



Heilsuborgin Reykjavík

– Borgin sem ég vil búa í



Lýðheilsustefna Reykjavíkur til 2030

Samþykkt í borgarstjórn Reykjavíkur 5. október 2021.

 Græna planið

2. Framtíðarsýn og leiðarljós

Framtíðarsýn

Reykjavík er heilsueflandi, sjálfbært og fjölskrúðugt borgarsamfélag sem stuðlar að öryggi, jöfnuði, virkri þátttöku og vellíðan allra



2. Framtíðarsýn og leiðarljós

Leiðarljós í starfsemi Reykjavíkur á sviði lýðheilsu

Áhersla á lýðheilsu er ofin inn í alla starfsemi og stefnumörkun Reykjavíkur, starfið byggir á bestu þekkingu og reynslu á hverjum tíma og veldur ekki skaða


Gildi í lýðheilsustarfi Reykjavíkurborgar eru:

JÖFNUÐUR – FAGMENNSKA – VELLÍÐAN – SAMVINNA

3. Meginmarkmið og áherslur til 2030

- Samantekt


Meginmarkmið 1:
Bætt heilsa og vellíðan á öllum æviseiðum



Áherslur:

- Heilsueflandi borg (fólk og staðir)**
- Fyrirmyndarborg í **forvörnum**
- Borgarþróun fyrir heilsu fólks og **jörðina**


Meginmarkmið 2:
Jöfnuður til heilsu og vellíðanar - engin skilin eftir



Áherslur:

- Jöfnuður**
- Þátttaka** allra
- Öryggi og **friður**

Meginmarkmið 3:
Heilsa og vellíðan er vegvisir í allri starfsemi Reykjavíkurborgar



Áherslur:

- Samstarf** um heilbrigða borg
- Lýðheilsustarf byggt á gögnum og reglulegum **mælingum**
- Sjálfbært **velsældarhagkerfi**



1.a. Heilsueflandi borg

Unnið er markvisst með áhrifaþætti heilbrigðis yfir æviskeiðið, m.a. í gegnum Heilsueflandi nálganir (samfélag, leikskóli, grunnskóli, framhaldsskóli, frístundastarf, hverfi, vinnustaður, aldraðir).

Unnið er að bættari heilsu og vellíðan á öllum æviskeiðum, þar sem sérstaklega er hugað að tveimur mikilvægum tímabilum:

- **Börn og ungmenni**
Þar er grunnurinn lagður að framtíðarheilsu einstaklingsins. Grundvallað á Barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna.
- **Aldraðir**
Sístækkandi og fjölbreyttur hópur sem gæta þarf sérstaklega að svo þau geti lifað innihaldsríku og virku lífi sem lengst. Grundvallað á Aldursvænum borgum Alþjóðaheilbrigðismálastofnunarinnar.

Sérstök áhersla er lögð á:

- **Geðrækt, hreyfingu, næringu, svefvenjur, félagsfærni, kynheilbrigði og endurheimt tíma til að njóta lífsins**
Mikilvægir áhrifaþættir heilsu sem vert er að huga sérstaklega að í ört breytilegu borgarsamfélagi nútímans.
- **Heilsulæsi**
Hæfni einstaklinga til að standa vörð um eigin heilbrigði, að gera fólki betur kleift að taka jákvæðar ákvarðanir varðandi heilsu sína og líðan, m.a. með tómsundamenntun um hvernig megi nýta frítímann á jákvæðan og uppbyggilegan hátt.
- **Holla valið er auðvelt, það óholla erfiðara.**
- **Reykjavíkurborg sem vinnustaður**

Stuðlar markvisst að heilsueflandi vinnuumhverfi á starfsstöðum með það að leiðarljósi að styðja starfsfólk við að efla heilsu, auka vellíðan og efla starfshæfni.

Mælikvarðar: Gátlistar Heilsueflandi samfélags, lýðheilsuvisar EL og RVK, skólakannanir R&G, hagir og líðan eldri borgara, borgara. Veikindafjarvistir starfsfólks, starfsánægja starfsfólks.

1.b. Fyrirmyndarborg í forvörnum

Borgin vinnur að forvörnum á öllum æviskeiðum gegn áhættuhegðun, sjúkdómum, ofbeldi, slysum og annarri vá. Í öllu sínu forvarnarstarfi byggir Reykjavíkurborg á samfélagsmiðaðri nálgun og viðtæku samstarfi margra aðila.

