

Folkehelse



Tolga kommune

Strategisk plan

2014 -2017

Innholdsfortegnelse

1. Strategiske valg for folkehelsearbeidet i Tolga	3
1.1 Folkehelse: - Helse i et helhetsperspektiv	3
1.2 Visjon:	3
1.3 Prioriterte målgrupper:	3
1.3.1 Barn og unge	4
1.3.2 Innvandrere	4
1.3.3 Eldre	4
1.4 Strategier og mål:	4
1.4.1 Barn og unge	4
1.4.2 Innvandrere	5
1.4.3 Eldre	5
2 Prinsipper for folkehelsearbeidet i Tolga	7
2.1 Helhetlig tverrfaglig arbeid	7
2.2 Bolig og arbeid som rammebetingelser	7
2.2.1 Muligheter og utfordringer knyttet til boliger i Tolga kommune	7
2.2.2 Utvikling av arbeidsmuligheter i Tolga kommune	7
2.3 Informasjon og holdningsskapende arbeid.....	8
2.3.1 Budskap for Tolga Kommune	8
2.4 Aktivitet og mestring for alle	8
2.4.1 Fysisk aktivitet og fysisk helse i Tolga.....	9
2.4.2 Sosial deltakelse og mestring	9
2.4.3 Kultur, natur og rekreasjon.....	9
2.5 Folkehelse i Morgendagens velferdssektor i Tolga	9
2.5.1 Ulike behov og ulike tilbud.....	9
2.5.2 Langsiktighet og forebygging	10
3 Arenaer for folkehelse i hverdagen	11
3.1 Barnehager og skoler	11
3.2 Arbeidsplassen.....	11
3.3 Hjem, kultur og fritid.....	11
3.4 En velfungerende velferdssektor med folkehelseperspektiv	12
4 Kommunens folkehelseansvar i loven	13

1. Strategiske valg for folkehelsearbeidet i Tolga

Grunnen til at Tolga kommune satser sterkt på folkehelse er ikke at situasjonen er dårlig i kommunen i dag, men fordi vi ønsker å synliggjøre og bevisstgjøre folk på det som gjør lokalsamfunnet vårt godt, samtidig som det på enkelte områder er potensiale i å samle innsatsen mot felles mål. Utfordringen ligger i å skape et inkluderende samfunn som når ut til dem som trenger det mest, og som gir tilgang til nye ressurser for lokalsamfunnet. Det er i fellesskap vi får en god folkehelse.

1.1 Folkehelse: - Helse i et helhetsperspektiv

I Tolga går folkehelsesatsingen hånd i hånd med å skape en positiv samfunnsutvikling. God folkehelse skaper friske og engasjerte innbyggere, som evner å videreutvikle Tolga-samfunnet. Samtidig er en positiv samfunnsutvikling, og et samfunn som er positivt og inkluderende, tilsvarende med på å styrke folkehelsen. Helhetsperspektivet er godt beskrevet i den nasjonale tverrsektorielle folkehelsestrategien. Strategien skal bidra til:

- Samfunnsutvikling for en god start i livet.
- Gode levekår og et godt arbeidsliv.
- Helsevennlig næringsliv og regional og lokal utvikling.
- Inkludering, deltakelse og medvirkning (sosial kapital) for gode liv med god helse. (Hindre fysiske og sosiale barrierer)
- Et miljø som er trygt og fremmer helsen.
- Samfunn som fremmer aktiv, trygg og frisk alderdom.

1.2 Visjon:

«Friskt, frodig og fruktbart for fremtiden»

Vi skal holde oss friske, og i folkehelsearbeidet står derfor det helsefremmende og forebyggende aspektet ved helse i sentrum. Vi holder oss friskest i et frodig og fruktbart fellesskap, med rom for alle. Folkehelsearbeidet i Tolga skal på dette grunnlaget skape bærekraft og optimisme for fremtiden, gjennom at alle ser sin rolle i lokalsamfunnet.

- Visjonen gir retning i forhold til et positivt mangfold
- Visjonen kan lett kobles opp til omdømmevisjonen «Vi dyrker måltidet»
- Visjonen bygger opp under det forebyggende aspektet.
- Visjonen gir stimuli til vekst, utvikling og bærekraft.

