



Måsøy kommune

HÅNDLINGSPLAN 2008/2009

Det gode liv i Måsøy med fokus på trivsel og allsidig aktivitet



Vedtatt i styringsgruppa 01.09.09

1.1 Bakgrunn

Folkehelse er summen av helse til enkeltindividene i en befolkning. Folkehelsearbeid har som mål å bedre helse og redusere helserisiko og handler om alle de forhold som har betydning for folkehelse.

Et velutviklet helsevesen har stor betydning for befolkningens helsetilstand, men helsepolitikk innebærer også helsefremmende og forebyggende arbeid på tvers av sektorer. 90 prosent av god helse skapes i andre sektorer enn helsesektoren. Innsats på områder som arbeid, barnehage, skole, fritid, bolig, sosiale relasjoner og miljø vil ha effekter på folkehelse.

Finnmark fylkeskommune inviterte alle kommunene i Finnmark til å delta treårig folkehelseprosjektet ” Liv og lyst i lys og mørke - Partnerskap for folkehelse i Finnmark ”. Kommunestyret i Måsøy vedtok 15.06.07 at kommunen skulle delta i folkehelseprosjektet og i april 2008 skrev Måsøy kommune under partnerskapsavtale for folkehelse med Finnmark fylkeskommune. Koordinatorfunksjonen og ansvaret for prosjektet legges til kultur og oppvekst etaten. Fra og med mai 2008 var lokal prosjekt koordinatør på plass i 30% stilling. Partnerskapskommunene vil få tilskudd til sitt lokale folkehelsearbeid fra fylkeskommunen, samt at Måsøy kommune bevilger 100.000,- årlig ut 2009. Prosjektet skal tilrettelegge for forebyggende og helsefremmende aktiviteter i et bredt perspektiv.

1.2 Prosjekt mål

Mål for prosjektet er:

- Å utvikle og implementere et systematisk, helhetlig og langsiktig folkehelsearbeid i Måsøy kommune
- At Måsøy kommune skal organisere sin folkehelsesatsing på en slik måte at folkehelsehensyn blir ivaretatt i all kommunal planlegging og i alle kommunale virksomheter
- Å rekruttere frivillig sektor og brukerorganisasjoner til partnerskap om folkehelse

1.3 Mål for folkehelsearbeidet i Måsøy kommune

Måsøy skal være et inkluderende samfunn som fremmer trivsel og bolyst. Og hvor innbyggerne gis muligheter til gode opplevelser i nær tilknytning til natur og samfunn for øvrig. For å lykkes i dette forutsettes et nært samarbeid mellom Helse og sosial, Kultur og oppvekst, Teknisk etat, private fagmiljøer, samt frivillige lag og organisasjoner i kommunen.

Målet er:

- Å tilrettelegge for at alle kan ta gode valg. Flere skal oppleve fysisk og psykisk overskudd i hverdagen sin.
- Å redusere sosial ulikhet i helse. Et inkluderende lokalsamfunn, med behov for og plass til alle, vil motvirke årsaker til helseforskjeller.
- Å øke trivsel og bo- og etableringslyst med helsefremmende skole- og næringstiltak.
- Å mobilisere lokal- og nærmiljøene til innsats. Samarbeid mellom offentlige og private fagmiljøer og frivillige organisasjoner.

Slik vil man søke å bygge kulturer for positiv og felles innsats gjennom gode tiltak. I et videre perspektiv ser vi muligheten for utvikling av samhold og engasjement blant innbyggere på tvers av alder, kjønn og sosiale skillelinjer, som verdier med stor betydning i lokalsamfunnet.

1.3.1 Nasjonale målsettinger og prioriterte områder:

Folkehelsearbeid er samfunnets totale innsats for å opprettholde, bedre og fremme folkehelsen. I dette ligger nødvendigheten av å styrke verdien som gir det enkelte individ og grupper muligheten for ansvar, delaktighet, solidaritet, mestring og kontroll over eget liv og situasjon. (NOU 1998:18. Det er bruk for alle)

Nasjonale prioriterte satsningsområder er fysisk aktivitet, ernæring, tobakk, rus og psykisk helse. Andre områder som fremheves som viktig er universell utforming, fysisk planlegging, oral helse, integrering av nye landsmenn, skade – og ulykkesforebygging og helsefremmende arbeidsplasser. Prosjekt og tiltak som kan nevnes er helse i plan, fysisk aktivitet og måltider i skolen og grønn resept. Prosjektene gjennomføres i enkelte fylker og kommuner.

1.4 Arenaer

For å nå målene for folkehelsearbeidet må det tilrettelegges for at det skal være enkelt å gjøre gode og riktige valg på de ulike arenaer. Folkehelsearbeidet skal videre ha et forebyggende perspektiv. I dette ligger at barn og unge skal være prioriterte grupper i satsingen. Andre grupper som er viktige å ivareta er funksjonshemmede, innvandrere, eldre, arbeidsledige og uføretrygdede.