Áfram verður unnið eftir þessari árangursríku aðferðafræði í forvörnum gegn áhættuhegðun barna og unglunga sem byggir á rannsóknargögnum, hún þróuð og styrkt inn í framtíðina, samhliða sibreytilegum áskorunum á þessum viðkvæmu mótunarárum í lífi borgarbúa.

Sérstök áhersla er lögð á verndandi þætti gegn áhættuhegðun barna og unglunga:

- Samveru fjölskyldunnar og foreldrastuðning
- Þátttöku í skipulögðu íþrótt- og frístundastarfi
- Almenna virkni barna og unglunga út frá eigin styrkleikum
- Félagfærni, sjálfsvirðingu og virðingu fyrir öðrum
- Samvinnu lykilaðila í nærumhverfi, s.s. skóla, frístundastarfs, þjónustumiðstöðva, foreldrafélaga, lögreglu, heilsugæslu, íþróttafélaga o.fl.
- Samstöðu um að virða útvistartíma (og önnur lög sem snúa að börnum og unglungum)
- Jákvæð lífsgildi og heilbrigðan lífsstíl
- Snemmtæka íhlutun

Mælikvarðar: Lýðheilsuvisar EL og Rvk, Skólakannanir R&G, gátlistar Heilsueflandi leik- og grunnskóla, frístundaheimila og félagsmiðstöðva, mælikvarðar menntastefnu, mælikvarðar íþróttastefnu Rvk

2.a. Jöfnuður

Í Reykjavík einkennist samfélagið af jöfnuði og öllum er gert kleift að lifa innihaldsríku lífi og uppfylla möguleika sína. Viðkvæmum og jaðarsettum hópum er mætt í samræmi við þarfir þeirra og meiri áhersla lögð á að bæta aðstæður þeirra sem búa við erfiðustu aðstæðurnar.

Sérstök áhersla er lögð á:

- Að uppfylla **grunnþarfir íbúa á öllum æviskeiðum**
- Allir geta framfleytt sér með atvinnu eða stuðningi og enginn býr við sára fátækt.
- **Öruggt húsnæði** á viðráðanlegu verði, og húsnæðisstuðning fyrir efnaminni leigjendur
Allir eiga í einhver hús að venda og til staðar er fjölbreytt framboð húsnæðis fyrir alla félagshópa.
- **Þekkingu á viðkvæmum og jaðarsettum hópum** í borginni og hverjar þarfir þeirra eru
 - Þörfum þeirra er mætt með viðeigandi aðgerðum, valdeflingu og skaðaminnkun og í samráði við þau sjálf.



Mælikvarðar t.d.: Fjölgun íbúða og húsnæðisúrræða samkvæmt Húsnæðisáætlun og aðalskipulagi, lýðheilsuvísar, lykiltölur velferðarsviðs, borgarvísar í atvinnu- og velferðarmálum, mælikvarðar menntastefnu

2.b. Þátttaka allra

Í Reykjavík er markvisst unnið að því að virkja alla til þátttöku í samfélaginu á eigin forsendum og að gera öllum kleift að hafa áhrif á samfélagið sem þau búa í. Með því er áhersla lögð á að heilbriggt samfélag þrífst á fjölbreytileika og þátttöku allskonar fólks.

Sérstök áhersla er lögð á:

- Að ná til **viðkvæmra og jaðarsettra hópa** í hvers kyns lýðræðis-, félags- og menningarstarfsemi.
 - Með því drögum við úr ójöfnuði og aukum traust og félagsauð í samfélaginu.
- Að vinna gegn **einmanaleika og félagslegri einangrun** fólks á öllum aldri.
 - Að draga úr einmanaleika og einangrun stuðlar að bættri heilsu og aukinni þátttöku í samfélaginu og þar með samheldni.
- **Aðgengi** fyrir alla
 - Aðgengi fyrir alla á að vera aðalsmerki borgarinnar og algild hönnun höfð að leiðarljósi þar sem þjónusta er hönnuð út frá notandanum. Aðgengi að upplýsingum og þjónustu er hannað með aðgengi allra í huga og manngert umhverfi borgarinnar einnig svo að allir geti tekið þátt og notið þess sem borgin hefur upp á að bjóða.

Mælikvarðar: Gátlistar Heilsuefliandi samfélags, gátlistar um aðgengi.

