fokus

Heilsa & lívsstílur

Vitan

Í 2006 verður farið undir at gera eina kanning, sum lýsir livihátt, heilsu og sjúkutíttleika hjá umleið 3.000 tilvildarliga valdum føroyingum. Kanningin fer m.a. at lýsa teir lívsvanar, sum hava týdning fyri heilsuna og umhvørvið, bæði heima og í arbeiði. Her verður hugsað um royking, rúsdrekka, likamsvirkni og kost. Eftir ætlan fer kanningin at verða gjørd triðja hvørt ár. Á henda hátt ber til at fáa eina ábending um, hvørt støðan broytist, og hvussu hon broytist.

Kostur

Mál:

- Miðað verður eftir, at øll, bæði børn og vaksin, eta heilsugóðan kost.
- Talið av føroyingum, sum viga ov nógv, skal minka munandi.
- Umstøðurnar á skúlunum til matna skulu betrast munandi.

Tiltøk:

- Vitan um kostvanar og vekt hjá føroyingum skal fáast til vega.
- Átøk viðvíkjandi sunnum kosti og kostvanum skulu gerast.
- Kostætlan fyri børn í dagansing og næmingar í skúlunum skal orðast.
- Lýsingarátak, sum skal fremja sunnari kostvanar, skal gerast.

Royking

Mál:

- Talið av teimum, sum roykja, skal í mesta lagi vera 20% í 2009. Í 2015 skal talið av roykjarum í mesta lagi vera 15%.
- Talið á teimum, sum byrja at roykja, skal minka munandi.
- Miðað verður eftir, at árgangirnir hjá teimum, sum eru fødd í 2000 og seinni, verða roykfríir.
- Í almenna rúminum, har fólk koma saman í sambandi við arbeiði ella frítíð, skal verða roykfrítt í seinasta lagi í 2009.

Tiltøk:

- Dagføring av lógarverkinum.
- Vitan um roykivanar hjá føroyingum.
- Upplýsing um heilsuvandar við at roykja.
- Færri (nýggjar) roykjarar.
- Roykipolitikkur.
- Talið av roykfríum umhvørvum skal økjast.
- Tilboð um roykiavvenjing.
- Tubbaksprísurin skal regulerast.
- Samstarvsfelagar í tiltøkum móti royking.

Rúsdrekka og rúseitur

Mál:

Minkast skal um rúsdrekka- og rúsevnismisnýtsluna, og harvið skal eisini minkast um medisinsku og sosialu skaðaárinini av misnýtsluni.
Útseta byrjunaraldurin tá ung byrja at drekka rúsdrekka.
Tryggja børnum og ungum ein uppvøkstur, sum er fríur fyri rúsdrekka- og rúsevnismisnýtslu.
Rúsevnisfríar Føroyar.

Tiltøk:

- Vitan um rúsdrekka- og rúsevnisvanar skal fáast til vega.
- Upplýsing um heilsuvandar við rúsdrekka- og rúsevnismisnýtslu.
- Rúsdrekka- og rúsevnispolitikkur skal orðast á øllum arbeiðsplássum.
- Talið av rúsdrekka- og rúsevnisfríum umhvørvum skal økjast.
- Viðgerð fyri rúsdrekka- og rúsevnismisnýtslu.
- Fyribyrgjandi átøkini móti rúsdrekka- og rúsevnismisnýtslu skulu styrkjast. Hetta er serliga galdandi fyri tiltøk, sum eru ætlað børnum og ungum.
- Eftirlitið við innflutningi av ólógligum rúsevnum skal gerast munadyggari og virknari.

Rørsla

Mál:

- Rørsla skal vera ein natúrligur partur av gerandisdegnum alt lívið.
- Talið av teimum, sum røra seg regluliga, skal økjast munandi.

Tiltøk:

- Vitan um rørslu og rørsluvanar skal fáast til vega.
- Rørsluætlan fyri børn á dagstovnum og næmingar í skúlunum skal gerast.
- Møguleikarnir fyri kropsvenjing á arbeiðsplássum skulu betrast.
- Øktur dentur skal leggjast á mosjónsvirksemi innan ítróttin.
- Súkklubreytir skulu gerast.
- Likamsvirkni hjá gomlum skal økjast.
- Skipað verður fyri einum rørsluári – "Føroyar í rørslu".