



# Kunnskapsgrunnlag

## Område Helse



Delprosjekt DP5 Tjenesteutvikling og innovasjon  
Nordre Follo kommune



## Kunnskapsgrunnlag for Nordre Follo

*Nordre Follo kommune har ambisjon om å være landes beste oppvekstcommune og i front på innovasjon innenfor gode helse- og omsorgstjenester. Bruk av teknologi og nye løsninger er sentralt. Innbyggerne i Nordre Follo skal fortsatt finne barnehager, skoler og helse- og omsorgstjenester i sitt nærmiljø. Andre tjenester skal samles for å sikre sterke fagmiljøer, kunnskapsutvikling, stordriftsfordeler, innovasjon og god kvalitet.*

For at vi skal lykkes med å bygge en kommune som er i front, og som har utviklet innovative løsninger på de riktige områdene, så må vi ha kunnskap om hvordan ting er i dag. Det er lett å bli utålmodig og ønske å begynne med nye tekniske og faglige løsninger, men all erfaring tilslirer at det er smartere å først få god oversikt over hva nåsituasjon er, hvilke behov vi skal dekke, og hvilke muligheter vi har til å forbedre oss.

I kunnskapsgrunnlagene ligger det objektiv informasjon og beskrivelse av nåværende situasjon. Hva sier fakta om de tjenestene som leveres i Ski og i Oppegård? Hvilke statlige og lokale føringer må vi forholde oss til, hva sier nøkkeltall og hva er de viktigste tjenestene vi leverer til innbyggerne? Og oppleves det likt i Ski som i Oppegård?

Jeg blir inspirert til å jobbe med å bygge Nordre Follo når jeg møter så mye entusiasme, energi og endringsvilje. Sammen skal vi bygge en av landets beste kommuner som både er i front på oppvekst og innovative løsninger innen helse!

Lykke til med arbeidet videre!

Hilsen Gro Herheim  
Prosjektleder/Administrasjonssjef Nordre Follo



# Innholdsfortegnelse

<b>1 INNLEDNING .....</b>	<b>4</b>
<b>2 SAMMENDRAG .....</b>	<b>5</b>
<b>3 NASJONALE FØRINGER, TRENDER OG UTFORDRINGSBILDE .....</b>	<b>6</b>
3.1    NASJONALT UTFORDRINGSBILDE OG HOVEDTRENDER.....	6
3.2    VESENTLIGE NASJONALE FØRINGER .....	7
<b>4 KOMMUNALE FØRINGER, PLANVERK OG SATSNINGSMÅRÅDER.....</b>	<b>9</b>
4.1    SKI KOMMUNE.....	9
4.2    OPPEGÅRD KOMMUNE .....	11
<b>5 NØKKELTALL OG STATISTIKK.....</b>	<b>13</b>
5.1    BEFOLKNINGSFRAMSKRIVINGER .....	13
5.2    ØKONOMISKE NØKKELTALL .....	13
5.3    KOSTRA-TALL.....	14
5.4    ANSATTE .....	15
5.5    ØVRIGE NØKKELTALL FOR SKI KOMMUNE.....	15
5.6    ØVRIGE NØKKELTALL FOR OPPEGÅRD KOMMUNE.....	16
<b>6 HOVEDTJENESTER .....</b>	<b>17</b>
<b>7 DIGITALE VERKTØY OG SYSTEMER.....</b>	<b>35</b>
7.1    SKI KOMMUNE.....	35
7.2    OPPEGÅRD KOMMUNE .....	38
<b>8 ORGANISERING .....</b>	<b>39</b>
8.1    SKI KOMMUNE.....	39
8.2    OPPEGÅRD KOMMUNE .....	40
<b>9 LOKALISERING.....</b>	<b>42</b>
9.1    SKI KOMMUNE.....	42
9.2    OPPEGÅRD KOMMUNE .....	42
<b>10 SAMARBEIDSPARTNERE OG BRUKERE.....</b>	<b>45</b>



## 1 Innledning

Nordre Follo skal bli en kommune som er i front, og som har utviklet innovative løsninger på de riktige områdene. Vi trenger derfor kunnskap om hvordan ting er i dag. I dette kunnskapsgrunnlaget er det sammenstilt hvilke statlige og lokale føringer vi må forholde oss til, og fakta om de tjenestene som leveres i Ski og i Oppegård. Det er lagt inn objektiv informasjon og beskrivelse av nåværende situasjon, men informasjonen er ikke uttømmende.

Ski og Oppegård er noe ulikt organisert, og det er for tidlig å lande framtidig organisering. Derfor er det valgt en inndeling av kunnskapsgrunnlagene i tråd med KOSTRA.

Når alle kunnskapsgrunnlag er ferdigstilt, starter neste fase av delprosjekten *Tjenesteutvikling og innovasjon* i form av opprettelse av arbeidsgrupper. Disse gruppene vil få kunnskapsgrunnlagene som input til arbeidet med å analysere behov og utrede bedre tjenester til Nordre Follo.

Kunnskapsgrunnlaget er tilgjengelig, slik at også andre delprosjekt skal kunne benytte det.



## 2 Sammendrag

Område Helse tilbyr forebyggende, behandlende og rehabiliterende tjenester til innbyggere i alle aldre. Tilbudet baseres på lovpålagte oppgaver, forebyggende tjenester og aktivitets- og behandlings-tilbud. Tjenestene i dagens kommuner er noe ulikt organisert men brukergruppen og tilbudet er i stor grad samsvarende.

Kunnskapsgrunnlaget tar for seg nasjonale føringer, trender og utfordringsbilder. Videre beskrives en oversikt over aktuelt planverk og satsingsområder. Nøkkeltallene er hentet både fra offisielle kilder som SSB, KOSTRA m.v., og kommunenes egen datafangst. Hovedtjenestene i Ski og Oppegård fremstilles skjematisk og med beskrivelser av utvalgte tilbud. Videre gis et visuelt bilde av hvilke digitale verktøy og systemer Ski og Oppegård benytter samt dagens organisering, geografisk plassering og samarbeidspartnere.



## 3 Nasjonale føringer, trender og utfordringsbilde

### 3.1 Nasjonalt utfordringsbilde og hovedtrender

#### Forebyggende tjenester for barn og unge

Departementet og Helsedirektoratet har de siste årene utgitt flere dokumenter som beskriver den ønskede utviklingen i arbeidsområdene:

- Nytt liv og trygg barseltid for familien
- Nasjonal faglig retningslinje for barselomsorgen
- Nasjonal faglig retningslinje for svangerskapsomsorgsen – hvordan avdekke vold
- Psykisk helsearbeid for barn og unge i kommunene
- Nasjonal faglig retningslinje for det helsefremmende og forebyggende arbeidet i helsestasjon, skolehelsetjeneste og helsestasjon for ungdom
- Fra bekymring til handling. En veileder om tidlig intervension på rusområdet
- Samarbeid mellom barneverntjenester og psykiske helsetjenester til barnets beste
- Helsetjenestetilbudet til asylsøkere, flyktninger og familiegjenforente
- Våge å se, våge å spørre, våge å handle – hjelp ved vold i nære relasjoner
- Individuell plan forskrift
- Barnets rettigheter – rapport til FNs komité
- Barn og unge med habiliteringsbehov. Samarbeid rund barn og unge som trenger samordnet bistand.
- En god barndom varer livet ut
- Ungdomshelse – regjeringens strategi
- Psykiske helseplager blant ungdom – NOVA rapport
- Oppvekstrapporten
- Tvangsekteskap IMDI
- ... og bedre skal det bli! Nasjonal strategi for kvalitetsforbedring i sosial- og helsetjenesten
- Overskudd og trivsel for alle – helsefremmende og forebyggende arbeid for barn og unge med funksjonsnedsettelse
- Veileder for psykososiale tiltak ved kriser, ulykker og katastrofer
- Ungdata, nasjonale resultater
- Utviklingsstrategi for helsestasjons- og skolehelsetjenesten
- Forebygging, utredning og behandling av overvekt og fedme hos barn og unge
- Habilitering av barn og unge
- Barn som pårørende
- Rundskriv Q-16/01 (om implementering av metoden Parent Management Training (PMT) i Norge)

Den ønskede utviklingen i arbeidsområdene er klart beskrevet i Meld. St. 26 av 2014-15. Lovgiveren ønsker at tjenestene legger mer vekt på «brukermedvirkning, forebygging, proaktiv oppfølging og gode forløp». De nasjonale trendene for forebyggende tjenester for barn og unge tilsier kontinuerlig arbeid med å møte brukerne på et tidlig tidspunkt, øke deres delaktighet og ansvar, gi nødvendig oppfølging basert på reelle behov.



## Fysio/ergo og legetjenesten

- Flere oppgaver overføres til kommunehelsetjenesten
- Flere eldre. Færre «hender».
- Bo lengst mulig i eget hjem
- Psykiske plager blant barn og unge er økende
- Tidlig innsats for barn og unge
- Implementering av hverdagsmestringstankegang
- Legge til rette for at alle kan ta i bruk egne ressurser for mestre sine hverdagsutfordringer
- «Hva er viktig for deg?»

## 3.2 Vesentlige nasjonale føringer

### Statlige krav og forventninger for Helsetjenesten

- Nasjonal faglig retningslinje for det helsefremmende og forebyggende arbeidet i helsestasjon, skolehelsetjeneste og helsestasjon for ungdom (2017)
- HPV-vaksine til unge kvinner – Folkehelseinstituttet
- Nasjonale faglige retningslinjer for barselomsorgen
- Avklaring av ansvars- og oppgavedeling mellom kommune og spesialisthelsetjenesten på rehabiliteringsfeltet, Rundskriv IS-1947, Helsedirektoratet 2012
- Fremtidens primærhelsetjeneste – nærhet og helhet (St. meld. 26, 2014-2015)
- Opptrappingsplan for habilitering og rehabilitering (2017-2019)
- Veileder om kommunens oppfølging av pasienter og brukere med store og sammensatte behov (på høring juni 2017)
- Veilederen «Kommunenes helsefremmende og forebyggende arbeid i helsestasjons- og skolehelsetjenesten»
- Forskrift om funksjons- og kvalitetskrav i kommunale fysioterapitjenester
- Forskrift om oppjustering av driftsavtalehjemler for fysioterapeuter (2012)
- Veileder om rehabilitering, habilitering, individuell plan og koordinatorrolen
- Veileder for kommunale frisklivssentraler
- Veileder i rehabilitering av mennesker med progredierende neurologiske skader
- Veileder i hab/rehab for mennesker med lungesykdommer
- Veileder i rehab av slagrammede

Listen er ikke uttømmende.

### Forebyggende tjenester for barn og unge

De viktigste lovene:

- Forvalningsloven
- Barneloven
- Barnevernloven
- Smittevernloven
- Helseregisterloven
- Folkehelseloven
- Helse- og omsorgstjenesteloven
- Pasient- og brukerrettighetsloven



- Helsepersonelloven
- Flere forskrifter og rundskriv som for eksempel de relatert til pasientjournal, intern kontroll, kommunens helsefremmende og forebyggende arbeid i helsestasjons- og skoletjenesten, og helsetjenesten i kommunen.

Andre offentlige dokumenter:

- St. meld. Nr. 47: samhandlingsreformen (2008-2009)
- Meld. St. 26: fremtidens primærhelsetjeneste – nærhet og helhet (2014-2015)

### Fysio/ergo og legetjenesten

- Stortingsmeldinger: Samhandlingsreformen, Morgendagens omsorg, Primærhelsemeldingen, Leve hele livet, Kommunereformen – nye oppgaver til større kommuner
- Opptrapningsplan for rehabilitering og habilitering
- Åpent og rettferdig – prioriteringer i helsetjenesten (NOU)
- Veileder om rehabilitering, habilitering, individuell plan og koordinator
- Lovverk: Kommunehelsetjenesteloven, pasientrettighetsloven, folkehelseloven, plan og bygningsloven, arbeidsmiljøloven, helsepersonell loven.



## 4 Kommunale føringer, planverk og satsningsområder

### 4.1 Ski kommune

#### Lokale planer, forskrifter og reglement

- Kommuneplan
  - Å følge opp nasjonale og regionale føringer for folkehelsearbeidet
  - Opprettholde godkjenning som trygt lokalsamfunn
  - Utvikle forebyggende strategier rundt unges oppvekstsvilkår, støtte hjem til å gi barn og unge omsorg og utviklingsmuligheter samt gi støtte til opprettelse og utvikling av funksjonsnivå
  - Opprettholde, bedre og fremme befolkningens folkehelse gjennom satsing på lavterskelttilbud og forebygging av livsstilssykdommer
  - Fremme god helse på et tidlig tidspunkt
  - Utvikle en forsvarlig kapasitet på tjenestene og opprettholde en god tjenestestandard
  - Gi god informasjon, service og tilgjengelighet til brukerne
- Budsjett og handlingsplan
- Kunnskapsdokumentet – oversikt over helsetilstanden i befolkningen og påvirkningsfaktorer
- Virksomhetsplaner
- Sosial og helsemessig beredskapsplan
- Smittevernplan
- Mandat for utekontakten
- Samarbeidsavtale mellom kommune og politi - SLT-samarbeidet

Ski kommune er medlem av nettverket Trygge lokalsamfunn. For satsningsområdene er følgende føringer og lokale planer av betydning:

- Handlingsplan for vold i nære relasjoner – hovedrullering høsten 2017
- Universell utforming er forankret i kommuneplanen, og det er opprettet en egen tverrfaglig ressursgruppe innenfor området
- Trafikksikkerhetsarbeidet er forankret i kommuneplanen og i kommunal trafikksikkerhetsplan
- Frisklivssentralen setter årlige lokale mål ut i fra Helsedirektoratets veileder for Frisklivssentraler
- Det er høsten 2017 etablert en arbeidsgruppe med deltakere fra både Ski og Oppegård for etablering av felles rutiner for helsekonsekvensvurderinger

#### *Strategiplan Oppvekst*

Målet for det kommunale området:

«Ski kommune ønsker å være landets beste oppvekstkommune. Barn og unge skal oppleve et trygt oppvekstmiljø der de har rom for utfoldelse. At barn og unge skal få realisert sitt potensiale for utvikling og læring, er en overordnet målsetning innenfor oppvekstområdet.»

#### *Handlingsplan for forebyggende tjenester for barn og unge*

Innenfor arbeidsområdet er det utarbeidet noen handlingsplaner. Handlingsplan for forebygging av radikalisering ser på de mekanismene som oppstår i radikaliseringsprosesser. En tverrfaglig tiltaksplan viser til hvilke tiltak skal iverksettes når en situasjon oppstår.



## **Handlingsplan for psykisk helsearbeid**

Handlingsplan for psykisk helsearbeid har som mål at barn og unge skal oppleve et trygt oppvekstmiljø der de har rom for utfoldelse, og skal få realisert sitt potensiale for utvikling og læring. Planen analyserer utfordringer og strategier for å støtte opp under en positiv utvikling av barn og unges psykisk helse. En tiltaksplan beskriver hvilke tiltak som skal iverksettes for å nå målet.

