

PARTNERSKAP FOR FOLKEHELSE

HANDLINGSPLAN FOR 2016, EIGERSUND KOMMUNE, MED BUDSJETT

Generelt:

I etterkant av orientering om fylkesutvalgets vedtak sak 20/16 Regionalt folkehelsearbeid – budsjett og tiltak for 2016, 1. mars 2016, sendes på vegne av folkehelseforum i Eigersund kommune, handlingsplan for 2016, samt anmodning om utbetaling av tilskudd for 2016.

Handlingsplan for folkehelse 2016 er utarbeidet av kommunalt tverrfaglig folkehelseforum, ledet av ordfører. Planens innhold er tiltak som forumet mener imøtekommer noe av utfordringsbildet kommunen står overfor når det gjelder folkehelse. Folkehelseforum evaluerer fortløpende pågående tiltak. Noen tiltak videreføres i ny handlingsplan, mens andre avsluttes av ulike årsaker. Slik sett inneholder årets handlingsplan noe nytt og noe videreført fra tidligere år. I tillegg til kontinuerlig evalueringsarbeid legges også følgende til grunn for utarbeiding av årets handlingsplan:

- Regionalplan for folkehelse 2013 – 2017.
- Gjeldende Folkehelseplan for Eigersund kommune (2014 – 2017) skisserer overordnede mål og satsingsområder for perioden.
- Statistikk (fra for eksempel årlig folkehelsebarometer og Ung data undersøkelse) samt lokale tall og kunnskap om folkehelse.

2015 er tilbakelagt og vi har kommet godt i gang med tiltak beskrevet i handlingsplan for 2016. Vedlagt følger handlingsplanen for 2016.

HANDLINGSPLAN FOR TILTAK 2016, PARTNERSKAP FOR FOLKEHELSE

Eigersund kommune



	MÅL	TILTAK	BUDSJETT	TIDSPLAN	ANSVAR
1.	Økt kompetanse innen folkehelse, forebygging og helsefremming.	Deltakelse på kurs og konferanser. Arrangere kurs, konferanser, ut fra behov i kommunen	Kr 30 000,-	Kontinuerlig	Folkehelsekoordinator, Folkehelseforum, kommunalsjefer
2.	Oversikt over folkehelsen, som grunnlag for kommunalt planarbeid og tiltak.	Rutine for løpende oversikt. Skriftlig oversiktsdokument, hvert 4. år.	UA	Kontinuerlig Rutine ferdig våren 2016. Oversiktsdokument, høsten 2016	Samordningsgruppen Evt. innleid hjelp til oversiktsdokumentet
3.	Sunnere kosthold i befolkningen, for å forebygge livsstilssykdommer.	«Bra mat kurs»	Kr 15 000,-	Til voksne i regi av Frisklivssentral; kontinuerlig. Til foreldre med overvektige barn – vår 2016.	Folkehelsekoordinator/ Frisklivssentralsentral/ Helsestasjon/tannhelse-tjenesten.
4.	Hjelp til røykeslutt.	«Røykesluttkurs»	Kr 10 000,-	Ett kurs vår og evt.ett kurs høst	Folkehelsekoordinator/ Frisklivssentralsentral i samarbeid med DMS
5.	Styrke psykisk helse, forebygge depresjon.	«KID» «KIB»	Kr 10 000,-	Et kurs vår og et kurs høst	Folkehelsekoordinator/ Frisklivssentralsentral/ Mestringsenheten

