



Þekkingarnet
Þingeyinga

HAMINGJA OG VELLÍÐAN Í MÝVATNSSVEIT

Niðurstöður úr íbúakönnun



Mars 2019

Mars 2019

Pekkingarnet Þingeyinga

Forsíðumyndir (frá vinstri):

Mynd: Skútustaðahreppur

Mynd: Skútustaðahreppur

Mynd: Skútustaðahreppur

Mynd: Skútustaðahreppur

Ábyrgð/ritstjórn:

Óli Halldórsson/Gréta Bergrún Jóhannesdóttir

Framkvæmd:

Gréta Bergrún Jóhannesdóttir

Helena Eydís Ingólfssdóttir

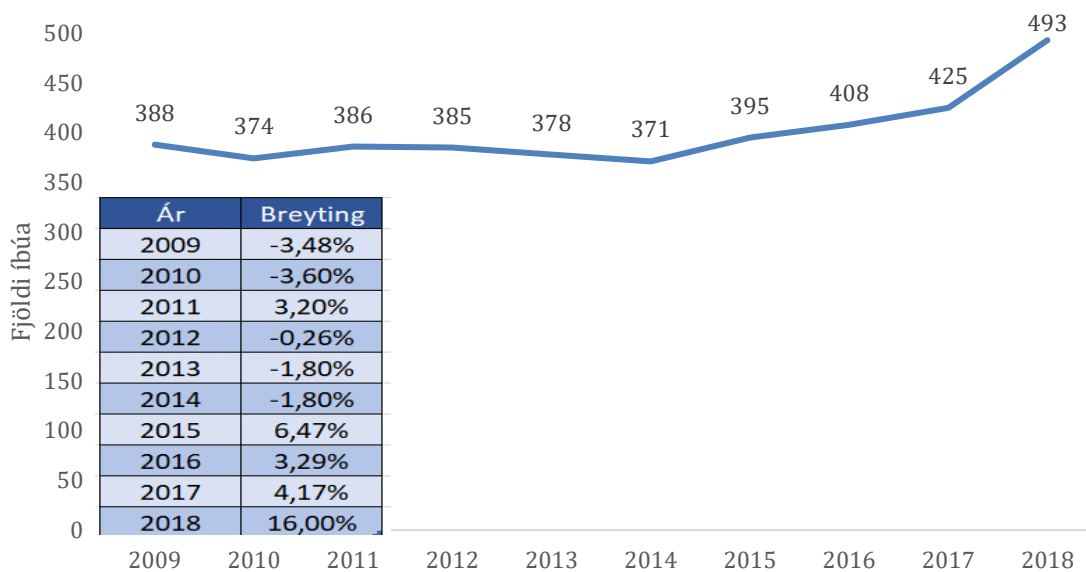
EFNISYFIRLIT

1	INNGANGUR	1
1.1	MANNFJÖLDAPRÓUN Í SKÚTUSTAÐAHREPPI.....	1
2	AÐFERÐARFRÆÐI	4
3	NIÐURSTÖÐUR	4
3.1	ÞÁTTAKENDUR.....	4
3.2	SVEFN OG HREYFING.....	6
3.3	MATARÆÐI	10
3.4	SAMANBURÐUR VIÐ LÍÐAN ÍSLENDINGA 2017	20
3.5	OPNAR SPURNINGAR UM AÐKOMU SVEITARFÉLAGSINS.....	21
4	HEIMILDIR	30

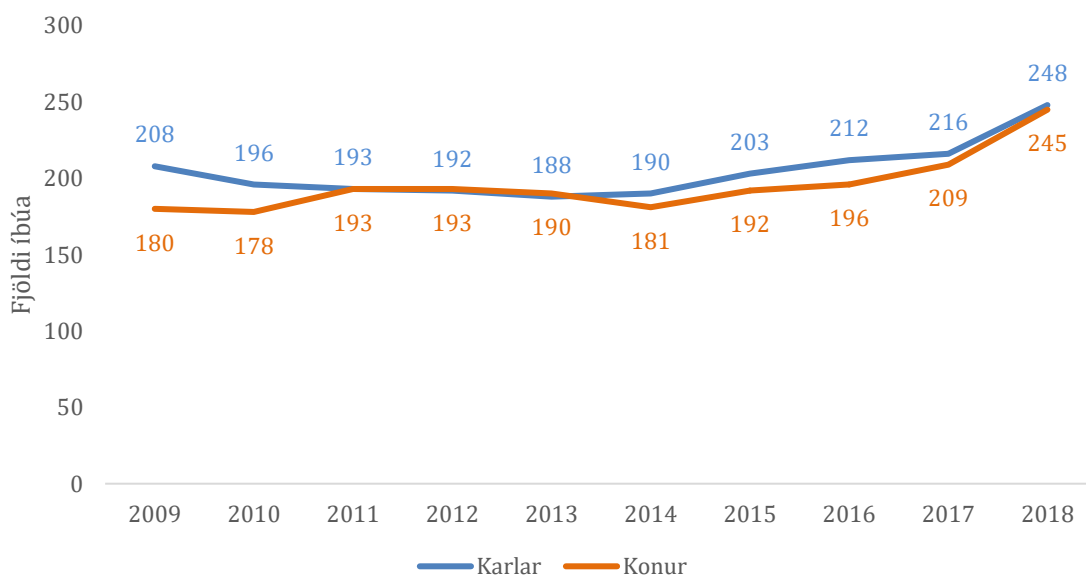
1 INNGANGUR

Þekkingarnet Þingeyinga hefur um árabil fylgst með mannfjöldaþróun og ánægju með búsetugæði á starfssvæði sínu, en það nær frá Vaðlaheiði til vesturs að Bakkaflóa til austur. Þetta verkefni var unnið fyrir sveitarfélagið Skútustaðahrepp og nær því eingöngu til íbúa í því sveitarfélagi. Hjá sveitarfélaginu er vilji til að fylgjast með hamingju og velliðan íbúa en þar er meðal annars horft til samanburðar við landskannanir á vegum Landlæknisembættis. Niðurstöður eru settar fram á einfaldan og myndrænan hátt.

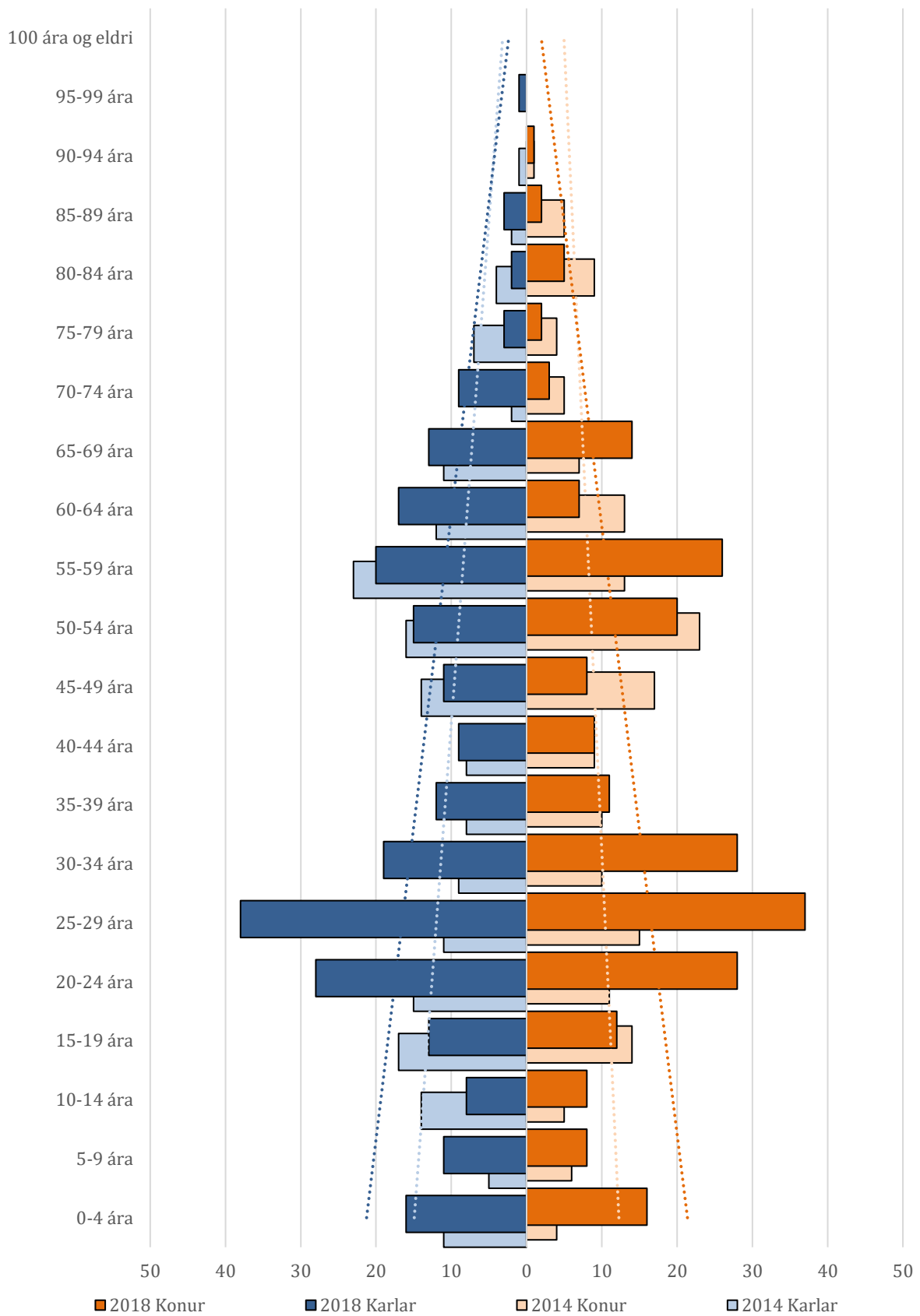
1.1 MANNFJÖLDAÞRÓUN Í SKÚTUSTAÐAHREPPI



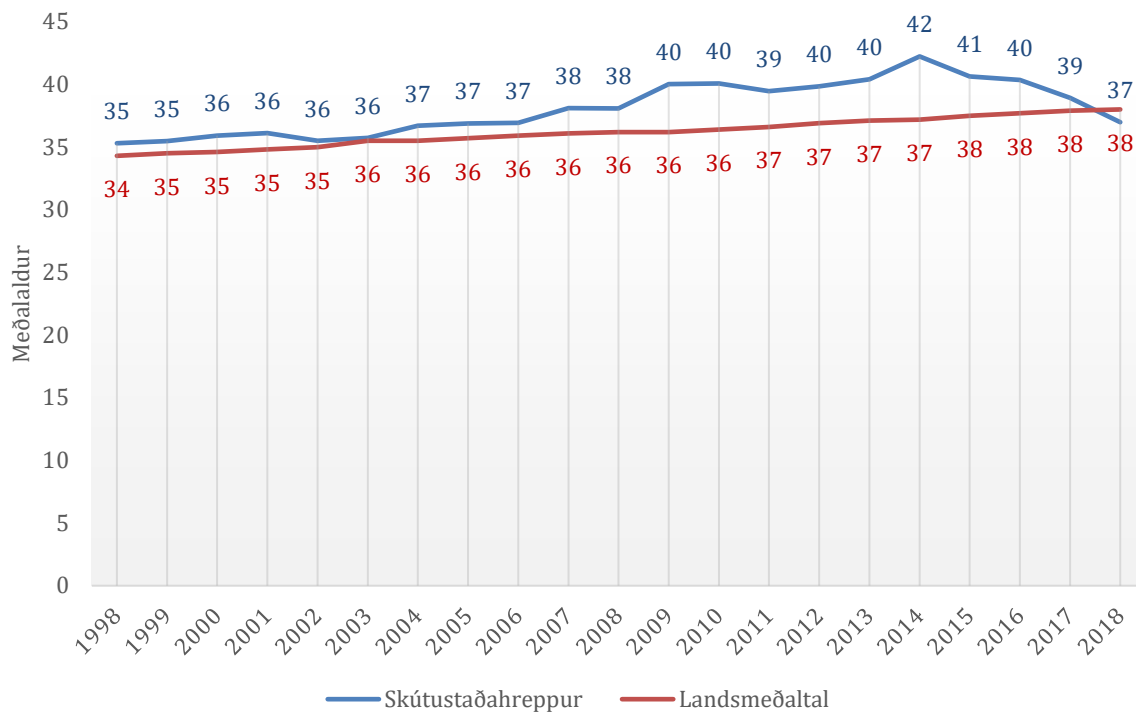
Mynd 1. Íbúafjöldi í Skútustaðahreppi 2009-2018.



Mynd 2. Kynjaskipting í Skútustaðahreppi.



Mynd 3. Aldursdreifing í Skútustaðahreppi árin 2014 og 2018.



Mynd 4. Meðalaldur íbúa í Skútustaðahreppi í samanburði við landsmeðaltal.

Íbúum í Skútustaðahreppi fjölgaði um 68 á milli árána 2017 og 2018 sem er þó nokkur aukning. Þeim hefur þá fjölgað um 122 á fjórum árum sem verður að teljast eftirtektarvert. Kynjasamsetning íbúa er mjög jöfn eða 99 konur á hverja 100 karla, sem er afar jákvætt þegar hugsað er til íbúaþróunar. Meðalaldur lækkar úr 39 árum í 37 á milli árána 2017 og 2018 og er nú undir landsmeðaltali sem er 38 ár.

Ef litið er á mannfjöldapýramídan (mynd 3 á síðu 2) má sjá að þessi aukning er að mestu leyti meðal ungs fólks af báðum kynjum, sem og fjölgun barna. Þarna er því ákveðin viðspyrna að eiga sér stað í byggðinni og pýramídan ekki lengur „mittismjór“ með skorti á ungu fólki á barnseignaraldri.