## **Retningslinjer for helsestasjoner**

Helsesøstrenes arbeid er beskrevet på en detaljert måte i Retningslinjer for helsestasjoner og Retningslinjer for skolehelsetjeneste og helsestasjon for ungdom.

Smittevernarbeidet er regulert av Smittevernloven og Helsetjenestetilbudet til asylsøkere, flyktninger og familielagjenforente.

Jordmødrenes arbeid er regulert av Retningslinjer for barselomsorgen og bestemmelser rundt vold i nære relasjoner m.fl.

## **Ikke lovpålagte tjenester**

Oppsøkende tjeneste for unge og Ettermiddagshjem er frivillige og ikke lovpålagte tjenester. Deres oppgaver er beskrevet i stillingsinstrukser.

## **Satsingsområder**

Helsesøstrene møter så å si alle barn og småbarnsforeldre. Dette gir en unik mulighet til å arbeide for å bedre den enkeltes helse og utvikle folkehelsen i en positiv retning.

Smittevernsarbeidet rettes vanligvis mot innvandrere og flyktninger som bosetter seg i kommunen, med tanke på å sikre dem en god helse og hindre eventuell spredning av smittsomme sykdommer. Smittevernet har også en viktig rolle å spille i tilfelle det skulle oppstå en pandemi.

Helsestasjon for ungdom (HFU) arbeider spesifikt mot kartlegging og behandling av seksuelt overførbare sykdommer. HFU er ellers tilgjengelig for ungdommer som sliter med forskjellige fysiske eller psykiske vansker.

Jordmødrene er i kontakt med de aller fleste gravide, med overvåking av helsetilstanden til både mor og kommende barn.

TIBIR/PMTO tilbyr støtte og opplæring til foreldre med barn med atferdsvansker. Deres oppgaver er beskrevet i en intensjonsavtale mellom Ski kommune og Atferdssentret/NUBU, og styrt av eget rundskriv. Formålet er å implementere TIBIR-modellen gjennom moduler i hele kommunen.

Hjelper'n/psykisk helsetjeneste for barn og familier, er et frivillig tilbud i psykisk helsefeltet. Oppsøkende tjeneste til unge er også et frivillig tilbud, rettet mot ungdommer på ungdomstrinnet.

Ettermiddagshjem er et frivillig tilbud til barn og unge som trenger sosial ferdighetstrening. Oppgavene innbefattes av kommunens psykisk helseplan.



## Fysio/ergo og legetjenesten

- Livsmestring i Ski, felles prosjekt innen velferdsnettverket
- Migrasjonshelseplan
- Gruppetilbud, lavterskel tilbud for ulike grupper og behov

## Folkehelse og friskliv

- Vold i nære relasjoner
- Universell Utforming
- Fallforebygging
- Forebyggende kurs for alle aldersgrupper ved Frisklivssentralen.
- Sikkerhetsuka holdes hvert år og er et tilbud til alle 8. klassinger, voksenopplæringen og hjemmeboende
- Trafikksikkerhet
- Helsekonsekvensvurderinger

## 4.2 Oppgård kommune

### Lokale planer, forskrifter og reglement

- Strategiplan for pleie- og omsorg og rehabiliteringstjenestene 2006-2016
- Virksomhetsplaner helsetjenesten
- Samarbeidsavtale med barnehagene
- Samarbeidsavtale med skolene
- Samarbeidsavtale med Barnevernet
- Samarbeidsavtale med psykisk helsetjeneste
- Ulike henvisningskjema
- Samarbeidsavtale med AHUS

### Aktuell informasjon

- Folkehelseinstituttet
- Forebygging.no
- Helsebiblioteket.no
- Helsedirektoratet
- Helsenorge.no
- Helsetilsynet.no
- Helse- og omsorgstjenesteloven
- Pasientrettighetsloven
- Pasientskadeloven
- Stortingsmelding nr. 47 Samhandlingsreformen
- Spesialisthelsetjenesteloven
- Rundskriv Q-16/2013 Forebyggende innsats for barn og unge

### Satsingsområder

Prioriterte tiltak:

- Undervisning om ernæring og fysisk aktivitet for alle elever på 4. trinn



- Læring- og mestringskurs for barn, unge og deres foreldre
- Prosjektet «Sammen for barn og unge» med fokus på psykisk helse
- Styrke foreldrerollen gjennom foreldreveileddning (ICDP)
- Jordmødrene og helsesøstrene prioriterer hjemmebesøk til alle fødende og de med tidlig hjemreise
- Samordne de ulike tjenestenes arbeid med flyktninggeområdet
- Utvikle verktøy til hjelp for flyktninger med psykiske helseplager
- Utarbeide gode aktivitetstilbud i samarbeid med NAV Oppegård
- «Aktiv på dagtid i Oppegård»
- Utvikle flere forebyggende lavterskel- og behandlingsgrupper med læring og mestring
- Motivere og rekruttere/beholde frivillige instruktører
- Ventelistereduserende tiltak hos fysioterapeuter med kommunal driftsavtale
- Avtalefysioterapi – en del av kommunehelsetjenesten – styrke samarbeidet
- Åpningstiden på det kommunale hjelpemiddellageret utvides
- Kontinuerlig kompetanseheving i bruk av velferdsteknologiske løsninger og ulike hjelpemidler
- Etablere hverdagsmestring som metode
- Universell Utforming (UU) – styrke samarbeidet på tvers av etater
- Utvikle relevante tverrfaglige team, også utvikling av spesialkompetanse ut i fra behov
- Temastunder/kurs i ernæring
- Kartlegge kommunens behov for ernæringskompetanse og bidra i prosedyreutforming
- Videreutvikle rutiner for samarbeid med og henvisning til spesialisthelsetjenesten (Follo BUP)
- DU-kurs i grupper (Livsmestringskurs for Unge)
- Tilby psykologisk førstehjelp til alle elever på 5. og 8. trinn i samarbeid med skolene
- Videreutvikle systemene for å følge opp ruskontraktene og samtaler med foresatte
- Økt kompetanse i bruk av dataverktøy til å evaluere effekt av tiltak (FIT, hva er viktig for deg?)
- Oppdatere kommunens plan for re- og habilitering

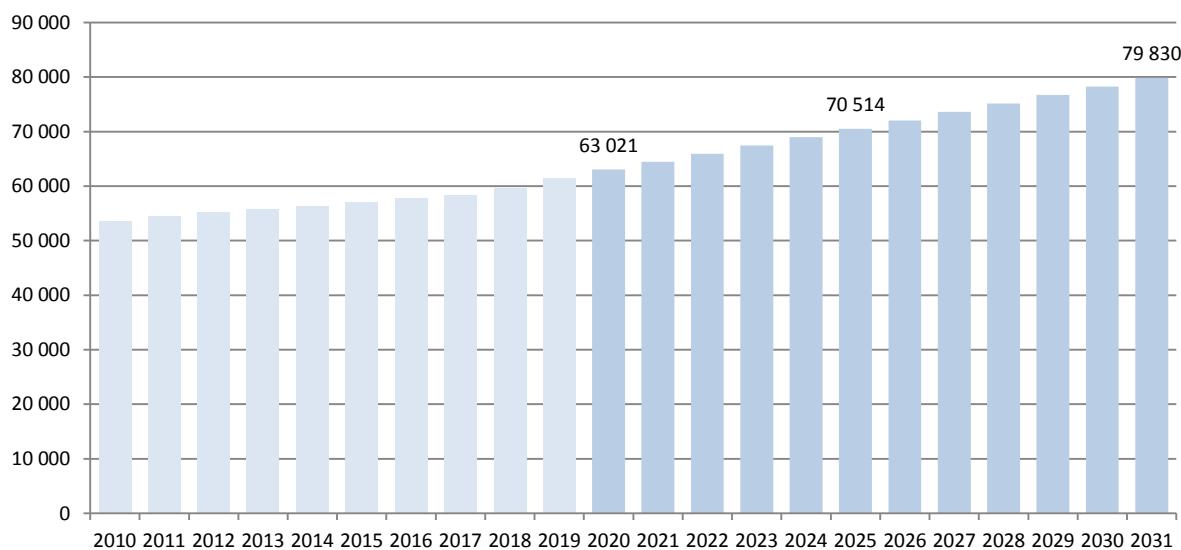


## 5 Nøkkeltall og statistikk

### 5.1 Befolkningsframskrivinger

Forventet befolkningsutvikling i aldersgruppen, basert på befolkningsprognosene for Oppegård og Ski. Det er ikke utarbeidet felles prognosene for Nordre Follo per i dag, og det er noe ulike metoder for å beregne befolkningsutviklingen i de to kommunene, så det er noe usikkerhet knyttet til prognosene.

**Befolkningsutvikling - Nordre Follo**



### 5.2 Økonomiske nøkkeltall

KOSTRA-tall justeres ikke for prisstigning. I tillegg så kan det være ulik praksis i kommunene i forhold til bruk av tjenester (KOSTRA-funksjon), og det kan også være gjort endring i bruk av tjenester fra år til år.

Prioritering	Oppegård			Ski		
	2014	2015	2016	2014	2015	2016
Netto driftsutgifter pr. innbygger i kroner, kommunehelsetjenesten, konsern	1 907	1 881	<b>2 495</b>	2 277	2 436	<b>2 740</b>
Netto driftsutgifter i prosent av samlede netto driftsutgifter, konsern	4,0	4,0	<b>5,0</b>	4,7	4,9	<b>5,3</b>
Netto driftsutgift til forebygging, helsestasjons- og skolehelsetj. pr. innb 0-5 år, konsern	6 442	6 287	<b>6 866</b>	6 869	6 450	<b>6 856</b>
Netto driftsutgift til forebygging, helsestasjons- og skolehelsetj. pr. innb 0-20 år, konsern	1 717	1 626	<b>1 772</b>	1 844	1 689	<b>1 790</b>
Netto driftsutgift til forebyggende arbeid, helse pr. innbygger, konsern	258	231	<b>304</b>	294	336	<b>361</b>
Netto driftsutgift til diagnose, behandling og rehabilitering pr. innbygger, konsern	1 170	1 200	<b>1 702</b>	1 452	1 617	<b>1 868</b>
Brutto investeringsutgifter pr. innbygger, konsern	-	-	<b>97</b>	171	43	<b>203</b>



**+** **= 3**

### 5.3 KOSTRA-tall

	Oppegård			Ski		
	2014	2015	2016	2014	2015	2016
<b>Dekningsgrad</b>						
Legeårsverk pr 10 000 innbyggere, kommunehelsetjenesten	10,9	10,9	<b>11,1</b>	9,7	9,6	<b>10,5</b>
Fysioterapiårsverk per 10 000 innbyggere, kommunehelsetjenesten	9,9	10,7	<b>10,9</b>	11,7	11,2	<b>11,5</b>
<b>Forebygging, helsestasjons- og skolehelsetjeneste. Funksjon 232</b>						
Andel nyfødte med hjemmebesøk innen to uker etter hjemkomst	84	82	<b>88</b>	97	126	<b>90</b>
Andel spedbarn som har fullført helseundersøkelse innen utg. av 8. leveuke	86	101	<b>87</b>	97	95	<b>98</b>
Andel barn som har fullført helseundersøkelse ved 2-3 års alder	93	85	<b>92</b>	90	94	<b>92</b>
Andel barn som har fullført helseundersøkelse ved 4 års alder	113	96	<b>95</b>	101	78	<b>88</b>
Andel barn som har fullført helseundersøkelse innen utgangen av 1. skoletrinn	107	84	<b>98</b>	96	104	<b>76</b>
Årsverk i alt pr. 10 000 innbyggere 0-5 år. Funksjon 232	177,7	164,7	<b>195,1</b>	85,3	78,2	<b>67,0</b>
Årsverk av leger pr. 10 000 innbyggere 0-5 år. Funksjon 232	5,7	5,4	<b>4,9</b>	4,8	5,1	<b>5,6</b>
Årsverk av fysioterapeuter pr. 10 000 innb. 0-5 år. Funksjon 232	13,2	14,1	<b>13,5</b>	4,1	4,2	<b>4,5</b>
Årsverk av helsesøstre pr. 10 000 innbyggere 0-5 år. Funksjon 232	69,4	60,6	<b>59,7</b>	57,3	60,4	<b>48,5</b>
Årsverk av jordmødre pr. 10 000 fødte. Funksjon 232	77,8	60,4	<b>71,6</b>	53,3	50,5	<b>49,7</b>
<b>Forebyggende arbeid, helse (miljørettet helsevern mm.). Funksjon 233</b>						
Årsverk av leger pr. 10 000 innbyggere. Funksjon 120 og 233	0,5	0,5	<b>0,5</b>	0,3	0,2	<b>0,3</b>
<b>Diagnose, behandling og re- /habilitering. Funksjon 241</b>						
Årsverk av leger pr. 10 000 innbyggere. Funksjon 241	8,9	8,9	<b>9,2</b>	7,7	7,6	<b>8,5</b>
Andel timer av kommunalt ansatte leger og turnuskandidater. Funksjon 241	4,2	4,2	<b>8,3</b>	4,1	4,3	<b>11,4</b>
Årsverk av fysioterapeuter pr. 10 000 innbyggere. Funksjon 241	7,9	7,8	<b>7,8</b>	10,1	9,6	<b>9,8</b>
Andel timer av fysioterapeuter med fast lønn og turnuskandidater. Funksjon 241	24,3	24,3	<b>24,3</b>	39,9	37,8	<b>39,9</b>
<b>Institusjoner. Funksjon 253</b>						
Legetimer pr. uke pr. beboer i sykehjem	0,42	0,49	<b>0,48</b>	0,84	0,66	<b>0,64</b>
Fysioterapitimer pr. uke pr. beboer i sykehjem	0,36	0,47	<b>0,54</b>	0,69	0,54	<b>0,63</b>
<b>Produktivitet/Enhetskostnader</b>						
Brutto driftsutgifter pr. innbygger. Funksjon 232, 233 og 241, konsern	2 176	2 224	<b>2 851</b>	2 478	2 614	<b>3 119</b>
Herav: lønnsutgifter pr. innbygger. Funksjon 232, 233 og 241, konsern	1 164	1 191	<b>1 916</b>	1 362	1 435	<b>2 191</b>
Brutto driftsutgifter per innbygger 0 - 5 år. Helsestasjons- og skolehelsetjeneste., konsern	7 363	7 698	<b>8 332</b>	7 415	7 019	<b>7 504</b>
<b>Re-/habilitering</b>						
Årsverk av ergoterapeuter pr. 10 000 innbyggere (khelse+plo)	4,0	4,5	<b>5,1</b>	4,9	6,1	<b>6,1</b>
Årsverk av psykiatriske sykepleiere per 10 000 innbyggere (khelse+plo)	3,9	4,2	<b>5,2</b>	4,6	4,6	<b>5,0</b>
Årsverk til rehabilitering pr. 10 000 innbyggere (khelse + plo)	11,9	13,5	<b>15,4</b>	15,1	15,9	<b>16,7</b>
Antall personer med videreutdanning i psykisk helsearbeid per 10 000 innbyggere (khelse og plo)	9,4	10,1	<b>11,5</b>	9,4	10,2	<b>9,4</b>
Årsverk av kommunale fysioterapeuter pr. 10 000 innbyggere. Funksjon 232, 233, 241 og 253.	3,8	4,0	<b>4,1</b>	5,6	5,1	<b>5,5</b>
Årsverk av private fysioterapeuter per avtalehjemmel	0,76	0,76	<b>0,76</b>	0,82	0,82	<b>0,91</b>
<b>Fastlegeregisteret</b>						
Gjennomsnittlig listelengde	1 167	1 179	<b>1 099</b>	1 389	1 390	<b>1 037</b>
Gjennomsnittlig listelengde korrigert for kommunale timer	1 184	1 191	<b>1 115</b>	1 389	1 390	<b>1 037</b>
Antall åpne fastlegelister	6	-	<b>3</b>	9	-	<b>10</b>
Reservekapasitet fastlege	100	100	<b>101</b>	102	99	<b>105</b>
Andel kvinnelige leger	48	48	<b>48</b>	32	32	<b>33</b>



