

Folkehelsemeldingen

Her kommer mine innspill:

FOLKEHELSEINSPIRATOR

Hvorfor ikke ansette en folkehelseinspirator i hver region, som kan blogge på folkehelseinspirator.no? De kunne hjelpe til på diverse arrangementer, vise frem tiltak i kommunene, ha kontak med media, spre info over kommunegrensene - bidra til synergi. Nå er det veldig mange gode tiltak mange steder, og det er ikke nødvendig å finne opp kruttet på nytt hver gang... Fokus: Dørterskelproblematikk og lavterskelaktiviteter.

SKILT/NUDGING

Økte bevisstheten om at samfunnet setter pris på at folk, sykler og går. En del steder står det nå "Takk for at du går/sykler" på asfalten. Dette kan utvides kraftig. En del kommuner har også hjerteskilte med visdomsord/oppmuntringer. Her er det mane muligheter.

Infoskilte over vei som ikke er i bruk (men som brukes ved kø osv) kunne hatt info om hvor ofte det går buss på denne strekningen osv. Eller infotainment om elbiler vs bensinbiler osv.

GULRØTTER

Jeg er klar over at sittende regjering har utfordringer når det kommer til subsidiering og avgifter, derfor lar jeg dette ligge (selv om det er effektive virkemidler). Jeg har likevel lyst til å ta med noen forslag til gulrøtter:

- "Bomstasjon med overføring
Før en kjører inn til en bomstasjon måles farten/antall biler kontinuerlig. Hvor hver km/t bilene kjører under fartsgrensen settes det av for eksempel 1,- pr km i en pott. Syklister som ønsker det kan sykle med en "pengebrikke". Potten fordeles ut tilfeldig i for eksempel 1000,- porsjoner på utvalgte steder langs sykkelveiene. Hvis trafikken går tregt blir det flere utbetalinger. En gang i måneden kan en samle opp alt og gi til en - for å få blest om tiltaket. Hvis ikke disse pengene bevilges - så kan de bakes inn i bompengene. Da blir det enda mer opplagt at færre biler gir mindre i pømpenger - og incitamentet for sykling øker også. Dette er bare en mulig ordning for å bruke teknologi til nudging. Variasjonsmulighetene er uendelige.
- På tilfeldige tidspunkter gjennom året kunne en delt ut lunsjbonger til syklister/gående på vei inn til bykjernen. Hvis ikke dette bevilges, så kunne det også vært et privat/off samarbeid med lokale spisesteder. Om ikke gratis, så kanskje 25% rabatt?
- En fast dag i måneden kunne syklister tilbys enkel reperasjon/vedlikehold gratis, og bruksdeler til en billig penge.

FRILUFTSLIV - NÆROMRÅDER

De som er minst aktive oppgir at de ønsker å bedrive friluftsliv hvis de skal komme i aktivitet. Da er det litt merkelig at midler til friluftsliv vs idrett er så skjevfordelt. Utvikling av turløyper o.l. krever midler både til å få på plass - og ikke minst vedlikehold. Etter Turskiltprosjektet blir dette bare enda mer viktig. Kyst-stiprosjektet er genialt, og bør prioriteres.

Et område som får for lite oppmerksomhet er nedbygging av natur. Hvert år forsvinner store områder, og jeg tror ikke dette blir noe bedre med for eksempel etablering av Nye Veier A/S. På et seminar i Finland ble verdien av nærnatur verdsatt til 2mill€ årlig for 100ha nærnatur (rekreasjon, økosystemtjenester osv.) Det er vesentlig forskjell på bruk av et område avhengig av hvor lett det er tilgjengelig. Og da snakker vi ikke om kilometer, men om hundremeter. Nærnaturen til byer og tettsteder på må oppgradert sin verdi - alt blir ikke mer verdifullt av å bli asfaltet.

ARBEIDSLINJA - VERDI

Folkehelse handler heller ikke bare om bevegelse. Psykisk helse blir bedre av bevegelse, og den er også avhengig av folks selvbilde. Så lenge jeg har levd har det vært stort fokus på arbeidslinja - det å bære i 100% jobb tilsvarer 100% menneskeverd. Nå er det slik at vi er 100% verdifulle som mennesker helt uavhengig av prestasjoner og jobb (min påstand), og at arbeidslinja påfører mange med sykdom og kroniske utfordringer større belastninger enn nødvendig. En borgerlønn ville tatt mye av brodde av dette, men er nok et stykke frem i tid. Med økende automatisering må vi ta noen valg - fordeling eller noen få styrtrike? Jeg holder en knapp på det første. Både for psykisk helse, og få skape gode samfunn.

SAMMENHENG - MENING

I forlengelse av dette kommer selvsagt mening. Det er viktig å få lov til å bidra på sitt nivå, og være en del av fellesskapet - #bedreilag (Sigurd Schultz, Bodø). En sammenheng som blir mer og mer borte i det moderne samfunn er forskjellen på ting som er født og lagd. Dette gir seg uttrykk på mange forskjellige områder, og jeg er spesielt opptatt av dette når det kommer til natur. Vi kan ikke snakke om menneske OG natur, fordi mennesket ER natur. Å se denne sammenhengen tror jeg er helt essensielt for god folkehelse. Hvis det er vanskelig å forstå kan en bare sette seg i en hjørne å holde pusten i 10 minutter. Da blir det helt åpenbart at det er en sammenheng her... Når denne sammenhengen blir bevisstgjort, så er det kort vei til bærekraft, værekraft og økende livskvalitet. Og ikke minst - bedre folkehelse.

SKOGSBADING

En metode for å bevisstgjøre dette er utviklet i Japan på 80-tallet, og heter skogsbading/skogsterapi. Det er nå i ferd med å spre seg worldwide, og er evidensbasert - det virker! Mange forskjellige tiltak i Norge tar også dette i bruk - både i helsesektoren og på fritiden.

STILLHET OG STØY

De siste årene har det skjedd en økende motorisering på flere fronter. Dette går utover stillheten, som er friluftslivets viktigste kvalitet. Friluftsliv er en helt vesentlig del av folkehelsearbeidet. Støy er helt uavhengig av friluftslivet også en av de faktorene som påvirker oss mest i retning av dårlig folkehelse. Støy setter seg i kroppen, og over lang tid er det svært destruktivt. Jeg vil derfor gjerne oppfordre regjeringen til å etablere Norges første stille havområde rundt Valløyene i Grimstad kommune (slike områder er svært populære i Sverige). Støykart må også få en helt annen stilling i regulerings- og planleggingsarbeid. Støykart over ny E-39 gjennom nærfriluftsområdene i Kristiansand var nesten ikke mulig å få på bordet, og ble delt ut til bystyrerepresentantene da de gikk inn i salen for å stemme over saken...

Jeg håper noe av dette kan brukes.
Lykke til med arbeidet!

Lars Verket, padlosof
www.homoludens.no