

Stefna Húnaþings vestra um vellíðan án tóbaks, áfengis og annarra vímuefna 2025- 2029

DRÖG stýrihóps í janúar 2025

Í Húnaþingi vestra setjum við heilsu og vellíðan íbúa í forgang. Við höfum mótað metnaðarfulla stefnu sem miðar að því að skapa sterkt og heilbrigt samfélag þar sem íbúar geta þrífist án skaðlegra áhrifa tóbaks, áfengis og annarra vímuefna. Stefna Húnaþings vestra er:

- Að efla vitund um áhrif tóbaks, áfengis og annarra vímuefna á heilsu og vellíðan einstaklinga og samfélags.
- Að skapa heilsusamlegt umhverfi með markvissum forvörnum og stuðningi við íbúa.
- Að tryggja öruggt og heilbrigt umhverfi fyrir börn og ungmenni í skóla-, íþrótt- og tómstundastarfi.
- Að virkja íbúa til þátttöku í heilsueflandi aðgerðum og samfélagsverkefnum.



Heilsueflandi

Með markvissum aðgerðum stuðlum við að heilsusamlegu líferni fyrir alla aldurshópa.



Barnvænt

Lögð er sérstök áhersla á að byggja upp öruggt og uppbyggilegt umhverfi fyrir börn og ungmenni.



Forvarnir

Öflugar forvarnir og fræðsla eru lykilþættir í að fyrirbyggja skaðleg áhrif vímuefna.

Þessi stefna er hornsteinn í ákvörðun sveitarstjórnar um að byggja upp heilsueflandi og barnvænt samfélag, þar sem hver einstaklingur fær tækifæri til að blómstra. Nýjustu gögn frá landlækni sýna að 20% fullorðinna á Norðurlandi eru með áhættusamt neyslumynstur áfengis, sem undirstrikar mikilvægi markvissra aðgerða.

Lifandi samfélag

Stefnan byggist á þeirri grundvallarforsendu að allir einstaklingar eigi rétt á að lifa heilbrigðu og innihaldsríku lífi án áhrifa tóbaks, áfengis og annarra vímuefna. Góð heilsa og almenn vellíðan er ekki aðeins markmið í sjálfu sér, heldur forsenda þess að fólk geti notið lífsins til fulls, þroskast og náð sínum persónulegu markmiðum.

Til að ná þessum markmiðum hefur verið mótuð heildstæð stefna og aðgerðaáætlun sem byggir á markvissri fræðslu og fyrirbyggjandi aðgerðum. Áhersla er lögð á þrjá lykilþætti samfélagsins:



Skóla-, íþrótt- og tómstundastarf

Markviss uppbygging heilbrigðra lífshátta í gegnum fjölbreytt mennta- og tómstundastarf.



Íbúar

Öflugt stuðningsnet og aðgengileg úrræði fyrir heilsusamlegt líf í samfélaginu.



Vinnustaðir og stofnanir

Stuðlað að heilsueflingu og velferð á vinnustöðum sveitarfélagsins með umhyggju að leiðarljósi.

Samfélagsleg ábyrgð og stefnumótun

Heilbrigt samfélag byggist á sameiginlegri ábyrgð okkar allra. Það er grundvallarverkefni samfélagsins að skapa öruggt og styðjandi umhverfi þar sem hver einstaklingur getur þroskast og dafnað án skaðlegra áhrifa vímuefna.

- 1

Samfélagsleg ábyrgð

Við leggjum áherslu á öflugt og markvisst forvarnastarf, greiðan aðgang að fjölbreyttum stuðningsúrræðum og virka þátttöku allra samfélagshópa í uppbyggingu heilbrigðs samfélags.
- 2

Þróun stefnu

Stefnan er mótuð á grunni viðurkenndra aðferða heilsueflandi samfélags, með hliðsjón af nýjustu rannsóknum og gögnum frá opinberum aðilum og sérfræðingum á sviði lýðheilsu.
- 3

Samráðsferli

Við mótun stefnunnar var lögð rík áhersla á víðtækt samráð við alla aldurshópa samfélagsins. Stýrihópur, fagaðilar og almennir íbúar lögðu allir sitt af mörkum með virkri þátttöku í opnu samráðsferli.
- 4

Innleiðing og eftirfylgni

Stefnan er kynnt reglulega og markvisst fyrir öllum stjórnendum og starfsmönnum sveitarfélagsins. Sérstök áhersla er lögð á að nýir starfsmenn kynnist stefnunni strax við upphaf starfs.

