

Handlingsplan for folkehelse 2020-2024



VEDTATT I KOMMUNESTYRET

28.10.2020

REVIDERT – HOVEDUTVALG OPPVEKST OG
KULTUR - 26.01.2022



Steinkjer kommune



STEINKJER
åpen, lys og glad

Innhold

Folkehelsearbeid	3
Handlingsplanen	3
Utfordringsbildet i Steinkjer kommune	3
Lov og rett til folkehelse	3
Folkehelse og bærekraftig utvikling	4
Folkehelse, friluftsliv og miljø	4
Kommunens arbeid med barn og unge	5
Planen blir til	5
Arbeidsgruppe	5
Medvirkning 2020	6
Revidering 2021	6
Fokusområde: Eldre og barnevernsreformen	6
Medvirkning	6
Struktur	7
Evaluering	8
Innhold –Tiltak	9

Folkehelsearbeid

Målet med folkehelsearbeidet i Steinkjer å skape omgivelser og sosiale klima som gjør innbyggerne i stand til å takle de utfordringene livet gir. Vi må gjøre mer av det som styrker oss, og ha mot til å endre det som ikke er bra for oss. Vi er sårbare og ulike, og trenger hverandre for å bygge et godt samfunn. Vi skal ikke godta sosiale ulikheter, men må være raus nok til å godta svakhet og fremme trygge normer som har plass til alle.

Folkehelsepolitikken er et ansvar på tvers av sektorer og samfunnsområder, angår hele befolkningen og har betydning for helsetilstanden og samfunnets bærekraft i mange år fremover.

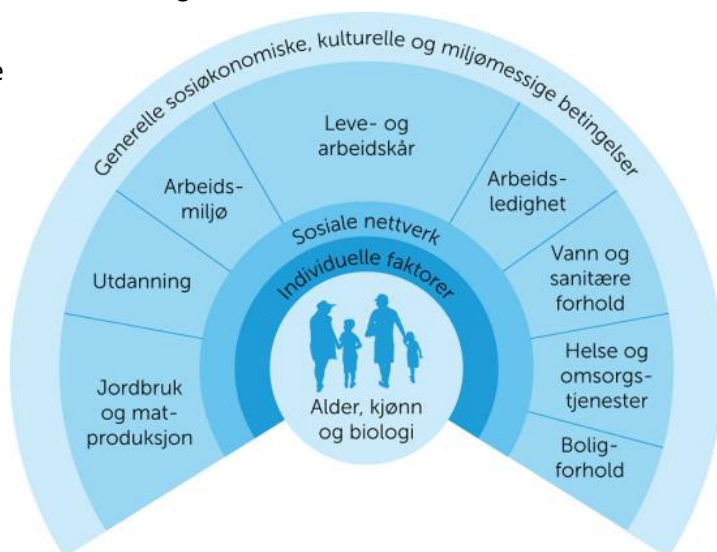
Handlingsplanen

En handlingsplan er flere tiltak samlet for å si noe om hvordan vi bør møte utfordringene i kommunen. Målet med denne handlingsplanen er å bidra til at Steinkjer har en helhetlig og sektorovergripende folkehelsepolitikk, som følger den røde tråde fra planstrategien og kommuneplanens samfunnsdel.

Utfordringsbildet i Steinkjer kommune

Steinkjer i tall, Folkehelseinstituttets folkehelseprofil, HUNT-undersøkelsen og Folkestemmen er brukt som faktagrunnlag i denne planen. Kost oppsummert er dette hovedutfordringene:

- **Sosiale ulikheter**
 - Frafall fra arbeidslivet og økt andel unge uføre
 - Mange barn av enslige forsørgere
 - Økt andel barn som lever i fattigdom
 - Utdanningsnivå
 - Utenforskap
 - Frafall i vgs – vi er middels – bør bli bedre
- **Psykisk helse**
 - Angst og depresjon blant unge
- **Fysisk helse**
 - Overvekt, muskel og skjelett-lidelser



Figur 1 Påvirkningsfaktorer for helse (Whitehead&Dahlgren, 1991)

Årsakene til og konsekvensene av disse utfordringene finner vi i de fleste delene av samfunnet, noe helsemodellen som ble utviklet av Whitehead og Dahlgren (1991) viser. Tiltakene vi velger for å møte utfordringene må derfor rette seg mot flere deler av samfunnet.

Lov og rett til folkehelse

Folkehelseloven kom i 2012, og skal bidra til en samfunnsutvikling som fremmer folkehelse herunder utjevner sosiale helseforskjeller (§ 1). «Samfunnsutvikling som fremmer folkehelse» tydeliggjør at målet med loven er, gjennom en bred samfunnsmessig tilnærming, å gjøre noe med de ulike påvirkningsfaktorene i samfunnet som kan ha innvirkning på folkehelsen. Folkehelseloven legger opp til en systematisk arbeidsform som innebærer

oversikt over folkehelsesituasjonen, planforankring av mål, samt tiltak og evaluering av kommunens folkehelsearbeid på lang og kort sikt.

Plan- og bygningsloven er kommunens viktigste verktøy for en samlet og helhetlig samfunnsplanlegging, og en sentral lov i folkehelsearbeidet. Det er en tett kobling mellom folkehelseloven og plan- og bygningsloven, og oversikt over helsetilstand og påvirkningsfaktorer etter folkehelselovens § 5 er derfor et viktig grunnlag for kommunal og regional planlegging.

Folkehelse som del av planarbeidet er hjemlet i Plan- og bygningsloven § 3 - 1: Pkt. e: *Legge til rette for god forming av bygde omgivelser, gode bomiljøer og gode oppvekst- og levekår i alle deler av landet* Pkt. f: *Fremme befolkningens helse og motvirke sosiale helseforskjeller samt bidra til å forebygge kriminalitet*. Det er derfor en målsetning at folkehelse blir gjennomgående tema i all arealplanlegging og at arealplanen skal være et verktøy for å utjevne sosiale ulikheter. Det er også en målsetning at barn og unge skal være et gjennomgående tema i all arealplanlegging. Konkrete tiltak som for eksempel trygg skoleveg, tilrettelegging for uorganisert lek og uformelle møteplasser skal søkes innarbeidet i kommuneplanens arealdel. I tillegg er tilgang til natur og friluftsliv viktig for rekreasjon og folkehelse, og i planlegging av nye boligfelt skal nærhet til friområder prioriteres gjennom detaljreguleringen. Bestemmelser til kommuneplanens arealdel avklarer krav til minimum uteoppholdsareal i nye områder og fylkeskommunen som regional faginstans for friluftsliv er alltid høringspart i reguleringsplaner.