For å nå disse gruppene legger folkehelsearbeidet opp til innsats på arenaer som er og oppfattes som naturlige møteplasser i samfunnet.

- Fritid
- Forebyggende helsetjeneste
- Barnehage
- Skole
- Arbeidsliv
- Bo- og omsorgssenter

1.5 Kriterier for at en kommune skal være partnerskapskommune:

- Vedtak i kommunestyret om deltakelse i Partnerskap for folkehelse
- Folkehelsesatsning integreres i kommuneplaner og andre relevante planverk
- Opprette styringsgruppe eller arbeidsgruppe for det lokale folkehelsearbeidet i prosjektperioden
- Lokale partnerskap inngås med frivillige organisasjoner og offentlige etater
- Ivareta 20- 50 % folkehelsekoordinatorfunksjon
- Utarbeidelse av handlingsplan innen ett år
- Kommunen deltar på felles kompetansehevingstiltak initiert av Partnerskap for folkehelseprosjektet i Finnmark
- Gjennomføre minst to tiltak fra hvert innsatsområde i prosjektperioden
- FNs standard regler for like muligheter for mennesker med funksjonshemming skal legges til grunn i alt planarbeid

1.6 Organisering av prosjektet:

Styringsgruppe:

Ingalill Olsen	Ordfører
Aina Borch	Rådmann
Ann Jorunn Stock	Helse og sosialsjef
John Strand	Kultur og oppvekst sjef
Edmund Mikkelsen jr.	Teknisk sjef (konst.)

Lisbeth Seppola Prosjektansvarlig Sekretær for styringsgruppa

Arbeidsgruppe

Lisbeth Seppola	Prosjektansvarlig	koordinator
Anne Karin Olli	Helsesøster	
Ann Jorunn Stock	Helse og sosialsjef	
Nam Young Pak	Kommunelege 1	

1.7 Prioriterte satsingsområder i prosjektet og i Måsøy kommune

- Fysisk aktivitet og friluftsliv
- Røyk- og rusfrihet
- Matkultur
- Kultur
- Fysisk planlegging som helsefremmende verktøy

1.7.1. Fysisk aktivitet og friluftsliv

Det er sammenhengen mellom friluftsliv og psykisk helse. Aktivt ute- og friluftsliv blant barn og unge har positiv innvirkning på trivsel, generell mestringsevne og livskvalitet.

Allsidig fysisk aktivitet i barne- og ungdomsårene er nødvendig for god helse i oppveksten og for å etablere regelmessige aktivitetsvaner som gir varig aktivitetsglede.

I tillegg til at fysisk aktivitet forebygger en rekke sykdommer er aktiviteten også en kilde til livsutfoldelse, glede og positive mestringsopplevelser alene og sammen med andre. Fysisk aktivitet er også en mulig behandlingsform for personer med depresjon.

Fysisk aktivitet er viktig for muskel- og skjeletthelse. For personer som er fysisk innaktive vil selv en beskjeden økning i daglig aktivitetsnivå gi betydelig helsegevinst i form av økt livskvalitet og redusert sykdomsrisiko.

Sammenheng mellom fysisk aktivitet og helse er godt dokumentert. Regelmessig fysisk aktivitet beskytter mot utvikling av hjerte- og karsykdommer, høyt blodtrykk, diabetes type 2, overvekt, fedme, tykktarmkreft, brystkreft og andre kreftformer.

Mål: Å Fremme den fysiske og psykiske helsen

Målgruppe: Alle

Ønsket resultat:

- At barn og unge lærer å bli glad i fysisk aktivitet
- At alle innbyggere gis arenaer for fysisk aktivitet
- At alle gis muligheter til drive friluftsliv i nærmiljøet
- At det gis tilbud om fysisk aktivitet på dagtid
- At vi bruker tilpasset fysisk aktivitet i forebyggende, helsefremmende og rehabiliterende arbeid
- At vektøkning, forekomst av diabetes 2 og hjerte- og karsykdommer reduseres
- At allerede pågående arbeid synliggjøres og styrkes