1.3 Prioriterte målgrupper i planperioden:

Alle skal bidra til en god folkehelse for seg selv og de rundt seg. Fra kommunen vil det i den kommende perioden være viktig å prioritere noen grupper, som er spesielt viktige for en god folkehelse og en sunn samfunnsutvikling som favner alle. Prioriteringene bidrar også til sosial utjevning i helse, som er et viktig prinsipp i lovverket og retningslinjene fra myndighetene. Til grunn for prioriteringene ligger følgende:

- At vi vil etablere sunne vaner og skape mestringsfølelse og glede av å bidra på et tidlig tidspunkt.
- Vi skal beholde samholdet som vi er så avhengig av, men heve blikket og øke mangfoldet i samfunnet vårt. Slik utnytter vi også nye ressurser i lokalsamfunnet.
- Et bærekraftig samfunn, med fokus på samvær mellom generasjoner, livskvalitet i hele livsløpet, og riktig bistand til riktig tid.

1.3.1 Barn og unge

Gode holdninger og vaner, vennskap og mellommenneskelige relasjoner dannes i barndommen. Gode opplevelser i oppveksten bidrar til å skape aksept og respekt for andre, og følelse av mestring hos den enkelte. Her dannes grunnlaget både for sunne og gode liv, evne til å takle utfordringer og bruke sine talent. Her utvikles interesser og et erfaringsgrunnlag som blir med oss resten av livet. Barn og unger er derfor en prioritert målgruppe i Tolga kommunes folkehelsesatsing.

1.3.2 Innvandrere

Tolga kommune har den høyeste andelen ikke-vestlige innvandrere i Nord-Østerdalen, og vi mottar og bosetter stadig nye flyktninger. Å lykkes med integrering handler om at alle inkluderes, og får muligheten til å delta i samfunnet. Innvandrerne har selv et ansvar for å involvere seg, men ikke minst har lokalsamfunnet et ansvar for å inkludere, skape trygghet og gi informasjon. Mye som er selvsagt for lokale innbyggere, er ukjent for alle som er nye. Det handler om barnehage, skole og arbeidsplass, men ikke minst dreier det seg om å skape en aktiv fritid for alle. Innvandrere er derfor en prioritert målgruppe i folkehelsearbeidet i Tolga.

Tolga kommune ønsker å beholde dagens samhold, men øke mangfoldet. Det handler om å skape noen arenaer med rom for nye aktiviteter, samtidig som vi jobber for å lære bort våre tradisjoner. I små lokalsamfunn er det viktig å kunne delta på de tilbudene som finnes, for alternativene er ikke alltid like mange.

1.3.3 Eldre

Det vil alltid være uløste behandlings- og omsorgsbehov. Dette skaper prioriteringsutfordringer. På den ene siden skal kommunen ha et verdig tilbud til dagens brukere. På den andre siden må ressursene brukes annerledes enn i dag med tanke på en bærekraftig tjeneste på lang sikt.

Alle har krav på pleie- og omsorg ut fra en individuell behovsvurdering. En behovstilpasset tilnærming krever imidlertid at det finnes ulike alternativer når bistandsbehovet øker, slik at for eksempel institusjonsplass ikke er den eneste løsningen. I det forebyggende perspektivet er det viktig at folk selv tidlig starter planleggingen av egen alderdom, slik at forholdene legges til rette for å greie seg best mulig selv. Det er ikke noen automatisk rettighet å få institusjonsplass når man måtte ønske det.

1.4 Strategier og mål:

For at god folkehelse skal gjennomføres det vi gjør og måten vi tenker på i Tolga skal:

- folkehelse inn som tema i kommunalt planverk i alle sektorer.
- folkehelse vurderes i alle saksframlegg i Tolga kommune.

1.4.1 Barn og unge

Informasjon og holdninger:

- Tolga kommune vil satse på informasjon og kunnskapsspredning for tidlig å bidra til gode holdninger. Hovedkanaler for dette arbeidet er: Barnehager, skoler og foreldre.
 - Spre kunnskap om sunne valg innenfor fysisk, psykisk og sosial helse, med fokus på respekt for ulikheter.
 - Skape mestringsfølelse, som inspirerer til læring, utdanning, studier og videre utvikling, med fokus på den enkeltes talent og muligheter.
 - Tverrsektorielt samarbeid, hvor helsepersonell bruker sin kompetanse til å bidra til kunnskap, forebygging og sunne valg.