Barnevernsreformen innfører fra 1.1.2022 et krav om at kommunestyret selv skal vedta en plan for kommunens arbeid for å forebygge omsorgssvikt og atferdsproblemer. Det skal være et viktig verktøy for samordning av det forebyggende arbeidet, og her også for det systematiske folkehelsearbeidet. Steinkjer kommune har en plikt til å sørge for at barns rett til et familieliv er reelt. Samværsabotasje er et folkehelseproblem og at kommunen aktivt skal jobbe for at barns rett til et familieliv skal være reelt.

Folkehelse og bærekraftig utvikling

FNs bærekraftsmål er verdens felles arbeidsplan for å utrydde fattigdom, bekjempe ulikhet og stoppe klimaendringene innen 2030. Investering i folkehelse er avgjørende for at vi skal nå FNs bærekraftsmål og de fleste av bærekraftsmålene har stor betydning for befolkningens helse og livskvalitet.



Figur 2 FN's bærekraftsmål

Folkehelse, friluftsliv og miljø

Sammenhengen mellom friluftsliv og folkehelse er godt dokumentert, noe opp mot 95 % av innbyggerne driver på med (HUNT). Friluftsliv skiller ikke på sosiale lag, og er noe flere ønsker å holde på med. Natur og arts mangfold er viktig når befolkningen skal utøve friluftsliv, og som kan beskyttes på kommunalt nivå. Videre er tilrettelegging for å bruke naturen viktig, og må gå hånd i hånd med bevaring av natur og arts mangfold.

Sammenhengen mellom klima og miljø, og folkehelse trekkes også fram i de nyeste folkehelseprofilene fra folkehelseinstituttet, og det forventes at kommunene skal planlegge for å skape en bærekraftig samfunnsutvikling, sikre sosial rettferdighet og god folkehelse. Steinkjer kommune har i kommunedelplan for Klima og miljø 2019-2022 (Vedtatt av kommunestyret 28.02.19) med tilhørende Handlingsprogram klima og miljø 2019-2022 satt tydelige mål og tiltak for å påvirke klima og miljø.

Kommunens arbeid med barn og unge

Barnevernsreformen, også kalt oppvekstreformen, har som mål å blant annet bidra til mer helhetlig planlegging og bedre samordning av tjenester til barn og unge. Kommunestyret skal vedta en plan for kommunens arbeid med barn og unge. Formålet er å styrke kommunens innsats for å bedre og trygge barns oppvekstmiljø, bidra til overordnet forankring av det forebyggende tilbudet og av fordelingen av kommunens ressurser til dette arbeidet. Planstyringen skal bidra til tverrfaglig samarbeid i kommunen og planen skal beskrive ansvar, organisering, ledelse og samarbeid mellom de ulike sektorene. I Steinkjer er det naturlig å se dette i sammenheng med Handlingsplan for folkehelse, som er en sektorovergripende plan.

Grunnlaget for planleggingen av det forebyggende arbeidet ligger i kommunens kunnskapsgrunnlag; Steinkjer i tall. Det vises i denne sammenheng også til krav om at kommunestyret selv minst én gang i året skal få en redegjørelse om tilstanden i barnevernstjenesten, jf. gjeldende lov § 2-1 åttende ledd. Kravet ble vedtatt i forbindelse med behandling av Prop. 84 L (2019–2020) *Endringer i barnevernloven (samtaleprosess, årlig tilstandsrapportering mv.)* og trådte i kraft 1. januar 2021. Kunnskapen kommunen mottar gjennom den årlige tilstandsrapporten vil være en del av grunnlaget for planleggingen av det forebyggende arbeidet og barnevernstjenestens rolle i dette arbeidet. Den årlige tilstandsrapporten forelå ikke ved revidering av handlingsplanen i 2021, men vil tas inn ved revidering i 2022.

Planen blir til...

Steinkjer og Verran kommune ble slått sammen 1.1.2020 og kommuneplanens samfunnsdel 2021-2032 ble vedtatt av kommunestyret 27.10.21. I kommunesammenslåingen ble det opprettet en folkehelsekomite bestående av representanter fra politikk, idrettsråd, frivillige og folkehelsekoordinator. Kommunestyre oppnevnte disse medlemmene til folkehelsekomiteen. Tore Kristiansen FrP, Bente Asp AP, Arnhild Vesterdal SP, Grete Folden Idrettsrådet, Sylvi Mikkelsen Frivilligheten. Steinkjer kommune har over mange år hatt en handlingsplan for folkehelse, noe som i stor grad har bidratt til en helhetlig folkehelsepolitikk. Det ble i folkehelsekomiteen i 2020 besluttet å revidere handlingsplan for folkehelse selv om ny kommuneplan ikke var ferdig. Handlingsplanen skal revideres årlig, og tar opp de endringene som komme i ny samfunnsdel. Ved revidering i 2021 er ny samfunnsplan vedtatt og Steinkjer skal jobbe for å være en kommune som er samskapende, kompetent, grønn og møteplass. Disse satsningsområdene innehar stor grad av folkehelse og er dermed gjenkjennelig fra planstrategien, gjennom kommuneplanens samfunnsdel ned til handlingsplanen.

Folkehelsekoordinator har ledet og koordinert arbeidet. Det har vært gjennomført et evalueringsmøte i forhold til foregående handlingsplan og dagens utfordringsbilde, og tre fellesmøter i arbeidsgruppen. I løpet av revideringsperioden brøt coronapandemien ut og arbeidsmåtene måtte justeres. Folkehelsekoordinator har hatt kontakt med enhetene via e-post og teamsmøter. Nåværende handlingsplan evalueres i folkehelseteamet omtrent fire gange i året.

