

WHO Európai Egészséges Városok Hálózat

VII. ciklus (2019-2025)

Háttér

Alapelvek

A VII. ciklus háttérdokumentumai

A VII. ciklus átfogó céljai

A VII. ciklus 6 fő témája

1. téma: Lakosság

2. téma: Lakóhely

3. téma: Részvétel

HÁTTÉR

Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) Európai Regionális Irodája 1987-ben döntött egy olyan demonstrációs projekt elindításáról, melynek célja újfajta megközelítések alkalmazása az egészség érdekében a városokban, a helyi önkormányzatok munkájában.

Az Egészséges Városok program 35 európai várossal indult el, azonban rövid idő alatt világméretű mozgalommá nőtte ki magát. Jelenleg az Európai Régióban 30 nemzeti hálózat tagjaként több, mint 1400 város része a programnak. De található Egészséges Városok az Amerikai Kontinensen, a Távols-Keleten, és Ausztráliában is.

A WHO Európai Egészséges Városok Hálózat a kezdetektől ötéves megvalósulási fázisokra, úgynevezett ciklusokra határozza meg prioritásait. A VII. ciklus 2019-ben vette kezdetét, melyet a járványhelyzet miatt meghosszabbítottak 2025-ig.

ALAPELVEK

A tagvárosok megerősítik elkötelezettségüket az Egészséges Városok alapelvei iránt, melyeket figyelembe vesznek a helyi önkormányzatok döntései során:

- Széleskörű, különböző szektorok közötti együttműködés
- Esélyegyenlőség
- Közösségi részvétel biztosítása
- Fenntartható fejlődés
- Szolidaritás

A tagvárosok továbbra is támogatják a WHO Európai Egészséges Városok Hálózat stratégiai céljait:

- 1) A városok és helyi önkormányzatok társadalmi és politikai napirendjén az egyik legfontosabb helyen szerepeljen az egészség ügye
- 2) Az egészséget, jól-létet, és fenntartható fejlődést támogató helyi döntések, kiemelve az egészség társadalmi meghatározóit, az esélyegyenlőséget az egészség területén, valamint az Agenda 2030 fenntartható fejlődési stratégia alapelveit
- 3) Interszektoriális és részvételen alapuló kormányzás az egészség, jól-lét, esélyegyenlőség minden helyi szakpolitikában és az integrált egészségtervezés érdekében
- 4) Szakmapolitikai és gyakorlati tudás, jó gyakorlatok és módszerek létrehozása, melyek az Európai Régió minden városában használhatók az egészségfejlesztés érdekében
- 5) A szolidaritás, az együttműködés, és a kapcsolatépítés elősegítése az európai városok és helyi önkormányzati hálózatok, valamint a városi kérdésekkel foglalkozó intézmények között
- 6) A WHO Európai Hálózatához való hozzáférés növelése az Európai Régió minden tagállama számára

A VII. CIKLUS HÁTTÉRDOKUMENTUMAI

A WHO Európai Egészséges Városok Hálózata és tagvárosai tevékenységeikkel elősegítik az ENSZ és a WHO stratégiai dokumentumaiban megfogalmazottak megvalósítását, nemzeti, nemzeti, és helyi szinten.

A WHO 13. Általános Munkaprogramja (2019-2023)

<https://www.who.int/about/what-we-do/gpw-thirteen-consultation/en/>

A WHO 13. Általános Munkaprogramját a tagállamok a 71. Közgyűlésen fogadták el, 2018. május 25-én. A globális munkaprogram hármasszissziójához három stratégiai prioritás, cél kapcsolódik. A dokumentum kimondja, hogy a WHO csak akkor lehet sikeres, ha munkája az Agenda 2030 Fenntartható Fejlődési Céljaira épül.