Fjölskyldusvið Húnaþings vestra ber meginábyrgð á innleiðingu stefnunnar og tryggir að hún sé kynnt ítarlega fyrir öllum starfsmönnum við gildistöku. Stefnan er lifandi plagg sem er endurskoðað á fjögurra ára fresti til að tryggja að hún endurspegli þarfir samfélagsins á hverjum tíma.



Skóla-, íþrótt- og tómstundastarf

Húnaþing vestra leggur mikla áherslu á heilbrigt og öruggt umhverfi fyrir börn og ungmenni. Því er algjört bann við neyslu áfengis, tóbaks og annarra vímuefna (þar með talið munnpúða, veips og nikotíns) í öllu skóla-, íþrótt- og tómstundastarfi sveitarfélagsins.



Heilbrigt skólaumhverfi

Vímuefnabannið nær til alls húsnæðis og útisvæða þar sem starfsemi eða viðburðir á vegum skólans fara fram.



Öruggt íþróttastarf

Skýrar reglur gilda fyrir alla þátttakendur, hvort sem um ræðir iðkendur, starfsfólk eða gesti í íþróttastarfinu.



Markviss fræðsla

Grunnskóli Húnaþings vestra veitir nemendum vandaða og aldursmiðaða fræðslu um áfengi, tóbak og önnur vímuefni samkvæmt forvarnaáætluninni

ForNor

Skýrar stefnur félagasamtaka

Öll ungmennafélög og samtök sem þiggja styrki frá Húnaþingi vestra vegna íþrótt- og tómstundastarfs skulu setja sér skýra og opinbera stefnu varðandi notkun tóbaks, rafretta, áfengis og annarra vímuefna í starfsemi sinni.

Heildstæð nálgun sveitarfélagsins

Til að tryggja samræmda nálgun þurfa allar stefnur að endurspeglar grunnildi Húnaþings vestra og fylgja formlegum samningum. Þetta gildir einnig um minni viðburði sem njóta styrkja frá sveitarfélaginu.



Stefnur og áætlanir í íþróttta- og tómstundastarfi



Stefnur ungmennafélaga

Öll ungmennafélög og starfsemi sem þiggur styrki frá Húnaþingi vestra fyrir íþróttta- og tómstundastarf verður að hafa skýra og opinbera stefnu gegn einelti og misnotkun. Stefnan skal innihalda nákvæmar verklagsreglur um viðbrögð við atvikum, skýr skref í málsmæðferð og skilgreind ábyrgðarhlutverk. Þetta tryggir öruggt og uppbyggilegt umhverfi fyrir alla þátttakendur.



Vernd

Virk stefna og eftirfylgni gegn einelti og áreitni.



Vellíðan

Markviss stuðningur við heilbrigðan lífsstíl.



Samfélag

Öflugt og gjöfult íþróttta- og tómstundastarf.



Kynnig að hausti

Í upphafi hvers skólaárs er tekið saman ítarlegt yfirlit yfir alla íþróttta- og tómstundastarfsemi í Húnaþingi vestra. Samhliða er kynnt heildstæð stefna sveitarfélagsins um heilbrigða lífshætti og vellíðan án tóbaks, áfengis og annarra vímuefna. Þetta er gert til að auðvelda íbúum að taka upplýstar ákvarðanir um þátttöku í heilsuefandi starfi.

Íbúar og viðburðahald

Húnaþing vestra hvetur til þess að viðburðir í sveitarfélaginu séu í samræmi við stefnu sveitarfélagsins um heilbrigða lífshætti og öruggt umhverfi fyrir alla aldurshópa. Með því er lögð áhersla á að skapa jákvætt og heilbrigt félagslegt umhverfi þar sem allir íbúar geta notið sín á eigin forsendum.

Reglur um viðburði í húsnæði sveitarfélagsins

Allir opinberir viðburðir sem haldnir eru í húsnæði sveitarfélagsins, þar með talið skemmtanir og dansleikir, skulu vera án tóbaks, áfengis og annarra vímuefna. Undantekning er einungis gerð þegar viðburðir eru skipulagðir sérstaklega fyrir 18 ára og eldri (miðað við fæðingardag). Í slíkum tilfellum skal fylgja öllum viðeigandi lögum um vínveitingasölu og öryggi gesta.