2 AÐFERÐARFRÆÐI

Könnunin var sett upp í Survey Monkey sem er netforrit fyrir megindlegar kannanir. Allir íbúar Skútustaðahrepps, 18 ára og eldri, voru í þýðinu eða alls 415 manns og því ekki um eiginlegt úrtak að ræða. Alls voru um 370 einstaklingar á úthringingarlista en stuðst var við íbúaskrá frá árinu 2017 og kjörskrá. Hringt var í alla sem eru með símanúmer á skrá. Alls voru 64 með óskráð númer og 15 svöruðu ekki síma. Könnunin vel kynnt á heimasíðu sveitarfélagsins, heimasíðu Þekkingarnetsins auk kynningar á samfélagsmiðlum og í auglýsingamiðlinum Húsöndinni. Af rafrænu miðlunum var hægt að fara beint inn í könnunina og svara henni. Þá fékk könnunin umfjöllun í fjölmiðlum sem kann að hafa ýtt undir betri svörum hjá íbúum. Kynningarefni ætti því að hafa náð til allra íbúa. Hvort tveggja kynningarefni og könnunin voru á íslensku og ensku. Lokaniðurstaða var 175 þátttakendur eða um 42% íbúa yfir 18 ára og eldri, sem á að gefa góða mynd af líðan og skoðunum íbúanna.

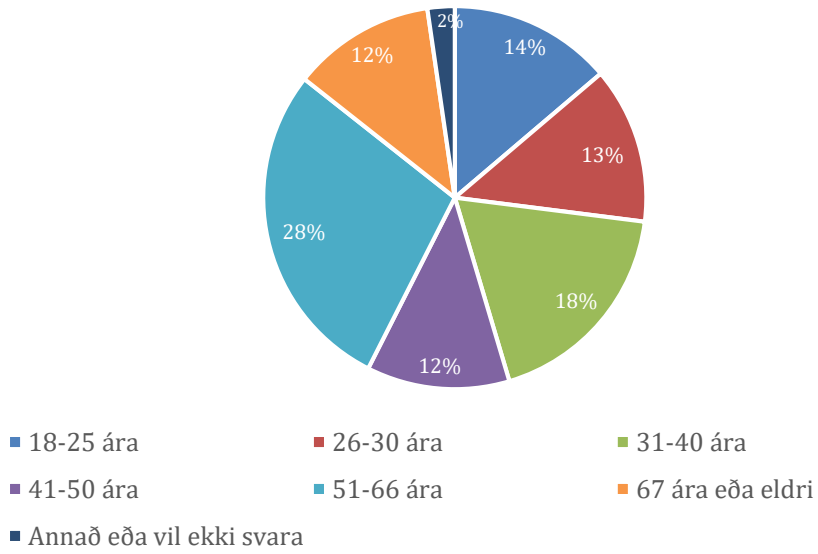
3 NIÐURSTÖÐUR

Svörum við stökum spurningum var mjög góð. Af 175 þátttakendum svöruðu flestir öllum spurningum. Það voru aldrei fleiri en 1-2 sem slepptu því að svara einstökum spurningum. Fleiri slepptu opnum spurningunum í lokin en þeim svöruðu 129 þátttakendur. Niðurstöður eru settar fram myndrænt þar sem þátttakendum er skipt upp í hlutfall svarenda sem segir meira en fjöldi svarenda, þar sem niðurstöður leita eftir því hvernig hlutfallsleg skipting ákveðinna þátta er meðal íbúa.

3.1 ÞÁTTTAKENDUR

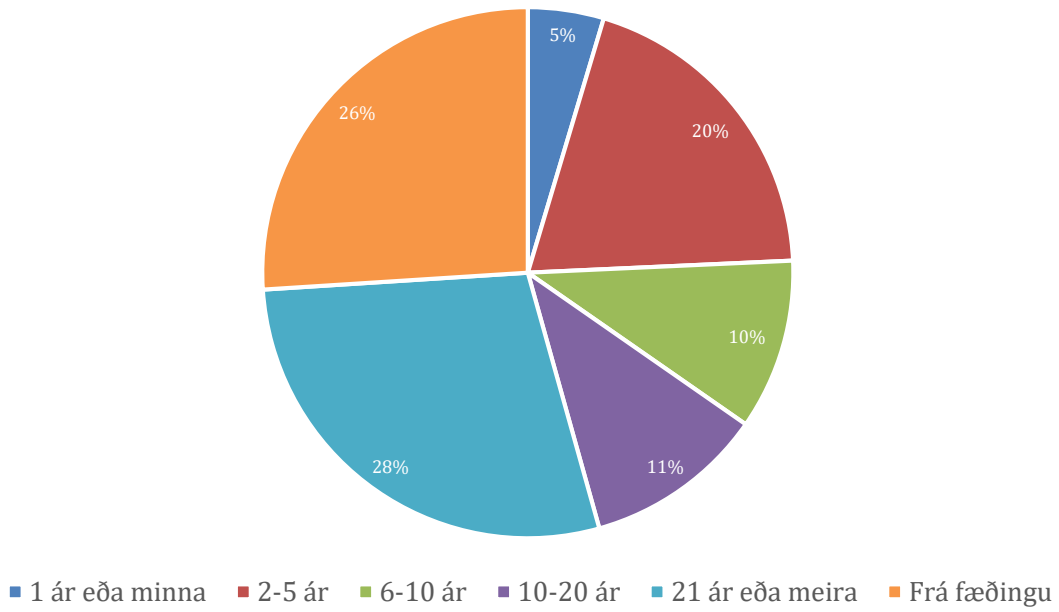
Alls bárust svör frá 175 þátttakendum. Svörum dreifðist nokkuð jafnt á aldurshópa miðað við það árabil sem skiptingin nær til. Kynjahlutföll voru aðeins skökk miðað við núverandi kynjahlutfall íbúa en 107 konur svöruðu á móti 67 körlum, einn þátttakandi skilgreindi sig sem annað. Svar þess þátttakanda er undanskilið þegar svör eru greind út frá kyni vegna persónugreiningar í fámennu byggðarlagi. Aðeins 8 erlendir ríkisborgarar svöruðu könnuninni og 167 voru með íslenskt ríkisfang.

Aldur þátttakenda



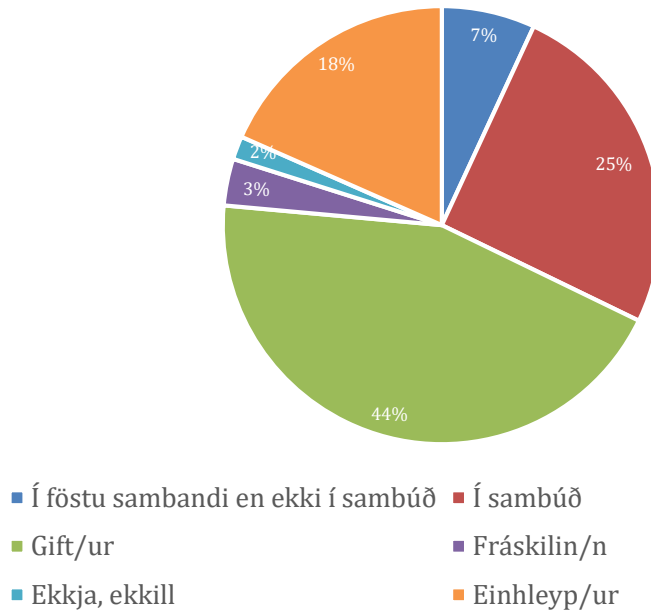
Mynd 5. Aldur þátttakenda.

Búseta í Mývatnssveit



Mynd 6. Hversu lengi hefurðu búið í Mývatnssveit?

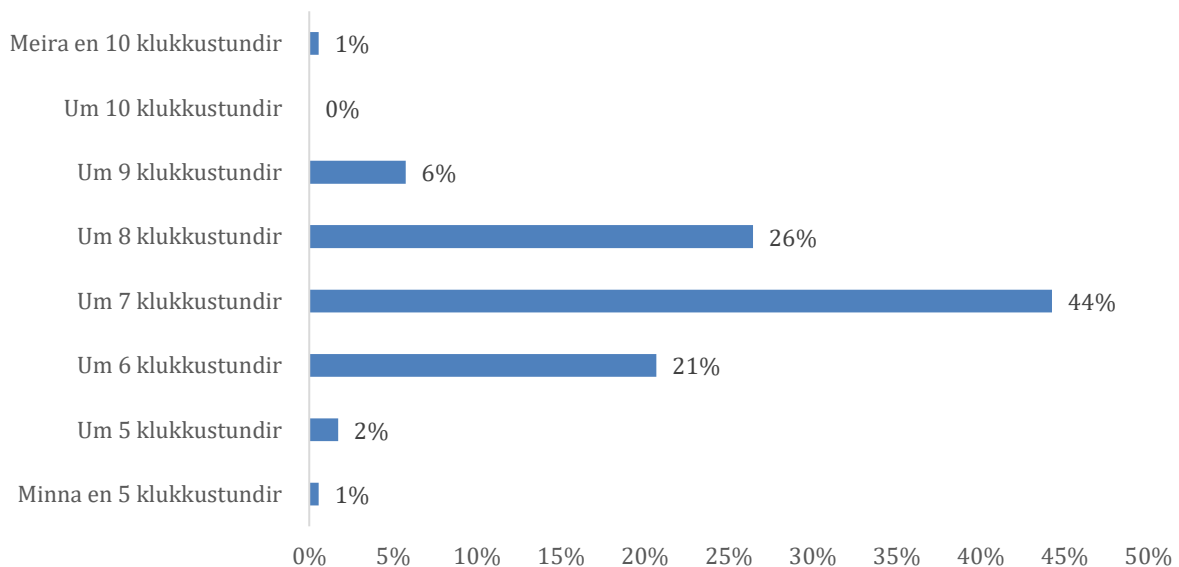
Hjúskaparstaða



Mynd 7. Hver er hjúskaparstaða þín í dag?

3.2 SVEFN OG HREYFING

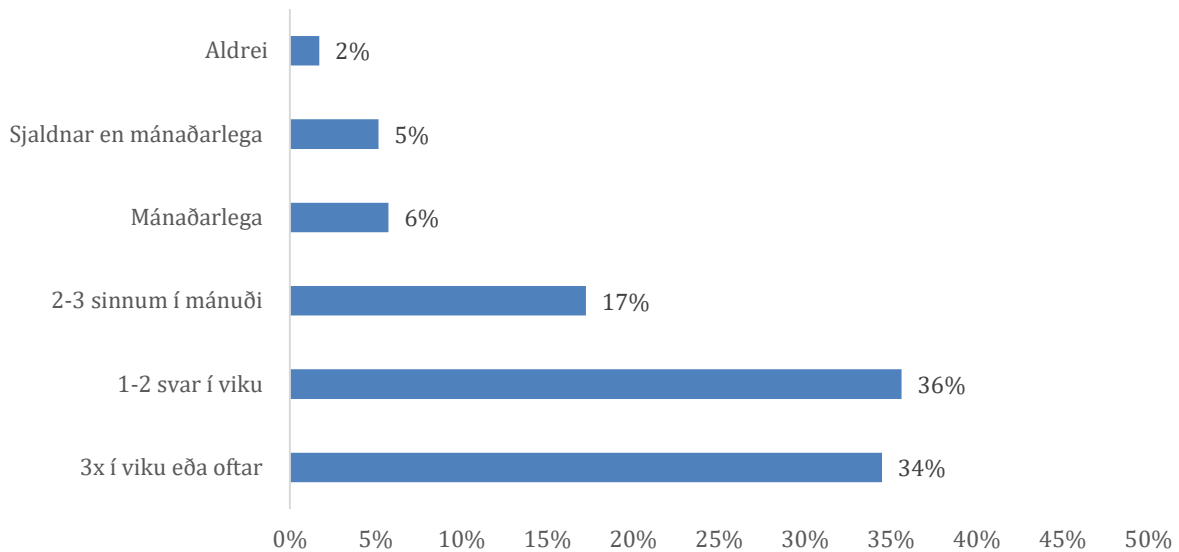
Svefn



Mynd 8. Hversu margar klukkustundir sefur þú að jafnaði á nóttu?

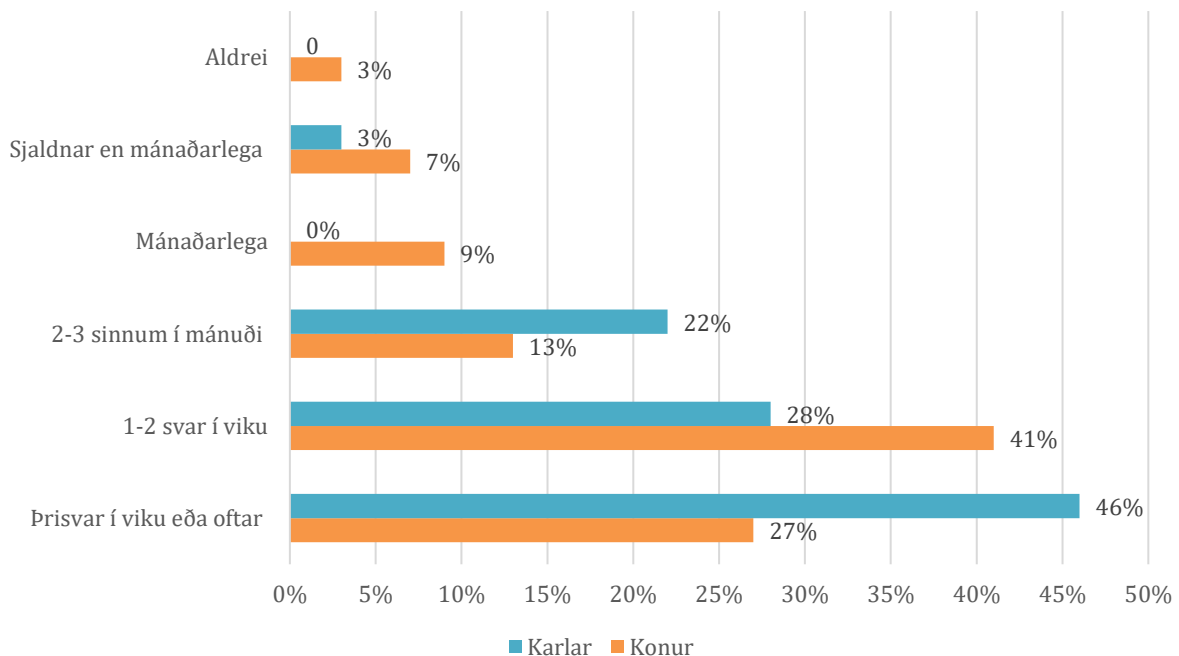
Flestir þátttakendur sögðust sofa í um 7 klst eða 44%. Sé horft til kynjanna má sjá að karlar sofa að meðaltali örlítið skemur en konur, eða að meðaltali 6,9 klst á nóttu á meðan konur sofa 7,2 klst. Aldursdreifing var nokkuð jöfn en þó mátti sjá að flestir úr hópi þeirra sem sofa minnst eru á aldrinum 26-30 ára en þar voru 35% sem sofa 5-6 klukkustundir á nóttu. Elsti og yngsti aldurshópurinn sofa mest.

