



# FOLKEHELSEPROFILEN OG OPPVEKSTPROFILEN FOR GOL 2024

Profilene kan hentes ut her: [Hent folkehelseprofil eller oppvekstprofil- FHI](#)

## Oppsummering av Folkehelseprofilen 2024

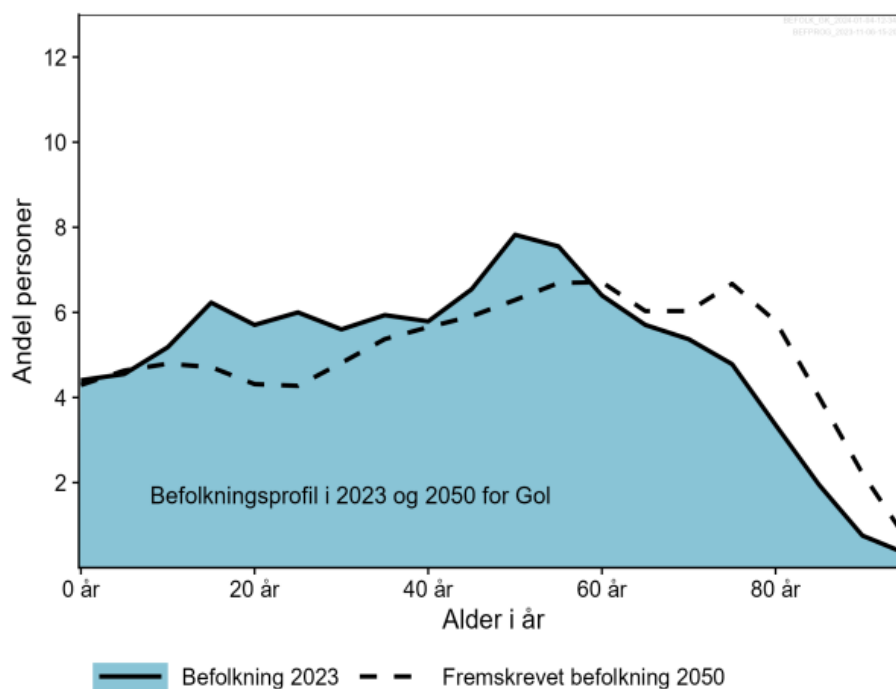
Årets tema er **eldres helse**

### Folkehelsebarometeret for Gol viser følgende trekk:

- Gol skiller seg tydelig fra landsnivået når det gjelder befolkningssammensetning, med høyere andel eldre over 65 år, og lavere andel barn under 17 år.
- Gol har også en tydelig høyere andel personer over 75 år som bor alene.
- Kvinner i Gol har høy forventet levealder.
- Andel av befolkningen med psykiske lidelser, muskel og skjelettplager og nye tilfeller av tykk- og endetarmskreft er tydelig lavere enn landssnittet.
- Gol har en færre innbyggere med høyere utdanning enn landssnittet, og mange lever med vedvarende lavinntekt.

- Andelen som leier bolig er vesentlig høyere enn både fylke og resten av landet. Samtidig er andelen med høy gjeld vesentlig lavere hos innbyggerne på Gol.
- Andelen som har behov for støtte til livsopphold er også tydelig lavere på Gol.
- Gol har svært gode fysiske forhold som godt drikkevann og lav luftforurensning.
- Ungdata viser at ungdom føler seg trygge i nærmiljøet, men at færre enn ellers i landet er med på organiserte fritidsaktiviteter.