Aðgerðaáætlun 2022-2023 - Yfirlit markmiða og aðgerða

Meginmarkmið	Áherslur	Aðgerðir
Bætt heilsa og vellíðan á öllum æviskeiðum	Heilsueflandi borg	Lýðheilsusjóður heilsueflandi hverfa
		Innleiðing gátlista Heilsueflandi samfélags
		Hugum að fyrstu árum barnsins
		Bygging grunn að bætri félagsfærni
		Allir leik- og grunnskólar, fristundaheimili og félagsheimili heilsueflandi fyrir 2025
		Vinnustaðir Reykjavíkurborgar heilsueflandi fyrir 2025
		Heilsuefling aldraðra
		Fræðsluáttak um heilsulæsi og lýðheilsu í Reykjavík
		Mikilvægi svefns fyrir heilsu og líðan
		Bætt félagsfærni barna
	Dregið úr aðgengi að sykrudum og öðrum óhollum vörum	
	Fyrirmyndarborg í forvörnum	Mótun forvarnaráætlunar 2021-2025
		Aðgerðaráætlun um bætt líðan ungmenna
		Virk þátttaka 16-25 ára ungmenna
	Borgarþróun fyrir heilsu fólks og jörðina	Virk þátttaka 16-25 ára ungmenna - Aukið hópastarf Hins hússins
Bætt loftgæði – Stefna og aðgerðir		
Aðgerðaáætlun í loftslagsmálum 2021-2025		
Jöfnuður til heilsu og vellíðanar - engin skilin eftir	Jöfnuður	Rannsókn á félagslegu landslagi og greining viðkvæmra hópa í Reykjavík
		Rannsókn á jöfnuði í heilsu eftir hverfum í Reykjavík
	Þátttaka allra	Aðgerðir gegn einmanaleika – kortlagning og mótun aðgerðaáætlunar
		Fristundir í Breiðholti – tilraunaverkefni til að auka þátttöku í fristundastarfi
Öryggi og friður	Atvinnu- og virkniúrræði	
Heilsa og vellíðan er vegvisir í allri starfsemi Reykjavíkurborgar	Samstarf um heilbrigða borg	Almannavarnir - Neyðarstjórn Reykjavíkurborgar og viðbragðsáætlanir
	Lýðheilsustarf byggt á góðnum og reglulegum mælingum	Þátttaka í lýðheilsuborgarsamtökum Evrópu og skipan stýrihóps Reykjavíkur
		Faghópur um lýðheilsu
		Lýðheilsuvisar og mælaborð Reykjavíkur - þróun og innleiðing
		Hinseginleiki og lýðheilsa
Sjálfbært velsældarhagkerfi	Lýðheilsumat Reykjavíkur - þróun og innleiðing	
	Lýðheilsugátlistar í hverfisskipulagi - þróun og innleiðing	
		Skilgreining á birtingu mælikvarða sem varða sjálfbært velsældarhagkerfi og aðlögun þeirra að mælikvörðum lýðheilsustefnu, ISO-37120 og mælaborði borgarþúa

1.1 Lýðheilsusjóður Heilsueflandi hverfa

Aðgerð:

Reykjavíkurborg er virkur þátttakandi í starfi Embættis landlæknis um Heilsueflandi samfélag, og er í þéttu samstarfi við Embætti landlæknis, Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins og önnur sveitarfélög um bestu framkvæmd og þróun starfsins. Innleiðing Heilsueflandi samfélags styður við innleiðingu heimsmarkmiða Sameinuðu þjóðanna.

Heilsueflandi samfélag í Reykjavík er unnið að miklu leyti í gegnum þjónustumiðstöðvar borgarinnar undir yfirskriftinni Heilsueflandi hverfi. Í tilraunaskyni árin 2021-2022 er komið á fót lýðheilsusjóði Heilsueflandi hverfa þar sem árlega er 30 milljónum úthlutað til þjónustumiðstöðva í framkvæmd verkefnisins, sem deilist skv. íbúafjölda. Taka skal mið af markmiðum Heilsueflandi samfélags við ráðstöfun fjármuna og áhersla lögð á sýnileika verkefnisins. Verkefnastjórar sem sjá um framkvæmd verkefnisins á þjónustumiðstöðinni bera ábyrgð á úthlutun skv. úthlutunarreglum sjóðsins og skila yfirliti með rökstuðningi í lok október ár hvert.

