Heilsueflandi hverfi

LAUGARDALUR

Heilsueflandi samfélag
Vellíðan fyrir alla

Helga Margrét Guðmundsdóttir
verkefnastjóri félagsauðs og forvarna

Þjónustumiðstöð
Laugardals & Háaleitis

VIRÐING – VIRKNI - VELFER

Heilsueflandi hverfi

HEILSU EFLANDI REYKJAVÍK

LAUGARDALUR, HÁALEITI OG BÚSTAÐIR

Það er stefna borgaryfirvalda að Reykjavík verði heilsueflandi.

Reykjavíkurborg og Embætti landlæknis gerðu með sér samkomulag um að taka upp markvisst samstarf samstarf um heilsueflingu og bætta lýðheilsu.

Samstarfið beinist að þremur áherslusviðum:

- **Heilsueflandi samfélagi**
- **Heilsueflandi skólum**
- **Auknum jöfnuði**

Velferðarráð hefur falið þjónustumiðstöðvum að innleiða og samþætta forvarnir og heilsueflingu í hverfum borgarinnar

HEILSUEFLANDI framhaldsskóli

HEILSUEFLANDI grunnskóli

HEILSUEFLANDI leikskóli

HEILSUEFLANDI vinnustaður

HEILSUEFLING eldri borgara

Borgarráð samþykkti

- að þjónustumiðstöðvar skuli leiða heilsueflingarstarf innan hverfisins
- að þjónustumiðstöðvar sjái um að samræma og hafi heildaryfirsýn
- að verkefnisstjórar komi á fót heilsuteymi í sínu hverfi

Forvarna og heilsuteymi ÞLH hefur starfað í 4 ár

Forvarna-og heilsuteymi 2020

Björn Gunnlaugsson, aðstoðarskólastjóri Laugarnesskóla frá grunnskólum

Linda Hreiðarsdóttir aðstoðarskólastjóri Réttarholtsskóla unglingadeild grunnskóla

Þórhildur Rafnsdóttir frístund deildarstjóri unglingastarfs í Kringlumýri

Særún Ármannsdóttir leikskólastjóri á Hofi – Berglind Jóhannsd. leiksk.stjóri Jörfa

Eygló Árnadóttir forvarnarfulltrúi FÁ frá framhaldsskólum (Versló, MS og FÁ)

Fannar Helgi Rúnarsson íþróttastjóri Víkings frá íþróttafélögunum (Þrótti, Ármanni, Fram)

Foreldraþorpið Sigrún Theodórsdóttir Laugalækjarskóli foreldrar Laugardal (Arna Rún frá Háaleiti og Bústöðum)

Rannveig Ernudóttir virkniþjálfi frá eldri borgara starfi í Laugardal. **Bryndís Hreiðarsdóttir–** verkefnastjóri félagsstarf fullorðinna í Háaleiti og Bústöðum

Kristbjörg Sveinbjörnsdóttir frá heimaþjónustu ÞLH

Heiðlóa Ástvaldsdóttir frá Heilsugæslunni

Í framkvæmdaráði teymisins og jafnframt meðlimir eru starfsmenn ÞLH þær:

Helga Margrét verkefnastjóri, Una Björg kennsluráðgjafi og Hildur Ýr unglingaráðgjafi

Teymið fundar reglulega

HEILSUEFLANDI samfélag

vellíðan fyrir alla

Undirritun viljayfirlýsingar - Allir með

Allir grunnskólar í Laugardal

Reykjavíkurborg
Þjónustumiðstöð Laugardals & Háaleitis

HEILSUEFLANDI REYKJAVÍK

Reykjavík 30. ágúst 2017

Samstarfsyfirlýsing um
Heilsueflandi Laugardal, Háaleiti og Bústaði

Þann 19. maí 2016 var lögð fram í borgarráði skýrsla starfshóps um lýðheilsu og heilsueflingu barna og unglinga í leikskóla, grunnskóla og frístundastarfi. Í framhaldi af því samþykkti borgarráð Reykjavíkur að þjónustumiðstöðvar Reykjavíkur skuli leiða heilsueflingarstarf innan hverfa. Í samþykktinni kom fram að verkefnisstjóri félagsauðs og frístunda skuli stýra heilsueflingarteymi hverfisins og að í því skuli vera hæfir aðilar úr nærsamfélaginu. Aðdragandi að þessari samþykkt var samkomulag Reykjavíkurborgar og Embættis landlæknis frá 4. júní 2013, um að taka upp markvisst samstarf til heilsueflingar og aukinnar lýðheilsu í Reykjavík.