**Figur 1.** Aldersfordelingen i kommunen i 2023 og framskrevet til 2050 (SSB).



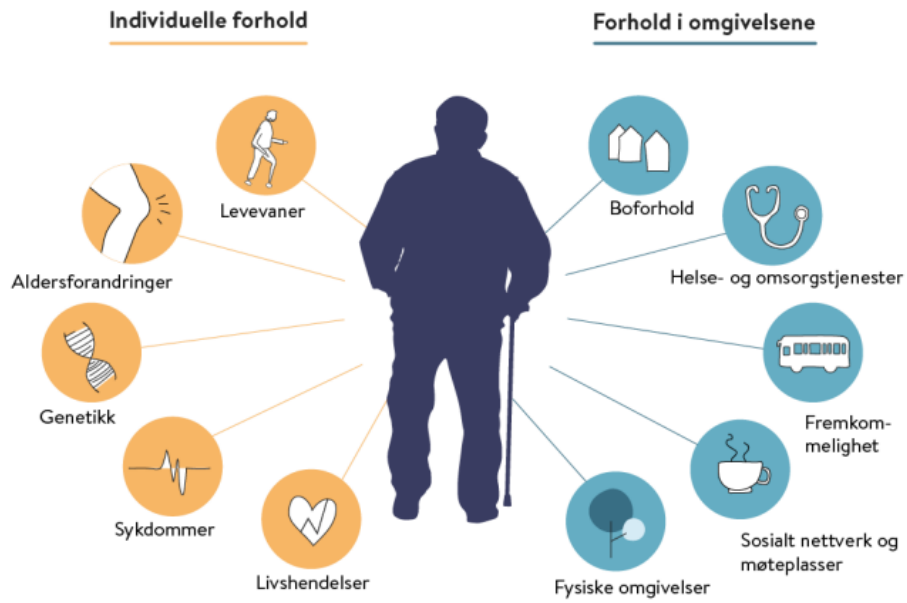
### Tallenes betydning for kommunen:

Levealderen øker, og som en naturlig konsekvens av dette vil andelen av innbyggerne som lever med en eller flere kroniske sykdommer også øke. I

Gol gjør befolknings sammensetningen at vi frem mot 2050 vil få flere eldre over 80 år, samtidig som andelen i alderen 20-60 år, blir lavere. Dette medfører at kommunen bør legg en langsiktig plan for hvordan den skal løse de økende og mer komplekse oppgavene innen helse og eldreomsorg, samtidig som andelen av befolkningen i arbeidsfør alder synker.

- **Eldre som ressurs:** Tilrettelegge for at eldre som ønsker det kan stå lengre i lønnet arbeid, og for at eldre kan delta som frivillige i organisert arbeid. Dette både løser samfunnsoppgaver, men gir også den enkelte opplevelse av verdi og å være del av et fellesskap, noe som er viktig for å forebygge isolasjon og ensomhet.
- **Forebygging gjennom livsløpet:** Å legge til rette for fysisk aktivitet for alle aldersgrupper vil påvirke helse positivt. Fysisk aktivitet er viktig både for den fysiske og den psykiske helsa. Eldre som er aktive i hverdagen og i god fysisk form vil i større grad mestre hverdagen og kunne bo lengre hjemme. Mat er en utfordring for mange eldre. God matlyst kan opprettholdes gjennom tilrettelegging for sunne og gode måltider i trivelige omgivelser. I tillegg er god munn og tannhelse viktig.
- **Tilrettelegging for ett aldersvennlig samfunn:** Mange eldre opplever redusert mestring og sosial støtte. Sosial støtte, gode relasjoner og sosial deltakelse er viktig for god livskvalitet. Det å ha sosialt støtte, og oppleve å ha noen nære relasjoner, viser seg å ha stor innvirkning på en persons psykiske, men også fysiske helse. Ved å ha fokus på inkludering og tilrettelegging for gode, sosiale møteplasser gjennom hele livsløpet vil man kunne styrke hele lokalsamfunnets helse, slik at færre faller utenfor, flere står i jobb og kan hjelpe til med å løse samfunnsoppdraget, og eldre unngår å bli isolert og falle utenfor samfunnet.

**Figur 5.** Hva påvirker eldres helse?



## Oppsummering av oppvekstprofilen 2024

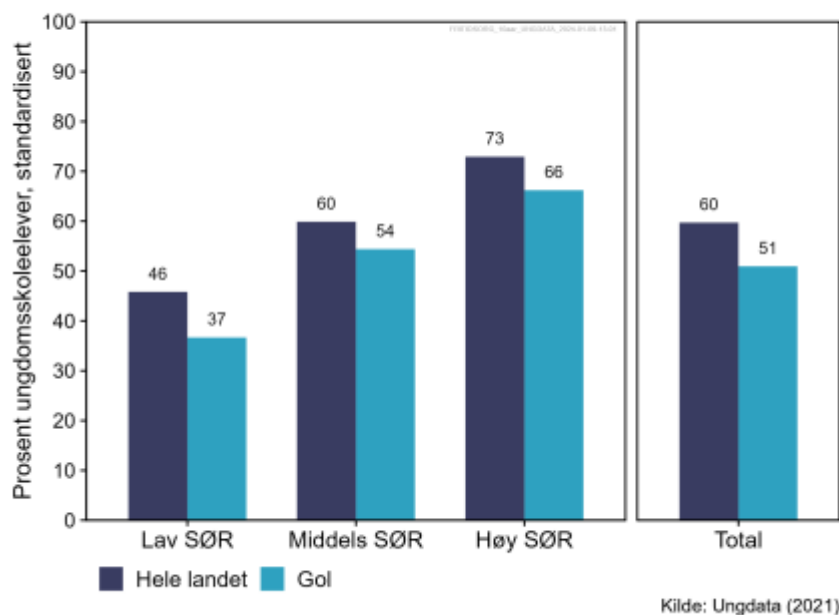
Årets tema er **hvorfor vennskap og fellesskap med jevnaldrende er så viktig for barn og unge.**

