



Møre og Romsdal fylke



Sykling gir God Helse



God Helse

Sammen om sunne, trygge og levende lokalsamfunn

Kva er God Helse programmet?



- Eit langsiktig og heilskapeleg folkehelsearbeid initiert av fylkestinget
- Oppfølging av nasjonale målsettingar om eit systematisk folkehelsearbeid
- Eit partnerskap av fylke, kommunar, etatar, skolar, bedrifter og organisasjonar
- Kommune og grasrotsatsing i samarbeid med frivillege lag og organisasjonar



Folkehelseutvalget:

Jon Aasen	Fylkesordfører
Veslemøy Hungnes	rep Fylkestinget
Ingolf Mork	rep Idrettskretsen
Anne Kvande	rep FFO
Marie Eide	rep Fylkesmannen
Fredrik Møller Christensen	rep NHO
Else May Botten	rep LO
Paula Næss Skår	rep Helse midt Norge
Frøydis Austigard	rep Fylkestinget
Rolf Bergmann	rep Fylkestinget
Eva Karin Gråberg	rep KS
Svein Neerland/Ann Helene Skare,	adm



Prioriterte satsingsområder:



Møre og Romsdal fylke



- Fysisk aktivitet
- Kosthold
- Rus
- Tobakk
- Psykisk helse



Samarbeidsgrupper og nettverk

Tobakk-foreb.
God Helse

Kostholds-Gruppe
God Helse

Rusforeb.
God Helse

Fysisk Aktivitet
God Helse

Kosthold
Fysisk akt
i skolen

Kultur og
God Helse
skoler

Gradient?

Gang og
Sykkel

Vann i
skolen

Helse
I plan



Møre og Romsdal

God Helse

Partnerskap med 22 kommuner :

2004:

- Molde
- Surnadal
- Frei /
Kristiansund
- Haram
- Volda
- Aukra

2005-06:

- Ålesund
- Fræna
- Rauma
- Stordal
- Norddal
- Midsund
- Ulstein /Herøy
Sande /Hareid
- Sandøy
- Ørskog

2007:

