



# Årsrapport



God Helse partnerskapet 2019



Møre og Romsdal  
fylkeskommune

## INNLEIING

Årsrapporten for God Helse-partnerskapet presenterer eksempel frå mangfaldet av folkehelsearbeid i Møre og Romsdal i 2019. Mykje godt arbeid blir utført i kommunane på tvers av sektorar og fagområde, og i regi av dei to friluftsråda og idrettskretsen.

God Helse-partnerskapet og gjeldande partneravtale er evaluert. Evalueringa starta opp i 2018, og vart sluttført våren 2019. Møreforsking hadde oppdraget. Evalueringa og tilråding om vidare vegval vart lagt fram for kultur- og folkehelseutvalet i juni 2019 (KF-38/19). Hausten 2019 vart det arbeidd vidare med ny avtaletekst i samarbeid med kommunane, og ein ny samarbeidsavtale er sendt kommunane for signering våren 2020.

Møre og Romsdal fylkeskommune vart i 2019 tatt opp som programfylke i Program for folkehelsearbeid i kommunene 2017-2017. Programsatsinga i fylket har fått tittelen "Frå utanforskap til innanforskap med program for folkehelsearbeid i Møre og Romsdal". Satsinga skal bidra til å styrke kommunane sitt langsiktige og systematiske folkehelsearbeid. Programmet skal særleg bidra til å integrere psykisk helse som ein del av det lokale folkehelsearbeidet og fremme lokalt rusførebyggjande arbeid. Barn og unge skal vere ei prioritert målgruppe. To kommunar vart tatt opp i programmet i 2019. Målet er fleire nye programkommunar i 2020.

Møre og Romsdal har i åra 2015-2018 vore med i det nasjonale prosjektet om Nærmiljø og lokalsamfunn som fremmar folkehelse (Nærmiljøprosjektet). I 2019 vart gjennomført ei regional evaluering av prosjektet og laga eit eige erfaringshefte for dei deltakande kommunane frå fylket. Den nasjonale evalueringa av prosjektet vart lagt fram hausten 2019, og er utført av forskarar ved Høgskulen i Volda. Funna viser at tryggleik, trivsel og tilgjenge er sentrale påverknadsfaktorar for helsa, slik folk sjølve ser det.

Morotur har kome i ny utgåve. Det er no enklare å registrere nye turar, og kommunane har fått betre tilgang til å redigere i datasettet. Slik kan fylkeskommunen, kommunane og frivillige betre samarbeide om å utvikle eit godt datasett for moglegheitene for friluftslivsaktivitet i fylket.

Vi takkar for godt samarbeid i 2019, og ser fram til inngåing av nye Samarbeidsavtalar om God Helse i 2020. Samarbeid om å nå felles mål er viktig i folkehelsearbeidet og er i tråd med FN sitt berekraftsmål 17.

Heidi-Iren Wedlog Olsen  
Kulturdirektør





# Møre og Romsdal fylkeskommune

**E-post:**

post@mrfylke.no

**Telefon:**

71 28 00 00



Marit Nerås Krogsæter, leiar i kultur-, næring- og folkehelseutvalet.

Foto: Rigmor Hustad Holen

## 1 Samfunnsutvikling for ein god start i livet

Møre og Romsdal fylkeskommune fekk innvilga tilskot med NOK 2,4 mill. frå Helsedirektoratet til "Frå utanforskap til innanforskap med program for folkehelsearbeid i Møre og Romsdal".

Med dette er også Møre og Romsdal programfylke i Program for folkehelsearbeid i kommunene (Folkehelseprogrammet). Det overordna målet med programmet er betre psykisk helse og livskvalitet i befolkninga. Barn og unge er ei prioritert målgruppe. To kommunar i fylket søkte og vart tatt opp i programmet i 2019; Gjemnes og Ålesund.

Møre og Romsdal fylkeskommune fekk innvilga tilskot til Fiskesprellkurs på 250.000 kroner for barnehageåret 2018/2019. Det er framleis stor interesse for kurs, og det vart halde 20 kurs med totalt 376 deltakarar på kursa.

## 2 Helsevennleg arbeidsliv

Prosjektet Omstilling 2020 set mellom anna fokus på arbeidsmiljøutvikling og systematisk HMS-arbeid. I dette arbeidet skal det utviklast ein kunnskapsbasert verksemdstrategi, som skal bidra til å ivareta eit fullt forsvarleg arbeidsmiljø ut frå både enkeltvis og samla vurdering av alle faktorar i arbeidsmiljøet som kan ha innverknad på arbeidstakarane si fysiske og psykiske helse og velferd. Det må difor vere eit fokus på å vidareutvikle eit heilskapleg arbeidsmiljø med fokus på førebygging av skadar og sjukdom, samt fremming av produktivitet, motivasjon og engasjement hos alle medarbeidarane i fylkeskommunen.

## 3 Samfunn som fremmar aktiv, frisk og trygg alderdom

Heilt sidan Regjeringa kom med kvalitetsreforma «Leve heile livet», har eldrerådet i Møre og Romsdal fylkeskommune løfta problemstillingar innanfor reforma. Reforma skal bidra til at eldre kan meiste livet lenger. Ein ynskjer å skape eit meir aldersvennleg Noreg, og finne nye og innovative løysingar på dei kvalitative utfordringane knytt til aktivitet og fellesskap, mat og måltid, helsehjelp, samanheng og overgangar i tenestene. Den årlege fylkeseldrekonferansen, som sist vart arrangert hausten 2019, hadde reforma som overordna tematikk.

## 4 Trygt og helsefremmande fysisk miljø

Møre og Romsdal fylkeskommune har også i 2019 koordinert arbeidet med kartlegging og verdsetting av friluftslivsområder i kommunane. 10 kommunar har gjennomført kartlegginga, og 15 kommunar er i sluttfasen. Med kartlegginga på plass vil kommunane ha eit betre kunnskapsgrunnlag både i plansaker og enkeltsaker. Den vil også vere eit godt grunnlag for å planlegge utviklinga av friluftslivets ferdselsårar i kommunane, og gje oversikt over kva for område som bør utviklast og eventuelt sikrast.

Morotur har kome i ny utgåve. Det er no enklare å registrere nye turar, og kommunane har fått betre tilgang til å redigere i datasettet. Slik kan fylkeskommunen, kommunane og frivillige betre samarbeide om å utvikle eit godt datasett for moglegheitene for friluftslivsaktivitet i fylket.

## 5 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjonar

Jenteløftet har som mål å jobbe for at jenter skal spele fotball lengre og er eit prosjekt som er leia av dei to fotballkretsane i fylket. Prosjektet er i år 2 av 3, og fleire tiltak har blitt satt i gang. Prosjektet er godt synleg i fotballverden i fylket, og har og blitt lagt merke til nasjonalt. Undersøking om fritidsaktivitet hjå ungdom er ferdig gjennomført av Møre og Romsdal Idrettskrets og fylkeskommunen og har ei brei tilnærming til fråfall i fritidsaktivitetar generelt. Undersøkinga brukast inn i arbeidet i Jenteløftet for å forhindre fråfall i jentefotballen spesielt.

FrivilligFORUM vart arrangert 17. og 18. oktober i samarbeid med Frivillighet Norge som fylkeskommunen har avtale med. Her fekk fylkeskommunen innspel frå kommunane og frivilligheita til ny temaplan for frivillighet.

## 6 Organisering og samhandling, eit kunnskapsbasert folkehelsearbeid

God Helse-partnerskapet ble evaluert av Møreforskning i 2019. Arbeidet med ny innretning og ny avtale med kommunane vart arbeidd med hausten 2019. Kommunane har gitt innspel undervegs i prosessen. Ein ny avtale føreligg våren 2020 og har fått namnet Samarbeidsavtale om God Helse.

Nærmiljøet – dei næraste omgivnadene – er noko av det som tel mest for at folk skal trivast og ha god helse. Dei siste tre åra har 41 norske kommunar - gjennom innbyggarmedverknad - prøvd å finne ut kva faktorar som påverkar trivsel og livskvalitet, og kva tiltak som kan bidra til å fremje folkehelsa. Til saman åtte fylke har delteke i prosjektet, og Møre og Romsdal er ein av dei saman med seks kommunar. Forskarar ved Høgskulen i Volda har gjennomført nasjonal evaluering av Nærmiljøprosjektet, og det er laga eit eige erfaringshefte frå Nærmiljøprosjektet i Møre og Romsdal.

Det er utarbeidd to kunnskapsgrunnlag frå Møreforskning i 2019 knytt til toppidrettssatsing og utvikling av anlegg for idrett og fysisk aktivitet. Desse rapportane seier noko om korleis vi kan høvesvis styrke toppidrettssatsinga i fylket, med unge utøvarar i fokus. Og korleis vi skal prioritere anlegg som skapar mest mogleg aktivitet i åra framover i spelemidelfordelinga.

Det er oppretta eit breitt samansett Samarbeidsorgan og eiga FoU gruppe i samband med at vi er blitt programfylke i Folkehelseprogrammet. Samarbeidsorganet er leia av Marit Nerås Krogsæter som er leiar i kultur-, næring og folkehelseutvalet.

Gjennom FolkehelseForum møtast fylkeskommunen, Fylkesmannen og idrettskretsen jamleg til informasjonsutveksling og diskusjon omkring folkehelse tema.

# Møre og Romsdal idrettskrets

**Antall idrettslag**

474

**Vår visjon:**

"Idrettsglede for alle"

**Koordinator for folkehelse og fysisk aktivitet i 100% stilling:**

Ellen Cathrine Hammer

**E-post**

Ellen.Hammer@idrettsforbundet.no

**Telefon:**

408 77781



## 1 Samfunnsutvikling for en god start i livet

**Trygge rammer:**

Norges idrettsforbund og Møre og Romsdal idrettskrets jobber for at idretten skal være et trygt og godt sted for alle medlemmer. Som en viktig del av dette arbeidet skal alle som utfører oppgaver i norsk idrett, som innebærer et ansvars- eller tillitsforhold overfor mindreårige eller personer med utviklingshemming, fremvise politiattest (barneomsorgsattest). Norges idrettsforbund har også egne bestemmelser om barneidrett og i 2007 ble også idrettens barnerettigheter vedtatt. Idrettens barnerettigheter setter barnas behov i sentrum, og uttrykker de verdiene som skal ligge til grunn for barneidretten i Norge. Rettighetene baserer seg på FNs barnekonvensjon.

Møre og Romsdal idrettskrets arrangerer Aktivitetslederkurs barneidrett for idrettslag og det samme kurset tilrettelagt for elever som tar idrettsfag i videregående skoler i fylket. Vi arrangerer også ulike temakvelder med fokus på "trenerrollen" og "foreldrerollen".

**Ungdomsarbeid:**

I 2017 opprettet Møre og Romsdal idrettskrets et eget fylkesdekkende ungdomsutvalg. Dette erstattet ungdomsnettverket bestående av idrettsengasjert ungdom som kretsen hadde hatt siden 2015. Ungdomsutvalget har i 2018 og 2019 hatt til sammen 14 interne møter hvor man har diskutert ulike problemstillinger. Man har blant annet vært med for å vise frem ungdomsutvalget og fortalt om ungdoms muligheter på lederkurs for ungdom.

## 2 Helsevennlig arbeidsliv

**Aktiv på Dagtid:**

Aktiv på Dagtid er et tilbud om trening og fysisk aktivitet for mennesker mellom 18 og 67 år, som befinner seg i trygdesituasjon. Kommunene som står ansvarlig for tiltaket, men i noen kommuner bidrar idrettslag med aktivitet. Idrettslagene får da et tilskudd fra Møre og Romsdal fylkeskommune via idrettskretsen. I 2019 fikk 7 idrettslag i 4 ulike kommuner støtte til aktiviteten. Møre og Romsdal idrettskrets har en rådgivende rolle.

## 3 Samfunn som fremmer aktiv, frisk og trygg alderdom

**Den gylne spaserstokk:**

Den gylne spaserstokk er et trimtiltak for eldre som arrangeres av helselag, pensjonistforeninger og andre i samarbeid med de lokale bankene i fylket. Tiltaket har vist seg å være en positiv miljøfaktor ved siden av den helsemessige effekten som gå-trim gir. MARIK administrer ordningen ved utsending av merker, gå-kort, stokker og gå-staver etter bestilling.

#### 4 Trygt og helsefremmende fysisk miljø

Det fysiske miljøet er grunnleggende for helse, trivsel og livskvalitet for innbyggerne i Møre og Romsdal og planlegging er sentralt for å legge til rette for innbyggerne sin helse.

Arbeidet med spillemidler i Møre og Romsdal skjer i samarbeid mellom Møre og Romsdal fylkeskommune, MRIK, særkretser, Det Frivillige Skyttervesen, idrettsråd, idrettslag og kommuner. MRIK spiller en viktig rolle ved at den drifter Anleggsrådet. I samarbeid med idrettsråd og kommuner gjennomføres prosessmøter som involverer frivilligheten lokalt frem mot vedtatt kommunedelplan for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet. NIF har sin egen miljøstrategi gjeldende for hele norsk idrett.

#### 5 Inkludering og deltakelse i kultur og frivillig organisasjoner

Møre og Romsdal idrettskrets jobber for å få til gode tilbud som kan passe for alle.

Vi har i 2019 arrangert såkalt "Paraidrettsdag", som er oppfølgeren av tidligere "Grenseløs idrettsdag", temakvelder om paraidrett og temakveld om tilrettelegging av aktivitet for mennesker med skjulte funksjonsnedsettelse. Deltakere har vært trenere og ledere i idrettslag, ansatte i skole og SFO, fysioterapeuter, ergoterapeuter, vernepleie og idrettsfagstudenter.

MRIK har vært veiledere for studenter i Vernepleie og Sport Management over flere år og høsten 2019 hadde vi for første gang sykepleierstudenter i praksis.

#### 6 Organisering og samhandling, et kunnskapsbasert folkehelsearbeid

Idrettskretsen har siden 2004 hatt et utvidet partnerskap om folkehelse med Møre og Romsdal fylkeskommune gjennom God Helse programmet. Det innebærer at fylkeskommunen øremerker 20 % av årlig tilskudd til idrettskretsen til arbeid med fysisk aktivitet og folkehelse. Koordinator i idrettskretsen samarbeider med Møre og Romsdal fylkeskommune, seksjon folkehelse og fysisk aktivitet. Vedkommende er fast deltaker i "Folkehelseforum" som har månedlige møter, samt i arbeidet med Frisklivssentralene i fylket. Vedkommende er også frivillighetens representant i "Samarbeidsorganet" tilknyttet "Program for folkehelsearbeid 2017-2027".

#### 7 Økonomi som barriere for deltakelse

De siste to årene har idrettskretsen jobbet kontinuerlig for at det skal være mulig for flere å delta i idrett. I forbindelse med vårt 100 års jubileum i 2019 opprettet vi "AFFA fondet", et fond som skal gjøre det mulig for flere å være med. I desember 2019 fikk vi tilsagn på kr 500.000 fra Gjensidigestiftelsen. Pengene skal gå til et spleiselag mellom idrettskretsen og kommuner i fylket til kontantkasser. «Kontantkassa.no» skal være en ordning der trenere og ledere på en enkel og ubyråkratisk måte kan søke om midler for at flere barn og unge skal få delta i fritidsaktiviteter. Selve prosjektet starter i 2020.

Idrettsråd:

Når det gjelder kommunene og det lokale idrettspolitiske arbeidet, arbeider MRIK gjennom og i samarbeid med idrettsrådene.

De aller viktigste samarbeidstiltakene er lokale planprosesser i form av oppstartmøter, «Idrettens dag i kommunestyret» og andre møteplasser mellom idrettsrådet og kommunen. Jevnlig idrettsrådsoppfølging bidrar til forsterkning og spredning av disse tiltakene.

I forbindelse med gjennomføring av Kommunereformen er mange kommuner slått sammen, noe som også har fått følger for idrettsrådene i aktuelle kommuner. Idrettskretsen har gitt råd, veiledning og deltatt i info- planleggings- og stiftelsesmøter i forbindelse med avvikling av tidligere idrettsråd og stiftelse av 5 nye idrettsråd – nye Volda, Fjord, nye Ålesund, nye Molde og Hustadvika idrettsråd.

# Friluftsrådet Nordmøre og Romsdal

**Innbyggartal:**

116 500

**Daglig leder: Ola Fremo**

**E-post:**

[ola.fremo@friluftsråd.no](mailto:ola.fremo@friluftsråd.no)

**Telefon:**

95732511



Foto: Friluftsrådet N&R Ca. 350 barn deltar hvert år på Friluftsrådets mange friluftsskoler.

## 1 Friluftsrådet Nordmøre og Romsdal (FNR)

FNR er et interkommunalt samarbeid på Nordmøre og i Romsdal for at alle som bor her og tilreisende skal oppleve glede og mestring med friluftsliv. FNR sin oppgave er å tilrettelegge for friluftsliv sammen med sine 13 eierkommuner, Møre og Romsdal fylkeskommune, grunneiere og frivillige lag og organisasjoner.

Samtlige kommuner i regionen er medlemmer, samt Heim kommune i Trøndelag. Administrasjonen har ca. 6 årsverk til disposisjon til våre aktiviteter. I påfølgende seks kapitler finner du våre viktigste satsingsområder.

Vi startet et nytt kapittel i 2019 da vi bestemte oss for å vurdere våre aktiviteter med utgangspunkt i FN sine vedtatte 17 bærekraftsmål. Årsmøte i 2020 vil for første gang få presentert en plan for dette langsiktige arbeidet.

FNR er tilsluttet Friluftsrådenes Landsforbund sammen med 26 andre friluftsråd.

## 2 Stikk UT!

Stikk UT! har blitt landets mest populære turkassetrim og er Friluftsrådets hovedsatsning for å invitere folk ut på tur. I 2019 hadde vi i våre 13 medlemskommuner over 15 000 deltakere (23 000 totalt i Møre og Romsdal) som til sammen registrerte 291 152 turer (490 000 totalt i Møre og Romsdal) elektronisk på stikkut.no eller via moroturappen.

Vi jobber kontinuerlig med å utvikle Stikk UT! -konseptet, og har gjennomført en spørreundersøkelse blant Stikk UT! -deltagere fra 2019 hvor vi fikk inn 2728 svar.

Hovedfunn tyder på at deltagerne først og fremst deltar på Stikk UT! for å få fine naturopplevelser. Å være fysisk aktiv scorer også høyt i tillegg til å oppleve nye turområder i fylket vårt, sette seg individuelle mål og motivasjon til turer sammen med familie og venner. Gode turbeskrivelser kommer høyt opp som motivasjon og halvparten setter skilting og merking høyt og mange liker å få Stikk UT! kartet i posten. Deltagerne ønsker å gå flere turmål fra samme startsted, flere nærturer og at Stikk UT! sesongen utvides slik at de kan gå fotturer også om vinteren. Nesten alle deltagerne har gitt svar på spørsmål om å bidra til ett bærekraftig friluftsliv. Det sosiale er viktig for de som har besvart undersøkelsen gjennom å invitere med seg en venn, kollega, nabo på tur, samkjøre til turstart og følge Stikk UT! vettreglene om sporløs ferdsel. De aller fleste ønsker å registrere turene



sine slik som nå, på stikkut.no eller moroturappen, men halvparten ønsker også velkommen til ett eventuelt nytt konsept med automatisk registrering på mobil, uten kode.

### 3 Friluftsskoler

FNR har blitt en solid arrangør av Friluftsskoler for barn mellom 10 og 13 år. Ca. 350 barn deltok i 2019. Vi får støtte fra Møre og Romsdal fylkeskommunen til dette arbeidet hvert år.

