

Program for folkehelsearbeid i kommunene

Fra 2019 har **Program for folkehelsearbeid i kommunene** pågått i Troms.

Folkehelseprogrammet er et samarbeid mellom KS, Folkehelseinstituttet og Helsedirektoratet på vegne av Helse- og omsorgsdepartementet. Satsingen skal pågå til 2025 i Troms.

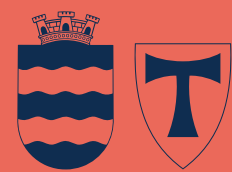
Det er flere kommuner som deltar i utviklingsarbeidet som skal bidra til å fremme befolkningens psykiske helse og livskvalitet. Barn og unge er prioritert målgruppe.

Lyngen, Senja, Harstad/Tjeldsund og Tromsø er pilotkommunene i Troms.

Kristina Forsberg, prosjektleder
Program for folkehelsearbeid

77 78 82 02

[Send e-post](#)



Harstad, Tjeldsund, Kvæfjord og Ibestad kommuner

STS Ung

Systematisk tverrfaglig samarbeid med ungdomsmedvirkning



Bakgrunn

Det jobbes fra mange hold for å få flest mulig ungdommer til å fullføre videregående skole og ta en utdanning. Dette fordi utdanning er særlig viktig for livskvalitet, levevaner og sykdomsrisiko senere i livet. Samtidig ser vi at frafallet i regionen er stort og at mange av ungdommene sliter med psykiske uhelse.

Harstad og Tjeldsund har etablert samarbeid med Kvæfjord og Ibestad kommuner for å se på: Hvordan kan vi gjennom tverrfaglig samarbeid og bred ungdomsmedvirkning bidra til at flere unge i Sør-Troms opplever livsmestring og god psykisk helse?

Aktivitet

Som et ledd i medvirkningsarbeidet blant ungdom har samarbeidskommunene valgt å delta i lederutviklingsprogrammet Mpower i regi av Forandringshuset AS. Det er valgt ut fire ungdommer fra hver kommune som får mulighet til å delta og representere sin kommune i programmet. Ungdommene er valgt ut via ungdomsarbeidere i kommunene med god kjennskap til miljøet, for å sikre bredde og motivasjon blant deltakerne.

Mpower er et samlingsbasert utviklingsprogram over normalt 3 helgesamlinger. Alle deltakerne får også sin personlige mentor fra hjemkommunen som de har individuelle samtaler med.

Mentorordningen går parallelt under hele lederutviklingsprogrammet. I etterkant av samlingene skal det gjennomføres en praksisoppgave. For ungdommene som deltar på Mpower i regi av program for folkehelse skal praksisoppgaven rettes inn mot problemstillingen i prosjektet, og bidra til lokal tiltaksutvikling med bred medvirkning.

Hva vil vi oppnå i 2021

15 ungdommer skal fullføre Mpower-programmet, og utbyttet skal evalueres. Ungdom skal via Mpower og påfølgende praksisoppgaver legge konkrete planer for gjennomføring av workshops, som skal resultere i ungdomshøring. Den planlagte ungdomshøringen har som mål å besvare konkrete spørsmål knyttet til utfordringsbildet i regionen.

I løpet av det neste året skal et bredt utvalg av ungdom i alle de fire samarbeidskommunene få god innsikt i det lokale utfordringsbildet og mulighet til å bidra i arbeidet med konkret tiltaksutvikling.

Janne Johansen

907 67 222

janne.johansen@tjeldsund.kommune.no

Dagrun Weines

476 46 842

dagrun.weines@harstad.kommune.no



Lyngen kommune

Gode valg

Foto: Fredrik Naumann/Felix Features



Bakgrunn

Tanken bak «Gode valg» er at man ved å være tett på ungdommen kan bidra til at flere fullfører og består videregående skole. Veiviserarbeidet starter allerede i ungdomsskolen med relasjonsbygging, deltagelse på foreldremøter, fritid og samtaler, og følger ungdommen over i videregående skole, med samarbeid med ungdommen, rådgivere, foreldre, helse, NAV og OT. Sentralt i tiltaksutviklingen står tett tverrfaglig samarbeid, etablering av interkommunale nettverksklynger, bygging av ressursteam og tilrettelegging for lavterskel møteplasser der ungdommen er.

Kommunene Lyngen, Storfjord, Kåfjord, Skjervøy og Balsfjord samarbeider om tiltaksutviklingen i prosjektet Gode Valg.

Ved hjelp av tiltaksutviklingen søker vi svar på følgende problemstillinger:

- Medfører tett oppfølging økt gjennomføring i videregående skole?
- Kan tverrfaglig samarbeid bidra til å bedre ungdommens gjennomføring?
- Kan oppfølgingsarbeidet bidra til at ungdommen opplever mindre nedstemthet og ensomhet?

Aktivitet

- Miljøarbeidere er veivisere
- Treffpunkt i videregående skoler.
- Overgangsarbeid i forbindelse med oppstart på videregående skole.
- Interkommunale nettverksklynger innenfor ungdomsarbeid
- Etablering og oppbygging av arenaer for tverrfaglig samarbeid

Hva vil vi oppnå i 2021

- Sikre deltagelse og kontinuitet i interkommunal nettverksklynge
- Bygge samarbeid mellom kommunepsykologer og ungdomsarbeidere.
- Oppstart av tiltaksutviklingen i alle 5 kommuner.