Starfsfólk og aldurstakmark

Til að tryggja ábyrga framkvæmd og öryggi gesta skal starfsfólk sem vinnur á viðburðum þar sem áfengi er haft um hönd hafa náð 18 ára aldri. Þetta á við um alla starfsmenn sem koma að skipulagningu og framkvæmd viðburðarins.

Skipulagning bæjarhátíða

Ábyrgðaraðilar bæjarhátíða og lengri viðburða skulu leggja dagskrá fyrir farsældarteymi Húnaþings vestra til yfirferðar áður en auglýsingar eru birtar. Farsældarteymið metur hvort dagskráin samræmist stefnu sveitarfélagsins og veitir ráðgjöf um hvernig megi best tryggja öryggi og vellíðan allra þátttakenda. Ágreiningi skal vísað til byggðarráðs.

Stuðningur við stefnumótun

Fjölskyldusvið Húnaþings vestra býður upp á faglega ráðgjöf og aðstoð við fyrirtæki, félög og stofnanir sem óska eftir að móta eigin stefnu varðandi tóbak, áfengi og vímuefni. Með þessu er stuðlað að samræmdri nálgun í forvörnum og heilsuefningu í öllu sveitarfélaginu.



Kannanir og aðgerðaráætlun fyrir eldri borgara

Húnaþing vestra leggur mikla áherslu á reglulegt mat og eftirfylgni með velferð eldri borgara. Kannanir eru framkvæmdar að minnsta kosti á fjögurra ára fresti til að meta árangur og þarfir.

Fjölskyldusvið Húnaþings vestra ber ábyrgð á eftirfarandi heildstæðri aðgerðaráætlun sem miðar að því að efla stuðning og fræðslu fyrir eldri borgara:



Markviss fræðsla og stuðningur

Reglubundnir fræðslufundir: Skipulögð fræðsludagskrá um áhrif áfengis og vímuefna á heilsu eldri borgara, ásamt kynningu á stuðningsúrræðum sveitarfélagsins.

Aðgengilegar upplýsingar: Auðskiljanleg og ítarleg gögn um öll tiltæk stuðningsúrræði.



Öflugt félagsstarf

Fjölbreytt dagskrá í samfélagsmiðstöð: Skipulagt félagsstarf sem stuðlar að virkni og heilbrigðu líferni, s.s. skipulagðar gönguferðir, skapandi starf í samvinnu við aðrar stofnanir og/eða aðila.

Virkir stuðningshópar: Aðstoð og leiðbeining um stuðningshópa fyrir þá sem glíma við áfengis- eða vímuefnavanda.



Öflugt samstarfsnet

Samþætt heimaþjónusta: Virkt samstarf við heilbrigðisstofnanir og fagfólk í gegnum þróunarverkefnið Gott að eldast, sem tryggir heildstæða þjónustu.

Svæðisbundið samstarf: Markviss samvinna við nágrannasveitarfélög um þróun og framboð úrræða fyrir eldri borgara.



Einstaklingsmiðuð heilsuþjónusta

Hvatt til heilsueftirlits: Ráðlagt og leiðbeint um heilsufarsskoðanir með áherslu á forvarnir og íhlutun.

Fagleg sálræn aðstoð: Aðstoðað við aðgang að sálfræðingum og ráðgjöfum með sérþekkingu á málefnum eldri borgara.



Skilvirkar forvarnir

Heildstætt forvarnarstarf: Forvarnaáætlanir fyrir eldri borgara með áherslu á heilsueflingu og félagslegan stuðning.

Gott að eldast : Auðvelt aðgengi að upplýsingum og ráðgjöf um heilbrigðan lífsstíl í gegnum sérstaka þjónustugátt.



Vinnustaðir og stofnanir sveitarfélagsins

Starfsfólk Húnaþings vestra skal ávallt vera til fyrirmyndar í framkomu, málfari og hegðun. Sveitarfélagið gerir skýra kröfu um að starfsfólk neyti hvorki áfengis, tóbaks né annarra vímuefna (þar með talið nikotíns og munnpúða) á vinnutíma. Fjölskyldusvið býður upp á faglega ráðgjöf og stuðning fyrir þá sem vilja hætta neyslu þessara efna.