Misszió: Egészségfejlesztés – Biztonságos Világ – Hátrányos helyzetűek segítése

3 stratégiai prioritás, cél

- Egészségesebb lakosság
- Egészségi vészhelyzetek
- Univerzális egészségi, egészségbiztosítási lefedettség

Agenda 2030 a fenntartható fejlődésért

<http://ensz.kormany.hu/a-2030-fenntarthato-fejlodesi-keretrendszer-agenda-2030->

2015. szeptember 25-én az ENSZ Fenntartható Fejlődési Csúcsán fogadták el, a 2030-ig tartó időszak globális fenntartható fejlődési stratégiáját. A benne megfogalmazott 17 fenntartható fejlődési cél alapfeltétele, meghatározója, vagy eredménye az egészség és jólét. Megjelenik benne az egészség holisztikus szemlélete, az egészséget minden szakpolitikában elve, a különböző szektorok és kormányzati szintek együttműködésének szükségessége, melyek fontos meghatározói az Egészséges Városok programnak is.



Polgármesterek Koppenhágai Nyilatkozata: Egészségesebb és boldogabb városokat mindenkinek

https://www.egeszsegesvarosok.hu/files/koppenhagai_nyilatkozat.pdf

<https://www.euro.who.int/en/health-topics/environment-and-health/urban-health/who-european-healthy-cities-network/policy/copenhagen-consensus-of-mayors.-healthier-and-happier-cities-for-all-2018>

A WHO Európai Egészséges Városok Hálózat Polgármesteri Találkozóján fogadták el, mely 2018. február 13-án került megrendezésre. A VII. ciklus keretrendszerét a Polgármesterek Koppenhágai Nyilatkozatában fogalmazták meg, mely az Agenda 2030 és a WHO 13. Általános Munkaprogramjával összhangban került kidolgozásra.

A VII. CIKLUS ÁTFOGÓ CÉLJAI

- 1) Az egészség és jól-lét fejlesztése, az egyenlőtlenségek csökkentése az alábbiak segítségével**
 - A kormányzás, a közösségek bevonása, és a részvétel fejlesztése által
 - Esélyegyenlőséget és közösségi prosperitást eredményező városi környezetek kialakításával
 - Befektetés az emberekbe a helyi törvényalkotás során a békés környezet érdekében

- 2) Helyi, nemzeti, nemzetközi példák követése az önkormányzati intézményrendszer működésében**
 - Innováció a törvényalkotásban és a gyakorlatban
 - Tudásmegosztás és tanulás
 - Egészségdiplomácia
 - Tudatos tervezés
 - Az egészséget és jól-létet támogató önkormányzati intézményrendszer

- 3) A WHO stratégiai prioritásainak támogatása az alábbiakon keresztül**
 - Együttműködés stratégiai dokumentumok helyi és országos szintű megvalósításának partnereként, kezdeményezőjeként
 - Univerzális egészségügyi, egészségbiztosítási lefedettségre való törekvés
 - A globális közegészségi kihívások elleni küzdelem
 - Helyi szolgáltatások átalakítása
 - Békés és befogadó társadalmak elősegítése
 - Helyi közegészségügyi kapacitás kiépítése
 - Koherencia kiépítése a különböző kormányzati szintek között

A VII. CIKLUS 6 FŐ TÉMÁJA

Lakosság	Emberi erőforrás fejlesztés
Lakóhely	Az egészséget és jól-létet támogató településfejlesztés
Részvétel	Közösségi részvétel biztosítása és széleskörű együttműködések kialakítása az egészség és jól-lét érdekében
Prosperitás	Társadalmi környezet fejlesztése, alapszükségletekhez és szolgáltatásokhoz való hozzáférés biztosítása
Béke	Béke és biztonság támogatása befogadó társadalmakon keresztül
Bolygó	Környezetvédelem, fenntartható fejlődés, fenntartható fogyasztás és fenntartható termelés



1. TÉMA: LAKOSSÁG

Lakosság

Emberi erőforrás fejlesztés

Befektetés az emberekbe, akik a városainkat alkotják

A témához a következő 10 prioritási terület tartozik.

- 1) Egészséges életkezdet
- 2) Egészséges időskor
- 3) Hátrányos helyzet csökkentése
- 4) Mentális egészség és jól-lét
- 5) Közegészségügyi kapacitás újjáélesztése
- 6) Egészséges táplálkozás és testsúly
- 7) Alkoholfogyasztás csökkentése
- 8) Dohányzás visszaszorítása
- 9) Humán tőke
- 10) Társadalmi bizalom és társadalmi tőke

1) Egészséges életkezdet

A jó kezdet az alapja az egészséges életnek, és a fizikai, kognitív, társadalmi és érzelmi fejlődésnek a születéstől kezdve, mely döntő fontosságú minden gyermeknek. Azok esetében, akik hátrányos helyzetű környezetbe és családba születnek, nagyobb az esélye a nem megfelelő növekedésnek és fejlődésnek, de a jól működő gyermekgondozási és szülői támogató rendszerek kompenzálhatják ezen negatív hatások.