Arbeidsgruppe 2020

Helse	Helsesjef Anita Ulstad
Oppvekst	Oppvekstsjef Kenneth Arntzen
Teknisk	Teknisk sjef Gunvor Aursjø

Kultur	Kultursjef Leif Terje Nilsen
	Folkehelsekoordinator Stine Strand
Fagstab plan- og utvikling	Rådgiver Iren Hovstein Haugen
	Kommuneoverlege Sunniva J. N. Rognerud

Medvirkning 2020

Idrettsrådet har tatt opp planen i et styremøte hvor de også fikk presentert bakgrunnsbildet, og har kommet med tilbakemeldinger. Det var planlagt arbeidsmøte med **ungdomsrådet** og ungdommene på HUSE, og besøk i klasser på ungdomskolen. På grunn av smittehensyn er dette endret til et nettmøte med ungdomsrådet, hvor handlingsplan for folkehelse var eneste tema. Det kommer fram her at de opplever Steinkjer som en trygg by og kommune å vokse opp i, men som ungdom kjenner de på flere typer press; det handler om status, karakterer, utseende og drikkepress. Det er positivt med forebyggende besøk fra ulike instanser, men at de gjerne ønsker mer informasjon om ulike tilbud og hvor de henvender seg, på flere forskjellige kanaler. Psykiske utfordringer var noe de var mer kjent med enn utfordringen med barn i fattige familier. De reflekterer rundt at press og problemer er skapt i eget hode, men at det ikke er så lett å gjøre med selv, så det er viktig å bli tatt på alvor. Sitat gutt, om kles- og utseendepress:

**«Kunne ikke brydd meg mindre om hva du har på deg eller om håret er rett eller krølla så lenge du ikke kommer i en søppelsekk liksom...
Du er ikke en god kjæreste eller venn hvis dette har noe å si...»**

Videre er det tenkt involvering av ulike grupper hvert år, og ved neste revidering i 2021 skal eldre ha fokus. **Folkehelsekomiteen** har fulgt arbeidet og kommet med innspill underveis.

Revidering 2021

Fokusområde: Eldre og barnevernsreformen

Arbeidsgruppe:

Opprettet av folkehelseteamet 28. sept.

- Stine Strand, folkehelse koordinator
- Marianne Vanem, kultur
- Torill A. Strugstad - helse
- Unn Elisabeth T. Kristiansen - oppvekst
- Ann-Margaret R. Klæth – Steinkjer rehabilitering
- Grete Waaseth – fagstab plan og utvikling

Medvirkning

Arbeidet med revidering av planen er presentert i møte i folkehelsekomiteen 28. oktober og i møte med Eldres råd 3. november. Noe bakgrunn fra Folkestemmen og HUNT70+ ble presentert, og er lagt til grunn for revideringen. HUNT70+ rapporterer om litt flere ensomme eldre i Steinkjer (29 %) mot resten av gamle Nord-Trøndelag (27 %). Det er flere eldre i Steinkjer som oppgir symptomer på depresjon og angst enn i resten av Nord-Trøndelag. Tall fra Folkestemmen forteller oss at de fleste eldre er fornøyd med omgivelsene sine, men at det skjer en endring i negativ retning på noen spørsmål ved 85 år +. Tallene danner bakgrunn for diskusjoner som er viktig for videre planlegging, som også må nyanseres av fagpersoner og Eldres råd.

Arbeidsgruppa foreslo å endre strukturen på planen slik at de tiltakene som er i drift legges i et vedlegg til planen, for å gi en mer oversiktlig handlingsplan med fokus på det som skal gjøres i årene som kommer. Dette ble støttet av Eldres råd og Folkehelsekomiteen. Det er også ønskelig å se planen opp mot andre tilgrensende planer som Leve hele livet sånn at det ikke jobbes parallelt med tiltak, men i et samarbeid. Tilbakemeldinger fra

Eldres råd er at det er viktig å forebygge og fremme helse istedenfor å reparere. Der framhever særlig viktigheten av møteplasser for å hindre dagens ensomhet og utenforskap. Kommune, lag og foreninger i samarbeid med frivilligheten må i fellesskap skape sosiale møteplasser. Det er ønskelig at kommunen blant annet kan bidra med støtte til husleie ved behov. Oppfølging av tiltakene i planen er viktig og eldres råd kan årlig være en høringsinstans, og i noen tiltak en samarbeidspart.

Struktur

Befolkningssammensetning

Befolkningssammensetningen brukes i folkehelsearbeidet til å tolke de øvrige opplysningene.

Oppvekst og levekårsforhold

Oppvekst- og levekårsforhold sier noe om samspillet mellom individuelle faktorer og ressurser.

Fysiske, biologiske, kjemiske og sosiale miljø - Miljørettet helsevern

Folkehelselovens kapittel 3 omhandler miljørettet helsevern, som vil si det fysiske, biologiske, kjemiske og sosiale miljø.

Skader og ulykker

Ulykker som fører til personskader er en stor utfordring for folkehelsen. Personskader som følge av ulykker er nesten i samme størrelsesorden som kreft, målt i tapte leveår.

Helserelatert adferd

Helserelatert adferd har innvirkning på helseutfallet, og de viktigste områdene er fysisk aktivitet/inaktivitet, ernæring, tobakk og rus.

Helsetilstand

Forekomsten av sykdom som kan forebygges er viktig for å beskrive helsetilstanden. De viktigste sykdommene er her psykiske lidelser, hjerte-kar sykdom, type 2 diabetes, kreft, kronisk smerte/belastningssykdom og overvekt.

I handlingsplanen skal det framkomme hvilken hovedutfordring tiltaket ønsker å gjøre noe med, og i hvilken forebyggingsgrad tiltaket kan kategoriseres. Tiltakene vil også sorteres etter om de er planlagt, gjennomføres eller er i drift, dette som et hjelpemiddel til å vite hvor vi skal holde fokus, samtidig som vi må kjenne til tiltak som eksisterer.

FOREBYGGINGSGRADER

Primærforebygging – før et problem/sykdom har oppstått. Kan også sees som helsefremmende tiltak.

Sekundærforebygging – når et problem/sykdom har oppstått og er «aktivt». Tiltak som retter seg mot å redusere omfang, alvorlighet eller varighet av problem.

