



SUNDHEDSPOLITIK

I BALLERUP KOMMUNE



BALLERUP - DANMARKS SUNDESTES KOMMUNE | 2010





Sundhedspolitik i Ballerup Kommune

Udgivet af Ballerup Kommune 2006

Redaktion:

Tværfaglig nedsat arbejdsgruppe.

Produktion og Layout:

Hanne Koch, Designkonsortiet

Tryk:

TrykTeam AS

Oplag:

2.500 eks.

Foto:

Jesper Ludvigsen, Ballerup Kommune,
Hanne Koch

Eksemplarer af folderen kan rekvireres
ved henvendelse til:

Ballerup Kommune
Hold-an Vej 7
2750 Ballerup
Tlf: 4477 2000

...eller downloades i pdf-format på
www.ballerup.dk



INDHOLD



Forord ved Borgmester Ove E. Dalsgaard	4
Vision	6
Sundhedsværdier – grundlag for sundhed	6
Overordnede målsætninger	7
Strategier	7
Livsstil og folkesygdom	8
Fysisk aktivitet	10
Mad og måltider	12
Svær overvægt	14
Illegale rusmidler	15
Alkohol	16
Tobak	18
Familie	20
Fællesskab	22
Bymiljø	23
Natur	24
Trafik	26
Ulykker	28
Arbejdsliv	30





FORORD

Det er med stor glæde, at Ballerup Kommune hermed kan præsentere en samlet sundhedspolitik.

Sundhedspolitikken beskriver den overordnede ramme for Ballerup Kommunes indsats på sundhedsområdet og skal ses i sammenhæng med vore andre politikker, såsom bypolitikken, børnepolitikken, ældrepolitikken, frivillighedspolitikken og kulturpolitikken. Sammen giver de et detaljeret og dækkende billede af sundhedsindsatsen i Ballerup Kommune.

Borgernes sundhed har altid været højt prioriteret i Ballerup Kommune, men med en samlet sundhedspolitik sætter vi endnu mere fokus på forebyggelse og sundhedsfremme og på sammenhængen mellem generelt gode livsvilkår og sundhed.

Mange forhold spiller ind og har betydning for sundhed: livsstil, levekår, kultur, miljø, forurening, hygiejne, fællesskab, sundhedstilbud og meget mere. Vi har i Ballerup Kommune altid prioriteret disse aspekter højt, og således indgår de også i den samlede indsats for at fremme sundheden.

På samme måde betragter vi borgernes adgang til og deltagelse i kulturelle aktiviteter som et væsentligt bidrag til livsglæde og sundhed.

I sundhedspolitikken har vi valgt målet at fokusere på de store udfordringer, som folkesygdommene udgør for vores samfund nu og i de kommende mange år.

Kommunalreformen medfører, at kommunerne får ansvaret for flere opgaver på sundhedsområdet. Dermed får vi endnu bedre mulighed for - i tæt samarbejde med borgerne, at skabe gode rammer og muligheder for et sundt liv. Med sundhedspolitikken ønsker vi derfor at målrette vores nuværende indsats yderligere og samtidig lægge retningen for de nye opgaver, vi får med kommunalreformen.

Målet er en politik, som understøtter visionen om *Ballerup – Danmarks sunde-*



ste kommune 2010. En politik, der understøtter mulighederne for – i et bredt samarbejde, at gøre sunde vaner til en naturlig del af hverdagen for kommunens borgere.

Sundhedspolitikken er overordnet og skal derfor udmøntes og omsættes til praksis i de kommende års arbejde. Det brede samarbejde er en vigtig forudsætning, idet udmøntningen af en sundhedspolitik er en fælles opgave. Vi må

tænke bredt for at nå ud i alle hjørner af vores kommune, og tænke bredt i dialogen med vore mange samarbejdspartnere.

Vi har et fælles ansvar for sundheden.

På Kommunalbestyrelsens vegne

Ove E. Dalsgaard
Borgmester

VISION

Sundhed

Sundhed er en del af kulturen i Ballerup Kommune. Det er et fælles ansvar, hvor alle forpligter sig – både individet, familien, netværket og kommunen – til at fremme og udvikle sundheden hos det enkelte menneske og i fællesskabet.