- Vannylven
- Gjemnes
- Sykkylven



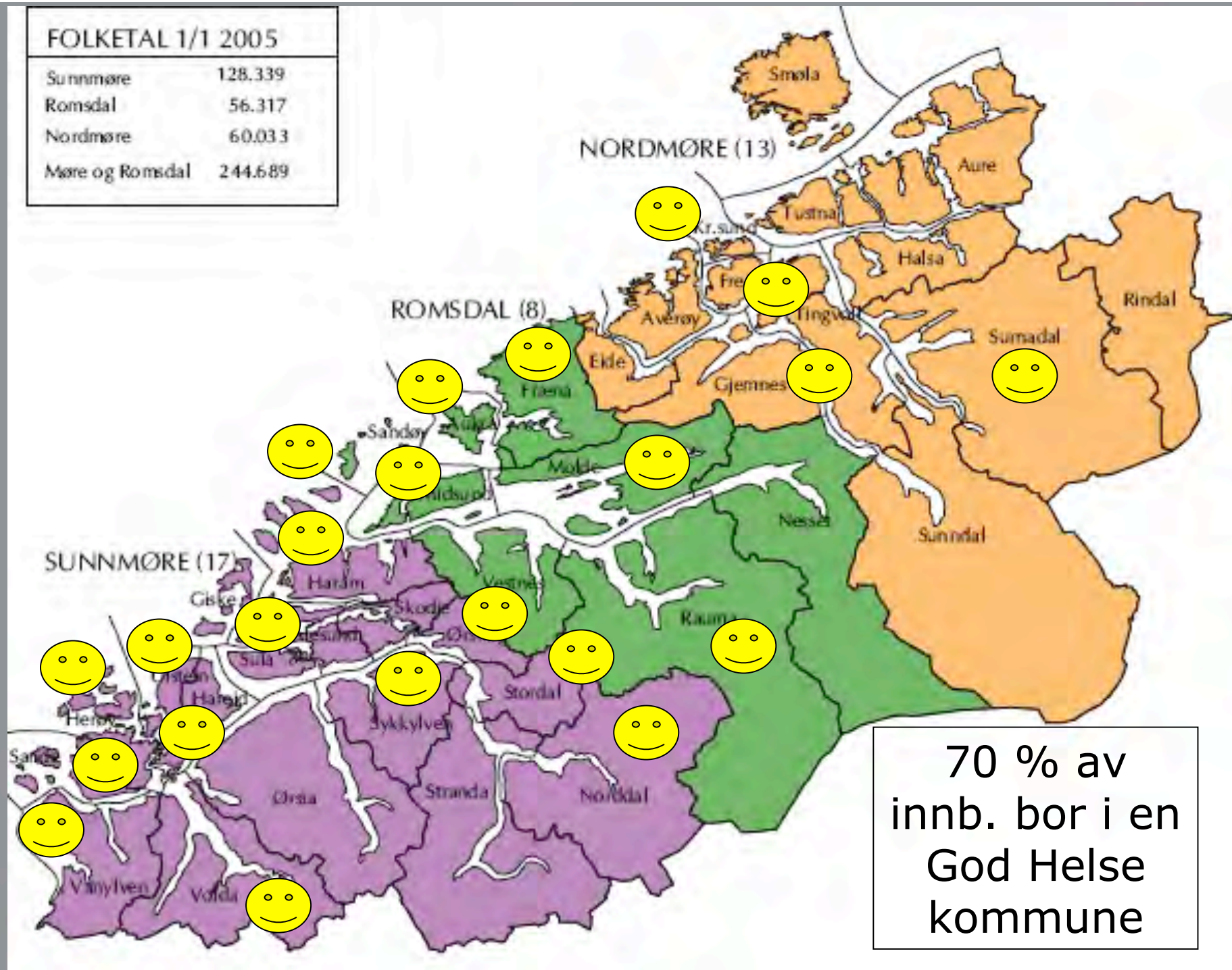
Møre og Romsdal fylke



God Helse

FOLKETAL 1/1 2005

Sunnmøre	128.339
Romsdal	56.317
Nordmøre	60.033
Møre og Romsdal	244.689



70 % av innb. bor i en God Helse kommune

2. Tilsatte Koordinatorer i kommunene

Ålesund:	Jannicke Aarø
Haram:	Anne Venke Myren
Volda:	Berit Koen
Midsund:	Ann-Heidi Orvik
Aukra:	Anne Merete Smørdal
Molde:	Ingvil Grytli
Rauma:	Lillian Randi Fjørtoft
Kristiansund-Frei:	Bente Elshaug
Surnadal:	Lilli Husby
Fræna:	Ragnhild Elin Aas/Laila Solfrid Heimen
Stordal:	Bjørg Moltu
Nordal:	Kirsti Stakkestad
Ulstein, Hareid, Sande, Herøy:	Elin Almestad/ Randi Erdal
Sandøy:	Else Steinshamn/Adelaida T Røsok
Ørskog:	Linda Hoff Johansen
Vanylven:	Gry Bringsvor
Gjemnes:	Bente Fremming