Hreyfing



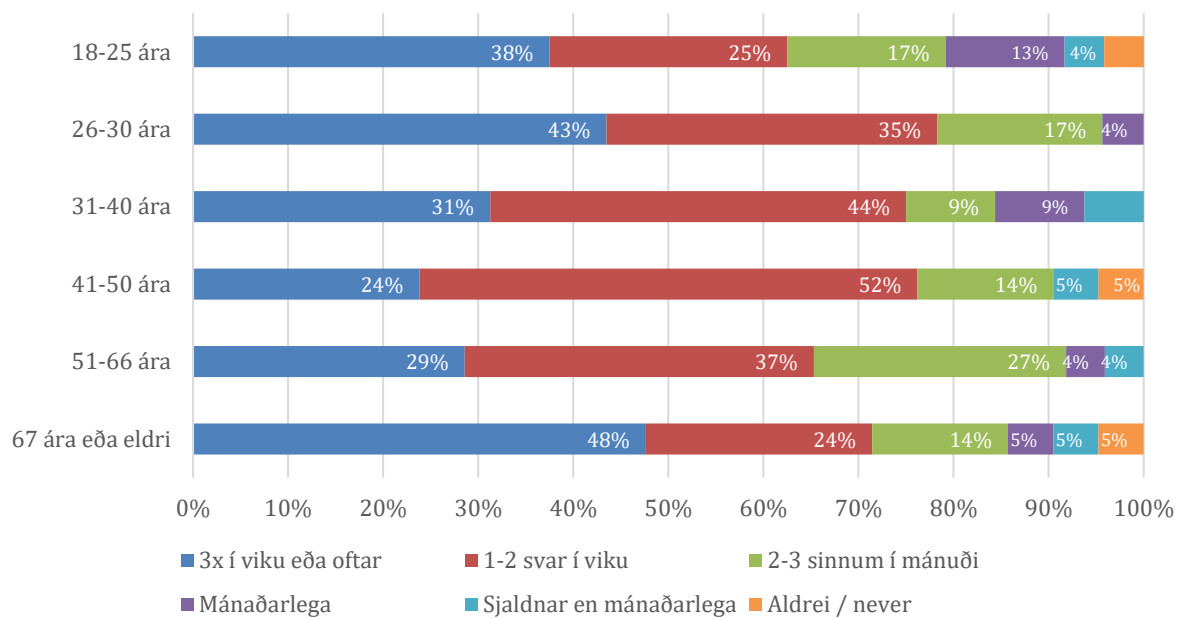
Mynd 9. Hversu oft reynir þú á þig þannig að þú svitnir eða mæðist verulega?

Á mynd 9 má sjá að nokkuð stór hluti íbúa hreyfir sig í hverri viku, en 70% íbúa segjast hreyfa sig í hverri viku svo þeir svitni eða mæðist verulega. Sé horft til kynjanna má sjá að 46% karla segist hreyfa sig þrisvar í viku eða oftar svo þeir svitni eða mæðist verulega og 28% að það gerist 1-2 í viku. Hjá konum eru þessar tölur 27% fyrir þrisvar í viku eða oftar, 41% fyrir 1-2 í viku.



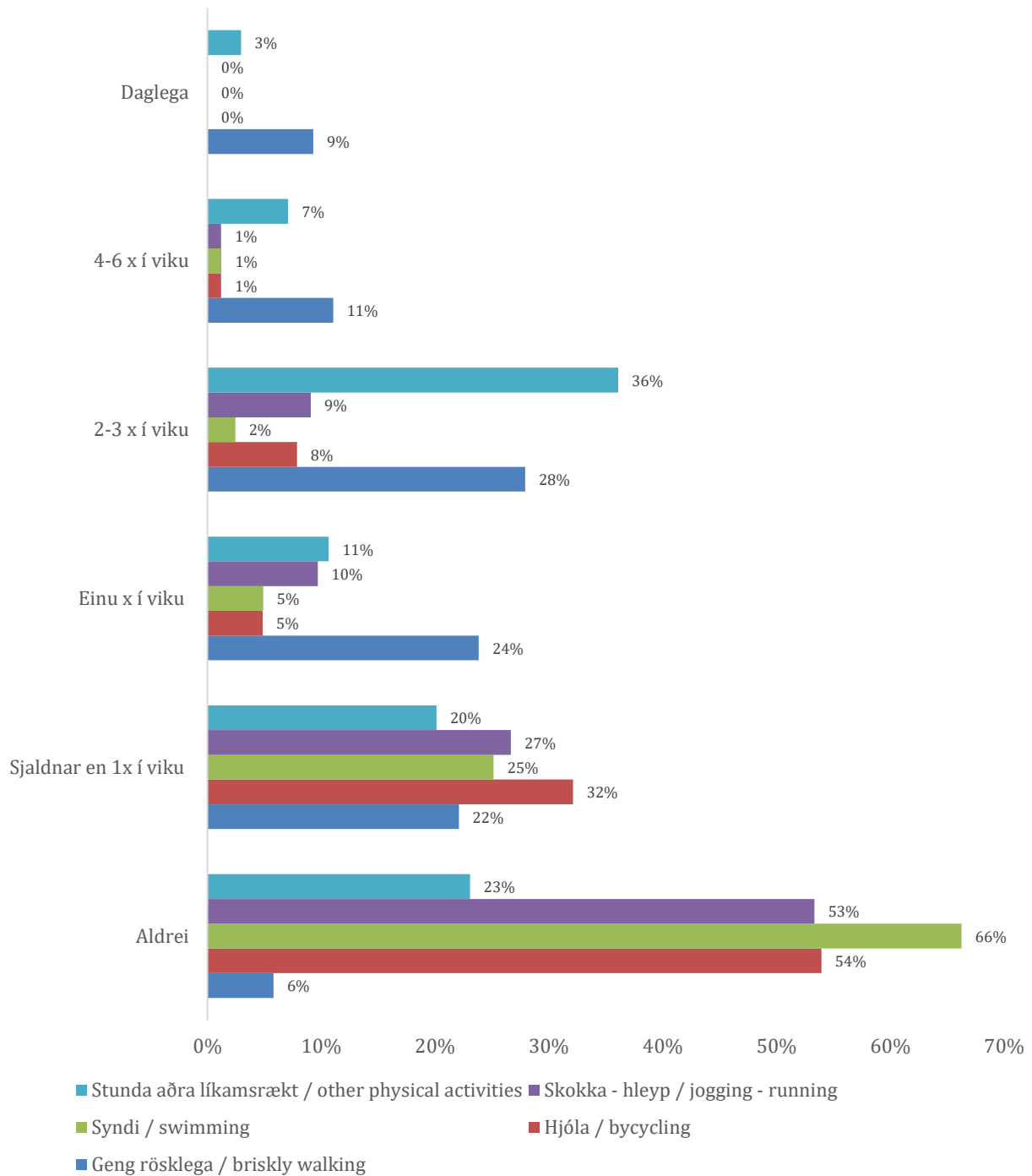
Mynd 10. Hreyfing karla og kvenna.

Hreyfing og aldur



Mynd 11. Hreyfingu skipt eftir aldri.

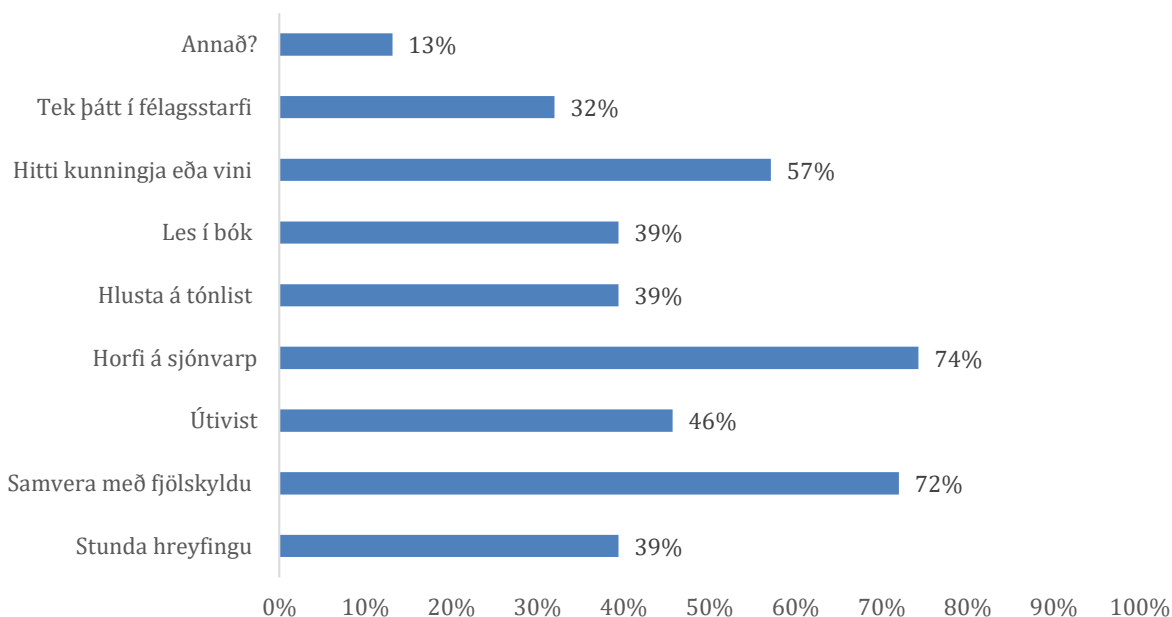
Tegund hreyfingar



Mynd 12. Hversu oft stundar þú eftirfarandi hreyfingu?

Ekki var teljandi kynjamunur á tegund hreyfingar þó karlar væru aðeins líklegri til að ganga og skokka, á meðan konur voru litillega meira en karlar í að hjóla og stunda aðra líkamsrækt.

Frístundir



Mynd 13. Hvað gerir þú í þínum frístundum?

Alls sögðust 46% kvenna lesa í bók í frístundum en það sama sögðu 30% karla. Karlar voru líklegri til að stunda útivist eða 54% á móti 41% kvenna á meðan konur virðast vera líklegri til að taka þátt í félagsstarfi en karlar, en 36% kvenna sögðust nota frístundir í félagsstarf á móti 25% karla. Þá voru konur einnig líklegri til að horfa á sjónvarp eða 78% á móti 67% karla. Konur voru frekar í samveru með fjölskyldu eða 77% á móti 64% karla. Yngsti aldurshópurinn var síst að stunda útivist í frístundum en efstur þegar kom að sjónvarpsáhorfi. Á aldrinum 26-30 ára segjast 13% lesa í frístundum en 25% úr yngsta aldurshópnum. Yngstu og elstu aldurshóparnir hlusta mest á tónlist og horfa mest á sjónvarp. Yngstu tveir aldurshóparnir taka minnstan þátt í félagsstarfi.

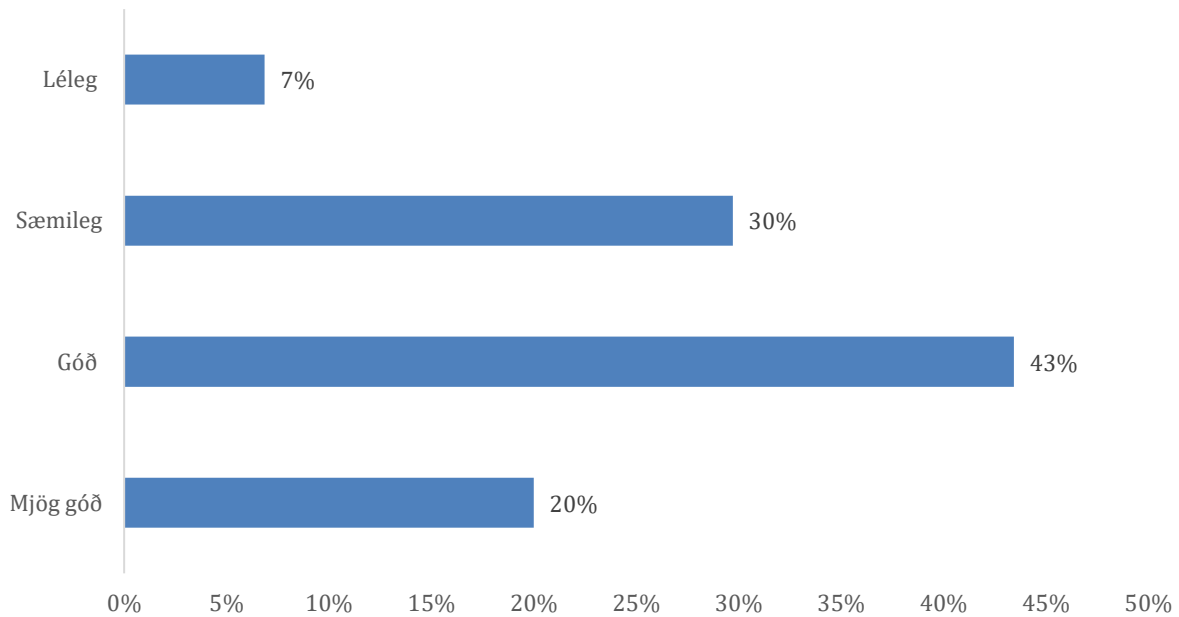
3.3 MATARÆÐI

Tafla 1. Hversu oft borðar þú eftirfarandi fæðutegundir?