Stjórnendum ber skylda til að bregðast við grun um neyslutengd vandamál af fagmennsku og nærgætni, með það að markmiði að tryggja viðkomandi einstaklingi viðeigandi aðstoð. Mikilvægt er að hafa eftirfarandi leiðbeiningar að leiðarljósi:



Greining á einkennum

Fylgjast skal með breytingum á hegðunarmynstri, svo sem óvenjulegum skapsveiflum, félagslegri einangrun, minnkandi áhuga á fyrri áhugamálum og líkamlegum einkennum eins og óeðlilegri þreytu eða breyttri hegðun.



Skapa stuðningsfullt umhverfi

Velja skal hentugan tíma og stað fyrir einkasamtal þar sem tryggt er næði og öryggi viðkomandi.



Hvetja til að leita sér aðstoðar

Ef viðkomandi viðurkennir vanda skal hvetja til faglegrar aðstoðar, hvort sem um ræðir einstaklingsráðgjöf, meðferð eða þátttöku í stuðningshópum.



Samskipti við aðra

Meta skal breytingar á gæðum og tíðni samskipta við samstarfsfólk og skjólstæðinga.



Virðing og hlustun

Sýna skal einlægan áhuga og virka hlustun án fordóma. Mikilvægt er að viðkomandi finni að sjónarmið hans séu virt og tekin alvarlega.



Þjóða aðstoð við að finna úrræði

Veita skal upplýsingar um tiltæk úrræði og aðstoða við að finna viðeigandi meðferðarform eða stuðningshópa eftir þörfum hvers og eins.



Framkvæmd og eftirfylgni stefnu

Eftirfarandi gátlisti sýnir helstu markmið stefnunnar og stöðu þeirra í Húnaþingi vestra.

1. Almenn stefnumál og stjórnsýsla

1.3. Sveitarfélagið hefur sett sér stefnu um áfengi og önnur vímuefni.	Stefna samþykkt eftir íbúasamráð og birt á heimasíðu.
1.5. Fagfólk kemur að gerð og innleiðingu stefna og aðgerðaráætlana á sviði tóbaks, áfengis og annarra vímuefna.	Kemur fram í stefnunni.
5.2. Fagfólk kemur að gerð og innleiðingu aðgerðaráætlunar stefnunnar.	
2.3. Stefnan og aðgerðaáætlunin er öllum aðgengileg.	Kemur fram í stefnunni.
1.7. Stefnur og aðgerðaáætlanir eru sýnilegar á vefsíðu sveitarfélagsins og kynntar reglulega fyrir íbúum.	Kemur fram í stefnunni.
2.4. Stefnan og aðgerðaáætlunin er kynnt fyrir stjórnendum og starfsfólki vinnustaða.	
3.5. Stefnan er reglulega kynnt leiðbeinendum og öðru starfsfólki.	
2.5. Stefnan er reglulega til endurskoðunar.	Kemur fram í stefnunni.
3.3. Skilgreindur er starfandi ábyrgðaraðili fyrir innleiðingu stefnunnar.	Kemur fram í stefnunni.

2. Skóla-, íþrótta- og tómstundastarf

1.8. Sérstaklega er sett fram áætlun um takmarkað aðgengi að áfengi.	Í skóla-, íþrótta- og tómstundastarfi fyrir börn í Húnaþingi vestra er ekki heimilt að neyta áfengis, tóbaks eða annarra vímuefna
2.14. Sveitarfélagið/skólayfirvöld veita skipulega fræðslu um áfengi, önnur vímuefni og tóbak í grunnskólum.	Samkvæmt forvarnaáætlun ForNor
3.1. Fyrirliggjandi er stefna um notkun tóbaks*, rafretta, áfengis og annarra vímuefna í íþrótta- og æskulýðsstarfi og öðru tómstundastarfi barna og ungmenna sem styrkt er af sveitarfélaginu.	Félög skulu hafa skriflega stefnu í samræmi við stefnu Húnaþings vestra. Smærri viðburðir fylgja stefnu Húnaþings vestra.
3.4. Stefnan er kynnt reglulega fyrir þátttakendum og foreldrum þeirra.	Að hausti skal taka saman yfirlit yfir þá íþrótta- og tómstundastarfsemi sem boðið er upp á í Húnaþingi vestra og samhliða kynnt stefna Húnaþings vestra um vellíðan án tóbaks, áfengis og annarra vímuefna.