A korai kedvezőtlen élmények az egyik legmeghatározóbb és leggyakoribb stresszforrások egy gyermek életében. Ilyenek például az erőszak különböző formái; az elhanyagolás; a családon belüli erőszak; a családban előforduló diszfunkciók, mint például az alkoholproblémák vagy a szerhasználat; a kortársak, közösségek által elkövetett erőszak, és a kollektív erőszak. A jelentős és folyamatos gyermekkori stressznek kimutatható következményei vannak az egészségre és jól-létre a későbbiekben, az egész életen át. Megzavarhatja a korai agyi fejlődést és veszélyezteti az idegrendszer és az immunrendszer működését. Emellett a gyermekkori kedvezőtlen élmények hajlamosítanak a kockázatos magatartásra, amely számos problémához vezethet, mint például az alkoholizmus, depresszió, étkezési zavarok, HIV/AIDS, szívbetegség, daganatos megbetegedések és egyéb krónikus betegségek.

Cél helyi szinten:

- Integrált stratégiai tervezés
- Stratégiai fókusz a fiatalok egészséges életmódjára
- Szektorok, szereplők közötti együttműködés
- Lakosság bevonása

2) Egészséges időskor

Az életpálya megközelítés arra fókuszál, hogy biztosítsa a jó életkezdetet és felruházza az embereket azon készségekkel, melyek segítségével egészséges életmódot alakíthatnak ki, miközben alkalmazkodnak az életkorral összefüggő változásokhoz. Az életkoron alapuló diszkrimináció széleskörben elterjedt a magasszintű szolgáltatásokhoz való hozzáférés tekintetében, valamint az idősek esetében nagyobb a lakhatási feltételekben és a jól-létben jelentkező egyenlőtlenség.

Cél helyi szinten:

- Társadalmi, gazdasági intézkedések az idősek egészségének javítása érdekében

3) Hátrányos helyzet csökkentése

A hátrányos helyzet utal mind a kedvezőtlen társadalmi helyzetre, mind a rossz egészségi állapotra. Ez a társadalomban működő kirekesztő folyamatokból ered, mely által növekszik az egészség társadalmi ollója is. Ezen folyamatok leküzdését célzó intézkedések nagy valószínűséggel jelentős hatással lesznek az egyének és csoportok egészségére.

Cél helyi szinten:

- Komplex intézkedések a társadalmi kirekesztés ellen
- Egészségügyi ellátórendszer adatainak fejlesztése

4) Mentális egészség és jól-lét

Az egészségügyi ellátórendszerben a jogokon alapuló megközelítés kialakításához szükséges, hogy a mentális egészséggel foglalkozó szolgáltatások biztonságosak és támogatóak legyenek, ahol minden beteget méltósággal és tisztelettel kezelnek. Az ellátásában részesülő embereket be kell vonni a döntéshozatali folyamatokba a kezelésükkel kapcsolatban, valamint az ellátás megtervezésébe, monitorozásába és értékelésébe.

Cél helyi szinten:

- Szektorok együttműködése (amelyek között hagyományosan nincs vagy nem biztos, hogy van kapcsolat) – szociális támogatás, adósságkezelés, közösségi mentálhigiénés szolgáltatások

5) Közegészségügyi kapacitás újjáélesztése

A kedvezőbb egészségmutatók eléréshez szükséges a közegészségügyi funkciók és kapacitások megerősítése. Bár a közegészségügyi kapacitások és erőforrások városonként eltérőek, de a szervezeti változásokba és kapacitásépítésbe való beruházás, ugyanúgy, mint az egészségvédelem, az egészségfejlesztés, és a betegségmegelőzés, mindenhol prioritások.