Hversu oft borðar þú...?	0 x í viku	>1 í viku	1 x í viku	2-3x í viku	4-6 x í viku	1x á dag	2x á dag	≤3 á dag
Mjólk, mjólkurvörur	7%	11%	5%	13%	12%	26%	15%	11%
Ávexti, ber eða grænmeti	3%	3%	5%	15%	19%	24%	21%	9%
Fisk, fiskrétti	2%	9%	32%	51%	6%	1%	0%	0%
Kjöt, kjötrétti	2%	1%	3%	55%	34%	3%	1%	1%
Sykrað gos	38%	35%	8%	13%	4%	1%	1%	1%
Sykurlaust gos	55%	20%	5%	6%	7%	5%	1%	2%
Sælgæti, súkkulaði	9%	22%	15%	31%	15%	5%	1%	2%
Kex, kökur	16%	32%	19%	22%	5%	5%	1%	1%
Lýsi, lýsisperlur, D-vítamín töflur	22%	12%	2%	8%	9%	46%	1%	1%

Í töflu 1 má sjá fæðuflokka sem spurt var um. Dagleg eða regluleg (4-6 sinnum í viku) inntaka á lýsi, lýsisperlum, D-vítamintöflum var að finna hjá 81% af elsta aldurshópnum, 62% hjá 51-66 ára, 52% hjá 41-50 ára, 53% hjá 31-40 ára, 35% hjá 26-30 ára, 29% hjá yngsta aldurshópnum.

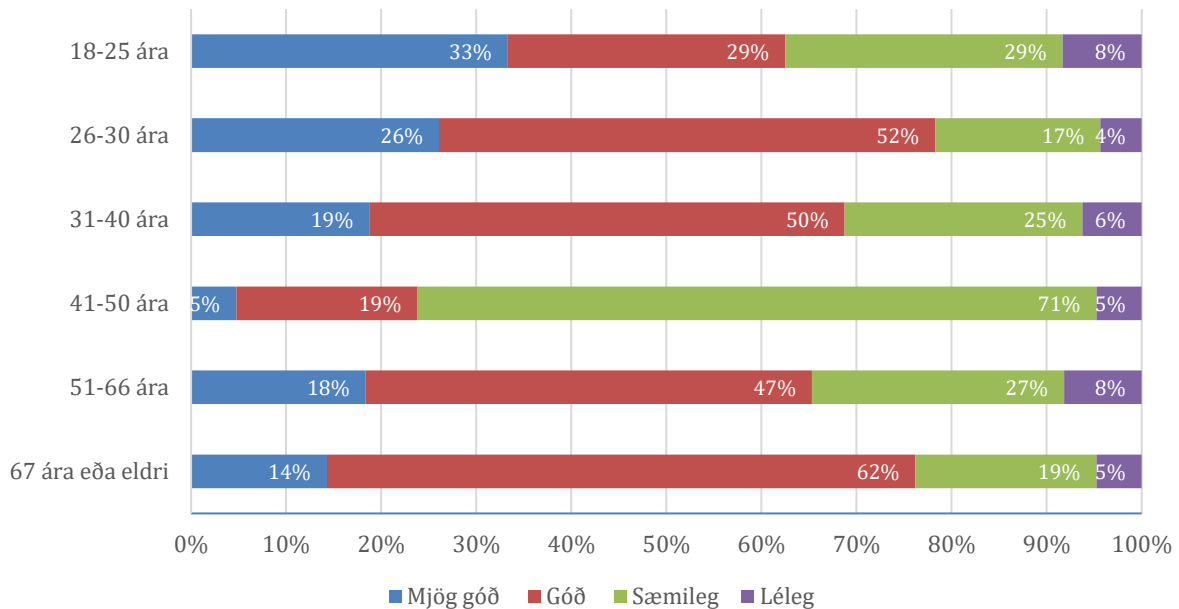
Líkamleg heilsa



Mynd 14. Hvernig metur þú líkamlega heilsu þína?

Ekki var teljandi kynjamunur en 65% kvenna sögðu líkamlega heilsu sína mjög eða frekar góða á móti 61% karla sem sagði það sama.

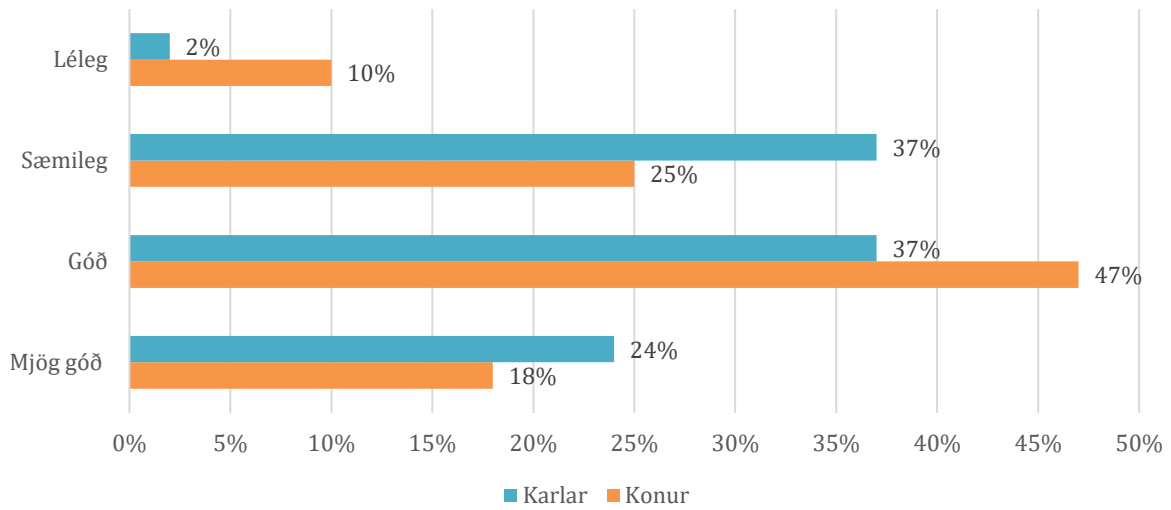
Líkamleg heilsa



Mynd 15. Líkamleg heilsa eftir aldri.

Á mynd 15 má sjá að aldurshópurinn 26-30 ára metur líkamlega heilsu sína hvað besta en þar á eftir koma eldri borgarar 67 ára og eldri. Aldurshópurinn 41-50 ára metur heilsu sína lakasta, en þar eru aðeins 24% sem segja hana mjög eða frekar góða en 76% sem segja hana sæmilega eða lélega.

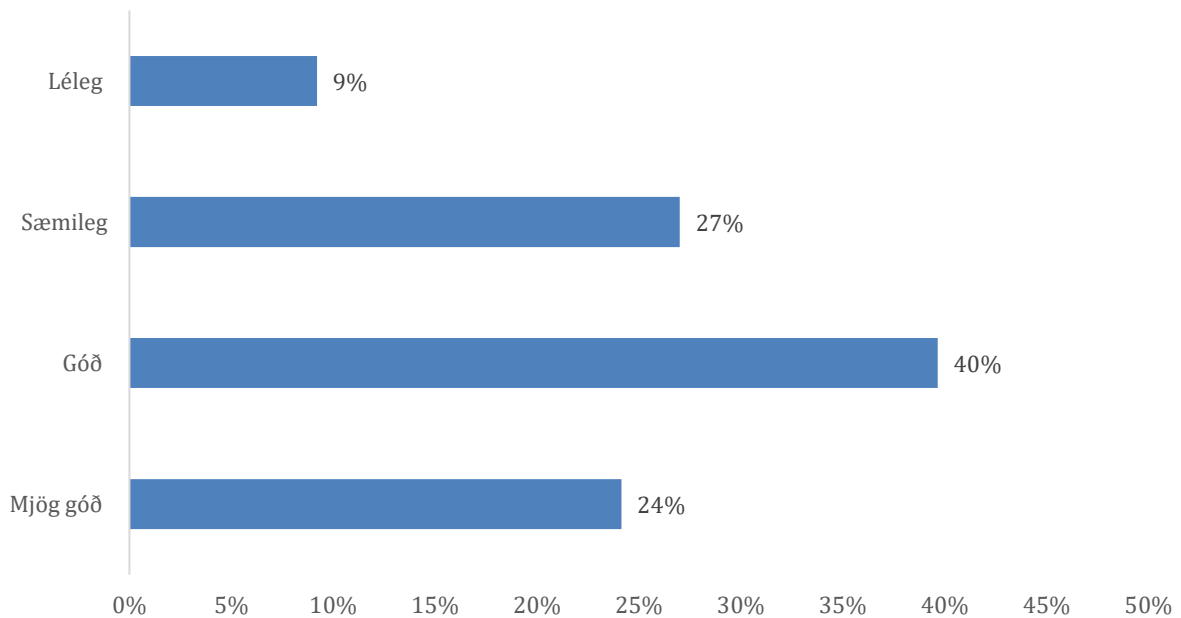
Líkamleg heilsa



Mynd 16. Líkamlega heilsa karla og kvenna.

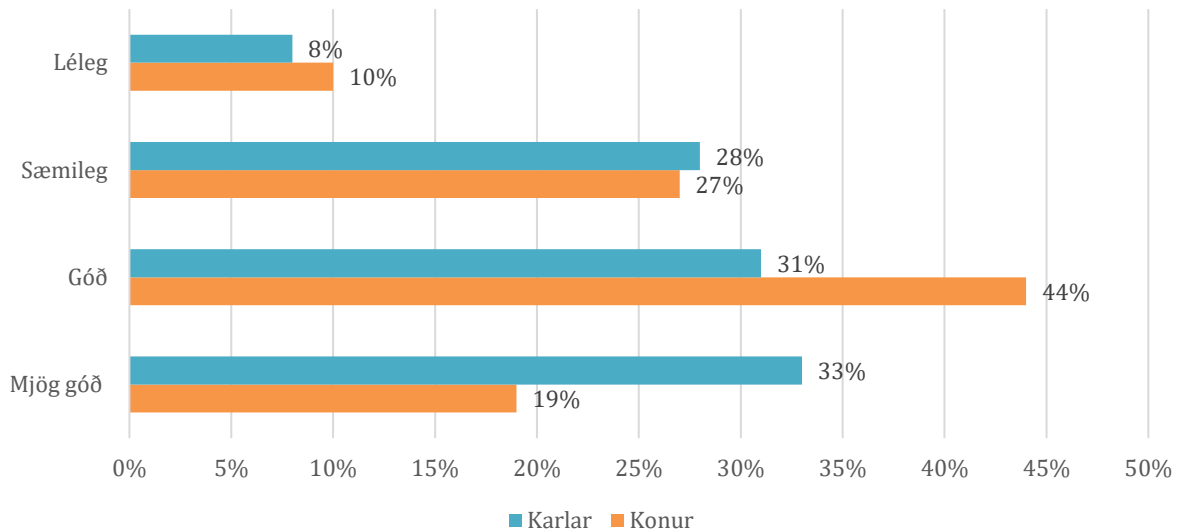
Kynjamun á mati líkamlegrar heilsu má sjá á mynd 16. Munur er innan mælikvarða, en séu mjög góð og góð sett saman eru 65% kvenna sem svara því til en 61% karla. Að sama skapi eru 35% kvenna sem segja heilsu sína sæmilega eða lélega en 39% karla segja það sama. Þó er munur eins og sjá má þar sem 10% kvenna segja heilsu sína lélega á meðan 2% karla segja það sama.

Andleg heilsa



Mynd 17. Hvernig metur þú andlega heilsu þína?

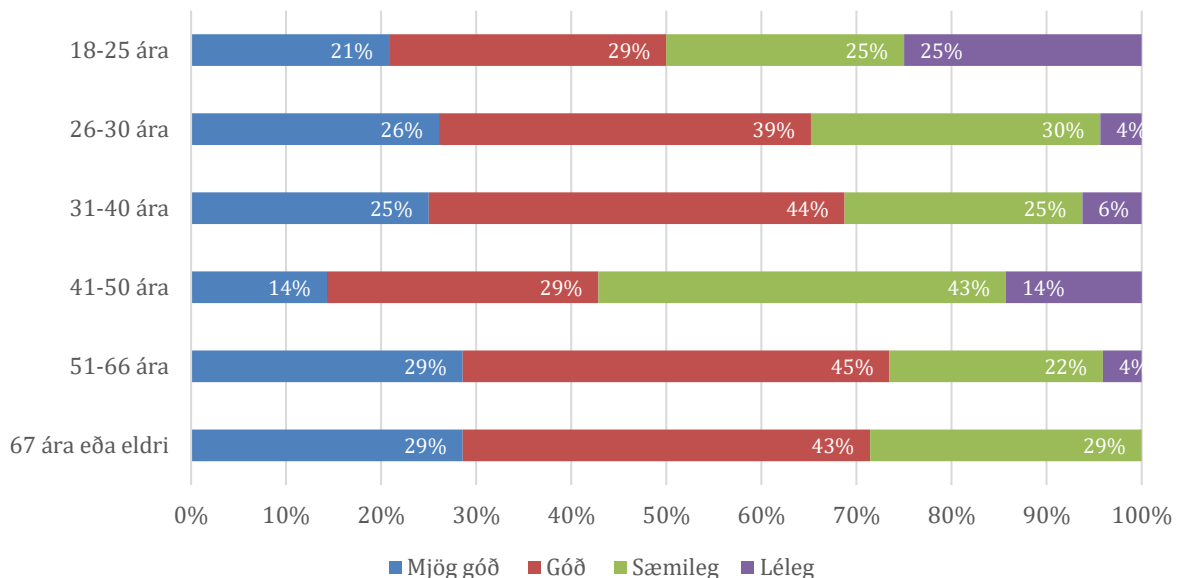
Andleg heilsa



Mynd 18. Andleg heilsa karla og kvenna.