Vennskap og fellesskap med jevnaldrende er viktig for barn og unge. Vennskap kan bidra til barn og unges sosiale, emosjonelle og kognitive utvikling. I tillegg gir vennskap økt livskvalitet, og er med på å forme de unges identitet og tilhørighet.

### Oppvekstbarometeret for Gol viser følgende trekk:

- Gol har en markert lavere andel barn, 0-17 år, enn fylket og landet.
- Gol har en markert høyere andel innbyggere med innvandringsbakgrunn enn landet, men lavere enn fylket.
- En høyere andel barn bor i lavinntektsfamilier, men få bor trangt.
- Gol skiller seg ikke ut når det gjelder unge som står utenfor, men har høyere andel unge mottakere av uførepensjon, 18-29 år.
- 24% rapporterer ensomhet. Dette er på nivå med fylket og landet, men allikevel ett tall å ta til etterretning.
- Ungdommene på Gol er på topp i fylket når det gjelder å være fornøyd med treffsteder.
- Ungdommen på Gol ligger på bunnen i fylket når det gjelder deltakelse på organisert aktivitet.
- Ungdommene oppgir at de er fornøyde med egen helse og tilfredse med livet.
- Andelen ungdomsskoleelever som oppgir at de har vært beruset på alkohol ligger markert over landssnittet, og andelen som har brukt cannabis er også høyere enn fylket og landet.

**Figur 5. Ungdomsskoleelever som deltar i organiserte fritidsaktiviteter, etter familiens sosioøkonomiske ressurser (SØR).**



### **Tallenes betydning for kommunen:**

**Nye møteplasser på nett.** Dataspill og sosiale medier gjør det mulig for barn og unge å få kontakt med jevnaldrende med stor variasjon i interesser og væremåter, uten å bli begrenset av barrierer som bosted, fysisk eller psykisk funksjonsevne. Dette er en ny og viktig arena for vennskap. Samtidig gir sosiale medier en økt risiko for mobbing, fordi det er enklere å være anonym og vanskeligere å se konsekvensene av mobbingen når den skjer på nett. Overdreven bruk av dataspill og sosiale medier kan føre til avhengighet. Det er viktig å bevisstgjøre barn og unge om de mulige negative sidene ved sosiale medier.

**Hva med barn som ikke har venner?** For noen barn og unge er det å mestre sosiale ferdigheter vanskelig, noe som kan gjøre det utfordrende for dem å danne og opprettholde vennskap. Det å ikke få oppleve vennskap og positivt samvær med jevnaldrende kan få langvarige negative konsekvenser, og ha betydning for senere deltakelse i samfunns- og arbeidsliv. Det er derfor viktig at kommunen bidrar til å skape miljøer

rundt barn og ungdom som er inkluderende og hvor de opplever sosial støtte.

### **Hva kan kommunen gjøre?**

- Ha en helhetlig og inkluderende oppvekstplan som sikrer inkludering og forebygger mobbing.
- Sikre god nok kunnskap og rutiner hos de som jobber med barn og ungdom, til å oppdage, støtte og veilede de som trenger hjelp til å etablere vennskap.
- Sørge for at det finnes tilgjengelige fritidsaktiviteter og sosiale arenaer for alle barn og unge, uavhengig av foreldrenes personlige eller økonomiske ressurser, eller andre utfordringer.
- Legge til rette for inkluderende barne- og ungdomsmiljøer.
- Legge til rette for foreldrenettverk, for å skape engasjerte foreldre og trygge sosiale nettverk for barn og unge.
- Lytte til barn og unge i saker som angår dem, gjennom blant annet ungdomsrådet.

Anne-Lene Takvam Sauthon, Folkehelsekoordinator, Gol Kommune