



Handlingsplan for førebyggjande folkehelse i Leikanger kommune 2018 – 2020

Folkehelsearbeid handler om å skape gode oppvekstvilkår for barn og unge, forebygge sykdom og skader, og utvikle et samfunn som legger til rette for sunne levevaner, beskytter mot helsetrusler og fremmer fellesskap, trygghet, inkludering og deltakelse (§ 3). Arbeidet retter seg mot befolkningen eller deler av befolkningen og ikke mot enkeltindivider med identifisert risiko.

Helsedirektoratet om formålet med Folkehelselova.

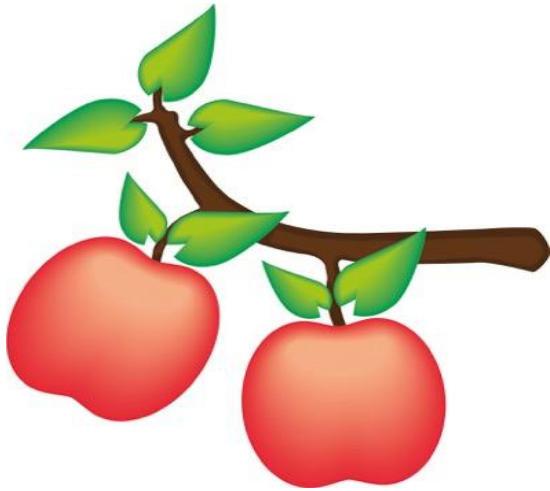
Denne planen bygger på identifiserte utfordringar frå:

- **Kommunehelseprofilar frå 2015, 2016 og 2017**
- **Statistikkoversikt 2016 og 2017**
- **Erfaringsbasert kunnskap frå tenesteeiningane i 2015, 2016 og 2017**
- **Elevundersøkingane frå Skoleporten og nasjonale prøver**
- **UngData - undersøkinga for 8. – 10. klasse 2017**
- **Trender i ungdomsmiljøet, jfr. referat TET-møte 28.11.2017**

Grunngjeving for val av innsatsområde:

Folkehelsa i Leikanger er generelt god, og ser ein på statistikk åleine får ein gjerne eit eintydig positivt bilete. Det er heller sjeldan å sjå kritiske raude felt på kommunehelseprofilane, men kommunen har likevel område der det ut frå erfaringsbasert kunnskap trengst ein ekstra innsats. Dei områda som er valde er dei områda som tenestene sjølve og/eller fleire tenesteområde har peika på – gjerne understøtta av statistikk og ulike undersøkingar.

Tiltaka er generelle og femner om alle aldersgrupper – ut frå tankegangen at «det som er godt for alle er også godt for den enkelte»

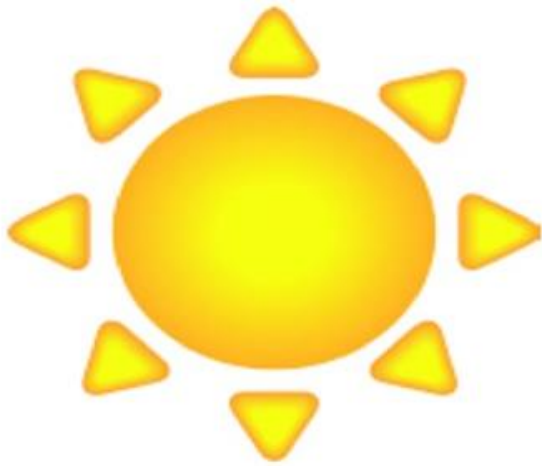


Leikanger – kommunen der det gror og alle trivst

Me skal ha eit målretta folkehelsearbeid som legg opp til trivsel og aktivitet, som igjen resulterer i rekruttering av nye innbyggjarar til kommunen.

Alt utviklingsarbeid skal leggja vekt på å skape livskvalitet og trivsel i eit berekraftig lokalsamfunn.