Barn får delta på en rekke ulike friluftslivsaktiviteter, som padling, klatring, kart og kompass, lage bål, spikking, jakt og skigåing. Det er alltid mye fokus på lek og trivsel.

Deltakeravgift skal ikke være en hindring for å delta. Det legges derfor vekt på lav pris og det tilbys gratisplasser, bl.a. gjennom samarbeid med sosialtjeneste, skoler og flyktningetjeneste. Dette gjør friluftsskolen til et godt tiltak for å utjevne forskjeller og har gitt fine opplevelser til mange barn som ikke deltar på andre tilbud.



### 4 Aktiv på dagtid

Aktiv på dagtid er et samarbeid med kommuner og NAV, og et tilbud om aktivitet. Friluftsrådets bidrag er å tilrettelegge for turer i natur med ulikt innhold som kart og kompass, sopptur, Stikk UT, fiske og turmat på bål.

Friluftsrådet har i samarbeid med frisklivsentral og friskliv og mestring gjennomført turprogram i Molde og Kristiansund.

### 5 Kartlegging og verdsetting av friluftsområder

Friluftsrådet har med støtte fra Miljødirektoratet og Møre og Romsdal fylkeskommune og i samarbeid med den enkelte medlemskommune kartlagt friluftsområder. Dette kunnskapsgrunnlaget om areal for friluftsliv som nå blir bygd opp i den enkelte kommune blir nyttig i alt fremtidig planarbeid. Arbeidet danner også et solid og nødvendig kunnskapsgrunnlag for kommende arbeid med "Sti og løypeplaner" (Planer for friluftslivets ferdselsårer).



## 6 Strandrydding - Stikk UT og plukk!

Friluftsrådet har i tre år med støtte fra Miljødirektoratet gjennomført strandrydding i hele Nordmøre og Romsdal. Samarbeidet med renovasjonsselskapene NIR og RIR har vært godt og konstruktivt. Hovedsatsninga har vært ekstraordinær innsats på Smøla med Plastjegerne, og panteordninga "Stikk UT og plukk" i samtlige 13 medlemskommuner.

Til saman har vi samlet inn ca. 105 tonn med marint avfall i 2019. Dette er helt i norgestoppen og friluftsrådet retter er stor takk til alle strandryddere i Nordmøre og Romsdal.

## 7 Inkludering

Friluftsrådet har i samarbeid med Flyktningetjenesten i Molde kommune gjennomført kurs i friluftsliv for flyktninger. Målgruppen var elever ved introduksjonsprogrammet. Målet var å gi deltagerne innføring i friluftsliv med fokus på viktige og nyttige tema for utøvelse av friluftsliv gjennom hele året, ved innføring i norske turtradisjoner, turmat, allemannsretten og erfaring med turtilbudet Stikk UT! og morotur.no.

# Sunnmøre friluftsråd

**Innbyggartal:**

137 615

**Dagleg leiar:**

May Britt Haukås

**E-post:**

[may@friluftsradet.no](mailto:may@friluftsradet.no)

**Telefon:**

977 09 653



*Leik er ikkje avhengig av mykje utstyr for å ha det kjekt.*

*VGlimt frå Leikepatruljen.*

---

## Vi inviterer til friluftsliv

Alt Sunnmøre friluftsråd jobbar med handlar om folkehelse. Vi legg til rette for at så mange som råd skal kunne drive eit aktivt friluftsliv heile livet.

Vi driftar statleg sikra og andre viktige friluftsområde i medlemskommunane, og har eit stort aktivitetsarbeid. Vi arrangerer friluftsskular og andre aktivitetar for barn, kursar det pedagogiske personalet i skular og barnehagar i å ta i bruk naturen som klasserom, låner ut friluftsutstyr gratis til skular, barnehagar, lag og organisasjonar. Marin forsøpling er eit viktig arbeidsområde, ofte i samarbeid med frivillige og Skjergardstenesta i Møre og Romsdal. Dette er eit samarbeid med Miljødirektoratet, fylkeskommunen og Friluftsrådet Nordmøre og Romsdal.

## 1 Stikk UT! og Stikk UT! Ski

Sidan 2015 har vi drifta turkassetrimmen Stikk UT! i medlemskommunane på Sunnmøre. I 2019 registrerte 11 687 deltakarar i alle aldrar 203 347 turar. Om kvar tur får ein verdi på kr. 130, skapte Stikk UT! på Sunnmøre samfunns- og folkehelseverdiar for over 26 millionar kroner i dei 13 medlemskommunane. I 2019 var over 60 arbeidsplassar med i Stikk UT! Bedrift og brukte turtrimmen som eit helsefremjande trivselstiltak på jobben.

## 2 Naturlos

Naturlos er eit prosjekt der friluftsrådet to gonger i året gir ut ei avis med oversyn over natur- og kulturvandringar i medlemskommunane. I hovudsak er dette turar i regi av frivillige lag og organisasjonar. I tillegg kjem ei rad eigne annonser i aktuelle lokalaviser og på Facebook. Det er gratis for annonsørane å vere med i Naturlos. I 2019 marknadsførte friluftsrådet ca. 160 natur- og kulturvandringar med ca. 3 500 deltakarar.

## 3 Turkort

Turkort er informasjon om enkle nærturar også personar med nedsette funksjonsevner kan klare. Til saman har Sunnmøre friluftsråd no laga over 50 turkort som kvart inneheld detaljert kart, bilde og informasjon om turen. På nettsida er det kart over kvar turane ligg, og turkorta kan lastast ned gratis. I tillegg er det trykt opp hefte med turkorta som folk kan kjøpe i nettbutikken. Slike hefte er også delt ut til kommunane for utplassering i bibliotek, venterom og andre strategiske stader der folk kan bla i dei og få inspirasjon til nye turar.

## 4 Leikepatruljen

Med midlar frå Gjensidigestiftelsen starta Sunnmøre friluftsråd i 2019 med prosjektet Leikepatruljen. Gjennom året er det gjennomført kurs for 70 skular med ca. 2 500 elevar og 200 lærarar.

Leikepatruljen handlar om aktiv leik i den lengste "timen" i skulekvardagen: Friminutta. Erfaringa er at den fysiske aktiviteten, trivselen og miljøet generelt på skulane aukar, og at mobbing blir redusert. Kursa blir gjennomførte utandørs så sant vêret ikkje er for ille. Viktigaste "hjelpemidla" er eigen kropp, motorikk, balanse, samarbeid, og å ta ansvar for og hjelpe kvarandre.

## 5 Inkludering

I samarbeid med Voksenopplæringa i Ålesund arbeidde friluftsrådet i 2019 med å introdusere norsk friluftsliv til innvandrarar som har fått opphald. Elevane har blitt kjent med turmål i nærområda, gått fjell- og skogsturar, besøkt ein utebarnehage på leirplassen deira på Aksla, laga mat på bål mykje anna. På desse turane blir det snakka norsk, og deltakarane blomstrar og opplever meistring på ein annan måte enn i klasserommet.

Prosjektet Naturmøteplassen held fram i Vestnes, Ålesund og Ulstein. Dette er ein møteplass i friluft ein fast dag i veka midt på dag. Då brenn bålet og kaffien er klar for alle som vil kome.

## 6 Sikring av område for friluftsliv

Gjennom heile året jobbar friluftsrådet med å motivere kommunane til å søkje statleg sikring av viktige friluftslivsområde for befolkninga. Når eit område er kjøpt av staten, får kommunen råderetten og kan avtale ansvar for tilrettelegging, drift og skjøtsel til friluftsrådet. I 2019 har friluftsrådet m.a. jobba med vedlikehald av områda vi har ansvar for, lagt ut badebøyer, sett ut nye utegrillar/bålplassar, lagt ut flytebrygger, fjerna kratt og plukka søppel. I tillegg har vi jamt tilsyn med vask, tømning/påfylling av ca. 30 toalett.

## 7 Kartlegging og verdsetting av friluftslivsområde

Med midlar frå Miljødirektoratet og fylkeskommunen er stillinga som koordinator for kartlegging og verdsetting av friluftslivsområde i kommunane på Sunnmøre vidareført i 2019. Målet er at alle kommunar skal ha god oversikt og kunnskap om friluftslivsområda sine, og verdien dei har for friluftslivet. Alt blir kartfesta og digitalisert, og det er etablert eit stort nettverk av frivillige ryddarar som fungerer svært godt. Arbeidet blir vidareført også i 2020.



# Aukra kommune

**Innbyggartal:**

3539

**Folkehelsekoordinator i 100% stilling:**

Tove Charlotte Æsøy

**E-post:** [tove.charlotte.aesoy@aukra.kommune.no](mailto:tove.charlotte.aesoy@aukra.kommune.no)

**Telefon:**

71171577/ 98612740



Roktamonumentet: Foto Tove Charlotte Æsøy

## 1 Samfunnsutvikling for ein god start i livet

Regelmessig samtale med barna i barnehagane, der det vert snakka om leik, trivsel og vennskap er eit tiltak for å styrke eit inkluderande miljø og hindre utestenging og mobbing. Barnehagane og skolane i Aukra starta på prosjektet "Inkluderande barnehage- og skolemiljø" i regi av Utdanningsdirektoratet. Dette er ei satsing på kompetanseheving for at den einskilde tilsette skal få styrka sin kompetanse for å skape og oppretthalde inkluderande miljø.

Barnehagane og skolane i kommunen har tilsett kokkar. Dette er eit tiltak for å gjere kvardagen for barn og unge betre med mål om eit sunt kosthald med god ernæring for alle. I barnehagane samarbeider kokken med dei pedagogiske leiarane om involvering av barna i mat og måltidssituasjonar. Barn i bevegelse er eit samarbeid mellom førskolebarn, pedagogiske leiarar og fysioterapeutar om fysisk aktivitet. Etter skoletid prosjektet med møtestad for ungdommar med fast vaksen ein gong i veka har vore svært populær.

Begge skolane i kommunen er i gong med eit prosjekt "jentehele" i samarbeid med psykolog og helsesjukepleiarar.

Utstyrssentralen vår med gratis utlån av fritidsutstyr til alle årstider har godt besøk. Det er ekstra gledeleg at flyktningar og innvandrar er regelmessige lånarar. Det er særleg skiutstyr som det er mykje utlån av.

## 2 Helsevennleg arbeidsliv

Kommunen har arbeidd med den nye IA- planen (inkluderande arbeidsliv) som har som hovudmålsetting å få ned sjukefråvær og hindre fråfall frå arbeidslivet. Fokuset i denne er lange og/eller hyppige fråvær. Satsinga på førebygging av sjukefråvær og fråfall skal aukast. Det har vore meir fokus på AKAN arbeid siste år. Fire personar frå kommunen var på kurs om AKAN modellen og den nødvendige samtalen som AKAN kompetansesenter arrangerte.

## 3 Samfunn som fremmar aktiv, frisk og trygg alderdom

Aktiv senior gruppa vår har fått ny aktivitet i Julsundet og mange nye medlemmar det siste året. Mange seniorar er flinke til å komme seg ut på tur i all slags ver og delta på aktivitetar saman med andre. Ein del eldre er også aktive frivillige til dømes som "matombringarar", besøksvenner og aktivitetsvenner. Andre er ivrige på dugnadar og i aktivitetar i lokalmiljøet. Fleire eldre i kommunen kjem også på arrangement i regi av frivilligsentralen som «Eldretreff» og «Sangtreff» Møteplassar har stor verdi for alle innbyggjarar i kommunen, også for eldre. Musikk er i tillegg ein faktor som er helsefremjande både fysisk og psykisk. Frivillige organisasjonar som til dømes pensjonistforeining, husflidslag og revmatikarforeining samlar mange medlemmar til både aktivitetar, møter og samlingar. For mange av dei eldste har velferdsteknologi vorte ein del av kvardagen og dei er meir sjølvhjelpne enn tidlegare.



Unge motivatorar i Aukra

Foto: Lene Marita Ræstad

#### 4 Trygt og helsefremmande fysisk miljø

Satsing på tilrettelegging for friluftsliv har vore på dagsorden i kommunen i mange år. Innbyggjarane er flittige brukarar av turstiar og friluftsområde. Ein del velforeiningar og grendalag har gjort ein stor innsats i sitt nærområde med klopping, grusing og bygging av gapahukar og grillhytter. Turar i naturen er ein aktivitet alle kan delta i og aktiviteten aukar med meir tilrettelegging. Det har vore gjort nokre tiltak i høve sikt og tilrettelegging for mjuke trafikantar knytt til busslommer og vegkryss.

#### 5 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjonar

Fleire av dei frivillige organisasjonane har hatt fokus på inkludering. Det har vore spanande samarbeid mellom ulike organisasjonar. Mellom anna hadde Gossen Bygdekvinnelag i samarbeid med Gossen Motorklubb ein fantastisk torgdag på Løvikremma i september.

Aukra er med i eit prosjekt om å utløyse frivilligressursen i kommunen og gjer forsøk på å få dette til gjennom eit samarbeid med alle velforeiningane. Det er dei som kjenner grendene best og som på ein god måte kan få med endå fleire ut i det frivillige arbeidet, med det dei verdiane som ligg i det.

#### 6 Organisering og samhandling, eit kunnskapsbasert folkehelsearbeid

Kompetanseheving i høve vald i nære relasjonar har vore på dagsorden dei siste åra etter at planen med same tema vart laga. Fleire einingar i kommunen har hatt gjennomgang av flytskjema ved mistanke om vald og overgrep og barnehagane har stort fokus på dette området. SLT arbeidet er godt i gong og godt forankra. Nettverksarbeidet både i politiråd og i koordinerande gruppe er nyttig og fører til auka fokus på rus og kriminalitetsførebyggjande arbeid.

#### 7 Aukra som MOT kommune

Aukra kommune har vore MOT kommune i mange år og hatt ulike avtalar med MOT sentralt. I 2019 signerte kommunen ein ny avtale; Kommunen som samfunnsbyggjar. I samband med dette hadde leiargruppa eit foredrag av Rune Bratseth frå MOT sentralt. Han var ein av grunnleggjarane av MOT i 1997. Rektorane ved begge skolane i kommunen og ein av kommunalsjefane vart skolert på MOT camp i Trøndelag. Dette er med på å styrke MOT arbeidet i kommunen. Den årlege MOT aktivitetdagen med sporløype for 8. klassane i kommunen er populær og fungerer godt. Spelarar frå Molde fotballklubb var på MOT besøk på Julsundet skole, dette eit flott tiltak der også idretten får vist fram fokuset på MOT verdier. Gossen idrettslag er også deltakar i lokalsamfunn med MOT og har fokus på MOT sin kjerneverdier.

# Aure

**Innbyggartal:**

3521 (ssb-2019)

**Folkehelsekoordinator i 50% stilling:**

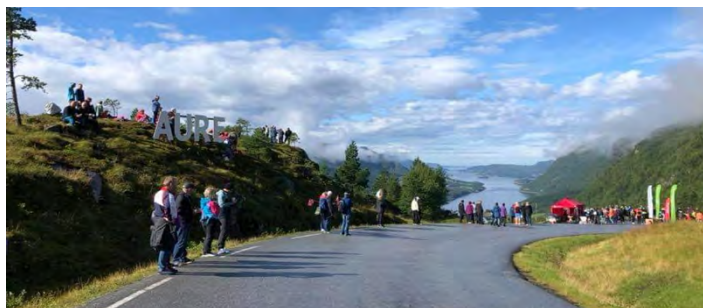
Nina Bielawski (vikar)

**E-post:**

[nina.bielawski@aure.kommune.no](mailto:nina.bielawski@aure.kommune.no)

**Telefon:**

905 67 275



Figur 1: Bildet av May-Renate Settemsdal

## 1 Samfunnsutvikling for ein god start i livet

Aure kommune har i dag ca. 165 barn i barnehage, og full barnehagedekning. Alle barnehager og skoler i vår kommune deltar i et samarbeid med Nettverk Nordmøre, med å arbeide med de samme satsningsområdene. I Aure kommune sin oppvekstplan er livsmestring hovedmålet for barnehager og skoler i kommunen.

UngData-undersøkelsen ble gjennomført på ungdomstrinnene i 2018, og blir gjennomført i 2020 på ungdomstrinnet og barneskolen.

Helsestasjonen har oppfølging av alle barn og unge med familie og tilbyr familieveiledning til foreldre. Skolehelsetjenesten har faste tider på skolene.

## 2 Helsevennleg arbeidsliv

Aure kommune har lav arbeidsledighet og lavere sykefravær enn landsgjennomsnittet. Kommunen er den største arbeidsplassen, og er en IA-bedrift.

Det er mange arbeidsplasser innen basisnæringer som prosessindustri, fiske og havbruk, landbruk og verkstedindustri.

Aure dagsenter er et viktig arbeidsfellesskap for de som trenger et dagtilbud. Der har de snekkerverksted, aktivitetsrom og kjøkken. Treffstedet og Bruktbua er også aktivitetstilbud på dagtid, i regi av Psykisk helse og rus.

## 3 Samfunn som fremmar aktiv, frisk og trygg alderdom

Det er mange gode tilbud for eldre i kommunen, både i kommunal og frivillig regi. Blant annet avholdes fredagstrim ved Aure omsorgsbolig. I etterkant av trimmen har vi startet et prosjekt «matkista» (prosjektperiode 2019) for å forebygge ensomhet blant eldre. Dette er et samarbeid mellom kommunen og frivilligheten, der frivillige tilbyr skyss til og fra trimmen, samt bidrar med servering på «matkista». Dette prosjektet var så vellykket og ga godt oppmøte på trimmen i forkant, som gjorde at vi fortsatte «matkista», kun i regi av frivilligheten etter endt prosjektperiode.

Helse- og andre lag arrangerer "torsdagskafé" ved omsorgsboligene, mandagstrim, babysang på sykehjemmet, demens kafé for demente og deres pårørende, strikke kafé og andre sosiale arrangementer.

Vi fortsetter å rette fokus på «Aktivitetsvenn», som drives gjennom et samarbeid mellom kommunen, frivilligsentralen og Aure helselag.

Vi har et hverdagsrehabiliteringsteam som jobber fremmende og legger til rette for gode tiltak for hjemmeboende eldre.

#### 4 Trygt og helsefremmande fysisk miljø

Ti turmål av varierende vanskelighetsgrad er merket som StikkUt! turer. I tillegg har idrettslag og helselag til sammen mange trimposter, med varierende underlag og vanskelighetsgrad.

Aure helseløype skal ferdigstilles, og være tilrettelagt for rullestol, og ha tilgjengelig HC-toalett.

Kommunen har arbeidet med å kartlegge og verdisette friluftsområder i samarbeid med Friluftsrådet. Dette er viktig arbeid for å ta vare på de flotte friluftsområdene som finnes i Aure.

Onsdagstrim hver onsdag for alle innbyggere i kommunen, uansett aktivitetsnivå. Iverksatt som forebyggende tiltak og gjennomføres av fysioterapeut i kommunen.

Kommunen har Frisklivssentral, med til sammen 50 % ressurser inn i arbeidet. Målgruppen er alle som ønsker hjelp til livsstilsendring. Tilbyr trening og "bra mat" kurs i første omgang.



Figur 2: Bildet av Rita Merete Ormbostad

#### 5 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjoner

Frivillige lag og foreninger gjør en uvurderlig innsats for folkehelse og lokalsamfunnet. Kommunen har rundt 130 frivillige lag og foreninger. Mange forskjellige tilbud og aktiviteter som arrangerast.

Frivilligsentralen er en møteplass som formidler kontakt mellom mennesker i lokalmiljøet – noen trenger hjelp og andre ønsker å hjelpe. Sentralen er et kontaktpunkt mellom lag/organisasjoner og det offentlige.