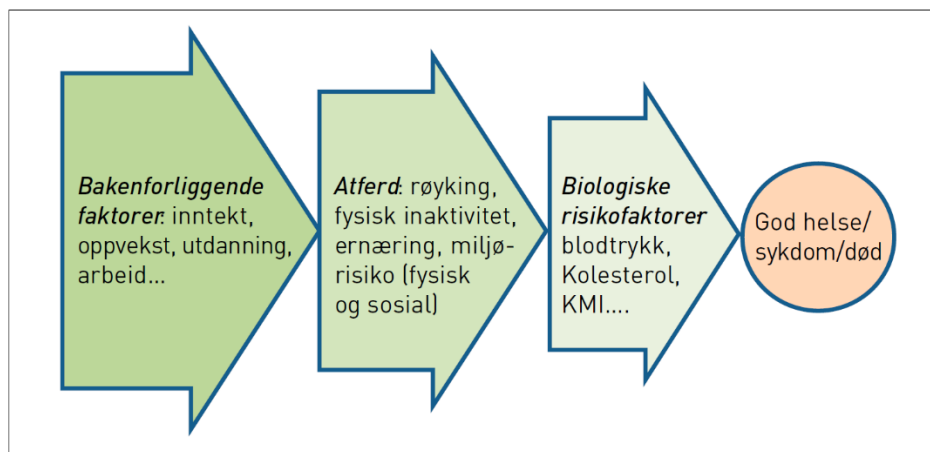
Tertiærforebygging - redusere problemer som kan oppstå som følge av at en skade/problem/sykdom. Dette betyr innsats som forhindrer eller letter følgetilstander av problemet, for eksempel tiltak som gjør livet enklere for bevegelseshemmete: utforming av bolig, spesialutformede redskaper, nedsenkete fortauskanter, etc.

Folkehelsearbeidet er mer enn bare å forebygge sykdom, det skal også fremme helse. Det er to komplementære tilnærminger dersom målsetninger for folkehelsearbeidet skal nås, hvor

sykdomsforebyggende arbeid har fokus på risikofaktorer for sykdom mens **helsefremmende arbeid** har fokus på ressurser for helse.

Det er også vanlig å skille mellom **befolkningsrettede tiltak** og tiltak rettet mot **høyrisikogrupper**.

Det anbefales av forskere og helsemyndighetene brede, befolkningsrettede strategier eller tiltak som når alle, i tillegg til tiltak spesifikt rettet mot høyrisikogrupper. Høyrisikostrategier alene vil ikke være tilstrekkelig. Tiltak må rettes mot alle ledd i årsakskjeden som fører til sosial ulikhet i helse.



Figur 3 Helseårsakskjeden

Evaluering

Handlingsplanen gjelder for fire år, men skal evalueres og revideres årlig. Dette for å holde fokuset oppe på de områdene som har behov for det, samt sette inn korrigerende og supplerende tiltak ved behov. Ved evaluering skal man melde om tiltaket er gjennomført og om det har hatt ønsket effekt. Det er folkehelseteamet som evaluerer.



Innhold –Tiltak

1	Overordnede tiltak	11
1.1	Folkehelsesteam	11
1.2	Oversikt over ulike forebyggende tiltak rettet mot barn og unge	11
1.3	Folkehelsekomité	11
1.4	Tilskudds- og støtteordninger	12
1.5	Folkehelsealliansen	12
2	Tiltak rundt befolkningssammensetningen	12
2.1	Bolystteam, byutviklingsforum og ByLab – kommune 3.0	12
2.2	Gjøre Steinkjer attraktiv for unge arbeidstakere	12
3	Tiltak rundt oppvekst- og levekårsforhold	13
3.1	Forebygge utenforskap i arbeid og utdanning	13
3.2	Et rikt fritidstilbud	13
3.3	Et rikt kulturtilbud	14
4	Tiltak rundt fysisk, biologisk, kjemisk og sosialt miljø	14
4.1	Gå/sykle-til-jobb-uka	14
4.2	Gå og sykle til skolen – holdning og opplæring	15
4.3	Vold i nære relasjoner	15
4.4	Digital veiledning	15
4.5	Folkeverksted – hodebra møte mellom generasjoner	15
4.6	Litterært pusterom	16
4.7	Leseombud	16
4.8	Kvinnenettverk	16
4.9	Tilrettelegging for friluftsliv - Ferdselsåreprosjektet	17
4.10	Reduksjon/bekjempelse av negativ sosial kontroll, tvangsekteskap og kjønnslemlestelse .	17
4.11	Sykelbyen Steinkjer	17
4.12	Hjertesone rundt skolene – (Fysisk)	17
4.13	Implementering av universell utforming (UU)	17
4.14	Tiltak mot mobbing i skole og barnehage	18
4.15	Opplevelseskortet	18
5	Tiltak rundt skader og ulykker	18
5.1	Forebygge fall for eldre og mennesker med funksjonsnedsettelse	19

5.2	Trafikksikkerhetsarbeid	19
6	Tiltak rundt helsetilstand.....	19
	Psykisk helse	19
6.1	Oversikt over bekymringsfullt fravær i grunnskolen.....	20
6.2	Aldersvennlig samfunn.....	20
6.3	Nullvisjon for selvmord	20
6.4	Program for folkehelsearbeid – Parsjekk	20
6.5	Verdensdagen for psykisk helse, 10. oktober	21
6.6	Kommunepsykolog i helsestasjon og skolehelsetjeneste	21
6.7	Gårdbrukerens sikkerhetsnett.....	21
6.8	Hodebra.....	21
6.9	Ungdomskontakt - prosjekt.....	22
6.10	Frisklivssentral	22
6.11	Samarbeid med LHL om koordinert pasienttilbud	22
6.12	Diabetes og D-vitamin som tema for flyktninger	23
6.13	Kreftsykepleiertjeneste	23