(frå samfunnsdelen til kommuneplanen)



Psykisk helse og miljø

Utfordringar:

*Kommunehelseprofilane 2015 - 2017 lyser grønt på psykisk helse meldt frå primærhelsetenesta, men syner auke i bruk av antidepressiva og antipsykotika frå 2010 - 2016
Psykiatritenesta merka alt frå 2015 at folk sjølve tok kontakt med tenesta og at fleire vart tilviste tilbake frå IPS*

Flyktingtenesta ser at flyktingane som gruppe opplever å ha dårlegare psykisk helse, meir søvnavanskar, einsemd og kjensle av utaforskaping enn befolkninga elles

Skulane melder om auke i psykiske belastningar og diagnosar blant barn og ungdom.

Heimetenesta opplever einsame eldre, gjerne utan pårørande, og fleire yngre demente

UngData - undersøkinga syner lågare skuletrivsel og meir einsemd enn fylket elles.

Elevundersøkinga viste høge mobbetal i 7. klasse i 2015 og 2016, men nær halvert i 2017

Helsesjef ser mykje av det same, men også isolerte nytilflytta utan nettverk

Barnehagane ser travle og stressa foreldre og behov for foreldrerettleiing

Målsetjingar frå samfunnsdelen i kommuneplanen:

Innbyggjarane skal oppleve meistring og livskvalitet, størst mogeleg grad vera aktive, ta ansvar sjølve og få hjelp til å meistra vanskelege livssituasjonar.

Kommunen vil samarbeide tett med frivillig sektor for å skape sunne og sosiale møteplassar for alle.

Tiltak og strategiar:

- Gjennomføre og vidareutvikle lokal «plan for arbeidet for god psykisk helse for barn og unge i Leikanger»
- Starte opp foreldrerettleiingsprogram gjennom helsestasjon og barnehage
- Starte foreldrerettleiing gjennom ICDP- programmet til minoritetsspråklege foreldre
- Tilsetje MOT-retteiarar og starte opp MOT- program for 6. – 10. klasse frå hausten 2018
- «Inkluderande skule og barnehagemiljø» - 2-årig prosjekt frå januar 2018
- Barneskulen deltek i Læringsmiljøprosjektet frå hausten 2018
- Støtte opp om Danseverkstaden som eit viktig lågterskeltilbod til ungdom
- Styrke psykiatritenesta og helsestasjonen med stillingsressursar
- Bygge ut dagsentertilbod for eldre og bufellesskap for demente
- Samle aktivitetar og bygge ut Frivilligsentralen til å bli eit sosialt kraftsenter
- Arbeide for å få til ei ordning med besøksvenner og aktivitetsvenner til heimebuande eldre i samarbeid med Frivilligsentralen.
- Ha tilbod om KID- kurs og pårørandekurs for demente i samarbeid med nabokommunane.

- *Støtte opp om frivillige lag og organisasjonar og det verdifulle arbeidet dei gjer i lokalsamfunnet både på ulike område*
- *Framheve kunst, kultur, musikk og song og andre skapande kulturaktivitetar sin verdi i det førebyggjande folkehelsearbeidet.*



Fysisk aktivitet

Utfordringar:

Kommunehelseprofilane viser at Leikanger har meir overvekt hos 17 åringar enn fylket og landet i 2016, men ligg under fylket i 2017. (målt på sesjon – relativt lite talgrunnlag)
Hjerte og kar sjukdomar behandla i sjukehus er høgare i Leikanger enn i fylket i 2016
Helsesjef ser for mange med overvekt, høgt blodtrykk og diabetes midt i livet, mange med muskel- og skjelettplager, fleire menn enn kvinner
Leikanger er ei bygd med svært mange stillesitjande kontorarbeidsplassar
Ein del ungdomar fell ut frå aktivitetar i 13 – 14 års-alderen.
Leikanger har i fleire år scora høgt på muskel og skjelettlidingar på kommunehelseprofilane.

Målsetjingar frå samfunnsdelen i kommuneplanen:

Me skal ha eit levande og variert kultur- og friluftsliv med basis i frivillige lag og organisasjonar, der eldsjeler blir støtta opp om slik at dei gode initiativa vert ivaretekne og vidareutvikla.

Me skal arbeida ut frå eit folkehelseperspektiv, med fokus på førebygging, og samtidig ha eit godt system for rehabilitering.

