

Lýðheilsu- og forvarnarstefna Mosfellsbæjar



„Mosfellsbær er sjöunda stærsta bæjarfélag landsins og hefur vaxið hratt undanfarin ár. Íbúafjöldgunin hefur skýr tengsl við þá eiginleika sem einkenna Mosfellsbæ sem eftirsóknarverðan bæ með beina tengingu við náttúruperlur og útivist í blöndu borgarsamfélags og sveitar.

Bærinn er í útjaðri höfuðborgarsvæðisins, er um 220 ferkílómetrar að stærð og státar af víðáttumiklum náttúrulegum svæðum með fellum, heiðum, vötnum og strandlengju og allir íbúar eru aðeins nokkrar mínútur að komast beint út í náttúruna. Þessi eiginleiki Mosfellsbæjar er mikilvægur út frá sjónarmiðum lýðheilsu, heilsueflingar og forvarna og er hluti af styrkleikum samfélagsins.“



Almennt um gerð þessarar stefnu

Íþrótt- og tómstundanefnd Mosfellsbæjar ákvað í júní 2019 að setja af stað heildstæða vinnu við stefnumörkun í lýðheilsu og forvörnum fyrir Mosfellsbæ. Mótun lýðheilsu- og forvarnarstefnu er ætlað að skerpa á markmiðum, leiðum og sérstöðu Mosfellsbæjar sem heilsueflandi samfélags. Mosfellsbær er leiðandi í hópi sveitarfélaga sem láta sig heilsueflingu íbúa og starfsfólks varða.



Almennt um gerð þessarar stefnu

Markmiðið með mótun stefnunnar er að tryggja að í Mosfellsbæ þróist enn öflugra og heilbrigðara samfélag öllum til heilla og áhersla á að Heimsmarkmið og Barnasáttmáli Sameinuðu þjóðanna endurspeglast í lýðheilsu- og forvarnarstefnu bæjarins.

Lýðheilsu- og forvarnarstefnunni er þannig ætlað að:

- auka þekkingu á mikilvægi heilsueflingar
- auka þekkingu á þeim fjölbreyttu möguleikum sem eru til heilsueflingar
- auka þátttöku í heilsueflandi athöfnum
- minnka líkur á athöfnum sem hafa neikvæð áhrif á heilsu og líðan
- auka lífsgæði, öryggi og ánægju íbúa



Framtíðarsýn Mosfellsbæjar til ársins 2027

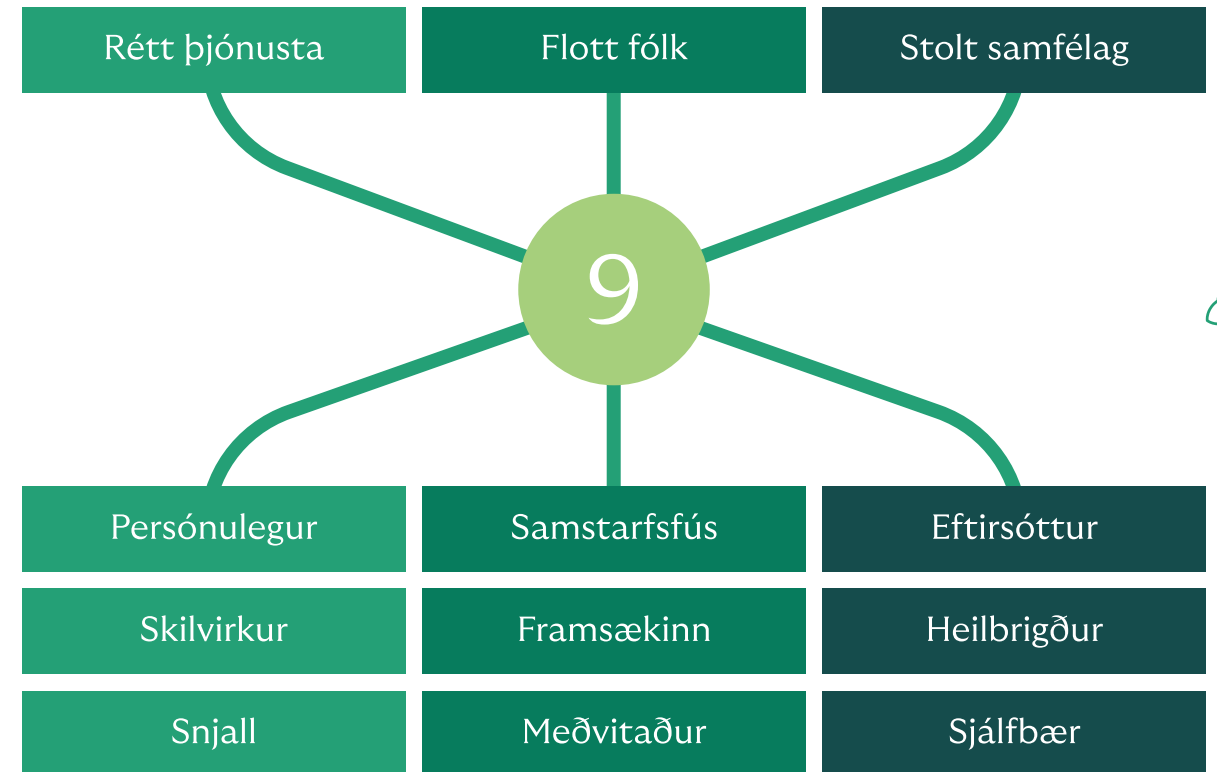
„Mosfellsbær er fjölskylduvænt,
heilsueflandi og framsækið
bæjarfélag sem setur umhverfið í
öndvegi og hefur þarfir og velferð
íbúa að leiðarljósi.“