1 Overordnede tiltak						
Utfordring	Forebyggingsgrad	Tiltak	Ansvar	Tidsramme	Kostnad	Status
System/ tverrfaglig	Alle	1.1 Folkehelseteam Opprette en rådgivende gruppe høsten 2020 (faste personer fra alle etater) som brukes ved behov. Mål: Grappa møtes 2-3 ganger i året for å ta status i handlingsplan for folkehelse. Målgruppe: Alle som jobber med folkehelse	Folkehelsekoordinator	2020-2024	Budsjett/ i ordinær drift	2. Gjennomføres
Ressurser	Alle	1.2 Oversikt over ulike forebyggende tiltak rettet mot barn og unge En gjennomgang av de tiltakene som brukes i Steinkjer kommune i dag sett opp mot utfordringsbildet, evidens og opplevd nytte av tiltakene. Ad hoc? Det vurderes å opprette en arbeidsgruppe bestående av folkehelsekoordinator, kommuneoverlege, kommunepsykolog, rådgiver helse/oppvekst og aktuelle sektorledere, enhetsledere og fagfolk som skal lage en oversikt, peke på praktiske løsninger og legge den fram til orientering til politikere og administrasjonen. Målgruppe: Barn og unge	Oppvekstsjef	2020-2021	Budsjett/ i ordinær drift	1. Planlagt
System/ tverrfaglig- og	Alle	1.3 Folkehelsekomité Komiteen velges av kommunestyret, og skal bestå av en representant med personlig vararepresentant fra hvert hovedutvalg samt en fra idrettsrådet og en fra øvrig frivillighet. Mål: Bidra til utarbeidelse av og følge opp den kommunale handlingsplanen for folkehelse og derigjennom følge opp nasjonale føringer og kommunale utfordringer i folkehelsearbeidet. Målgruppe: Alle	Kommunestyret. Folkehelsekoordinator	2020-2024	Budsjett/ i ordinær drift	2. Gjennomføres

Ressurser/ oversikt		1.4 Tilskudds- og støtteordninger Være oppdatert på tiltak, aktiviteter og prosjekt innenfor folkehelse som kan kvalifisere for tilskudd innenfor ulike områder. Frivilligsentralene kan veilede i bruk av ordningen og idrettsrådet kan gjøre denne muligheten kjent via sine kanaler. Mål: Alle skal vite om tilskuddsportalen. Informasjonen om dette skal være tilgjengelig. Målgruppe: Alle som jobber med folkehelse	Alle ledere, Frivillig-sentralene, Idrettsrådet	2020-2024	Budsjett/ i ordinær drift	2. Gjennom-føres
Samarbeid	Primær	1.5 Folkehelsealliansen Tverrfaglig forum for regionale ikke-kommersielle aktører i Trøndelag fylke som ønsker å samarbeide om bedre folkehelse. Målgruppe: Regionale folkehelseaktører.	Folkehelsekoordinator	2020-2024	Budsjett/ i ordinær drift	2. Gjennom-føres

2 Tiltak rundt befolkningssammensetningen

Utfordring	Forebyggingsgrad	Tiltak	Ansvar	Tids-ramme	Kostnad	Status
Sosiale ulikheter	Primær	2.1 Bolystteam, byutviklingsforum og ByLab – kommune 3.0 Partnerskap for lokal samfunnsutvikling. Målgruppe: Alle innbyggere	Plan og utvikling	2020-2024		2. Gjennom-føres
Sosiale ulikheter	Primær	2.2 Gjøre Steinkjer attraktiv for unge arbeidstakere Omdømme og profilutvalget. Arbeid med grûndere. Introtrainee. Attraktivitet og omdømmeprojektet åpen, lys og glad. Delprosjekt: Rekruttering Steinkjer Delprosjekt: Studentbyen – skal resultere i studentstrategi Målgruppe: Unge arbeidstakere	Kultur, Steinkjer Nærings-selskap, Personal-tjenesten, Plan og utvikling	2020-2024		2. Gjennom-føres

3 Tiltak rundt oppvekst- og levekårsforhold

Utfordring	Forebyggingsgrad	Tiltak	Ansvar	Tidsramme	Kostnad	Status
Sosiale ulikheter	Sekundær og tertiær	3.1 Forebygge utenforskap i arbeid og utdanning Tilbud med integrerte tjenester for unge voksne i alderen 18-30 år som står utenfor utdanning og arbeidsliv, og som tjenesteapparatet ikke klarer å hjelpe tross massivt hjelpeapparat. Aktivitetsplikt, kvalifiseringsprogrammet (KVP) og arbeidsavklaringspenger (AAP), samt NAVs eget ungdomsteam. Målgruppe: Unge voksne utenfor utdanning og arbeidsliv	NAV Ad hoc? Inkluderingsstrategi	2020-2024		2. Gjennomføres
Sosiale ulikheter	Primær	3.2 Et rikt fritidstilbud Det å være med i en fritidsorganisasjon kan ha positiv virkning på barns utvikling og psykiske helse og er en viktig arena for sosial tilhørighet og integrering. Med et rikt og variert tilbud er det større sjanse for at alle finner et interessant tilbud. Fritidserklæringen har som mål at alle barn, uavhengig av foreldrenes sosiale og økonomiske situasjon skal ha mulighet til å delta jevnlig i minst en organisert fritidsaktivitet sammen med andre barn. Det skal jobbes for å oppfylle fritidserklæringen i et samarbeid mellom kommunen, idrettsrådet og de ulike fritidsorganisasjonene forøvrig. Kommunen tar et initiativ til å samordne dette. Steinkjer kommune har som forutsetning at alle arrangement som mottar støtte skal akseptere ledsagerbevis og legge til rette for mennesker med funksjonsnedsettelse. Målgruppe: Barn og unge	Kultur	2020-2024		2. Gjennomføres

Sosiale ulikheter		3.3 Et rikt kulturtilbud Kulturtilbudet er viktig for god helse og en sosial arena for alle. Med et rikt og variert tilbud er det større sjanse for at alle finner et interessant tilbud. Steinkjer kommune har som forutsetning at alle arrangement som mottar støtte skal akseptere ledsagerbevis, og legge til rette for funksjonshemmede. Skolene bør generelt – og kulturskolen spesielt – utvide kulturtilbudet sitt til også å omfatte innvandrerbefolkningens kulturuttrykk. Det mangfoldige Steinkjer må også gjenspeiles i kulturtilbudene til biblioteket, kinoen og ungdomstjenesten. Skal det sies noe om ulike prisklasser for kulturarrangement og andre tilbud?....ikke alt er like tilgjengelig for alle. Målgruppe: Innbyggere som av ulike grunner har vanskeligheter med å ta del i kulturtilbudene på egen hand.	Kultur	2020-2024		2. Gjennomføres
-------------------	--	---	--------	-----------	--	-----------------