Tiltak og strategiar:

- *Fortsetje det gode samarbeidet som barnehagane, skulane og SFO har med Jakt- og fiskelaget*
- *Følgje opp anbefalingane frå Helsedirektoratet om ein time dagleg fysisk aktivitet i skulane og fysisk aktivitet i Bjørnehiet SFO*
- *Vidareutvikle uteområda kring begge skulane med ulike aktivitetsløyper og apparat.*
- *Vidareføre samarbeidet med frivillige om Tursti-prosjektet med rydding og merking av turstiar.*
- *Lågterskeltilbod om treningskort i SAFTEN med 2 gruppetreningar i veka i 6 veker med henvisning frå lege eller fysioterapeut*
- *Vidareføre ordninga med redusert pris på årskort i SAFTEN for kommunalt tilsette eller redusert pris på gruppetrening 1 gong i veka.*

- *Kurs i ergonomi, løfteteknikkar og smarte arbeidsmåtar for tilsette på arbeidsplassar med mykje løfting for å førebyggje muskel og skjelettplager.*
- *Onsdagsturar – trimturar på om lag ein time frå Coop på Hermansverk klokka 11.00*



Å høyre til

*«Vondt er av alle andre
bli trakka på og trengd.
Men vondare å veta
at du er utestengd.
Det er så mangt i livet
du ventar deg og vil.
Men meir enn det å vera,
er det å høyre til.»*

Inkluderande lokalsamfunn

Utfordringar:

Frå statistikk: Tal låginntekts- hushald har auka

Frå statistikk: Leikanger har høgare del eineforsørgjarar enn både fylket og nabokommunane, men viser nedgåande kurve

Frå statistikk: Tal uføretrygda har auka

Frå statistikk: Tal mottakarar av sosialhjelp med stønad i 6 månader eller meir har auka kraftig frå 2014 -2016

Helsesjef ser: Einsidig arbeidsliv knytt til høg utdanning, vanskeleg å vere annleis, mange arenaer knytt til prestasjon, personar med lite nettverk

NAV – økonomisk sosialhjelp og arbeid ser mangel på lågterskel-tilbod innan arbeid og aktivitet

NAV-bustadsosialt arbeid: Viktig med startlån og tilskotsordningar gjennom året og viktig med personalressursar til å ivareta personar som treng hjelp til å bu.

Flyktingtenesta: Stor sosial ulikskap for flyktingane som gruppe samanlikna med lokale innbyggjarar i form av låg inntekt og høg arbeidsløyse, vaksne som ikkje deltek på aktivitetar som kostar pengar, dårlege norskkunnskapar og lite nettverk

Målsetjingar frå samfunnsdelen av kommuneplanen:

Me vil ha fokus på sysselsetting og arbeidstiltak som ein del av det førebyggjande helsearbeidet og rehabilitering

Me vil arbeide for universell velferd som sikrar gode levevilkår for alle innbyggjarane våre, og stimulere til sosiale nettverk, deltaking og støtte i kvardagslivet.

Me vil ha god samhandling mellom barn, unge, føresette, tilsette og frivillige med gode vilkår for trygg oppvekst

Tiltak og strategiar:

- *Utvikle frivilligsentralen i SAFTEN til eit sosialt lågterskel-møtepunkt for ulike grupper innbyggjarar og som arena for nettverksbygging*
- *Språkkafe for flyktningar og innvandrarakar i samarbeid med frivillige lag og organisasjonar*
- *Redusere foreldrebetalingar i SFO for familiar med låg inntekt.*
- *Bidra til at barn og ungdom som er råka av fattigdomsproblem og familiare deira får delta på kulturtilbod og fritidsaktivitetar*
- *Bidra til at barn og ungdom som er råka av fattigdomsproblem og familiare deira kan få tilbod om ferie og/eller aktivitetar i nærmiljøet i skuleferiane*
- *«FriMoro» - aktivitetsdagar på Kleppa i samarbeid med Jakt- og fiskelaget og andre frivillige organisasjonar*
- *Utvikle utstyrssentralen slik at fleire kan delta på friluftaktivitetar utan å måtte investere i eige utstyr.*
- *Arbeide for å få til gode sosiale møteplassar for ungdom på kveldstid*
- *Arbeide for å få til eit tilbod om «Open hall» i ungdomsskulen etter skuletid 1 – 2 dagar i veka*