



# Reykjanesbær – forvarnir Lýðheilsuvísar – Heilsueflandi samfélag

1997

## Neikvæður lífsstíll hjá stúlkum

Árangur á samræmdum prófum í stærðfræði og íslensku er og hefur verið heldur lakari hjá nemendum á Suðurnesjum en víða annars staða á undanföllum árum.

Niðurstöður könnunarinnar

nesbæjar. Mikil vinna með námi virðist draga úr námsirangri nemenda á svæðinu og bendir Rannsóknarstofnun uppeldis og menntamála á erlendar rannsóknir sem sýna að námskröfur í skólum geti

ð í kjölfar aukinnar menna með námi. Öður könnunarinnar þess að huga þurfi að igmenna á svæðinu. Í Suðurnesjum virðast inkað sér neikvæðan ákari meili en stúlkur í andshlutum. Áfer r tíðari hjá stúlka

en jafnöldur þeirra víða annars staða. Þá eru þær líklegri til að verja miklum tíma að heiman á kvöldin. RUM bendir á að slíkur lífsstíll fari sjaldan saman með góðum árangri í skóla.

Svipað mynstur kemur fram þegar lítið er til íþróttaiðkunar því stúlkur á Suðurnesjum eru líklegri en jafnöldur þeirra annars staða til að stunda ekki íþróttir. Þiltar virðast aftur á móti vera svipaðir jafnöldrum sínum í öðrum landshlutum hvað varðar neyslu vímuefna



Eiríkur Hermannsson skólamálafulltrúi sagði niðurstöðuna ekki viðunandi.

Niðurstöður rannsóknarinnar beina sjónum að ábyrgð foreldra í lífi ungmenna á Suðurnesjum. Þær leiða í ljós að ungmenni á Suðurnesjum verja

hlutum. Þetta á sérstaklega við um samverustundir um helgar en hlutfallslega fleiri ungmenni á Suðurnesjum sögðust nær aldrei vera með foreldrum sínum um helgar en í nokkrum öðrum landshluta. Þetta átti sérstaklega við um stúlkur á Suðurnesjum þar sem um venulegan mun var að ræða. Þær rannsóknir sem Rannsóknarstofnun uppeldis- og menntamála hefur staðið að benda til þess að aukid hlutverk foreldra í lífi ungmenna ásamt öflugum íþrótt- og tómstundastarfi hafi jákvæð áhrif á lífistíl og viðhorf ungmenna. Í heild benda niðurstöður til þess að margir þættir vinni saman við að draga úr námsár-

Niðurstöður könnunarinnar Ungt fólk 97 á Suðurnesjum:

## SUÐURNESIN Í VANDA!

Margir þættir vinna saman við að draga úr námsárangri ungmenna á Suðurnesjum. Það á sérstaklega við um vinnu með námi, vímuefna- og áfengisneyslu og samverustundir með foreldrum. Einnig er háskólamenntun foreldra og þá sérstaklega mæðra fátíðari á Suðurnesjum en víða annars staða.

Þetta er meðal þess sem kom fram á fjölmönnum borgarafundi sem haldinn var í Stapa í Reykjanesbæ sl. fimmtudag en þá voru kynntar helstu niðurstöður úr könnun Rannsóknarstofnunar uppeldis- og menntamála Ungt fólk 97 þar sem kannaðir voru hágr nemenda í 9. og 10. bekk um landið allt.

Unnið var sérstaklega úr könnuninni fyrir Suðurnes í

þeim tilgangi að sjá að hvaða leyti staða unglunga á Suðurnesjum væri frábrugðin jafnöldrum þeirra. Samhliða könnuninni var gerð sérstök úttekt á Reykjanesbæ annars vegar, og öðrum sveitarfélögum á Suðurnesjum hins vegar.

Á fundinum Einar Guðveig Þórisdóttir og Jón Þórisdóttir tóku þau sáborðsumræðu með Eiríku Hermanns stjóra og Sigríði og Fundarstjórn bæjarinnar. Mikill fjöldi vöktu niðurstöður og hlýttu foreldrum.

að málinu koma.