Kulturskolen har et bredt tilbud til alle innbyggerne i Aure kommune. Kulturskolen tilbyr undervisningstilbud innen musikk, dans og visuell kunst.

#### 6 Organisering og samhandling, eit kunnskapsbasert folkehelsearbeid

Det er utarbeidet en oversikt over folkehelsen. Alle sektorer i kommunen har deltatt inn i dette arbeidet, og dokumentet vil ligge til grunn for videre planarbeid.

Aure kommune har en lavere andel barn enn landet som helhet, og en høyere andel eldre. Andelen eldre vil øke i årene fremover. På bakgrunn av dette vil trolig utgiftsbehovet innen pleie og omsorg øke. Samtidig vil utgiftsbehovet for grunnskole og barnehage trolig gå noe ned.

#### 7 Frivillighet i Aure

Frivilligheten er en viktig ressurs i folkehelsearbeidet. Aure frivilligsentral har i 2019 hatt ca. 6500 frivillighetstimer og har lokaler i Aure sentrum. Frivilligsentralen driver blant annet språkkafé og leksehjelp som en del av integreringsprosjektet, bistår med sjåfører til transport til og fra trimgruppe og har kaffeservering etter trim for pensjonister på mandager. I tillegg tilbyr frivilligsentralen ledsagerhjelp, turvenn, besøksvenn og deltager på ulike arrangement mm.

Lag og foreninger i kommunen bidrar stort i arbeidet med å gi tilhørighet og skape tilhørighet for innbyggerne gjennom ulike arrangement og tilrettelegging, og gjør en fantastisk innsats for innbyggerne i kommunen.



# Eide kommune

**Innbyggartal:**

3437

**Folkehelsekoordinator i 50 % stilling:**

Ellen Marie Krakeli

**E-post:**

[ellenmarie.krakeli@hustadvika.kommune.no](mailto:ellenmarie.krakeli@hustadvika.kommune.no)

**Telefon:**

97984232



---

## 1 Samfunnsutvikling for ein god start i livet

Helsesykepleiere har kurset seg i NBO - for å kunne veilede foreldre og gi dem økt mestringsfølelse og trygghet på at de kan lese og tolke sitt barns signaler. Dette for å styrke relasjonen mellom foreldre og barn. Eide kommune fikk opprettet tilbud om familieveiledning ved helsestasjonen i 2019. Helsestasjonen har også gruppetilbud for foreldre med barn på helsestasjon med forskjellige tema: motorisk utvikling, samspill, tannpleie, sykdom og ulykkesforebygging, samt ernæring. Skolehelsetjenesten ute på skolene har tilbud om helsesamtaler, undervisning og har åpen dør for elevene. I tillegg er det tilbud om veiledning til foreldre og ansatte gjennom tverrfaglig sammensatte Samba- team. Ungdomsskolen har MOT- undervisning til elever og Eide kommune har også MOT som samfunnsbygger.

## 2 Helsevennleg arbeidsliv

Tillitsvalgte og verneombud føler seg godt involvert i kommunesammenslåings- prosessen. Det var i alle fall tilbakemeldingene i sluttevalueringsmøtet. Rask psykisk helsehjelp har utvidet tilbudet sitt og har nå selvhjelpsmoduler innen: angst, depresjon, søvnvansker, stress, utbrenthet og belastninger, bekymring og GAD (generell angstlidelse), lav selvfølelse, eksponering og perfektjonisme.

## 3 Samfunn som fremmar aktiv, frisk og trygg alderdom

Frisklivssentralens trimgrupper har i flere år vært åpne for alle innbyggere. Fra oppstarten i 2013 har antall deltaker i gruppene vokst jevnt og trutt. Og nå deltar ca 45 personer på gruppene ukentlig. Frisklivssentralen har også fått tilgang til nytt, flott treningsrom i Eidehallen. Aktiv på dagtid har også hatt tilbud to ganger i uken, med turgruppe og bassengtilbud. I 2019 startet også fysioterapitjenesten planlegging og kursing av terapeuter og frivillige for å kunne starte opp "sterk og stødig" grupper. I tillegg har mange frivillige aktører bidratt med tilbud til eldre i kommunen. Eksempel på dette er: lesegrupper, sittedans, seniordans, herretrim, leikarring med flere.



#### 4 Trygt og helsefremmande fysisk miljø

Kommunen har så lenge folkehelsestatistikken fra FHI har eksistert hatt utmerket kvalitet på drikkevannet. Garderobeanlegget i svømmehallen er oppgradert og det er bygget nytt treningsrom i Eidehallen. Kommunen har jobbet aktivt de siste to år med skilting og merking av turruter og StikkUt

#### 5 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjoner

Eide kommune har hatt samarbeid med frivillige lag og organisasjoner som et av hovedfokusene etter oversiktsarbeidet vi la fram i 2016. Kommunen har ønsket å være en samarbeidspartner for lag og organisasjoner ved å legge forholdene til rette for frivillighet i kommunen. Kulturkonsulenten har jobbet tett opp imot lag og organisasjoner både gjennom idrettsrådet, kommunedelplan for idrett fysisk aktivitet og friluftsliv og som utleieansvarlig for Eidehallen. Den kommunale ungdomsklubben vår, Pluggen, feiret også 10 års jubileum i 2019. Det vil si 10 år med gratis ungdomsklubb i Eide, med tilgang til aktiviteter i hallen og i lokalene til Pluggen i Eidehallen. Fordi vi har vektlagt dette arbeidet er vi også svært stolte av ungdata tallene våre som viser at Eide kommune har flere ungdommer som er fornøyd med lokalmiljøet, og flere ungdommer som er aktive i en fritidsorganisasjon enn det som er landsgjennomsnittet.

#### 6 Organisering og samhandling, eit kunnskapsbasert folkehelsearbeid

Eide kommune ble slått sammen med Fræna kommune til Hustadvika kommune 01.01.2020. I det siste året som egen kommune gikk det med mye tid til prosessen rundt kommunesammenslåingen. Blant annet skulle ny organisasjonsstruktur etableres. Folkehelseperspektivet ble løftet opp i organisasjonen ved at rådgiver folkehelse ble flytte fra enhetsnivå til ledernivå i kommuneområde samfunnsutvikling, i samme avdeling som kommuneplanlegger. Dette ble gjort med en målsetting om å løfte folkehelseperspektivet i kommunen ut av tiltakssiden og over på systemnivå for å sikre et systematisk og langsiktig folkehelseperspektiv og sterkere tilknytning til kommuneplan og PBL.

#### 7 Ny kommune, nye muligheter

Dette blir den siste årsmeldingen fra Eide kommune. Eide kommune er i skrivende stund historie. Vi har gått fra å være en liten kommune, til å være en del av en mellomstor kommune i norsk sammenheng. Litt vemodig er det, men det åpner også for nye muligheter.

Mange innbyggere har vært bekymret for hvordan sammenslåingen påvirker tjenestetilbudet, både i forhold til innhold, kvalitet og lokasjon. Andre ser flest muligheter og færre begrensninger med kommunesammenslåingen. I administrasjonen og i de øvrige kommunale tjenestene, håper vi å greie å bygge en ny kommune som innfrir flest mulig av forventningene fra ulike grupper innbyggere og at vi sammen kan gjøre Hustadvika til en kommune vi alle trives i og som vi er stolte over å komme fra.

# Gjemnes kommune

**Innbyggartal:**

2629

**Folkehelsekoordinator i 50% stilling:**

Maaïke M. Roorda

**E-post:**

[Maaïke.magdalena.roorda@gjemnes.kommune.no](mailto:Maaïke.magdalena.roorda@gjemnes.kommune.no)

**Telefon:**

907 11 095



Foto: Terje Humstad

## 1 Samfunnsutvikling for ein god start i livet

Gjemnes kommune har vært med på "tidlig inn", et samarbeidsprosjekt mellom flere kommuner. "Tidlig inn" er nå implementert og fortsetter fra svangerskap og gjennom flere konsultasjoner på helsestasjonen. Det er ett verktøy/kurspakke for å avdekke vold, rus og psykisk helseproblemer. Batnfjordskole har starte med Zippys venner i småbarnstrinn. Zippys venner skal bli utvidet til de andre skolene i Gjemnes. Ungdomskolen har hatt MOT i mange år, men fra 2019 har pakken blitt utvidet med MOT samfunnsdel. Fra høsten 2019 er psykisk helsesykepleier fast en dag per uke på Batnfjordskole og sammen med rektor, helsesykepleier og barnefysioterapeut møtes de en gang i måned som skolehelseteam. Skolehelseteam har som mål å være et forebyggende team for alle barn på skolen.

## 2 Helsevennlig arbeidsliv

Gjemnes kommune har laget romoversikt for det nye helsehuset.

## 3 Samfunn som fremmer aktiv, frisk og trygg alderdom

Gjemnes kommune har vært med på et interkommunalt prosjekt "hva er viktig for deg". Det ble avsluttet i 2019. Kommunen har opprettet et flerfaglig forbedringsteam som jobber med å videreutvikle tavlemøter, tverrfaglig samarbeid og likestilt tilbud for alle brukere av helsetjenester i kommunen. Hverdagsrehabilitering har i 2019 kommet godt i gang, det er utarbeidet prosedyrer og startet arbeidet etter disse retningslinjene. Kommunen har ukentlig dagtilbud for innbyggere med demens og for de som strever med psykisk helse.

## 4 Trygt og helsefremmande fysisk miljø

Gjemnes har et fremragende tilbud for fysisk aktivitet i alle aldersgrupper, mest i Flemma, Torvikbukt og Batnfjordsøra. Fysioterapitjenesten har 3x ukentlig sal trening, grupper inndelt i forskjellig nivå og 2x bassentrening.

Det har vært stor deltakelse i StikkUt og StikkUt ski, men det er færre som ønsker å registrere seg. Kommune har sammen med bygdelag og andre frivillige bygd to flotte turstier: Flemsetervatn rundt og Elvastien langs Batnfjordselva. Der er det satt opp flotte skilt og plassert flere picknickbord. Kommunen ønsker i framtiden å satse videre på slike nærtilbud.



Foto: Olav Bjørn Nilssen

## 5 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjoner

Det er veldig mange frivillige, idretts- og bygdelag, kommunen og andre aktører som hjelper til under Dyregod dagene i september. Dyregod dagene hadde også i 2019 mange tusener besøkende som fant veien til Gjemnes. Ungdomsklubben i Gjemnes har bestått i snart 25 år. Den har blitt dreven av frivillige foresatte. Hver fredag er det klubb i Gjemneshallen for ungdom mellom 12 og 16 år. Ungdomsrådet organiserer aktiviteter for ungdommene på klubben hver 6. uke som volleyballturnering, aktivitetsskveld med skyting, klatring og bordtennis og juleavslutning med grøt og saft til alle. Ungdomsklubben får ofte besøk av 40-60 ungdommer på en kveld. Idrettslag i kommunen organiserer flere aktiviteter; skilek på Furset og Osmarka ski arena, Silsetvannet rundt, Torvikbukta rundt, Torvikbukta 6 topper og Flemstubbene. Trimgruppene for voksne i Flemma, Torvikbukta og Batnfjordsøra. Gjemnes var vert for UKM 2019, et samarrangement med Tingvoll og Nesset i Batnfjord Samfunnshus. Angvik Bygdalag har regelmessig tilbud for bygdefolk. Skolemusikk i Batnfjordsøra, voksenkorps i Angvika og på Batnfjordsøra og kortilbud i Flemma og Batnfjordsøra.

## 6 Organisering og samhandling, et kunnskapsbasert folkehelsearbeid

Den første folkehelseoversikten for Gjemnes ble ferdig høsten 2019 og vedtatt i kommunestyre desember 2019. Høsten 2019 startet kommunen også opp planarbeid for et nytt Sentrumsplan. Det har vært jevnlig møter med flere interessegrupper og kommunen. Gjemnes kommune har fått tildelt midler i 2019 for å øke helsesykepleierstilling i kommunen fra 40 til 80%.

## 7 Ungdomstiltak for et bedre ungdomsmiljø

Gjemnes kommune har i 2019 stått overfor en sterk forandring i ungdomsmiljø. Rådmann har samlet alle sektorene som jobber med ungdom, foresatte representant og elev/ungdomsrepresentant til et møte. Der ble det bestemt flere tiltak; ungdomsklubben skal ha flere frivillige som vakt, 4 per kveld som også skal gå runde i bygda, ungdomsråd skal organisere aktiviteter. På skolen skal det bli gratis felles måltid 2x i uka for å bygge bedre relasjoner, forebygge ensomhet, utenforskap og øke mulighet til vennskap på tvers av trinnene. Vi bestemte også for å søke på fylkets folkehelseprosjekt



for ungdom "Frå utenforskap til innenforskap". Ved siden av å ha 3x i uke ett felles gratis måltid, ønsker kommune å jobbe med å forsterke foresatte i sin foresatterollen. Dette ved å åpne skolen for foresatte, mulighet til deltakelse i gratis lunsj, men også ved å legge opp til to temakvelder i skoleåret. Prosjektet ble godkjent august 2019 av kommunestyre, og desember 2019 av fylkeskommunen. Skolehelseteam samles 1x i måneden på alle skolene, psykiatrisk sykepleier har vært tilstede på skolen en dag i uka siden skolestart 2019.

# Halsa

**Innbyggartal:**

1567

**Folkehelsekoordinator i 50 % stilling:**

Trine Kristiansen Glåmen

**E-post:**

trine.glamen@heim.kommune.no

**Telefon:**

90574443 / 90407367



Fotograf: Bente Løvik

## 1 Samfunnsutvikling for ein god start i livet

Halsa ble med på satsningen inkluderende barnehage og skolemiljø i lag med Snillfjord og Hemne. Dette for å heve og styrke kompetansen innenfor mobbing og andre krenkelser, samt å bygge felles begreps- og kulturforståelse.

## 2 Helsevennleg arbeidsliv

Halsa kommune fikk i 2019 årets Friskuspris på Næringslivskonferansen for sitt forebyggende arbeid blant de ansatte. Stikk UT!- bedrift og gunstig avtale med et treningssenter ble nevnt som gode tiltak for å ta vare på ansattes helse.

Halsa kommune har gjennom flere år hatt lavt sykefravær og fleksibel turnus i helse- og omsorg har hatt god innvirkning på arbeidsmiljøet og sykefraværet i enheten. Ellers var fleksible arbeidstidsordninger en kilde til engasjement og motivasjon.

Mange private bedrifter i kommunen legger til rette for fysisk aktivitet på arbeidsplassen i form av trimrom, spinningsykler eller friluftaktiviteter.

## 3 Samfunn som fremmar aktiv, frisk og trygg alderdom

Halsa har mange eldre og det vil bli et økende antall mot 2030, særlig når det gjelder gruppa 80+ I samfunnsplanlegginga er det fokus på et aldersvennlig samfunn og for at de skal bo hjemme så lenge som mulig.

Universell utforming i alle nye byggetiltak og mange medvirkningsprosesser har blitt gjennomført. Helseløypa gjennom sentrum ble ferdigstilt og ombygging av sykehjemmet til å bli et nytt og mer hensiktsmessig bygg startet opp i 2019 og ferdigstilles i 2020.

Mange tiltak som Livsgledehem, aktivitesordningen for hjemmeboende demente, et aldersvennlig samfunn, et mer demensvennlig samfunn, den kulturelle spaserstokken og alle tilbudene på frivilligsentralen og aktivitetene gjennom lag og organisasjoner, er med på å forme et aktivt og helsefremmande samfunn for eldre i kommunen.

Sanitesforeningene fikk 15-20 eldre personer med tur hver uke i sommerhalvåret, i prosjektet Kløvertur.



Fotograf: Brynhild Gujord

#### 4 Trygt og helsefremmande fysisk miljø

2019 ble strandryddingsåret i Halså. Det var spesielt fokus på marin forsøpling og alle aldersgrupper deltok i både kommunens aksjon og Friluftsrådets opplegg. Valsøyfjord pensjonistforening mottok miljøprisen for sitt engasjement.

Kommunen gjennomførte en spørreundersøkelse i 2019 om fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv, for aldersgruppa 0-80+. Resultatet var at de fleste ønsket meir tilrettelegging av aktiviteter ute i grendene og fleire universelt utformede turstier. Det er også ønskelig med fleire tilrettelagte fiskeplasser og badeplasser, noe som kommunen skal ta med som kunnskapsgrunnlag for nye planer.

#### 5 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjoner

Halså var med på bukdir-prosjektet for lavinntektsfamilier og arrangerte tre kultur- og opplevelsesturer for barn og unge. Prosjektet jobbet mot sosial kontroll og kommunen ønsket at økonomi ikke skulle være til hinder for deltaking og inkludering i positive og sosiale aktiviteter for barn og unge.

For første gang arrangerte kommunen Friluftsskole for barn i alderen 9-14 år i samarbeid med Friluftsrådet Nordmøre og Romsdal. 27 stykker deltok på lysbetonte aktiviteter gjennom hele uka.

På Halsafæsten, som ble arrangert 1. november, fikk bredden av musikk og kulturlivet i bygda vist seg fram i forskjellige sceneinnslag gjennom 3 timer. Det viser at ildsjeler og lokalt utviklingsarbeid skaper glød og brennende engasjement i et raust og lite lokalsamfunn.

#### 6 Organisering og samhandling, eit kunnskapsbasert folkehelsearbeid

Halså laget en folkehelseoversikt i 2019 i lag med Hemne, som skal ende ut i en digital oversikt for Heim. Dette har tatt ekstra lang tid på grunn av kommunesammenslåingen. Funnene fra oversiktsarbeidet ligger som kunnskapsgrunnlag for hele planprosessen.

Det jobbes med en felles planstrategi for Heim der politikerne er aktive med i prosessen og det legges vekt på bred innbyggermedvirkning. Et folkehelsesteam er etablert med enhetsledere og kommunalsjef. En liten gruppe jobber med oversiktsarbeidet. Den nye utviklingsstaben skal påse at folkehelse innen utvikling, forvaltning og tjenesteyting foregår etter folkehelseloven.

# Hareid kommune

**Innbyggartal:**

5160

**Folkehelsekoordinator i 50% stilling:**

Monica Torvik Stokset

**E-post:**

[monica.torvik@hareid.kommune.no](mailto:monica.torvik@hareid.kommune.no)

**Telefon:**

90 76 85 32



Foto: Monica T. Stokset

## 1 Samfunnsutvikling for ein god start i livet

Alle barnehagar og skular i Hareid er med i satsinga Inkluderande barnehage og skulemiljø. Hareid kommune sine barnehagar har i samarbeid med interkommunalt PPT delteke i utviklingsprogrammet "Kompetanseløft barnehagar". Programmet har gått over 2,5 år og har hatt fokus på læringsmiljøet i barnehagen og autoritative vaksne. Ein av barnehagane har også vore med i DUB-satsinga (Dei utfordrande barna), PPT leia dette utviklingsprosjektet. Vidare har kommunen sine kommunale skular delteke på Læringsmiljøsenteret si opplæring for beredskapsteam mot mobbing i skulen.

Kommunen har gjennom eit interkommunalt samarbeid arrangert oppfriskingskurs for helsepersonell knytt til samtale om psykisk helse og livsmestring i svangerskapsomsorga. Satsinga skal bidra til tidleg innsats, betre livsmestring og trivsel for barn, unge og foreldre.

## 2 Helsevennleg arbeidsliv

Arbeidsmiljøpris vert delt ut til den eininga eller arbeidstakarane som i løpet av det siste året har utmerka seg på ein særleg måte gjennom sitt engasjement for eit positivt arbeidsmiljø.