Aktivitet:

- Tolga kommune vil bidra til fysisk, sosial og kulturell aktivitet. Hovedarenaer for dette er frivillig sektor, barnehage, skole og kulturskole.
 - Det er en utfordring å nå de som trenger det mest. Vi ønsker møteplasser for aktivitet som ikke er preget av konkurranse, og å bygge opp lavterskeltilbud.
 - Økt rekruttering til frivillig arbeid, spesielt blant unge. Dette legger både et viktig fysisk og sosialt fundament.
 - Satsing på variert aktivitet i barnehagen og skolen, og læring også utenfor klasserommet, i samarbeid med nærmiljøet, med naturen som et sentralt element.
 - Bruke samvær mellom generasjoner bevisst for å skape gjensidig verdi, både i barnehage, skole og i fritid.
 - Fortsatt stimulere til deltakelse i kulturskolen, og la dette være et utspring for lokale aktører som beriker lokalt kulturliv.

1.4.2 Innvandrere

Informasjon og holdninger:

- Tolga kommune vil legge stor vekt på ekstra informasjon for å skape forståelse og kunnskap på tvers av kulturer. Dette skaper grunnlag for integrering i lokalsamfunnet.
 - Informasjon til foreldregenerasjonen om hvordan frivillig sektor fungerer. Viktig for at både barn og foreldre skal bli inkludert i lokalsamfunnet.
 - Informasjon om andre kulturer og respekt for mangfoldet i barnehager og skoler.

Aktiviteter:

- Tolga kommune vil satse både på å lage lavterskel aktivitetstilbud, som innvandrere lett kan ta i bruk, og samtidig introdusere våre tradisjoner. Det innebærer å etablere noen nye aktiviteter, som kan utvide muligheten for alle, samt gjøre grep for å introdusere innvandrerne for de aktivitetene som allerede finnes.
 - Etablering av gruppebasert fysisk aktivitet, hvor innvandrere inviteres spesielt med.
 - Etablere lavterskel tilbud, med utlån av utstyr for å gjøre terskelen for deltakelse lav, blant annet for vinterlek.
 - Etablere sosiale arenaer hvor det jobbes spesielt for å få innvandrere til å delta aktivt.
 - Etablering av god helseoppfølging, for å hindre livsstilssykdommer.

1.4.3 Eldre

Informasjon og holdninger:

- Fokus på muligheter og ikke rettigheter, og på hvordan vi alle kan bidra til å skape innhold i hverdagen for de eldre. Tolga kommune ønsker å bidra til en god generasjonskontrakt, hvor eldre også er en ressurs. I tillegg er det viktig at yngre generasjoner bidrar til en god alderdom for kommunens innbyggere.
 - Holdningskampanje for at folk skal planlegge for egen alderdom.
 - Holdningsarbeid for at folk starter planlegging av egen alderdom, med nødvendige tilpasninger, på et tidlig tidspunkt.
 - Skape forståelse for inntakskriterier og vurderinger innen pleie- og omsorg.
 - Etablere bevissthet rundt hvordan sosiale nettverk kan bidra til en bedre alderdom.

Aktivitet:

- Tolga kommune ønsker både å fokusere på å holde folk friske og selvhjulpne, og å dyrke felles innsats rundt livskvalitet i alderdommen for alle.
 - Etablere gruppeaktiviteter og gruppetrening for seniorer.
 - Satse bevisst på arenaer for samvær mellom generasjoner.
 - Videreforedle omsorgstrappen, og bruke trinnene på riktig måte. Riktig tjeneste til riktig person.
 - Bruk av velferdsteknologi for at folk skal føle seg trygge, og håndtere hverdagen bedre.
 - Skape økt trivsel gjennom fokus på omsorg gjennom mat og måltider, som innebærer både det ernæringsmessige og det sosiale aspektet ved å samles rundt måltidet.
 - Enda tettere samarbeid mellom frivillige organisasjoner og oppvekstsektoren i eldreomsorgen.