Athygli var vakin á því á fundinum að niðurstöðurnar eru samþil margra þátta og þurfi að horfa á þá í samhengi til þess að ná árangri í æskulýðsstarfi á Suðurnesjum. Jafnframt var bent á ýmsa já-

ljós um tilræðum

ila-þá má en-og að yrir ían

## Mikil ölvun unglunga

Mikið annríki var hjá Lögregluinni í Keflavík aðfaranótt laugardags.

Dansleikur á vegum Fjölbautaskóla Suðurnesja var haldinn í Stapa þetta kvöld og á sama tíma var opið hús í félagsmiðstöðinni Fjörheimum. Þurfti lögregla að hafa afskipti vegna mikillar ölvunar unglunga.

Lögreglan hafði afskipti af 11 unglingum vegna útivistarbrota.

## Reykjanesbær á réttu róli

Ávarp bæjarstjóra Ágætu bæjarbúar!



Ágæta Bæjarbúar

„Reykjanesbær á réttu róli“ hefst. Það er hreint ótrúlegur árangur sem nú þegar hefur náðst. Með jákvæðum hætti og hugarfari hefur Íþróttabandalag Reykjanesbæjar tekist að virkja breiðan hóp sjálfbóðaliða, vitt og breitt úr bæjarfélaginu til þátttöku.

Eins og fram kemur á glæsilegri forsiðu bladsins, sem dreift var í öll hús í gær, þá er „á réttu róli“ alhliða forvarnarverkefni, það þýðir að ekkert mannlegt er verkefninu óviðkomandi. Í raun snýst verkefni af þessu tagi um lífsviðhorf og gildismat. Hvers væntum við af lífinu? Allir óska sér og sínum góðrar heilsu og hamingjusamra lífsdaga. Mannskepnan er

þannig gerð að hún hefur óbilandi trú á sjálfri sér og telur að óhöpp og óáran hendi aðeins náungann í næsta húsi en viðkomandi muni sleppa.

Síðastliðna nótt ók ungur maður á 177 km hraða á Reykjanesbraut með þrjá farþega. Hann hafði greinilega óbilandi trú á sjálfum sér og bifreiðinni. Sem betur fer stöðvaði lögreglan piltinn og svipti hann ökuleyfi á staðnum. Hér fór vel.

Oftar en ekki högum við okkur í daglegu lífi líkt og ungi ökumaðurinn sem ók á 177 km hraða. Við látum okkur lítt varða líðan eða vandamál nágrennsins. Við lokum augunum fyrir því að eigin gerðir hafa áhrif á aðra og að annarra gerðir hafa áhrif á okkur.

Íbúar Reykjanesbæjar hafa orð á sér fyrir að vera umburðarlyndir og víðsýnir, duglegir og vinnusamir og stunda lífsgæðakapphlaupið af mikilli elju. Við erum svona þotufólk eða 177 km ökupórar. En á hinn bóginn erum við skeytingalaus um ýmsa þætti daglegs lífs. Við höfum oft en

ekki verið að reyna að lækna afleiðingar margháttaðra vandamála þegar í öfn er komið, frekar en að leggja rækt við lífsviðhorf sem komið geta í veg fyrir vandamálin. En nú er að verða breyting á. Við sem erum stödd hér í dag erum vitni að því þegar verkefni sem hefur það stórbrotna markmið að bæta líf og líðan allra bæjarbúa er hleypt af stokkunum. Því er haldið fram að stórbrotnar hugmyndir leiði af sér stór verkefni sem ná fram að ganga. Ég er þess fullviss að svo er um þetta verkefni í Íþróttabandalags Reykjanesbæjar „Á réttu róli“.

Ágæta bæjarbúar, Skeytingaleysi er annað en umburðarlyndi og víðsýni. Sýnum í verki að okkur er ekki sama. Velliðan nágrennsins skiptir máli í sem víðasta samhengi. Tökum þátt, verum virk, það er allra hagur.