Áhersluflokkar í stefnu Mosfellsbæjar

Áhersluflokkar í stefnu Mosfellsbæjar eru rétt þjónusta, flott fólk og stolt samfélag og undir hverjum áhersluflokki eru þrjár áherslur.

Þannig vill Mosfellsbær vera persónulegur, skilvirkur og snjall þegar kemur að því að veita rétta þjónustu. Í áhersluflokknum flott fólk vill Mosfellsbær vera samstarfsfús, framsækinn og meðvitaður. Þegar kemur að stoltu samfélagi vill Mosfellsbær vera eftirsóttur, heilbrigður og sjálfbær.



Áhersluflokkar í stefnu Mosfellsbæjar

Á sviði lýðheilsu- og forvarna er mikilvægt að Mosfellsbær eigi leiðandi þátt í að auka lífsgæði íbúa, gæta að heilbrigði og hvetji til þátttöku í íþróttum og hreyfingu enda slíkt einn að megin áhrifaþáttum lýðheilsu og forvarna. Samstarf sveitarfélagsins við íbúa og samtök þeirra á sviði lýðheilsu- og forvarna skiptir miklu máli og er þáttur í að viðhalda þeim félagsauði sem einkennir samfélagið og birtist meðal annars í öflugu samstarfi einstaklinga og íþrótt- og tómstundafélaga og félagasamtaka sem er kjarni þess að Mosfellsbær er heilsueflandi samfélag. Áhersla á heilbrigt umhverfi, nálægð við náttúru og samtakamáttur íbúa er lykill að framsækni sveitarfélagsins og hefur áhri á vinsældir til búsetu.

Þeir tveir áherslupættir í stefnu Mosfellsbæjar sem tala hvað skýrast við lýðheilsu- og forvarnarstefnuna eru áherslur á að vera heilbrigður og sjálfbær. Undir heilbrigði er áherslan: „Við erum heilsueflandi samfélag. Við hvetjum, eflum og styðjum íbúa til að stunda heilsu-samlegan lífstíl og lækkum þröskulda til þátttöku.“ Á sviði sjálfbærni er áherslan þessi: „Við látum umhverfið okkur varða og sinnum málaflokknum af kostgæfni. Nálægð við náttúruperlur og vernd þeirra er nýtt samfélaginu til góðs og til að vekja athygli á sveitarfélaginu.“



Gildi Mosfellsbæjar

Gildi Mosfellsbæjar eru leiðarljós í allri starfsemi sveitarfélagsins, voru mótuð árið 2007, útfærð og skilgreind að nýju á starfsdegi starfsmanna haustið 2016 en gildin eru: jákvæðni, virðing, umhyggja og framsækni.

Gildi Mosfellsbæjar

- Jákvæðni
- Virðing
- Umhyggja
- Framsækni



Stefnuáherslur í lýðheilsu og forvörnum



Stefnuáherslur í lýðheilsu og forvörnum

Mosfellsbær er leiðandi á sviði lýðheilsu og forvarna meðal sveitarfélaga á Íslandi og virkur þátttakandi í verkefninu Heilsueflandi samfélag.