2 Prinsipper for folkehelsearbeidet i Tolga

2.1 Helhetlig tverrfaglig arbeid

Det er opprettet stilling som folkehelsekoordinator i Tolga kommune. Dette skal bidra til helhetstenking på tvers av sektorer, og sørge for at aktivitet kan koordineres slik at det gir best mulig effekt for folkehelsen i kommunen. Folkehelsekoordinatoren skal:

- Koordinere kommunenes folkehelsearbeid, og bidra til lovpålagte oppgaver
- Trekke inn nødvendig kompetanse i prosesser
- Inspirere og samhandle med lokalsamfunnet.
- Bygge allianser internt og eksternt.
- Bidra til at Tolga kommune bruker folkehelsesatsingen for å skape en sunn samfunnsutvikling.
- Bistå og påse at kommunens planverk og saker som legges fram for politisk behandling, underlegges folkehelseetekning og vurdering, herunder universell utforming.
- Medansvar for å sørge for at kommunens pleie og omsorgsplan iverksettes.

Det skal utnevnes en tverrfaglig gruppe som skal være et samarbeidsorgan for folkehelsekoordinatoren. Dette skal sikre at Folkehelsekoordinatoren får det nødvendige tverrfaglige nettverket, som skal bidra til at folkehelsearbeidet er helhetlig, og blir forankret i kommunens arbeid. Fagpersoner også utenfor denne gruppen vil være viktige i dette arbeidet, og vil bli kontaktet der det er naturlig.

Det er viktig at folkehelse ikke er et prosjekt for folkehelsekoordinatoren og de ansvarlige i kommunen, men at satsingen bidrar til at innbyggerne i Tolga har bevissthet rundt hva som skaper folkehelse, og kan bidra til god folkehelse for seg selv og folk rundt seg.

2.2 Bolig og arbeid som rammebetingelser

Vekst, optimisme og bærekraft er en svært viktig rammebetingelse for god folkehelse i kommunen. For at folk skal kunne skape et livskraftig samfunn, er det grunnleggende viktig at det finnes attraktive muligheter for å bo i kommunen i hele livsløpet, og at det finnes arbeidsplasser i kommunen og regionen.

2.2.1 Muligheter og utfordringer knyttet til boliger i Tolga kommune

- Utarbeide attraktive muligheter for tomter og boliger for tilflyttere og tilbakeflyttere, også i samarbeid med private eiere.
- Etablering av universelt utformede boliger og omsorgsboliger, som gir muligheter for at eldre, funksjonshemmede og andre med spesielle behov kan greie seg lenger i egen bolig.

2.2.2 Utvikling av arbeidsmuligheter i Tolga kommune

- Delta i nærings samarbeid, med fokus på arbeidsmuligheter og et allsidig næringsliv i hele regionen.
- Jobbe for inkluderende arbeidsplasser, som gir muligheter for at flere får delta i arbeidslivet.
- Utfordre arbeidsgivere og arbeidstakere i samarbeid med NAV og lege.

2.3 Informasjon og holdningsskapende arbeid

Å jobbe med holdninger er helt nødvendig for å skape grunnlaget for å lykkes med folkehelsesatsingen. Økt bevissthet rundt hva som skaper folkehelse er med på å bygge opp under handlinger som bidrar til en positiv utvikling. Sunne holdninger til hvorfor vi skal jobbe med folkehelse er med på å stimulere til gode tiltak. Samtidig skaper og forsterker gode tiltak også gode holdninger, når vi ser hva vi får til.

I et lite samfunn som Tolga er det spesielt viktig å ta i bruk ressursene til den enkelte, til frivillige lag og foreninger, næringslivet, skoler og det offentlige. Dette vil gi synergieffekter. Tolga kommune skal synliggjøre samspillet mellom privat, frivillig og offentlig innsats; hvilken rolle har aktørene i dag, og hva er utfordringene og mulighetene framover? Allerede foregår det svært mye bra i kommunen, og det er viktig å synliggjøre hvilken sentral rolle ulike aktører spiller i lokalsamfunnet vårt, og hvordan dette påvirker folkehelsen. Samtidig er det viktig å se på hvordan vi kan forsterke dette samspillet ytterligere ved å utfordre hverandre og tenke nytt.