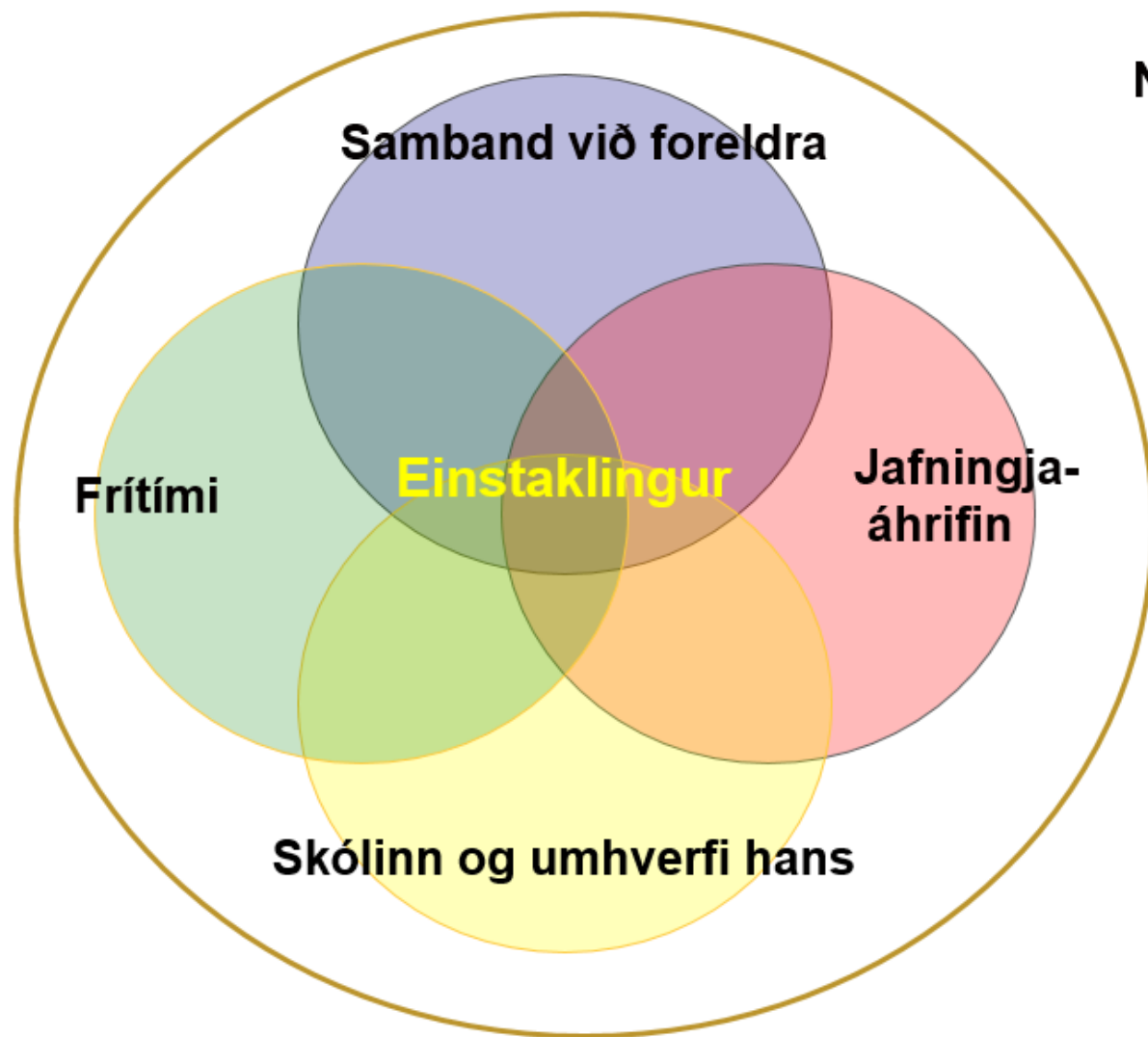
Til hamingju með daginn. Ellert Eiríksson



Foreldrafélög og Foreldraráð Grunnskólanna í Reykjanesbæ



# Þróun – íslenska „módelið“



Nærsamfélagið

Gullni hringurinn!