Thomas Wedege

906 67 084

thomas.wedege@lyngen.kommune.no

Anette Holst

400 28 559

anette.holst@lyngen.kommune.no



Senja kommune

HOPP

Helsefremmende oppvekst i Senja kommune



Bakgrunn

HOPP ønsker å gi alle barn i Senja kommune en sunn, aktiv og trygg oppvekst. Folkehelseoversikten i kommunen viser at overvekt og psykisk helse blant barn og unge er de største folkehelseutfordringene i kommunen. Prosjektet er inspirert av HOPP-prosjektet i Horten kommune.

HOPP i Senja kommune har fokus på disse fire elementene:

- Sunt kosthold
- Fysisk aktivitet
- Kompetanseheving blant ansatte
- Forebygging fremfor reparasjon

Aktivitet

- Utprøving av 4-årskontrollen i barnehage istedenfor på helsestasjon
- Tilbud om foreldreveiledning med COS-P (Circle of Security, parenting) via helsestasjonen
- Retningslinjer for kosthold og fysisk aktivitet i barnehager, skoler og SFO, som innføring av HOPP-læring i skolene. HOPP-læring handler om å bruke fysisk aktivitet som en del av undervisningen.
- Tilbud om kursing innenfor kosthold og fysisk aktivitet til ansatte

- Etablere nettverk mellom ansatte for utveksling og inspirasjon (nettverk for barnehage, skole og for mat og helsefaget)
- Utprøving av skolemåltid etter retningslinjene

Hva vil vi oppnå i 2021

- Utprøving av skolemåltid i pilotskoler ønskes å være i gang fra høsten 2021
- Nettverkene i barnehagene skal være aktive og systematiske
- Implementering av matpakkeanbefalinger i skolen
- Innføring av felles melk-ordning for alle skolene
- Gjennomføring av workshop i HOPP-læring i skolene høsten 2021
- Gjennomføring av workshop i barnedans i barnehagene
- Etablere samarbeid med FoU-miljøet

Franziska Gerlach

925 35 481

franziska.gerlach@senja.kommune.no

Inger-Lise M. Tøllefsen

966 25 334

ilmt@senja.kommune.no

Stine-Lise Paulsen

stine.lise.paulsen@senja.kommune.no



Tromsø kommune

Barn og unges psykiske helse og rusforebygging



Bakgrunn

Tromsø kommunes Strategiske oppvekstplan (2019 – 2026) legger føringer for å satse sterkere på kunnskapsbaserte tiltak om psykisk helse og rusforebygging til barn og unge.

Aktivitet

Spor 1 av prosjektet er evaluering og utvikling av Psykologisk førstehjelp (PF), en selvhjelpsmetode i skolen. Hensikten med metoden er å hjelpe barn og unge til å identifisere, sortere og sette ord på tanker og følelser.

Tromsø kommune har iverksatt Psykologisk førstehjelp i skolesektoren fra 2018. Tiltaket i 2., 5. og 8. trinn skal evalueres, utvikles og forbedres for elevene i Tromsøskolen i samarbeid med RKBU Nord. Innsamlet statistikk viser at over 3250 barn i kommunen har fått undervisning fra helsesykepleiere i denne metoden. Gjennom evalueringen vil man blant annet finne ut elevenes egenopplevelse av å ha deltatt.

Spor 2 av prosjektet er systematisk rusforebyggende arbeid i Tromsø. Ungdataundersøkelsen fra 2018 viser at barn og unge i Tromsø ligger dårligere an resten av landet på anmeldte tilfeller av vold, ensomhet, depressive symptomer, tro på lykkelig liv, bruk av hasj og marihuana, samt er lite fornøyd med treffsteder. I forkant av årets Ungdataundersøkelse har kommunen hatt et tett samarbeid med Ungdomsrådet for å sikre

at man setter søkelys på områder som ungdommen er enige i. Tromsø kommune har gjennomført Ungdataundersøkelsen i 2014 og 2018, og gjennom årets undersøkelse vil man kunne følge se på tidstrender og utvikling i kommunen.

Prosjektet henter inspirasjon fra Islandsmodellen for rusforebygging. Denne modellen fokuserer på å øke de beskyttende faktorene som forebygger rusbruk blant unge. Eksempler på beskyttende faktorer er aktiv deltakelse i fritidsaktiviteter, god kontakt med skole og foreldre, og mindre tid utendørs på kveldstid. Det er viktig å ha mange positive mestringsarenaer og aktiviteter for ungdom og disse elementene vil være fokus i tiltaksutviklingen.

Hva vil vi oppnå i 2021

Evalueringen av Psykologisk førstehjelp ferdigstilles, med fokus på utviklingsmuligheter for tiltaket.

Systematisk rusforebyggende tiltak skal utvikles etter at Ungdataresultatene for 2021 er klare. Innovative tiltak som involverer flere sektorer skal utvikles. Dette skal gjøres i samarbeid mellom alle kommunens avdelinger og ungdommen selv.

Arja Mubanga-Bjørn

900 43 462

arja.bjorn@tromso.kommune.no