Gjennom å heie på hverandre skal kommunen bygge oppunder holdninger som fremmer både samhold og mangfold. Tolga kommune skal ta sin del av ansvaret, og være en aktiv aktør for å legge til rette for bedre folkehelse. Av og til som hovedaktør, initiativtaker og arrangør, men like ofte som inspirator og støttespiller for andre viktige aktører, enten det dreier seg om private arbeidsgivere, organisasjoner eller private initiativ. Kommunen har også en rolle i å utfordre og berømme. Slik kan vi bruke kommunikasjon til å heve folkehelse spørsmål i samfunnsdebatten. Folkehelse skal bli noe kommunen identifiserer seg med og bruker i omdømmearbeidet.

I Tolga ønsker vi å dyrke holdninger basert på at det er positivt å bidra. Når folk og arbeidsgivere utfordres på hva de kan bidra med, så skal det i utgangspunktet oppleves som en positiv jakt etter ressurser som samfunnet har bruk for. Dette gjelder i skolen, i yrkeslivet og i frivillig innsats.

2.3.1 Budskap for Tolga Kommune

- «Avklare og forklare helhetsperspektivet på folkehelse»
- «Alle har en rolle i folkehelsearbeid»
- «Helsebringende aktivitet og deltakelse i alle aldre»
- «Å hjelpe andre til beste for deg selv – Det er positivt å bidra»
- «Alle har ressurser. Vi utfordrer deg til å bruke dem»
- «Mange måter å leve godt på – men å ta skritt i riktig retning er lett»
- «Vi heier på hverandre – beholder samholdet og øker mangfoldet»

2.4 Aktivitet og mestring for alle

Et lite lokalsamfunn bygger på deltakelse og bidrag fra «alle». I enda større grad enn på større steder bidrar «alle» innbyggere selv til det som skjer i nærmiljøet og på arbeidsplassen. Tolga trenger derfor folk som engasjerer seg i fysiske, sosiale og kulturelle aktiviteter, samtidig som det legges til rette for at så mange som mulig får muligheten på arbeidsmarkedet, i et inkluderende arbeidsliv.

Miljøer for fysisk aktivitet er ofte også en viktig sosial arena. Det samme gjelder kulturelle opplevelser. På samme måte kan et sosialt miljø også være utgangspunktet for ulike former for fysisk aktivitet. Tolga kommune ønsker å bruke eksisterende arenaer og aktiviteter, men vil utvikle mangfoldet på disse arenaene. Det er viktig at grupper og enkeltindivider som har lett for å falle utenfor blir spesielt ivaretatt for å komme inn på disse arenaene. Det kan for eksempel dreie seg om tilflyttere, innvandrere, personer med nedsatt funksjonsevne, eldre eller folk som er inaktive av andre årsaker.

Tolga kommune ønsker å se på synergieffekter. Vi har tro på felles arenaer, hvor det finnes muligheter til å være i aktivitet ut fra egne forutsetninger, og hvor hver enkelt bidrar med sine ferdigheter, på tvers av alder, bakgrunn og interesser.

2.4.1 Fysisk aktivitet og fysisk helse i Tolga

Det er et bredt spekter av tilbud som fremmer fysisk aktivitet i Tolga. Det er mange som er veldig aktive, og det er flott. Utfordringen i folkehelsearbeidet er å stimulere til aktivitet for dem som ikke er de første til å melde seg på idrettsaktiviteter og annen type konkurranse.

Nært knyttet opp mot fysisk aktivitet er også mat og ernæring. Tolga vil støtte seg på generelle kostholdsråd for en sunn livstil i samarbeid med helsetjenesten, samtidig som vi fremhever muligheten til å leve godt på mange måter. Her vil budskapet variere med målgruppen.

2.4.2 Sosial deltakelse og mestring

Det er viktig å beholde dugnadsånden og viljen til å bidra til aktivitet i nærmiljøet. Noen arenaer for inkludering og sosialt samvær legger kommunen til rette for, eller private profesjonelle aktører. I et lite samfunn som Tolga er det imidlertid det frivillige som står bak veldig mange sosiale arenaer på fritiden, som bidrar til aktivitet, trivsel inkludering og mestring.

Også her er det viktig å nå ut til dem som trenger det mest, og vi må spre gode tradisjoner og holdningen om fellesskap i samfunnet vårt. Samtidig må vi være åpne for nye innspill, og øke mangfoldet. Det trengs en ekstra innsats på informasjonssiden for at alle skal involvere seg sosialt.