Ábyrgð:

Velferðarsvið í samstarfi við skrifstofu borgarstjóra og borgarritara.

Markhópur: Almennigur.

Tilraunaverkefni 2021-2022

Kostnaður:

30 milljónir á ári.

Mælikvarði: Lýðheilsuvisar og gátlistar HSAM.

1. Forsendur lýðheilsustefnu

- Hugtök og skilgreiningar

Heilsa

Heilsa er líkamleg, andleg og félagsleg vellíðan en ekki einungis það að vera laus við sjúkdóma og örorku (WHO, 1948).

Jöfnuður

Jöfnuður til heilsu snýst um að allir hafi jöfn tækifæri til að varðveita og bæta heilsu sína án tillits til bakgrunns eða stöðu.

Heilsuefling og forvarnir

Heilsuefling snýst um að efla það sem er gott (heilsa og vellíðan) og forvarnir um að sporna gegn því sem er óæskilegt (áhættuhegðun, sjúkdómar, slys) með markvissri vinnu með verndandi þætti.

Lýðheilsa

Lýðheilsustarf felur í sér markvissar aðgerðir hins opinbera og annarra sem miða að því viðhalda og bæta heilsu, líðan og lífsgæði þjóða og þjóðfélags hópa með m.a. heilsueflingu og forvörnum (WHO, 1988).

Heilsulæsi

Heilsulæsi er getan til að taka traustar ákvarðanir um heilsu í daglegu lífi, á heimilum, í samfélaginu, á vinnustað, í heilbrigðiskerfinu, í verslun og viðskiptum og á pólitískum vettvangi (Kickbusch, 2006)

Vellíðan

Að líða vel, að ná að takast á við áskoranir daglegs lífs á uppbyggjandi hátt og vera virkur þátttakandi í samfélaginu (Huppert, 2005).

Lýðheilsuaðgerðir í Breiðholti

- **Stýrihópur hóf störf 14. mars**
- **Undirbýr tillögur að aldurstengdum lýðheilsu- og forvarnaaðgerðum Breiðholti**
- **Stýrihópin skipa:**
 - Óskar Dýrmondur Ólafsson, hverfisstjóri
 - Jasmína Crnac, leiðtogi alþjóðateymis frá ÞB
 - Erla Erlendsdóttir, aðstoðarskólalastjóri Ölduselsskóla frá grunnskólunum
 - Sigríður Fanney Pálsdóttir, leikskólalastjóri á Hraunborg frá leikskólunum
 - Helgi Eiríksson, framkvæmdastjóri Miðbergs frá frístundageiranum
 - Þráinn Hafsteinsson, frá ÞB og starfsmaður stýrihópsins

Lýðheilsuaðgerðir í Breiðholti

- Stýrihópur skilar af sér tillögum um aldurstengdar lýðheilsu- og forvarnaaðgerðir 1. maí 2022 fyrir tímabilið 2022-2026
- Tillögurnar verð sendar til umsagnar hjá öllum stofnunum, félögum og einkaaðilum sem vinna með börnum og öldruðum í hverfinu frá 1.-31. maí 2022

Umsagnaraðilar um tillögu stýrihóps

- Stjórnendur og starfsfólk leikskóla
- Stjórnendur og starfsfólk grunnskóla
- Stjórnendur og starfsfólk FB
- Stjórnendur og starfsfólk frístundaheimila og félagsmiðstöðva
- Stjórnendur og starfsfólk ÞB
- Stjórnendur og starfsfólk BBB
- SLÖFF hópurinn
- Foreldrafélög leik- og grunnskóla
- Félagasamtök sem vinna með börnum í hverfinu s.s. íþróttafélög og skátafélög
- Einkaaðilar sem vinna með börnum í hverfinu s.s. tónlistar-, myndlistar- og dansskólar
- Börn á öllum aldurskeiðum og öllum grunnskólum hverfisins sem endurspegla nemendasamsetninguna
- Foreldrar barna í leik- og grunnskólum hverfisins sem endurspegla íbúasamsetningu
- Ungmennaráð Breiðholts

Lýðheilsuaðgerðir í Breiðholti

- **Lokaútgáfa aðgerðaáætlunar verður tilbúin 15. júní**
- **Kynning aðgerðaáætlunar meðal starfsfólks stofnana, samstarfsaðila og íbúa í hverfinu frá 15. júní 2022**
- **Upphaf aðgerða 15. ágúst 2022**