



# Skabelon for høringssvar vedr. forebyggelsesplanen

Navn: \_\_\_\_\_

**Høringssvaret skal sendes til Anne Christmann Ramsgaard på email: [shaar@herning.dk](mailto:shaar@herning.dk).  
Deadline er den 18. april 2012 kl. 9.00.**

Hovedtemaer	Konkrete indsatser	Høringssvar
Kost, overvægt og motion	<b>1. Sundhedskommunikation for børnehavebørn</b>	Der er planer om at lave Ørre Naturskole om til et sted, hvor man målretter naturformidlingen til de 0-6 årrige. Her kunne bevægelse og sundhed gå ind i et naturligt samspil med naturformidlingen. Hos de mindste børn er bevægelse ofte i forvejen i form af leg og læringsformer integreret i naturformidlingen.
	<b>2. Mere bevægelse i skolernes frikvarter</b>	Et alternativ til aflåste kasser med legemateriale foreslås en forbedring af skolegårdene, så de indbyder til leg og bevægelse og til ophold udendørs.  I tilknytning hertil kunne udarbejdes en oversigt i form af hjemmeside og folder, så skolegårdene i kommunen bliver tilgængelige for alle borgere. Selv om der i de fleste er "åbent" uden for skoletiden er det oftest sådan, at de kun bruges af folk med tilknytning til skolen. Ved øget brug af skolegårdene som sjove og rekreative bevægelses- og udendørsopholdssteder, kunne man få aktiveret flere borgere fysisk. Der udover vil det sænke hærværksniveauet. Skolerne kunne selv være med til at reklamere lige netop for deres super-skolegård.
	<b>3. Mere bevægelse i fritidshjem og SFO</b>	Grønne områder, brug af omkringliggende naturområder, havebrug og dyrehold er alle bevægelsesfremmende samtidigt med, at de også er gode for den mentale sundhed.

		<p>Ikke alle børn tænder på det rent idrætslige, men har brug for kombinationer og indgangsvinkler med mere indhold for at få lyst til fysisk bevægelse. Bevægelsesefteruddannelse for pædagoger og udarbejdelse af en bevægelsespolitik, for hver enkelt institution, bør suppleres med naturvejledning til pædagogerne med alle de grønne muligheder og ideer, for at give en endnu bredere effekt.</p> <p>Udarbejdelse af en bevægelsespolitik for hver institution kunne være en del af en sundhedspolitik, hvori den mentale sundhed, kost og mulighed for bevægelse i det fri også kunne indgå.</p>
	<b>4. Systematisk indsats overfor overvægtige børn</b>	<p>Naturen er en god ramme til denne målgruppe, da man i naturen ikke bliver fysisk målt og vejet på samme måde som i en gymnastiksal eller på et idrætsanlæg. Naturen er mindre "farlig". En naturvejleder kan derfor indgå som en del af et fagligt team omkring disse børn.</p> <p>Ved at gøre disse børn glade for naturen giver man dem et uformelt rum, til at bevæge sig i. For nogle af disse børn handler det også om, at de ikke gider rent sportslige aktiviteter, men gerne vil bevæge sig, hvis det har et andet formål end bevægelsen i sig selv.</p>
	<b>5. Fritidspas</b>	
	<b>6. Cykeladventure-bane for løbecykler</b>	<p>At få skabt en bane for løbecykler der vil give større erfaring og selvsikkerhed for små børn og samtidig give dem en opstart til at genkende sædvanlige trafikale forhold, går godt i spænd med målsætningen for Herning Cykler projektet med at få flere børn til at (lære at) cykle. Der er for 2013 ansøgt om midler i Vejdirektoratet til at lave et "før skole cykel kursus" for børn, hvor en cykelbane udmærket kunne indgå i dette program.</p>
	<b>7. Sammenhængende sti-plan</b>	
	<b>8. Center for sundhed og idræt</b>	