Samstarf innan hverfa beinist að heilsueflandi samfélagi, heilsueflandi skólum, heilsueflandi frístundastarfi og auknum jöfnuði. Er því ætlað að leiða til betri lýðheilsu íbúa Reykjavíkur, einkum er varðar næringu, **hreyfingu, líðan og lífsstíl.**

Með undirskrift þessarar yfirlýsingar samþykkja undirritaðir f.h. stofnana sinna, félaga, ráða og hagsmunasamtaka, að vinna að framgangi og útfærslu ofangreindra markmiða í Laugardal, Háaleiti og Bústöðum með stuðningi og samstarfi um verkefnið *Heilsueflandi Laugardalur, Háaleiti og Bústaðir*. Verkefnið tekur mið af og styður forvarnaráætlun hverfanna, en hún byggir á forvarnarstefnu Reykjavíkurborgar.

Framkvæmdastjóri Þjónustumiðstöðvar Laugardals og Háaleitis.

Fulltrúi grunnskólastjóra

Framkvæmdastjóri Kringlumýrar

Fulltrúi leikskólastjóra

Fulltrúi félagsstarfs aldraðra

Fulltrúi framhaldsskóla

Fulltrúi íþróttafélaganna

Fulltrúi foreldraþorpsins

Formaður hverfisráðs Laugardals

Formaður hverfisráðs Háaleitis og Bústaða

Öfugt íþrótta - og tómstundastarf

- Hvernig er ég og fjölskylda mín, skólar og aðar stofnanir í mínu nærumhverfi að vinna að heilsueflingu?

- Hvernig getum við sett fókusinn á heilsueflingu í okkar daglega lífi, á heimilum, á vinnustað, í skólum, í frístundum?

Rauði þráðurinn……..

Helstu áherslur eða Rauði þráðurinn í aðgerðaráætlun fyrir alla aldurshópa í hverfum ÞLH til aukinnar lýðheilsu

Við beinum nú sjónum helst að þremur þáttum: bæta svefn, fræða um svefn, forvarnir gegn rafrettunotkun, forvarnir gegn neyslu orkudrykkja.

RAUÐI ÞRÁÐURINN

- Styðja við og styrkja ennfrekar foreldrasamstarf. Efla Foreldraþorpið (FB-síða – reglulegir fundir)
- Áhersla á að bæta svefn allra aldurshópa (samstarf við sérfræðinga í HR)
- Koma skilaboðum til foreldra um uppeldismál og forvarnir (fundir og skilaboð á FB)
- Efla tengsl kynslóða – samstarf um heilsueflingu og vitundarvakning þar um
- Efla virkni og jákvæða sjálfsmynd allra aldurshópa
- Auka upplýsingamiðlun -Vel upplýstur almenningur er góð forvörn (veftré – samantekt á félagsauði)
- Virkja tengslanet lykilfólks í hverfunum og auka sjálfboðastarf (bakland Íbúaráðs)
- Auka notendasamráð – notendaráð í félagsstarfinu– ungmennaráð – nemendaráð / Hverfið Mitt
- Huga betur að mótttöku og aðlögun fólks af erlendum uppruna (VELKOMIN verkefnið)
- Huga að umhverfis – og skipulagsþáttum/ aðgengi og samgöngum innan hverfa
- Efla samstarf við skólaheilsugæslu um forvarnir við skóla og aðra aðila í hverfinu
- Huga betur að skólaforðun í forvarnarskyni – vinna gegn brottfalli í skóla og frístundastarfi
- Efla vitund fólks, barna og fullorðinna, um ábyrgð á eigin heilsu og velferð
- Halda Barnaþing – skólaþing – nemendaþing/foreldraþing og málstofur um heilsu eldri borgara
- Heimsóknir til 90+
- Efla forvarnir gegn rafrettunotkun og neyslu orkudrykkja barna og unglinga