Vel er fylgst með þekkingu á sviði lýðheilsu og forvarna og eru áherslupættir og verkefni valin út frá áreiðanlegustu upplýsingum og þekkingu á hverjum tíma.

Árlega fer fram kortlagning á óskum íbúa, stöðu samfélagsins á áhrifaþáttum lýðheilsu og forvarna og mótaðar aðgerðir sem miða að því að virkja hagsmunaaðila til samstarfs um þau umbótaverkefni sem brýnust þykja á hverjum tíma.

Verkefnum á sviði lýðheilsu og forvarna er ætlað að tryggja jöfnuð til heilsueflandi athafna meðal allra íbúa, þ.e. barna, unglunga, ungs fólks, fjölskyldna og eldri borgara með það að markmiði að mæta ólíkum þörfum hópa.

Verkefnum á sviði lýðheilsu og forvarna er miðlað með jákvæðum og lifandi hætti á miðlum sveitarfélagsins og í fjölmiðlum. Góðum sögum úr lýðheilsu og forvarnarstarfi í Mosfellsbæ er miðlað reglulega.

Verkefni á sviði lýðheilsu og forvarna eru skráð kerfisbundið og þau árangursmetin. Í ársskýrslu sem kemur út í mars ár hvert koma fram upplýsingar um verkefni, kostnað, árangur og áhrif verkefna. Leitast verði við að halda utan um sögu verkefna, t.d. með myndböndum, ljósmyndum og viðtölum við þátttakendur.



Áhersluflokkar lýðheilsu- og forvarnarstefnu

1. Skólastarf
2. Æskulýðs-, félags- og íþróttastarf
3. Öryggi íbúa og forvarnir
4. Íbúar og starfsfólk
5. Heilbrigðisþjónusta
6. Umhverfi og samgöngur



1. Skólastarf

Yfirmarkmið

Að allt skólastarf í Mosfellsbæ
verði heilsueflandi.



1. Skólastarf

Markmið

Að allir skólar Mosfellsbæjar hafi heilsueflingu að leiðarljósi í starfsemi sinni.

Leiðir að markmiðum

- Stjórnendur og starfsfólk skóla Mosfellsbæjar fái fræðslu um mikilvægi og jákvæð áhrif heilsueflingar.
- Innleiddar verði heilsueflandi aðgerðir í alla skóla Mosfellsbæjar fyrir lok árs 2025.
- Allir skólar Mosfellsbæjar séu þátttakendur í verkefni Embættis landlæknis um heilsueflandi leik- og grunnskóla.
- Tekið verði saman yfirlit yfir heilsueflandi aðgerðir í hverjum skóla og þær verði hluti af ársskýrslu lýðheilsu og forvarna.
- Boðið verði upp á fræðslu fyrir foreldra um heilsueflingu og heilsueflandi skólastarf.



1. Skólastarf

Markmið

Lögð verði áhersla á margþætta fræðslu til barna og ungmenna í skólum Mosfellsbæjar, með heilsuefningu og forvarnir að leiðarljósi.

Leiðir að markmiðum

- Fræðsla um mikilvægustu þætti heilsuefningar, svefn, næringu, hreyfingu og geðrækt, verði hluti af kennslu í skólum bæjarins.
- Rekið verði víðtækt forvarnarstarf sem sniðið verði að hverjum hópi er varðar ofbeldi, slysavarnir, áfengis- og vímuvarnir, tannvernd, tóbaksnotkun og orkudrykki. Vel sé fylgst með tískusveiflum í neyslu sem geta haft neikvæð áhrif á heilbrigði barna og ungmenna.
- Forvarnarstarf sé lifandi og í gegnum viðburði og miðla sem henta hverjum aldurshóp.



2. Æskulýðs-, félags- og íþróttastarf



Yfirmarkmið

Að tryggja íbúum Mosfellsbæjar
gott aðgengi að æskulýðs-, félags-
og íþróttastarfi og að sú starfsemi
þróist í takt við þarfir bæjarbúa.



2. Æskulýðs-, félags- og íþróttastarf

Markmið

Að það æskulýðs-, félags- og íþróttastarf sem er í boði í Mosfellsbæ sé vel kynnt íbúum og að þeir geti með einföldum hætti nýtt sér það til heilsueflingar.