## 3 Samfunn som fremmar aktiv, frisk og trygg alderdom

Kvar veke er det mykje aktivitet i regi av frivilligssentralen. Seniornett har fast møtetid for å gjere dei eldre rusta i møte med den digitale kvardagen. Ein gong i månaden arrangerast hørselshjelp.

Helse- og omsorgssektoren har starta opp eit tilbod med vekentlege turar i nærmiljøet. Turane forgår på dagtid og er ope for alle. Det er stasjonert ein Rickshaw-sykel ved sjukeheimen og dei tilknytte omsorgsbustadane etter innsamlingsaksjon av sjukeheimen sin pårørande foreining. Arbeidet med å implementere velferdsteknologi er ein aktiv og pågåande prosess i helse og omsorgstenesta.





Morsmålsdagen i Hareidhallen. Foto: Christine Riise Øverlid

#### 4 Trygt og helsefremmande fysisk miljø

I 2019 har Hareid kommune fullført kartlegging og verdisetting av friluftsområda i kommunen. Miljøgateprosjektet i blei ferdigstilt i 2019, eit viktig prosjekt for å legge til rette for tryggare ferdsel med utbetra gangfelt for mjuke trafikantar gjennom Kjøpmansgata i sentrum. Funksjonelle løysingar for parkering og mjuke trafikantar er mellom tiltaka som vil vere med å heve kvalitetane i sentrum.

Ungdomsrådet deltok på Klimakonferanse med formål å sette fokus på kva tiltak vi lokalt kan sette i verk for å bidra til å nå temperaturmålet i Parisavtalen. Klima Østfold sto for faglig innlegg på konferansen, og deltakarane engasjerte seg gjennom dagen med både meiningar og innspel.

#### 5 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjonar

Ungdomsklubben vart opna i 2018. Etablering av ungdomsklubben er eit viktig tiltak for inkludering, eit tilbod som ikkje er knytt til prestasjon, men der ungdom berre "får vere".

Kommunen har etablert eigen digital aktivitetsskalender, der kommunen sine innbyggjarar kan bli oppdatert på aktivitet som foregår i kommunen.

Morsmålsdagen er eit årleg arrangement i regi av kommunen.

#### 6 Organisering og samhandling, eit kunnskapsbasert folkehelsearbeid

Hareid kommune deltek i eit interkommunalt samarbeid om folkehelseoversikt.

Arbeidet med helseoversikt er såleis godt i gang, og skal vere ferdig i løpet av våren 2020.

Ungdata-undersøking blei gjennomført for tredje gong i 2019.

Kommunen har i samarbeid med KoRus gjennomført eit dagsseminar med tema oversikt over rus-situasjonen i kommunen.

Hareid kommune har innført dataverktøyet "Compilo", for å auke systemkvaliteten og kvalitetsutviklinga i organisasjonen.

# Kristiansund kommune

**Innbyggartal:**

24 274

**Folkehelsekoordinator i 100 % stilling:**

Bente Elshaug

**E-post:**

[Bente.elshaug@kristiansund.kommune.no](mailto:Bente.elshaug@kristiansund.kommune.no)

**Telefon:**

71 54 10 00 / 957 05 451



Åpning av europeisk mobilitetsuke.  
Fotograf: Bente Elshaug

## 1 Samfunnsutvikling for ein god start i livet

Det er full barnehagedekning i Kristiansund. Enda en ny barnehage ble tatt i bruk i mars 2019. Barnehagen oppleves som svært tidsriktig og effektiv spesielt med tanke på inneklima, støynivå og lokaliteter som fremmer både fysisk og psykisk helse. Vi er i gang med å implementere og iverksette oppvekstplanen for barnehageområdet, noe som også innebærer en egen IKT-strategi. Det er opprettet en oppvekstgruppe som jobber med å Innføre et system for arbeidet med barnehagens læringsmiljø. Tverrfaglig helsestasjon er en satsing som vi har hatt over flere år. Dette er et utvidet helsestasjons tilbud til risikoutsatte barn fra 0-5 år og deres familier. Prosjektene innen tverrfaglig helsestasjon som "barn av barnevernsbarn" og "barneblikk" har vært fulgt opp gjennom hele 2019. Alle barneskoler har lekepatruljer som bidrar til felles lek og hindrer utenforskap blant våre elever.

## 2 Helsevennleg arbeidsliv

Kommunen etterlever IA-avtalen og samarbeider med NAV Arbeidslivssenter om inkluderende arbeidsliv. Hensikten med IA-arbeidet er å redusere sykefraværet, hindre utstøting fra arbeidslivet, vektlegge forebyggende HMS-arbeid, redusere offentlige utgifter, øke forståelsen for ulikheter og åpne arbeidslivet for personer med redusert funksjonsevne. Vi ønsker å ha et positivt fokus på arbeidsnærvær, fremfor sykefravær. I 2019 hadde kommunen stort fokus på nærvær, arbeidsmiljø og sykefraværsoppfølging. Flere enheter og avdelinger fikk besøk av Nærværgruppa i kommunen som bisto i å sette fokus på godt arbeidsmiljø og reduksjon av sykefraværet. I 2019 var "Akan - Forebygging av rus- og spilleavhengighet" valgt som tema for FNs "Verdens arbeidsmiljødag" (HMS-dag). På HMS-dagen ble også kommunens årlige HMS-pris delt ut. Kristiansund er en gratis Sykle til jobben kommune.

## 3 Samfunn som fremmar aktiv, frisk og trygg alderdom

Det har vært arbeidet med helhetlig plan for helse og omsorg. Gjennom våre tiltak i Byen som regional motor (BRM) har flere byrom blitt mer trygg og tilgjengelig for eldre. Det er blitt laget gode løsninger som binder flere områder sammen og møteplasser er etablert. Flere lavterskeltilbud er igangsatt og videreført. For eldre har balanse- og styrketreningsprogrammet "Sterk og stødig" blitt en fast treningsarena på fem ulike steder i Kristiansund. Friskliv og mestring har etablert møteplasser rundt omkring i kommunen, der eldre får mulighet til å være sosialt aktive. Renovering av Rokilde sykehjem til omsorgsleiligheter med utendørs sansehage og overbygde gangveier, ferdigstilles og tas i bruk våren 2020. Aldersvennlig stedsutvikling vil være et av våre satsingsområder i 2020.



*Ofisiell åpning av skatepark i Øvervågen.*

*Fotograf: Tore Lyngvær*

#### **4 Trygt og helsefremmande fysisk miljø**

En trygg by som er tilgjengelig for alle kjennetegnes av gode offentlige møteplasser for aktivitet og opphold. Prosjektet "Byen som regional motor" har vært drivkraft for å oppgradere nye byrom. Området innerst i Vågen er utviklet til et fint oppholdsområde både for barn og voksne. Carolines plass har et spesielt fokus på de unge. Der er det tilrettelagt med sittegrupper og gratis WIFI. Kringsjø har fått aktivitetsløype og møteplasser med benker og gapahuker i nær tilknytning til tursti. I tillegg har flere fortau i sentrum blitt oppgraderte. Ulike arrangementer ble gjennomført under Europeisk mobilitetsuke, der "Aktiv transport" var årets tema.

#### **5 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjoner**

Det er store ressurser i frivilligheten. En mangfoldig frivillig sektor som samarbeider tett med kommunen om å skape gode lokalsamfunn, tjenester og tilbud til befolkningen. Frivillige lag og foreninger og ildsjeler legger ned store ressurser i etablering, oppgradering og skilting av turstier. Våre idrett- og kulturarrangement gjennomføres med stor hjelp av frivillige. Frivilligkoordinator ved Storhaugen helsehus er ansatt, og det ble i 2019 inngått avtale med Friskus, som er en digital møteplass for aktivitet og frivillighet. Økt antall frivillige og flere møteplasser er skapt gjennom Friskus. Det gode samarbeidet med frivilligheten har bidratt til stor aktivitet i statlig sikrede turområder. Frivilligsentralen har fått nye lokaler i sentrum og åpningen skjer våren 2020.

#### **6 Organisering og samhandling, eit kunnskapsbasert folkehelsearbeid**

For å effektivisere og kvalitetssikre planarbeidet er det utarbeidet en felles planprosedyre. Prosedyren skal gi felles forståelse av kommunale plansystem og planprosesser, og sikre god samhandling. Dette innbefatter felles begrepsbruk av ulike trinn i prosessen. Det er også utarbeidet en felles planmal som skal være til hjelp i arbeidet. Folkehelse er et sentralt tema som skal være med i alle planer. Arbeidet med oversikt over helsetilstanden er tverrfaglig organisert og det lages et oversiktsdokument som skal være et kunnskapsgrunnlag i all planlegging.

## 7 HOPP Kristiansund

HOPP Kristiansund - helsefremmende oppvekst - er et tverrfaglig og tverretatlig samarbeidsprosjekt innenfor kommunalområdet oppvekst. HOPP handler om alt fra forebyggings- og oppfølgingstiltak hos jordmor og helsesykepleier, til metoder som legger til rette for bra mat og mer fysisk aktivitet i barnehage og skole. Målsettingen er å forankre universelle tiltak som gir bedre oppvekstsvilkår, er helsefremmende, og bidrar til å jevne ut sosiale helseforskjeller. Derfor vil HOPP være et av tiltakene i handlingdelen for oppvekstplanen i Kristiansund.



# Molde

**Innbyggartal:**

27 028

**Folkehelsekoordinator i 100% stilling:**

Ingvil Grytli

**E-post:**

ingvil.grytli@molde.kommune.no

**Telefon:**

92880154



Bildetekst: I-E-VI-koret hadde felleskonsert i Molde 2.mai. Fotograf: Rakel Rinde Hoem

## 1 Samfunnsutvikling for en god start i livet

Prosjektet «Til topps med kunnskap og kompetanse - implementering av rammeplanen i Molde-barnehagene» har fortsatt med stort fokus på språk og sang, da Moldebarnehagene har deltatt som Språkkommune og Syngende kommune. Så godt som alle skolestartere og 1.klassinger i Nesset, Midsund og Molde, ca 600 barn, deltok i I-E-VI-koret, som var et fellesprosjekt forankret i skolene, barnehagene og kulturskolen, der kulturskolen hadde planleggings-, koordinerings- og gjennomføringsansvar. Barna møttes til øvinger på skolene før felles konserter i de tre kommunene i mai. COS- P- foreldreveiledning innføres i Molde. Dette er et samarbeid på tvers av sektorer, ressursgruppe med medlemmer fra PPT, helsestasjon, barnehage og fagseksjon barnehage er opprettet.

I februar 2019 inngikk Frelsesarmeen, Home-Start Familiekontakten og Molde kommune et samarbeid om å drifte Home-Start Familiekontakt. Dette er et tidsbegrenset tilbud til småbarnsfamilier med minst et barn under 6 år, som opplever hverdagen noe utfordrende. Tilbudet er et supplement til det offentlige hjelpeapparatet, og hensikten er å forebygge utvikling av belastninger og stress, støtte familien på det de mestrer og avlaste etter familiens behov.

Kick Off for implementering av BTI-modellen i samarbeid med KoRus ble arrangert i Rådhusalen juni 2019. Bedre Tverrfaglig Innsats (BTI)-modellen skal føre til bedre samhandling rundt barn, unge og deres familier. Hensikten med modellen er å kvalitetssikre helhetlig og koordinert innsats uten at det blir brudd i oppfølgingen. BTI bidrar til tidlig innsats, samordning og medvirkning. Barneblikk, Zippys venner og Psykisk helse i skolen var utviklingsprosjekt som ble implementert og har fortsatt i 2019.

## 2. Helsevennleg arbeidsliv

Moldeinvest startet som et samarbeidsprosjekt mellom NAV Molde, Flyktningetjenesten, Barneverntjenesten, Ressurstjenesten, Helsetjenesten og Molde opplæringscenter i 2017. Hensikten med prosjektet var å samle faglig kompetanse og tjenester på en helhetlig måte til beste for brukeren. Moldeinvest videreføres og ble implementert i Kontor for tildeling og koordinering (KTK) fra 1.1.2020

NAV Molde fikk i 2019 prosjektmidler fra Helsedirektoratet til å videreføre IPS (Individuell jobbstøtte) i Molde Kommune. IPS er et samarbeid mellom NAV Molde og Enhet for psykisk helse- og rustjenester. Målgruppen er Ungdom og unge voksne opp til 35 år inkludert flyktninger. Målsetningen er at mennesker med moderate psykiske- og rusutfordringer skal kunne ta og beholde ordinært lønnet arbeid. Det ble høsten 2019 inngått en samarbeidsavtale mellom NAV Molde, Molde Voksenopplæring og Flyktningetjenesten om «Målrettet bedriftsopplæring» som er et arbeidsrettet tiltak med samtidig språkstøtte.

### 3 Samfunn som fremmar aktiv, frisk og trygg alderdom

Demensvennlig samfunn. I 2016 inngikk Molde kommune samarbeidsavtale med Nasjonalforeningen for folkehelsen om et demensvennlig samfunn. Formålet med avtalen er at kommunen forplikter seg til å arbeide systematisk for at mennesker med demens kan møte forståelse, respekt og støtte, ha mulighet til å være inkludert og delta i nødvendige hverdagsaktiviteter, som å handle, bruke offentlig transport, delta i kulturaktiviteter og lignende. I 2019 ble det gjennomført 6 åpne kurs for ulike yrkesgrupper og privatpersoner, samt gitt informasjon om arbeidet i Molde kommune til Nasjonalforeningen i tidligere Nesset kommune.

Nasjonalforeningen for folkehelsen og NTNU startet i 2019 opp utviklingsprosjektet Fortsatt aktiv! et samarbeidsprosjekt mellom Nasjonalforeningen for folkehelsen, NTNU og tre utvalgte pilotkommuner, der Molde kommune er en av de tre. Målet er å etablere treningsgrupper som fremmer fysisk aktivitet for personer med demens. Treningsgruppene forankres i det etablerte Aktivitetsvenntilbudet, i samarbeid med fysioterapitjenesten og Sterk og stødig.

I helse- og omsorgsplanen som ble vedtatt desember 2018 var et av tiltakene opprettelse av en stilling som frivilligkoordinator. Denne skulle være tilknyttet Frivilligsentralen, og koordinere frivillighet inn mot helse- og omsorgstjenestene. I desember 2019 ble stillingen besatt, og arbeidet med å utvikle en strategi for informasjon og rekruttering, koordinering og opplæring, samt utarbeide system for god samhandling mellom frivillige og tjenesteapparatet startet.

### 4 Trygt og helsefremmende fysisk miljø

Smart mobilitet tar for seg området rundt Molde idrettsarena, og tar opp spørsmål som hvordan få flere til å velge aktiv reise til målpunktet, og hvordan gjøre det trygt. Smart mobilitet baserer seg i stor grad på medvirkning fra brukerne og samarbeid på tvers av sektorer, offentlig, privat, academia og innbyggere. Molde kommune var for første gang med på kampanjen Europeisk mobilitetsuke i 2019. Årets tema var «aktiv transport». Ved å kommunisere og oppfordre voksne til å velge alternativ til bil, gjerne aktivt ved å gå, sykle eller bruke andre aktive transportmidler, vil også barn bli mer aktivisert gjennom slike hverdagsreiser.

### 5 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjoner

"Kortreist aktiv ferie for barn og unge i Molderegionene". Romsdal Tindeggruppe mottok tilskudd fra BUFdir (Nasjonalt tilskuddsordning for inkludering av barn i lavinntektsfamilier) og arrangerte camptreff, et universelt ferietilbud for alle barn. Tilbudet ble gjennomført i samarbeid med Træff, Molde atletklubb og Molde kommune.

Kurs i friluftsliv for flyktninger var et samarbeidsprosjekt mellom Friluftsrådet Nordmøre og Romsdal og flyktningetjenesten i Molde. Kurset hadde en varighet på 2-3 timer og varte 10 uker. Gjennom kurset fikk deltakerne innføring i friluftsliv med tema som norske turtradisjoner, turmat, allemannsretten og innføring i bruk av turtilbudet Stikk UT! og morotur.no. Pakking av tusekk, turbekledning, turplanlegging, bruk av kart og kompass, bål, mat på bål, tradisjoner for bærplukking og spikking av seljefløyte var ferdigheter deltakerne fikk prøve seg på.



Tekst til bilde: Kurs i friluftsliv hadde avslutning i Katthola 18.september, med selvlaget mat fra bål og grill. Fotograf: Liv Synnøve Hoel

## 6 Organisering og samhandling, et kunnskapsbasert folkehelsearbeid

Den nye kommuneplanens samfunnsdel i Molde kommune skal basere seg på FNs 17 bærekraftsmål. De fleste av målene har innvirkning på folkehelsen, samhandling er nødvendig for å nå målene, noe som kommer klart fram gjennom bærekraftsmål 17: Samarbeid for å nå målene.

For å nå målene i folkehelsearbeidet er samarbeid på tvers av sektorer og fagmiljø internt i kommunen nødvendig. Men her stopper ikke samarbeidet. Samarbeid med eksterne miljø i offentlig sektor, frivillig sektor, næringsliv og innbyggere er nødvendig. Dette prøves ut gjennom prosjektet Smart Molde, der de fleste har påvirkning på folkehelsen, eksempler på det er Smart hjelpemiddelforvaltning og Smart mobilitet.

## 7 Nye Molde kommune

2019 bar preg av forberedelse til sammenslåing av de tre tidligere kommunene Midsund, Molde og Nesset til en ny kommune, Molde kommune. Det har vært et mål å hente det beste ut fra de tre tidligere kommunene, også på folkehelseområdet. I den nye kommunen blir det kun ei stilling som folkehelsekoordinator. Med økt antall innbyggere og en geografisk langstrakt kommune blir det enda viktigere at folkehelseperspektivet blir systematisk og kunnskapsbasert og gjennomsyrrer all kommunal virksomhet.

# Neset kommune

**Innbyggartal:**

2 941 (4. kvartal 2019,SSB)

**Folkehelsekoordinator i 50 % stilling:**

Mari Husan

**E-post:**

[Mari.husan@neset.kommune.no](mailto:Mari.husan@neset.kommune.no)

**Telefon:**

71 23 11 54 / 918 89 954



*Neset kommune jubler over å ha gått til topps i Norge på bakgrunn av Forbrukerrådets test av kommunale tjenester.*

*Fotograf: Sigmund Tjelle*

## 1 Samfunnsutvikling for en god start i livet

- Barnehagene har hatt kompetanseheving på "Inkluderende barnehagemiljø og krenkelse". Dette innebærer systematisk og kontinuerlig arbeid med mål om å forebygge alle former for krenkelser.
- Skolene har nulltoleranse mot mobbing og systematisk arbeid mot dette.
- Midler frå BUF-dir har ført til betydelig oppgradering av Utstyrspoolen tilknyttet frivilligsentralen
- Ungdomsprosjektet, "Fellesskap for framtida" avsluttet juni 2019
- Neset pubertetsfesitval gjennomført for alle elever fra 7-10 trinn, med tema "Du er god nok som du er".
- Opplæring i nettvett og vold i nære relasjoner er gjennomført i et samarbeid mellom skolene, politiet og Krisesenteret.

## 2 Helsevennlig arbeidsliv

- Forbrukerrådet kåret Neset kommune til beste kommune 2019, på bakgrunn av testing av informasjon og kommunale tjenester.
- Egenmeldt sykefravær har gått ned i 2019, og det har vært jobbet systematisk med å tilby alternative arbeidsplasser til langtidssykmeldte innad i organisasjonen Neset kommune.