2.4.3 Kultur, natur og rekreasjon

Kultur og natur er viktig for innbyggere i Tolga. Å lære seg å sette pris på både kultur og natur er en viktig forutsetning for å kunne trives. At alle føler at de kan finne roen er viktig. Utfordringen er å bygge ned terskelen slik at alle grupper får muligheten til å nyte gode opplevelser i naturen eller kulturelt.

2.5 Folkehelse i Morgendagens velferdssektor i Tolga

Det er et mål at helse, pleie og omsorg skal føre til best mulig helse til befolkningen. Både folkehelseloven og helse- og omsorgstjenesteloven har som norm at tjenester og aktiviteter skal organiseres slik at man unngår tap av leveår med god helse. Det innebærer at tilgjengelige ressurser skal brukes på en slik måte at de bidrar til utjevning og mest mulig helse og livskvalitet.

God helse er en av de viktigste forutsetningene for livsutfoldelse. På dette punktet møtes pleie- og omsorgssatsingen i Stortingsmelding 29 2012/2013 om «Morgendagens omsorg» og Stortingsmelding 34 – «Folkehelsemeldingen». Å legge til rette for et innholdsrikt liv gjennom hele livsløpet, til tross for eventuelle sykdommer og funksjonsnedsettelse, er viktig.

«Morgendagens omsorg» bygger på en tillit til at brukere selv kan ta ansvar for å delta aktivt i fellesskapet, der man har mulighet til det. Både den enkelte og omgivelsene skal legge til rette for at flest mulig greier seg mest mulig selv. Flere skal bo hjemme lenger og færre skal på institusjon. Dette er i tråd med Samhandlingsreformen. Samtidig kan det potensielt frigjøre ressurser til de som trenger det mest. De pleietrengende skal fortsatt få den bistanden de trenger.

2.5.1 Ulike behov og ulike tilbud

Prinsippet for nivået på pleie- og omsorgstjenestene skal følge LEON-prinsippet. LEON står for Lavest Effektive Omsorgsnivå og er et prinsipp om at alt forebyggende og helsefremmende arbeid bør foregå i så nær tilknytning til hjemmemiljøet som mulig. Tjenester av ulikt omfang skal tilpasses de ulike behovene i befolkningen. En omsorgstrapp med flere trinn gir nødvendige muligheter for

tilpasning til den enkeltes behov.

I Tolga er det utarbeidet nye retningslinjer for vurdering av behov for tjenester innen pleie og omsorg. Sammen med disse følger en beskrivelse av hva de enkelte tjenestene kan inneholde. Rutinene og tildelingskriteriene er utarbeidet for å rette tjenestene inn mot de som har behov i Tolga kommune. Samtidig ligger det mye skjønn i vurderingene av den enkelte sak. Det er ikke bare den enkeltes helse som vil være relevant, men også vurderinger av for eksempel sosialt nettverk, bolig og familieforhold. Tjenestebeskrivelsene er med på å gi rammer for tjenestene, og bør brukes til forventningsavklaring og for å skape forståelse for ansvarsdelingen mellom kommunen, brukere, pårørende og andre i den enkelte sak.

Brukermedvirkning og en aktiv dialog med pårørende er avgjørende for en god pleie- og omsorgstjeneste, og er også lovpålagt. Dette er en viktig del av omsorgstjenesten i kommunen også i dag. I Tolga ønsker vi at brukere og pårørende skal se det som positivt å bli utfordret på ting de selv kan bidra med, slik at vi kan skape dialog om mulighetene. Samtidig ønsker vi aktiv deltakelse i omsorg fra lokalsamfunnet, gjennom frivillige organisasjoner, brukerorganisasjoner og gjennom uformelle private initiativ. God dialog legger til rette for gode løsninger. Alle har krav på pleie- og omsorg ut fra en individuell behovsvurdering. En behovstilpasset tilnærming krever imidlertid at det finnes ulike alternativer når bistandsbehovet øker, slik at for eksempel institusjonsplass ikke er den eneste løsningen.