Leiðir að markmiðum

- Auðvelt sé fyrir íbúa að kynna sér það æskulýðs-, félags- og íþróttastarf sem í boði er í bænum. Upplýsingar séu aðgengilegar, þær uppfærðar reglulega og þeim miðlað með virkum hætti til íbúa.
- Stofnaður verði samráðsvettvangur þeirra sem bjóða upp á æskulýðs-, félags- og íþróttastarf þar sem lögð er áhersla á upplýsingamiðlun, samstarf og samvinnu með velferð íbúa að leiðarljósi.
- Upplýsingar um starf og áætlanir þeirra sem sinna æskulýðs-, félags- og íþróttastarfi verði kynntar fyrir íþrótt- og tómstundanefnd Mosfellsbæjar árlega.
- Tekið sé saman árlega yfirlit um það æskulýðs-, félags- og íþróttastarf sem í boði er í Mosfellsbæ. Meta skal framboð, sýnileika og þátttöku íbúa. Þær upplýsingar séu hluti af ársskýrslu lýðheilsu og forvarna í Mosfellsbæ.



2. Æskulýðs-, félags- og íþróttastarf

Markmið

Tryggt verði að aðgengi íbúa að þeim mannvirkjum og opnu svæðum sem bjóða upp á aðstöðu til æskulýðs-, félags- og íþróttastarfs sé gott.

Leiðir að markmiðum

- Opnunartími t.d. sundlauga, íþróttahúsa og annarra mannvirkja sem nýta má til félagsstarfs og heilsueflingar taki mið af þörfum íbúa á hverjum tíma.
- Aðstaða sé ekki eingöngu nýtt til keppni heldur hafi aðgengi almennings til íþróttaiðkunar og félagsstarfs einnig tryggt.
- Annað hvert ár sé framkvæmd þarfa- og þátttökgreining meðal íbúa þegar kemur að æskulýðs-, félags- og íþróttastarfi.



3. Öryggi íbúa og forvarnir



Yfirmarkmið

Að heilsa og öryggi íbúa verði
haft að leiðarljósi í allri stefnu-
mótun. Að áhersla verði lögð
á snemmtæka íhlutun með
forvörnum.



3. Öryggi íbúa og forvarnir

Markmið

Unnið verði að áfengis- og vímuvörnum með það að markmiði að auka lífsgæði og öryggi. Sérstök áhersla verði lögð á viðkvæma hópa.

Leiðir að markmiðum

- Fræðsluefni verði aðgengilegt á nokkrum tungumálum, t.d. í formi myndbanda eða lifandi efnis á samfélagsmiðlum.
- Samstarf verði við félagasamtök og opinbera aðila sem hafa sérþekkingu í áfengis- og vímuvörnum.



3. Öryggi íbúa og forvarnir

Markmið

Innleiddar verði markvissar ofbeldis- og slysavarnir sem hafa það að markmiði að skapa frið og öryggi á heimilum í Mosfellsbæ.

Leiðir að markmiðum

- Skoðað verði samstarf um verkefnið „Heimilisfriður“, samstarf við Bjarkarhlíð, lögreglu og aðra sérfræðinga í ofbeldismálum.



3. Öryggi íbúa og forvarnir

Markmið

Innleiddar verði markvissar aðgerðir þegar skyndilegar breytingar verða á aðstæðum fólks, t.d. er varðar atvinnuþátttöku og virkni.

Leiðir að markmiðum

- Verkefni sem tryggja virkni einstaklinga og fjölskyldna sem búa við atvinnuleysi.
- Verkefni sem auka þekkingu og hæfni einstaklinga til atvinnuþátttöku.
- Tryggja aðgengi íbúa að þjónustu sem eykur virkni og gerir fólk betur í stakk búið til atvinnuþátttöku.



4. Íbúar og starfsfólk



Yfirmarkmið

Að stuðlað verði að stuðningi
og aðgerðum til heilsueflingar
og aukinna lífsgæða fyrir íbúa
og starfsfólk.



4. Íbúar og starfsfólk

Markmið

Aðgengi að þjónustu og útivistar-svæðum sé tryggt með það að markmiði að bjóða stuðning til heilsueflingar og aukinna lífsgæða

Leiðir að markmiðum

- Árlega fari fram kortlagning á mismunandi hópum sem hefur það að markmiði að bjóða þeim upp á stuðning til heilsueflingar.
- Sérstaklega skal huga að grunnstoðum heilsueflingar; hreyfingu, næringu, svefni, jákvæðum samskiptum og geðrækt.