Forebyggelse og sundhedsfremme

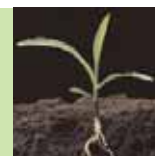
Vi støtter og udvikler sunde miljøer, gode levevaner og livskvalitet for hver eneste borger gennem forebyggelse og sundhedsfremme



Sundhedsværdier – grundlag for sundhed

– sundhed er mere end fravær af sygdom og svækkelse

- sundhed grundlægges i børneårene og kan udvikles hele livet
- sundhed understøttes, når man interesserer sig for hinanden og er omsorgsfuld over for andre og sig selv
- sundhed blomstrer, når man er medbestemmende over egne livsvilkår
- mulighederne for sundhed øges, når man oplever en meningsfuld tilværelse og kan forstå og håndtere de udfordringer man møder
- den sunde kommune har ansvar for at skabe betingelser, som giver alle mulighed for at leve et sundt liv



Overordnede målsætninger

- sundhedspolitikken bygger på gensidig forpligtelse og respekt og gennemføres i et positivt samspil mellem borgerne og kommunen
- socialt betinget ulighed i sundhed skal mindskes
- der skal gives sundhedstilbud til borgerne, også tilbud målrettet de borgere, der har særlige behov
- sundhed skal være en naturlig del af Ballerup Kommunes politik. Sundhedsmæssige konsekvenser skal derfor vurderes, før forslag vedtages i kommunalbestyrelsen
- forebyggelse og sundhedsfremme af høj kvalitet skal kendetegne Ballerup Kommune
- forebyggelse og sundhedsfremme for børn og unge prioriteres højt i den samlede sundhedsindsats

Strategier

- Kommunen går foran og handler på baggrund af dokumenteret viden
- Sundhedsfremme og forebyggelse indtænkes i alle handlinger
- Kommunen vurderer løbende sin indsats
- Kommunen understøtter og inspirerer til netværk, samarbejder bredt og indgår partnerskaber med offentlige, private og frivillige partnere

LIVSSTIL OG FOLKESYGDOM

Menneskers sundhed og livskvalitet er ikke blot forskellig, men også i stadig forandring. Forudsætningerne for sundhed skabes i et samspil mellem den enkelte person og de små og store netværk, som den enkelte indgår i. Sundheden påvirkes af livsstil, levevilkår, arv, miljø, sundhedsvæsenets tilbud m.m.



Vi ved i dag, at en stor del af det, der belaster os selv og vores sundhedssystem, er relateret til livsstil. Samtidig er antallet af danskere, der lever med en kronisk sygdom stigende. Mere end hver tredje voksne dansker lever nu med en langvarig lidelse.

Langvarig lidelse rummer hele spektret fra let sygdom uden væsentlig indvirkning på dagligdagen til alvorlig sygdom med svær hæmning i dagligdagen.

Regeringen har sat fokus på 8 store folkesygdomme

- Aldersdiabetes
- Kræftsygdomme, der kan forebygges
- Hjerte-karsygdom
- Knogleskørhed (osteoporose)
- Muskel- og skeletlidelser
- Overfølsomhedssygdomme
- Rygerlunger (Kronisk obstruktiv lungesygdom – KOL)
- Psykiske lidelser, herunder stress

En del af disse sygdomme kan undgås ved forebyggelse og sundhedsfremme. Og hvis de er indtrådt, kan deres virkninger begrænses.





Vores vaner med hensyn til Kost, Rygning, Alkohol og Motion har stor betydning. En målrettet indsats i forhold til disse faktorer og over for den enkelte folkesygdom kan i væsentligt omfang hindre for tidlig død, leveår med sygdom og tab af livskvalitet.

Indsatsen fordrer ikke alene fælles mål og retning, men også et aktivt samspil mellem borgerne, fællesskaberne og det offentlige.

Nogle sundhedsområder vil have en særlig prioritet – eksempelvis stress og stressrelaterede sygdomme, der er i hastig tilvækst. WHO har sat et særligt fokus på dette indsatsområde.

Gevinsterne ved en fælles indsats er store. Denne viden bør formidles til alle i vores samfund – til borgere, frivillige foreninger, virksomheder, sundhedspersonale og andre, der påvirker vores vaner.

Vi må i fællesskab sikre relevant information og muligheder for en sund livsstil til alle borgere, så lysten til et sundt og aktivt liv bevares – hele livet.

Målsætning

Ballerup Kommune vil arbejde målrettet med livsstilsfaktorer og folkesygdomme ved at

- skabe rammer for et sundt liv
- informere og rådgive
- iværksætte forebyggende og sundhedsfremmende initiativer
- støtte borgerne i at drage bedst mulig omsorg for eget helbred
- tilbyde støtte og rehabilitering





FYSISK AKTIVITET

Det er dokumenteret, at motion har en afgørende betydning for folkesundheden.