3. Viðmið fyrir íbúa og viðburði

Aldurstakmörk vegna skemmtana þar sem áfengi er haft um hönd.	18 ára.
Kvöð um aldur þess sem vinna á skemmtunum þar sem áfengi er haft um hönd.	18 ára
1.15. Fyrirliggjandi er framkvæmdaáætlun vegna bæjarhátíða þar sem lykilaðilar eru skilgreindir.	Í undirbúningi bæjarhátíða eða viðburða sem standa í meira en einn dag skulu ábyrgðaraðilar leggja drög að dagskrá fyrir farsældarteymi Húnaþings vestra til yfirferðar áður en hún er auglýst.

4. Vinnustaðir og stofnanir sveitarfélagsins

2.2. Stofnanir sveitarfélagsins hafa viðbragðsáætlun um hvernig bregðast skuli við vegna gruns um neyslutengd vandamál.	Leiðbeiningar í stefnu til stjórnenda.
2.8. Sveitarfélagið hefur innleitt reyklausan vinnutíma. Reyklaus vinnutími felur í sér að reykingar eru ekki leyfilegar á vinnutíma.	Húnaþing vestra gerir almennt þá kröfu að áfengis, tóbaks eða annarra vímuefna (s.s. nikotíns og munnpúða) sé ekki neytt á vinnutíma.
2.10. Í boði er aðstoð fyrir starfsfólk sem vill hætta að nota tóbak.	Fjölskyldusvið veitir ráðgjöf og aðstoð til þeirra sem vilja hætta að neyta áfengis, tóbaks eða annarra vímuefna.

Markmið sem ekki eiga við í Húnaþingi vestra

Vegna sérstöðu sveitarfélagsins og stærðar þess eru eftirfarandi markmið ekki viðeigandi:

1.9. Sérstaklega eru skilgreind viðmið um takmörkun á fjölda rekstrar- og vínveitingaleyfa.	Á ekki við, sölustaðir mjög fáir.
1.10. Sérstaklega eru skilgreind viðmið um takmörkun á fjölda tóbakssöluleyfa.	Á ekki við, sölustaðir mjög fáir.
1.11. Vinnuferlar eru til staðar um eftirlit með sölu tóbaks.	Á ekki við, sölustaðir mjög fáir.
1.12. Sveitarfélagið fylgir því reglulega eftir að smásöluaðilar fari eftir lögum og reglum um sölu tóbaks.	Á ekki við. Í höndum lögreglu eða annarra eftirlitsaðila.
1.13. Sveitarfélagið hefur skilgreint viðbrögð við endurteknum brotum á tóbaksvarnarlögum.	Á ekki við. Í höndum lögreglu eða annarra eftirlitsaðila.
1.16. Sveitarfélagið í samstarfi við sýslumann bjóða upp á námskeið fyrir starfsfólk veitingahúsa um ábyrga áfengissölu.	Á ekki við. Engin námskeið þekkt.
1.19. Sveitarfélagið gerir kröfu um að leigusalar sem leigja út sali eða aðstöðu hafi stefnu um notkun tóbaks, áfengis og annarra vímuefna.	Á ekki við.
1.18. Samstarfssamningar eru til staðar milli sveitarfélags, lögreglu og veitingamanna um að tryggja öruggt skemmtanaliíf.	Á ekki við?
2.1. Stofnanir sveitarfélagsins eru með stefnu og aðgerðaáætlun um notkun tóbaks*, áfengis eða annarra vímuefna meðal starfsmanna og íbúa sem nýta sér þjónustu viðkomandi stofnana og aðila** sem sveitarfélagið er með samninga við.	Á ekki við. Stefna sveitarfélagsins gildir um allar stofnanir sveitarfélagsins.
4.1. Fyrir liggur stefna um fjölda rekstraleyfa fyrir skemmtistaði með vínveitingaleyfi.	Á ekki við. Mjög fáir skemmtistaðir.
4.2. Skilgreindir eru vinnuferlar um framkvæmd við eftirlit og heimsóknir á skemmtistaði, án þess að lögregla hafi verið kölluð sérstaklega til.	Á ekki við. Í höndum lögreglu eða annarra eftirlitsaðila.
4.5. Áætlun um tilviljanakennt eftirlit með ölvunarakstri er til staðar.	Á ekki við. Í höndum lögreglu eða annarra eftirlitsaðila.
4.6. Áætlun um færnipjálfun starfsfólks skemmtistaða er til staðar.	Á ekki við.
5.1. Fyrlliggjandi eru ákvæði um tóbaks-, áfengis- og vímuvarnir í verkferlum vegna heimahjúkrunar og hjá stofnunum þar sem aldraðir dvelja.	Á ekki við. Á ábyrgð ríkisins.