5. Heilbrigðisþjónusta



Yfirmarkmið

Að Mosfellsbær sé í virku
samstarfi við heilbrigðisyfirvöld
um aukinn aðbúnað og gæði
heilbrigðisþjónustu í Mosfellsbæ.



5. Heilbrigðisþjónusta

Markmið

Að íbúum Mosfellsbæjar sé tryggð heilbrigðisþjónusta í heimabyggð.

Leiðir að markmiðum

- Gott samstarf við Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins um aðgengi og gæði þeirrar heilbrigðisþjónustu sem í boði er í Mosfellsbæ.
- Pátttaka í stefnumótandi ákvörðunum um þróun heilbrigðisþjónustu á höfuðborgarsvæðinu.
- Fylgst sé reglubundið með upplifun íbúa á heilbrigðisþjónustu og gripið til aðgerða ef þörf er á í góðu samstarfi við alla hagsmunaaðila.



6. Umhverfi og samgöngur

Yfirmarkmið

Að Mosfellsbær sé í virku
samstarfi við heilbrigðisyfirvöld
um aukinn aðbúnað og gæði
heilbrigðisþjónustu í Mosfellsbæ.



6. Umhverfi og samgöngur

Markmið

Að allir íbúar hafi gott aðgengi að útivistarsvæðum með góðri aðstöðu.

Leiðir að markmiðum

- Áfram verði unnið að uppbyggingu útivistarsvæða og auðveldu aðgengi fyrir alla.
- Reglulegt eftirlit fari fram með viðhaldi opinna leiksvæða í bænum.
- Upplýsingar um fjölbreyttar útivistarleiðir og fræðsluskilti verði aðgengilegar íbúum.



6. Umhverfi og samgöngur

Markmið

Aðgengi að útivistarsvæðum og náttúru í Mosfellsbæ verði auðveldað.

Leiðir að markmiðum

- Fjölgað verði merktum gönguleiðum, s.s. með stikum, fræðsluskiltum eða stígagerð.
- Hugað verði að uppbyggingu og viðhaldi útivistarleiða á fjöllum og fellum.
- Upplýsingar um útivistarsvæði og friðlýst svæði séu aðgengilegar á heimasíðu bæjarins.



6. Umhverfi og samgöngur

Markmið

Aukin áhersla verði á vistvænar samgöngur og aukna notkun almenningssamgangna.

Leiðir að markmiðum

- Við skipulag nýrra hverfa og svæða verði sérstaklega hugað að aðgengi að vistvænum samgöngum og hjólastæðum.
- Starfsfólk Mosfellsbæjar sé hvatt til þess að nýta sér vistvænar samgöngur til og frá vinnu, t.d. með samgöngustyrk.
- Mosfellsbær taki áfram virkan þátt í Evrópsku samgönguvíkunni og Bíllausa deginum, viðburðum sem haldnir eru ár hvert.



Um gerð lýðheilsu- og forvarnarstefnu Mosfellsbæjar, innri og ytri stefnu og mælikvarðar



Verklag við mótun þessarar stefnu

Í byrjun kjörtímabilsins 2018-2022 var tekin ákvörðun um að færa lýðheilsu- og forvarnarmál frá fjölskyldunefnd til íþróttá- og tómstundanevndar. Þannig færðist ábyrgð á stefnumótun í þeim málaflokkum frá fjölskyldusviði til fræðslu- og frístundasviðs. Samhliða var áfram unnið að þeim verkefnum sem leiða af samstarfinu um heilsuefli samfélöga.

Með lýðheilsu- og forvarnarstefnu er skerpt á markmiðum, leiðir varðaðar og byggt á sérstöðu Mosfellsbæjar sem heilsuefli samfélags. Stefnan er samþætt meginstefnu bæjarins og tekur mið af öðrum undirstefnum sem snerta málaflokka sem falla undir lýðheilsu og forvarnir.

Viðtöl, vinnustofur og önnur greiningarvinna hófst haustið 2019 og lauk haustið 2020. Vinnan hófst með kortlagningu hagsmunaaðila og í kjölfarið var fundað með þeim. Alls var rætt við um 40 einstaklinga og frekar unnið úr þeim gögnum sem aflað var. Í kjölfarið hófst vinna við ritun draga að stefnuskjali þar sem gerð var tillaga að kaflaskiptingu, tillögur gerðar að markmiðum og leiðir að markmiðum settar fram.