**= 3**

	Oppegård			Ski		
	2014	2015	2016	2014	2015	2016
Andel pasienter på liste uten lege	..	..	..	..	..	..
Fastlegekonsulter per person i legens praksiskommune	2,49	2,55	<b>2,77</b>	3,24	3,16	<b>3,24</b>
Fastlegekonsulter per person i pasientens bostedskommune	2,61	2,62	<b>2,82</b>	2,77	2,73	<b>2,81</b>

## 5.4 Ansatte

Antallet ansatte og årsverk innen tjenesten	Oppegård		Ski	
	Årsverk	Antall	Årsverk	Antall
Ergoterapeuter	7,2	8	8,85	9
Fysioterapeuter	11,33	14	10	10
Fagarbeidere/hjelpeMidler	2,9	3	3	3
Sekretær/hjelpeMidler	1		1	1
Sykepleiere med videregående psykisk helse	1			
Kommunale psykologer	2,6			
Jordmødre	2,2			
Merkantilt ansatte, inklusiv koordinatorer og avdelingsledere	4,9		7,8	8
Klinisk ernæringsfysiolog	1,0			
Helsesøstre på helgestasjon	4,5			
Helsesøstre i skolehelsetjenesten	7,1			
Helsesøstre på videregående skole	0,7			
Helsesøster på HFU	0,4			
Kommunalt ansatte leger	1,6		7	7
Kommuneoverlege	1		1	1
Sykepleiere (1 årsverk er fastsatt på fastlegekontoret, de resterende 1,6 bemannes fra Follo Legevakt)	1		2,6	
Helsesekretær på kommunalt legesenter	0,6			
Daglig leder / akutt sykepleier			1	1
Aktivitør på seniorsenter	1,0			
Husholder på seniorsenter	2,0			
Bestillerkontoret			16,5	17
Virksomhetsleder	1			1
Seniorkontakt og koordinator for seniorsenter	1			1
Koordinator psykisk helse for barn og unge	0,5			
Utekontakten/Forebyggende	6,0	7	2,0	2
SLT-koordinator	0,8	1	0,5	1

## 5.5 Øvrige nøkkeltall for Ski kommune

Listene er ikke uttømmende.

### Produksjonstall for forebyggende tjenester for barn og unge for avdelingen det siste året

- Hjelper'n gir et tilbud til ca. 280 barn, og nærmere 1 000 konsulter
- 11 familier fikk PMTO-behandling i fjor. TIBIR-rådgiving er oppgitt til å gjelde 48 familier, men treg tilbakemelding fra rådgiverne tilsier at langt flere familier får tilbud
- Ettermiddagshjem leverte tjenester til 11 barn i fjor
- Oppsøkende tjeneste arbeider fortløpende med mange ungdommer, og begynte dette året å gi egne grupper til både jenter og gutter
- Jordmødre hadde tilbud til 245 gravide
- Helsestasjon for ungdom hadde ca. 1 500 konsulter, men tallet øker sterkt p.t. med HPV-vaksinering og testing av STD



- Smittevernet hadde kontakt med ca. 400 personer
- Helsestasjon for barn: ca. 10 000 konsultasjoner med barn og foreldre
- Skolehelsetjenesten: ca. 12 000 møtepunkter med elever og foreldre

## 5.6 Øvrige nøkkeltall for Oppegård kommune

- Det har vært gitt PMTO-terapi til 17 familier, foreldrerådgivning til 20 familier, konsultasjon til 3 barnehage avdelinger/skoleklasser, TIBIR-grupper har ikke vært gitt i år og PMTO-gruppe til 11 familier (en gruppe). Til sammen 51 familier har fått tilbud.
- De kommunale psykologene hadde tilbud til barn
- Jordmødre hadde tilbud til gravide
- Helsestasjon for ungdom hadde ca 647 konsultasjoner, da er ikke konsultasjonene på RAV tatt med her. HPV-vaksinasjon er ikke med i disse konsultasjonene.
- Helsestasjon og skolehelsetjenesten følger de nye nasjonale retningslinjene. Vi har for eksempel på plass 1. klasse-undersøkelse med lege. Fysioterapeuter jobber forebyggende på alle barne- og ungdomsskoler i tillegg til på videregående.
- Tilbud om DU-kurs på alle ungdomsskoler og på videregående skoler
- Tverrfaglige brukermøter ble implementert fra 1.1.2017. Antall tverrfaglige brukermøter hvor bruker deltar, er et nøkkeltall i helsetjenesten hvor målet for 2017 er 51 slike møter. Så langt i 2017 er målet ikke nådd.
- Antall henvisninger fra voksne til ergoterapeut var i 2016 1 062 personer
- Antall besøkende på lokalt hjelpemiddellager var i 2016 på 1 171 personer
- Antall utleverte hjelpemidler – tall fra HMS OA er 4 499
- Antall pasientbehandling med full refusjon, priv. praksis fysio var 32 493
- Antall pasientbehandlinger av privatfysio var 33 460
- Antall henvisninger til kommunefysioterapeut for voksne var 471



## 6 Hovedtjenester

Tjeneste	Ski	Oppegård
Bassengtrening	Samhandlingsenheten	Helse
Daglegevakt	Kom. Legesenter er daglegevakt	Rullerende blant alle fastleger (under 60 år)
Ergoterapi	Samhandlingsenheten	Helse
Fastleger	Samhandlingsenheten	Helse
Kommunalt fastlegekontor	Samhandlingsenheten	Helse
Fysioterapi til innbyggere i og utenfor institusjon	Samhandlingsenheten	Helse
Helsefremmende og forebyggende fysioterapi for barn og unge 0–20 år (ulik organisering)	Samhandlingsenheten	Helse
Jordmortjeneste, svangerskapskontroll i samarbeid med legene	Familiens hus	Helse
Kommunale psykologer, 0–18 år	Familiens hus (Hjelper'n)	Helse
Helsestasjonstjeneste for barn 0–5 år, individuell konsultasjon og gruppekonsultasjon, åpen tid uten forhåndsbestilling	Familiens hus (legetjeneste/fysioterapi fra Samhandlingsenheten)	Helse
Skolehelsetjeneste 6–20 år, individuelt og i gruppe, undervisning	Familiens hus (legetjeneste/fysioterapi fra Samhandlingsenheten)	Helse
Helsestasjon for ungdom, åpent tilbud	Familiens hus (legetjeneste fra Samhandlingsenheten)	Helse
Forebyggende tjenester innenfor psykisk helse og rus for alle i alderen 0–18 år	Familiens hus (Rusteam, NAV)	Helse (samarbeid med NAV)
Helsetjeneste ved mottak av flyktninger	Samarbeid NAV, Samhandlingsenheten og Familiens hus	Helse (Flyktninghelse-tjenesten er en egen avdeling)
Medisinsk rehabilitering	Pleie og omsorg (Samhandlingsenheten leverer fysio-, ergoterapeut og lege)	Pleie og omsorg (Helse leverer fysio- og ergoterapeut)
Medisinsk nødmeldertjeneste (113-nummeret)	Follo lokalmedisinske senter, legevakt IKS	Follo lokalmedisinske senter, legevakt IKS
Privat fysioterapitjeneste	Samhandlingsenheten	Helse
Smittervernkontor	Familiens hus, men Samhandlingsenheten leverer lege	Helse
Lokalt lager for hjelpevarer	Samhandlingsenheten	Helse
Helsefremmende og forebyggende arbeid,	Samhandlingsenheten, Frisklivssentral	Helse, Oppegård Friskliv



= 3

Seniorsentre	Dagsenter	Helse
Folkehelse	Samhandlingsenheten	Samfunnsutvikling
Seniorkontakt	Samhandlingsenheten	Helse
Kreftkoordinator	Samhandlingsenheten	PLO, Fagteam
Familievoldskoordinator	Samhandlingsenheten	(Jobber med det på helsestasjonen, men ikke egen koordinator)
Hverdagsmestring/-rehabilitering	Samhandlingsenheten og hjemmetjenesten (velferdstjenestene)	Helse og hjemmetjenesten
Bestillerkontor m/vederlag	Samhandlingsenheten	Egen virksomheten
Gericakonsulent/-fagansvarlig	Samhandlingsenheten	PLO, Fagteam

## Bassengtrening

I Ski tilbys bassengtrening som en del av rehabiliteringstilbudet på Finstadtunet og i Oppegård på Høyås bo- og behandlingssenter.





## Hjelpemiddellager

### Ski

Lokalt hjelpemiddellager bistår med utlevering og innlevering av hjelpemidler. Ved formidling av tekniske hjelpemidler skiller det mellom tekniske hjelpemidler som er trygdefinansiert (varig behov) og kommunalt utlån av hjelpemidler (midlertidig behov). Varig behov for tekniske hjelpemidler må søkes via NAV hjelpemiddelsentral Oslo & Akershus, i samarbeid med de kommunale ergoterapeutene. Ved kortvarig, og/eller akutt behov for hjelpemidler kan dette leies via det lokale hjelpemiddellageret.

### Oppgård

Antall besøk og henvisninger til lokalt hjelpemiddellager øker. Det er en ønsket utvikling at flere brukere/pårørende kommer for å hente/levere tilbake hjelpemidler. På bakgrunn av behovet for å ha hjelpemidler tilgjengelig på lager og plass til å ta imot nye og retur av brukt utstyr, presser det seg frem et behov for større lokaler og nye arbeidsmetoder. For å få effektiv utlevering av små og hyppig brukte hjelpemidler, videreutvikles små minilagre for hver hjemmetjenestesone og korttidsavdeling. Åpningstiden er økt med en ettermiddag i uken og det er innført telefontid. Mange av henvendelsene kommer nå på epost, dette har gjort det enklere å få kontakt med lageret og har gitt lageret en bedre oversikt. Hjemmetjenesten har egne bestillere av hjelpemidler.

### Hverdagsmestring/hverdagsrehabilitering

I Oppegård er det utarbeidet rutiner for hverdagsmestring (egentrening i hjemmet) som arbeidsmetode. Fokus er på forebygging og tidlig innsats fremfor behandling og reparasjon. Målet er å styrke egenmestring og utsette behov for tjenester. Endringene skjer i dialog og samarbeid med brukerne og deres pårørende. De nye rutinene er i drift og viser gode resultater.

I Ski kommune er hverdagsrehabilitering under planlegging.

### Legtjenesten

### Ski

Ski kommune har 7 kommunalt ansatte leger i tillegg til kommuneoverlegen. De ivaretar og utfører alle kommunale medisinske oppgaver som helhestasjon, sykehjem, skolehelsetjeneste, smittevern, helhestasjon for unge og daglevakt/kommunalt fastlegekontor. Det er i dag ingen private fastleger som er pliktet til kommunale medisinske oppgaver. Ski kommunale fastlegekontor / daglevakt er fast adresse for all legevakt på dagtid, 07.00-18.00. I tillegg har legene fastlegelister. Det er til en hver tid 2 leger på kontoret. Legevakttoppgavene er i flertall og der er derfor ikke mulig å ha så tett med listepasienter som ved et ordinært fastlegekontor. Både politi og ambulansetjenesten uttrykker stor tilfredshet med at det er en fast adresse for daglevakten. Det er kun sykepleiere som er tilsatt der, og det arbeides systematisk for å tilfredsstille kompetansekravene til den nye akuttmedisin-forskriften.

### Oppgård

Toppenhaug legesenter startet opp 1. april 2016 med to fastleger og en helsesekretær/sykepleier i 100 % stilling. Det ble åpnet opp for 1 000 pasienter (500 pasienter på hver lege). Ved utgangen av 2016 hadde legesenteret ca. 700 pasienter. Det er gjennomført 1 045 konsultasjoner. Fastlegene deltar i daglevaktsordningen.



Legesenteret har i løpet av 2016 etablert følgende tverrfaglige samarbeid: Klinisk ernæringsfysiolog, psykolog, fysiotapeut og ergoterapeut. Disse jobber også mot andre virksomheter i kommunen. Oppgavene består av poliklinisk oppfølging av pasienter henvist fra fastlege eller annet helsepersonell. Pasientene henvises fra fastlege.

Det er legene på Toppenhaug legesenter som veileder turnus og de er også stedfortredere for kommuneoverlegen etter avtale med henne. I tillegg til å jobbe som fastlege på Toppenhaug legesenter, jobber legene 40 % stilling hver på hhv helsestasjon og skolehelsetjeneste fordelt på faste dager.

Daglegevakten fra kl. 07.00-19.00 alle hverdager, ivaretas av fastlegene. En av fastlegene har som oppgave å lage vaktlister for fire måneder av gangen. Leger over 60 år kan fritas fra daglegevakt. I snitt har hver lege 12-14 vakter i året.

Sykehjemmene har selv ansatt sine sykehjemsleger. Helsetjenesten har ansatt lege i 20 % for å ivareta det daglige arbeidet med smittevern. Legen jobber sammen med en helsesøster i 50 % stilling med smittevern.

### Fysio- og ergoterapitjenesten

Den kommunale fysioterapitjenesten er delt inn i fysioterapi for barn og unge 0-18 år og voksne over 18 år. Dette er likt i begge kommuner.

### Ski

Fysioterapitjenesten retter seg mot barn og voksne med sykdom, skade eller nedsatt funksjonsevne som bor eller oppholder seg midlertidig i kommunen, og som ikke er i stand til å benytte seg av tilbuddet på fysisk institutt. Tjenesten har også forebyggende tiltak for barn og voksne.