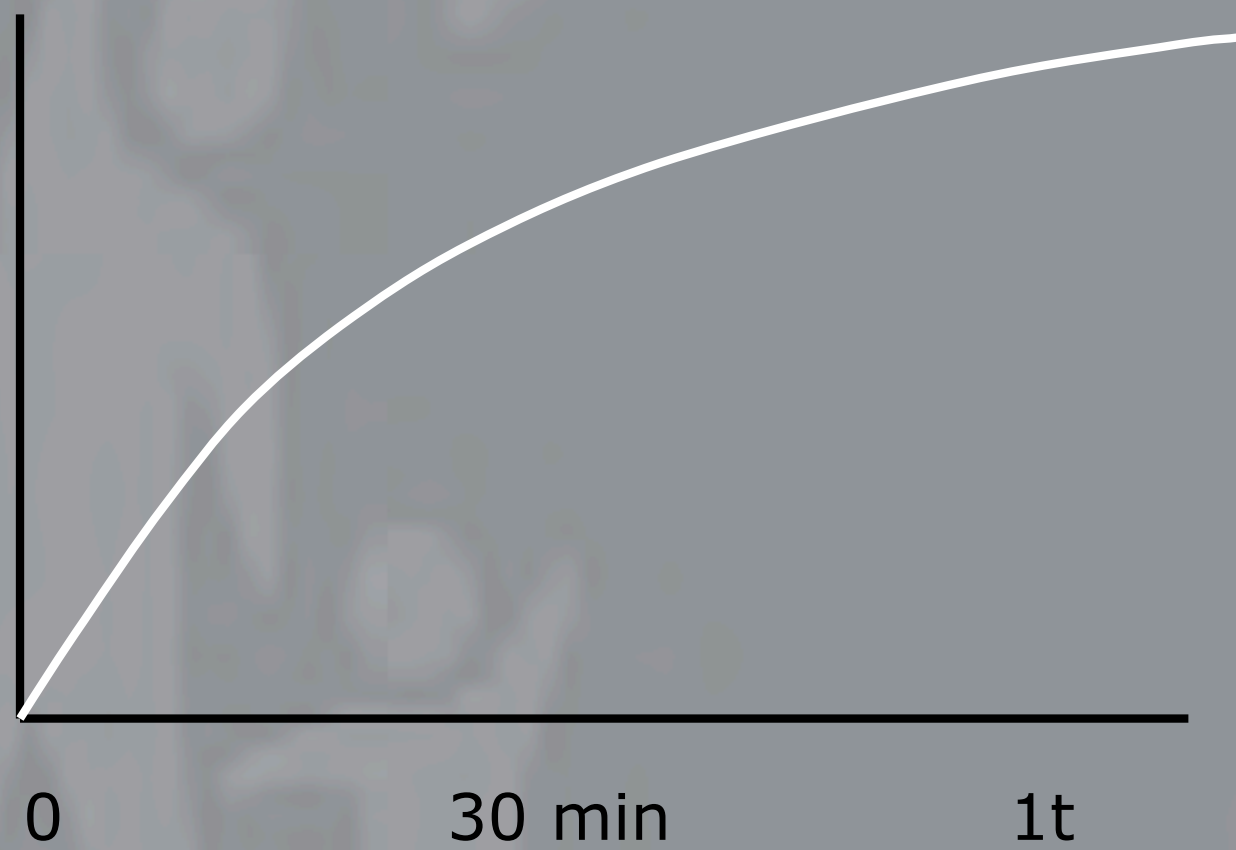




Møre og Romsdal fylke



Helsegevinst ved fysisk aktivitet



God Helse

Sitat fra nasjonalsykkelstrategi:



Møre og Romsdal fylke



Regelmessig fysisk aktivitet gir:

- 50 % redusert risiko for hjerte- og karsykdommer
- 50 % redusert risiko for diabetes type 2
- 30 % redusert risiko for høyt blodtrykk
- 10–50 % redusert risiko for ulike kreftformer

En halv time hver dag er nok!



God Helse



Møre og Romsdal fylke



Kreft:

Samfunnets totale kostnader forbundet med kreft er anslått til over 9 milliarder kroner hvert år.

Regelmessig fysisk aktivitet har potensial til å redusere antallet krefttilfeller med 7,8 %, tilsvarende 1633 tilfeller per år (SEF-rapport 2/2000).



God Helse



Møre og Romsdal fylke



- Vi "trener" mer enn før
- Vi spiser sunnere enn før
- Det er hverdagsaktiviteten, kombinert med dårlig kosthold i særlig deler av befolkningen som gir de største utfordringene
- Klasseskille på helse øker
- Tilgjengelighet av aktive transportløsninger avgjørende



God Helse

Fysisk og psykisk helse

Isolasjon er en trussel mot den psykiske helse

- Hva skal Karl, som har mistet sertifikatet gjøre?
- Hvor skal barnevogna trille?
- Hvor skal barnet lære å sykle?
- Hvordan skal ungdommen komme seg til kamerater, trening og korpsøvelse?
- Walkability og bikeability som begreper knyttet opp mot trivsel, sosialisering og psykisk helse