Kynin meta andlega heilsu sína með nokkuð áþekktum hætti þó munur sé á milli kynja ef horft er á hlutfall þeirra sem segja andlega heilsu mjög góða eða góða. Fleiri konur segja andlega heilsu sína góða á meðan fleiri karlar segja andlega heilsu sína mjög góða. Séu þessir tveir flokkar lagðir saman er meta 63% kvenna andlega heilsu sína mjög góða eða góða og 64% karla. Sé þetta borið saman við tölur á landsvísi árið 2017 þá eru 73% kvenna sem segja andlega heilsu vera góða eða mjög góða og 72% karla.

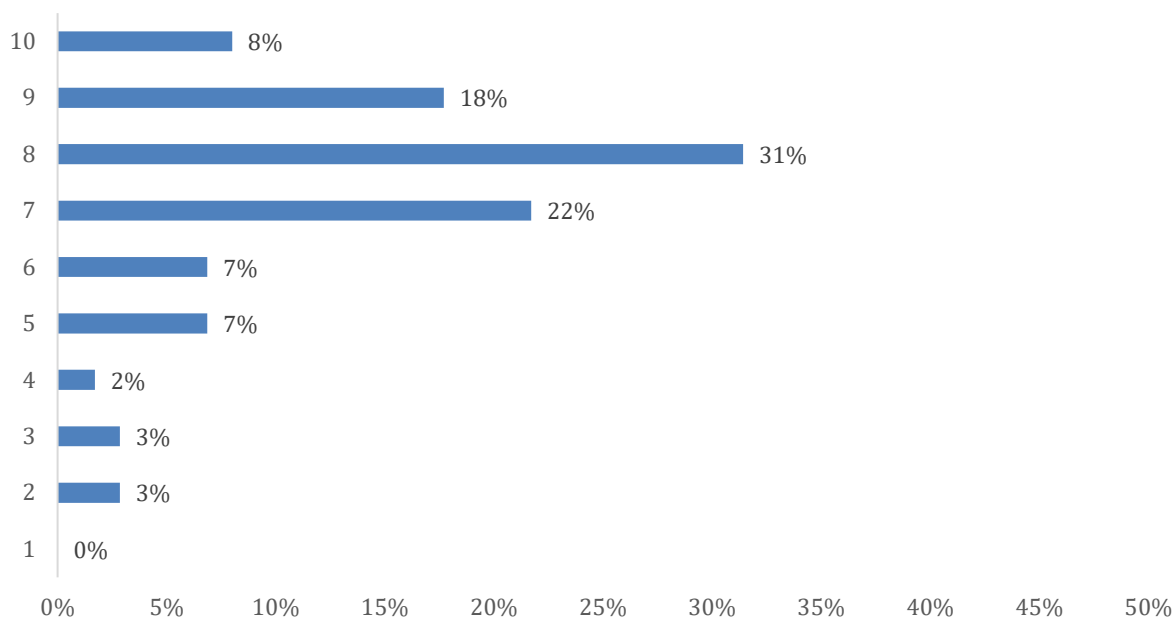
Andleg heilsa



Mynd 19. Andleg heilsa eftir aldri.

Á mynd 19 má sjá að aldurshópurinn 41-50 ára metur andlega heilsu sína hvað slakasta en þar eru aðeins 14% sem segja hana mjög góða. Elstu tveir aldurshóparnir meta andlega heilsu sína hvað besta en þar eru rúm 70% á því að hún sé mjög góð eða góð.

Hamingja

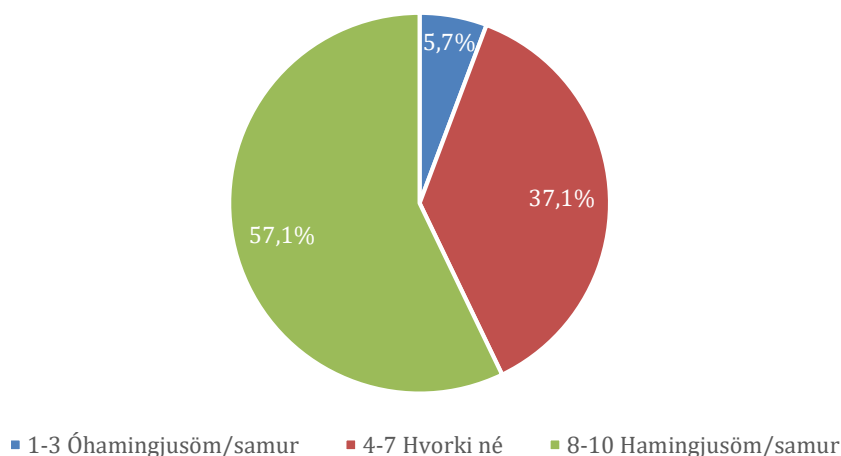


Mynd 20. Hversu hamingjusöm/hamingjusamur ertu á skalanum 1-10 þar sem 10 er mjög hamingjusamur?

Hamingjuskali Mývetninga stendur í 7,4 að meðaltali sem er örlítið lægra en landsmeðaltal sem er 7,5. Karlar í Skútustaðahreppi með meðaltalið 7,5 en konur með 7,3. Ekki var að finna teljandi mun á hamingju á milli aldurshópa en það skiptist svo að yngsti aldurshópurinn 18-25 ára var með 7,2, 26-30 ára með 7,6, 31-40 ára 7,4, 41-50 ára 7,0, 51-66 ára 7,6 og elsti hópurinn 67+ með 7,6.

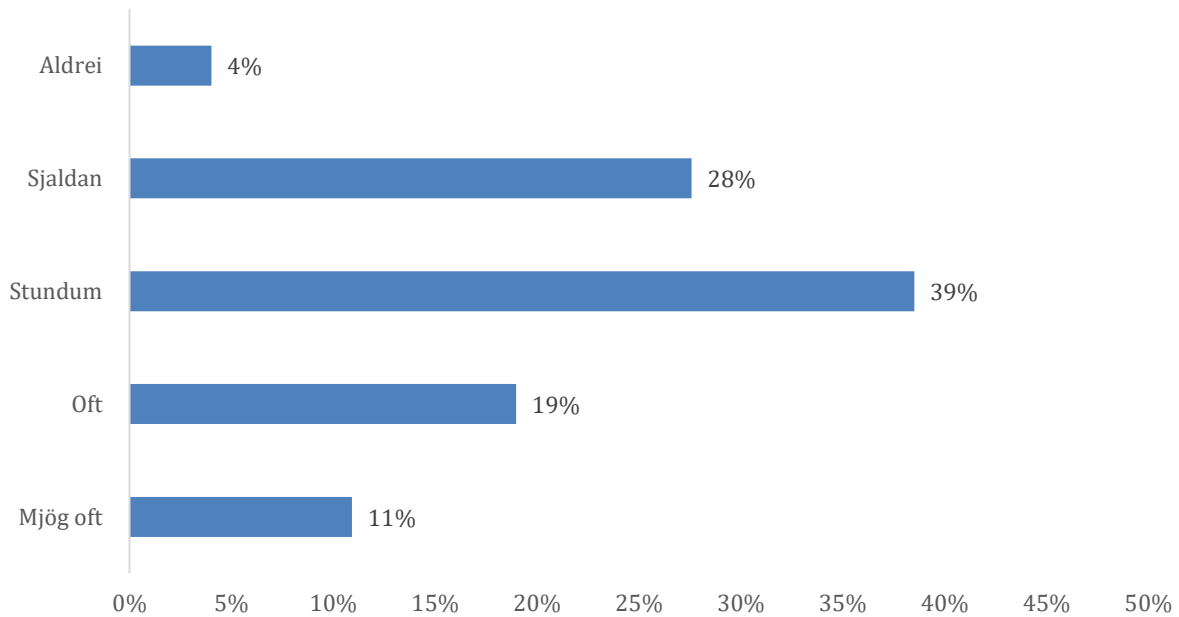
Þegar horft var í hamingju út frá hjúskaparstöðu má sjá nokkurn mun, en þeir sem voru giftir eða í sambúð voru með 7,7 í hamingjueinkunn á meðan þeir sem voru ekki í sambúð eða hjónabandi voru með 6,8.

Hamingjuskípting



Mynd 21. Skípting hamingjuskalans.

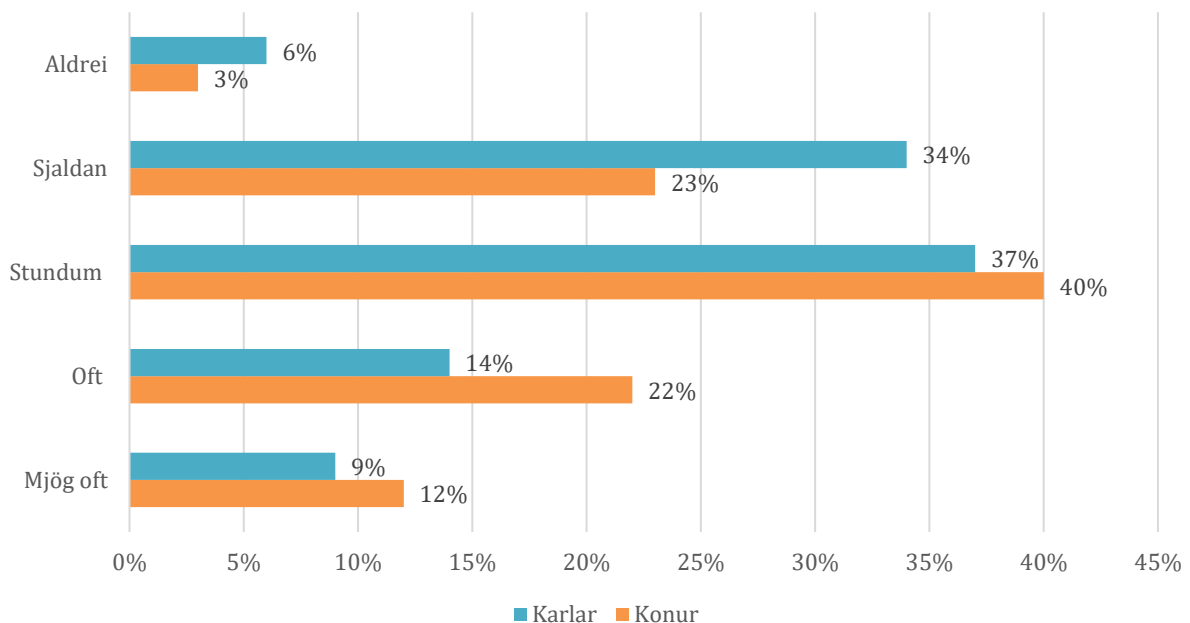
Streita í daglegu lífi



Mynd 22. Hversu oft finnur þú fyrir streitu í daglegu lífi?

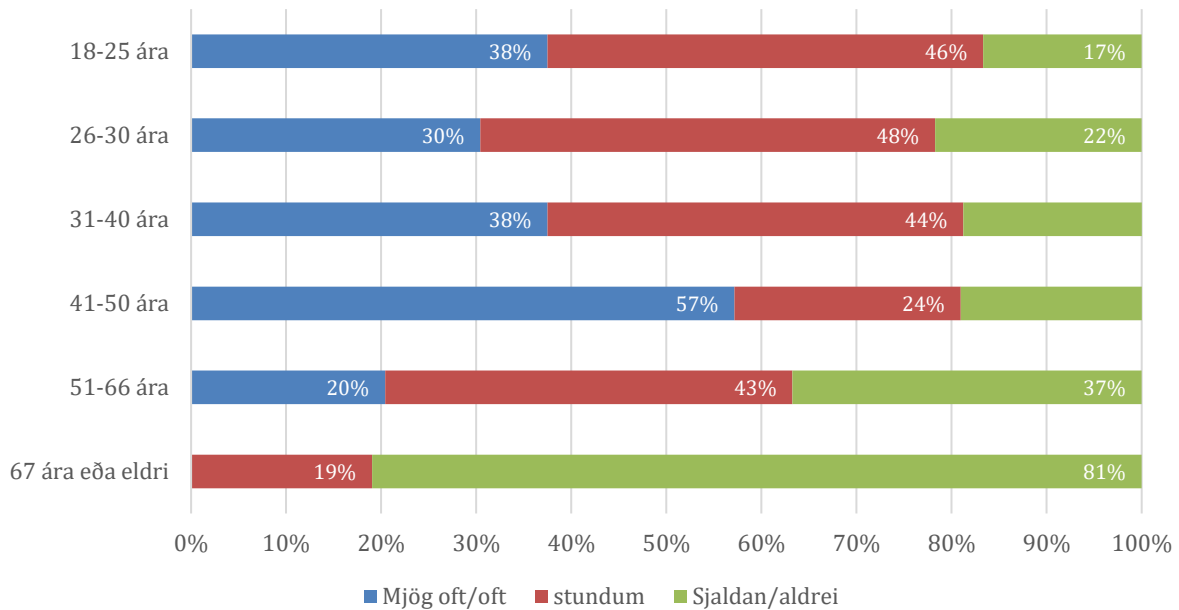
Konur fundu frekar fyrir streitu en karlar. Alls segjast 40% kvenna finna fyrir streitu oft eða mjög oft í daglegu lífi, en 22% karla segjast það sama. Alls 26% kvenna sögðust sjaldan eða aldrei finna fyrir streitu á meðan 40% karla sögðust það sama.