6.	Øke forståelsen for andre kulturer. Økt kunnskap om viktigheten av fysisk aktivitet.	«Fysisk aktivitet i et folkehelseperspektiv»	Kr 25 000,-	To aktivitetsdager vår og to aktivitetsdager høst	Voksenopplæringen, Rektor ved Helleland skole og Dalane Friluftsråd
7.	Øke trivsel for alle .Treffpunkt ute i naturen med aktiviteter og mat	«Friluftskveld på Låvaberget»	Kr 10 000,- Annonsering, brosjyrer, o.a.	Samling hver 14. dag fra kl 17.30-19.30	Dalane Friluftsråd har hovedansvaret. Samarbeider med kommunen via Folkehelsekoordinator og oppvekst- og kulturavdelingen.
8.	Fallforebygging eldre og uføre	Gratis strøsand	Kr 5000,-	Høst 2016	Folkehelsekoordinator, Frivilligsentralen, Uninor, helsesøster
9.	Øke bevisstheten rundt ulike tema for nye pensjonister. Tilbud om aktivitet.	Seniorkurs	Kr 8000,- (samt midler fra helsedir.)	Ukentlig samling med trening. Kurs/tema gjennom året.	Frivilligsentralen i samarbeid med Folkehelsekoordinator og kommunal fysio- og ergoterapiavdeling
10.	Forebygge rus og kriminalitet . Utsette unges debut mht. alkohol	Videreføre «Sterk og klar» Rus- og kriminalitetsforebyggende program i Ungdomsskolen	Dekkes av andre kommunale midler	Vår 2016 Høst 2016	Kommunalsjef kultur og oppvekst, (SLT), uteteamet
11.	Tilbud om sosial møteplass og aktivitet for innvandrerkvinner	«Møteplass for kvinner; sykkelopplæring mm»	Kr 5000,-	Vår/sommer 2016	Prosjektleder for Sykkelbyen Egersund/Voksenopplæringen/Frivilligsentralen og Dalane Friluftsråd
12.	Styrke psykisk helse, fremme	Aktivitetsgruppe for ungdom.	Kr	Vår 2016 og	Mestringsenheten

	trivsel, for ungdom med psykiske utfordringer		10 000,-	høst 2016	
13.	Økt kunnskap om viktigheten av vann for kropp og tenner	«Vannkoppen»	Kr 12 000,-	Utdeling til alle spedbarn ved 6. måneders konsultasjon	Ledende helsesøster i samarbeid med tannklinikken
14.	Forebygge overvekt og inaktivitet, blant barn og ungdom	«Ung, aktiv og sterk». Tilbud om fysisk aktivitet og kostholdskurs (8.klasse)	Kr 20 000,-	Gjennom hele året	Folkehelsekoordinator i samarbeid med helsesøster, PULS og fysioterapeut
15.	Gi mulighet til kontakt med hest, for personer med nedsatt funksjon, fysisk eller psykisk	”Hest for folk flest”	Kr 5000,-	Vår 2016 og høst 2016	Dalane Rideklubb, Norges Rytterforbund, Dalane Friluftsråd, folkehelsekoodinator
16.	Stimulere til småturer i nærmiljøet	Små kart/ turkort	Kr. 10 000,-	2016	Dalane Friluftsråd, rådgiver natur- og friluftsliv, kulturkonsulent, sykkelbykoordinator, samt andre aktuelle
17.	Styrke barn og unges psykiske helse	Kartlegge behov, kompetanseheving, finne forebyggende program	Kr. 20 000,-	I løpet av 2016	Folkehelsekoordinator, oppvekstkoodinator, samt andre aktuelle.
18.	Forebygge mobbing	Kompetanseheving. Forebyggende opplegg/program	Kr. 9000,-	I løpet av 2016	Oppvekstkoordinator sammen med andre aktuelle.
		Totalt	Kr 204 000,-	Består av kr 102 000,- fra partnerskapet med Rogaland Fylkeskommune og kr 102 000,- er egenandelen til Eigersund kommune.	

Kort beskrivelse til hvert av punktene i handlingsplan for folkehelse 2016:

1. Mål: Økt kompetanse innen folkehelse, forebygging og helsefremming.

Tiltak: Det satses på å heve kompetansen til flere ansatte innenfor folkehelse, på tvers av sektorer i kommunen. Dette kan være deltakelse på kurs og konferanser. Folkehelseforum kan også arrangere konferanser, kurs eller foredrag, for eksempel ble det arrangert en felles folkehelsekonferanse i Dalane kommunene januar 2016, der Arne Holte var foredragsholder og temaet var Barn og unges psykiske helse. Det kan også arrangeres konferanse/foredrag for befolkningen, for eksempel har vi bidratt med midler til å arrangere foredraget «Skjønnhetstyranniet», hvor Sanitesforeningen er hovedansvarlig.