Motion kan sikre et bedre liv fysisk, psykisk og socialt. Motion giver overskud, større koncentrationsevne, bedre indlæring og velvære. Det er desuden dokumenteret, at de motionsvaner, der grundlægges i barndommen, er afgørende for motionsvaner og sundhed senere i voksenlivet.

Regelmæssig motion forebygger også en lang række sygdomme og kan anvendes som behandling af eksempelvis forhøjet blodtryk, diabetes 2, overvægt og depression.

Målsætning

Hver enkelt borger har mulighed for at vælge det sunde liv ved at:

- have den nødvendige viden om motions betydning for et godt helbred hele livet
- de nødvendige rammer, der inspirerer til motion, er til rådighed lokalt
- idræt har høj prioritet - i skolerne, på institutionerne og i foreningslivet



Hvad kan Ballerup Kommune gøre

- Sikre og åbne op for borgernes adgang til at dyrke motion ved at
 - udbygge og vedligeholde kommunens idrætsfaciliteter, legepladser, m.v.
 - indtænke motion som en måde at anvende kommunens rekreative områder på
 - medvirke som igangsætter og inspirator til iværksættelse af motionstilbud, også for særlige grupper
 - vedligeholde cykel- og gangstier
 - indgå dialog og samarbejde bredt i forhold til aktører
- Sikre formidling af viden om motions betydning, - eksempelvis betydning for forebyggelse og behandling af livsstilssygdomme
- Sikre, at praktisk og teoretisk viden om motion, har en central placering i børns kropssuddannelse i skoler og institutioner



Hvad kan den enkelte borger gøre

- Vælge at gøre motion til en del af hverdagen, i overensstemmelse med Sundhedsstyrelsens anbefalinger
- Bakke op om lokale motionsinitiativer
- Medvirke aktivt i udviklingen af motionstilbud i lokalområdet

MAD OG MÅLTIDER

Sund mad og gode rammer for måltider har betydning for os alle. Gode kostvaner styrker sundheden og kan forebygge en række sygdomme.

Vores madvaner er en del af vores kultur – og interessen for sunde måltider har været stigende de senere år. Det giver mulighed for, at vi fortsat kan nedbringe indholdet af fedt og sukker i vores mad og drikke og fokusere på at spise mere frugt og grønt. Desuden giver det mulighed for at sætte fokus på rammernes betydning for måltidet – f.eks. det sociale fællesskab.

Målsætning

Sunde madvaner skal blive en naturlig del af hverdagen for Ballerups borgere. Kommunen understøtter og fremmer derfor borgernes mulighed for at vælge sunde kostvaner.

Hvad kan Ballerup Kommune gøre

- Informere, vejlede og støtte initiativer om sunde kostvaner – både generelt og for særlige risikogrupper (overvægtige, diabetespatienter mv.)
- Der hvor kommunen organiserer, serverer og producerer mad - på skoler, institutioner, plejecentre mv. sikres
 - ernæringsrigtig og økologisk mad
 - gode rammer for måltiderne
- Inddrage kostvaner som forebyggende og sundhedsfremmende element i kommunens tilbud





Hvad kan den enkelte borger gøre

- Prioritere sunde mad- og måltidsvaner i det daglige
- Træffe sunde valg om kost i familien, på arbejdspladsen og i fritiden
- Være et godt eksempel i forhold til børn og unges madvaner



SVÆR OVERVÆGT

Svær overvægt er et stærkt voksende problem i Danmark – også blandt børn og unge. Sundhedsstyrelsen anslår, at op mod 13 % af alle danskere er svært overvægtige. Svær overvægt er en alvorlig trussel mod folkesundheden, da den kan føre til alvorlige følgesygdomme og kan have store personlige omkostninger til følge.

Målsætning

Ballerup Kommune ønsker at medvirke til at skabe en kultur, der fremmer normal vægtudvikling og sikre, at de der har udviklet svær overvægt bliver hjulpet til at genvinde og fastholde deres normale vægt.