Forslag til tiltak	Ansvarlig	Partnere
Etablere turløype/Lysløype	Havøysund skiklubb	Måsøy kommune
Søke å opprette Turløyper, samt videreutvikler kulturstier:	Måsøy kommune	Lag og foreninger
Videreutvikle storvannsparken / fiskeværsparcken	Måsøy kommune	Lag og foreninger
Videreutvikle et allsidig og bredt treningstilbud til barn og unge	Havøysund Idrettslag, Havøysund skiklubb Rølvøy Bygdelaag , øvrige	Måsøy kommune

	lag og foreninger, samt private organisasjoner	
Videreutvikle og videreføre Skicup	Havøysund skiklubb	Måsøy kommune
AKTIV PÅ DAGTID Se på muligheten for å etablere "aktiv på dagtid" tilbud.	Måsøy kommune	NAV Måsøy Arbeid med bistand Helse og sosialsjef Kommunelege 1 Helsesøster Psykiatri tjenesten Fysioterapeut Miljøarbeider Mental helse Måsøy Kulturkonsulent
Fysisk aktivitet på resept Se på muligheten for å etablere tilbudet, muligens knyttet opp til Aktiv på dagtid.	Måsøy kommune	Som over, samt lag og foreninger, treningscenter og treningskontakter
Utdanne treningskontakter Etablere Treningskontaktordning	Måsøy kommune	Psykiatri tjenesten, Lag og foreninger,
Videreutvikle Dametrim /Stavgangsgruppe	Havøysund idrettslag	Måsøy kommune
Videreføre og videreutvikle Hjertetrim	LHL Havøysund	Måsøy kommune
Etablere "ut å gå gruppe"	Mental helse Måsøy	Måsøy kommune, Diabetesforeningen, LHL
Bassengtrening for revmatikere og eldre	Svømmeklubben	Måsøy kommune
Skiløype fra 889 til rødekorshytta	Havøysund skiklubb	Måsøy kommune
Etablere og videreutvikle et bredt trenings, og aktivitetstilbud til befolkningen	Treningsstudio, lag og foreninger og andre private aktører	Måsøy kommune

1.7.2. Røyk- og rusfrihet

Tobakkbruk fører til betydelige helseskader og for tidlig død. Tobakkbruk er den enkelfaktoren som er mulig å forebygge som kanskje har størst innflytelse på helsetilstanden. Redusert tobakkbruk vil kunne bety stor løft for folkehelse.

Det har vært en økning av illegal rusmisbruk blant ungdom og mange har både rusproblemer og sosiale problemer. Generelle tiltak rettet mot hele befolkningen kan ha stor effekt men det er avgjørende å bistå de mest utsatte med hjelp tidligst mulig. Vi ønsker derfor å satse på rusforebygging blant ungdommer.

Mål: Å redusere rekruttering og antall dagligrøykere, samt å øke debutalderen for alkoholbruk og forhindre rusmisbruk blant ungdom

Målgruppe: Barn, ungdom, voksne

Ønsket resultat:

- At flere unge velger røykfrihet
- At debutalderen på alkohol heves
- At flere unge deltar på rusfrie møteplasser i kommunen
- At unge ikke eksperimenterer med/blir brukere av illegale rusmidler

Forslag til tiltak	Ansvarlig	Partnere
Røykefrie skoler: "FRI" på ungdomskolen	Skolene	Måsøy kommune,
Rusforebygging, temamøter/foreldremøter	Skolene, helsesøster	Måsøy kommune Lensmannsetaten i Måsøy
Røykesluttkurs	Måsøy kommune	Finnmark Fylkeskommune
Flere aktiviteter på klubb Astor	Måsøy kommune,	Frivillig sektor
MOT kampanje	Havøysund idrettslag	Måsøy kommune
Videreføre og videreutvikle et attraktivt Rusfritt 16. mai arrangement	Måsøy kommune	Ungdomstjenesten, Helse og sosial etaten,
Videreutvikle og forankre tilbud om Sommeraktivitet for ungdom	Måsøy kommune	Ungdomstjenesten Helse og sosial, miljøtjenesten

1.7.3. Matkultur

Mat og spisevaner er en viktig del av vår kultur og har stor betydning for riktig ernæring og sosialt, mentalt og fysisk velvære. Riktig kosthold vil alene, og sammen med økt fysisk aktivitet, redusere risikoen for utvikling av hjerte- og karsykdommer, enkelte kreftformer, overvekt, diabetes 2, beinskjørhet og bedre den orale helsen.

Mål: Å øke inntak av frukt, grønt og ferskvarer
Å spre matglede
Å øke kunnskapen om mat og hvordan spise sunt
Å bedre den orale helsen

Målgruppe: Barn, ungdom og voksne

Ønsket resultat:

- At kunnskap om riktig kosthold og tilgang på gode råvarer bidrar til sunne kostvaner
- At tannhelsen forbedres
- At vektøkningen forebygges og reduseres