2. Mål: God oversikt over folkehelsen, som grunnlag for kommunalt planarbeid og tiltak.

Tiltak: I 2015 var det tilsyn med kommunens løpende oversikt over helsetilstand og påvirkningsfaktorer. Det er nå utarbeidet en rutine/prosedyre for dette arbeidet. En egen samordningsgruppe følger opp denne oppgaven. Det skal også utarbeides et skriftlig oversiktsdokument, innen høsten 2016. Her vurderes det evt. å leie inn hjelp til å fullføre oversiktsdokumentet.

3. Mål: Sunnere kosthold i befolkningen, for å forebygge livsstilssykdommer.

Tiltak: Tilbud om Bra Mat kurs i regi av frisklivssentralen. Dette tilbudet går åpent ut til alle voksne, ikke bare deltakere i frisklivsresepten. Tilbud til foreldre og barn/ungdom om Bra Mat kurs organiseres foreløpig som et prosjekt, der helsestasjonen, folkehelsekoordinator o.a. samarbeider om et tilbud til barn og unge, som etter veiing og måling i 3. og 8. klasse, trenger et tilbud om oppfølging. Dette gjelder de som har overvekt, fedme eller er inaktive.

4. Mål: Hjelp til røykeslutt.

Tiltak: I 2015 ble det gjennomført 2 røykesluttkurs. Det samme gjelder for 2016. Tilbudet går ut til alle voksne innbyggere i Dalane kommunene, og avholdes i samarbeid med Dalane DMS (lokaler og påmelding).

5. Mål: Styrke psykisk helse, forebygge depresjon.

Tiltak: Høsten 2015 ble det avholdt et KID kurs, i samarbeid med mestringsenheten, som hadde instruktører til kurset. Det planlegges å avholde et kurs også i 2016. Det er blitt utdannet instruktører i KIB- kurs, og det er mulig at det blir enten et KID kurs, eller et KIB kurs. Tilbudet er i samarbeid med frisklivssentralen.

6. Mål: Øke forståelsen for andre kulturer. Økt kunnskap om viktigheten av fysisk aktivitet.

Tiltak: Voksenopplæringen sammen med Dalane Friluftsråd og Helleland skole arrangerer aktivitetsdager (2 vår og 2 høst), for sine elever. Dette bidrar til å bli kjent i nærmiljøet, og til fysisk aktivitet og integrering.

7. Mål: Øke trivsel for alle. Treffpunkt ute i naturen med aktiviteter og mat.

Tiltak: «Friluftskveld på Låvaberget» er et friluftsansettment hvor det legges spesiell vekt på at alle skal kunne delta. Eksempler på aktiviteter er turer i skogen, kanoaktivitet, fiske med garn, klatring med mer. Hver tur avsluttes alltid med sosialt samvær og mat rundt bålet.

Arrangementet er hver 14. dag. Dalane Friluftsråd koordinerer og har hovedansvar for gjennomføringen av arrangementet, i samarbeid med Eigersund kommune, Eigersund skog- og treplantingsselskap samt ulike lag og foreninger.

8. Mål: Forebygge fallskader blant eldre og uføre.

Tiltak: Det deles ut gratis strøsand til eldre og uføre, som er spesielt utsatt for fall på glatt føre. Dette er et samarbeidsprosjekt mellom Uninor (bedrift som pakker sekkene), frivilligsentralen, folkehelsekoordinator og helsestasjonen (deler ut sekker til de som får influensavaksine). Sandsekker deles også ut av frivilligsentral og hjemmetjenesten.

9. Mål: Økt bevisstheten rundt ulike tema for nye pensjonister, samt tilbud om fysisk aktivitet.

Tiltak: «Seniorkurset» starter opp hver høst med ukentlige samlinger, der det i 2016, planlegges et noe annet opplegg enn det vi har hatt. I stedet for et tema hver uke, før de skal trene, vil det heller bli satset på å ha færre samlinger, med lenger varighet, dvs. mer som et seminar. Planlegger for eksempel data opplæring o.a. Treningen fortsetter som før, dvs. en gang pr. uke.

10. Mål: Forebygge rus og kriminalitet. Utsette unges debut mht. alkohol.

Tiltak: «Sterk og klar»; dette tiltaket har til nå fått midler fra partnerskapsmidlene, men fra 2016, dekkes dette av andre kommunale midler. Dette er et rus og kriminalitetsforebyggende program i ungdomsskolen. Dette opplegget legger bl.a. vekt på at foreldrene trekkes inn.