Hvad kan Ballerup Kommune gøre

- Sikre, at der i skoler, institutioner mv. er
 - adgang til sund mad og frisk drikkevand
 - miljøer, der tilskynder til bevægelse
 - idræt, leg og bevægelse, som en fast del af hverdagen
- Begrænse adgangen til usunde drikke- og fødevarer
- Informere om vigtigheden af sund kost og en fysisk aktiv livsstil
- Understøtte de frivillige initiativer, der fokuserer på overvægt, f.eks. deltagelse i motionsaktiviteter
- Bakke op om de landsdækkende kost- og motionskampagner
- Sikre tilbud som er målrettet overvægtige

Hvad kan den enkelte borger gøre

- Have sunde vaner og et aktivt fritidsliv med fokus på kost og motion
- Medvirke til at påvirke holdningen til kost og motion, der hvor man færdes
- Som voksen, være et forbillede for børn og unge

ILLEGALE RUSMIDLER

Illegale rusmidler i form af narkotiske stoffer, anvendes både af børn, unge og voksne. I de senere år er der dokumenteret et stigende forbrug af rusmidler i ungdomskulturen. Særligt knytter der sig en bekymring til et stigende forbrug af hash blandt stadig yngre.



Blandt nogle grupper af unge er det blevet mere udbredt at eksperimentere med de såkaldte party- eller weekendstoffer. Undersøgelser dokumenterer en sammenhæng mellem et stort alkoholforbrug blandt unge, en stigning i hashrygning blandt stadig yngre og en højere risikovillighed i forhold til at eksperimentere med stoffer i de unges festmiljøer.

Målsætning

Sikre narkofrie miljøer ved at

- nedsætte tilgængeligheden af illegale stoffer
- begrænse unges brug af stoffer
- de, der har behov, hjælpes ud af misbruget

Hvad kan kommunen gøre

- Sikre at de ansatte er uddannet til at yde en kvalificeret indsats
- Sikre en forebyggende indsats på tværs af de miljøer, hvor børn og unge færdes
- Have særlig fokus på de unge, der begynder et forbrug af stoffer meget tidligt
- Sikre en nem og hurtig adgang til behandling
- Sikre udvikling og formidling af viden om rusmidlers betydning for sundheden

Hvad kan den enkelte borger gøre

- Undgå miljøer med narkotiske stoffer
- Tilegne sig viden om rusmidler
- Handle på en mistanke om et begyndende misbrug hos andre

ALKOHOL

At drikke alkohol er en del af vores kultur. Bliver alkoholforbruget imidlertid for stort, får det negative helbredsmæssige og sociale konsekvenser.

Alkoholforbruget har gennem mange år været stigende og derfor har der i en årrække været fokus på danskernes alkoholvaner.

Det er dokumenteret, at

- 500.000 danskere drikker mere end Sundhedsstyrelsen anbefaler
- danske unge drikker mere og hyppigere end unge i andre europæiske lande
- flere end 60.000 børn og unge vokser op i familier med alkoholmisbrug
- mellem 200.000 – 400.000 danskere er direkte afhængige af alkohol
- alkoholproblemet ikke begrænser sig til enkelte sociale grupper
- jo tidligere hjælp, des bedre resultat

Målsætning

Målet er, at borgerne i Ballerup Kommune har fornuftige alkoholvaner. Derfor skal der arbejdes for, at

- borgerne har den nødvendige viden om alkohols betydning for sundheden
- børn ikke drikker alkohol og at unges alkoholdebut udskydes
- der er et særligt fokus på børn, der lever i misbrugsfamilier
- borgere med et stort alkoholforbrug findes på et tidligt tidspunkt og tilbydes hjælp
- sikre en koordineret indsats





Hvad kan kommunen gøre

- Personale uddannes til at yde en aktiv og målrettet indsats, med et særligt fokus på børn og børnefamilier
- Sikre formidling af viden om alkohols betydning for sundheden, herunder informere om behandlingstilbud
- Understøtte, at børn og unge tilegner sig viden og udvikler styrke til at forholde sig fornuftigt til alkohol
- Arbejde opsøgende, herunder samarbejde med frivillige, foreninger og i lokalområderne
- Støtte og inspirere til alkoholfrie arrangementer, hvor børn, unge og familier deltager

- Hjælpe børn og unge og pårørende i øvrigt, i familier med misbrugsproblemer
- Sikre nem og hurtig adgang til behandling

Hvad kan den enkelte borger gøre

- Følge Sundhedsstyrelsens anbefalinger for indtagelse af alkohol, også under graviditet og ved amning
- Sikre børn og unge en sen alkoholdebut
- Handle aktivt, når venner og kolleger m.fl. viser tegn på alkoholproblemer



TOBAK

Tobaksrygning har meget negativ indvirkning på sundheden. Rygning – også den passive rygning – belaster danskeres helbred og er den faktor, der har størst negativ indflydelse på sundhedstilstanden.