## 3 Samfunn som fremmer aktiv, frisk og trygg alderdom

- Helse- og omsorgsplan ble vedtatt, med fokus på kvalitetsreformen for eldre, "Leve hele livet"
- Satsing i helse- og omsorgssektoren på helhetlige pasientforløp med fokus på "Hva er viktig for deg?"
- Prosjektet "Sosiale seniorer" samler mange til ulike aktiviteter og forebygger ensomhet.
- "Seniorsurf", Digital uke i samarbeid med Neset Folkebibliotek.
- Opprettet "Torsdagscafe" for beboere ved Neset omsorgssenter.
- Rekruttering av fleire frivillige instruktører til "Sterk og stødig".

## 4 Trygt og helsefremmande fysisk miljø

- Vedtatt byggestart av helsehus i Eidsvåg sentrum med blant annet lokaler for legesenteret, tannlege, hjemmetjenesten og 16 omsorgsboliger.
- Tilbygg ved Eresfjord barnehage for å sikre trygt miljø for læring og kreativ lek.
- Etablering av lekeplass i Eresfjord tilknyttet nytt boligområde.
- Deler av befolkningen er skeptisk til planer om etablering av deponi for farlig avfall på Raudsand. Skepsisen er blant annet knyttet til om utslipp vil gi helseutfordringer og forringelse av bo-og nærmiljø. Det er på kommunalt initiativ etablert en nabogruppe knyttet til allerede etablert industrivirksomhet på Raudsand for å sikre informasjon og medvirkning.





*I e vi-koret på skoleplassen i vårlige omgivelser*

*Fotograf: Bjørn Magne Øverås*

## **5 Inkludering og deltakelse i kultur og frivillig organisasjoner**

- Barnas turlag Nesset ble etablert. I samarbeid med kommunen og andre lag har det vært stor aktivitet knyttet til friluftslivsaktiviteter gjennom hele året, og i alle deler av kommunen.
- Utvalg for oppvekst og kultur tok initiativ til "Pubertetsfestival". Fikk med et bredt spekter av samarbeidspartnere innen skole, næringsliv, frivillig sektor, samt profesjonelle foredragsholdere.
- Nesset frivilligsentral ble presentert på NRK TV, (Norge i dag) og en fikk der vist hvordan frivilligsentralen kan bidra til økt aktivitet og utjevning av sosiale ulikheter for alle aldersgrupper.
- Pensjonistforeninga har i samarbeid med bla. Molde brann og redning hatt fokus på brannforebygging.

## **6 Organisering og samhandling, et kunnskapsbasert folkehelsearbeid**

- Aktivt bruk av tverrfaglige samarbeidsgrupper for bedre samordning, informasjon og helhetstenking knyttet til bærekraft, og ulike arrangement hvor kommunen har vært involvert.
- Kulturminneplan for Nesset 2019-2022 er vedtatt.
- Handingsplan idrett og anlegg 2019-2020, oppdatert for anlegg som er ferdige/har mottatt spillemidler for 2019.
- Innspill til Møre og Romsdal fylkeskommune ved evaluering av partnerskapsavtalen God helse, for å sikre en videreutvikling av denne tilpasset framtidig kommunestruktur og folkehelseutfordringer.
- Temakartlegging "Kartlegging og verdsetting av friluftslivsområder" er utarbeidet og sendt på høring. Denne skal identifisere, utvikle og ivareta areal for friluftsliv.
- Elevundersøkelsen viser at det er et generelt godt læringsmiljø ved skolene, og det systematiske arbeidet fortsetter med mottoet "Trivsel gir læring".

## **7 Samarbeid mot framtidens kommune - Molde**

- Startet på arbeidet for å få til en samlet oversikt over helsetilstand og påvirkningsfaktorer, som grunnlagsdokument for felles planstrategi.
- Gjennomført fagdag for å få fram utfordringsbildet og de eksisterende tiltak innen rusforebygging.
- Startet på arbeidet med søknad om opptak i Program for folkehelsearbeid i kommunen.

-Deltakelse i prosjekter som "Syngende kommune" , "I e vi-koret" og "språkkommune" har vært samlande for både barn og ansatte innen barnehage og skolesektoren.

- "Bli kjent -fondet" er benyttet til konkret samarbeid mellom mange ulike lag og foreninger fra de tre kommunene Midsund, Molde og Nesset til kulturelle aktiviteter som har kommet innbyggerne til gode.

-Gjennom hele året har det på alle områder vært arbeidet med harmonisering av tjenester, gebyr og satser for egenbetaling med mål om å sikre gode, robuste, bærekraftige og likeverdige tjenester til alle innbyggere i framtidas kommune.

# Norddal kommune

## **Innbyggartal:**

1645

## **Folkehelsekoordinator i 60% stilling:**

Kristi Linge Stakkestad

## **E-post:**

kristi.stakkestad@fjord.kommune.no

418 67 800 / 418 67 806



*Testing av ny elektrisk taxisykkel til omsorgstenesta. Banksjefen er ein av dei glade givarane og han får skyss av varaordføraren.*

*Fotograf: Storfjordnytt*

## **1 Samfunnsutvikling for ein god start i livet**

Helsesøster har trefftid ein dag i veka på begge skulane i kommunen.

Småbarnstreff anna kvar veke i regi av Frivilligsentralen/biblioteket.

Det er foreldredriven ungdomsklubb kvar onsdag i Valldal, og ein fredag i månaden i Eidsdal.

Etter initiativ frå FAU er nye Fjord kommune blitt ein MOT-kommune. MOT-coachane er i gang med programmet Robust ungdom 12-16 år. I tillegg skal ein arbeid med programma Skulen som samfunnsbyggjar og Kommunen som samfunnsbyggjar.

## **2 Helsevennleg arbeidsliv**

Norddal kommune vart Miljøfyrtårnsertifisert i 2019. Dette vil bli vidareført til Fjord kommune.

Kommunen deltek i innovasjons- og forskningsprosjektet HelseSamArbeid - "Helsefremmande samarbeid for å styrke arbeidsdeltaking". Målet er å utvikle eit saumlaust tenestetilbod som styrkar arbeidsdeltakinga og betrar oppfølginga av langtidssjukemeldte - for slik å betre livskvaliteten til alle tilsette i bedrifter i heile Norddal/Fjord kommune. Prosjektet gjeld både kommunale og private føretak og skal vare til desember 2022.

## **3 Samfunn som fremmar aktiv, frisk og trygg alderdom**

Det er eit godt samarbeid om tiltak mellom generasjonane. Sjukeheimen har fast besøk av og aktivitet i lag med dei eldste borna i barnehagen. I tillegg har barnekoret av og til øvinga si der, presten har faste andakter og både SFO, seniordans og spelemannslaget er innom i løpet av året. Kommunen tilbyr dagtilbod for demente ein dag i veka.

Omsorgstenesta fekk ein elektrisk taxisykkel i gåve frå Sparebanken Møre og Lions Club Valldal. Frivilligsentralen legg også til rette for ulike tiltak på institusjonane, som "Syng med oss" og huskonsertar. Midlar frå Den kulturelle spaserstokken vert også nytta. Ein fredag i månaden er det fredagskafe i regi av ulike lag, kulturskulen deltek.

Sansehage - det har vore lagt ned mykje arbeid på dugnad for å lage til hage og å bygge paviljong ved sjukeheimen. Sansehagen vart opna i september 2018, og frivillige steller han på dugnad.

Det er ei aktiv seniordansgruppe i Valldal. Helselaga gir tilbod om helsebading kvar veke.

Treningssenteret Fjordtrim har lagt til rette for ei eiga trening tilpassa eldre - Seniortrim.

Kvar onsdag er det frukosttreff og trim i regi av frivilligsentralen. Det er også stavganggrupper.

Seniornett har fast møtetid for å gjere dei eldre rusta i møte med den digitale kvardagen.

Det er to pensjonistlag i kommunen, dei er aktive og tek opp ulike aktuelle tema på møta sine.



*Natursti står på programmet på den interkommunale aktivitetsdagen, som har blitt ein årleg tradisjon.*

*Fotograf: Storfjordnytt*

#### **4 Trygt og helsefremmande fysisk miljø**

Det vert arbeidd med tettstadprosjekt for Valldal sentrum. Vi ønskjer å legge til rette for auka bruk av sentrum, gjennom å skape møteplassar og gjere det tryggare for dei gåande. Det er fokus på universell utforming og tilgjenge for alle.

Kommunen har gjennomført kartlegging og verdsetjing av friluftsområde med møte i alle dei fem bygdene i Norddal, og i Stordal. Norddal har i fleire år hatt fokus på skilting og merking av turstiar i samarbeid med Verdsarvstiftinga Geiranger. Turkart for Norddal kom ut i nytrykk i 2018.

Kommunen er medlem i Sunnmøre friluftsråd og har kvart år 15 Stikk UT-turmål. I tillegg har idrettslag, helselag og ungdomslag mange trimpostar, både til fjells og i nærmiljøet der folk bur.

#### **5 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjonar**

Norddal kommune har mange aktive lag og organisasjonar innan kultur og idrett, og ein stor del av innbyggjarane deltek i frivillige organisasjonar. Til saman blir det lagt ned om lag 45 årsverk i frivillig arbeid.

Eldsjelpen vert delt ut kvart år til ein engasjert frivillig medarbeidar.

Kommunen har skrive under samarbeidsavtale med Nasjonalforeningen om Aktivitetsvenn.

NFU Norddal inviterte i 2019, som fleire år tidlegare, til interkommunal aktivitetsdag for menneske med nedsett funksjonsevne. Arrangementet er i samarbeid med frivilligsentralen og fleire lokale lag. Helselaga har invitert til aktivitet med Hjartemarsj og seterday i Fjørå, Eidsdal og Valldal.

Valldal IL inviterte til NM i motbakkeløp i juni 2019.

I samband med overgang til Fjord kommune vart det lyst ut midlar til kulturbygging - for å skape samhald og felles identitet.

God Helse Norddal organiserte "Vekas tur i nye Fjord kommune" - det vart 18 bli kjent-turar til små og store turmål rundt om i den nye kommunen, med i underkant av 200 deltakarar totalt.

Bibliotek og frivilligsentral er samlokalisert og det legg grunnlag for felles møtepunkt og aktivitetar.

#### **6 Organisering og samhandling, eit kunnskapsbasert folkehelsearbeid**

Kommunane Norddal og Stordal skal gå saman til Fjord kommune i 2020.

Norddal kommune har tilsett folkehelsekoordinator og har vore med i God Helse - partnerskapen sidan 2005.

Norddal og Stordal deltok i 2018 i KS sitt kommunenettverk for helseoversikt i kommunale planar i Møre og Romsdal, og den felles helseoversikta vart ferdigstilt i oktober 2019.



# Rauma kommune

**Innbyggartal:**

7464 (pr. 3.kv. 2019)

**Avdelingsleder folkehelse i 50% stilling:**

Lillian Bjerkeli Grøvdal

**E-post:**

[lillian.grovdal@rauma.kommune.no](mailto:lillian.grovdal@rauma.kommune.no)

**Telefon:**

91611043



*Figur 1 Fra helseløypa "rundt bruene" Åndalsnes Foto: Privat*

## 1 Samfunnsutvikling for ein god start i livet

Lovpålagt helsestasjonsprogram er gjennomført der alle gravide har fått tilbud om- og benyttet seg av- oppfølging av jordmor. Det er kort responstid på helsestasjonen, og det er gjennomført flere gruppetilbud som DUÅ og BAPP. Foreldrene får tilbud om deltakelse i kursprogrammet "De utrolige årene". Helsessykepleierne har tilbudt oppfølging av foreldre og barn etter vektkontroll, og Friskliv og Mestring har tilbudt matkurs til foreldre. Skolehelsetjenesten har ei prosjektstilling på statlige midler som styrker tilbudet i grunnskolen med 100% og i den videregående skolen med 20%. Dette har bidratt til ei langt mer synlig skolehelsetjeneste både for elever, ansatte og foreldre, og dekker behovet for økt helsefaglig kompetanse inn i skolene. Den videregående skolen har i samarbeid med Psykisk helse og Mestring søkt om deltakelse i folkehelseprogrammet, for å styrke tverrfaglige tiltak rettet mot forebygging av psykiske problemer og rus. Psykisk helse og mestring har også tilbud om "Rask psykisk helsehjelp" fra 16 års alder. Det er gjennomført undervisning som styrker den psykiske helsen i skolene, f.eks "Tankevirus" i den videregående skolen

Det er gjennomført COS-P opplæring for personale ved 5 av 10 barnehager, dette som et ledd i å nå målet om tidlig innsats. Barnehagene jobber med styrking av foreldrerollen og har fokus på relasjonsbygging. Grunnskolen i Rauma har fokus på lek og fysisk aktivitet, og glede ved å bruke kroppen. En skole har innført: Leike patruljen "Glede i bevegelse". Det er opprettet et tverrfaglig team som jobber med det nye faget i skolen "Folkehelse og livsmestring", og det er laget "Handlingsplan for et godt skolemiljø", der det er stort fokus på et mobbefritt skolemiljø.

Rauma Frivilligsentral har en utstyrssentral med friluftsutstyr til bruk hele året. I 2019 var det 761 utlån. Sentralen drifter også "Oppleveleskortet" i samarbeid med NAV og som er et tilbud til barn i lavinntektsfamilier. Kortet gir fri adgang med ledsager til kultur- og fritids- aktivitet. Sentralen har "Åpen barnehage" en dag i uka.

## 2 Helsevennleg arbeidsliv

Rauma kommune har blitt med i Stikk-ut bedrift, men har ikke kommet godt i gang med fellseturer enda. Det har vært økt satsing på NED- prosjektet, dvs få ned sykemeldinger. En rekke tiltak har blitt satt i gang, og det ble gjennomført Mestringstreff på Friskliv der 8 deltakere deltok. Av disse kom 80% tilbake til arbeidslivet. Det er også stor oppslutning om Aktiv på dagtid tilbudene, basseng og turgrupper.

Friskliv og Mestring får mange henvist fra NAV der målet er å komme raskt tilbake til arbeid. NAV har også videreført ordningen med jobbsentral til unge i alderen 18-30 år.

Oppfølgingen av 10- faktorundersøkelsen, med fokus på godt arbeidsmiljø følges opp i alle tjenester. Stamina Helse har tilbud og oppfølging i Rauma kommune og flere private bedrifter.

## 3 Samfunn som fremmar aktiv, frisk og trygg alderdom

Frivilligsentralen administrerer Aktivitetsvenn, som er et tilbud til personer med demens. Sentralen drifter en sosial møteplass to ganger i uken, her serveres enkel mat, og det er sang og musikk.

Gjennom ordningen med den kulturelle spaserstokken, har det vært 27 små og store arrangement med kulturelle opplevelser for hjemmeboende eldre og beboere på institusjoner.

Tilbudene gjennom "Aktiv på dagtid" med tilbud om gågrupper og bassenggrupper er også åpen for alderspensjonister. Friskliv og Mestring kjører også kurs for pårørende til demente i samarbeid med demenskoordinator. "Sterk og stødig" tilbudet har videreutviklet seg og nå deltar ca. 150 på tilbudet. Det er tre grupper på Åndalsnes, en i Isfjorden, en på Åfarnes og en i Måndalen. Dette er et fallforebyggende tilbud, og instruktørene er frivillige som har gjennomgått sertifisering.

Rauma fikk statlige midler for å motvirke ensomhet og inaktivitet hos hjemmeboende eldre.

"Møteplassen" med trim og aktivitetstilbud ble åpnet i jan 2019. Se siste pkt.

## 4 Trygt og helsefremmande fysisk miljø

Det jobbes fortsatt med å få tryggere skolevei i Åndalsnes område, og flere gang- og sykkelveier.

Kommunen fikk midler gjennom "statlig sikring" ordningen til helårsløype på Stormyra i Isfjorden, og arbeidet videreføres.

Det jobbes med å slutføre helseløypa "Rundt bruene", Lekeapparat ble satt opp i Kammen.

Stikkut ordningen øker i deltakelse. I alt 8714 registreringer, hvor av 3338 av egne innbyggerne. Vi har 17 turmål og har fokus på å legge flere kortere turer i nærmiljøet. Vi har hatt oppstart turer på skolene, felles avslutning ved tindesenteret med klatretilbud, konsert, boller og utdelinga av krus og premier.

Det har vært fokus på å sikre de mest populære turstiene med kjetting på de luftige partiene og steinlagte trapper på de mest våte/glatte stedene. Kommunen har fått tildelt spillemidler til klopper ved starten av stien til Romsdalseggen fra Vengedalen og det blir også toalett.

Ordningen med "Aktiv på dagtid" er videreført og her deltar ca 40 på basseng-gruppa og 15 på gågruppe.

Sentrum av Åndalsnes er fornyet, og bedre tilrettelagt for funksjonshemmede og eldre.

## 5 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjoner

Kommunen, fjellfestivalen, frivillige lag- og organisasjoner er sterkt involvert i planleggingen og gjennomføringen av turmål. Et stort antall dugnadsfolk i alle bygder sørger for at dette lar seg gjøre.

Gjennom tilbudene "Aktivitetsvenn" og "Pårørendeskolen" er det et nært samarbeid med Nasjonalforeningen for Folkehelsen.



"Sterk og stødig" prosjektet baserer seg på frivillige instruktører som får et 2-3 dagers sertifiseringskurs.

Frivillighetssentralen har i samarbeid med Norske Kvinners Sanitetsforening tilbud om "språksprell". Dette er et møte mellom mennesker fra forskjellige kulturer.

Kommunen har opprettet "brukerråd", og bruker-representanter trekkes mer inn i tjenestetilbudene.

"Møteplassen" har samarbeid med Astero om arbeidstrening for en flyktning og her er frivillige sterkt involvert både i hente- bringe tjeneste og kjøkkentjeneste.

## 6 Organisering og samhandling, eit kunnskapsbasert folkehelsearbeid

Avdelingsleder folkehelse er organisert i tjenesteområde Helse og velferd. Det er opprettet ei folkehelsegruppa som består av alle tjenesteområdesjefene i tillegg til kommuneoverlege og avdelingsleder folkehelse. Folkehelsegruppa har månedlige møter. Oversiktsdokumentet" ble ajourført også i 2019, og ble behandlet i kommunestyret i desember. Strategiplan for Folkehelse ble videreført og implementert i tjenestenes virksomhetsplaner/ strategiplaner. Folkehelsegruppa er/var viktige i oppfølgingen.

## 7 «Møteplassen»

Rauma kommune fikk statlige midler over en 3 års periode for å motvirke ensomhet og inaktivitet hos seniorer. Målgruppen er både hjemmeboende og de som er på institusjonen. Organisatorisk ble prosjektstillingen lagt til Friskliv og Mestring, og prosjektleder i 40% ble ansatt. I tillegg påberegnes ressurser til sjåfør og kjøkkenhjelp. "Møteplassen" ble åpnet i jan 2019. Det er en formiddagskafe med mat, aktiviteter og trim en dag i uken og holder til i dagsenterlokaler i det nye helsehuset. En viktig funksjon er at deltakerne blir hentet. Det har møtt mellom 25 og 30 hver gang, og tilbakemeldingene har vært gode. For mange er dette ukas høydepunkt, og er den eneste sosiale kontakten de har i løpet av en vanlig uke. Deltakerne opplever at de er en del av et åpent og trygt fellesskap. Tilbudet baserer seg også på utstrakt deltakerlse av frivillige. Rekruttering av medhjelpere og frivillige skjedde gjennom allerede etablerte nettverk ved frisklivssentralen og flykningstjenesten.