Cél helyi szinten:

- Közegészségügyi rendeletek felülvizsgálata, módosítása a közegészségügyi funkciók modernizálása és megerősítése érdekében
- Közegészségügyi készség városi szinten a klímaváltozás hatásainak és egyéb vészhelyzeteknek a kezelésére

6) Egészséges táplálkozás és testsúly

Az egészségtelen táplálkozás, a túlsúly és az elhízás elleni küzdelemhez elengedhetetlen a rendszerszintű megközelítés, a kutatás, a kormányzati ágazatok és a többi szektor összefogása, valamint az olyan kormányzati mechanizmus, amely támogatja a szektorok és kormányzati szintek közötti együttműködést.

Cél helyi szinten:

- Minden szektor elkötelezettsége
- Erős politikai elkötelezettség a szektorok közötti együttműködés biztosításához
- Integrált stratégiai tervezés a helytelen táplálkozás és az elhízás csökkentése érdekében, a városi lakosság, különösen a gyermekek körében
- Különböző területeken végzett tevékenységek: oktatás, kommunikáció és figyelemfelhívás, egészség-üzenetek
- Egészségműveltség fejlesztése és oktatási programok a felnőtt lakosság körében

(Ajánlott dokumentum: WHO Global strategy on diet, physical activity and health, <https://www.who.int/ncds/prevention/global-strategy-diet-physical-activity-2004-goals/en/>)

7) Alkoholfogyasztás csökkentése

Folyamatos politikai elkötelezettség, hatékony koordináció, fenntartható finanszírozás, valamint a különböző helyi szintű szektorok, a civil társadalom és a gazdasági szereplők megfelelő bevonása mind elengedhetetlenek a káros alkoholfogyasztás csökkentéséhez. Kulcsfontosságúak a különböző városi főosztályok és egyéb partnerek vezetésével és koordinálásával kidolgozott stratégiai célok, koherens megközelítések és hatékony megvalósítási tervek.

10 javasolt beavatkozási terület

(a „Global strategy to reduce the harmful use of alcohol” c. dokumentum alapján

https://www.who.int/substance_abuse/publications/global_strategy_reduce_harmful_use_alcohol/en/)

1. Vezetés, elkötelezettség, figyelemfelkeltés
2. Egészségügyi ellátórendszer válasza
3. Közösségi akciók
4. Autóvezetés-alkoholfogyasztás szabályozása
5. Alkoholhoz való hozzáférés szabályozása
6. Alkoholos italok marketingjére vonatkozó törvények
7. Árképzési politika
8. Ivás, részegség negatív következményeinek csökkentése
9. Tiltott, illegális alkohol-előállítás közegészségügyi következményei
10. Monitorozás, felügyelet

8) Dohányzás visszaszorítása

A gyermekkori oltások után a dohányzás visszaszorítása érdekében tett intézkedések a második leghatékonyabb módja az egészségfejlesztésre fordított források felhasználásának.

6 intézkedési terület a WHO Dohányzás-ellenőrzési Keretegyezménye alapján

<https://www.fokuszpont.dohanyzasvisszaszoritasa.hu/hu/content/evsz-dohanyzas-ellenorzesi-keretegyezmeny-iranyelvek-jegyzokonyvek-jelentesek>)

1. A dohányzási szokások és a prevenció intézkedések monitorozása
2. Az emberek védelme a dohányfüsttől, dohányzásmentes közösségi helyek, munkahelyek és tömegközlekedés kialakításával
3. Segítség biztosítása a leszokni vágyók részére (ingyenes, bárki számára hozzáférhető lehetőségek, egészségügyi szakemberek bevonásával, és ingyenesen hívható információs vonalak biztosításával)
4. Figyelmeztetés a dohányzás veszélyeire – standardizált csomagolás bevezetésével és/vagy nagyméretű figyelmeztetésekkel, valamint hatásos dohányzás elleni médiakampánnyal, amely tájékoztatja a lakosságot a dohányzás és a passzív dohányzás káros hatásairól
5. A dohánytermékek reklámozásának és promóciójának, valamint a dohányipar általi szponzoráció betiltása
6. A dohánytermékek adójának emelése, hozzáférés korlátozása

