

STF-2018-05 Heilsudagar á Klaustri

Markmið: Markmið verkefnisins er að hvetja íbúa og virkja til hreyfingar og heilsusamlegs lífstíls allt árið um kring – vitundarvakning um heilbrigðan lífsstíl. Markmið er að a.m.k 10 % íbúa taki þátt í dögum á einn eða annan hátt.

Lýsing: Á íbúáþingi árið 2013 kom fram mikilvægi þess að senda jákvæð skilaboð út á við. Þegar grunnstoðir voru skoðaðar þá var efst á blaði fólkið sjálft, fjölskyldur og einstaklingar. Við þurfum að hlúa að íbúum, ekki síst til að gera sveitarfélagið eftirsóknavert til búsetu. Einnig er auðveldara að laða að nýja íbúa í samfélag þar sem stutt er við heilsusamlegan lífstíl. Bætt lýðheilsa miðar að því að viðhalda og efla heilbrigði fólks með forvarnarstarfi og samfélagslegri ábyrgð, þannig er m.a hægt að draga úr líkum á langvinnum sjúkdómum og auka andlega og líkamlega vellíðan. Stefnt að því að íbúar í Skaftárhreppi hafi heilsu og heilsusamlegan lífstíl að leiðarljósi allt árið en einu sinni á ári verði fastir dagar sem eru helgaðir heilsusamlegum lífstíl. Á þeim dögum verða ýmsir viðburðir, s.s fyrirlestrar/fræðsluerindi, heilsufarsmælingar, námskeið og kennsla t.d í hreyfingu, fræðsluefni dreift o.fl.

Verkefninu var úthlutað kr. 300.000.- árið 2018.

Upplýsingum úr framvindu- og lokaskýrslum verkefnisins verður bætt hér við eftir því sem verkefninu vindur fram.