**Innbyggartal:**

1208

**Folkehelsekoordinator i 50% stilling:**

Else Steinshamn

Ann Kristin Røyset

**E-post:**

ann.kristin.royset@alesund.kommune.no

**Telefon:**

70 16 57 80/ 922 67 952

---

## 1 Samfunnsutvikling for ein god start i livet

Kommunen har gjennomført prosjektet "Kva er viktig for oss", ei tverrsektoriell satsing i lag med lokalsamfunn som arbeider med barn og unges levekår, med fokus også på foreldrerolla. Politisk leiing, ungdomar og tilsette har hatt fokus på kva som er viktig for oss, og konkludert med at det er viktig å arbeide framover med at "Alle høyrer til".

Harøy skule har tilbod om skulekantine med sunn mat fem dagar i veka. Tiltaket er gjennomført i samarbeid mellom skulen, tekniske tenester og helse- og omsorgstenester.

Harøy Barnehage har starta arbeidet med å vidareutvikle måltid og mat som læringsarena.

Det er starta opp eit arbeid og sett av midlar for å utbetre uteområdet ved Harøy skule. Arbeidet er forventa avslutta i 2020.

Kvalen ungdomsklubb er eit ungdomstiltak i eige ungdomslokale sentralt på Steinshamn med mange ulike aktivitetar. Det er i 2019 vedteke å flytte ut av lokala i Steinshamn til nyare lokale i Harøy barnehage.

## 2 Helsevennleg arbeidsliv

I 2019 er det arrangert kompetansehevande kurs for ungdom mellom 16-20 år; " Dette må eg kunne". Dette er eit tiltak som kan kvalifisere til å søkje om sommarjobb i Sandøy kommune. 21 unge deltok på kurset i vinterferien 2019.

Verksemdene i Sandøy kommune har over år hatt felles utlysing av vikararbeid i sommarferien. Unge arbeidstakar har gjerne fått første arbeidserfaring i "Aktivitetsveka", i uteseksjonen innan tekniske tenester eller i reinhald.

## 3 Samfunn som fremmar aktiv, frisk og trygg alderdom

Sandøy kommune har hatt StikkUT! postar på alle øyane i kommunen (vidareført frå 2015). Det er ikkje prioritert å utvide tal på postar i 2019.

Plan for tursti på fjellet Harøyburet er vedteke politisk. Kommunen har hatt samarbeid med Turstiens venner om utviking og vedlikehald av stiane på øya.

Det er i samarbeid med Harøy idrettslag kjøpt inn utstyr til lågterskel treningspark. 8 ulike apparat skal settast opp i området rundt Harøy stadion.

I Sandøytunet er Nærmiljø kafé teke i bruk for innbyggjarar våren 2019. Kvar onsdag er det sal av middag som er ope for alle. Det er eit mål å få utvida tilbodet i 2020. Det er eit mål å stimulere til sosiale møteplassar og aldersvennleg samfunn. Nærmiljø kafé er i 2019 nytta av kommunale tenester, seniordansarane brukar lokala til øving, møter i pensjonistlaget Havdur og politiske møter. Dagaktivitetssenteret Møteplass har og hatt fleire tiltak innan paraplyen God helse og



aldersvenleg og demensvennleg samfunn; seniordans kafé kvar månad, fotokveld, 17. mai kafé og adventsgraut etter julegrantenning.

Biblioteket har hatt temakvelder med forfattarbesøk.



Foto: Natalia Beldowska

#### **4 Trygt og helsefremmande fysisk miljø**

Aktivitetsveka er ei veke med sommaraktivitet; eit samarbeid mellom kommunen og lag og organisasjonar for å gje barn og unge eit tilbod om friluftaktivitetar, sunne måltid og gode opplevingar.

MAKS maritimt aktivitetssenter er eit sjøsportssenter og sjøaktivitetsnaust på Røsok for ungdom, driven av frivillige ungdom og vaksne, og støtta av Ungdommens kommunestyre.

#### **5 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjonar**

Det er tilsett frivillighetskoordinator i 100% stilling frå august 2019.

#### **6 Organisering og samhandling, eit kunnskapsbasert folkehelsearbeid**

Sandøy har sist åra prioritert MOT i skulen.

Kommunefysioterapeut har hatt fokus på fysisk aktivitet hjå barn med vidareføring av "Solid Start". For målgruppa eldre er balansetrening i grupper i fokus, samt "musikk og trening gir mening" i samarbeid med musikkterapeut.

Det er i satsinga "Kva er viktig for oss" mellom anna invitert til temakvelder i Sandøyhagen (skulen), der vi har hatt foredrag knytt til foreldrerolla med Hedvig Montgomery, og temaet relasjonens kraft med Marco Elsafadi.

Verdens dagen for psykisk helse var i 2019 markert i Folkebiblioteket i Sandøyhagen og var eit samarbeidsprosjekt mellom psykiatrisk sjukepleiar, bibliotekar og frivillighetskoordinator.

#### **7 Folkehelse i alt vi gjer**

Kommunen har i 2019 hatt folkehelseeressursen plassert i helse- og omsorgstenester.

Folkehelsekoordinator, leiande helsesøster, koordinator storkjøkken, psykisk helsearbeidar, einingsleiar, fagleiar og kommunefysioterapeut har alle teke del ansvar innan satsingane. Det er oppslutning og interesse for folkehelsearbeidet og det felles ansvar vi har. Med fokus på at heimstaden vår skal være:

God plass å bu

God plass å arbeide

God plass å besøke

# Skodje kommune

**Innbyggartal:**

4780

**Folkehelsekoordinator i 50% stilling:**

Magne Per Fylling

**E-post:**

magne.fylling@skodje.kommune.no

**Telefon:**

70244190 / 48300559



*Gomerhuset - Arena for inkludering og deltaking. Foto: Magne Fylling*

## 1 Samfunnsutvikling for ein god start i livet

Barnehagane har delteke i utviklingsarbeid om inkluderande barnehage- og skulemiljø.

Har også delteke i utviklingsarbeidet OPP OG FRAM - Ein nyskapande barnehagesektor, som er eit fellesprosjekt for dei fem kommunane som no er blitt nye Ålesund kommune.

Barnehagane og skulane deltok aktivt under den årlege strandryddedagen, som i tillegg til sjølve ryddinga også er svært haldningsskapande.

I 2019 var det oppstart av påbygging og renovering av Skodje barneskule.

Foreldre og tilsette i skulen har arbeidd med planar for å gjere uteområdet endå meir tilrettelagt for utviklande frileik. Det blei i november m.a. invitert til ape møte på Garnerhuset med Asbjørn Flemmen om temaet.

Barneverntenesta arbeider for at barn som opplever omsorgssvikt skal få dei same utviklings-mulighetene som andre barn.

Når barn opplever livssituasjonen sin som trygg, har gode relasjonar og erfarer adekvat affektregulering i kvardagen, har det stor mulighet til å nå sitt potensiale i leik og læring.

## 2 Helsevennleg arbeidsliv

Kommunen har arbeidd med få oppretta språkpraksisplassar i løpet av introduksjonsprogram for flyktningar, og arbeidspraksisplassar i samarbeid med NAV.

Arbeidsgivar hadde i 2019 fleire målretta tiltak for å skape tryggleik og forutsigbarheit i forkant av kommunesamanslåinga, noko som også var satsingsområde i overordna HMS-plan.

Tiltaka var mellom anna hyppige informasjonsmøte og tilbød om kurs i omstilling og endring med bedriftshelsetenesta, Stamina Helse AS.

## 3 Samfunn som fremmar aktiv, frisk og trygg alderdom

Kommunen tildeler tenester med fokus på kvardagsmeistring, brukarmedverknad og rett nivå på tenestene.

Stort fokus på råd om og tilrettelegging av velferdsteknologi som gjer flest magleg sjølvhjelpete og trygge lengst magleg.

Dei nybygde eldrebustadene med mykje velferdsteknologi Ådalen Alle har også fått eit stimulerande uteområde, m.a. tilpassa treningsapparat.

Lysløypa i Skodje sentrum har vore der sidan midten på 1980-talet, men er i 2019 blitt rehabilitert og fått jamnare og betre dekke, nytt lys, nye sløyfer, eit område med både grindløer, grillplass og eit lite bibliotek, og eit flott utkikkspunkt utover fjorden. Og ikkje minst har delar av løypa blitt universelt utforma, noko som sikrar at endå fleire kan nytte løypa.



Mange ville vere med på opning av nyrenovert lysløype. Foto: Magne Fylling

#### 4 Trygt og helsefremmande fysisk miljø

Renovering av lysløypa i Skodje sentrum: Om lag 50 personar møtte opp mån 28.10.19 då Skodje kommune saman med Skodje idrettslag opna den nye lysløypa ved Skodje stadion. Løypa er på over 2 kilometer og kan nyttast både sommar og vinter.

Frivillige initiativ førte til at «Den store klesbyttedagen» 6. april, initiert av naturvernforbundet, blei halde på Gomerhuset. Bortimot 100 personar kom og bytta klede og knytta kontakt. Slike arrangement er med på å styrke fokus på miljø og berekraft.

Det gjeld også aksjonen HoldNorgeRent, som i Skodje blei gjennomført i april/mai. Alle skular, fleire barnehagar, Engesetdal bygdelag, Stettevik Sportsklubb, Utvikbygda Vel, Skodje frilynde ungdomslag og Ålesund Venstre deltok.

Det blei pr 15.01.19 sendt inn ni spelemiddelsøknader frå Skodje, sju nærmiljøprosjekt og to som gjaldt ordinære anlegg.

I tillegg til nemde lysløype i Skodje sentrum er følgjande prosjekt ferdige: Ballbinge ved Brusdal skule, ballbinge ved Valle skule, rehabilitering av lysløypetraseen i Engesetdal (delprosjekt 1), trimapparat ved livsløpsbustadene i Skodje sentrum og kunstgrasbane nr 2 på Skodje stadion. Miljødirektoratet har gått ut med ei klar oppmoding om å foreta kartlegging og verdisetjing av friluftsomåde. Det arbeidet blei Skodje kommune ferdig med i 2019, og er tenkt brukt som eit kunnskaps-/vurderingsgrunnlag for arbeid med kommuneplanen, areal og tiltaksplanar, og ved utvikling/sikring av grønstruktur, markagrenser og kulturlandskap.

#### 5 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjoner

For flyktningar er det oppretta jamnlege møte med kommunalt tilsette, internasjonal kafe og div aktivitetar på aktivitetssenter der føremålet er inkludering og deltaking i lokalsamfunnet.

Skodje kommune har 50-60 ulike frivillige lag som i sum gir eit variert og mangfaldig tilbod til ulike aldersgrupper. Med ulike kommunale bygg og kommunalt betalte lokale gratis til disposisjon har kommunen lagt til rette for at mange frivillige lag har kunna gitt lavterskeltilbod.

#### 6 Organisering og samhandling, eit kunnskapsbasert folkehelsearbeid

I Skodje har vi hatt kommunestyrevald Styringsgruppe for folkehelse, samansett av sentrale politikarar, einingsleiarar og representantar for frivillige.

Styringsgruppa har brukt folkehelseprofil, ungdataundersøkingar, brukarplan og egne erfaringar som kunnskapsgrunnlag for å avdekke folkehelseutfordringar.

# Smøla kommune

**Innbyggertall:**

2 150

**Folkehelsekoordinator i 50 % stilling:**

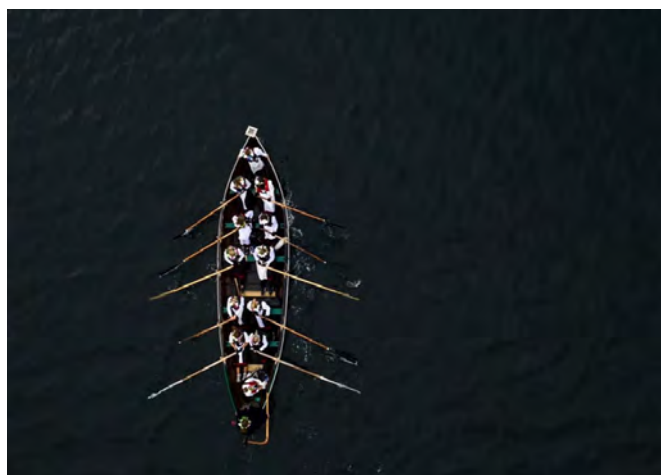
Lillian Langset

**E-post:**

[lillian.langset@smola.kommune.no](mailto:lillian.langset@smola.kommune.no)

**Telefon:**

900 96 483



*Figur 1 Bunadsgeriljaen ror fra Smøla til Kristiansund, foto av Audun Lie Dahl*

## 1 Samfunnsutvikling for en god start i livet

På barne- og ungdomsskolen har helsesykepleier og klinisk sosionom nå fast dager hvor de er tilstede for de unge. På helsesenteret har man nå tilbud om familieterapeut og kommunepsykolog. For å få en jevn oppdatering på hvordan barn og unge har det i Smøla har det vært planlegging i arbeidsgruppe for å gjennomføre ungdata for ungdom og ungdata junior i første kvartal av 2020. Det er tatt i bruk tavlemøter for barn og unge. Denne arbeidsmetoden gjør det enklere for alle faggrupper og enheter som arbeider med barn og unge.

## 2 Helsevennlig arbeidsliv

Utdanning er en viktig del av hvordan folkehelsen er i en kommune. Det er derfor veldig bra at det tilbys helsefagarbeiderutdanning på Smøla. Flere fagpersoner bidrar med undervisning, både kommunelege, fysioterapeut, klinisk sosionom, folkehelsekoordinator og sykepleier. Helse og omsorg gjennomførte et tiltak for å få flest mulig av helsepersonellet til å ta influensavaksinen. Dette resulterte i en god oppslutning og et godt forebyggende tiltak for personellet som jobber i helse.

Årets omsorgspris ble gitt til Smøla kommune. Arbeidet med virtuell avdeling i hjemmetjenesten har gitt brukere i Smøla en tryggere hverdag og bedre tverrfaglig samarbeid mellom fagpersoner. For å høyne kompetanse og det forebyggende arbeidet rettet mot barn og unge, har det blitt gjennomført fagseminarer for ansatte innenfor helse, skole, flyktnings-tjeneste, barnehage og andre aktuelle. Temaer som traumer, autisme og psykisk helse i spedbarnsalder er noen av tematikkene.

## 3 Samfunn som fremmer aktiv, frisk og trygg alderdom

Frisklivssentralen er et tilbud flere og flere benytter seg av. Kvinner og menn fra 18 år og til 70 år er med. Et annet tilbud i kommunen er publikumssvømming for alle innbyggere. Det er variasjon i tilbudene, dette er viktig for å få flere aktivert gjennom noe som er lystbetont. Stikk UT står sterkt, med en enda bedre oppslutning i 2019.





Figur 2 På Gurisenteret får du oppleve varme, rause og spennende øyeblikk. Foto av Wigdis Wollan

Møteplassen er et tilbud for seniorer og pensjonerte som møtes hver onsdag. Både for aktivitet, sang, sosialt samvær og interaksjon. Senere på dagen arrangeres det seniordans. Seniornett er et tilbud for de eldre som ønsker instruksjon og innføring i dataens verden. Om man vil være mer aktiv, få høyere puls og kjenne at kroppen fungerer kan man henge seg på Kløvertur på Veiholmen eller LHL trim på mandager og torsdager.

#### 4 Trygt og helsefremmende fysisk miljø

Smøla IL sitt nye klubbhus ble ferdigstilt. Et flott lokale som kan leies ut og brukes til flere idrettslige og kulturelle arrangementer for store og små.

Det har blitt bygd en ny gapahuk på Rosvollhaugen, dette blir også en Stikk UT tur som ligger i nærhet til Rosvoll Prestegård.

Det er foretatt forbedringsarbeid ved flere områder og veier på Smøla. Ved Edøy havn, Jøstølveien, Langbrua på Veiholmen og på Været.

#### 5 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjoner

Sanitetsforeningene på Smøla står sterkt. De har mange jern i ilden og ønsker å bedre folkehelsen på Smøla. De har arrangert lesestund for alle barn på folkebiblioteket på helg.

Skipsfunn på Edøya. I området finner vi kulturminnene Edøy gamle kirke, Kulisteinen og Edøystjerna. Kulisteinen med sine runeinskripsjoner, er det tidligste vitnesbyrd om navnet Norge. Kulisteinen er «Norges dåpsattest». Edøyskipet har vært 17-18 meter langt. Det ligger rett under dyrkingsjord i et område som har vært en gravhaug. Det er antatt at skipet er fra yngre jernalder merovinger- eller vikingtid.

#### 6 Organisering og samhandling, et kunnskapsbasert folkehelsearbeid

Smøla har en ny og oppdatert folkehelseoversikt. Oversikten er elektronisk utformet, og lesbar som e-bok. Det har vært et stort arbeid og alle enheter i kommunen, frivillige, lag, organisasjoner og næringsliv har tatt del i arbeidet. Folkehelseoversikten er et grunnlag for kommunal planlegging (kommuneplanenes samfunnsdel). Det er også utarbeidet fire større folkehelseutfordringer som alle enheter skal arbeid med.

#### 7 Årets verdiskaper, Smøla kommune

Kulturlivet på Smøla er stort. Og dette engasjementet strekker seg ut til mange kommuner. Juryen begrunnet seieren med at Smøla har knyttet bånd mellom kultur, innbyggerne og resten av Nordmøre. Samt at kommunens arbeid har ført til at flere ser verdien i å flytte hjem, og at befolkningstallet på øykommunen har økt og stabilisert seg.

# Stordal

**Innbyggartal:**

946

**Kontaktperson folkehelse:**

Björg Jacobsen

**E-post:**

[bjorg.jacobsen@fjord.kommune.no](mailto:bjorg.jacobsen@fjord.kommune.no)

**Telefon:**

41867836



## 1 Samfunnsutvikling for ein god start i livet

Ny og flott barnehage sto ferdig hausten 2019. Den har full dekking og fortløpande inntak. Stordal skule har jobba med «Ungdomssteget i utvikling», der grunnleggjande ferdigheiter i alle fag er fokusområde. Ungdomssteget har røyk-, snus- og rusfrikontrakt, der måloppnåinga er særst høg. Ordninga er administrert av helsesjukepleiar som også er tilgjengeleg for elevane 2 x 2,5 timar i veka. Ungdata var gjennomført i 2017. Gjennom vidareføring av «Barnas kommune» samarbeidar kulturteam og frivillige lag og organisasjonar om ulike, gratis aktivitetar. Ungdomsklubb og frivilligsentral er samlokalisert. Det er ungdomsklubb ein kveld veka. Frivilligsentralen har utstyrsbase for aktivitet og friluft med gratis utlån av utstyr. Frå 01.01.20 skal Stordal og Norddal bli til Fjord kommune - og har vedteke å vere MOT-kommune.

## 2 Helsevennleg arbeidsliv

Stordal kommune starta i 2017 eit omstillings- og utviklingsprosjekt med fokus på leiaropplæring og sjukefråver. Stordal kommune er IA-bedrift. Stordal kommune har god seniorpolitikk med start frå fylte 58 år. Etter ein enorm nedgang i møbelarbeids- plassar vart det i 2013 starta eit 4-årig prosjekt «Vekst i Stordal». Målet var 75 nye arbeidsplassar og prosjektet har vore ein suksess med god måloppnåing. Prosjektet var vidareført ut 2019.

## 3 Samfunn som fremmar aktiv, frisk og trygg alderdom

Dagsenter ved Stordalstunet er ferdig utbygd, men er ikkje i drift endå. God dekking på institusjonsplassar og heimeteneste. Eige kjøkken med muligheit å bestille mat for heimebuande eldre. Kulturkafé ein gong i månaden. Denne er drifta av midlar frå «Den kulturelle spaserstokken». Biblioteket har lesestund med frivillige leseombod kvar veke. Stordal Helselag i samarbeid med kommunen og lokal bank har kjøpt inn Rickshawsykkel. Stordal helselag og kyrkja har torsdagskafé med andakt, loddosal og underhaldning ein gong i månaden. Mental helse Stordal har ulike aktivitetstilbod og medlemskveldar opne for alle. Aktivt pensjonistlag med faste møter og turar. Frivilligsentral med faste opningstider og ulike aktivitetar for alle aldersgrupper. Stordal IL driftar treningssenter som blir nytta av alle aldersgrupper.