Vi utfører:

- Vurdering og kartlegging av fysisk funksjon i hjemmet eller institusjon, spesielt i forhold til dagliglivets aktiviteter
- Opptrening og behandling i hjemmet, gruppe eller institusjon i en avgrenset periode
- Råd og veiledning til bruker, pårørende og andre involverte
- Forebyggende og helsefremmende tiltak
- Veiledning og rådgivning til foreldre, barnehager og skoler når det gjelder fysisk aktivitet og stimulering av barns bevegelsesutvikling
- Tverrfaglige vurderinger/kartlegginger av ergoterapeut og fysioterapeut
- Gruppentrening
- Trening, aktivitet og tilrettelegging ved rehabiliteringsopphold på Finstadtunet. Tilbuddet er en del av et tverrfaglig tilbud

Målgruppen for ergoterapitjenesten er personer med sykdom, skade eller nedsatt funksjonsevne som bor eller oppholder seg midlertidig i kommunen, hjemmeboende eller på institusjon. Vi ønsker å fremme mulighet for å leve et aktivt liv og delta i samfunnet ut i fra egne forutsetninger og ønsker. Tjenesten er tilgjengelig for brukere som har behov for trening og tilrettelegging for å kunne utføre hverdagens aktiviteter, og for de som opplever utfordringer i hverdagen knyttet til bolig, fritid, barnehage, skole og arbeidsplass grunnet en funksjonsbegrensning



Vi utfører:

- Kartleggingssamtale og vurderingsbesøk
- Opprenning av funksjons- og mestringsnivå
- Tilrettelegging av aktiviteter og omgivelser
- Samarbeid med blant annet kommunens øvrige tjenestetilbud, spesialisthelsetjenesten og NAV hjelphemiddelsentral
- Gruppetilbud
- Forebyggende og helsefremmende arbeid
- Deltakelse i planarbeid og tjenesteutvikling i kommunen
- Trening, aktivitet og tilrettelegging ved rehabiliteringsopphold på Finstadtunet. Tilbuddet er en del av et tverrfaglig tilbud

## Oppgård

Det er utviklet et variert behandlingstilbud i grupper der trening er kombinert med tverrfaglige samtaler og informasjon for ulike diagnoser. Fysioterapeuter med driftsavtaler deltar i arbeidet. Dette arbeidet setter tjenesten i stand til å gi tilbud til langt flere enn ved individuell oppfølging, og det styrker egenmestring. Økt tempo i utskriving fra sykehus fører til at flere må vente på vurdering for fysisk behandling. Helsetjenesten har ulike tiltak med aktivitet for pasienter som venter på plass til fysisk behandling. Det dreier seg om lavterskelttilbud, behandlingsgrupper og egentreningsprogram. I samarbeid med frivillige instruktører gis det tilbud om grupper med styrke- og balansetrening til aldersgruppen 65 år og eldre som er risikoutsatte for fall.

Det er stort behov for ulik fysisk behandling etter sykehusopphold. Pasienter med langvarige kroniske plager må vente på behandling. Helsetjenesten initierer felles kompetanseløft for alle fysioterapeutene, og det er satt i gang tiltak som gir tettere og mer forpliktende samarbeid med kommunehelsetjenesten.

Fysioterapeuten ved Toppenhaug kommunale legesenter har etablert Artroseskole i samarbeid med de fysikalske instituttene. Undervisningsprogrammet kombinert med testing og trening gir pasientene med artrosesykdom bedre innsikt i hva de selv kan gjøre for å bedre sine symptomer.

Ergoterapeut, demenssykepleier og fysioterapeut har gjennom prosjektmidler etablert et lavterskelttilbud til yngre demente der en times trening er etterfulgt av samtalegruppe en gang per uke. Ni personer har deltatt og tilbuddet fortsetter i daglig drift fra 2017. Samtalegruppen muliggjør kartlegging av behov for andre tiltak eller oppfølging i hjemmet, f.eks. bruk av velferdsteknologi. Samarbeid med Follo demensforening er etablert.

I løpet av 2016 ble det gjennomført praksisbesøk ved alle fysioteriinstituttene for å styrke samhandling, informasjonsutveksling, samt kunnskapsbasert og effektiv bruk av fysioterapiressursene. Privatpraktiserende fysioterapeut lønnes for å være samarbeidspartner og for å delta i intervjuer ved ledige hjemler. Samarbeidsutvalget (SU) for fysioterapeutene med avtale er utvidet slik at hvert institutt deltar med en representant.

Helsetjenesten har mottatt prosjekt- og kompetansemidler for å kvalitetssikre «Sterk og Stødig – treningsgrupper for seniorer», som er kommunens fallforebyggende lavterskel treningsstilbud for hjemmeboende eldre. Resultatene viser på endringer i blant annet muskelstyrke og balanse, testet før og etter 12 uker trening, og presenteres i en masteroppgave i fysioterapi våren 2018. Flere av



fysioterapeutene og de frivillige instruktørene er nå kvalifiserte «Sterk og stødig»-instruktører. Ansatte har blant annet bidratt med foredrag på en nasjonal-konferanse om fall og brudd. To fysioterapeuter har deltatt på konferansen til «Later Life Training» i England for å utveksle erfaring på tvers av landegrenser. Det er rekruttert flere frivillige instruktører. Lavterskelgruppene er viktige tiltak for å forbedre/opprettholde styrke og balanse blant eldre.

Behandlingsgrupper med lærings- og mestringsfokus blir fortsatt drevet i samarbeid mellom kommunale og private fysioterapeuter. I løpet av 2016 ble det etablert en ekstra lungegruppe, slik at det nå er fire grupper. Antall deltagere i gruppen for slagpasienter har økt med 70 %.

Fysioterapeut i flyktningehelsetjenesten merker en økt pågang av henvendelser. Mange flyktninger sliter med traumer og kroppslike plager. Flyktningene sier de har god nytte av veiledning og oppfølging av fysioterapeut. Dette lavterskeltildelbuddet er viktig for å komme tidlig inn med hjelp til selvhjelp.

## Helsestasjon

### Ski

Alle barn 0–5 år får tilbud om regelmessige konsultasjoner på helsestasjonen. Et standardisert program med 14 konsultasjoner følges, inkludert et hjemmebesøk til nyfødte. Målet med helsestasjonsprogrammet er først og fremst at foreldre opplever mestring i foreldrerollen, i tillegg til å bidra til godt samspill mellom foreldre og barn. Videre er hensikten å fremme fysisk, psykisk og sosial utvikling hos sped- og småbarn. I tillegg å forebygge, avverge og avdekke vold, overgrep og omsorgssvikt samt å avdekke fysiske og psykiske utviklingsavvik tidlig og å bidra til at barn får oppfølging og henvises videre ved behov.

## Oppgård

Helsestasjon følger de nye nasjonale retningslinjene. I Oppegård kommune har vi lagt inn en ekstra konsultasjon fordi ICDP er implementert (15 konsultasjoner). I tillegg har helsestasjonen åpen tid 1,5 timer per uke med helsesøster/jordmor til stede. Barnefysioterapeut er på helsestasjonen to hele dager hver uke.

## Skolehelsetjenesten

### Ski

Målet med skolehelsetjenesten er å tilby helseundersøkelse og helsesamtale, oppdage vold, overgrep og omsorgssvikt, og ha et åpent tilbud til ungdom som de kan benytte seg etter eget ønske for å ta opp det de er bekymret for. Skolehelsetjenesten tilbyr også vaksinasjon etter program eller myndighetenes anbefaling, og gruppertilbud til barn og unge med spesifikke utfordringer (f.eks. PIS, DU m.fl.)

## Oppgård

Skolehelsetjenesten følger de nye nasjonale retningslinjene.



## Smittevern

### *Ski*

Smitteverntjenesten tilbyr asylsøkere, flyktninger og familiegjenforente helseundersøkelser og helsetjenester. Undersøkelse om tuberkulose står sentralt i tilbudet, men også kartlegging av akutte helseplager i en tidlig fase med tanke på oppfølging og behandling. Gravide, personer med funksjonsnedsettelser eller symptomer på sykdom og andre i risikogrupper vies mest oppmerksomhet. Personer som har en alvorlig smittsom sykdom og/eller risiko for å utøve vold følges tett opp.

### *Oppgård*

Helsetjenesten i Oppegård kommune har ansatt 50 % helsesøster og 20 % lege på smittevern.

### Flyktninghelsetjenesten Oppegård

Flyktninghelsetjenesten er en viktig del av kommunens introduksjonsprogram for nyankomne flyktninger. Den gir kunnskap om norsk helsevesen, følger opp ulike behov og formidler nødvendig kontakt med helsevesenet. Flere flyktninger sliter med psykiske helseplager. Prosjektet «Koordinere felles innsats overfor språklige minoriteter» videreføres inn i 2017. Hovedmålet er at flyktninger raskere skal bli selvhjulpe med egne boliger (eid eller leid), komme i jobb eller utdanning og bli økonomisk selvstendige. Det er etablert et eget senter med jobb- og aktivitetstilbud i samarbeid med NAV Oppegård. I tillegg er det opprettet ett årsverk under Helse som skal sørge for samordning av kommunale tjenester, også i forhold til frivilliges innsats i flyktningarbeidet.

Flyktninghelsetjenesten er en viktig del av kommunens arbeid med å bosette flyktninger, og følger opp flyktningene inntil fem år. Flyktninghelsetjenesten er et tverrfaglig team som består av helsesøster, psykiatrisk sykepleier, kunstterapeut, fysioterapeut, jordmor og flyktningrådgiver. Tjenesten kartlegger, følger opp ulike behov og formidler nødvendig kontakt med ordinære helse- og velferdstilbud. Foreldreveiledning, kvinnehelse, familieplanlegging, psykisk helse, smittevern og vaksinering er prioriterte oppgaver. Flyktninghelsetjenesten gir kunnskap om norsk helsevesen og deltar regelmessig med undervisning i introprogrammet om ulike helsetemaer, har psykisk helsegrupper og hjelper både barn og voksne ut i fritidsaktiviteter.

### TIBIR/ PMTO Ski

TIBIR/ PMTO er et tilbud utviklet av NUBU for foreldre som har barn med atferdsvansker. Det gjelder henholdsvis programmene Parent Management Training – Oregon (PMTO), og lavterskelprogrammet Tidlig innsats for barn i risiko (TIBIR). Målgruppen for TIBIR er barn i alderen 3-12 år og deres foreldre der barna allerede har utviklet eller står i fare for å utvikle atferdsvansker. Videre er ansatte i de kommunale hjelpe- og støttetjenestene for barn og familier (for eksempel helsestasjoner, barnehager, skoler, pedagogisk-psykologisk tjeneste og barneverntjenesten) samt sentrale tjenesteledere målgruppe for opplæring og informasjon. Målsettingen med TIBIR er å forebygge og avhjelpe atferdsproblemer på et tidlig tidspunkt samt bidra til å utvikle barns positive og prososiale atferd. Videre å gi ansatte og ledere som arbeider og har ansvar for barn en felles forståelse av hvordan atferdsproblemer oppstår og kan avhjelpes.

Målet med PMTO-behandlingen er å stanse eller redusere alvorlig problematferd hos barn ved å gjenopprette en positiv relasjon mellom foreldre og barn, slik at det negative familiesamspillet brytes og barnets prososiale utvikling fremmes og styrkes. Behandlingen er i stor grad rettet mot å snu



foreldres uhensiktsmessige væremåter og holdninger, til foreldreferdigheter som vil gjøre dem bedre i stand til å møte barnet på en utviklingsfremmende måte.

Arbeidet med TIBIR/PMTO er ulikt organisert i Oppegård og Ski.



## Jordmortjenesten

### Ski

Jordmortjenesten følger opp gravide gjennom hele svangerskapet med nødvendige undersøkelser og rådgiving frem til barnet blir født. Kvinner og/eller nyfødte med komplikasjoner og tegn på risikoforhold får henvisning til kompetente instanser. Målet er å gi et helhetlig pasientforløp og sikre tilstrekkelig kvalitet på barselomsorgen. Jordmødre foretar også et hjemmebesøk til nybakte familier rett etter fødselen.

### Oppgård

Jordmor gir brukere oppfølging gjennom svangerskapet og drar på hjemmebesøk etter fødsel til alle. I 2016 møtte 244 ny-innskrevne gravide kvinner til svangerskapskontroll hos jordmortjenesten. 93 % av de gravide i kommunen benytter seg av vår kommunale jordmortjeneste. Kun fem av de gravide informerer om at de røyker daglig.

Jordmortjenesten tilbyr fødselsforberedende kurs til de vordende foreldrene, og ammekurs til gravide. Ammekurset er et viktig tilbud på bakgrunn av kort liggetid på barselavdelingen og medfølgende risiko for økning i ammeproblemer. Informasjon om amming før fødsel har vist å ha en forebyggende effekt. Helsedirektoratets retningslinjer for barselomsorgen fra 2014 (Nasjonale faglige retningslinjer IS-2086) anbefaler tidlig hjemmebesøk til alle nyfødte innen tre dager etter hjemreise fra sykehuset.

Jordmor har i 2016 gitt minoritetskvinner tilbud om celleprøver av livmorhalsen og prevensjonsveiledning med gratis prevensjon. Over 70 kvinner har benyttet seg av tilbuddet.

Veilederen «Kommunenes helsefremmende og forebyggende arbeid i helsestasjons- og skolehelsetjenesten» anbefaler hjemmebesøk av jordmor innen andre døgn etter hjemkomst. Sykehusene legger nå til rette for at nybakte foreldre kan reise hjem allerede seks timer etter fødsel. Dette vil kunne gi utfordringer for jordmortjenesten.

### Helsestasjon for ungdom Ski

Helsestasjon for ungdom er et gratis og lavterskelhelsetilbud til ungdom opp til 20 år. Helsestasjonen har tilbud fra helsesøster, lege og psykisk helsearbeider. Vi vurderer også muligheten til å ha jordmor til stede. Seksuell helse, prevensjon og oppsporing av smitte er sentral områder i dette arbeidet. Vi har satt mer fokus på den psykiske helsen med en psykisk helsearbeider til stede hver gang. Det er et tett samarbeid mellom HFU og skolehelsetjenesten siden ansatte arbeider også i skolen.

### Hjelper'n Ski

Hjelper'n er en lavterskel psykisk helsetjeneste, åpen for barn, unge og foreldre. Her arbeider psykologer og psykisk helsearbeidere. Formålet er å tilby de som føler behov hjelp til å takle psykiske utfordringer, fange opp barn og unge i risiko, og identifisere og redusere faktorer som kan utløse og forsterke vansker. Hjelper'n driver med folkehelsearbeid, identifisering/kartlegging, behandling, samarbeid med andre instanser og veiledning, undervisning og fagutvikling. Tilbuddet til brukerne gis både individuelt og i grupper. Hjelper'n arbeider også på skolen og i barnehager. Hjelper'n fungerer som rådgiver etter behov for disse instansene. Etter behov henvises barn og unge til BUP eller PPT.



