

Prioriteringer for bedre folkehelse i Kongsberg

Hovedmålet med folkehelsearbeid er flest mulige år med god livskvalitet, og at dette er rettferdig fordelt mellom ulike sosiale lag.

For å nå dette målet må de sunne valgene være det som er lettest å gjennomføre i hverdagen. Påvirkningen må starte hos de unge, men for å få en vedvarende effekt må de sunne valgene fremdeles være enklest ved overgang til voksen alder.

Helsekonsekvens må derfor prioriteres og vurderes ved utarbeidelse av planer, og utforming av tjenester og tilbud i kommunen. De overordnede og absolutt viktigste faktorene for kommunen å påvirke er:

- Utjevne sosioøkonomiske forskjeller.
- Å ha et sosialt nettverk der man føler tilhørighet og støtte.
- Å være i arbeid eller skole der man føler mestring, og unngår mobbing.
- Følelse av inkludering/tilhørighet i lokalsamfunnet.

I tillegg til de overordnede faktorene, bør kommunen ha fokus på å legge til rette for:

- Bedre psykisk helse.
Hovedmålet er å bedre egenmestring, og redusere behovet for individuell behandling spesielt blant unge.
- Økt fysisk aktivitet.
Her er hovedmålet å nå de som er lite aktive fra tidligere. Det er også viktig å tenke inkludering ved å ha fokus på hvilke tilbud som kan gi økt aktivitet hos de som kommer fra andre kulturer.