	<b>9. cafe Hotspot, Nørregade 7</b>	Herning Kommune er medlem af Green Cities, som bl.a. på økologiområdet "vil fremme økologisk fødevarerproduktion lokalt og nationalt ved at øge produktionen og anvendelsen af økologiske fødevarer" Indsatsen understøtter dermed denne målsætning.
<b>Rygning og alkohol</b>	<b>10. Rygestop-tilbud: "Kom og Kvit"</b>	
	<b>11. Kursustilbud: Ældre og Alkohol</b>	
	<b>12. Opsøgende indsats overfor rusmidler på ungdomsuddannelser</b>	
<b>Trivsel og sundhedsfremme</b>	<b>13. Seksualundervisning i alle 8. klasser</b>	
	<b>14. Seksualundervisning i 5.-6. klasse og på Ungdomsuddannelserne</b>	
	<b>15. Tilbud om støtte ved skilsmisse for børn og voksne</b>	
	<b>16. Forebyggende psykologstøtte</b>	
	<b>17. Hygiejne-kampagne</b>	
	<b>18. Hjertestartere i det offentlige rum</b>	
	<b>19. Børn til kultur</b>	Besøg på naturskoler, naturcentre eller til andet besøg i naturen, hvor bevægelse, undervisning og naturoplevelser indgår bør indtænkes i tilbuddet.

		www.herningcykler.dk kommer bl.a. til at indeholde en ruteplanlægger der vil muliggøre forskellige måder at søge om kommunens kulturtilbud og seværdigheder og samt forslag til rute dertil. Der vil være mulighed for at udvikle koncepter omkring dette i fremtiden.
<b>Tværgående indsatser, der påvirker alle KRAM-faktorer</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Systematisk vurdering af sundheds-effekter på tværs</b></li> </ul>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Herning Kommunes forebyggelsespris</b></li> </ul>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Målrettet sundhedsindsats på beskæftigelsesområdet</b></li> </ul>	<p>Mange steder i landet har det vist sig at forskellige ledige borgergrupper, har haft stor gavn af et forløb, hvor ophold i natur eller grønne områder indgik som en del af et samlet forløb. En naturvejleder bliver en del af et fagligt team omkring de forskellige grupper. Det handler om f.eks. kræftpatienter, KOLpatienter, stressramte og andre langtidssygemeldte.</p> <p>Naturen er et uformelt rum, hvor disse grupper bedre kan kommunikere internt, end hvis de opholder sig indendørs siddende ved et bord.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Lokalt forankrede sundhedsfremme indsatser</b></li> </ul>	<p>Idé: Ud fra de forskellige boligområder f. eks i Gullestrup, i Brændgårdsparken, Gjellerup med flere, laves der ikke-afmærkede stier eller ruter. De har forskellige længder og får forskellige navne, som de lokale finder på. Ruterne er både gå-, cykel og løberuter. Nogle gange eksisterer de måske allerede. Ruterne markedsføres internt i beboerforeningerne og en naturvejleder laver en række arrangementer på ruterne af forskellig karakter og på forskellige årstider. Formålet med at lave og fokusere på ruterne er at lokke flere ud på egen hånd, når de oplever en kendt rute. Ruterne kan også føre til dannelse af sociale relationer i eget boligområde.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Sundhedsexperimentarium i</b></li> </ul>		

	<b>alle 7. klasser</b>	
<b>Generelle kommentarer</b>	<p>Naturen og de grønne områder bidrager væsentlig til befolkningens sundhed, velvære og velfærd. Mulighederne for gratis rekreation, leg, naturoplevelser, bevægelse og motion er noget, der allerede findes flere af i Herning Kommune.</p> <p>Det er vigtigt at gøre borgerne opmærksomme på disse steder og de forskellige gratis udfoldelsesmuligheder disse rummer.</p> <p>Naturvejledning eller guidning til at bruge naturen som rum for oplevelser, læring, aktiviteter, bevægelse og samvær er en vigtig brik og inspirationskilde i at få borgene gjort ansvarlige for deres egen sundhed både fysisk og mentalt.</p> <p>Herning kommune arbejder målrettet på at udbygge og forbedre kommunens cykelstinet og for at fremme cyklisme generelt. Incitamenter for at bruge cyklen i stedet for bilen skal være med til at flytte 6.500 daglige bilture til cykler eller offentlig transport. Der skal specielt laves indsatser for at fremme børns muligheder for at bruge cyklen til/fra skolen og for at modgå forældres undskyldninger for at skulle køre sine børn i skolen. Yderligere er den daglige pendling til/fra arbejde også et vigtigt indsatsområde der kan ændre mange menneskers dårlige vaner og vise et skridt på vejen til en sundere livstil. Det er vigtigt at der i planlægningen af nye bolig- og industriområder også inkluderes tiltag der gør det nemt og bekvemt at være cyklist (pendler) og fodgænger. Der skal f.eks.i 2013 laves undersøgelser om bedste placering af en ny stiforbindelse til Gødstrup sygehus fra Herning centrum der derved skal give et godt fundament for livlig cykeltrafik mellem sygehuset og omegnsbyerne.</p>	