Det er aldrig for sent at stoppe med at ryge, da der ofte vil være en forbedret sundhed til følge. Risikoen for sygdomme kan derfor reduceres, hvis man stopper med at ryge – også selvom man har røget i mange år.

Interessen for at nedsætte eller kvitte tobaksforbruget er stort, gennem de senere år er andelen af rygere i Danmark nedsat fra 43 % til 30 %, og halvdelen af rygerne ønsker at kvitte tobaksforbruget.

Målsætning

Andelen af borgere med rygerelaterede sygdomme skal minimeres. Derfor understøtter Ballerup Kommune, at

- antallet af rygere reduceres væsentligt
- børn ikke ryger, og at færre unge begynder at ryge
- ingen udsættes for passiv rygning

Hvad kan kommunen gøre

- Sikre information om tobakkens skadelige virkninger og metoder til rygestop
- Sikre konkrete og tilgængelige tilbud til alle, der vil holde op med at ryge
- Medvirke til at sikre røgfrie miljøer på arbejdspladser og i det offentlige rum
- Sikre at ansatte yder en aktiv forebyggende indsats



Hvad kan den enkelte borger gøre

- Undlade at begynde med at ryge
- Som ryger – prøve at holde op
- Som gravid – undlade passiv og aktiv rygning
- Vise hensyn og ikke ryge, hvor andre opholder sig
- Bidrage aktivt til, at børn og unge kan færdes i røgfrie miljøer

FAMILIE

Hvad enten man er barn, ung, voksen eller ældre er det af stor værdi og en væsentlig faktor for den enkeltes sundhedstilstand at have kontakt og samvær med familien. Familien fremstår oftest som kernegruppen og spiller derfor en vigtig rolle i den enkeltes basale behov for trykthed og nærhed.

Samspillet i familien påvirkes af de enkelte medlemmers trivsel og velvære, men i høj grad også af de muligheder familien har for at være sammen.



Gode rammer for børne- og ungdomslivet har stor betydning for livsmønster, trivsel og helbred resten af livet. Børne- og ungdomslivet må derfor basere sig på gode opvækstvilkår med voksne, der giver børnene tid, omsorg og udviklingsmuligheder – og som ikke mindst er forbilleder, når det gælder sunde levevaner.





Målsætning

Alle borgere i Ballerup Kommune skal sikres de bedst mulige vilkår for et sundt liv og for at fungere sammen i hverdagen. Der skal sikres rammer for udvikling af familieorienterede tilbud, der giver fælles oplevelser på tværs af generationer.

Hvad kan kommunen gøre

- Sikre gode rammer for videreudvikling af familievenlige boliger, aktiviteter mv.
- Vejlede og rådgive med henblik på at understøtte familiers trivsel, ressourcer og handlekraft
- Sikre tilbud til familier med særlige behov

Hvad kan den enkelte borger gøre

- Værne om gode familierelationer og familiens medlemmer
- Tage ansvar for, at familien sammen lever et liv, der fremmer sundhed
- Bruge familievenlige tilbud og aktivt bidrage til fællesskab i familien



FÆLLESSKAB

At have kontakt og samvær med andre mennesker og deltage i fællesskaber har stor betydning for den enkeltes sundhed. Adskillige undersøgelser har påvist, at sygdomsrisikoen øges betydeligt, hvis den enkelte borger – ung som gammel, ikke føler sig som en del af et fællesskab.

Målsætning

Alle borgere tilbydes mulighed for at indgå i fællesskaber. I de enkelte boligområder, er der grobund for samarbejde og netværk, der styrker de sociale relationer.