Forslag til tiltak	Ansvarlig	Partnere
Sette fokus på "Sunn barnehager og skoler" – sukkerinntak og tannhygiene.	Måsøy kommune	Barnehagene, Skolene Tannpleier
Matlagings kurs -sunn og hjertegod mat	Måsøy kommune	Havøysund Hotell Thule Vital Helsekost
Etablere tilbud om Livsstilsendringkurs	Måsøy kommune	Thule Vital Helsekost
Screening for diabetes	Måsøy kommune v/Legekontoret	Diabetesforeningen I Måsøy, folkehelse koordinator
Videreutvikle tilbud om Skolelunch for ungdomsskole-elever, med fokus på sunn og god mat	Havøysund skole	Måsøy kommune
Videreføre tilbud om frukt i Skolen	Skolene	Måsøy kommune

1.5.4. Kultur

Egen aktivitet og frivillig arbeidet er en viktig bidragsyter for å skape aktivitet og trivsel gjennom gode sosiale fellesskap. Kulturdeltakelse og opplevelse gir mening og innhold til livet, er en kilde til kunnskap og bidra til tilhørighet. Kulturaktiviteter er viktig for bolyst og psykisk helse. Kultur er også en bidragsyter til vekst og utvikling i lokalsamfunnet.

Mål: å øke trivsel og bolyst

Målgruppe: Barn, ungdom, voksne og eldre

Ønsket resultat:

- At hele lokalbefolkningen får økt tilbud av kulturaktiviteter og opplevelser
- At identiteten styrkes
- At mestringsopplevelser økes

Forslag til tiltak	Ansvarlig	Partnerer
Videreføre Barnas dag / 1. søndag i advent	kultur og oppvekst	Havøysund Røde Kors hjelpekorps
Videreutvikle og styrke Kulturskolen	Måsøy kommune	Måsøy kulturskole
Etablere gode tilbud i regi av den Kulturelle spaserstokken	Måsøy kommune/	Daltun / sykestua / pensjonistforeninga
Arrangere kulturturer, lokalt og regionalt	Måsøy Historielage	Måsøy museum / Måsøy kommune
Kulturforum MØTEPLASSEN Etablere et møtested for positiv utvikling av Måsøy kommune, med fokus på fysisk aktivitet, tilhørighet og allmenn kultur.	Måsøy kommune	Alle lag og foreninger samt private aktører
Videreutvikle Kulturuka som et viktig kulturell møteplass for befolkningen	Måsøy kommune / lag og foreninger	lag og foreninger / private aktører
Stimulere til økt spilleglede, mestring og tilhørighet	Havøysund skolekorps Havøysund Musikkforening	Måsøy kommune

1.7.5. Fysisk planlegging som helsefremmende verktøy

God forankring i det overordna plansystemet er en forutsetning for å gjøre folkehelsearbeidet mer systematisk, kontinuerlig og helhetlig. Plan- og bygningsloven er kommunes fremste verktøy i samfunnsplanlegging. Samfunnsplanlegging er igjen et viktig virkemiddel i folkehelsearbeidet.

Mål: å inkludere folkehelsearbeid i all fysisk planlegging

Målgruppe: Kommune, politikerne, lag og foreninger

Ønsket resultat:

- At infrastrukturen stimulerer til fysisk aktivitet og tilgjengelighet for alle
- At befolkningen har trygg lokalsamfunn

Forslag til tiltak	Ansvarlig	Partnere
Søke å innføre et forebyggende Folkehelseperspektiv i all samfunnsplanlegging	Måsøy kommune	Måsøy kommune
Kompetanseheving- kurs for barnepresentant	Måsøy kommune	Måsøy kommune, Finnmark fylkeskommune, Fylkesmannen i Finnmark
Etablere en målsetning om Universell utforming	Måsøy kommune	Måsøy kommune
Etablering av anlegg til idrett og fysisk aktivitet	Måsøy kommune /lag og foreninger	Måsøy kommune /lag og foreninger

Vedlegg:

Partnerskapsavtale – skjema i Måsøy



Lokal partnerskapsavtale

mellom og Måsøy kommune

Det gode liv i Måsøy med fokus på trivsel og allsidig aktivitet

Mål for folkehelsearbeidet i Måsøy:

Måsøy skal være et inkluderende samfunn som fremmer trivsel og bolyst. Og hvor innbyggerne gis muligheter til gode opplevelser i nær tilknytning til natur og samfunn forøvrig. For å lykkes i dette forutsettes et nært samarbeid mellom Helse og sosial, Kultur og oppvekst, Teknisk etat, private fagmiljøer, samt frivillige lag og organisasjoner i kommunen.

Måsøy kommune har det overordna ansvaret for partnerskapet og vil ta på seg rollen som sekretariat og arrangere treffpunkt/nettverksmøter for de lokale aktørene.

Navn på aktivitet:	
Innhold i aktiviteten:	
Dato for oppstart /varighet:	
Evaluering:	
Kontaktperson/er fra Folkehelseprosjektet:	Kontaktperson/er lag/forening:
Tlf:	Tlf:
Mail:	Mail:

Havøysund dato:

Folkehelsekoordinator

Lag/forening/foretak