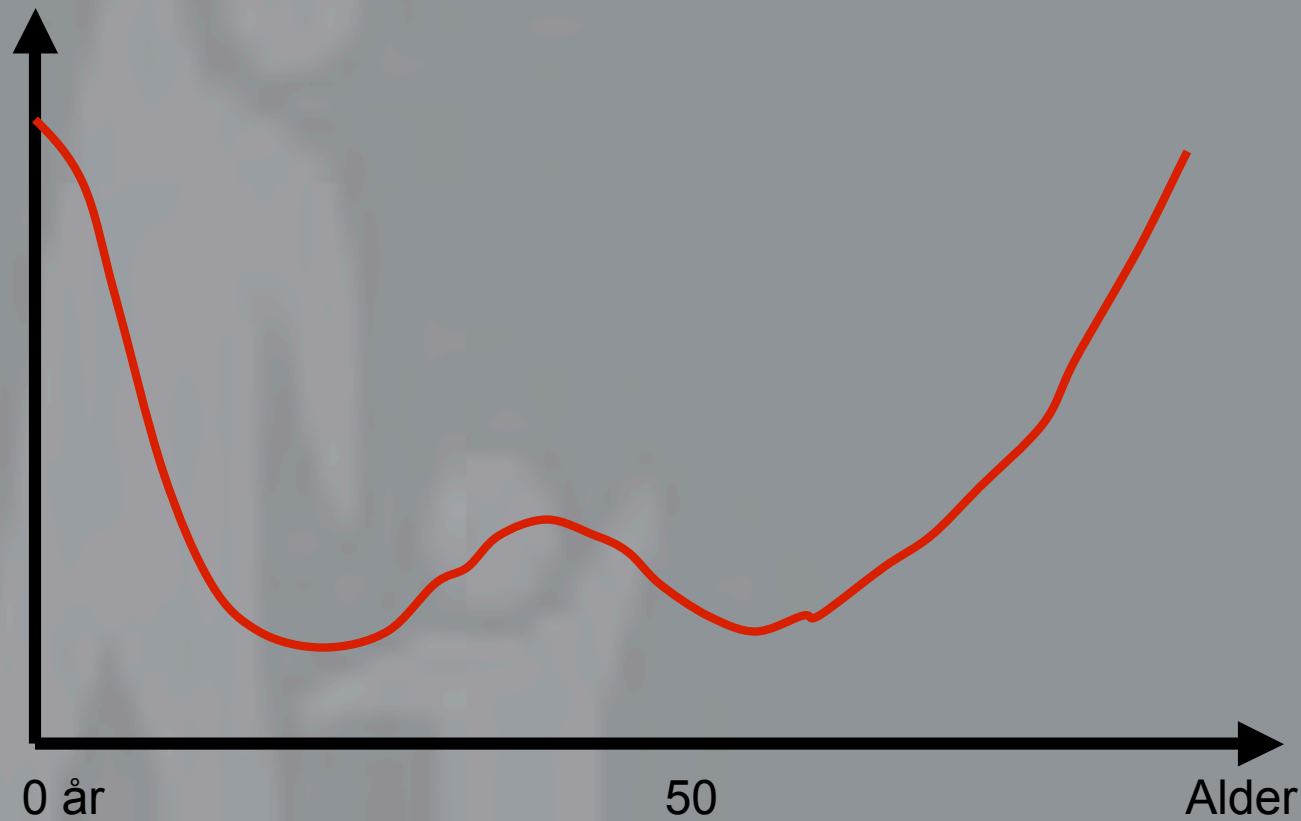


Livsløp, avhengighet og ulike behov –lik rett til veg?