# Íslenska módelið



## Áhættuþættir

### Jafningjahópurinn

Eiga vini sem eru í neyslu, reykingar, tóbak, áfengi, ólögleg vímuefni

### Óskipulagðar athafnir

„Hangs“

Foreldralaus party

## Verndandi þættir

### Skipulagt íþrótta- og tómstundastarf

Stunda íþróttir með íþróttafélagi

Þátttaka í starfi félagsmiðstöðva

Tómstundastarf í skólum

Tónlistarnám

### Foreldrar / forráðamenn

Stuðningur: umhyggja og hlýja

Eftirlit: vita með hverjum og hvar ungmenni

eru á kvöldin og um helgar

Tíma varið með foreldrum / forráðamönnum

# Nokkur forvarnarverkefni



- ❖ Samkomulag veitinga- og skemmtistaða við lögregluna um að fækka ofbeldis- og fíkniefnabrotum og útiloka að ungmenni undir aldri stundi skemmtistaði í Reykjanesbæ.
- ❖ Stofnuðum Útideild Reykjanesbæjar – edrúpotturinn.
- ❖ Fórum í markvissar aðgerðir í skólamálum og erum við landsmeðaltal í samanbornum einkunnum.
- ❖ Janusarverkefnið

# Heilsueflandi skólar í Reykjanesbæ



- Gimli
- Heilsuleiksskólinn Skógarás
- Heilsuleiksskólinn Heiðarsel
- Holt
- Tjarnarsel
- Vesturberg
- Garðasel
- Hjallatún



- Hér er verk að vinna!



- Fjölbrautaskóli Suðurnesja



# Þátttaka erlendra barna og ungmenna í skipulögðu íþrótt- og tómstundastarfi

- Erum að ljúka verkefni sem að Velferðarráðuneytið styrkti og sjáum árangur
  - Haust 2018 226 erlend börn af 2003 börnum 6-18 ára 11,2%
  - Vor 2019 268 af 2173 eða 12,3%
- Hefjum nýtt verkefni í haust þar sem að allir grunnskólarnir verða heimsóttir.
  - Maciek Baginski, körfuknattleiksmaður í UMFN
  - Filoretta Osmani, fulltrúi í Ungmennaráði, var að ljúka 10. bekk
  - Plaköt á íslensku, ensku og pólsku sem kynna allar íþróttir og tómstundir



SAMTAKA- Hópurinn



HEILSUEFLANDI SAMFÉLAG

Reykjanesbær

velliðan fyrir alla

## HEILSU- OG FORVARNARVIKAN



Hvetjum bæjarbúa til að taka virkan þátt í Heilsu- og forvarnarvikunni sem hefst mánudaginn 30. september og lýkur 6. október 2013.

Veggspjöld með dagskrá munu hanga uppi á helstu stöðum í Reykjanesbæ. Að auki er hægt að fá veggspjöldin send í tölvupósti með því að senda póst á [heilsuvika@reykjanesbaer.is](mailto:heilsuvika@reykjanesbaer.is)

Íþrótt- og tómstundasvið.



Landskeppni  
í hreyfingu

# Lífshlaupið



- Samtaka hópurinn heldur m.a. utan um verkefnið Heilsueflandi samfélag



# Samningur við Rannsóknir og Greiningu

Unnið með niðurstöðurnar innan Samtakahóps. Allt efni birt á heimasíðu Reykjanesbæjar.  
Á líka við um Lýðheilsuvísana

<https://www.reykjanesbaer.is/is/thjonusta/velferd-felagsthjonusta/forvarnir>



# Dæmi um viðbragð við óæskilegum niðurstöðum

*Samtakakahópurinn í Reykjanesbæ*

SKORAR Á ÍBÚA Á SUÐURNESJUM AÐ DREKKA MEIRA VATN - SAMKVÆMT LÝÐHEILSUVÍSUM 2017 ER GOSDRYKKJANEYSLA MEST Á OKKAR SVÆÐI.



## RAFRETTUR BÖL EÐA BLESSUN?

MÁLÞING UM RAFRETTUR VERÐUR HALDIÐ Í FJÖLBRAUTASKÓLA SUÐURNESJA MÁNUDAGINN 13. MARS KL. 17.00 TIL 19.00

Málþinginu er ætlað að varpa ljósi á hvort rafreittan sé nýr lífsstíll eða óvægin markaðssetning? Og hvort rafrettur séu undur eða ógn?