9) Humán tőke

A humán tőke fejlesztése elengedhetetlen a fenntartható fejlődéshez: hozzájárul a munkahelyteremtéshez, a jobb munkafeltételekhez, valamint a hosszú távú társadalmi és gazdasági előnyökhöz. Az emberekbe való befektetés emellett elősegíti a társadalmi kohéziót és a polgári részvételt a társadalomban. A humán tőkébe beletartozik az oktatás és a képzés, az egészségügyi és szociális ellátás, a jól-lét, valamint azon munka és szokások összessége, melyek hozzájárulnak a lakosság tudásszintjéhez és egészségéhez. A humán tőkébe való befektetés egyik módja az egészségügyi, szociális és oktatási területen dolgozóba való befektetés, ami javítja az egészséget, csökkenti a munkanélküliséget, és ösztönözi a fenntartható gazdasági növekedést, különös tekintettel arra, hogy sok országban az utóbbi években az egészségügyi és szociális szektor az egyik legnagyobb foglalkoztató.

10) Társadalmi bizalom és társadalmi tőke

Egyre több bizonyíték van arra vonatkozóan, hogy a társadalmi bizalom és a társadalmi tőke fontos szerepet játszik az egészség és jól-lét alakulásában. Minél kiterjedtebbek és rendszeresebbek egy egyén társadalmi kapcsolatai, annál könnyebb és megfizethetőbb módon jut információhoz a betegségmegelőzéssel és gyógyítással, a legjobb kórházakkal és orvosokkal, stb. kapcsolatban.

Társadalmi interakció például a kapcsolattartás barátokkal és rokonokkal, részvétel közösségi eseményeken és találkozókön, formális és informális tagságok.

Az információhoz való hozzáférés növelése különösen fontos az egészségügyi intézmények tekintetében, ahol a kínálat és a kereslet (szolgáltató/orvos és beteg) közötti aszimmetrikus információáramlás egy általános probléma az egészségügyi szolgáltatások piacán. Még azokban az országokban is, ahol a formális egészségügyi ellátás jól fejlett és mindenki számára elérhető, jelentős igény van az informális ellátásra és segítségre, a lakóhelyen, saját otthonban elérhető szolgáltatásokra és gyermekellátásokra. A társadalmi tőke segíthet koordinálni a közösségek igényeinek közvetítését a hatóságok felé, az egészséget elősegítő közjavakkal kapcsolatban.

Ilyen közjavak például az egészségügyi infrastruktúra, a közlekedési szabályozások, a sportolási lehetőségek és a zöldfelületek.

2. TÉMA: LAKÓHELY

Lakóhely

Az egészséget és jól-létet támogató településfejlesztés

Az egészséget és jól-létet fejlesztő városi környezet kialakítása

Egy egészséges város példát mutat arra, hogy a társadalmi, fizikai és kulturális környezet által hogyan lehet olyan helyet létrehozni, mely aktívan befogadó, és támogatja mindenki egészségének és jóllétének elérését.

A témához a következő 5 prioritási terület tartozik.

- 1) Egészséges színterek
- 2) Egészséges várostervezés és design
- 3) Egészséges közlekedés
- 4) Zöld területek
- 5) Energia és egészség

1) Egészséges színterek

Az élet- és munkakörülmények javítására való folyamatos törekvés kulcsfontosságú az egészség támogatásához. Városi szinten nagyon hatékonyak lehetnek azok a tevékenységek, amelyeket, azokon a színtereken végeznek, ahol az emberek élnek, szeretnek, dolgoznak és játszanak – például otthon, iskola, munkahely, szabadidős tevékenységek, ellátások/szolgáltatások és idősothtonok. Szociális és gazdasági intézkedésekkel olyan környezetet kell kialakítani, amely biztosítja az emberek számára minden életkorban a teljes egészségi potenciál elérésének jobb lehetőségét.

2) Egészséges várostervezés és design

A városi lét – a fizikai és épített környezet, a társadalmi környezet, és a szolgáltatásokhoz való hozzáférés által – befolyásolja az egészséget. Létfontosságúak a várostervezés fejlesztésére való törekvések, például annak érdekében, hogy növekedjen a fizikai aktivitás, valamint, hogy elősegítsük az idősödő lakosság és a fogyatékkal élők mobilitását. Az ágazatközi együttműködéseket és közösségi szerepvállalást célzó kezdeményezéseket könnyebb megvalósítani helyi szinten, a helyi kulcsszereplők aktív támogatásával.