2.5.2 Langsiktighet og forebygging

Det vil alltid være uløste behandlings- og omsorgsbehov. Dette skaper prioriteringsutfordringer. På den ene siden skal kommunen ha et verdig tilbud til dagens brukere. På den andre siden må ressursene brukes annerledes enn i dag med tanke på en bærekraftig tjeneste på lang sikt. Som samfunn må vi ta ansvar for begge deler. Det innebærer å tenke nytt, og utnytte nye muligheter. Både Samhandlingsreformen og folkehelseloven fokuserer derfor på prinsippet om bærekraft, inn i en fremtid med stadig flere eldre. Derfor må det i større grad legges vekt på langsiktig helseeffekt av forebyggende og helsefremmende arbeid.

En god pleie og omsorgstjeneste gir et verdig tilbud ut fra brukeres behov, samtidig som det tar hensyn til brukernes evne til å greie seg selv, og som en del av et nettverk som kan bidra. Tjenesten må baseres på bygging og foredling av trinn i «omsorgstrappa», for at behovet for sykehjemsplasser skal kunne reduseres. Eksempler på trinn i en omsorgstrapp er:

1. Helsetilbud hjemme der folk bor
2. Tilrettelagte universelle boliger
3. Dagtilbud for hjemmeboende, som for eksempel Hellbladgården for personer med demens.
4. Effektiv bruk av korttidsplasser – Rehabilitering/habilitering
5. Ulike typer omsorgsboliger / leiligheter / bofellesskap
6. Kvalitet i langtidsplasser – verdighet og livskvalitet

Systematisk tverrfaglig samarbeid mellom helseavdelingen (legekontor, helsestasjon, lege, fysioterapi og psykiatri) og pleie- og omsorgsavdelingen (omsorgstunet, hjemmetjenesten og ergoterapeut) er viktig i arbeidet for optimal folkehelse på individnivå (Individuell plan og i grupper. Slik kan flere forlenge botiden i eget hjem. Dette kan igjen medføre redusert pågang på de mest ressurskrevende omsorgstjenestene på sikt.

Tjenesten for funksjonshemmede er en lovpålagt oppgave. Ved å avklare behovene og sette i verk tiltak for denne gruppen løses en viktig samfunnsoppgave, samtidig som det utløser statlige midler til kommunen. Dette er en oppgave kommunen må ta på alvor.

3 Arenaer for folkehelse i hverdagen

God folkehelse skapes i hverdagen. Vi ønsker i Tolga å legge til rette for god folkehelse på de viktigste arenaene.

3.1 Barnehager og skoler

Følelse av mestring, faglig, sosialt og fysisk, levevaner og holdninger formes i løpet av årene i barnehage og skole. Vi ønsker en inkluderende oppvekstsektor, som bidrar til god folkehelse gjennom:

- Å stimulere til sunn livsstil.
- Fokus på aktivitet og bruk av nærmiljø og natur, og bli glad i området rundt oss
- Tett dialog med lokalsamfunnet.
- Samarbeid med foreldre og frivillige organisasjoner.
- Å skape mestringsfølelse, som inspirerer til læring, utdanning, studier og videre utvikling.

3.2 Arbeidsplassen

I Norge er samfunnet bygd opp rundt deltakelse i arbeidslivet. Det er en arena både for verdiproduksjon, faglig utvikling og sosial tilhørighet. Arbeidsledighet er derfor en utfordring i et folkehelseperspektiv. Tolga kommune vil i sitt arbeid bygge opp under følgende:

- Et regionalt samarbeid som bygger opp under arbeidsmuligheter i hele regionen.
- Et inkluderende arbeidsliv, som gir plass til folk som kan og vil bidra muligheter. Dette innebærer å utfordre både arbeidsgivere og arbeidssøkere.
- Opprettholde et godt nærværarbeid med fokus på muligheter, som hindrer lange sykefravær.
- Arbeidsplasser som legger til rette for fysisk aktivitet.
- Et næringsliv som deltar aktivt i opplæringen av barn og unge.

3.3 Hjem, kultur og fritid

Tolga kommune har satt seg som mål å være en god kommune å bo i, hvor de fleste innbyggerne i kommunen føler stor grad av tilhørighet. Det er viktig at vi bygger opp under samhold i lokalsamfunnet, og samtidig evner å inkludere nye innbyggere i lokalsamfunnet vårt. Vi må ta i mot og inkludere nye tanker, samtidig som det er viktig at de nye også involverer seg i det som skjer. Slik at vi bygger videre på de etablerte tradisjonene for fellesskap og dugnadsånd. Deltakelse er grunnlaget for samfunnet vårt, både nå og fremover.