Fyrirlesarar verða:

Guðmundur Karl Snæbjörnsson – Læknir, sérfræðingur í heimilislækningum.

Rafrettur bylting í tobaksvörnum!

Lára G Sigurðardóttir, MD. PhD – Læknir og fræðslustjóri Krabbameinsfélags Íslands. Eru rafsigarettur hættulegar?

AÐ ERINDUM LOKNUM VERÐUR OPNAÐ FYRIR FYRIRSPURNIR ÚR SAL. FUNDARSTJÓRI ER ANNA TAYLOR FORVARNARFULLTRÚI FS

Fundurinn er samstarfsverkefni Samsuð (samtaka félagsmiðstöðva á Suðurnesjum) og Fjölbautaskóla Suðurnesja. Fundurinn er sendur út í beinni útsendingu á vfi.is, tekinn upp og gerður aðgengilegur síðar á heimasíðum skipuleggjenda.



# FORVARNARDAGUR

## Samtakahópsins

8. bekkir í grunnskólum  
Reykjanesbæjar

20.maí í Fjörheimum  
Hafnargötu 88 kl 11.30



Boðið upp á grillaðar pylsur í  
hádeginu

## Fyrirlestrar

Jón Jónsson - fjármálalæsi  
Gunnhildur Gunnarsdóttir - Sjúk ást - virðum mörkin  
Kristján Freyr Geirsson - skaðsemi vímuefna  
Hafþór Birgisson - jákvæð og örugg netnotkun  
FJÖRHEIMAR - HAFNARGÖTU 88



Styrktaraðili dagsins bus4u



## FRÆÐSLA FYRIR FORELDRA UM SKAÐSEMI FÍKNIEFNA

mánudaginn 25. mars

KL 17.00 - 18.30 Í FYRIRLESTRASAL FS

Sigvaldi Lárusson hefur heimsótt nemendur að undanfögnu og mun hann m.a. sýna foreldrum og kennurum það efni sem hann sýndi nemendunum auk annarrar fræðslu.

Gestir á fundinum verða fjölskylda Einars Darra úr ég á bara eitt líf hópnum. Fyrirlesturinn er opin öllum foreldrum.

Í samstarfi við FFGÍR og foreldrafélag FS



# Forvarnarsjóður



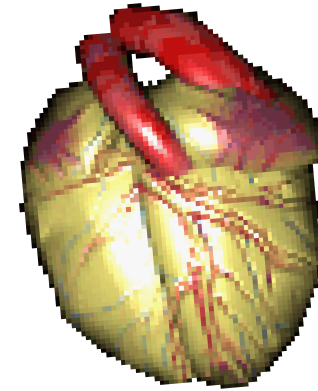
Hrellklám  
Þorgrímur Þ

Logi Geirs  
Rafrettumálþing Klókir Krakkar  
Ofbeldi gegn börnum Kannabisfræðsla  
Sjálfstraust hafrún K Logi G sjálfsttaust

Flott án fíknar Vanda Sigurgeirsd samsk Edrúpottur FS  
Hermann og Selma Fyrirlestur Heiðars Loga

Maritafræðsla Hugarfrelsi í leikskóla Íþróttasálfræðingur  
Jóhann Ingi Gunnarsson Hinsegin fræðsla  
Forvarnardagur ungra Myndavélakerfi  
Jafningjafræðsla78 Kynfræðsla  
Helgi Jónas