Hvad kan kommunen gøre

- Sikre alsidige lokale og kommunale tilbud, der giver mulighed for fælles oplevelser
- Sikre rummelighed i skoler og i institutioner på en sådan måde, at så mange som muligt kan deltage i fællesskabet
- Sikre målrettet støtte til, at ensomme og isolerede borgere kan indgå i forpligtende fællesskaber
- Inspirere til, at boligområderne bevarer og udvikler rammer, der styrker samvær og fællesskab for alle beboere uanset alder og sociale forhold



- Sikre gode betingelser for det frivillige foreningsarbejde i kommunen
- Sikre borgerne adgang til og deltagelse i kulturelle oplevelser, som væsentligt bidrager til livsglæde og sundhed

Hvad kan den enkelte borger gøre

- Indgå i fællesskaber via deltagelse i aktiviteter i f.eks. boligområdet og i fritids- og foreningslivet
- Tilskynde ensomme og isolerede personer i omgangskredsen og i boligområdet, til at indgå i fællesskaber
- Udnytte mulighed for medindflydelse og derved opleve at kunne påvirke egne forhold
- Udnytte mulighederne for at deltage i kulturoplevelser



BYMILJØ

Vores by består af bydelene og landskabet, der ligger som grønne kiler imellem bydelene. Det er i byen livet leves i al sin mangfoldighed – det er her livskvalitet skabes. Et godt bymiljø med gode fysiske rammer, er en forudsætning for et sundt liv.

Målsætning

- I bydelene og kvartererne fastholdes og udvikles kvaliteten, som rammer for det gode liv
- Der sikres gode fysiske miljøer med trygge gader og pladser, der indbyder til ophold og social kontakt
- Bygninger til institutioner, skoler mv. opføres i sunde og genanvendelige byggematerialer og med frodige friarealer og udfoldelsesmuligheder

Hvad kan kommunen gøre

- Stille høje krav til arkitektur og til kvalitet i udførelsen og vedligeholdelsen af byrum, bygninger og erhvervsområder
- Sikre et bredt udbud af boliger med udfoldelsesmuligheder for alle

- Sikre gode og frodige friarealer i skoler, institutioner og byrum
- Informere om anvendelse og vedligeholdelse af sunde og bæredygtige byggematerialer

Hvad kan den enkelte borger gøre

- Værne om bymiljøerne i kommunen
- Deltage i aktiviteter i lokalområdet
- Yde en aktiv indsats med vedligeholdelse af boliger og haver, private fællesveje/stier samt fortove





NATUR

En mangfoldig natur er forudsætningen for, at vi ånder og lever. Derfor er det nødvendigt at vi værner om de grønne områder, grundvandet og miljøet

Forskning har vist, at flere ture i det grønne direkte kan måles på blodtryk og betyder på lang sigt bedre motorik og øget modstandsdygtighed overfor sygdomme. Selv en kort tur i et grønt område eller blot udsigten til det mindsker stress.

Derfor er det væsentligt at borgerne har adgang til naturområder og små grønne oaser tæt på boliger, institutioner og erhverv.

Målsætning

Borgerne har glæde af kommunens grønne områder. Derfor skal der arbejdes for, at

- pleje og udvikle de store rekreative grønne områder, friarealerne i bymiljøerne og de grønne områder i erhvervsområderne
- forbedre adgangen til natur- og landskabsområder
- sikre et rigt udbud af aktiviteter og oplevelser i naturen
- værne om naturens mangfoldighed
- værne om grundvandet





Hvad kan kommunen gøre

- Bevare og beskytte landskabs- og naturområder og gøre dem tilgængelige for alle
- Bevare og forbedre stiforbindelserne til de rekreative områder
- Sikre mulighed for såvel organiserede som uorganiserede friluftaktiviteter, herunder medvirke som igangsætter af arrangementer i naturen
- Sikre at skoler og institutioner kan bruge de grønne områder bl.a. ved etablering af naturbaser i lokalområderne
- Fremme borgernes indsigt i lokale natur- og miljøforhold
- Fortsat undgå pesticider i pleje af friarealer og landbrug

Hvad kan den enkelte borger gøre

- Gå, løbe eller cykle en tur og tage venner og familie med i det grønne
- Deltage i aktiviteter i grønne områder eller engagere sig i lokale natur- og miljøforhold
- Passe på og tage hensyn til de grønne områder i Ballerup Kommune



TRAFIK

Vi færdes meget i trafikken – hvad enten det er på vej til arbejde, i skole eller i fritiden. Vi flytter os mange gange fra ét sted til et andet. Derfor er vi afhængige af en god trafikplanlægning, som giver plads og ikke mindst sikkerhed til alle - uanset transportform eller begrundelse for at færdes i trafikken.

Målsætning

Der skal være en god trafikafvikling i Ballerup Kommune – både for bilister, cyklister, den kollektive trafik og for de, der færdes til fods. Derfor skal der være en høj grad af sikkerhed, tilgængelighed samt smidighed i afvikling af trafikken.