- Innbyggere i Tolga skal se og være bevisst sin rolle og sine muligheter i folkehelsearbeidet.
- Frivillige lag og foreninger skal bli verdsatt for sine bidrag for å skape god folkehelse i hele livsløpet.
- Et rikt foreningsliv og kulturliv må opprettholdes gjennom frivillig innsats, kulturskole og gjennom kulturelle arrangementer som gir opplevelser.
- Det skal bygges videre på kulturhistorie og særegne kvaliteter for kommunen.

3.4 En velfungerende velferdssektor med folkehelseperspektiv

Det er et skille mellom den kurative medisinske helsetjenesten, som omfatter habilitering og rehabilitering og behandling, og folkehelse. Uansett vil helsesektoren og helsepersonell være en faginstans som kan vise hvordan folkehelse kan og bør inngå som et premiss i driften av alle sektorer. I folkehelsesatsingen i Tolga vil derfor helsesektoren være sentral, med sin kompetanse knyttet til:

- Helseopplysning.
- Helsesituasjonen lokalt.
- Årsakssammenhenger.
- Effektive tiltak innenfor forebyggende helse, fysisk aktivitet og psykisk helse

Helsesektoren vil, ut fra sine spesielle fagområder og sin ekspertise, ha ansvar for behandling, habilitering og rehabilitering og oppfølging av en del risikogrupper og enkeltpersoner. Det er viktig å huske at også personer under behandling størst mulig grad skal tilbakeføres til deltakelse i ulike helsebringende aktiviteter i samfunnet, og det må derfor være en sammenheng mellom klinisk og rehabiliterende behandling og senere aktivitet i et folkehelseperspektiv.

Velfungerende diagnostikk og behandling danner dessuten viktige trygghetsskapende rammebetingelser for å bringe personer bakover i helsekjeden, slik at de kan gå fra behandlingstrengende til forebyggende aktivitet med ansvar for egen helse.

4 Kommunens folkehelseansvar i loven

Folkehelseloven trådte i kraft 1. januar.2012. Folkehelseloven og forebyggingsbestemmelsene i helse- og omsorgstjenestelovens er de rettslige virkemidlene for å nå samhandlingsreformens mål om å fremme folkehelse, forebygge sykdom og utjevne sosiale helseforskjeller. Det pekes i forarbeidene på sammenhengen mellom hvordan samfunnet utvikles og helsen til hver enkelt av oss og fordeling av helse i befolkningen. Folkehelseloven skal etablere et fundament for å styrke et systematisk folkehelsearbeid i politikk, samfunnsutvikling og i planarbeid, ut fra regionale og lokale utfordringer og behov.

Lokalt folkehelsearbeid omhandler det arbeidet som skjer på regionalt og lokalt nivå. Kommunen er den viktigste arenaen for folkehelsearbeid, med mange virkemidler som er avgjørende for å oppnå god og rettferdig fordeling av helse, livsbetingelser og levekår i befolkningen. Det er nødvendig med god oversikt over helseutfordringer og påvirkningsfaktorer for å løfte folkehelse inn i plan- og beslutningsprosessene i kommunen.

Folkehelseloven har bestemmelser om kommunens ansvar for folkehelsen. Kommunen skal

- fremme befolkningens helse og bidra til forebygging av sykdom i befolkningen og til utjevning av sosiale forskjeller.
- fremme folkehelse innen de oppgaver og med de virkemidler de er tillagt, og skal medvirke til at helsemessige hensyn blir ivaretatt av andre myndigheter og virksomheter.
- ha nødvendig oversikt over helsetilstanden i befolkningen og de positive og negative faktorer som kan virke inn på denne, og er pålagt å iverksette nødvendige tiltak for å møte kommunens folkehelseutfordringer.

Tiltak kan for eksempel knyttes til oppvekst- og levekårsforhold, bolig, utdanning, arbeid og inntekt, fysiske og sosiale miljøer, fysisk aktivitet, ernæring, skader og ulykker, tobakksbruk, og alkohol- og annen rusmiddelbruk. Utjevning av sosiale helseforskjeller er en viktig del av folkehelsearbeidet.