Sigga Dögg  
skyndihjálp  
Kvíði barna



# Fjölpætt heilsuefling 65+ í sveitarfélögum

## Leið að farsælum efri árum



REYKJANESBÆR



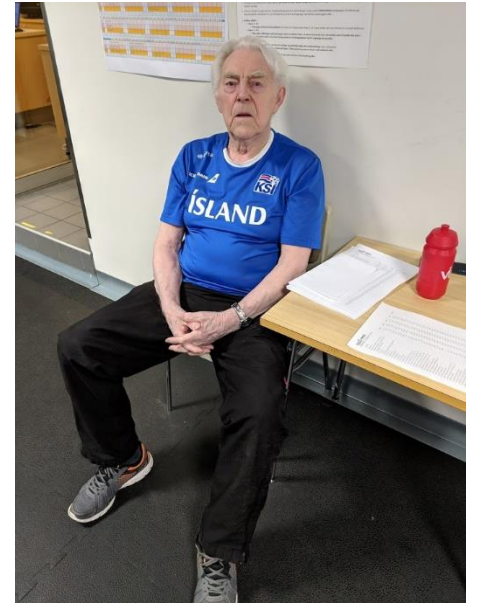
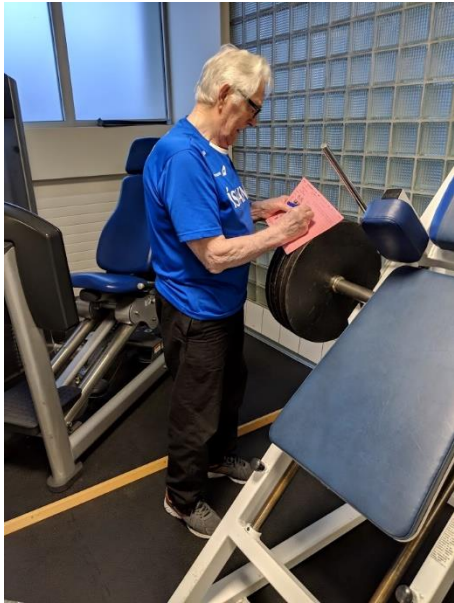
SÓKNARÁÆTLUN  
SUÐURNESJA



The background of the entire slide is a dense, repeating pattern of small, cut-out images of people. Most are men in dark suits walking in various directions. Interspersed among them are several images of women lying on their backs on white, reclining chairs or gurneys. The overall effect is a busy, somewhat chaotic visual texture.

**Að seinka 250 einstaklingum í Reykjanesbæ um eitt ár  
inn á dvalar- og hjúkrunarheimili =>   
13.000.000 x 250 = 3.250.000.000 kr.**

# R-1 2017–2019



## LÝÐHEILSUVÍSAR 2019



- Heilbrigðisumdæmið er marktækt frábrugðið landinu öllu
- Heilbrigðisumdæmið er ekki marktækt frábrugðið landinu öllu
- Ekki er prófað fyrir marktækni
- | Landið allt
- Dreifing heilbrigðisumdæmanna sjö

### Lýðheilsuvísir

Ár

Umdæmi

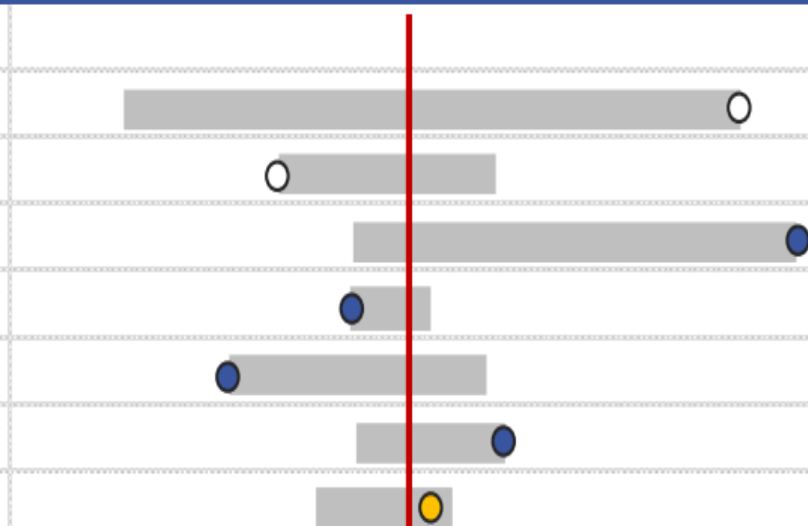
Ísland

Eining

Suðurnes

Samfélag

|   |                                   |         |        |         |         |
|---|-----------------------------------|---------|--------|---------|---------|
| 1 | Íbúafjöldi                        | 2018    | 24.702 | 350.981 |         |
| 2 | Íbúafjöldi (fjölgun/fækkun)       | 2014-18 | 13,3   | 7,2     | %       |
| 3 | Íbúar ≥ 80 ára                    | 2018    | 2,3    | 3,5     | %       |
| 4 | Fæðingar mæðra < 20 ára           | 2014-18 | 17,0   | 6,7     | Á 1.000 |
| 5 | Lesskilningur (9. b.)             | 2018    | 68,6   | 81,0    | %       |
| 6 | Háskólamenntaðir                  | 2018    | 22,0   | 41,2    | %       |
| 7 | Öryrkjar                          | 2018    | 11,2   | 9,0     | %       |
| 8 | Eiga erfitt með að ná endum saman | 2018    | 17,5   | 16,7    | %       |