4 Tiltak rundt fysisk, biologisk, kjemisk og sosialt miljø

Utfordring	Forebyggingsgrad	Tiltak	Ansvar	Tidsramme	Kostnad	Status
Fysisk helse	Primær	4.1 Gå/sykle-til-jobb-uka Steinkjer kommune deltar høsten 2020 på aksjonsuka (Tiltak 4.1) til en av skolene der elevene oppfordres til å gå og sykle til skolen, og oppfordrer samtidig sine ansatte til å gjøre det samme. Informerer og inviterer næringsforum til å oppfordre til dette i sine bedrifter. Målgruppe: Alle	Folkehelsekoordinator Sykkel-kontakt, Alle ledere	2020	Budsjett/ i ordinær drift	1. Planlagt

Fysisk helse	Primær	4.2 Gå og sykle til skolen – holdning og opplæring Fokus på fordeler med å sykle og gå til jobb og skole gjennom aksjonsuker på våren og høsten hvor alle som går eller sykler til skolen premieres litt hver dag. Oppfordre foreldre og ansatte til å delta i aksjonen med å gå eller sykle til jobb eller andre hverdagsaktiviteter. Bruke sykkelgården på Egge til sykkelopplæring i trafikken og oppfordre foreldre til å øve hjemme med ungene. Målgruppe: Voksne (foreldre og lærere) og elever på grunnskole	Oppvekst, rektorer ved skolene	2020-2024	Budsjett/ i ordinær drift	1. Planlagt
Plan		4.3 Vold i nære relasjoner Vurdere behovet for å revidere/oppdatere handlingsplan mot vold i nære relasjoner. Siste gjeldende plan var for perioden 2016-2019.	Helsesjef, Oppvekstsjef	2022-2023	Budsjett/ i ordinær drift	1. Planlagt
Psykisk helse	Primær	4.4 Digital veiledning Biblioteket vil i samarbeid med andre enheter i kommunen og ulike lag og foreninger arbeide med å videreutvikle den digitale veiledninga for eldre som finnes på biblioteket i dag. Steinkjer bibliotek er et lokallag i Seniornett. Mål: Mestring og samfunnsdeltagelse Målgruppe: Eldre	Steinkjer bibliotek, Sektor hjemmetjenester, enhet rehabilitering	2022-2024	Søke prosjektmidler	1. Planlagt
Psykisk helse	Primær	4.5 Folkeverksted – hodebra møte mellom generasjoner Videreutvikle dagens folkeverksted på biblioteket til å inkludere flere frivillige og være et lavterskeltilbud til alle. Et gratistilbud for de som liker å bygge, fikse, reparere og skape. Mål: Skape en sosial møteplass på tvers av generasjoner. Målgruppe: Alle	Steinkjer bibliotek	2020-2024	Budsjett/ i ordinær drift + søke midler	1. Planlagt/ Gjennomføres

Psykisk helse	Primær	4.6 Litterært pusterom Et tilbud der man samles der man samles rundt en tekst, en novelle eller et dikt og deler leseopplevelsen i fellesskap. Her er det undringen og oppdagelsen i sentrum med å stille åpne spørsmål, men også det å kunne tillate stillhet. Høytlesing av en leseleder. Mål: Utdanne flere leseledere Målgruppe: Alle	Steinkjer bibliotek, Sektor rehabilitering og sykehjem, Sektor hjemmetjenester	2022-2024	Budsjett/ i ordinær drift?	1. Planlagt/ Gjennomføres
Psykisk helse	Primær	4.7 Leseombud Leseombud er frivillige som leser høyt for de som ikke kan lese selv. Det kan også være ansatte som leser for beboere på arbeidsplassen sin. De fleste leser på institusjoner som bo- og rehabiliteringshjem, eldresentre eller bibliotek. Noen leser i private hjem, og noen leser i fengsler gjennom visitortjenesten til Røde Kors. Leseombudsordningen er tilknyttet bibliotekene og er organisert nasjonalt av organisasjonen Leser søker bok. Mål: Rekruttere flere leseombud. Kulturelt demokrati: Ingen skal utestenges fra gleden av å lese en god bok. Målgruppe: Eldre, svaksynte, mennesker med utviklingshemmede eller demens, og andre som ikke kan lese selv av ulike årsaker.	Steinkjer bibliotek, Sektor hjemmetjeneste ? Sektor rehabilitering og sykehjem?	2022-2024	Budsjett/ordinær drift	2. Gjennomføres
Sosiale ulikheter	Primær	4.8 Kvinnenettverk Prøve ut et nettverk for nyankomne kvinner; både de som kommer fra andre deler i Norge eller andre land. Får tilbud om å delta på åtte samlinger hvor man legger vekt på å bli kjent med hverandre, lære språk og bli en del av samfunnet. Biblioteket er arenaen og tilbudet drives av frivillige. Målgruppe: Nyankomne kvinner som ikke har mye sosialt nettverk	Folkehelsekoordinator Biblioteket Enhet integrering Frivillige	2021	Budsjett/ i ordinær drift + Frivillighet	2. Gjennomføres