#### 4 Trygt og helsefremmande fysisk miljø

Det er gang og sykkelveg langs delar av Fv 650, men ønskje om vidareføring frå Øvrebust til Moe. Dei fleste mjuke trafikantar, både skuleborn og andre må bruke eller krysse bilveg til og frå skule, arbeidsplass eller aktivitet. Stordal har flott natur både til fjells, i skogen og ved sjøen. Dei fleste innbyggjarane kan lett nå ein fin tur frå stovetrappa. Stikk UT!-turane i kommunen er bra merka og det er planar om meir satsing på skilting og merking. Stordalshallen er ein fleirbrukshall med idrettshall, grendasal, klatrevegg og skytebane med stor aktivitet. Ved Stordalshallen er det fotballstadion med kunstgras- og løpebane, skatepark og ballbinge. I kommunen er det også hoppanlegg, alpinanlegg og lysløyper, samt ballbinge på Dyrkorn. Leikeområdet ved Stordal skule vil bli oppgradert i 2020 og skulen har også eige symjebasseng.

#### 5 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjonar

Ein stor del av innbyggjarane er aktive og/eller medlemmar av frivillige organisasjonar. Det er mange ulike aktivitetar å ta del i, både innan idrett og kultur. Noko av det som særmerker aktivitetstilboda, er at det kostar lite å vere med. Dugnadsanda er stor blant dei fleste, som viser at det å yte kan gi like mykje som det å berre nyte. Frivilligsentralen har m.a. «Åpent hus» ein gong i månaden, der målgruppa er menneske med nedsett funksjonsevne. Her blir deltakarar frå kommunane på heile Nordre Sunnmøre inviterte.

#### 6 Organisering og samhandling, eit kunnskapsbasert folkehelsearbeid

Stordal kommune har i sin samfunnsplan gode mål for folkehelsearbeidet. Lite ressursar gjer at systematisk arbeid blir nedprioritert, men vi har kort kommunikasjonsveg internt i kommunen slik at vi har mykje samhandling på tvers. Stordal kommune har i samarbeid med Norddal kommune laga oversikt over folkehelsearbeidet. Stordal kommune ønskjer å vidareføre aktuelle tiltak retta mot folkehelse. Det gode samarbeidet som er oppretta med frivillige lag, organisasjonar og private er av stor verdi for Stordal kommune.

#### 7 Frivilligheita

Sjølv om Stordal er den minste kommunen i Møre og Romsdal i innbyggartal, er aktivitetsnivå og aktivitetstilbod høgt. Det er særskild god dugnadsånd og godt samarbeid organisasjonar imellom, og mellom organisasjonar og kommuneadministrasjon. Det skaper trivsel blant innbyggjarane. Det er eit oversiktleg samfunn, der dei fleste kjenner kvarandre, noko som er ein trygghetsfaktor i seg sjølv. Fleire frivillige lag og organisasjonar i Stordal driv aktivitetar med stor grad av- og nytte for folkehelsa generelt og livskvalitet for den einskilde. Ved å yte til fellesskapet og gjere noko for ein annan gir også glede og folkehelse tilbake. Det er imponerende å sjå arbeidet til nokre av desse lokale laga, og Stordal kommune er svært takksame for innsatsen deira.



# Sula kommune

**Innbyggartal:**

9310

**Folkehelsekoordinator i 50 % stilling:**

Renate Love

**E-post:**

[renate.love@sula.kommune.no](mailto:renate.love@sula.kommune.no)

**Telefon:**

9575 1510



7.klassingar på besøk på ungdomsskolen i juni, der møtte dei rektor og MOT-gjengen, fekk mat og Mamma Mia-framsyning av Sal og Scene-elevar. Foto: Karstein Ekornos

## 1 Samfunnsutvikling for ein god start i livet

I Måseide barnehage på Sula har dei i over 10 år pussa tenner etter frukost, dei har innarbeidd gode rutinar og tar god omsyn til hygiene. Barna får tannkost og tannkrem når dei startar i barnehagen. Foreldre sett stor pris på tiltaket som er eit supplement til gode vanar heime, barna synes det er kjekt og motivera kvarandre, og det er rapportert om god effekt frå tannklinikken.

Auka innsats inn imot barn og unge på Sula med nyoppretta stilling for psykososial rådgivar hos PPT som jobbar inn imot barnehage og småskule. Det er oppretta ei stilling som ungdomsslos til førebygging og hjelp for ungdom ut av alvorleg skulefråvær, samt psykiatrisk sjukepleiar som har faste dagar på ungdomsskolen. Sula ungdomsskule jobbar og med trygge overgangar, mellom anna får 7.klassar besøke ungdomsskolen ved to anledningar, i tillegg til at MOT-elevar frå ungdomsskolen er tidleg på besøk i 7.klassane på barneskulane.

I 2019 har kommunefysioterapeut og helsesjukepleier på ungdomsskolen samarbeidd om eit nytt tiltak dei kallar "Lading i storefri", der ei gruppe på 8 elevar er med på avspenning i langfriminutt 2 gonger i veka i 4 veker. Dette ble gjennomført vår og haust, og vidareførast i 2020.

Aktiv læring med læringsbrett /den gode økta, er eit omfattande tiltak for å heve kvaliteten i opplæringa og gir fleire born betre utbytte av det ordinære tilbodet. Ein nyttar undervisningsteknologi som innfallsport til å oppnå ei meir aktiv elevrolle og betre og meir effektiv læringsstøttande kommunikasjon og samhandling i læringa. Alle skulebarn i Sula nyttar no læringsbrett.

## 2 Helsevennleg arbeidsliv

I mars ble helse- og omsorgssektoren samla til fagdag i etikk, på tvers av avdelingane fikk ein delt erfaringar og diskutert i grupper, med innspel og motivasjon frå ekstern foredragsholdar. Sula kommune har eit tilbod om etiske refleksjonsgrupper innad på dei ulike avdelingane innan helse- og omsorg.

Omkring 25 spreke damer i rosa Sula-trøyer var med på Jentebølgen 2019 i Ålesund med felles oppvarming og ei løype på 5 km i eige tempo. I april og mai arrangerte hovudverneombod og folkehelsekoordinator lokale oppvarmingsturar omkring på Sula.



Kva er viktig for deg -dagen 6 juni blir årleg markert i helse- og omsorg på Sula, avdelingane får post-it-lappar som både tilsette og brukarar kan skrive svara sine på. Dette blir samla inn og tatt med i vidare planlegging. Ei gruppe tar og ein tur ut i kommunen for å snakke med innbyggjarane over ein kaffikopp og eit kakestykke.

### 3 Samfunn som fremmar aktiv, frisk og trygg alderdom

Nye måltidsrutinane i bukollektiva og korttids-/rehabiliteringsavdelingane på Sulatunet. Måltida er meir spreidd tidsmessig og lunsj er innført, som gir eit sunnare kosthald.

Digihjelpa - eit kommunalt rettleiingsstilbod i grunnleggande digital kompetanse. Kurs i enkel bruk av pc/nettbrett på biblioteket har starta opp i 2019, samarbeid mellom kommunalt tilsette og frivillige.

### 4 Trygt og helsefremmande fysisk miljø

Det vart i 2019 laga eit nytt kryss for Bakkenesvegen ved Mauseidvatnet og ei ny parkering her tett ved badeplass og turløype. Det er no mulig å gå heilt rundt turløypa rundt vatnet utan å krysse hovudvegen. I same område har frivillige i velforeining og idrettslag, med støtte av lokalt næringsliv sett opp ein flott aktivitetspark ved vasskanten.

### 5 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjonar

Fagutvalet for kultur og folkehelse i Sula har oppnemnt ei arbeidsgruppe av politikarar, samt representantar frå administrasjonen inkl. ordførar, som starta arbeidet med "Likeverdig deltaking" der målet er at alle barn i Sula skal kunne delta i fritidsaktivitetar. Undersøking viste at dette ikkje var tilfellet. Sula gikk inn i eit samarbeid med NDFU-Nasjonal dugnad mot fattigdom og utanforskap blant barn og unge, der vi nytta ALLEMED, eit informasjons og handlingsverktøy for å skape diskusjon og auke bevisstheita om utanforskap og fattigdom blant barn og unge. Over 30 engasjerte deltakarar møtte opp til ALLEMED-dugnad ein kveld i oktober, og utgjorde eit breitt utval frå frivillig sektor, det politiske liv, kommunetilsette og andre interesserte

Kvelden resulterte i ei lang liste med ulike forslag, store og små. Nokre av ideane kunne dei aktuelle ta tak i med ein gong, mens større tiltak krev meir samordning. Men slike samlingar vil det blir feire av framover!

### 6 Organisering og samhandling, eit kunnskapsbasert folkehelsearbeid

Planlegging av ei ny oversikt over helsetilstanden i Sula er i gang, denne blir ferdig i 2020. Årets #mittsula arrangement, der vi invitera innbyggjarane til kafedialog, blei ALLEMED-dugnaden.



#mittsula2019.  
Frivillige  
politikarar og  
kommunalt  
tilsette. Saman  
for barna under  
ALLEMED-  
dugnad.  
Foto: Elvane H.  
Sokoli,  
ALLEMED.

# Sunndal kommune

**Innbyggertall:**

7036

**Folkehelsekoordinator i 100% stilling:**

Peggy Ranheim

**E-post:**

[peggy.ranheim@sunndal.kommune.no](mailto:peggy.ranheim@sunndal.kommune.no)

**Telefon:**

90248841



*Engasjerte unge MOTivatører inviterte til rusfritt arrangement nattMOTmai.  
Foto: Kjersti Ramsøy Halle*

## 1 Samfunnsutvikling for en god start i livet

19. juni 2019 åpnet Newton-rommet på Sunndalsøra, et samarbeid mellom Sunndal kommune og Hydro Sunndal mfl. Et Newton-rom er et praktisk, spennende innredet og teknologisk velutstyrt undervisningslokale, med fokus på naturfag, matematikk og teknologi. Newton-rommet tilbyr undervisningsmoduler for barnehage, grunnskole og videregående skole. Modulene som vil tilbys ved Newton-rommet i Sunndal har fagtema som kan relateres til både lokalt og regionalt næringsliv.

I mars inviterte Sunndal kommune alle foreldre, foresatte, trenere, lærere og andre som bryr seg om ungdommene våre til temamøte: "Ung i Sunndal 2019- bekymring og felles innsats"

Bakgrunnen for møtet var å få fart i en prosess for å ta tak i en del uheldig adferd i noen ungdomsgrupper. Skolen hadde utfordringer, det samme hadde kulturtjenesten og politiet. Det utfordringene i stor grad handlet om var adferd, samt mangel på respekt, hærverk, organisert gjengslåssing og bruk av cannabis blant ungdommer helt ned i 8.trinn. Målet med møtet var informasjon og dialog. Som et resultat av møtet ble "Kveldskråkene" opprettet, etter samme lest som de velkjente Natteravnene. Dette for å få flere synlige voksne i sentrumsgatene på fredagskvelder da ungdommer samles og oppholder seg i sentrum.

## 2 Helsevennlig arbeidsliv

Tirsdag 22. oktober holdt Arman Vestad foredrag om veien fra rus og kriminalitet til mestring og fullt arbeid. Vestad holdt også kurs om økonomisk mestring for interesserte.

Flere avdelinger ved Sunndal helsetun hadde i 2018 et sykefravær på rundt 20 prosent, og situasjonen i starten av 2019 viste heller ikke tegn til bedring. Målsettingen i pleie- og omsorgstjenesten er et sykefravær på åtte prosent. Avdelingsledere ved Sunndal helsetun tok tak og startet et prosjekt for å få ned fraværet. Hovedfokus i prosjektet er på å skape bedre dialog og tillitsforhold mellom leder og ansatt under fravær. Prosjektet har også bakgrunn i et ønske om å skape et bedre arbeidsmiljø. Som en del av prosjektet skal NAV Sunndal ha faste kontordager på helsetunet for å veilede ledere og tillitsvalgte.

## 3 Samfunn som fremmer aktiv, frisk og trygg alderdom

«Sterk og Stødig» er et gratis fallforebyggende gruppetreningstilbud for hjemmeboende eldre som stort sett er selvhjulpen i hverdagen, men som ønsker å bli sterkere og stødigere. Tilbudet gis gjennom Frisklivssentralen i Sunndal, med hjelp av frivillige instruktører.

## 4 Trygt og helsefremmende fysisk miljø

Etter en bred medvirkningsprosess ble kommuneplanens arealdel vedtatt 06.02.2019. Arealdelen gir viktige føringer for at planlegging og utbygging skal bidra til å fremme god folkehelse. Virkemidler er universell utforming og tilgjengelighet til både bygg og uteområder, tilgang- til leke- og rekreasjonsarealer og sosiale møteplasser for alle befolkningsgrupper.

I 2019 engasjerte ungdommen seg mye for å få på plass en utendørs bademulighet med stuping og hopping i sykkel- og gangavstand fra sentrum. Det ble etablert en badeplass med vanntrampoline i Fjordparken ved sjøen. Det arbeides også videre med tilrettelegging av flere bademuligheter i gang- og sykkelavstand fra sentrum i samarbeid med lag og foreninger.



Offisiell åpning av badetrampolina i Fjordparken, 11.juli 2019. Arealplanlegger Berit Skjevling (til venstre), ordfører Ståle Refstie (midten) og oppsynsmann Emil Bråten (til høyre) hoppet i fjorden sammen med ungdommene. Foto: Inge Nordvik, Driva

## 5 Inkludering og deltakelse i kultur og frivillig organisasjoner

Sunndal kommune inngikk i november avtale om Tilskuddsportalen. Tilskuddsportalen gir en oversikt over alle tilskuddsordninger som tilbys norske organisasjoner. Her kan det søkes etter støtteordninger og tilskudd i mange ulike kategorier. Gjennom avtalen gis gratis tilgang for alle lokale lag og foreninger i kommunen. Kommunen inviterte frivillige lag og foreninger i kommunen til kurs i bruk av nettstedet Tilskuddsportalen.

## 6 Organisering og samhandling, et kunnskapsbasert folkehelsearbeid

Frisklivssentralen fikk ny base på det lokale treningssenteret for å motivere den enkelte til fortsatt aktivitet etter gjennomført frisklivskurs. Frisklivssentralen satset videre på samarbeidet med psykisk helse med tilbud om kurs i depresjonsmestring, belastningsmestring og søvnkurs. Frisklivssentralen tilbyr også kurs i depresjonsmestring for ungdom. Videre er det i samarbeid med Roede satset på kurs om livsstil og kosthold rettet mot ungdom.

## 7 NattMOTmai

MOT Sunndal samlet 224 ungdommer og 40 voksne til historiens første nattMOTmai. Et rusfritt arrangement fullspekket med program for å gi ungdommene ved Sunndal ungdomsskole et alternativ til å feste med russen ved elva. Zorb-ball, bruskassestabling, human hamster-ball i svømmehallen og sumobryting for å nevne noe. Det var ikke mye rom til "fritid". Og sånn må det nesten være også når så mange ungdommer er samlet på et stort og forholdsvis uoversiktlig område. Og hva hadde skjedd om vi ikke arrangerte nattMOTmai? Kanskje det ikke hadde skjedd noe som helst. Kanskje hadde 30-40 ungdommer oppsøkt russen og blitt med på festen. Og det hadde kanskje gått bra, det også. Det svaret har vi ikke. Men svaret vi har er at, omringet av voksne, var ungdommene i Sunndal trygge under nattMOTmai. NattMOTmai handler om å bry seg om det som er fremtida vår. Det skal en hel landsby til for å oppdra et barn. NattMOTmai samlet landsbyen.





# Sykkylven kommune

Innbyggartal:

7700

Folkehelsekoordinator i 50% stilling:

Lars Petter Vemøy

E-post:

[lars.petter.vemoy@sykkylven.kommune.no](mailto:lars.petter.vemoy@sykkylven.kommune.no)

Telefon:

70 24 65 00 / 48 07 17 47

## 1 Samfunnsutvikling for ein god start i livet

Foreldreveiledning - Rettleiing og støtte til foreldre er satsingsområde (sjå punkt 7).

Solid start - for barnehagane. Dette er eit prosjekt der målet er at barna skal utvikle grunnleggjande motoriske ferdigheiter som fundament for læring.

Leikepatruljen - 3 barneskular har leikepatrulje for elevane. Dette er i samarbeid med Lions Sykkylven og Sunnmøre friluftsråd

Fagteam i skule og barnehage med tverrfaglege samarbeidsmøte. Målsetting er å sikre tidleg intervensjon og hjelp, og gi skule/barnehage og foreldre høve til tverrfagleg drøfting.

Helsestasjon for ungdom - Det er eit gratis helsetilbod til ungdom opp til 25 år. Tilbodet fylgjer skuleruta, og har ope ein ettermiddag kvar veke. Lege og helsesjukepleiar er til stades og kan dermed gi eit fullverdig tilbod.

## 2 Helsevennleg arbeidsliv

"MOT- til å glede" dagen vart arrangert 23. november.

## 3 Samfunn som fremmar aktiv, frisk og trygg alderdom

«Frå Fjøre til Fjells» blei etter sesongen avslutta i si form, dette grunna medlemskap i Sunnmøre friluftsråd frå 2020. Vedteke på kommunestyre des. 2019. Dermed blir det bl.a. Stikk ut frå neste år. Kommunen har oppunder 30 ulike fysiske aktivitetar for born, unge, vaksne og eldre, som ein kan vere med på i fritida. Dette spenner ifrå airtrack/turn til seniordans.

Sykkylven seniordans og Sykkylven frilynde ungdomslag driv aktivt med dans og førebyggjande aktivitet for eldre.



LHL Sykkylven arrangerer faste turar med turleiar 1 gong i veka. Arrangerer også transport for dei som vil delta. Lavterskel – enkle turar. Arrangerer òg faste trimkveldar for menn og for kvinner i gymsal måndagar.

#### **4 Trygt og helsefremmande fysisk miljø**

Arbeidet i plangruppa for Trafikksikker kommune starta opp hausten. I vedteken planstrategi står utarbeiding av gang- og sykkelvegstrategi på programmet. Kommunen har behov for fleire gang- og sykkelstiar både på kommunale vegar og langs fylkesvegar.

Skular og barnehagar har god tilgang på uteareal og friluftsliv, og er flinke til å nytte seg dette.

#### **5 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjonar**

Open Storhall - Ein rusfri ungdomsklubb i idrettshallen kvar fredag kveld frå 2000-2400. Dette er veldig populært og inntil 100-150 ungdommar samlast kvar gong. Målgruppe: Ungdomsskuleelevar. Natteravnordning organisert av frivilligsentralen. Foreldre til 8 klasser går turnus. Ungdommane brukar hallen til idrett og dans og forskjellige typar spel. Kiosksal og sosialt samvær.

Fønixhuset - (frivilligsentralen) samordnar mykje av den frivillige innsatsen i kommunen. Her blir det lagt til rette for fleire organiserte aktivitetstilbod for personar i alle aldrar og ulike kulturar.

Leiar ved Fønixhuset søkte og fekk midlar til kommunalt utstyrslder. Vart opna vinteren 2020.