Hreyfing

Næring

Líðan

Lífsstíll

Markmið

Allir búi við heilsusamlegt og uppbyggilegt nærumhverfi og að fólki líði vel í hverfinu

- Að fólk tileinki sér heilbrigðan lífsstíl
- Að fólk taki þátt í félagslífi sem eflir sjálfsmynd þeirra og virkni
- Íbúalýðræði – notendasamráð - félagsauður –tengsl kynslóða

Forvarnastefna Reykjavíkurborgar
2014 – 2019
vegna málefna barna og unglinga
og foreldra þeirra
Forvarnarstefna
Reykjavíkur
öryggishandbækur
Grunnþættir
aðalnámsskrár
Heilsuefling
Hjálpar skólum og
frístund að
uppfylla
Mötuneytis
verkefni sfs
Stefna Borg
Handbók um velferð og öryggi
barna í leikskólum
Heildarmat
Sjálfsmat
Umbóta-
áætlun
Sjálfsmat
Umbóta-
áætlun
Menntasvið
Skólinn

Forvarnir og heilsuefling

Forvarnaáætlanir skóla
Heilsueflandi skólar- og frístund
Foreldraþorpið
Rannsóknir og greining

Aldursvæn borg
tengsl kynslóða
Kynna og kortleggja
tengsl við heilsugæslu

Heilsuefling eldri borgara
félagsleg tengsl
vitjanir 90+
Hreyfikort –gönguleiðir
Sjálfboðaliðahópar

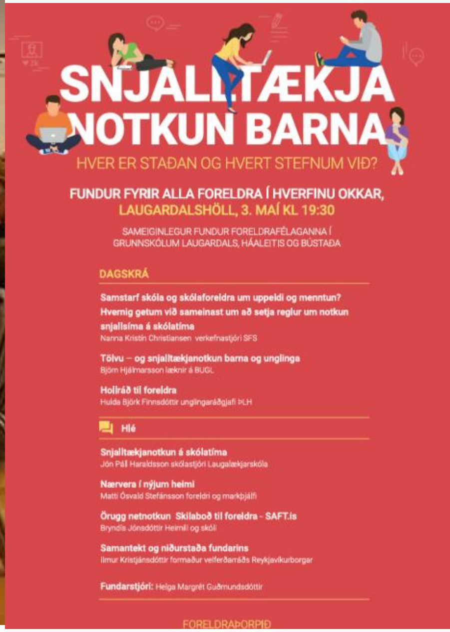
Samtakahópar
Hverfishátíðir
Íbúamarkaðir
Austurbæjarslaufan
virk þátttaka íbúa
foreldrasáttmálar

Félagsauður
Íbúaráð
íbúasamtök
íþróttafélög
Frjáls félagasamtök

Tengsl- Upplýsingar –
Stuðningur - Hvatning
Fiskitorfan
Samtakamáttur

Foreldraþorpið

mánaðarlegir samráðsfundir stjórna foreldrafélaga



Góður hverfisbragur – fókus á líðan fólks

- Heilsuefling nær til allra þátta í mannlegri tilveru
- Íbúalýðræði – notendaráð – raddir íbúa komi fram
- Vináttufærni – vinaliðaverkefni – fjölbreytt verkefni
- Kynslóðir leika
- Vitjanir 90+
- Unicef - viðurkenningar

Virkni og valdefling….hvernig?

- Notendasamráð - Íbúaráð
- Sjálfssprottið og sjálfbært félagsstarf
- Tengsl kynslóða
- Samstarf við íþróttafélög
- göngukort - hreyfiseðlar
- Tengsl við heilsugæsluna
- U3A.is og Alzheimerkaffið
- Heimsóknir til 90+
- Fjölbreytt mannlíf og góður hverfisbragur
- Hverfishátíðir og íbúamarkaðir
- Nágrannavarsla – Foreldrarölt
- öryggi íbúa

Takk fyrir