Sosiale ulikheter	Alle	4.9 Tilrettelegging for friluftsliv - Ferdelsåreprosjektet Det overordnede målet med prosjektet er å få flere ut på tur. For å oppnå dette kreves tilgang til gode og attraktive ferdelsårer for friluftslivet, og gjerne nært der folk bor. Fase 1: Registrering av data inn i nasjonal database for tur- og friluftsruter. Dette skal danne grunnlaget for å utarbeide en plan for friluftslivets ferdelsårer som en del av Plan for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet. Målgruppe: Alle	VTP, Plan og utvikling, Folkehelse-koordinator	2021-2022	I ordinær drift/ søkte midler	2. Gjennomføres
	Alle	4.10 Reduksjon/bekjempelse av negativ sosial kontroll, tvangsekteskap og kjønnslemlestelse Sette fokus på negativ sosial kontroll, tvangsekteskap og kjønnslemlestelse og søke etter mulige tiltak for å redusere og bekjempe dette sett i lys av nasjonal satsing på dette. Høsten 2020 settes det fokus på incel (unge menn og radikaliserings) med 2 webinar i samarbeid med Likestillingssenteret KUN. Målgruppe: De som jobber med de aktuelle gruppene	Enhet integrering, Voksenopplæring, Migrasjons-helse, Enhet barn og familie, skole og barnehage.	2020-2024	I ordinær drift/ søkte midler	2. Gjennomføres
Fysisk helse	Primær	4.11 Sykkelbyen Steinkjer Kommunen skal ha et økt fokus på sykkel, både når det gjelder fysisk tilrettelegging og holdningsskapende arbeid. Følge opp sykkelstrategi. Tilrettelegge for fotgjengere og syklist i hele kommunen. Markedsføre sykkelkartet med sykkelruter for barnefamilier i sentrumsområdene. Målgruppe: Alle	Sykel-forum	2020-2024	Budsjett/ i ordinær drift	2. Gjennomføres
Fysisk helse	Primær	4.12 Hjertesone rundt skolene – (Fysisk) Det skal være trygt for barn å komme seg til skolene. Gang og sykkelveier minst 4 km rundt skolen. Bilfrie skoleområder. Gjøre skoleveiene attraktive. Målgruppe: Barn og unge	Plan og utvikling, Steinkjerbygg, Trafikksikkerhets utvalget	2020-2024	Behov for økte midler?	2. Gjennomføres
Sosiale ulikheter	Primær	4.13 Implementering av universell utforming (UU) Kompetanse- og bevissthetsoppbygging hos kommunale driftsenheter, planmyndigheter og involverte parter i utbyggingsprosjekt om å legge fysisk til rette for aktiv deltagelse for alle.	Steinkjerbygg, Utbygging, Kultur, Rådet for	2020-2024	Budsjett/ i ordinær drift	2. Gjennomføres

		Turstier tilrettelagt for alle, med f.eks tilrettelagte fiskeplasser, rasteplasser mm. Det er et krav om UU i spillemidler og kulturmidler. Det skal være et krav om at alle kan delta når det er gitt midler fra kommunen. Kommunen tilrettelegger for hørselshemmede i offentlige lokaler. Målgruppe: Alle	pers. med funksjonsnedsettelse, VTP, Folkehelsekoordinator			
Psykisk helse	Primær	4.14 Tiltak mot mobbing i skole og barnehage Styrke barnehagers, skolars og eieres kompetanse i å skape og opprettholde gode barnehage- og skolemiljø, samt forebygge, avdekke og håndtere mobbing og andre krenkelser. Gjennom prosjektet Inkluderende barnehage- og skolemiljø skal man styrke både regelverkskompetansen og den pedagogiske kompetansen til barnehager, skoler, eiere og barnehagemyndigheter, samt kompetanse i å drive kvalitetsutvikling lokalt. Det blir særlig lagt vekt på de sårbare barna, mobbing og krenkelser. Dette er også forankret i handlingsplan for trygt og godt skolemiljø, med oppdaterte prosedyrer. Målgruppe: Barn i barnehage og grunnskole	Oppvekst/ Skole og barnehage	2020-2024	Budsjett/ i ordinær drift	2. Gjennomføres
Sosiale ulikheter	Sekundær	4.15 Opplevelseskortet Kort som gir barn og unge i lavinntektsfamilier, samt alle enslige mindreårige asylsøkere som bosettes i Steinkjer, mulighet til opplevelser og kompetanseoppbygging på kulturområdet. Det skal jobbes videre med å videreutvikle tilbudet. Det dekkes i tillegg en fritidsaktivitet av NAV for de barn som lever i fattige familier, dette inkludere utstyr og cuper. Målgruppe: Barn og unge i lavinntektsfamilier.	NAV	2020-2024	Budsjett/ i ordinær drift	2. Gjennomføres/ i drift

5 Tiltak rundt skader og ulykker

Utfordring	Forebyggingsgrad	Tiltak	Ansvar	Tidsramme	Kostnad	Status
------------	------------------	--------	--------	-----------	---------	--------

Fysisk helse	Primær	5.1 Forebygge fall for eldre og mennesker med funksjonsnedsettelse Se på løsninger for å forebygge fall ved f.eks utdeling av strøsand og/eller isbrodder til risikogrupper i et samarbeid med frivillige. Målgruppe: Eldre og mennesker med funksjonsnedsettelse	VTP, Helse, Folkehelsekoordinator	2020-2022	Budsjett/ i ordinær drift + søke midler	1. Planlagt
Fysisk helse	Primær	5.2 Trafikksikkerhetsarbeid Alle nye tiltak innenfor trafikkområdet planlegges og utføres innenfor et folkehelseperspektiv. Målgruppe: Alle	VTP	2020-2024	Budsjett/ i ordinær drift	2. Gjennomføres

6 Tiltak rundt helsetilstand

Psykisk helse

Utfordring	Forebyggingsgrad	Tiltak	Ansvar	Tids-ramme	Kostnad	Status
------------	------------------	--------	--------	------------	---------	--------

Sosiale ulikheter	Primær	6.1 Oversikt over bekymringsfullt fravær i grunnskolen Under arbeidet med oversiktsdokumentet/Steinkjer i tall ble det etterspurt tall på fravær i grunnskolen, dette med bakgrunn i at fravær kan skyldes sosiale ulikheter – og at man trenger en oversikt for å kunne sette fokus på problematikken. Tiltaket kan gå ut på å skaffe oversikt over fravær, og se på videre behov for å utarbeide tiltak for bekymringsfullt fravær? Målgruppe: Barn i grunnskolen	Oppvekst	2020-2024	Budsjett/ i ordinær drift	1. Planlagt
Psykisk helse	Primær	6.2 Aldersvennlig samfunn Fokus på eldre en gjennom en undersøkelse som skal danne grunnlaget for neste revidering av handlingsplanen. Eldre etter coronapandemi? aldersdiskriminering? Holdninger til elders status? Psykisk og fysisk helse, ensomhet, selvmord? Opplæring om hørsel og hjelpemidler til de som møter og kan bistå målgruppen - ansatte i helse og omsorgssektoren. Målgruppe: Eldre	Helse (Leve hele livet)	2021	Budsjett/ i ordinær drift	1. Planlagt
Psykisk og fysisk helse	Primær	6.3 Nullvisjon for selvmord 1. Steinkjer kommune vil jobbe målrettet for å forebygge selvmord i vår kommune. 2. Steinkjer kommune viser til fylkestingsvedtak av 14.10.2020 i interpellasjon 22/20 og vil oppfordre Trøndelag fylkeskommune til å initiere et samarbeid mellom kommuner, relevante aktører i helseforetaket og frivillige organisasjoner med mål om å lage en handlingsplan for forebygging av selvmord i Trøndelag.	Helsesjef, Oppvekstsjef	2020-2024	Budsjett/ i ordinær drift	1. Planlagt
Psykisk helse	Primær	6.4 Program for folkehelsearbeid – Parsjekk Tilbud om parsjekk til foreldre/par med barn 1-3 år. Tilbys via barnehage og helsestasjonen. Tiltaket skal styrke samlivet til foreldrene, som skal gi tryggere oppvekstvilkår for barn. Et forskningsprosjekt støttet av Trøndelag fylkeskommune. Målgruppe: Foreldre med barn 1-3 år	Sektor forebygging, Enhet barn og familie, Folkehelsekoordinator	2020-2023	Budsjett/ i ordinær drift + søkte midler	2. Gjennomføres

