



# TA VARE PÅ VELGERNE DINE

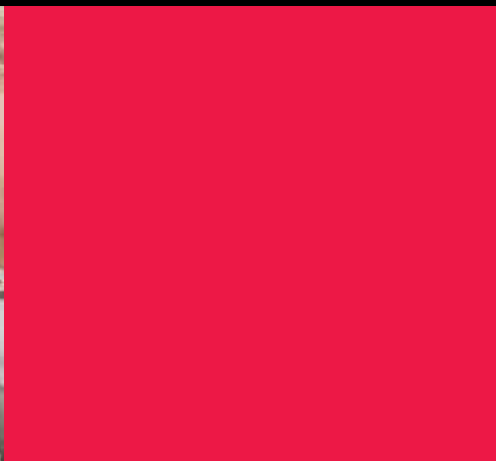




FOTO: SCANPIX



FOTO: SCANPIX



FOTO: SCANPIX

## SUNNE VELGERE LEVER LENGER - og stemmer flere ganger.

Her får du vite hva du som politiker kan gjøre for å beholde velgerne dine lenge, sunne og friske. Flere eldre innbyggere og større press på kommuneøkonomien gjør det nødvendig å tenke smart om folkehelse. God folkehelse skaper livskvalitet og trivsel. Sykdom er kostbart. En sunn befolkning, derimot, er kommunens viktigste kapital. Mennesker som trives og mestrer hverdagen, bidrar aktivt til fellesskapet.

Sunne velgere gjør sunne valg.

## HVORDAN HAR VI DET I DAG?

Vår moderne livsstil er en av de store truslene mot folkehelsen. Forskning har vist at manglende fysisk aktivitet øker risikoen for en rekke folkesykdommer som blant annet overvekt og fedme, hjerte- og karsykdommer, og type 2 diabetes.

WHO anslår at depresjon er den diagnosen som koster samfunnet mest. I dag har omkring 8% av alle barn og unge i Norge en psykisk lidelse. Psykiske problemer i ung alder kan belaste familien og kommunen i lang tid, i verste fall livet ut.

I et globalt perspektiv er helsen til den norske befolkningen ikke bare god, den er svært god. Men statistikken viser at folkehelsen fordeler seg ujevnt i befolkningen. Mens et barn som blir født i samfunnets øvre sosiale lag, kan se frem til et sunt og langt liv, vil andre barn kunne forvente dårlige karakterer på skolen, problemer på arbeidsmarkedet, sammensatte helseproblemer og dårlige levekår i sosialt utfordrende boområder.

Å styrke folkehelsen i kommunen handler om å rette innsatsen der virkningen kan ha størst effekt.

“Folkehelseloven pålegger kommunen å iverksette nødvendige tiltak for å møte folkehelseutfordringer. Dette kan omfatte tiltak knyttet til oppvekst- og levekårsforhold som bolig, utdanning, arbeid og inntekt, fysiske og sosiale miljøer, fysisk aktivitet, ernæring, skader og ulykker, tobakksbruk og alkohol- og annen rusmiddelbruk. Kommunen skal gi informasjon, råd og veiledning om hva den enkelte selv og befolkningen kan gjøre for å fremme helse og forebygge sykdom. Folkehelseloven kap 2 §5 og §7.

Fylkeskommunen skal ha oversikt over helsetilstanden i regionen og påvirkningsfaktorer. Fylkeskommunen skal være pådriver for regionalt partnerskapsarbeid. Folkehelseloven kap 4, §20 og §21”



## FOREBYGGE ELLER BEHANDLE?

Vi kan ikke behandle oss ut av fedmeepidemien. Den sunneste og mest kostnads-effektive veien å gå er å forebygge. Slik er det med de fleste livsstilssykdommer. Ønsker vi et friskere folk må vi gi årsakene til uhelse oppmerksomhet og tiltakene finner vi stort sett andre steder enn i helsesektoren. Vi må rette oppmerksomheten mot sosiale levekår, sosialt nettverk, bomiljø, arbeid, skole og utdanning, familie og fritid.

Smarte folkehelsepolitikere bygger eierskap til folkehelseoppgavene i alle deler av kommuneforvaltningen, tenker tverrfaglig og involverer private og frivillige aktører for å skape sunne rammer for innbyggerne.

Det er for mye fokus på sykdom og dødelighet, kommunene bør heller tilstrebe og få oversikt over de gode helsefremmende tiltakene. Kommunene må bli flinkere til å dokumentere tiltak og de positive påvirkningsfaktorer de gir. Det er du som politiker som kan ta initiativ. Ikke bare vil det kunne spare kommunen for utgifter, det vil også bidra til økt livskvalitet for de som er berørt. For å oppnå dette må du kanskje omdisponere midler fra behandling til forebygging. Dette krever politisk mot! Ingen går i fakkeltog for forebyggende og helsefremmende arbeid, og det er heller ikke sikkert at gevinstene kan høstes før lenge etter din tid som folkevalgt.

Folkehelse er samfunnsutvikling - tenk helse i alt du gjør.



Hele 70% av årsakene til for tidlig død og tapte leveår skyldes nå for det meste livsstilsrelaterte sykdommer. Hva skal vi gjøre med det?

Det er stor forskjell i levealder i Norge. Det er beregnet at en på Oslo øst lever 12 år kortere enn en på Oslos vestkant (ssb.no). Hva gjør vi med det?



FOTO: SCANPIX

## POLITIKERNE DELER UT KORTENE

For å oppnå og bevare god helse, må innbyggerne være aktive i sine egne liv. Med aktiv menes fysisk aktiv, psykisk aktiv, sosialt aktiv og åndelig aktiv, det vil si å ha en mening med livet.

Politikere må legge til rette for at innbyggerne kan ta sunne valg i hverdagen. Som politiker har du fem trumfkort på hånden; Folk jakter på det som er billig, moteriktig, behagelig, lettvint, og for de aller fleste, lovlig (Rose, 1992). Med disse virkemidlene kan du påvirke folks atferd. Gjør det lett å velge sunt.

*”Det store rusproblemet på norske arbeidsplasser skyldes nå et moderat, men stadig mer omfattende alkoholforbruk til arbeidstagerne. Et forbruk som gjør at fraværet stiger og produktiviteten faller,”* sier dr. psychol Cecilie S. Andreassen fra Stiftelsen Bergensklinikkene.

Verdens Helseorganisasjon anslår at 50 prosent av verdens befolkning vil ha utviklet en eller flere allergier i år 2030. Minst 1,5 millioner mennesker i Norge har astma, allergi, eksem, kols eller overfølsomhetssykdommer.

Dårlig inneklimate og forurenset uteluft er to kjente områder som krever betydelige tiltak (naaf.no). Hva gjør din kommune med disse samfunnsutfordringene?

**ULYKKESFOREBYGGING.**  
Et lårhalsbrudd er beregnet til å koste samfunnet 380.000 kroner bare det første året. Hvor mye koster det å strø?

FOTO: SCANPIX





## GJØR DET LETT Å VELGE SUNT

Sunne kommuner – WHO's norske nettverk, er en nettverksorganisasjon som består av kommuner og fylkeskommuner som har fokus på å fremme helhetstenkning i lokalt folkehelsearbeid.

Sunne Kommuner er med på å utforme nasjonal folkehelsepolitikk.

LES OG LÆR MER PÅ:  
[www.sunnekommuner.no](http://www.sunnekommuner.no)

Besøksadresse:  
**SUNNE KOMMUNER CO/KS**  
Haakons VII gate 9,  
Vika, 0114 Oslo