|                |    |                                            |      |      |      |   |                                                                                       |
|----------------|----|--------------------------------------------|------|------|------|---|---------------------------------------------------------------------------------------|
| Lifnaðarhættir | 9  | Hamingja fullorðinna                       | 2018 | 61,0 | 59,2 | % |      |
|                | 10 | Andleg heilsa sæmileg/léleg, framhaldssk.  | 2018 | 41,4 | 40,3 | % |     |
|                | 11 | Einmanaleiki framhaldsskólanema            | 2018 | 14,2 | 12,8 | % |    |
|                | 12 | Kennurunum líkar vel við mig (8.-10. b.)   | 2018 | 56,6 | 55,7 | % |    |
|                | 13 | Samvera unglinga og foreldra (9.-10. b.)   | 2018 | 45,7 | 48,7 | % |    |
|                | 14 | Stuttur svefn fullorðinna                  | 2018 | 36,0 | 28,7 | % |    |
|                | 15 | Stuttur svefn framhaldsskólanema           | 2018 | 69,6 | 71,4 | % |    |
|                | 16 | Streita fullorðinna                        | 2018 | 26,6 | 26,2 | % |    |
|                | 17 | Virkur ferðamáti í vinnu/skóla, fullorðnir | 2018 | 10,3 | 20,9 | % |    |
|                | 18 | Virkur ferðamáti í skóla (8.-10. b.)       | 2018 | 54,6 | 58,2 | % |    |
|                | 19 | Grænmetis- og ávaxtaneysla fullorðinna     | 2018 | 9,3  | 10,1 | % |    |
|                | 20 | Gosdrykkjaneysla fullorðinna               | 2018 | 30,3 | 20,2 | % |    |
|                | 21 | Orkudrykkjaneysla framhaldsskólanema       | 2018 | 52,3 | 54,6 | % |   |
|                | 22 | Orðið fyrir kynferðisofbeldi, framhaldssk. | 2018 | 13,4 | 15,5 | % |  |
|                | 23 | Ölvunardrykkja framhaldsskólanema          | 2018 | 34,2 | 36,7 | % |  |
|                | 24 | Reykingar fullorðinna                      | 2018 | 12,8 | 8,6  | % |  |
|                | 25 | Tóbaksnotkun í vör, framhaldsskólanemar    | 2018 | 22,5 | 20,5 | % |  |
|                | 26 | Prófað kannabis, framhaldsskólanemar       | 2018 | 30,4 | 21,1 | % |  |