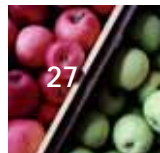


Hvad kan kommunen gøre

- Sikre god trafikplanlægning og smidig trafikafvikling
- Sikre gode muligheder for cykel- og gangtrafikken
- Sikre veje med lav trafikhastighed
- Arbejde for sikkerhed på skolevejene
- Medvirke i kampanjer for at påvirke den trafikale adfærd
- Medvirke aktivt for bedre kollektiv trafikbetjening
- Sikre at trafikplanlægningen tager hensyn til at dårligt gående og handicappede kan færdes

Hvad kan den enkelte borger gøre

- Tage hensyn til medtrafikanterne
- Minimere brug af bilen, når børnene skal i skole
- Støtte børnene i sikker færdsel og være et godt forbillede for dem i trafikken
- Gå eller cykle



ULYKKER

Ulykker er et væsentligt felt af sundhedsområdet - det belaster den enkelte og samfundet.

Hvert år koster ulykker 2400 mennesker livet og er dermed stadig den hyppigste dødsårsag op til 40-års alderen.

Selvom dødeligheden som følge af ulykke blandt børn er stadig faldende i Danmark, så har vi ikke bragt os så langt ned som de lande vi normalt sammenligner

os med. Børnedødeligheden som følge af ulykke er stadig højere i Danmark.

Mange ulykker kan imidlertid forebygges ved en relevant indsats. I Fyns Amt har man eksempelvis via en målrettet indsats over en årrække, nedsat antallet af ulykker med 25 %. Og en øget indsats for at forbedre trafiksikkerheden har på landsplan fået antallet af dødsfald i trafikken til at falde betydeligt.

Faldulykker blandt ældre er et stigende problem, men der er gode forebyggelsesresultater gennem målrettet indsats.



Målsætning

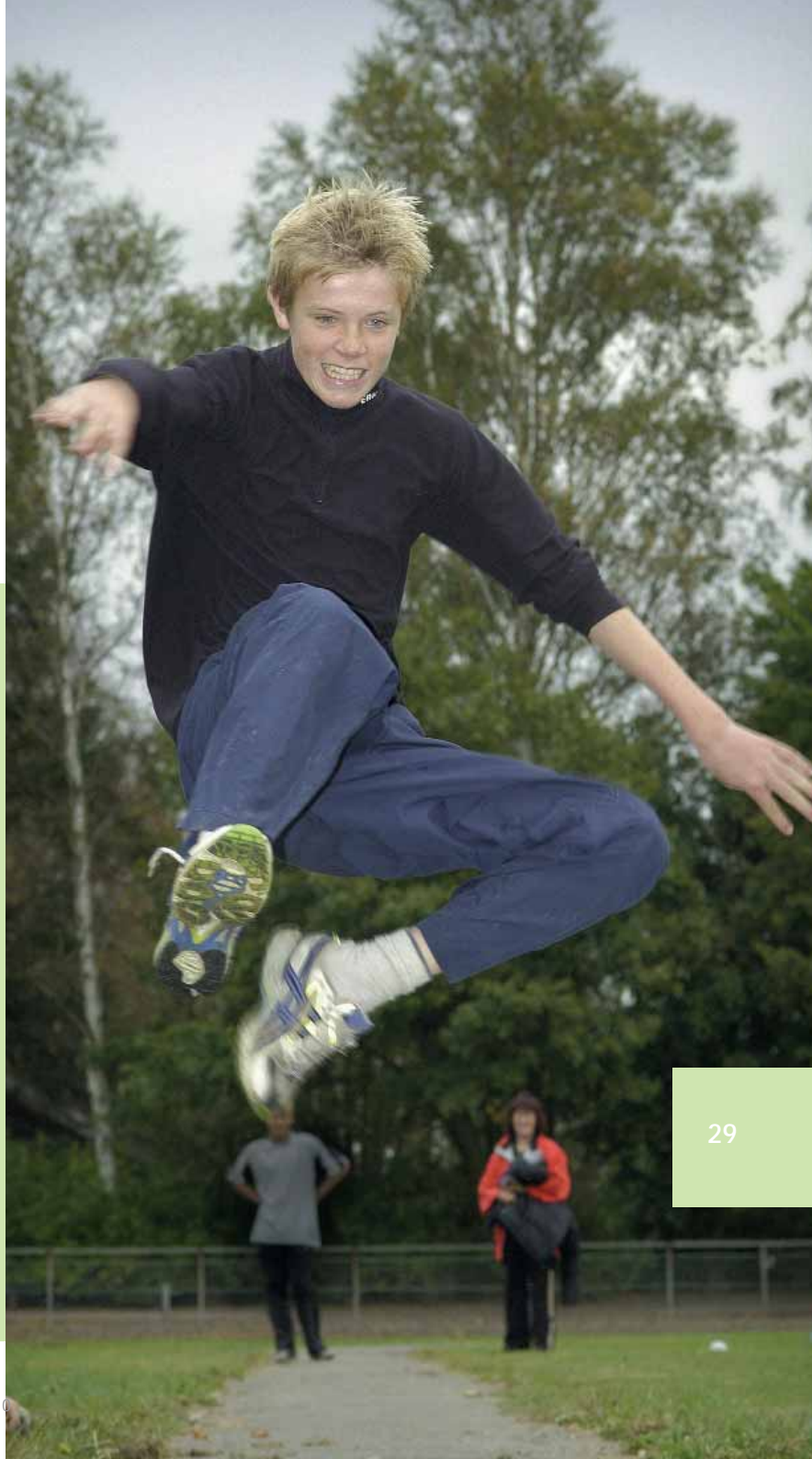
Nedsætte antallet af ulykker på arbejdspladserne, i institutionerne, i hjemmet, i trafikken og i fritiden ved at forbedre indsatsen inden for ulykkesforebyggelse.