Streita



Mynd 23. Streita karla og kvenna.

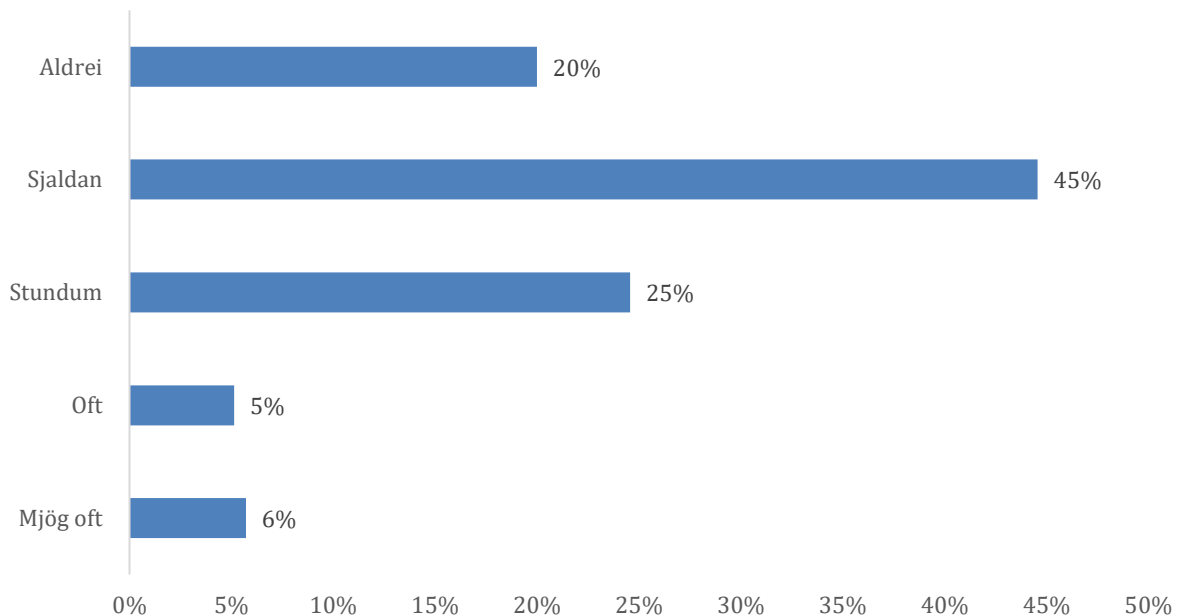
Streita og aldur



Mynd 24. Streita skipt eftir aldri.

Minnst streita var hjá elsta aldurshópnum og mesta streitan hjá aldrinum 41-50 ára. Næsta mesta streitan er hjá yngsta aldurshópnum 18-25 ára.

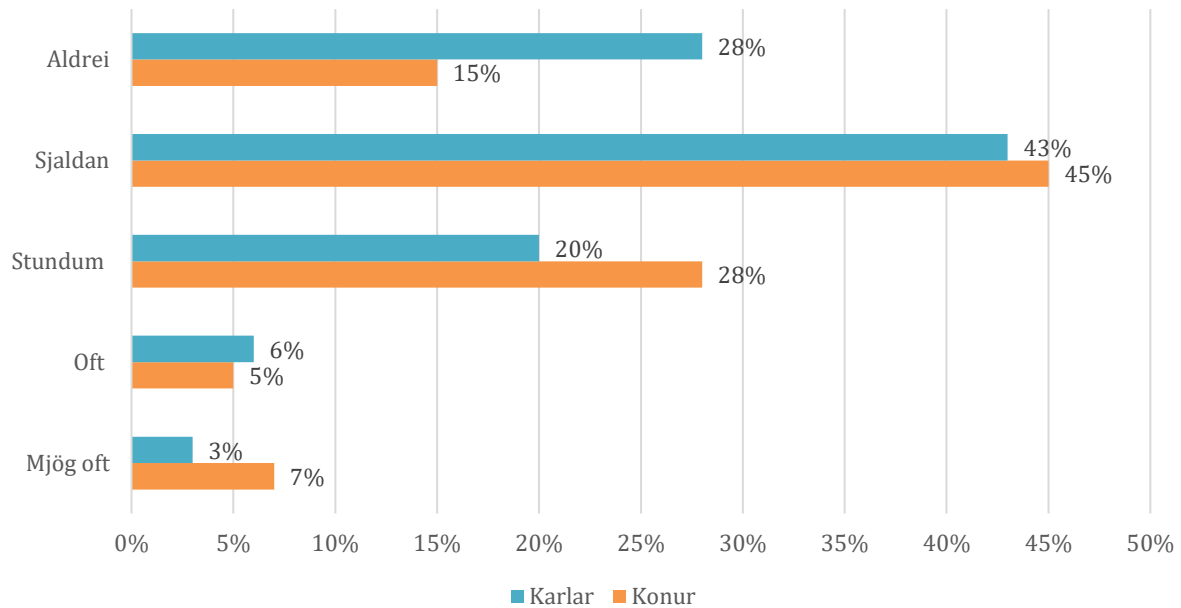
Einmanaleiki



Mynd 25. Hversu oft á það við þig að finna fyrir einmanaleika?

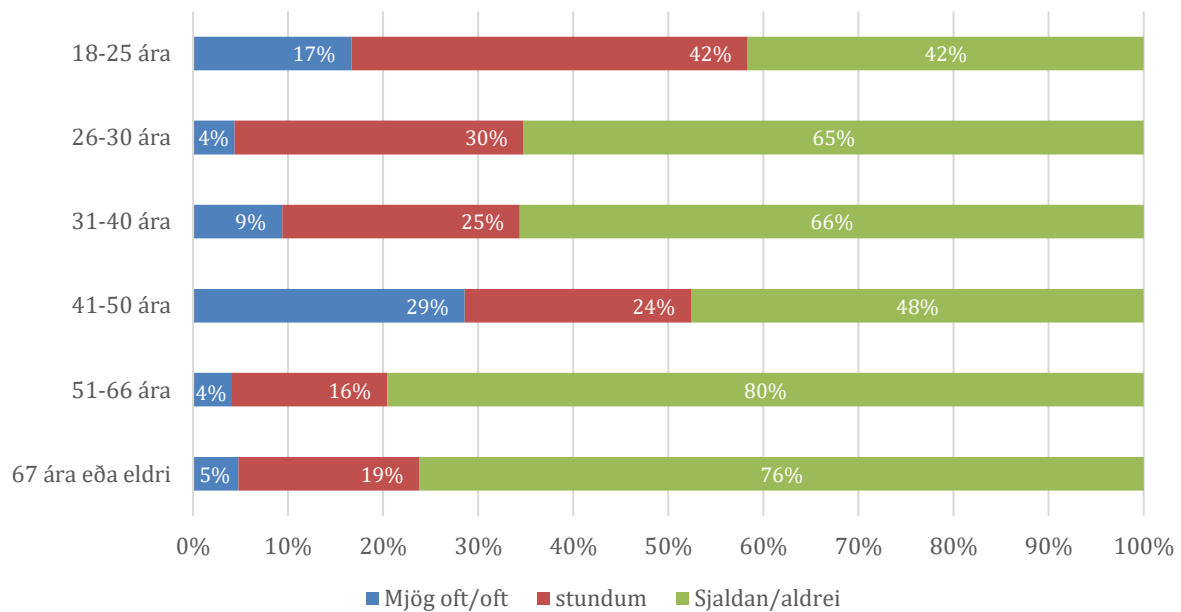
Alls sögðust 12% kvenna finna oft eða mjög oft fyrir einmanaleika á meðan 9% karla sögðu það sama. Þá fundu 60% kvenna sjaldan eða aldrei fyrir einmanaleika á meðan 70% karla sögðu það sama.

Einmanaleiki



Mynd 26. Einmanaleiki karla og kvenna.

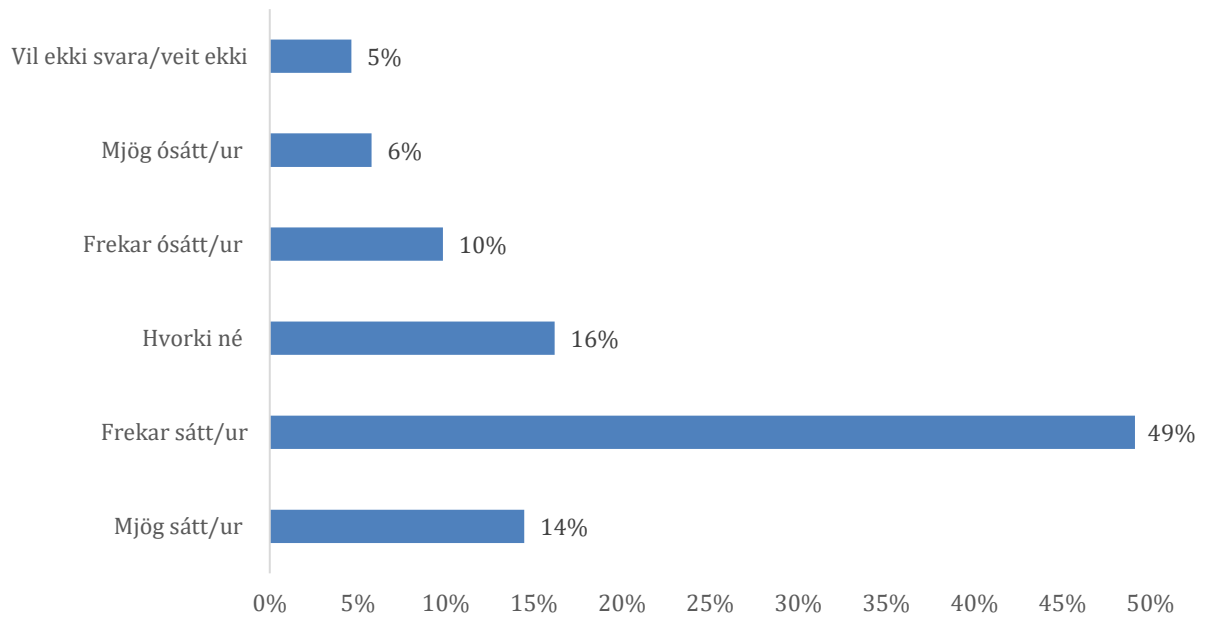
Einmanaleiki og aldur



Mynd 27. Einmanaleiki skipt eftir aldri.

Aldurshópurinn 51-66 ára finnur sjaldnast fyrir einmanaleika en þar eru aðeins 4% sem segjast finna mjög oft fyrir einmanaleika. Mestur mælist hann hjá aldurshópnum 41-50 ára og þar á eftir kemur yngsti aldurshópurinn, 18-25 ára.

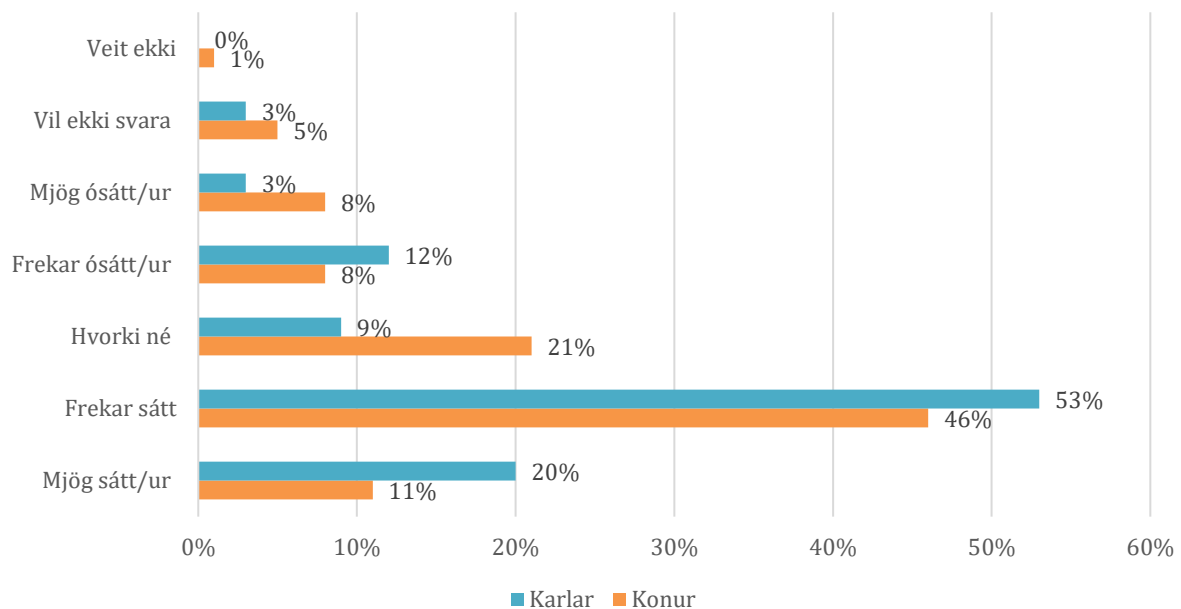
Fjárhagsleg afkoma



Mynd 28. Hversu sáttur ertu við fjárhagslega afkomu þína og þau lífskjör sem hún gerir þér kleift að lifa við?