Heilsa og sjúkdómar

|    |                                          |         |         |         |           |  |
|----|------------------------------------------|---------|---------|---------|-----------|--|
| 27 | Þunglyndislyfjanotkun, kk                | 2018    | 86,9    | 98,4    | DPD       |  |
| 28 | Þunglyndislyfjanotkun, kvk               | 2018    | 172,6   | 180,4   | DPD       |  |
| 29 | Slævandi lyf og svefnlyf                 | 2018    | 52,6    | 60,4    | DPD       |  |
| 30 | Blóðsykurslækkandi lyf, önnur en insúlín | 2018    | 42,0    | 34,8    | DPD       |  |
| 31 | Kransæðaaðgerðir                         | 2014-18 | 216,2   | 178,1   | Á 100.000 |  |
| 32 | Langv. lungnateppa, sjúkrahúslegur       | 2014-18 | 306,5   | 185,5   | Á 100.000 |  |
| 33 | Ótímabær dauðsföll v/langv. sjúkdóma     | 2014-18 | 11,1    | 8,5     | Líkur (%) |  |
| 34 | Dánartíðni vegna slysa                   | 2014-18 | 36,8    | 28,5    | Á 100.000 |  |
| 35 | Sýklalyfjaávísanir < 5 ára               | 2018    | 1.007,8 | 1.019,6 | Á 1.000   |  |
| 36 | Bólusetningar barna, 18 mán.             | 2019    | 90,7    | 94,0    | %         |  |
| 37 | Klamydía                                 | 2018    | 420,4   | 516,5   | Á 100.000 |  |
| 38 | Skimun fyrir leghálskrabbameini          | 2018    | 54,8    | 66,4    | %         |  |
| 39 | Skimun fyrir brjóstakrabbameini          | 2018    | 48,6    | 57,1    | %         |  |
| 40 | Liðskiptaaðgerðir á mjöðm                | 2014-18 | 180,7   | 193,7   | Á 100.000 |  |
| 41 | Liðskiptaaðgerðir á hné                  | 2014-18 | 142,5   | 168,0   | Á 100.000 |  |
| 42 | Biðlisti eftir hjúkrunarrými, ≥ 67 ára   | 2018    | 8,2     | 8,3     | Á 1.000   |  |
| 43 | Heilsugæsluheimsóknir                    | 2018    | 2,7     | 2,7     | Á íbúa    |  |
| 44 | Sérfræðingsheimsóknir                    | 2018    | 1,2     | 1,4     | Á íbúa    |  |



## Niðurstaðan...

### Suðurnes

Hér eru dæmi um lýðheilsuvísa þar sem tölur fyrir Suðurnes eru frábrugðnar tölum fyrir landið í heild.

- Orkudrykkjaneysla framhaldsskólanema minni
- Hlutfall aldraðra undir landsmeðaltali
- Þunglyndislyfjanotkun undir landsmeðaltali
- Hlutfallslega flestir fullorðnir sofa of stutt
- Hlutfallslega flestir framhaldsskólanemar hafa prófað kannabis
- Þátttaka í skimun fyrir legháls- og brjóstakrabbameini minnst

Mikil fólksfjölgun 13,3 % samanborið við 7,2 yfir landið

Mun færri með háskólamenntun eða 22% meðan að landsmeðaltal er með 41,2

Of lítill svefn meðal framhaldsskólanema (allt landið)

Ölvunardrykkja framhaldsskólanema sem og neysla orkudrykkja undir landsmeðaltali

Notkun þunglyndislyfja er minnst meðal karla og notkun slævandi svefnlyfja er undir meðaltali.

Þátttaka kvenna í skimunum fyrir legháls- og brjóstakrabbameini er minnst

# KANNABIS

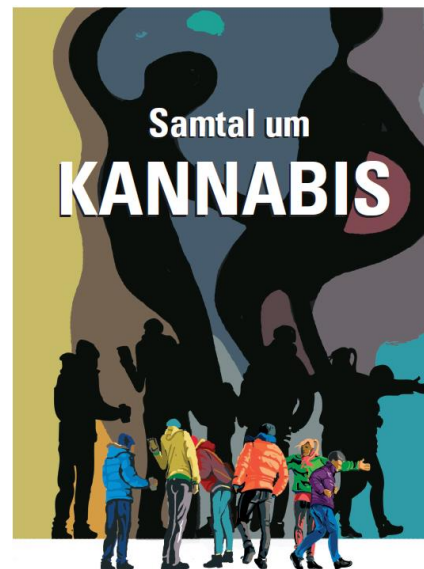
- Leyfðu staðreyndum að hafa áhrif



Sláandi niðurstaða ! - 2016 !

30,4 % - landsmeðaltal 21,1

<https://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item33719/Vef%20Kannabis%203500.110.pdf>



<https://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item33720/Vef%20Kannabis%203500.97.pdf>

# Næstu skref...

Lýðheilsuráð

Lýðheilsufulltrúi

Innleiðing barnasáttmálans

Innleiðing Heimsmarkmiða Sameinuðu þjóðanna

Stefnumótun með Capacent til 2030

- börnin í fyrsta sæti

Vísitala félagslegra framfara (SPI)



## HEIMSMARKMIÐIN Markmið Sameinuðu þjóðanna um sjálfbæra þróun