Heilsufélagið annaðist verkefnastjórnun í stefnu- mótunarvinnunni og í stýrihóp verkefnisins sitja Linda Udengård, framkvæmdastjóri fræðslu- og frístundasviðs Mosfellsbæjar, Arnar Jónsson, forstöðumaður þjónustu- og samskiptadeildar, Edda Davíðsdóttir, tómstunda- og forvarnarfulltrúi, Ólöf Sívertsen frá Heilsuvin og Ragnheiður Dögg Agnarsdóttir frá Heilsufélaginu.



Verklag – samráð við íbúa

Um samráð við íbúa Mosfellsbæjar við gerð lýðheilsu- og forvarnarstefnu

Dagana 19. nóvember til 22. desember 2020 átti sér stað formlegt samráð við íbúa og hagsmunaaðila vegna vinnu við gerð lýðheilsu- og forvarnarstefnu Mosfellsbæjar þar sem leitað var eftir hugmyndum að markmiðum og leiðum við útfærslu áherslupátta stefnunnar. Þar voru íbúar og hagsmunaaðilar hvattir til að setja inn hugmyndir sínar og sjónarmið undir hverjum kafla, taka þátt í umræðu og merkja við sína afstöðu til áhugaverðra hugmynda.

Í upphafi var skilafrestur til 11. desember var frestur til að skila inn tillögum framlengdur til 21. desember. Auglýst var tvisvar sinnum með hálf síðu í miðli sem 92% Mosfellinga lesa. Þá var auglýsing og hvatning sett út á vef og samfélagsmiðlum Mosfellsbæjar.

Samráðið átti sér stað undir merkinu „Okkar heilsu Mosó“ og fór fram á samráðsgáttinni Betra Ísland sem hefur haldið utan um lýðræðisverkefnið Okkar Mosó í þrígang. Íbúar Mosfellsbæjar þekkja það viðmót og þess vegna var lausn þess fyrirtækis fyrir valinu. Í samráðinu voru settar fram 30 tillögur allt frá einstaklingum og var unnið úr þeim við lokafrágang þeirra stefnudraga sem hafa verið til umfjöllunar síðustu vikur.



Heimsmarkmið Sameinuðu Þjóðanna

Við gerð lýðheilsu- og forvarnarstefnu Mosfellsbæjar voru höfð til hliðsjónar Heimsmarkmið Sameinuðu þjóðanna um sjálfbæra þróun og þau verkefni sem falla undir þau.

Í aðgerðaáætlun verður sérstaklega gerð grein fyrir því til hvaða kafla heimsmarkmiðanna er horft. Heimsmarkmiðin eru 17 talsins með 169 undirmarkmiðum.

Sérstaklega er horft til 3. kafla Heimsmarkmiðanna sem snúa að heilsu og vellíðan. Einnig koma fleiri kaflar markmiðanna við sögu.



Barnasáttmáli Sameinuðu Þjóðanna

Við gerð lýðheilsu- og forvarnarstefnu Mosfellsbæjar var hafður til hliðsjónar sáttmáli Sameinuðu þjóðanna um réttindi barnsins og þau verkefni sem falla undir hann.

Barnasáttmállinn er í 54 greinum en sérstaklega er horft til 2., 3., 6. og 12. gr. sáttmálans.

- 2. gr. Jafnræði – bann við mismunun
- 3. gr. Það sem barninu er fyrir bestu
- 6. gr. Réttur til lífs og þroska
- 12. gr. Réttur til að láta skoðanir sínar í ljós og til að hafa áhrif



Lýðheilsu- og forvarnarstefna er samþætt öðrum stefnum mosfellsbæjar

Lýðheilsu- og forvarnarstefna Mosfellsbæjar er samþætt stefnu og áherslum Mosfellsbæjar 2017 til 2027, auk þess að taka mið af öðrum undirstefnum sem snerta málaflokka sem falla undir lýðheilsu og forvarnir, s.s. íþrótt- og tómstundastefnu, menntastefnu og menningarstefnu, umhverfisstefnu, stefnu í málefnum eldri borgara og mannauðsstefnu Mosfellsbæjar.