## Oppsøkende tjeneste for unge/Utekontakt

### Ski

Oppsøkende tjeneste for unge er en utvikling av den tidligere Utekontakten. Tjenesten er organisert under forebyggende avdeling i virksomhet Familiens hus. Tilbudet rettes p.t. mot ungdomsskoler. Målgruppen er ungdommer på ungdomstrinn, og formålet er å arbeide oppsøkende for å skape og opprettholde kontakt med sine målgrupper, og arbeide strategisk og målrettet med grupper eller enkeltindivider for å få til positive endringer i deres livsbetingelser. Tjenesten gir brukerne sosial støtte gjennom samtaler og aktiviteter. Formålet er å bygge opp selvilde og trygghet ved å lytte og gi tilbakemelding om klientenes opplevelse av egen situasjon. Ansatte ved OTU opptrer også som rollemodeller i konkrete situasjoner. OTU gir brukerne nødvendig informasjon gjennom dialog og samhandling.

### Oppegård

Utekontakten er organisert under virksomhet Barnevern. De ansatte har ulik faglig bakgrunn og arbeidserfaring, og har alle lang erfaring fra arbeid med ungdom. Utekontakten driver forebyggende, oppsøkende ungdomsarbeid.

Utekontaktenes arbeid tar sikte på identifisering av risikofaktorer i ungdomsmiljøet og utføres med spesiell fokus på ungdommenes sosiale handlingskompetanse og styrker på individ- og gruppenivå. Dette innebærer utstrakt samarbeid med SLT-koordinator (samordning av lokale kriminalitetsforebyggende tiltak) og skolene i kommunen, samt fritidssentre, politi, skolehelsetjenesten og NAV.

Målet er å fremme sunn sosial utvikling samt god psykisk helse hos den enkelte, og bidra til et godt psykososialt miljø. Utekontakten har gjennom år jobbet systematisk for å kartlegge ungdommens behov i kommunen. Dette har ført til at flere tiltak har blitt opprettet for å møte ungdommenes behov. Dette stiller igjen større krav til kompetanse hos utekontakten.

#### Utekontaktenes oppgaver

- Individuell oppfølging
- Råd og veiledning
- Ungdomsgrupper som Sisterhood
- Mødregruppe som Motherhood
- Kurs i selvledelse rettet mot både 7. trinn på barneskolene og ungdomsskoletrinnet
- Tilbud til foreldre gjennom informasjon på skolene om rusforebyggende temaer og ungdomsproblematikk, samt arrangementer med eksterne foredragsholdere
- HAP-prosjektet (hasj avvennings program)

## SLT-koordinator (samordning av lokale kriminalitetsforebyggende tiltak)

### Ski

SLT-koordinator i Ski er organisert under Familiens hus. Opgaver er å koordinere de som driver med rus- og kriminalitetsforebyggende arbeid for barn og unge, og være pådriver for felles problemforståelse og samordning av tiltak. Hovedfokuset er å sikre at de ressursene og tiltakene som allerede finnes i kommunen og i politiet, blir mer samkjørt og målrettet. SLT er en samordningsmodell som skal gripe inn på alle nivåer, fra toppledelse til utførernivå.



## Oppegård

SLT-koordinator er organisert under virksomhet barnevern. Dette er en modell for tverretatlig samarbeid som blir benyttet i mer enn hundre kommuner, deriblant Oppegård. SLT-koordinator skal være et bindeledd mellom kommunens virksomheter og politiet når det gjelder rus og kriminalitetsforebyggende arbeid blant ungdom i Oppegård kommune. SLT-koordinator har ansvaret for å koordinere tiltakene i kommunen, og ansvaret for å sette i verk tiltak ved behov. Disse tiltakene har vært mulig å gjennomføre med bidrag fra eksterne midler.

### SLT-koordinators oppgaver

- Skape et godt tverrfaglig samarbeid i kommunen
- Redusere antall kriminelle handlinger blant barn og unge
- Redusere alkohol- og narkotikamisbruk blant barn og unge
- Redusere hærverk og voldsbruk blant barn og unge
- Jobbe forebyggende mot radikalisering

I forhold til forebyggende arbeid gjennomført av forebyggende tjenester som utekontakten og SLT-koordinator er hovedutfordringene rusbruk og dårlig psykisk helse blant ungdommer. Problematikken krever en bred tilnærming fra flere instanser i samarbeid og flere tiltak, men krever også at kommunen har gode kartleggingsverktøy og rutiner for å kunne oppdage problematikken tidlig.

## Ettermiddagshjem Ski

Ettermiddagshjem er et frivillig tilbud som gis til barn som trenger sosial ferdighetstrening uten vedtak. Disse kan både være barn med ADHD eller autistiske trekk, og barn som er tause og gjør lite av seg. Tilbuddet består av to deler. Den ene er trening i vanlige dagligdags situasjoner og sosial trening i aktiviteter ute og inne. Den andre er sosialferdighetstrening i henhold til ART- programmet.

## Kurs og andre tilbud Ski

Avdeling Forebyggende tilbyr også forskjellige typer kurs til personer som har behov for spesifikke hjelpeformer, og foreldre som trenger informasjon om barns utvikling.

### COS-P (Circle of security)

COS er et program rettet mot foreldre og har som mål å fremme trygg tilknytning mellom barn og omsorgsperson. COS-P bygger på elementer fra tilknytningspsykologi.

## Kvinnerommet

Kvinnerommet er et tilbud til kvinner med utenlandsk bakgrunn. Formålet er å få i stand en dialog rundt oppdragelsesforhold i Norge, forhold mellom menn og kvinner, foreldre og barn, omskjæring og familievold. Tilbuddet er ledet av en helsøster og koordinator mot vold i nære relasjoner.

## DU – kurs i mestring av Depresjon for Ungdom

På kurset jobber ungdommer (fra 10. trinn og oppover) med styring av egne tankemønstre. Målet med kurset er å forstå hva som skjer ved depresjon og lære metoder for å forebygge og mestre den.



### KID - Kurs i depresjonsmestring for foreldre

Hjelper'n og Helsestasjonen organiserer i samarbeid kurs for foreldre med mild til moderat depresjon. Kurset er bygd på kognitiv psykologi og sosial læringsteori. Deltakerne får opplæring i bruk av metoder og teknikker for å endre tanke- og handlingsmønstre som vedlikeholder og forsterker nedstemhet/depresjon.

### Søskengruppe

"Søskengruppe" er et tilbud til barn i aldersgruppen 9-12 år med brødre eller søstre med nedsatt funksjonsevne eller spesielle behov. Temaer som er berørt er f.eks. hvordan er det å ha en familie som kan være litt annerledes, hvordan snakker man med venner om dette, hva forstår venner om det å ha søsken med nedsatt funksjonsevne, osv.

### «Liv og røre»

Liv og røre er et kurs for barn med overvekt og deres foreldre. Gjennom positive opplevelser knyttet til livsdrift, økt mestring og bevegelsesglede for foreldre og barn, er formålet med prosjektet å forebygge sykdom som følge av livsstil, endre kosthold og øke fysisk aktivitet hos barn med tanke på å stabilisere vekten.

### La barna snakke om skilsmissen - PIS

Program for skilsmissegrupper (PIS) er et tilbud for barn i barnehage og skole. Programmet består av samtalegrupper for barn med to hjem, og ledes av helsesøster på skolen.

### Folkehelse og friskliv Ski

Avdeling folkehelse og friskliv jobber helsefremmende og forebyggende for kommunens innbyggere. Avdelingen jobber for å bedre folkehelsen både på et strategisk nivå og på individnivå. Avdelingen består av frisklivssentral, seniorkontakt, familievoldskoordinator, innsatsteam, kreftkoordinator, folkehelserådgiver og folkehelsekonsulent. Av de tjenester avdelingen leverer som er direkte brukerrettet, blir de fleste levert av Frisklivssentralen. Sentralen er et lavterskelttilbud uten behov for henvisning, som leverer følgende kurs og oppfølging:



Frisklivsrecepter er et lavterskelttilbud til innbyggerne som gir tilgang på individuell oppfølging en begrenset periode. I 2016 mottok sentralen 121 henvisninger til individuell oppfølging.



## Frisklivsresept – oppfølging for å endre livsstil



Liv og røre er et tilbud til overvektige barn og deres familier. Overvekt og fedme er en utfordring i dagens samfunn, og prognosene peker mot at denne trenden vil fortsette de neste årene. Forebygging av overvekt vil derfor være sentralt i helsefremmende og forebyggende arbeid.



Aktiv på dagsid og 60+ er et lavterskel, rimelig treningsstilbud for Ski kommunes innbyggere. Alle med en ytelse fra NAV kan delta i Aktiv på Dagsid, alle over 60 kan delta på 60+. Tilbuddet finansieres foruten deltakeravgifter av kommunale midler, og er et samarbeid mellom kommunen, idrettslaget og andre treningssentra. Timeplanen oppdateres hvert halvår, og det gjøres endringer ut i fra hvordan tilbuddene har truffet brukergruppen. Frisklivssentralen holder kurs gjennom året innenfor kosthold og fysisk aktivitet. I tillegg har sentralen spesialisert seg på å holde kurs i mestring av belastning, KIB-kurs. I 2017 har det blitt holdt to kurs i løpet av våren, og det avholdes ett kurs i høst. Frisklivssentralene i Follo har et eget nettverk; Friskliv Follo. Ski og Oppegård har pr i dag et godt etablert samarbeid.

Ski kommune har seniorkontakt i 100 % stilling som tilbyr hjemmebesøk til alle 75-åringene i kommunen. Hensikten er å informere om kommunens tilbud slik at innbyggerne kan bidra til å ivareta egen helse og å forebygge sykdom. Et annet mål med tjenesten er å identifisere innbyggere som er risikosonen for uhelse eller brukere som er i behov av tjenester for å gjenopprette tidligere funksjonsnivå eller forhindre ytterligere funksjonsfall. Seniorkontakten har også utstrakt kontakt med lag og foreninger, og holder depresjonsmestringskurset «Takk, bare bra». Her samarbeider Ski og



Oppegård om å holde kurs annenhver gang. Det arrangeres interkommunal seniorcafe i regi av seniorkontakten 3-4 ganger i året, og tema bestemmes etter innspill fra innbyggerne. Seniorkontakten har ansvar for Seniormessa på Ski bibliotek i forbindelse med Sikkerhetsuka hvert år.

Kreftkoordinatoren i Ski jobber både brukerrettet og strategisk. Fra 2015 til 2016 økte antall henvendelser med over 50 %. For å sikre at alle innbyggerne får en god kreftomsorg, har kreftkoordinatoren i 2017 hatt stort fokus på å heve kompetansen til ansatte. Det er allerede et høyt nivå på kompetansen om palliasjon i kommunen, men stadig dårligere brukere krever kontinuitet i dette arbeidet. Det pågår i 2017 et prosjekt finansiert gjennom midler fra fylkesmannen i forbindelse med opplæring og videreopplæring. Kreftkoordinator er et lavterskelttilbud uten behov for henvisning.

Folkehelsekonsulent og folkehelserådgiver i Ski kommune jobber hovedsakelig med følgende områder: Folkehelse i plan, skaderegistrering, trafikksikkerhetsarbeid og arbeid opp mot nettverket Trygge lokalsamfunn. I tillegg er folkehelsekonsulenten ansvarlig for årlig gjennomføring av Sikkerhetsuka.



Sikkerhetsuka for ungdom og minoritetselever



## Psykisk helse barn og unge Oppegård

Ungdatarapporten viser at ungdommer som sliter med psykiske plager, trives dårligere på skolen, gjør mindre lekser, skulker mer og i mindre grad enn andre sikter seg inn mot høyere utdanning. I følge undersøkelsen har de dårligere relasjon til foreldrene, blir oftere mobbet og har færre venner. Flere jenter enn gutter rapporterer at de sliter med depressive plager. Samarbeid med spesialisthelsetjenesten er viktig for å gi et godt tilbud. Kommunen prioriterte å igangsette tiltak for å styrke det forebyggende arbeidet.

Psykologene har delt ulike ansvarsområder mellom seg. Helsestasjonen har en psykologkontakt, alle Barneskoler har tilsvarende. I tillegg har psykologene en dag hvor de har kontor på RAV, og hver av ungdomsskolene. Saker fordeles på inntaksmøte ukentlig. Per 31.12.16 hadde psykologene 106 pågående saker, totalt 150 gjennom året. Psykologene driver grupper i samarbeid med ansatte fra egen og andre virksomheter.

Det ble gjennomført en depresjonsmestringsgruppe (DU-gruppe) for ungdom på ungdomstrinnet, og ungdom på videregående skole (RAV).

På barne- og ungdomsskolen gis tilbud om grupper for barn med 2 hjem (PIS grupper), og grupper og undervisning med "psykologisk førstehjelp". På ungdomsskolen ble det satset på undervisning med "psykologisk førstehjelp" for elever på 8. trinn.

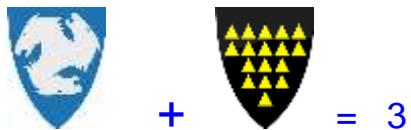
De største skolene har helsesøster, psykolog eller fysioterapeut tilgjengelig hver dag. Det gir mulighet til å bidra i undervisning, arrangere gruppetilbud samt gi individuelle samtaler med elever og foresatte. Tverrfaglig samarbeid gir mulighet til å jobbe på universelt, selektivt og indikativt nivå.

Det er gjennomført flest tverrfaglige brukermøter (TBM) i barnehagene, i tillegg til fire TBM i grunnskolen, to i Barneskolen og to på ungdomsskolen. TBM er et lavterskelttilbud hvor målet er å styrke foreldrenes/elevens medvirkning og sammen finne gode løsninger på opplevde utfordringer. Tverrfaglighet bidrar til bred kompetanse i møtene. Ofte kan råd og veiledning være godt nok, i andre tilfeller tilbys målrettede tiltak via en av tjenestene som er representert. Tjenestene som samarbeider er skole, PPT, barnevernstjenesten og helsetjenesten.

## Skolehelsetjenesten og helsestasjon for ungdom Oppegård

Skolehelsetjenesten i Oppegård kommune på barne- og ungdomsskolen består av helsesøster, fysioterapeut, psykolog, og på Barneskolene også skolelege. Skolehelsetjenesten i Oppegård har fokus på å jobbe helsefremmende og forebyggende. Tjenesten jobber sammen med skolene for å fremme et godt psykososialt og fysisk læringsmiljø. Helsesøster har den største stillingsprosenten av de yrkesgruppene som jobber i skolehelsetjenesten, men helsesøsterressursene er ennå ikke i henhold til normen i Barneskolen. Helsesøster samarbeider med de andre yrkesgruppene i skolehelsetjenesten, slik at de til sammen kan gi så godt helhetlig tilbud som mulig til elevene og foresatte. Tjenesten er et lavterskelttilbud, der både elever, foresatte og lærere kan henvende seg for samtaler, råd og veiledning.

