



Klar, ferdig, gå for frisklivsmarsjen 2015

20. mai møtes politikere, organisasjoner, frivillige og mange tilknyttet en frisklivssentral til frisklivsmarsj på Bygdøy. – Frisklivssentralene driver viktig forebyggende helsearbeid for mennesker som står i fare for å utvikle en negativ helse, men som vil endre på det, sier helsebyråd Øystein Eriksen Søreide (H).

Dette er andre gang frisklivsmarsjen blir gjennomført. Årets marsj arrangeres på Huk og starter kl. 11. Det er felles oppvarming, og deretter kan man gå ulike løyper i Kongsskogen. En rekke frivillige organisasjoner stiller med ulike aktiviteter i etterkant av marsjen. Alle frisklivssentralene i Oslo kommune samarbeider om arrangementet.

Frisklivssentralene er en del av kommunehelsetjenesten, men er ikke lovpålagt. – Frisklivssentralene gir et tilbud til personer som har behov for hjelp til å endre levevaner knyttet til fysisk aktivitet, kosthold og tobakk, opplyser helsebyråden.

WHO har utpekt disse faktorene til å være blant de viktigste årsakene til sykdommer som kreft, diabetes og hjertekar. Sykdommene er årsak til over halvparten av for tidlige dødsfall i Norge.

– Til frisklivssentralen kan man komme selv, eller bli henvist av fastlege eller andre, forteller byråd Søreide.

I Oslo er det ti bydeler som allerede har, eller jobber med å utvikle frisklivstilbud til sine innbyggere. – Målet bør være at alle de 15 bydelene skal ha frisklivssentraler, avslutter byråd Eriksen Søreide.

Kontaktpersoner:

Øystein Eriksen Søreide, byråd for helse og sosial	tlf.: 951 80 523
Thea K. Schjerven, byrådssekretær	tlf.: 971 45 359