3) Egészséges közlekedés

A jó közösségi közlekedés, kerékpározással és gyaloglással kombinálva csökkentheti a légszennyezést, a zajt, az üvegházhatású gázok kibocsájtását, az energiafogyasztást, és a forgalmi dugókat; hozzájárulhat a balesetmegelőzéshez; megvédheti a természeti és épített környezet kohézióját; több lehetőséget biztosíthat a fizikai aktivitásra és a közösségi kapcsolatok megéléséhez; valamint javíthatja az oktatási, rekreációs és munkalehetőségekhez való hozzáférést. A rendszeres fizikai aktivitás nagyon előnyös az egészségre, csökkenti a legtöbb nemfertőző megbetegedés kockázatát, és hozzájárul a mentális egészséghez és az általános jólléthez. Azok az inaktív csoportok, amelyek számára lehetővé teszik a részvételt, tapasztalhatják meg a legnagyobb egészségi előnyöket. A társadalmi és fizikai környezetet meg lehet úgy tervezni, hogy a fizikai aktivitást biztonságosan és könnyen integrálja az emberek mindennapi életébe. A gyaloglást és a kerékpározást elősegítő várostervezés és az integrált közlekedési rendszer alapvető eleme a fizikai aktivitás növelését célzó integrált stratégiáknak.

4) Zöld területek

A zöldterületek pozitívan befolyásolják az egészséget a városokban, és a zöldterületekhez való hozzáférés növelésére irányuló helyi intézkedések jelentős egészségi előnyökkel járhatnak. A zöldterületeket az emberek használhatják gyaloglásra, játékokra és kerékpározásra, így a fizikai aktivitás a mindennapi életük szerves részévé válik. Ezek a terek emellett csökkentik a sérülések kockázatát, a városi hősziget-hatást, a stresszszintet és a zajszennyezést, miközben egyidejűleg növelik a közösségi életet. A zöld közterületek az árvízkezeléshez is hozzájárulhatnak.

5) Energia és egészség

Az energia elengedhetetlen az egészséghez, a fejlődéshez és az élethez, függetlenül attól, hogy otthon főzésre és fűtésre használják-e, vagy városainkban és településeinken szállításra és termelő tevékenységekre. Az energiafelhasználás azonban káros is lehet az egészségre: a fűtési, főzési és közlekedési módszerek károsíthatják az otthoni és közösségi környezetet, valamint közvetlenül és közvetve is súlyos hatással lehetnek az egészségre (például az olyan egyenlőtlen ségek révén, mint az üzemanyag-szegénység, az éghajlatváltozáshoz való hozzájárulás, és a rossz levegőminőség). A tiszta forrásokból származó energia elsődleges fontosságú.

Részvétel

Közösségi részvétel biztosítása és széleskörű együttműködések kialakítása az egészség és jól-lét érdekében

Nagyobb részvétel és partnerség elősegítése az egészség és jól-lét érdekében

Egy egészséges város példát mutat azzal, hogy biztosítja minden egyén és közösség számára a részvételt azon döntésekben, amelyek hatással vannak rájuk és a helyekre, ahol élnek, tanulnak, dolgoznak, szeretnek és játszanak.

A témához a következő 6 prioritási terület tartozik.

- 1) Egészséges időskor
- 2) Hátrányos helyzet csökkentése
- 3) Fizikai aktivitás növelés
- 4) Szolgáltatások átalakítása
- 5) Egészségműveltség növelése
- 6) Kultúra és egészség

1) Egészséges időskor

A társadalmi támogatás, különösen a családdal és barátokkal való a társas kapcsolatok, az egyik legfontosabb tényező, amely befolyásolja az idősök életminőségét. Ezért időskorban az egyik legerősebb stratégia az egészség és jól-lét védelmére az elmagányosodás és elszigeteltség megelőzése. A demográfiai változásokra való reagálás egyik leghatékonyabb módja, a városok idősbaráttá tételét célzó ágazatközi irányelvek alkalmazása. Ehhez támogató közlekedésre, megfelelő lakóövezetekre és várostervezésre, költségvetési politikára, lakhatási politikára, és a rizikófaktorok tudatosítását célzó lakossági kampányra van szükség.