I Oppegård kommune brukes også skolehelsetjenesten i undervisning i klasser og grupper. Skolehelsetjenesten har et utstrakt samarbeid med skolenes ledelser og lærere gjennom faste møtepunkter og ved behov. De er også med i samarbeidsmøter rundt enkeltelever og deltar aktivt i kommunenes nærværplan rundt enkeltelever. Skolehelsetjenesten og skolene lager nå en overordnet avtale for å sørge for et systemrettet arbeid i alle skolene for å sikre at



skolehelsetjenesten bidrar i skolens arbeid for et godt fysisk og psykososialt miljø på skolen, samt i skolenes planarbeid i henhold til ny nasjonal faglig retningslinje.

Gjennom skolestartundersøkelsen på 1. trinn og helsesamtalen på 8. trinn har skolehelsetjenesten en unik mulighet til å bli kjent med alle elevene og evt. utfordringer de har, slik at de på et tidlig tidspunkt kan kartlegge evt. behov og følge elevene over tid. Helsesøster har fokus på å få gjennomført disse helsesamtalene, men det er en utfordring å få gjennomført samtalene grunnet ressurser. Skolehelsetjenesten samarbeider også med andrelinjetjenesten og er med på samarbeidsmøter for eksempel på BUP (Barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk) og somatiske sykehus ut fra hvilke utfordringer enkeltelever har.

Helsetjenesten jobber ut mot barn og unge med psykiske problemer og lidelser og de som lever med høy risiko for å utvikle psykososiale vansker. Prosjektmidler fra Fylkesmannen gir mulighet for utvikling av målrettede tiltak. Blant annet holder skolehelsetjenesten flere lærings- og mestringeskurs for barn, unge og deres foreldre, i samarbeid med de kommunale psykologene. På det kommunale legesenteret er psykolog fra psykisk helsetjeneste en dag per uke.

Helsesøster og psykolog på Roald Amundsen videregående skole (RAV) har i 2016 hatt fokus på opplæring av lærere knyttet til elevenes psykiske og psykososiale helse, og det har vært gjennomført to foredrag i lærernes planleggingstid. I tillegg har det vært et tett samarbeid mellom skolens ledelse, ansatte i helsetjenesten og elevrådet for å fremme brukermedvirkning. På 5. trinn har helsesøster klasseundervisning om tema psykisk helse hvor man har fokus på å lære elevene hva de kan gjøre når de har det vanskelig følelsesmessig, "Psykologisk førstehjelp". Undervisningen etterfølges av et gruppemøte. På noen skoler hvor det har vært spesielle utfordringer, har psykolog vært med i gruppen.

Helsestasjon for ungdom (HFU) er et gratis medisinsk tilbud uten timebestilling til alle ungdommer t.o.m. 20 år. Her jobber det 4 helsesøstre og 2 leger på «turnusordning» og de har to åpningsdager i uken. Målsettingen for tjenesten er å bevisstgjøre ungdom til å ta vare på egen helse, med særlig fokus på seksuell helse. Ungdom henvender seg også ofte i forhold til psykososiale problemstillinger, og HFU kan hjelpe dem til å få kontakt med skolehelsetjeneste og psykologer i vår tjeneste, fastlege eller til andre instanser ut fra hvilke utfordringer ungdommen har.

## Helse og rus Oppegård

Ruskontrakt er et tilbud til ungdom opp til 20 år som er motivert for å komme ut av narkotikabruk på et tidlig stadium. Oppfølgingen foregår i samarbeid mellom helsestasjonen og politiet og innebærer samtaler og å avgjøre urinprøver. Henvendelser angående ruskontrakt kan komme fra ungdom selv, foreldre, skole, helsesøster, barnevern, politi eller andre. En ruskontrakt varer i åtte måneder, og oppfølging av foreldre er sentralt i arbeidet. Flere av ungdommene har en sammensatt problematikk med rus, kriminalitet og psykiske helseutfordringer, og det samarbeides med foreldre, barnevern, politi, konfliktråd, skoler, BUP, ARA (Avdeling Rus og Avhengighet, Follo Døgn). Erfaringer viser at mange ungdommer opplever denne oppfølgingen som en hjelp til å gjøre andre valg og til å slippe press fra jevnaldrende når de sier at de går på ruskontrakt.

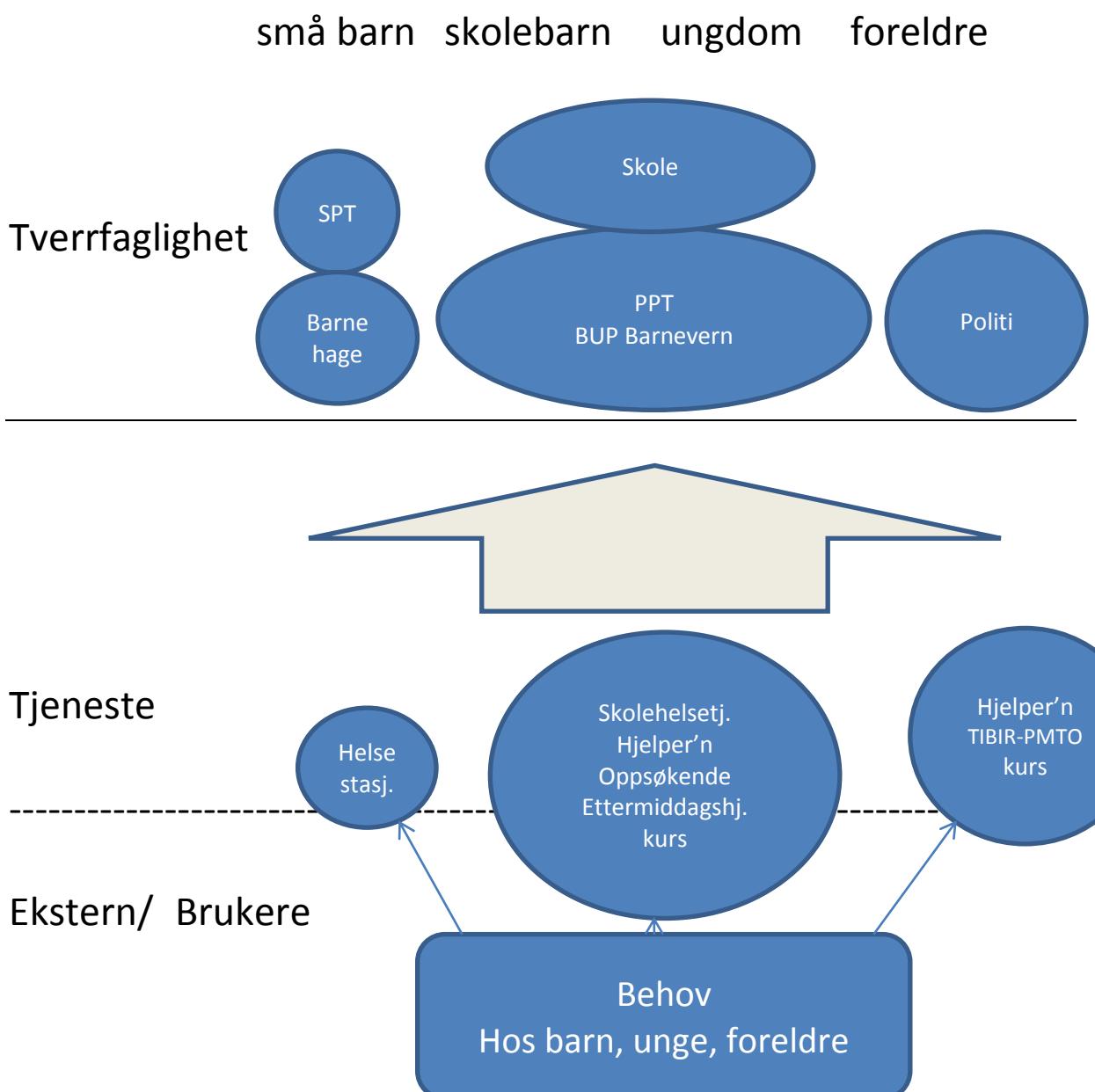
## Helsefremmende og forebyggende arbeid – Friskliv Oppegård

Friskliv Oppegård har etablert «Aktiv på dagtid i Oppegård». Det er et samarbeid mellom Akershus Idrettskrets, Oppegård IL og Oppegård kommune, som nå er i gang med ulike gruppertilbud for de i alderen 18-67 år som er sykemeldte eller mottar en eller annen form for trygd eller sosial stønad.



Friskliv Oppegård fikk i 2016 119 nye Frisklivsresepter og 14 av disse var barn og unge. Blant de voksne er det færre en tidligere som feilhenvises og antallet som fullfører og videreføres til nytt år er stabilt. Totalt ble 34 barn og unge med familie fulgt opp med kosthold og fysisk aktivitet i 2016. Det er opprettet en ungdomsgruppe på prosjektmidler som trener en gang i uka og har hatt praktisk og teoretisk kostholdsundervisning. Det ble gjennomført primæforebyggende undervisning om kosthold på barneskoler i samarbeid med helsesøster.

Aktiv på dagsid har ni grupper ukentlig i tillegg til egentrening på Tårnåsen aktivitetssenter mandag til fredag. Gjennom høsten har Friskliv hatt samarbeidsmøter med NAV med tanke på innføring av aktivitetsplikten. Av kurs og temastunder i 2016 var søvnbehandlingskurs spesielt godt besøkt.





## Helsefremmende og forebyggende arbeid på tre nivåer

Nyere forskning og metoder skiller mellom universell, selektiv og indisert forebygging. De ulike nivåene har ulike formål og det er ulike målgrupper. Tidlig forebyggende innsats kan settes inn på alle nivå. Kunnskap om risiko og beskyttelse er i stor grad en forutsetning for å kunne sette inn tiltak tidlig, før problemene utvikler seg.

<u>Universell forebygging</u> omfatter innsats rettet mot hele befolkningsgrupper	<u>Selektiv forebygging</u> er tiltak rettet mot grupper med kjent og/eller forhøyet risiko for å utvikle problemer.	<u>Indisert forebygging</u> er tiltak rettet mot individer med høy risiko eller klare tegn på problemer.
---	--	--

Helsetjenesten har laget ulike henvisningskjema rettet mot de selektive og indiserte tilbudene i helsetjenesten med tanke på å kartlegge behovene på en god måte. Det fattes ikke enkeltvedtak i helsetjenesten per i dag.

Nedenfor følger en mer detaljert beskrivelse av hvordan Helsetjenesten jobber med disse tjenestene, delt inn etter kommuneplanens fokusområder:

### Barn og unge

I prosjektet «Sammen for barn og unge» er målet å identifisere barn og unge som trenger ekstra oppfølging tidlig og gi rett hjelp til rett tid. Brukermedvirkning er i fokus, og det inviteres til et samarbeid med barn, ungdom og foreldre slik at deres behov og ønsker blir tatt på alvor, blant annet gjennom tværfaglige brukermøter hvor PPT, Barneverntjenesten, Helsetjenesten og aktuell barnehage/skole er involvert. Målet er å starte tiltak tidligst mulig. Det er flere henvendelser fra barn med sammensatte og kompliserte problemstillinger. Dette krever flere konsultasjoner. Også flere foreldre ønsker mer foreldreveileddning. Helsetjenesten vil derfor i større grad gi tilbud om universelle tiltak til alle barn og deres foreldre.

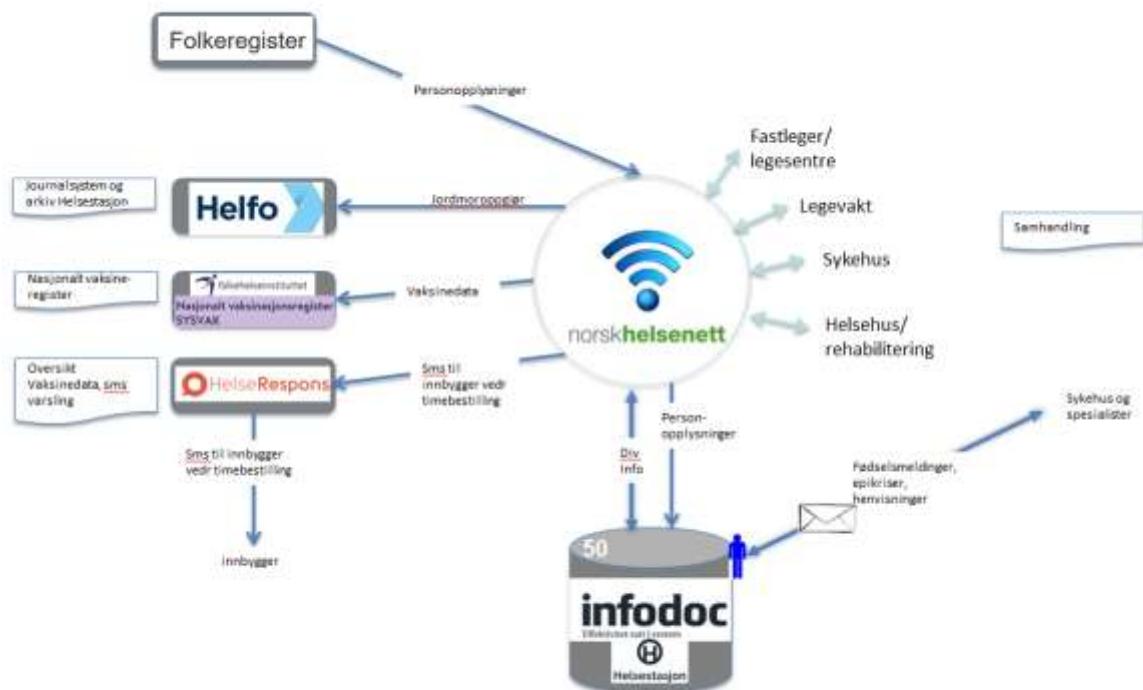
TIBIR (Tidlig intervension for barn i risiko) er et program for forebygging og behandling av atferdsproblemer hos barn tilpasset det kommunale tjenestenivået. Målsettingen med TIBIR er å forebygge og avhjelpe atferdsproblemer på et tidlig tidspunkt samt bidra til å utvikle barns positive og prososiale atferd. Videre å gi ansatte og ledere som arbeider og har ansvar for barn en felles forståelse av hvordan atferdsproblemer oppstår og kan avhjelpes. TIBIR skal være en helhetlig tiltakskjede der intervasjonene er i overensstemmelse med målgruppens behov og forutsetninger. Helsetjenesten har implementert TIBIR rådgivningsgruppe i introprogrammet. Gjennom samtal og veileddning av foreldre skal forelderådgivning bidra til å forebygge og redusere problematferd og fremme prososial atferd hos barn i alderen 3–12 år. Intervasjonen skal være kortvarig, 3–6 møter per familie.

PMTO (Parent Management Training – Oregon) har vært gitt til grupper i et samarbeid mellom barnevernstjenesten og helsetjenesten.

