

Fundur stýrihóps um heilsueflandi samfélag haldinn í Ráðhúsi Borgarbyggðar 26. september 2019 kl.16:00.

Mætt: Silja E. Steingrímsdóttir, Sigurður Guðmundsson, Ástríður Guðmundsdóttir, Guðrún María Harðardóttir, Hanna Sigríður Kjartansdóttir og Anna Magnea Hreinsdóttir.

Íris Grönfeldt boðaði forföll og Rangar Frank var í sumarleyfi.

Dagskrá:

1. Niðurstöður Rannsóknar og greiningar.

Farið yfir helstu niðurstöður úr könnun Rannsóknar og greiningar um hagi og líðan barna og ungmenna í Borgarbyggð. Kynning á niðurstöðum fór fram á opnum íbúafundi í Hjálmakletti og á Kleppjárnsreykjum og var þátttaka góð. Mikilvægt er að bregðast við niðurstöðum um ónógan svefn, rafrettunotkun og orkudrykkjaneyslu.

2. Starfsáætlun fyrir veturinn 2019-2020

Starfsáætlun fyrir veturinn lögð fram og rædd. Helstu verkefni eru:

Haustönn 2019

- „Hvernig líður börnunum okkar?“ – Súpufundur og kynning á niðurstöðum könnunarinnar Ungt fólk í samstarfi Borgarbyggðar og Menntaskóla Borgarfjarðar með virkri þátttöku foreldrafélaga skóla. Hjálmaklettur og GBF-Kleppjárnsreykjum.
- Lýðheilsugöngur UMB – fjórar göngur á miðvikudögum.
- Útivistarseglar sendir á börn í 4. og 7. bekk í grunnskólunum. Hefur verið sendur á skólanna en einnig hafa forvarnarfulltrúi og lögregla mætt til að ræða útivistartímenn.
- Fyrirlestur um svefn í hverjum grunnskóla og opinn fundur fyrir íbúa.
- Orkudrykkir – fræðsla í grunnskólum.
- Jákvæð sjálfsmynd - Sjálfsmyndaverkefni Borgarbyggðar unnin í leikskólum og grunnskólum.
- Innleiðing Barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna
- Fræðsla um rafsígarettur fyrir nemendur og foreldra
- Orðsendingar til foreldra og barna í jólaútlarpi Grunnskólans í Borgarnesi.

Vorönn 2020

- Náum áttum - Jákvæð samskipti í starfi með börnum – samfélag virðingar og ábyrgðar. Sjá nánar á www.naumattum.is
- Hollt mataræði. Frekari upplýsingar um ráðleggingar um mataræði er að finna á síðunni: www.landlaeknir.is/radleggingar.
- Lífshlaupið – www.lifshlaupid.is Grunnskólakeppni fyrir 15 ára og yngri í tvær vikur á tímabilinu 6. - 19. febrúar. Vinnustaðakeppni í þrjár vikur á tímabilinu 6. - 26. febrúar. Skólar, bæði starfsfólk og nemendur eru hvattir til að taka þátt.
- Alþjóðlegi netöryggisdagurinn 6. febrúar.
- Bendum á efni á heimasíðu SAFT og facebook síðuna þeirra í tengslum við daginn.
- Tannverndarvika- 4-8 febrúar. Áhersla verður lögð á góða tannhirðu og að það sé ekki flókið, sjá myndband það er ekki flókið. Skólar eru hvattir til að skoða verkfærakistu Tannheilsu á vefsvæði Heilsueflandi grunnskóla í tenglum við val á viðfangsefnum fyrir Tannverndarviku. Upplýsingar má einnig finna á vefsíðu embættisins um Tannvernd.

- Dagur líkamsvirðingar 13 mars. Skólar eru hvattir til að ræða um og vinna verkefni með nemendum sem snúa að líkamsvirðingu, t.d. að sýna líkamanum umhyggju, læra að hlusta á líkamann, auka líkamsvitund og stuðla að virðingu fyrir fjölbreytileika líkamsvaxtar og útlits.
- Alþjóðlegur svefndagur 16. mars. Upplýsingar má m.a. finna á vefsíðunni World sleep day Skólar eru hvattir til að vekja athygli á mikilvægi svefns þennan dag og skoða efni um svefn á
- Heilsuveru og námsefni um svefn á síðu Heilsueflandi grunnskóla.
- Alþjóðlegi hamingjudagurinn 20. mars. Opinn viðburður í Hjálmakletti. Skólar eru hvattir til að vekja sérstaklega athygli á hamingju og vellíðan og vinna verkefni sem auka gleði og efla skilning á mikilvægi lífsgæða og lífsánægju. Sjá nánar verkfærakistu Geðræktar t.d. Fimm leiðir að vellíðan og Geðorðin 10.
- Bolir með forvarnarslagorðum gefnir krökkum í 8. 9. og 10. bekk grunnskólanna. Krakkarnir semja slagorðin og útlit bolsins.
- Sumarverkefni- SAMAN-sólrir. Skilti með SAMAN-sólinni og skilaboðum um mikilvægi samveru foreldra og barna/unglinga á nokkrum stöðum í Borgarnesi og víðar í sveitarfélaginu.
- Hreyfivika UMFÍ - www.umfi.is/verkefni/hreyfivika/ Árlegur viðburður í Evrópu sem m.a. mörg sveitarfélög taka þátt í og hvetjum við skóla til að kynna sér það og taka þátt. Hér má finna nánari upplýsingar um Hreyfiviku 2019.

3. Málþing/íbúaþing um heilsueflandi samfélag

Síðast var haldið málþing árið 2016 þegar Borgarbyggð gerðist heilsueflandi samfélag. Mikilvægt að heyra hvað íbúar vilja leggja áherslu á næstu fjögur árin og því tímabært að kalla saman íbúaþing vorið 2020.

4. Áfangaskýrsla og skýrsla til Lýðheilsusjóðs

Styrkur fékkst frá Lýðheilsusjóði til að leggja áherslu á heilsueflingu í Borgarbyggð og var skýrsla send til sjóðsins sem lögð var fram og rædd. Áfangaskýrsla verður unnin fyrir árið 2018, en áfangaskýrslurnar eru góð samantekt á því sem gert hefur verið undir merkjum heilsueflandi samfélags.

5. Forvarnarvikan

Forvarnarvikan verður haldin í byrjun október og verður lögð áhersla á:

<https://www.landlaeknir.is/um-embattid/greinar/grein/item37596/forvarnardagurinn-2019>

6. Önnur mál

Sigurður Guðmundsson tekur saman framboð af íþróttum og tómsendum í Sportablar.

Rætt um merkingar í íþróttamannvirkjum í Borgarbyggð og skólum til að minna á heilsueflandi samfélag. Senda lógó heilsueflandi á stofnanir og hvetja til að nota.

Rætt um framboð á drykkjum og matvörum í íþróttamannvirkjum Borgarbyggðar.

Áhugi er á að fylgja eftir heilsufarsmælingu Heilsuverndar á heilsufari starfsmanna Borgarbyggðar.

Rætt um að fylgja fordæmi Andabæjar og taka þátt í kvartlausum október.

Fleira ekki gert. AMH

Fundi slitið kl.17:00