11. Mål: Tilbud om sosial møteplass og aktivitet for innvandrerkvinner.

Tiltak: Møteplass for kvinner, sykkelopplæring m.m. planlegges våren 2016. Sykkelkoordinator planlegger sammen med Voksenopplæringen, Frivilligsentralen, Dalane Friluftsråd og Sanitetsforeningen et opplegg for dette.

12. Mål: Styrke psykisk helse, fremme trivsel, for ungdom med psykiske utfordringer.

Tiltak: Mestringsenheten har startet opp turgrupper for personer med psykiske utfordringer. Bidrag til dem for å kunne kjøpe inn blant annet frukt og grønt og sunn mat, som de kan ha med seg på turene. Turene er gjennomført tidligere år, med positive tilbakemeldinger. Samlingene oppleves nyttige for både brukere og ansvarlig personal.

13. Mål: Økt kunnskap om viktigheten av vann for kropp og tenner.

Tiltak: «Vannkoppen» er en drikkekopp, som er ønskelig å dele ut gratis til alle barn, ved 6. måneders konsultasjonen på helsestasjonen. Koppen er produktnøytral. En ønsker å gi

foreldrene en påminnelse om at vann som tørstedrikk er godt for kropp og tenner. Et samarbeid mellom tannklinikken og helsestasjonen.

14. Mål: Forebygge overvekt og inaktivitet blant barn og ungdom.

Tiltak: Prosjektet «Ung, aktiv og sterk» er et samarbeid mellom helsestasjonen, folkehelsekoordinator og treningssenteret PULS. Etter veiing og måling i 8. klasse, gis det et tilbud til de som har behov for det(overvekt, fedme, inaktivitet) om oppfølging mht. fysisk aktivitet og kosthold. Ungdommene får tilbud om trening og veiledning på treningssenteret PULS. Foreldre og ungdom får tilbud om å delta på kurset «Bra mat- for bedre helse». Kostholds kurset blir også tilbudt til foreldre som har barn i 3. klasse, og som har en utfordring mht. overvekt, fedme, inaktivitet. Det planlegges for opplegg mht. fysisk aktivitet for 3. klasse også, da det er et stort poeng å komme tidligere inn enn 8. klasse. Da dette er mer utfordrende å få til, må man se på om det er muligheter på skolene/SFO. Planlegging pågår.

15. Mål: Gi mulighet til kontakt med hest, for personer med nedsatt funksjon, fysisk eller psykisk.

Tiltak: Bidrag til videreføring av dette tilbudet. Tilbakemeldinger viser at dette er et viktig tiltak, der personer med nedsatt funksjon, fysisk eller psykisk, kan få mulighet til kontakt med hest og miljøet i en rideklubb. Tilbudet er et samarbeid mellom Dalane Rideklubb, Norges Rytterforbund, Dalane Friluftsråd og folkehelsekoordinator.

16. Mål: Stimulere til småturer i nærmiljøet.

Tiltak: Små kart/ turkort, som viser kortere og lengre turruter i nærmiljøet, gjerne med utgangspunkt fra frivilligsentral/turistkontor i Sentrum. Turene skal passe for alle. Og turkortene skal vise hva man kan se/gjøre på turen, for eksempel utsiktspunkt, museer, aktivitetspark osv. Skal også vise om det er mulig å komme fram med rullestol.

17. Mål: Styrke barn og unges psykiske helse.

Tiltak: Kartlegge behov, kompetanseheving, finne forebyggende program. Oppfølging etter folkehelsekonferansen med Arne Holte. Oppvekstkoordinator og folkehelsekoordinator planlegger en strategi for forebyggende opplegg rettet inn mot barn og unges psykiske helse og trivsel, og trekker inn aktuelle personer i det videre arbeidet.

18. Mål: Forebygge mobbing

Tiltak: Kompetanseheving, forebyggende opplegg/program. Oppvekstkoordinator holder på med opplegg med tanke på å forebygge mobbing.

Evaluering av tiltak:

Tverrfaglig sammensatt folkehelseforum har møter ca. hver 6 uke. I disse møtene blir folkehelsearbeidet og alle tiltak jevnlig evaluert, og eventuelt justert.

Mvh. Tone Lise Endresen Aase, folkehelsekoordinator - Eigersund Kommune, 5/4-16.