Hvad kan kommunen gøre

- Informere og vejlede om forbrugersikkerhed
- Sikkerhed og ulykkesforebyggelse tænkes ind i alle arbejdsprocesser
- Sikre miljøer, hvor borgere færdes – skoler, institutioner, plejecentre mv.
- Sikre faldforebyggelse i hjemmene og i fritiden
- Styrke den generelle forebyggelse af ulykker

Hvad kan den enkelte borger gøre

- Træffe sikre valg, der forebygger ulykker for familien og andre
- Undgå risici ved at overholde sikkerhedsanvisninger, færdselsloven mv.
- Være et godt forbillede for børn og unge





ARBEJDSLIV

Et godt arbejdsmiljø har stor betydning for sundheden. Sundhedsfremme på arbejdspladsen er derfor af stor betydning for den enkelte, for virksomheden og for samfundet.

Ved at fremme og udvikle de positive elementer i arbejdet som f.eks. arbejdsglæde, motivation, engagement, indflydelse, meningsfuldhed samt personlig og faglig udvikling sikres et arbejdsmiljø, hvor ledere og medarbejdere trives fysisk og psykisk.

Omvendt medfører dårligt arbejdsmiljø sygefravær og i værste fald udstødelse fra arbejdsmarkedet.

Målsætning

Arbejdspladsen Ballerup Kommune prioriterer et sundt arbejdsmiljø.



Hvad kan kommunen gøre

- Opfordre til at arbejdsmiljødebatten er central på arbejdspladserne
- Sikre information om metoder til at skabe gode arbejdsmiljøer - såvel fysisk og psykisk som socialt
- Målrette forebyggelsesaktiviteter til sikring af det fysiske, psykiske og sociale arbejdsmiljø
- Være en positiv medspiller
- Gå foran og være et godt eksempel ved at
 - sikre igangsættelse af forebyggende initiativer for den enkelte medarbejder og for den samlede arbejdsplads, eksempelvis om kost, tobak og fysisk aktivitet
 - fokusere på forebyggelse af sygefravær med fokus på "nærvær" frem for "fravær"
 - indgå partnerskaber for at imødekomme medarbejdernes behov for relevante motionstilbud (eks. fitness-centre)
- Indgå samarbejde om sundhed med virksomheder beliggende i Ballerup Kommune

Hvad kan den enkelte medarbejder gøre

- Deltage aktivt i arbejdspladsens arbejde med at vedligeholde en god trivsel og sundhed for den enkelte og for fællesskabet
- Medvirke aktivt i udviklingen af relevante sundhedstilbud på arbejdspladsen
- Tage vare om eget og andres arbejdsmiljø
- Bakke op om sikkerhedsrepræsentantens arbejde
- Opdrage børn og unge til at stille krav til og håndtere arbejdsmiljøet





SAMMEN BLIVER VI DANMARKS SUNDESTE KOMMUNE I 2010



BALLERUP KOMMUNE