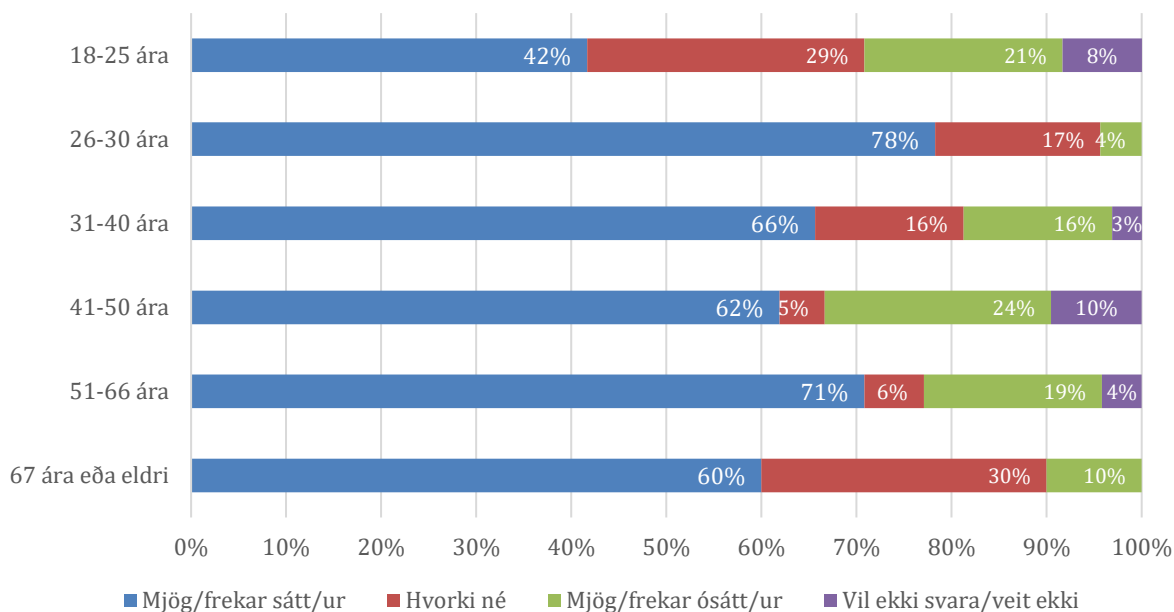
Karlar voru sáttari með fjárhagslega afkomu sína en konur. Alls voru 57% kvenna frekar eða mjög sátt, 73% karla frekar eða mjög sátt, 16 % kvenna frekar eða mjög ósátt, 15% karla frekar eða mjög ósátt

Fjárhagsleg afkoma



Mynd 29. Ánægja með fjárhagslega afkomu skipt eftir kynjum.

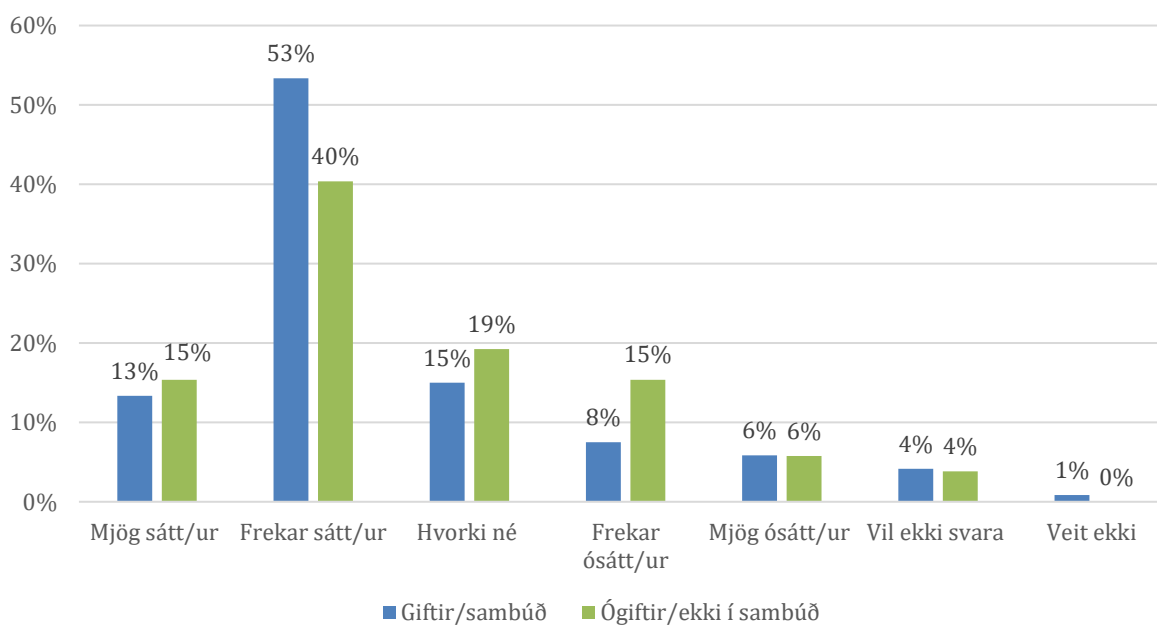
Fjárhagsleg afkoma og aldur



Mynd 30. Ánægja með fjárhagslega afkomu skipt eftir aldri.

Mesta ánægjan með fjárhagslega afkomu var hjá aldrinum 26-30 ára og þar á eftir kom elsti aldurshópurinn. Minnst var ánægjan hjá aldrinum 41-50 ára en þar voru einnig 10% sem sögðust ekki vilja svara spurningunni. Þegar horft er í hjúskaparstöðu má sjá að meiri ánægja er meðal giftra og sambúðarfólks, en þar eru 66% mjög eða frekar sátt við afkomu sína á meðan 55% ógiftra/einhleypra segja það sama.

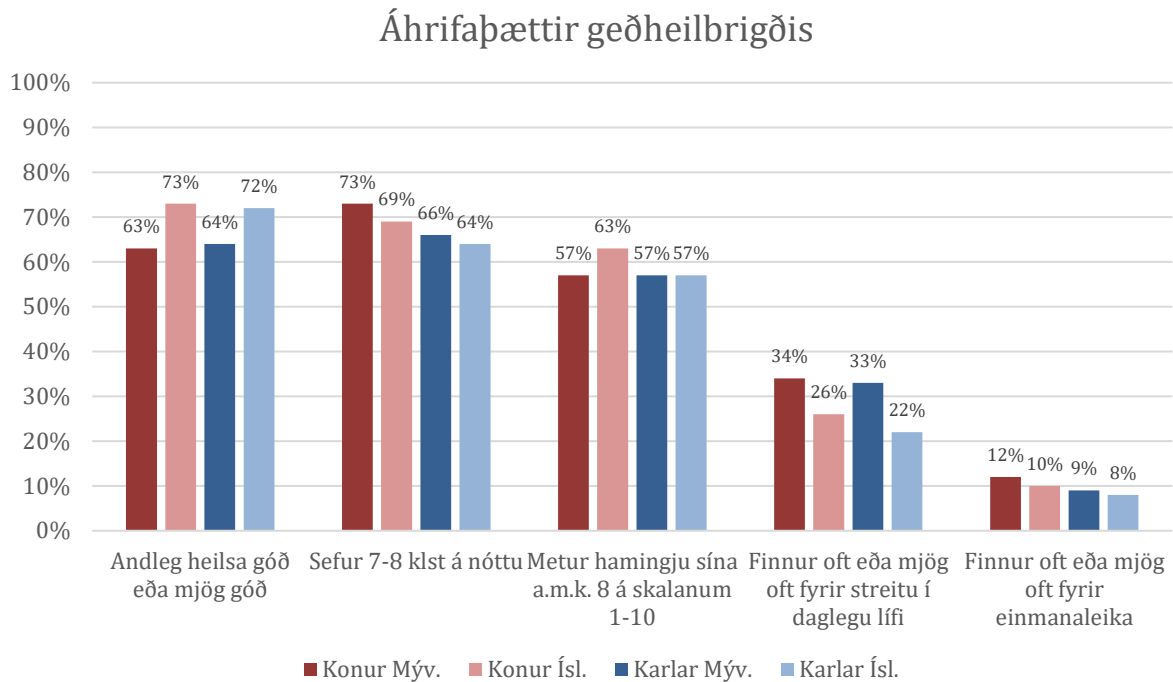
Fjárhagsleg afkoma og hjúskaparstaða



Mynd 31. Ánægja með fjárhagslega afkomu skipt eftir hjúskaparstöðu.

3.4 SAMANBURÐUR VIÐ LÍÐAN ÍSLENDINGA 2017

Embætti landlæknis hefur undanfarin ár vakt að ákveðna áhrifaþætti heilbrigðis og hefur verið vitnað í meðaltalstölur frá þeim fyrr í þessum niðurstöðum. Á mynd 32 má sjá nokkra áhrifaþætti um geðheilbrigði þar sem sambærilegar spurningar og mælikvarðar eru notaðar. Karlar og konur í Mývatnssveit eru aðeins neðar í flestum þessara mælinga, meta andlega heilsu aðeins lakari, sofa samt aðeins meira, karlar fylgja landsmeðaltali í hamingjuskala þegar horft er til efstu talna 8-10, og konur eru þar undir landsmeðaltali. Þá finna Mývetningar meira fyrir streitu en landmeðaltal gefur til kynna.



Mynd 32. Samanburður við landsmeðaltal úr rannsókn Landlæknisembættisins 2017.

3.5 OPNAR SPURNINGAR UM AÐKOMU SVEITARFÉLAGSINS

Í lok könnunar voru tvær opnar spurningar um aðkomu sveitarfélagsins Skútustaðahrepps og hvað betur mætti fara. Þær eru ekki greindar sérstaklega en fylgja hér á eftir. Mest ánægjan virðist vera með bætta aðstöðu til líkamsræktar og það helsta sem nefnt var til úrbóta var að það þyrfti að vera sundlaug á staðnum.

Hvað er Skútustaðahreppur að gera vel með tilliti til heilsu og vellíðunar íbúa?

What is the municipality of Skútustaðahreppur doing well in regards to the health and wellbeing of the people?

Það eru ýmis námskeið í gangi t.d súmba eða bjöllu leikfimi. Það voru göngutúrar á miðvikudögum, veit ekki hvort það sé enn. Skólinn er heilsuefandi skóli.

Íþróttamiðstöð-sveigjanlegur aðgangur að rækt

Finnst Hreppurinn freka tala en framkvæma. Það eru íbúarnir sem framkvæma.

pass

Íþróttir eldri borgara og samverustund skólamáltíðir fyrir leikskóla og grunnskóla Akstur einu sinni í mánuði í sund á Laugum Frítt í laugina fyrir börn 6 til 16 ára.

pass

keyrsla í félagsstarf

lítið

Býður upp á líkamsrækt fyrir eldri borgara tvisvar í viku og akstur einu sinn í viku og akstur í annað skiptið og þá er samverustund fram eftir degi. Einnig er nú greitt fyrir máltíðir skólabarna nú. Þá er greitt fyrir skólabörn í sundlaug á Laugum og akstur einu sinni í mánuði.

Standa fyrir hreyfiviðburðum s.s. hlaupi, aðventuhreyfingu, gönguferðum. Góðu aðgengi í líkamsrækt sérstaklega m.t.t. að fólk geti komist í líkamsrækt þó búið sé að lopa íþróttamiðstöð. Spor gerð til að hægt sé að komast á gönguskiði.

heilsugæslan, styrkur til eldri borgara starfsins

There is a gym

er alltaf að bæta við fleirum möguleikum til hreyfingar og þess háttar

Asdf

Sundlaug, sundlaug, sundlaug

Það er góð spurning

pass

að íþróttahús sé opið öllum, heilsubótagöngurnar eru skemmtilegar

hef ekki hugmynd

pass

Íþróttahúsið og ferðir í sund

Opna íþróttamiðstöðina meira

Ekki mikið, alla vega ekki að byggja sundlaug

hann er að gera vel
pass
Íþróttahús, gönguhópur, afsláttur/tilboð í líkamsrækt
hefur ekki fylgst með
?
its slowly getting better :) things are happening veeeeeery slowly, but they are happening
Fjölbreytt íþrótt og félagsstarf miðað við stærð sveitafélagsins.
Góður líkamsræktasalur, útvegar aðstöðu fyrir ýmis félagstörf, góður snjómokstur
Stuðlar að íþróttaiðkun fyrir fólk í íþróttahúsinu
..?
Stækkun á líkamsíþróttastöðinni
íþróttahúsið og það sem er að gerast þar er gott framtak fyrir fólkið, eins göngutúrar, ýmsar upptökur, og nú ferðir í sund þó ég nýti mér það ekki.
ýmislegt, jóga, hreyfing og fl.
styrkur til hreyfingar og hreysti
Það er mikil hreyfing í boði í Íþróttamiðstöðinni.
Góðir valmöguleikar í íþróttahúsi
hvetur til aukinnar hreyfingar
Ekki viss
Lengri opnunartími í ræktinni.
Heilsugöngurnar, betri opnun líkamsræktarstöðvar og tímar í íþróttahúsinu
Það er mjög margt.... það er mjög góð íþróttamiðstöð með langan og sveigjanlegan opnunartíma. Það styður vel við íþróttafélagið með fjárstyrk og aðgengi að íþróttamiðstöðinni. Að vera með gott eldri borgarastarf er mjög mikilvægt, bæði fyrir þá sem nýta sér það og líka fyrir aðstandendur.
Ég veit það ekki
Góður tækjasalur
gerir vel við eldri borgar og stendur vel við bakið á þeim
góð rækt
Frekar vel.
Ræktin opin lengur
Rækt sem er opin allan sólarhringinn
Starfsmenn duglegir að hvetja til hreyfingar
Ekkert
Samfélagið sér vel um sig, fjölskylduvænt bæjarfélag,
Lengri opnun í líkamsrækt
aðstöðu í íþróttahúsinu