Psykisk helse	Primær	6.5 Verdensdagen for psykisk helse, 10. oktober Markere dagen, og distribuere mottatt materiell. Målgruppe: Alle med og interesse av psykiske lidelser	Frisklivscentralen	2020-2024	Budsjett/ i ordinær drift + søkte midler	2. Gjennomføres
Psykisk helse	Sekundær	6.6 Kommunepsykolog i helsestasjon og skolehelsetjeneste Tidlig intervensjon fra kommunepsykolog når det oppdages ukjent problematikk som er aktuell for psykolog. Mål å avverge at problematikken manifesteres. Målgruppe: Hovedsakelig ungdom, men også mindre barn og deres foreldre.	Enhet barn og familie	2020-2024	Budsjett/ i ordinær drift	2. Gjennomføres
Psykisk helse	Primær	6.7 Gårdbrukerens sikkerhetsnett Lavterskeltilbud for råd og veiledning til gårdbrukere om psykisk helse og økonomiske utfordringer. Nettverk som skal fremme og ivareta gårdbrukerens helse. En sammenkobling av tilbud som allerede finnes. Videreføre arbeidet med å ivareta og fremme gårdbrukerens helse – ufarliggjøre å snakke om psykisk helse. Møte med alle aktører i sikkerhetsnett. Reetablere tverrfaglig gruppe i sikkerhetsnett. I flere settinger løfte frem temaene snakke med, ikke om og hvordan ta den vanskelige samtalen. Målgruppe: Gårdbrukere	Enhet landbruk	2020-2022	Budsjett/ i ordinær drift	2. Gjennomføres
Psykisk helse	Primær	6.8 Hodebra Samarbeid med Folkehelsealliansen om å fremme konseptet «Hodebra». Hodebra kommer av ABC-konseptet som bygger på en innsats for å oppmuntre mennesker til selv å gjøre forebyggende tiltak som styrker egen og andres psykiske helse på de ulike settinger der de til enhver tid er i hverdagen. ABC står for Act, Belong, Commit, som oversatt til norsk, handler dette om å bevisstgjøre og stimulere folk til å være aktive (A), gjøre noe sammen (B) og gjøre noe som er meningsfylt (C) for den enkelte. Målgruppe: Alle	Folkehelsekoordinator	2020-2024	Budsjett/ i ordinær drift	2. Gjennomføres

Psykisk helse	Primær	6.9 Ungdomskontakt - prosjekt Et lavterskel helsetilbud for ungdom som tilbyr oppsøkende og forebyggende arbeid i området rus og psykisk helse. Prosjektperiode 2020-2024, med mål om å finne ut om dette er en nyttig måte å jobbe på og eventuelt bli et varig tilbud. Målgruppe: barn og unge fra 12-23 år	Enhet mestring og oppfølging	2020-2024		2. Gjennomføres
---------------	--------	--	------------------------------	-----------	--	-----------------

Hjerte-kar, type 2-diabetes, kroniske smerter/belastningssykdom, overvekt						
Utfordring	Forebyggingsgrad	Tiltak	Ansvar	Tidsramme	Kostnad	Status
Fysisk helse	Sekundær	6.10 Frisklivssentral Videreutvikle Frisklivssentralen for å hjelpe til endring av levevaner til de som trenger det, i henhold til veileder for frisklivssentraler. Målgruppe: Innbyggere som trenger hjelp til å endre levevaner	Steinkjer rehabilitering, Frisklivssentralen	2020-2024	Budsjett/i ordinær drift	2. Gjennomføres
Fysisk helse	Primær	6.11 Samarbeid med LHL om koordinert pasienttilbud Samarbeid med Landsforeningen for hjerte- og lungesyke sitt lokallag om et koordinert tilbud, som også er kjent blant kommunes hjelpeapparat. Det samarbeides blant annet om div treningstilbud i regi av LHL. Samarbeidet kan settes mer i system. Målgruppe: Hjerte og lungesyke	Steinkjer rehabilitering	2020-2024	Budsjett/i ordinær drift	2. Gjennomføres

Fysisk helse	Sekundær	6.12 Diabetes og D-vitamin som tema for flyktninger Mange av flyktningene som kommer til Norge har en økt risiko for diabetes. I tillegg kan forhold i hjemlandet, flukten og et dårlig kjennskap til det norske helsevernet føre til at sykdommen ikke er oppdaget, eller at en kjent diabetes er dårlig behandlet. Diabetesforbundet skal derfor inn på to ulike arenaer: · Diabetes og D-vitamin tas opp som tema i det obligatoriske kurset i samfunnskunnskap. · Diabetes og D-vitamin tas opp i introduksjonsprogrammet for bosatte flyktninger. Målgruppe: Flyktninger i fare for å få eller med diabetes, samt deres familie.	Enhet integrering	2020-2024	Budsjett/ i ordinær drift	2. Gjennomføres
Fysisk helse	Sekundær	6.13 Kreftsykepleiertjeneste Lavterskeltilbud til kreftsyke og deres familie hvor henvendelsene kan komme fra brukeren selv, fastlege, eller andre tjenester i 1. og 2. linjetjenesten. Målgruppe: Kreftsyke og deres familie	Sektor hjemme-tjenester	2020-2024	Budsjett/ i ordinær drift	2. Gjennomføres