurdal deltok ikke

# Hvordan skape handling?

- Hvem har ansvaret, individ eller samfunn?
- Brukermedvirkning? LYTT!!
- Samskape – Tverrsektoriell samhandling
- Bygg videre på det som fungerer
  - Hva er målet? Hvor vil vi?
- MEN: Våg å vær modig, handle for å se om det virker!

# Hvordan ta tak i utfordringer?

- Kortsiktige og langsiktige mål
- Universelle tiltak
- Målrettede tiltak – individuell tilpasning
- Sosiale medier som virkemiddel?

# KEEP IT SIMPLE!

- Hvordan kan DU bidra?
- Hvordan integrere folkehelse i alle deler av Sør-Aurdal?
- Fjerne fordommer, være den ene som bryr seg
- Bidra til utjevning av sosiale forskjeller
- «You must be the change you wish to see in the world!»



Nå er det  
din tur!

- [Friluftslivetsar.no](http://Friluftslivetsar.no) , #FÅ15
- Åpning 13. januar – «24 timer i friluft»
- Satse på nærmiljøet, enkelt og tilgjengelig.
- Prioriterte målgrupper er barn, unge og barnefamilier
- Allemannsretten



*Nå er det  
din tur!*

- Hva kan vi gjøre?
  - Arrangere turer for å treffe målgruppene
  - Øke oppmerksomheten rundt eksisterende aktiviteter
  - Videreutvikle eksisterende aktiviteter
  - Ulike kåringer?



*Nå er det  
din tur!*

- Planer i Valdres
  - Kick-off i parken på Fagernes
  - Stisatsing
    - Bruk av stier som er skiltet
    - Valdrestur – initiativ avisa Valdres, turverter
    - TurApp Valdres
  - Friluftsskoler
  - Friluftsporter



# Tilskudd til friluftsliv

- Oppland fylkeskommune
- Søknadsfrist 15. januar
- Fokus på aktiviteter, ikke utstyr
- Knytte det opp mot FÅ15
- Innleie av instruktør, markedsføring
- [Tilskudd 2014](#)

# Folkehelsekonferansen 2015

- "Friluftslivets og frivillighetens betydning for folkehelsa"
- 26. og 27. oktober 2015, Radisson Blu Scandinavia Hotel, Oslo
- Utfordring: BLI MED! 😊