## 7 Digitale verktøy og systemer

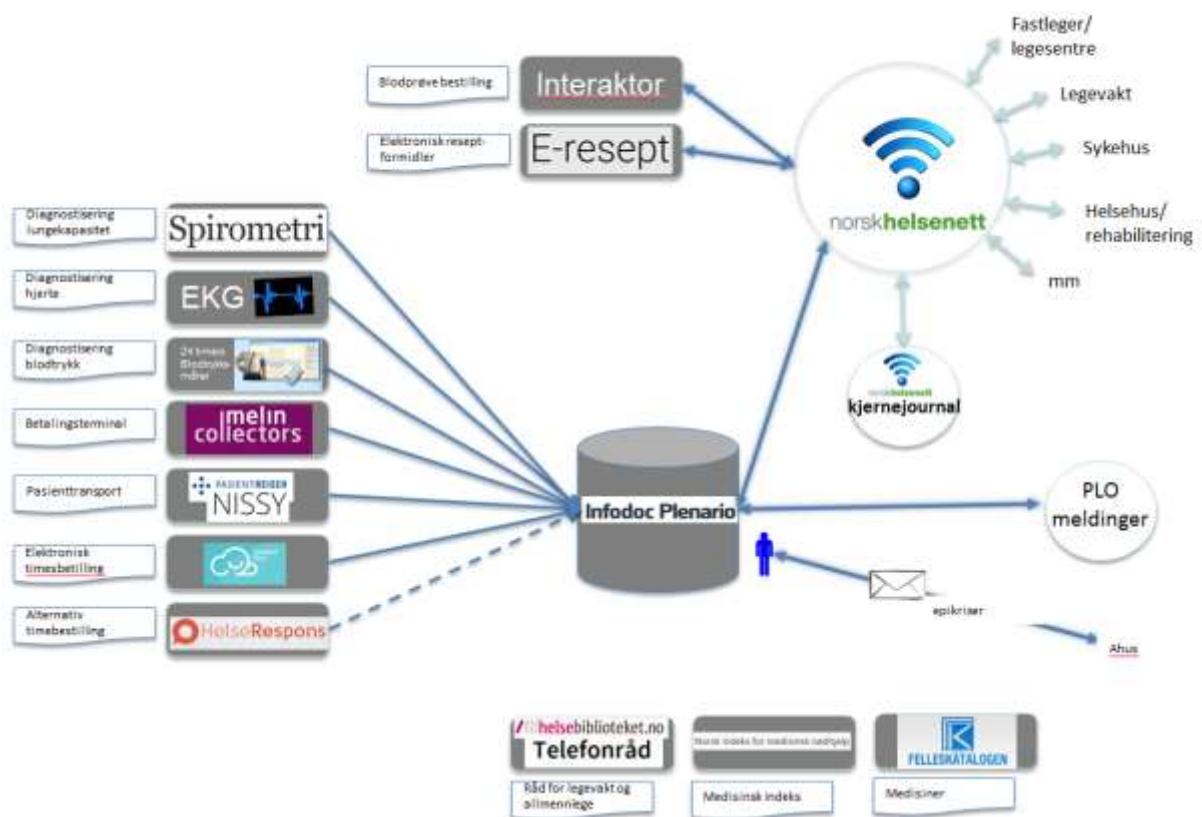
### 7.1 Ski kommune

#### Helsestasjon



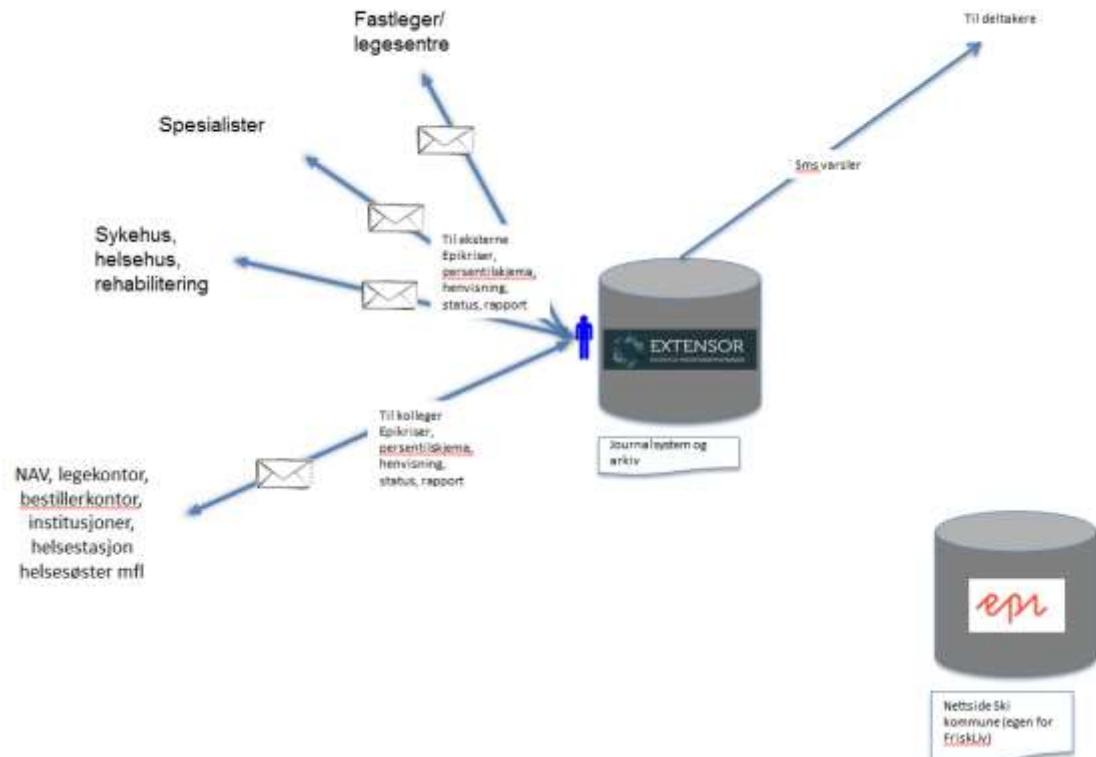


## Kommunal fastlege





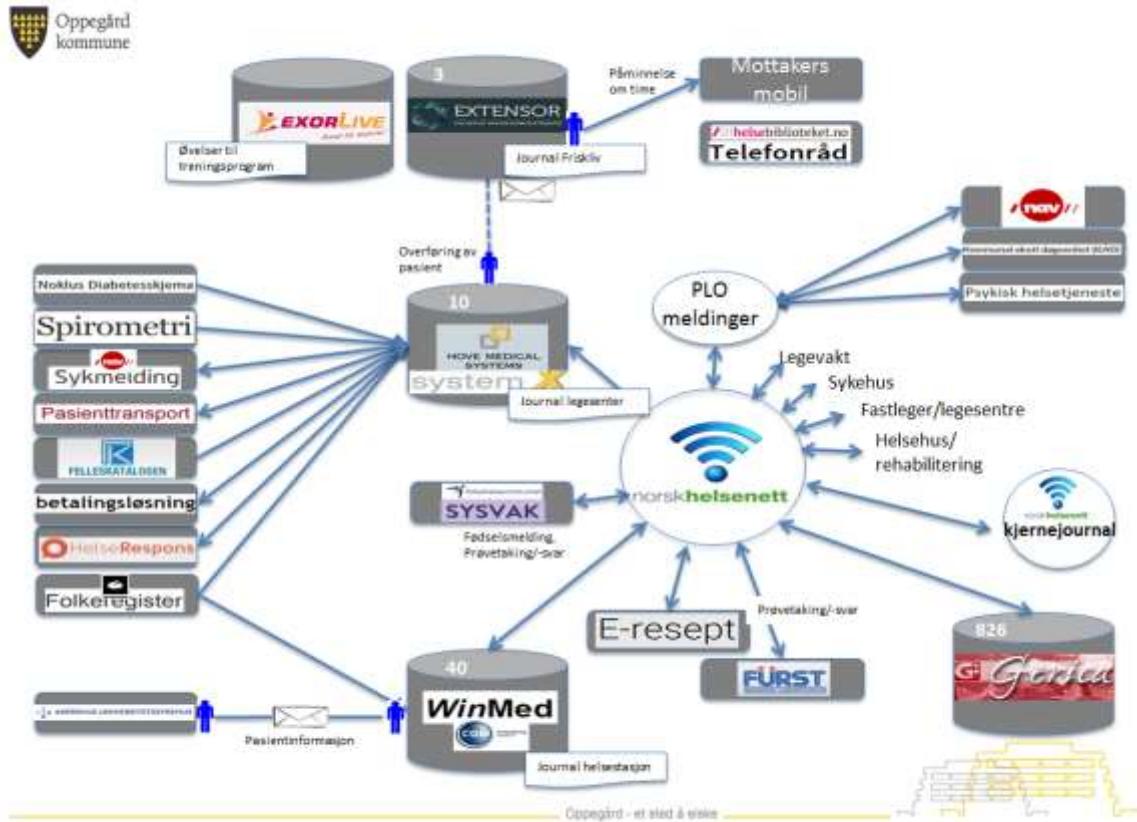
## Friskliv





## 7.2 Oppegård kommune

### Helsestasjon, Kommunal fastlege og Friskliv



### Utekontakten og SLT-koordinator

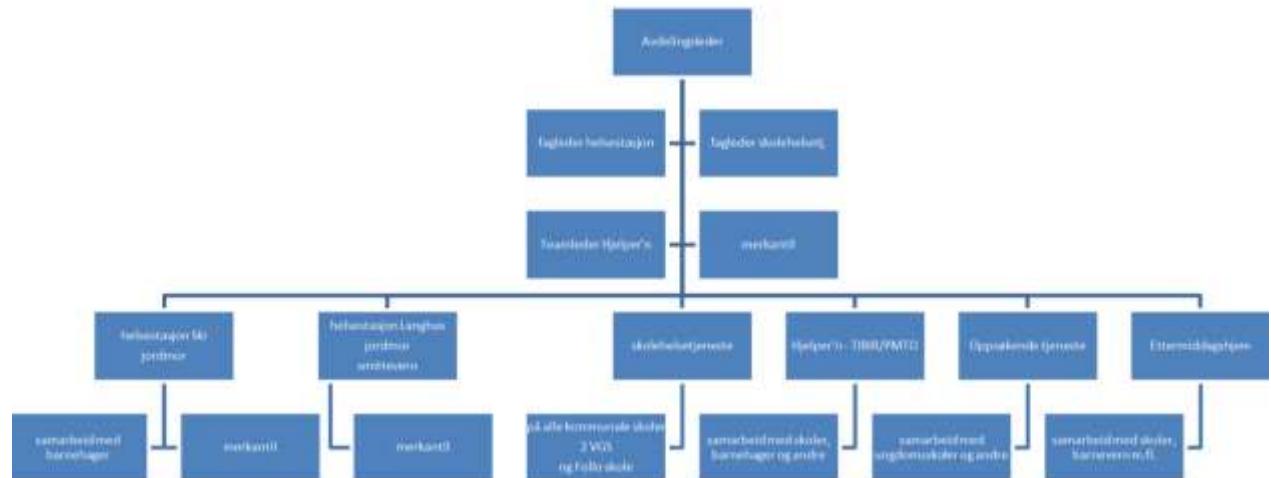
Se kunnskapsgrunnlag Barnevern for beskrivelse av digitale verktøy.



## 8 Organisering

### 8.1 Ski kommune

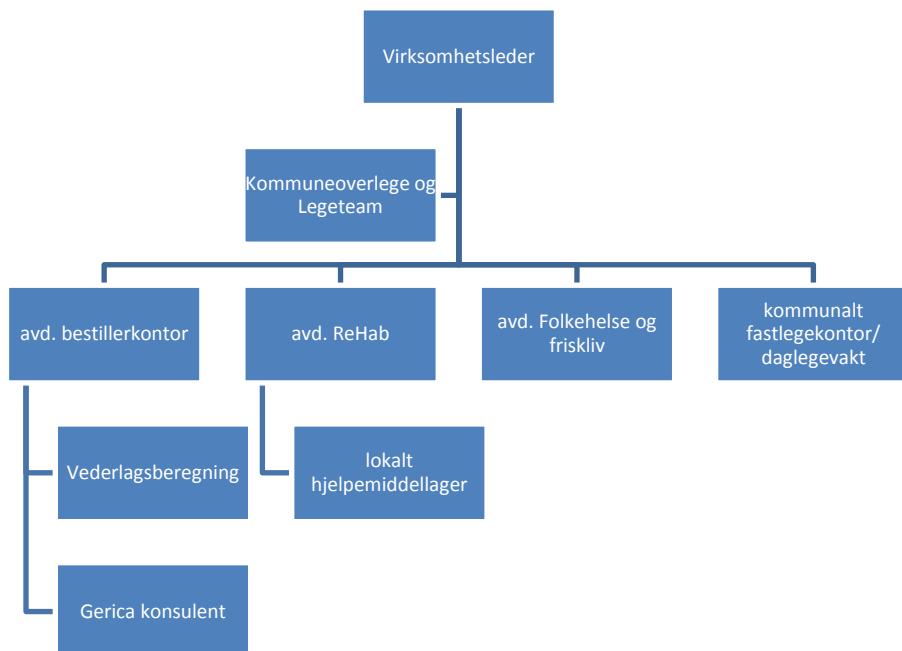
#### Avdeling Forebyggende



Avdeling Forebyggende er en del av virksomheten Familiens hus som består av Forebyggende, barnevern og et botilbud til mindreårige flyktninger. Forebyggende er den eneste avdelingen som har ansvar for helsetilbud til barn og unge, på både det fysiske og psykiske planet.

Forebyggende hører til det kommunale området Oppvekst, sammen med skoler og barnehager, samt pedagogisk tjeneste (PPT, SPT, m.fl.). Området har egen kommunalsjef.