Með það að markmiði að tryggja samþættingu og yfirsýn, miðlun þekkingar, bestu aðferðir og framgang verkefna lýðheilsu- og forvarnarstefnunnar verða árlega haldnir fundir þar sem ábyrgðaraðilar þeirra stefna sem bæjarstjórn markar á hverjum tíma koma saman og kortleggja sameiginlega fleti og koma auga á tækifæri til samstarfs við framkvæmd aðgerða og verkefna.

Loks tekur stefnan mið af Barnasáttmála og Heimsmarkmiðum Sameinuðu þjóðanna, auk þeirrar heilbrigðis- og lýðheilsustefnu sem er í gildi hverju sinni á Íslandi.

Stefnur Mosfellsbæjar Ytri Stefnur

- Stefna Mosfellsbæjar
- Stefna í málefnum eldri borgara
- Stefna um málefni fatlaðra
- Íþrótt- og tómstundastefna
- Jafnréttisáætlun Mosfellsbæjar
- Lýðræðisstefna Mosfellsbæjar
- Mannauðsstefna
- Menntastefna Mosfellsbæjar
- Menningarstefna Mosfellsbæjar
- Umhverfisstefna Mosfellsbæjar
- Próunar- og ferðamálastefna
- Heilbrigðis- og lýðheilsustefna fyrir Ísland
- Barnasáttmáli Sameinu þjóðanna
- Heimsmarkmið Sameinuðu þjóðanna



Aðgerðaáætlun

Lýðheilsu- og forvarnarstefna Mosfellsbæjar nýtir neðangreind gögn til að móta aðgerðaáætlun til að leggja mat á árangur við framkvæmd stefnunnar:

- Árlegir lýðheilsu vísar útgefnir af Embætti landlæknis
- Árleg þjónustukönnun Gallup
- Rannsóknir á heilsu og líðan barna og ungmenna
- Árlegur verkefnalisti lýðheilsu- og forvarnarmála
- Ársskýrsla lýðheilsu og forvarna í mars ár hvert



Heilsueflandi samfélag frá árinu 2014

Heilsueflandi samfélag er samfélag sem setur heilsu og heilsueflingu í forgrunn í allri stefnumótun og þjónustu og býr þar með til aðgengi og umgjörð sem gerir öllum íbúum kleift og auðvelt að taka heilsusamlegar ákvarðanir.

Bæjarstjórn Mosfellsbæjar samþykkti árið 2012 tillögu um að stofnanir Mosfellsbæjar, frjáls félagasamtök, fyrirtæki og einstaklingar tækju höndum saman og legðust á eitt til að gera Mosfellsbæ að eflandi umhverfi fyrir heilsu og heilbrigðan lífsstíl. Sveitarfélagið hefur frá þeim tíma verið frumkvöðull og í fararbroddi heilsueflandi samfélaga á Íslandi og unnið með markvissum hætti að heilsueflingu, m.a. með þróunarverkefni í samstarfi við Embætti landlæknis og Heilsuvin. Verkefnið var fjórþætt og var unnið á tímabilinu 2014–2017.



Heilsueflandi samfélag frá árinu 2014

Verkefnið var fjórþætt og var unnið á tímabilinu 2014–2017.

2014 Næring og mataræði; markmiðið var að breyta ásjón bæjarins úr skyndibítabæ yfir í heilsubæ og vekja fólk til umhugsunar um tengsl næringar og heilsu.

2015 Hreyfing og útivist; lögð var áhersla á hreyfingu í víðum skilningi, fyrir alla aldurshópa.

2016 Líðan og geðrækt; lögð var áhersla á mikilvægi þess að einstaklingar á öllum aldri hefðu tækifæri til að þroskast í leik og starfi.

2017 Lífsgæði; lögð var áhersla á forvarnir, t.d. er varða tannheilsu, áfengis- og vímuvarnir, ofbeldis- og slysavarnir. Heilsusamlegt húsnæði og umhverfi fyrir alla.



Heilsueflandi samfélag frá árinu 2014

Próunarverkefnið tókst vel og á ríkan þátt í því að skapa Mosfellsbæ forystu á sviði heilsueflandi samfélaga á Íslandi. Frá því að verkefninu lauk formlega hafa Mosfellsbær og Heilsuvin unnið að ýmsum verkefnum í samvinnu við aðila eins og Framhaldsskóla Mosfellsbæjar, Ferðafélag Íslands, Félag eldri borgara og Reykjalund og haldið heilsueflandi upplýsingum að íbúum með því að leggja sérstaka áherslu á grasrótastarf með íbúum.