Opið í ræktina utan opnunartíma.
Ekki mikið
Gott aðgengi er að líkamsræktaraðstöðu, skipulögðu íþróttastarfi. Gott aðgengi er að heilbrigðisþjónustu og þjónusta við eldri borgara er betri en á mörgum þéttbýlli stöðum.
Allskonar æfingar í boði, bætt rækt, heilsudagar og fleira
Margt
Margt
Veit ekki
Aðgangskort að ræktinni var vel gert !
Endurbætt ÍMS, heilsueflandi samfélag og dagskrá í kringum það, hamingjuverkefnið :, "heilsubótargöngur í Mývatnssveit", danskennsla barna, góðar skólaíþróttir, frábær heilbrigðisþjónusta (heimahjúkrun), sundferðir í Laugar, starf eldri borgara, og margt í pipunum.
Hvetur óspart til hreyfingar
Stuðlar að meiri hreyfingu, margt í boði tengt hreyfingu.
Opnunartíma í líkamsrækt, heilsueflandi samfélag
pass
Mjög góð líkamsræktaraðstaða
Góður íþróttasalur, íþróttaskóli fyrir börnin, frítt fyrir börn í sund á Laugum, fríar ferðir einu sinni í mánuði í sund á Laugum
Vera hluti af heilsueflandi samfélagi/skóla/leikskóla, bjóða upp á ferðir í sund, bjóða upp á samverustundir og leikfimi fyrir aldraða, styrkja íþróttafélagið með ýmsu móti t.d. fjármunum og fríum tímum í íþróttahúsi.
Góð líkamsræktaraðstaða
Með góðri aðstöðu til líkamsræktar
Sæmileg íþrótt aðstaða og líkamsrækt
Hvetur fólk til að hreyfa sig
Góð líkamsrækt, íþróttahús og stuðningur við Mývetning, íþróttafélag
Til dæmis með því að setja hamingju í forgrunn, bjóða uppá lykilkort í rækt, koma göngu- og hjóltreidastíg af stað, stækka leikskólann, koma lífi í Skjálbrekku og fleira
Aðgangur að ræktinni er orðinn til fyrirmyndar eins er aðstaðan þar mjög góð orðin!
Hefur góða líkamsræktaraðstöðu
Með Heilsueflandi samfélagi, ókeypis skólamáltíðum, ókeypis frístund, ókeypis akstri fyrir eldri borgara, flottri líkamsrækt o.fl.
Heilmikið
Ýmislegt og þar á meðal þessi könnun.
Ekki margt, alla vega ekki að koma á fót sundlaug aftur
Íþróttahús
Td. lengri opnunartími í ræktina og starfssemin í íþróttahúsinu

Fleiri og mismunandi hreyfingar timar og timakortið í íþróttahúsinu
Fjölbreytt íþrótt og félagslíf
Lengdur opnunartími ÍMS. Námskeið líkt og Zumba og Cross-training. Vikulegar göngur.
Félagsstarf eldri borgara td.
Er hann að gera eitthvað?
Veit ekki
pretty well :)
Langur opnunartími í íþróttahúsinu.
Ekki hugmynd
Aukið aðgengi að íþróttamiðstöð t.d.
Gott aðgengi að íþróttahúsi og vel búinn tækjasalur
Stuðlar vel að líkamsrækt en finnst vanta mikið af félagslegum störfum, fyrir andlega heilsu fólks sem hefur ekki gaman að líkamsrækt
Gott íþróttahús, ferðir í sund, hvetur til hreyfingar.
Opnunartími Íþróttahúss fyrir korthafa er frábær
Reka frábæra líkamsrækt og með þátttöku í hreyfiverkefnum.
ekkert
Að hafa ræktarkort fyrir þá sem komast ekki á opnu tímum
Aukin opnun líkamsræktarinnar
.
Ekki mikið. Þeim er alveg sama um andlega líðan þau hugsa frekar um að græða peninga
Hvetja fólk
Líkamsræktar stöð sem er opin seint á kvöldin
Aðgangsstýring í íþróttahúsi, aukið pláss og gæði í þreksal
😊
Don't know
Frekar auðvelt aðgengi að gönguleiðum í náttúrunni og skipulagðar gönguferðir.
Ýmislegt tengt heilsu íbúa
Flott líkamsræktarstöð
Góð aðstaða til líkamsræktar, búið að bæta gangstéttir í þorpinu og verið að fara í að leggja göngustíg úr þorpinu í Dimmuborgir. Skipulagðar rútuferðir 1x mán í sund á Laugum, góð regluleg hvatning til fólks um hreyfingu og mataræði með t.d heilsueflandi dögum, lífshlaupinu og hreyfivíkunni.
Veit ekki
Búinn að efla aðstöðu í líkamsrækt
Bjóða krökkunum frítt í sund: Stuðla að hreyfingu fullorðinna; Bjóða upp á fríar skolamáltíðir; bjóða upp á frístund.

Eldriborgarastarfið, bættur aðgangstími í íþróttahúsið með aðgangskorti
Betri aðstaða í líkamsræktarsal - aukin þjónusta við hreyfingu aldraðra, gott fordæmi með heilsubótargöngum o.þ.h.
Góður lyftingasalur. Fritt í sund fyrir skólakrakka.
Félagsstarf eldri borgara
Mjög margt
Það er góð líkamsrækt og góð menntamál
Góð nettenging, upplýsingagjöf, opin stjórnsýsla
Er ekki að nýta mér það
ÍMS
ýmis hreyfing, fyrirlestrar, gott aðgengi að góðri aðstöðu til hreyfingar, bæta kjör barnafólks, tala við íbúa, hlusta á íbúa, hreyfing fyrir börn, ofl .
Heilsueflandi samfélag

Hvað gæti Skútustaðahreppur gert betur/öðruvísi til að efla heilsu og vellíðan íbúa? What could the municipality of Skútustaðahreppur do better or different in regards to good health and wellbeing of the people?
Fleiri æfingatíma, sundlaug, mokstur gönguleiða, útistöðvar-æfingatæki,
Endurbýggja sundlaugin, ásamt heitum og höldum pottum, maður forðast alltof oft orðið Jarðböðin vegna mannmergðar.
pass
Óviss
pass
byggja sundlaug
byggja sundlaug
Ég hef verið svo heppin að þurfa ekki mikið á þjónustu hreppsins að halda svo ég hef ábyggilega gleymt eru sem Skútustaðahreppur gerir fyrir íbúa sína svo ég ætla ekki að segja hvað ætti að gera betur.
Að halda umræðunni á lofti er mjög af hinu góða.
byggja sundlaug
Open the gym 24/7
Er ekki viss
Asdf
veit ekki
Endurreisa sundlaugina
pass
veit ekki

að sjá til þess að það sé ísvél rekin í sveitinni yfir sumartímamann
hlusta betur á íbúana, byggja sundlaug & hafa samgirni og tillitssemi í fyrirrúmi
Er hann ekki að gera vel?!
Til að bæta andlega liðan barna ætti að reka skólastjóra Reykjahlíðarskóla
Byggja sundlaug. Gera göngubraut í kringum vatnið svo aðrir geti líka hreyft sig meira en bara í þorpsbúar
veit ekki
byggja sundlaug
spora skiðagöngubraut nærri þorpinu/annarsstaðar, nýta skógin austan við þorpið fyrir grunnskólann til vistkennslu, útivera og náttúruvitund, sundlaug
byggja sundlaug
Skila okkur til baka sundlauginni sem tekin var af íbúum
swimming pool, ask people questions - have more conversations, have playground for kids, have benches outside so people can sit and enjoy being outside. have free classes in sportscenter.
Götugrill eða sveitahátíð sem tengist ekki íþróttaviðburði, sbr. Mærudaga á Húsavík. Bættar göngustígaleiðir frá þorpinu, sérstaklega að Jarðböðum og Vogum.
Opna sundlaug
Endurbyggt sundlaugina
?
Bjóða upp á fleiri íþróttir fyrir börn. Endurbyggja sundlaugina. Bjóða uppá íþróttatíma (reyndar eru einstaklingar búnir koma með nokkra góða tíma, vel gert)
ég set sundlaugina í fyrsta sæti, sem vöntun í þéttbýlið.
gott getur alltaf batnað
ný sundlaug
Opna sundlaug aftur.
t.d. Stefna að því að byggja sundlaug og potta og lítið sambyli eða dvalarheimili fyrir aldraða.
Útibúið betri útivistarsvæði og sett upp sundlaug
Veit ekki
Sundlaug og matarþjónustu eldri Mývetninga
Parna hef ég engin svör..... sennilega má alltaf gera betur í því sem vel gert er.
Smíða nýja sundlaug
Það vantar sundlaug
einstaklingurinn er sáttur við sveitarfélagið
sundlaug
Matarþjónusta fyrir eldri borgara, Hjólastígar í kringum vatnið, sundlaug,
Betrumbætt líkamsræktarstöðina
Bætt aðgengi gangandi og hjólandi vegfarenda um sveitarfélagið

Byggt sundlaug
sundlaug
Betri aðstaða til fjölskildu samveru úti, göngustígar, leiksvæði / nestissvæði
Boðið upp á heilsu og hreyfingarnámskeið
getur ekki svarað
Aukið aðgengi að ýmsu sem stuðlar að andlegu heilbrigði, t.d. aukið áherslu á lífsleikni í kennslu í grunnskóla
Ekki viss
Margt
Vikulegar skipulagðar göngur
Skaffa meiri atvinnu
Mér finnst hreppurinn vera að gera vel nú þegar. Mögulega væri hægt að hafa fleiri námskeið tengd heilsu sem myndi kosta lítið. Hafa einhverja “keppni” í hreyfingu í hreppnum..
Öflugra og fjölbreyttara íþróttastarf fyrir börn, efla leik- og grunnskóla enn frekar.
Komið upp sundlaug
Betra íþróttastarf fyrir börn, betra bókasafn, betra fæði í mótuneyti í skóla, vinna markvissara að jákvæðari samskiptum í skólunum
Mætti vera meira skipulagt starf fyrir börnin tengt heilsu og velliðan.
Opna sundlaug! Göngu- og hjólastíg
pass
Byggt sundlaug
Komið sundlauginni í nothæft stand
Sundlaug
Aðstoðað íþróttafélagið enn meira, t.d. með því að hjálpa þeim við að koma upp strandblakvelli, sett upp meiri aðstöðu í Höfða fyrir samverustundir fjölskyldu t.d. eldstæði til að grilla og æfingastöðvar á Hallarflöt.
Koma með sundlaugina aftur
Sundlaug takk
Vantar sundlaug
Byggja sundlaug
Ekkert. Bara flott eins og þetta er
Í raun ekkert sem mér dettur í hug
Ég sé fyrir mér að það mætti bjóða upp á tíma í hreyfingu svipaða cross training íbúum að kostnaðarlausu. Einnig myndi ég vilja sjá, að minnsta kosti til reynslu, að ráða þjálfara sem gæti verið í ræktinni og leiðbeint fólki.
Skammarlegt að skuli ekki vera sundlaug hér. Redda því strax takk.
Stuðla að eflingu hreyfingar enn frekar, nýrri sundlaug (samt ekki forgangsatriði, er dýr framkvæmd) en um fram allt hlúa að börnunum okkar og eldri borgurum, stuðla að andlegri velliðan

Opna sundlaug strax hér, ég kemst ekki niðri Lauga í sund.
Opnað sundlaug. Og passað uppá að fyrsta spurning í svona könnun byrji ekki á innsláttarvillu. Það vantar heilt orð.
Stuðla að fólk í sveitinni fái en sæki ekki hana í önnur sveitar félög
Sundlaug
T.d. opnað sundlaugina, skiðastarf, Tengt saman starfssemi barna og eldri borgara og fl.
Veit ekki
Opnað sundlaug
Hafa alltaf einhver námskeið í boði, bæði fyrir börn og fullorðna. Bæta við betra spinninghjóli í ræktina.
t.d. byggt sundlaug
Veit ekki
.
Laga sundlaugina
Frítt í sund og íþróttahús
Fleiri viðburðir sem hvetur fólk til að hittast og njóta samveru
Opnað sundlaug
Félagsstörf! Eitthvað sem fær fólk til að koma saman en tengist ekki líkamsrækt. Tónlistartímar, leiklist, tómstundaiðja í list eða annað
Byggt sundlaug
Mér fannst sólsetrið eða hvað það nú hét að mörgu leiti frábær. Auðvelda fólki með andleg vandamál að fá þjónustu og finna stuðning.
Bæta enn frekar aðstöðu við ÍMS, hafa fræðsludagskrár og hvetja fólk til samveru.
endurreisa sundlaug á staðnum
Fá sundlaug
More social gatherings - parties, balls, concerts; and swimming pool in town
Sundlaug, betri göngustíga við vegi, auka opnun í íþróttahúsinu.
Laga sundlaugina!
Gera sundlaug. Efla vinnu innan sveitar ekki sækja hana út fyrir
Sundlaug
Vera með göngu leið í kringum vatnið
😊
Create more events/activities/classes
Veit ekki
Bæta göngustíga við vatnið
Bæta enn betur aðstöðuna til hreyfingar, t.d með nýrri sundlaug. Huga betur að geðheilsu íbúa með t.d fræðsluerindum og námskeiðum samanborið við námskeið í nútíund

Betri götulýsingu
Veit ekki
Veit ekki
Opnað sundlaugina einn daginn 😊
laga sundlaugina- ráða þjálfar í íþróttahúsið
Reyna stuðla að meiri félagslegum atburðum, byggja nýja sundlaug
Haft sundlaug. Haft vel hreinsaðar og upplýstar gangstéttar, hvernig sem viðrar. Beitt sér fyrir gerð göngu- og hjólastíga umhverfis vatnið.
BYGGJA SUNDLAUG, göngustíga, leikvöll, útiæfingurvöll, skautasvell
Byggja sund aðstöðu, heita, kalda potta. Göngustíga.
Veit ekki
Opna sundlaug og gufuböð ekki á 5000 krónur á haus
Sundlaug
Bætt aðstaða til útivistar s.s. göngu og hjólreiðastígar.
Það er alltaf hægt að gera betur en mér dettur ekkert í hug núna.
Haft meira úrval að hreyfingu, fleiri samverustundir íbúa

4 HEIMILDIR

Hagstofa Íslands. Mannfjöldatölur. Sótt af

<https://hagstofa.is/talnaefni/ibuar/mannfjoldi/sveitarfelog-og-byggdakjarnar/>

Landlæknisembættið. Talnabrunnur. Sótt af

[https://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item34554/Talnabrunnur Mars 2018 .pdf](https://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item34554/Talnabrunnur%20Mars%202018.pdf)