#### Virksomhet Samhandlingsenheten





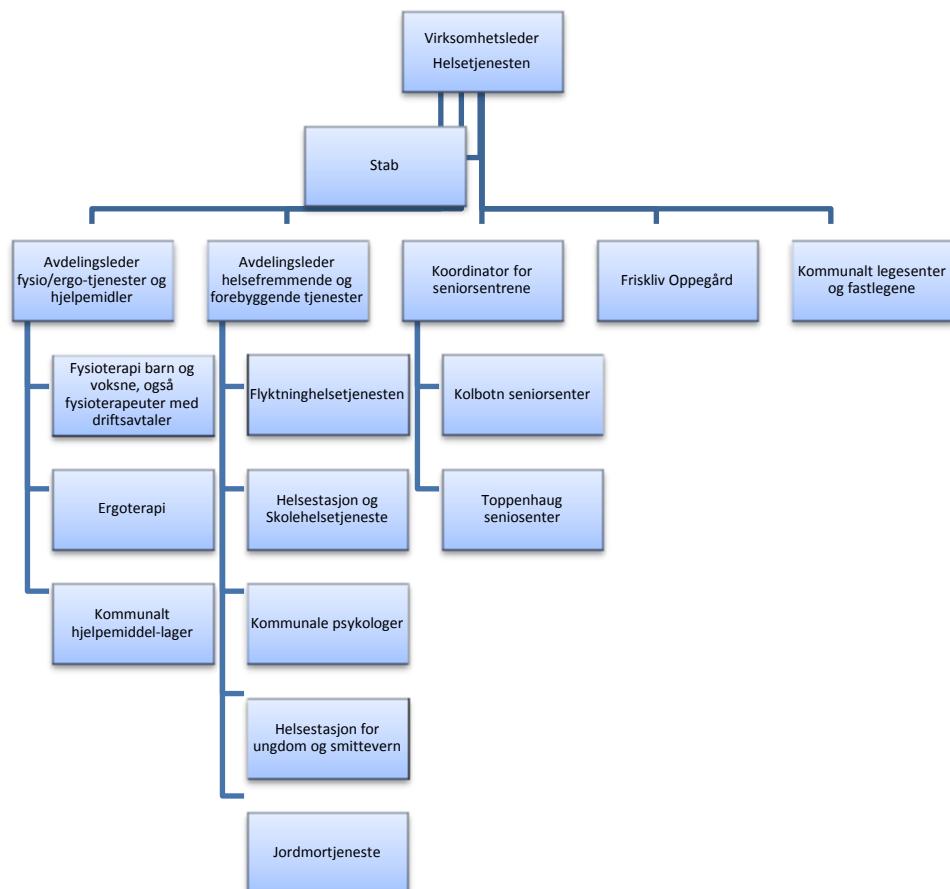
Avdeling Rehabilitering er en avdeling i virksomhet Samhandlingsenheten. Det er ikke flere virksomheter som leverer tilsvarende tjenester i kommunen.

Avd. kommunalt fastlegekontor/daglegevakt. Har deleliste for fastlegepasienter og er permanent daglegevakt for Ski kommune. Det kommunale fastlegekontoret bemannes daglig av 2 leger.

Legeteamet er organisert i stab til virksomhetsleder, og utøver sine arbeidsoppgaver i de 3 sykehjemmene, på 2 helsestasjoner, smittevernkontoret, skolehelsetjeneste og helsestasjon for ungdom og fastlegekontoret.

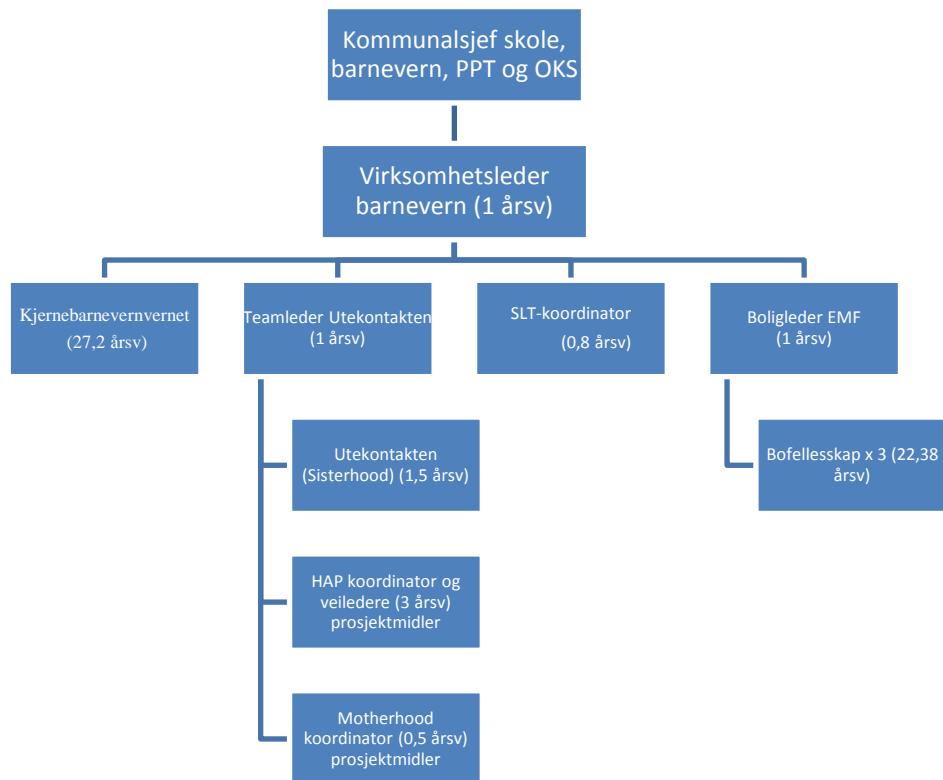
## 8.2 Oppegård kommune

### Virksomhet Helsetjeneste





## Utekontakt og SLT-koordinator (organisert under virksomhet barnevern)





## 9 Lokalisering

### 9.1 Ski kommune

Våre aktiviteter er både fast lokalisert og ambulerende. Noen tjenester holder til i Kirkeveien 3 i Ski. Der finner vi helsestasjon for barn, helsestasjon for ungdom, Hjelper'n og avdelingsledelsen. På Langhus har vi en helsestasjon for barn, skolehelsetjenesten, smittevern og Oppsøkende. Ettermiddagshjem har sin base både på Hebekk skole og Langhus skole. Tjenester som skolehelsetjeneste, Oppsøkende og Hjelper'n arbeider også ambulerende på forskjellige skoler, barnehager og andre arenaer. TIBIR/PMTO er p.t. lokalisert med barnevernet i påvente av utvidelse av lokaler i Kirkeveien 3. SLT-koordinator på lokalisert på Ski rådhus

Vårt mål er å ha en helsesøster på hver skole, men per dags dato må de fleste helsesøstre arbeide på to skoler.

Ski tettsted (18, Samhandlingsenheten), Finstadtunet (6 + 1-2), Langhus bo- og servicesenter (1 + 1), Lokalt hjelpemiddellager Drømtorp (3) Solborg (1), Ski Helsestasjon (1), Langhus Helsestasjon(1), Ski kommunale fastlegekontor (4-5)

### 9.2 Oppegård kommune

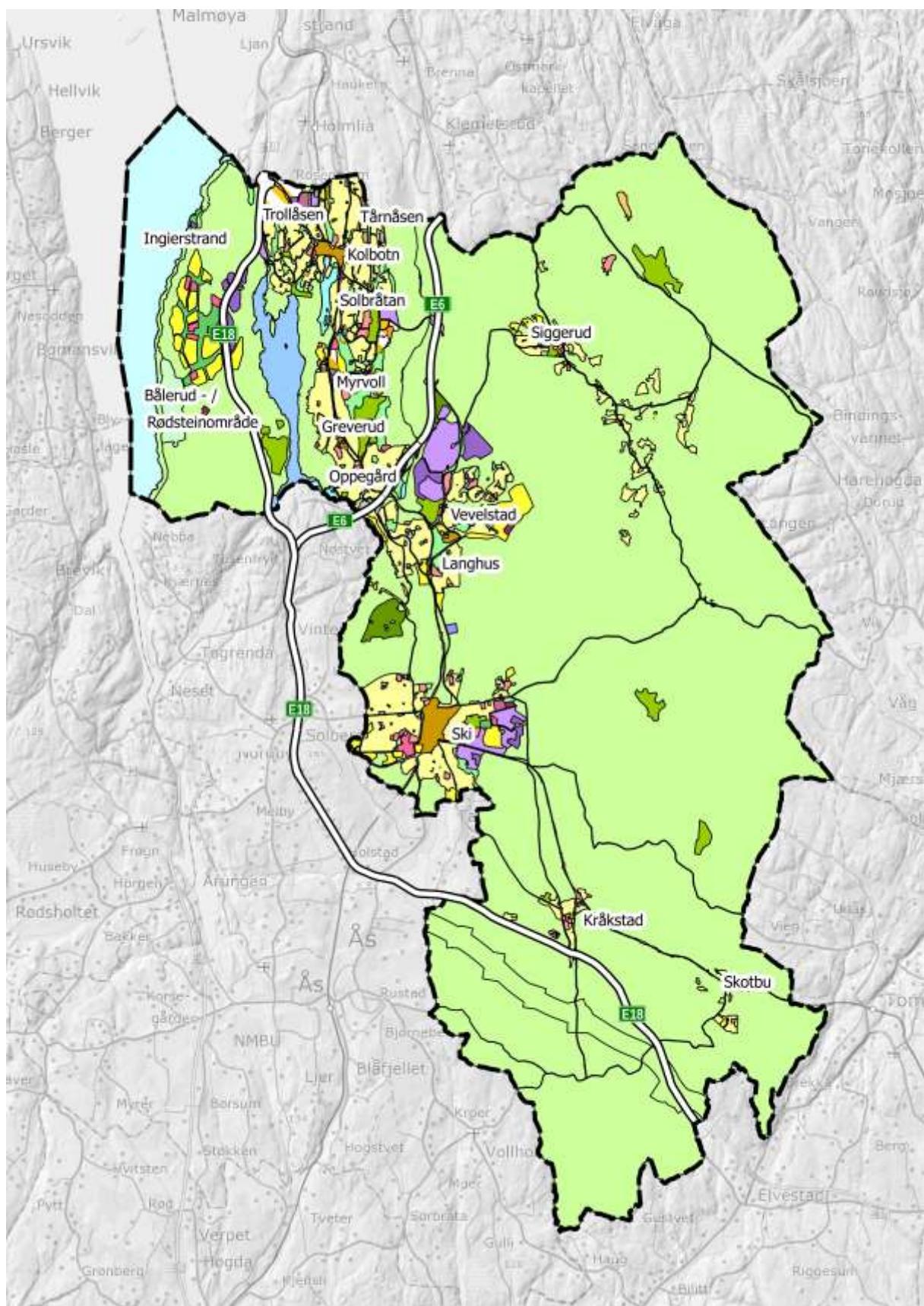
Helsestasjon	En helsestasjon; Kolbotn helsestasjon ligger i Kolbotn sentrum. 4,5 årsverk helsesøstre, 2,1 jordmor. 100 % ergoterapeut for barn og 2,5 fysioterapeut. 2 x 40 % helsestasjonslege. Mellom 250-300 fødsler per år og omrent 400 barn på hvert alderstrinn og deres foreldre.	
Smittevern	Har kontor på Kolbotn helsestasjon. En helsesøster i 50 % stilling og en lege en dag per uke (20 %)	
Skolehelsetjeneste	Har base på 6 Barneskoler og 4 ungdomsskoler. RAV – videregående skole har også egen base. Omrent 400 barn på hvert årskull. 4,5 helsesøsterstillinger i Barneskolen, 2,2 i ungdomsskolene, 20 % psykolog på hver ungdomsskole. RAV: 20 % psykolog, 10 % fysioterapeut, 70 % stilling helsesøster på videregående skole.	
Friskliv	Tårnåsen aktivitetssenter, 100 % fysioterapeut og 100 % klinisk ernæringsfysiolog Ca. 120 frisklivsresepter per år	
Fysio- ergoterapi tjenester	Base på hvert sykehjem. 15 årsverk Brukerne er registrert i Gerica. Status oktober 2017 viser følgende tall:	
	Pasienter på inst.      Hjemmeboende	
Fysio	92	276
Ergo	93	266



Kommunalt hjelphemiddellager	3,9 årsverk. Merkantile oppgaver ca. 1 årsverk og 2,9 hjelphemiddelteknikere
Stab	4,9 stillinger: <ol style="list-style-type: none"> <li>1 100 % koordinator for seniorsentrene sitter litt i Kolben og litt på Toppenhaug seniorsenter</li> <li>2 200 % avdelingsledere sitter på Kolbotn helsestasjon</li> <li>3 190 % merkantile stillinger med personal og økonomioppgaver sitter på Kolbotn helsestasjon</li> </ol>
Seniorsenter	Et senter på Toppenhaug. 1,4 stillinger husholder og aktivitør
Kommunalt legesenter	Et senter i Kolben, 1,74 stillinger husholder og aktivitør
Flyktninghelsetjenesten	Toppenhaug legesenter ligger i tilknytning til seniorsentret. 2 x 60 % fastlege + 100 % turnuslege. 1 årsverk sykepleier og 60 % helsesekretær (psykolog 20 % fra psykisk helse, klinisk ernæringsfysiolog 20 % fra Friskliv Oppegård) Legesenteret har også 30 % fysioterapeut Lokalet «nye muligheter» i samarbeid med Nav. Lokalet ligger i tilknytning til helsestasjonen. 1,3 årsverk helsesøstre, 1,0 årsverk sykepleier med traumekompetanse, 20 % fysioterapeut, 10 % jordmor med fokus på kvinnehelse og 1,0 årsverk koordinering av flyktningarbeid/frivilligarbeid for flyktninger.
Kommunale psykologer	2,6 årsverk. Har base på lokalet «nye muligheter» men også på ungdomsskolene/videregående skole. I tillegg jobber de i Barneskolene og barnehagene.
Utekontakten og SLT-koordinator	Lokaler i Kolbotnveien 23, 5. etasje sammen med barneverntjenesten.



+ = 3





+ = 3

## 10 Samarbeidspartnere og brukere

Ski kommune	Oppegård kommune
Pedagogisk virksomhet /PPT, SPT, m.fl.)	Nav Oppegård – flyktningarbeid og ruskontrakter. Også frisklivsrecepter
Barnevernet	PPT – TIBIR, tverrfaglige brukermøter og enkeltsaker
Skolene	Barnevernet – TIBIR, tverrfaglige brukermøter, drøftingstelefon/bekymring, enkeltsaker
Barnehagene	Frivillighetssentralen
EMA (mindreårige flyktninger)	Barnehagene
Miljøarbeidertjeneste	Skolene
Samhandlingsenheten	RAV videregående skole
Kommunale leger og legekontor	Follo BUP
BUP	Hjemmetjenesten
DPS	Sykehjemmene
Familievernkontoret	Fastlegene
Politiet	Privat fysioterapeuter
Kultur/ ungdomsklubber	AHUS – også andre helseforetak ettersom hvor pasienten føder/er innlagt
Folkehelse i kommunen	Psykisk helsetjeneste. Nærmiljø
Noen frivillige organisasjoner	Kommuneoverlegen
Barn og unger i kommunen	Ulike Follosamarbeid
Foreldre til små barn og skolebarn	Nærmiljø
Fastleger og pleiepersonell	Boliger for enslig mindreårige flyktninger
Saksbehandlere	Helse
Frisklivssentralen	Politi
Seniorkontakten	Miljøarbeidere
Kreftkoordinator	Folkehelsekoordinator
Privat fysio	Kulturhuset, biblioteket, kulturskolen
Spesialisthelsetjenesten	UTE (Pyramiden mm)
Innsatsteam	Lokalt næringsliv
Demenskoordinator	Frivillige organisasjoner (Lions, folkehjelpen mm)