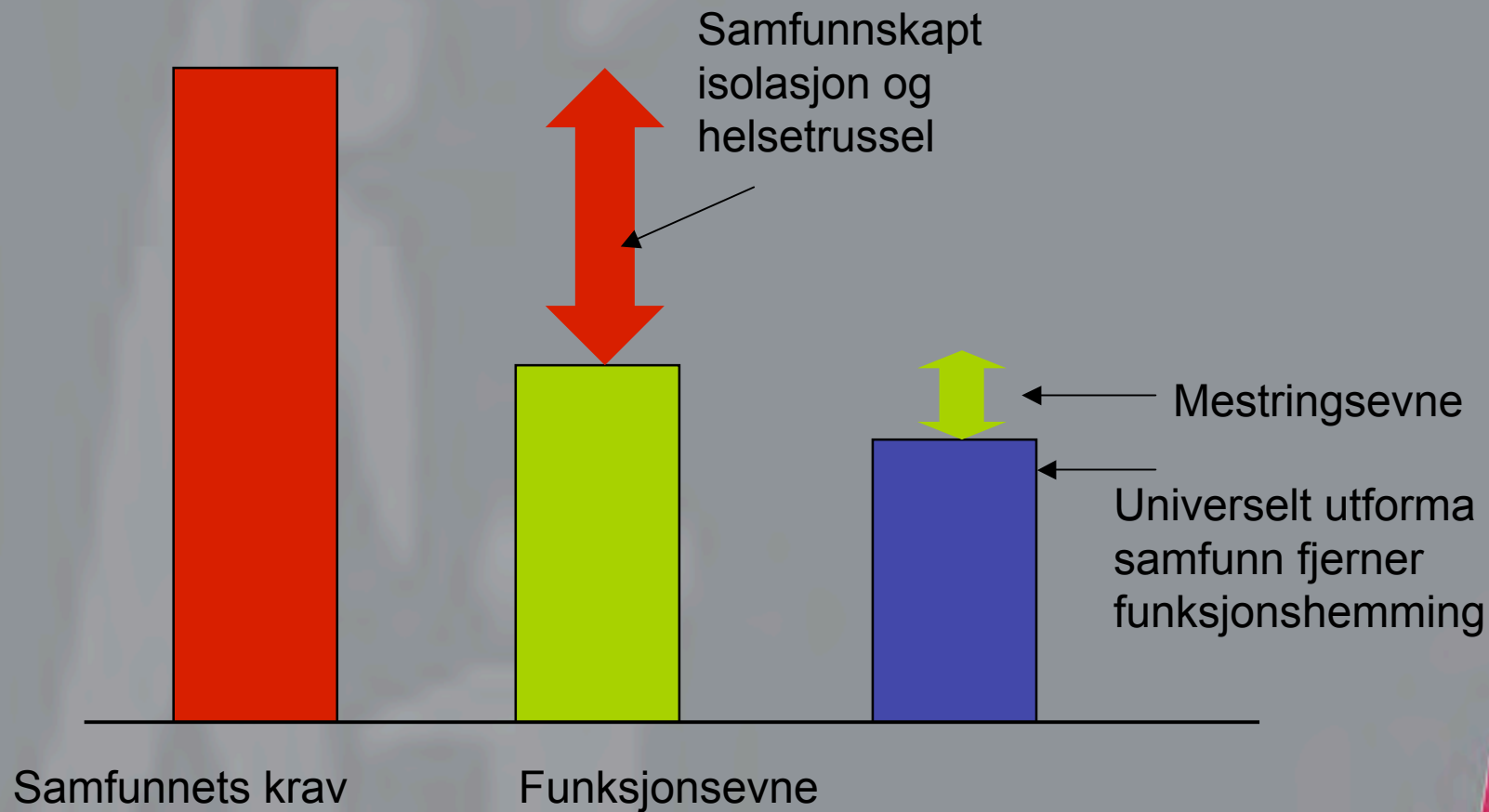
Møre og Romsdal fylke

Avhengighet



God Helse

Samfunnets barrierer skaper uhelse



Finale:

- Sykkelnett gir en konkret og vesentlig helsegevinst gjennom mulighet for økt hverdagsaktivitet.
- Sykkelnett gir økt psykisk helse gjennom mulighet for sosialisering og forebygging av isolasjon
- Sykkelnett gir grunnlag for trivsel og bolyst
- Sykkelnett forebygger ulykker og helseskade



Møre og Romsdal fylke



God Helse