2) Hátrányos helyzet csökkentése

Az egészségügyi dolgozók felkészítése, a hátrányos helyzetű csoportok bevonása a szolgáltatások megtervezésébe, nyújtásába és értékelésébe, valamint a nemi eredetű esélyegyenlőtlenség és diszkrimináció kezelése segíti és támogatja a jobb életlehetőségeket és a függetlenséget idős korban.

3) Fizikai aktivitás növelése

A fizikai aktivitás növeli a társas interakciók lehetőségét és a közösséghez tartozás érzését. Azok az inaktív csoportok, akik számára lehetővé válik bekapcsolódni néhány programba, tapasztalják a legnagyobb egészségi előnyöket. A helyi közösség, nem-kormányzati szervezetek és a magánszektor együttműködései maximalizálhatják a fizikai aktivitásban való részvételt, a szignifikánsan jobb egészségi eredmények érdekében

4) Szolgáltatások átalakítása

Egy igazi 21. századi város középpontjában olyan együttműködések állnak, amelyek az emberközpontú szolgáltatások támogatása érdekében új munkakultúrát teremtenek, és megerősítik az intézmények és a városháza főosztályainak kapacitását. Az olyan egészségügyi és szociális szolgáltatások, különösen az alapellátás szolgáltatásai, melyek elérhetőek a családok számára az otthonaikban, a munkavállalók számára munkahelyeiken, és a helyi közösségek csoportjai számára, fontos kapuk az egyének és közösségek szisztematikus támogatására, az egész életen át, különösen kritikus időszakokban. Az alapellátás és a közegészségügy szoros együttműködése és koordinációja szintén alapvető fontosságú.

5) Egészségműveltség növelése

A felhatalmazás egy sokdimenziós társadalmi folyamat, amelynek során az egyének és csoportok jobban megértik életüket, így jobban irányíthatják azt. Ahhoz, hogy az emberek felismerjék, hogy ők is alakítják saját egészségüket, az egészségműveltség növelésére és az egészséggel kapcsolatos információkhoz való hozzáférésre van szükség. A nem elégséges vagy problémás egészségműveltség Európa szerte kevésbé egészséges választásokat, kockázatosabb magatartást, rosszabb egészségi állapotot, alacsonyabb szintű önmenedzsmentet, és több kórházi kezelést eredményez a lakosság körében.

Az egészségműveltség megerősítése olyan életút megközelítést igényel, amely érzékeny a kulturális és kontextuális tényezőkre. Ehhez szükséges mind az egyénnel, mind azokkal a színterekkel foglalkozni, ahol megszerzik és felhasználják az egészséggel kapcsolatos információkat. A városok kulcsfontosságú színterek az egészségműveltség kezelésében. Innovatív együttműködések segítségével, a civil társadalommal, és a magas kockázatnak kitett lakossági csoportokkal közösen, a városok az egészségműveltséget támogató programokat és szolgáltatásokat népszerűsíthetnek.

6) Kultúra és egészség

A kultúra a városok középpontjában áll, kulturális helyszínek és szokások formájában, valamint ezek népszerűsítése serkentheti egy város turisztikai szektorát, hozzájárulhat a vonzerejéhez, és hídként szolgálhat a különböző csoportok közötti befogadáshoz és kohézióhoz. A városok a kultúrát egy eszközként használhatják az egészség és jól-lét fejlesztésére, az ünnepek és befogadás által, valamint az egészségműveltség – kulturális sajátosságokat is figyelembe vevő – építése érdekében. Ez lehetővé teszi a közsféra számára, hogy megerősítse szolgáltatásait, és a lakosság igényeihez igazítsa válaszait.

Emellett, fontos az egészség kulturális meghatározóinak és a városok növekvő kulturális sokszínűségének megértése. Ez a sokszínűség növeli a városi lét gazdag társadalmi hálójának szövetét, de szükségessé is teszi a szolgáltatók számára, hogy figyelembe vegyék a közösségek speciális igényeit és kulturális hátterüket.