



Det gode liv, sundhed og trivsel:

Ung i Sønderborg

Fagcenter Sundhed for livet

Ung i Sønderborg

Oplæg til debat:

Hvad synes du politikken skal indeholde om sundhed for unge?

Hvad er sundhed for unge?

Hvad er de største udfordringer for sundhed blandt unge?

Hvilke grupper er mest udsatte blandt unge?

Hvad kan vi gøre for at fremme sundhed blandt unge?

Eksempler på udfordringer:

- Mad og måltider
- Antimobning
- Trivsel, omsorg og nærvær (bl.a. forebyggelse af spiseforstyrrelser og selvmordsforsøg)
- Rollemodeller
- Fysisk aktivitet, motion
- Rusmiddelkultur blandt unge
- Fysiske rammer
- Støtte til gennemførelse af uddannelse
- Ensomhed
- Vold og hærværk

Eksempler på igangværende og mulige projekter:

- TUBA – Terapi og rådgivning af Unge Børn af Alkoholafhængige
- Dansens Dag. Lær forskellige dansetyper at kende og dans med
- Kortlægning af motionstilbud, Gang i Danmark – nationalt projekt
- Samarbejde på tværs af ungdomsuddannelserne
- Sund kost og måltider på ungdomsuddannelserne
- Morgenmadsprojekt på AlssundSkolen for 10. klasserne
- Rygestop og Tobaksforebyggelse
- Sundt kosttilbud i sportshallerne

Fortættes på bagsiden

- Skift slik efter idræt ud med frugt og grønt
- Alkoholforebyggelse. 15 skridt til forebyggelse af alkoholproblemer
- Mobile Fitness – Tab dig med mobilen

Sundhed på den politiske dagsorden i Sønderborg

Sundhedspolitikken er et af byrådets politikområder. Der er nedsat et sundhedsudvalg, der tager udgangspunkt i, at sundhed skal være en bærende værdi i alle dele af kommunens politik. Til den daglige gennemførelse af dette fokus på sundhed er der udviklet et praktisk værktøj til vurdering af de sundhedsmæssige konsekvenser for ethvert forslag, der forelægges byrådet.

Sundhedspolitikken skal indeholde mål og konkrete indsatser indenfor de vigtigste områder der påvirker borgernes sundhed.

Kommunens visioner

SØNDERBORG – Kommunen med de sunde og gode rammer, valg og vaner – for og i hele livet.

Sønderborg skal kendes på:

- Sunde borgere og sunde miljøer
- Lang levetid og høj livskvalitet
- Forebyggelse og sundhedsfremme af høj kvalitet
- Gode rammer for at leve et sundt og godt liv
- Både den enkelte, familien, foreningen og kommunen tager ansvar for sundhedsudviklingen
- Mindskelse af den socialt betingede ulighed i sundhed
- Sundhed gennemsyrrer al politik og indtænkes i alle handlinger

Hvad påvirker vores sundhed?

- de sundhedsmæssige rammer vi lever under
- de risikofaktorer vi udsætter os for, vores livsstil
- de sygdomme, vi rammes af
- om vi tilhører særligt udsatte grupper