#### **6 Organisering og samhandling, eit kunnskapsbasert folkehelsearbeid**

Oversiktsarbeid folkehelse for Sykkylven med brei samansett arbeidsgruppe inkl. kommuneoverlege. Det heilskaplege og tverrsektorielle arbeidet på folkehelse blir betre og betre.

Likeins kompetansen og kunnskapen om førebyggjande folkehelsearbeid.

Samhandling om UngData. Planlegging/gjennomføring av undersøking nr. 3, i 2020

Godheitsveka - arrangert veka før påske. Samarbeid mellom kommune, kyrkja og frivillige. Fokus på å vere gode, hjelpsame og positive med kvarandre. Skular og barnehagar med masse gode eksempel frå lokalsamfunna i bygda.

#### **7 "Litt meir om.."**

Foreldreveiledning:

Dette m.a. med kompetanseheving innan COS-P, ICDP og PMTO. COS-P (Circle og Security) er eit foreldreveiledningsprogram med målsetjing om å fremje trygg tilknyting mellom foreldre og barn. Trygg tilknyting styrkjer barn og er ein viktig beskyttelsefaktor. Barn har bruk for trygge vaksne for å kunne utvikla seg på ein positiv måte. ICDP er eit helsefremmande og førebyggjande program som har som mål å styrke omsorga og oppveksten for barn og unge. Det rettar seg mot foreldre og skal styrke deira omsorgskompetanse.

PMTO (Parent Management Training) er eit individuelt behandlingstiltak for foreldre/forsette med barn i alderen 4-12 år med åtferdsproblem. Formålet med PMTO er å stanse, redusere eller forebygge atferdsvansker hos barn ved å endre samspelet mellom foreldre og barn.

# Tingvoll kommune

**Innbyggartal:**

3025

**Folkehelsekoordinator i 50% stilling:**

Mattis Himo, 50% folkehelse, 50% kulturkoordinator

**E-post:**

mattis.himo@tingvoll.kommune.no

**Telefon:**

469 46 127



Foto: Tingvoll kommune

## 1 Samfunnsutvikling for ein god start i livet

Tingvoll kommune har søkt om støtte for å styrke helsestasjonen. Dette mottok Tingvoll i 2018, og 2019, og det er også søkt om midler i 2020.

- Midlene har blitt brukt til å styrke helsestasjonen, og opprette helsestasjon for ungdom og økt tilstedeværelse på skolene.
- Tingvoll følger livsmestringsprogrammene Zippys venner og MOT, og i barnehagene bruker de livsmestringsprogrammet "være sammen". I tillegg er familieveileder, og flere andre ansatte kurset i Circle of Security.
- 3-åring prosjekt med COS-P, med økt tilstedeværelse på skolene.
- Tingvoll kommune har to opne fritidsklubber, i samarbeid med frivilligheten.
- Frivillighetskoordinator i 50% stilling
- Kommuneavtale med Zippys venner.
- MOT har gjennomført sitt program i skolene og har hatt jevnlig foreldremøter.
- Skidag på Oppdal for kommunens ungdommer i regi av ungdomsrådet.
- Modellkommuneprosjektet

## 2 Helsevennleg arbeidsliv

- 10-faktorundersøkelsen. Medarbeider undersøkelser.
- Sommerjobb for ungdom
- Miljøkompaniet en arbeidstreningsbedrift, i samarbeid med NAV, og en dagaktivitet for personer med behov for tilrettelagt arbeid.
- Lav arbeidsledighet.

## 3 Samfunn som fremmar aktiv, frisk og trygg alderdom

- Sterk og stødig, et samarbeidsprosjekt mellom fysioterapitjenesten og frivilligheten som aktiviserer to grupper i indre og ytre deler av kommunen. Det er venteliste for å delta på dette.
- Et aktivt eldreråd som drifter eldrekafe hver fredag og organiserer kjøring til butikken slik at eldre hjemmeboende får handlet. Aktivitetssenter, lavterskeltilbud, som er åpent 4 dager i uken.

Tingvoll

- Tingvoll aktivitetssenter tilbyr dagtilbud til alle aldersgrupper. Fokus på gode måltid og fysisk aktivitet
- Tingvoll kommune har et aktivt eldreråd som har gjennomført flere arrangement for å fremme aktiv, frisk og trygg alderdom. De har gjennomført flere arrangement i regi av den kulturelle spaserstokken

- Kløvertur/trim, i samarbeid med sanitetslaget ved Straumsnes omsorgsenter
- Treningsgrupper "sterk og stødig" et samarbeid mellom fysioterapi
- Folkemøter om fremtidens eldreomsorg.
- Tine Fotballskole – som for øvrig også ble kvalitetsklubb, ble hedret for fantastisk innsats, samt valgt som årets fotballskole 2019
- Er i gang med planlegging av datakurs i samarbeid mellom frivilligkoordinator og eldrerådet.
- Kjempeengasjement og giverglede ifm CARE -TVaksjonen
- Ny parkeringsplass Tingvoll IL i samarbeid med frivilligkoordinator og Friluftsrådet Nordmøre og Romsdal.

#### **4 Trygt og helsefremmande fysisk miljø**

- Ferdigstillelse av ny RV 70.
- Ferdigstilt rapport med forslag til tiltak knyttet til tettstedsutviklingsprogram for Tingvollvågen (parallelloppdrag).
- StikkUt og StikkUt ski videreført. God aktivitet, og økt antall registreringer.
- Flere turstier og parkeringsplasser ferdigstilt.

#### **5 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjoner**

UKM ble i 2019 gjennomført i Gjemnes kommune, og deltatt på fylkesmønstringen i Kristiansund. Gratis Pizza og Kino-aften for ungdom i Tingvoll i løpet av kulturvekkå (regi ungdomsrådet). Mange deltakere, og positive tilbakemeldinger.

Frivilligsentralen virker på tvers av næring, kommune og frivillighet.

Det er et sterkt lokalt frivillig engasjement, og deltagelse i organisasjoner i Tingvoll kommune. Vi har flere løypenett for ski, turstier og mye aktivitet i både idrettslag og andre frivillige organisasjoner. Kulturvekkå gjennomført, med godt oppmøte.

#### **6 Organisering og samhandling, eit kunnskapsbasert folkehelsearbeid**

Folkehelse- og kulturkoordinator i 100% stilling, og nyansettelse av oppvekstleder i 100% stilling.

Tingvoll kommune har fått prosjektmidler til å styrke kommunens helsestasjon og skolehelsetjenesten i 2019/20, og gjennomfører et treårig prosjekt.

Folkemøter om fremtidens eldreomsorg gjennomført.

Aktivt ungdomsråd som gir uttalelser i aktuelle saker som tas opp og som også tar opp saker på eget initiativ.

#### **7 «Familiens hus»**

Det ble i 2019 vedtatt at kommunen skal opprette familiens hus, og samlokalisere helsestasjon, psykiatritjenestene, barnevern, ppt, logoped, tildeling og koordinerende enhet, aktivitetsavdelingen, NAV og folkehelse- og frivilligkoordinatorene. Dette skjer under den nye virksomheten familie og helse.

Det er tilsatt ny virksomhetsleder for denne virksomheten.

# Ulstein kommune

**Innbyggartal:**

8571

**Folkehelsekoordinator i 50% stilling:**

Kjersti Vengen Jensen

**E-post:**

Kjersti.vengen.jensen@ulstein.kommune.no

**Telefon:**

70017500 / 95272742



Figur 1 Foto Per Eide

## 1 Samfunnsutvikling for ein god start i livet

FNs berekraftsmål vart for første gang innarbeidd i budsjett- og økonomiplanen 2019–2022. Ulstein kommune har prioritert fire mål: god utdanning, god helse, berekraftige byar og samfunn, innovasjon og infrastruktur. ReKomp (regional kompetansestrategi for barnehage) er ei ny nasjonal ordning for kompetanseutvikling. På bakgrunn av lokal kartlegging, nasjonale føringar og endringar i lova, er kommunikasjon og språk valt som overordna tema i Ulstein. Skulane har arbeidd målretta med læringsmiljø og arbeidsmiljø, med særleg vekt på god kultur for læring. Helsestasjonen tilbyr "Trygg start" til gravide og familiar med barn opp til 2 år som treng ekstra oppfølging. I 2019 starta implementeringa av Barneblikk, eit lavterskeltilbod til sårbare gravide og småbarnsfamiliar opp til skulealder. I 2019 starta vi med Betre tverrfagleg innsats (BTI) for å samhandle best mogleg og sikre god oppfølging i alle overgangar i livet. Målet med tiltaka er å oppdage og følge opp barn tidleg og gi alle eit best mogleg utgangspunkt.

## 2 Helsevennleg arbeidsliv

Vi er med i ei større satsing på heiltidskultur i lag med KS og Ørsta kommune. Det bidrar til kvalitet i tenestene, yrkesstoltheit, trygghet, lågare sjukefråvær og godt arbeidsmiljø. Ulstein kommune har jobba aktivt for å sikre likelønn. Vi legg stor vekt på å fylle samfunnsoppdraget om å ta inn læringar og opplæringskandidatar for å sikre kompetanse i eigen organisasjon og for å bidra til at ungdom og vaksne får høve til å kvalifisere seg for arbeid. I tillegg har vi hatt læringar gjennom «menn i helse». Vi har og vore vertskap for større prosjekt med tilrettelagt fagopplæring innan reinhald og industrimekanikarfaget. Vi gir praksiserfaring til personar som treng yrkeserfaring og språktrening. I samarbeid mellom kommunane, fylkeskommunen og Nav, vart det starta ei klasse ved Ulstein vidaregåande skule som gir tilrettelagd undervisning for framandspråklege i helsefag.

## 3 Samfunn som fremmar aktiv, frisk og trygg alderdom

Vi har tilsett demenskoordinator og er med i eit kommunenettverk for utvikling av aldersvenlege samfunn. I 2019 vart det laga til ei parallellutlysing til ulike arkitektfirma om utforming av sentrum og utvikling av nye omsorgsbustadar og buformer. Kvardagsrehabilitering er eit verkemiddel for at eldre skal få meistre eigne liv og bu lenger i eigen heim. Dette er eit vidareført tilbod med fokus på førebygging og meistring, ved å ta føre seg det som er viktigast for den einskilde brukaren. Sterk og stødig er gratis og vidareført treningstilbod for eldre, gjennom Frisklivssentralen. Tilbodet gjeld både innetrening og utetrening i differensierte grupper der ein også legg til rette for sosial nettverksbygging.





Figur 2 Foto Per Eide, Fløstrand

#### 4 Trygt og helsefremmande fysisk miljø

Samarbeidet på tvers av kommunale etatar er med på å oppretthalde folkehelsa gjennom å legge til rette for til dømes møteplassar og turvegar. I 2019 har vi fått til fleire turvegar, delteke aktivt som medlem i Sunnmøre Friluftsråd, jobba med kartlegging og statleg sikring av viktige friluftsområde, ferdigstilt gang- og sykkelveg frå Halsenest til Skeide. Vi har etablert HC-parkering ved nærturområdet i Bugardsmyrane, parkering ved Røyrafjellet, og turvegen over Gamleeidet vart rusta opp. Registrering av leikeplassar er også gjort i 2019.

#### 5 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjonar

Kulturavdelinga sitt samspel med lag og organisasjonar er viktig for at kultur, idrett, fritid og friluftaktivitetar kan blomstre og saman skape eit mangfaldig og attraktivt kulturliv og -tilbod. Nytt av året var Ung Arena, som er eit firedelt prosjekt finansierte av Gjensidigestiftelsen. Prosjektet er forankra i Ulstein frivilligsentral, Bell og Ulstein bibliotek, med arbeidsområda Debattarena, BUA utlånsentral, Open hall og Leksehjelp.

#### 6 Organisering og samhandling, eit kunnskapsbasert folkehelsearbeid

I 2019 gjorde vi ei innbyggjarundersøking på same måte som i 2017, 2015 og 2013. Undersøkinga viste at vi opplever Ulstein som ein trygg og god stad å bu. Vi trur at aktiv innbyggjardialog medverka til at vi opplevde høgare valdeltaking i årets kommunestyre- og fylkestingval enn tidlegare. I evalueringa Kommunekompasset fekk Ulstein 72 poeng på området offentlegheit og demokrati, det høgste nokon kommune har fått. «Heile det arbeidet Ulstein gjer med å fremje og utvikle innbyggjardialogen og lokaldemokratiet er særskilt bra», heitte det i evalueringa. Arbeidet fekk ei såkalla gullstjerne for «absolutt beste praksis som dei aller fleste andre kommunar kan lære av». Det har i 2019 vore gjort eit arbeid med planlegging av Skaparhuset i Ulsteinvik. Skaparhuset er eit samarbeidsprosjekt mellom næringsliv, akademia og det offentlege, og skal bli staden der næringsliv, elevar, studentar og offentleg tilsette møtest for nyskaping. Skaparhuset skal vere ein arena for heile regionen, og byggjer på teknologisatsing i skule og arbeidsliv.

#### 7 Digitalisering

Digitalisering er eit viktig verkemiddel for å få til ein enklare kvardag for alle som bur og arbeider i Ulstein. På helsestasjonen har vi hatt felles digitaliseringsprosjekt saman med alle kommunane i Sjøstjerna. Helsestasjonsportalen Søre Sunnmøre vart lansert til påske 2019. Løysinga samlar all informasjon om tilboda i svangerskapsomsorga, helsestasjon, skulehelsetenesta og helsestasjon for ungdom på ein stad. Dette er sannsynlegvis den mest omfattande og oversiktlege samlinga av informasjon om desse tenestene i Noreg. Velferdsteknologi: Ulstein kommune har teke i bruk to ulike løysingar for digitalt tilsyn, Roomate og Somnofy. Roomate er eit anonymisert digitalt tilsyn som kan gje varsel om kritiske situasjonar. Somnofy er eit utviklingsprosjekt kommunen har saman med ALV (Arena for læring om velferdsteknologi) og Vital Things. Ulstein kommune var pilotkommune under valet i 2019. I staden for å sende ut valkort i posten, fekk kvar innbyggjar dette elektronisk.

Satsinga på Teknologiskulen har vore vidareutvikla dette året, både med kompetanseheving og utstyr. Saman med Høgskulen i Volda har vi utvikla Ulsteinmodellen for vidareutdanning i IKT for pedagogisk personale. Elevar og lærarar fekk vise fram teknologisatsinga overfor finansminister Siv Jensen, som var på besøk i Ulstein. I juni var kommunen ein av tre finalistar til Kommunal- og moderniseringsdepartementet sin innovasjonspris for arbeidet med Teknologiskulen.

# Vanylven kommune

**Innbyggartal:**

3117

**Folkehelsekoordinator i 50% stilling:**

Hanne Morseth

**E-post:**

[hanne.morseth@vanylven.kommune.no](mailto:hanne.morseth@vanylven.kommune.no)

**Telefon:**

70 03 01 82 / 950 24 557



Bilete 1: Foto: Renate Hatlegjerde

## 1 Samfunnsutvikling for ein god start i livet

I mai var det fagdag for tilsette i kommunen med tema Barn som pårørende. Fagdagen var for alle aktuelle i kommunen, både innan somatikk, barnehage, skule og psykisk helse/rus, samt andre som politi, tannklinikk, kyrka med fleire. På fagdagen vart det gått gjennom lovverk og ulike case for å aktualiserer temaet for alle faggrupper.

Vanylven kommune har gjennom året jobba med ei endring på korleis tenestene rundt barn, unge og familiar er organisert for å kome tidleg inn. Dette har resultert i blant anna oppstart av familie- og læringssenter i kommunen. Vanylven vil jobbe vidare for å legge til rette for å motverke utanforskap, sikre likeverdige og koordinerte tenester samt gode samanhengar mellom dei ulike tenestene.

Vanylven Fritidsklubb har fokusert på ungt demokrati og medverknad. Våren 2019 starta Fritidsklubben opp ei gruppe med unge arrangørar som fekk opplæring i arrangementsplanlegging og har sjølv arrangert gratis tur til Trampolineparken i Ålesund for ca. 40 ungdom i alderen 13-17 år. Aktivitetstilboda på klubben skal vere av, med og for ungdom. Ungdomsstyret og dei frivillige ungdomane er i stor grad med å bestemmer korleis fritidsklubben skal vere og kva tilbod dei ynskjer.

## 2 Helsevennleg arbeidsliv

Verdensdagen for psykisk helse vart markert med god prat og kaffi på Combisenteret på Fiskå 10.oktober. Kommunalt tilsette samt nokre deltakarar på kommunen sitt dagtilbod innan psykisk helse sto bak markeringa. Kommunen merkar aukande interesse for temaet og fleire butikkar får med seg plakatar og brosjyrer for å henge opp i eigne lokaler.

## 3 Samfunn som fremmar aktiv, frisk og trygg alderdom

Livsglede for eldre, besøk av barnehage inn på omsorgssenteret og fleire samlingsstunder med musikk og sosialt samvær er gode trivselstiltak for både bebuarar og tilsette på omsorgssenteret i kommunen. I juni var det arrangert grillfest ute i sansehagen. Det var fint vær og godt oppmøte. Her var det stund med trekkspelmusikk, nysteikte sveler og grillmat.

## 4 Trygt og helsefremmande fysisk miljø

I 2019 vart det gjort politisk vedtak om medlemskap i Sunnmøre Friluftsråd frå 1.januar 2020. Kommunedelplan for trafikktrygging vart også utarbeida og behandla i 2019, med mål om blant anna å legge til rette for eit godt og tenleg vegnett for alle brukargrupper.



Bilete 2: Deltakarar i rulleløpet er klar til start, med utkledding og startnummer. Foto: Siv Fagervoll Brekke

## 5 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjonar

Det har dei siste åra vore ei auke i søknadar om spelemidlar både til mindre og større prosjekt. Utvikinga bidreg positivt til at nye prosjekt blir starta. Vi opplever ei investeringsvilje frå frivilligheita når det gjeld dugnadsinnsats og eigenkapital. I 2019 samarbeida kommunen tett med sogelaga i kommunen om kulturminneplan. Planen vert ferdigstilt i 2020. Handlingsplanen vil sørge for vidare samarbeid med frivillige innan kulturarv. Monsiaden, eit arrangement for psykisk utviklingshemma, vart gjennomført for 24. året på rad i 2019. 157 deltakarar til idrettsarrangementet var påmeldt med følgje. Totalt tilstade, inkludert følgje og frivillige, var over 350.

## 6 Organisering og samhandling, eit kunnskapsbasert folkehelsearbeid

Vanylven kommune gjennomførte i 2019 både Ungdata og Ungdata Junior, med svarprosent på over 95%. Det har også vore arbeid med plan for barn og unge innan kultur og oppvekst. Planen skal sørge for at alle i kommunen saman skal legge til rette for born si meistring og utvikling. Kommunen har i 2019 jobba med utarbeiding av folkehelseoversikt, denne gangen i eit interkommunalt samarbeid med kommunar på søre Sunnmøre.

## 7 Rulleløp 2019

I midten av august vart det arrangert rulleløp i Vanylven der bebuarar på Vanylven helse- og omsorgssenter deltok. Ordførar Lena Landsverk Sande føretok ei offisiell opning av løpet før ho la i veg i løypa som hare for dei andre deltakarane. Det var lagt opp til to ulike løyper, ei lang og ei kort, men fleire enda opp med å ta begge løypene. Deltakarane stilte i kostymer og med pynta rullatorar og rullestolar. Vêret var fint og det var mykje latter og glede å høyre og sjå denne dagen. Etter endt løp var det samling med kake og kaffi i fellesstova på senteret. Det var også premiering, blant anna til eldste deltakar som var imponerende 104 år! Kommentaren frå initiativtakarane etterpå tyder på at det vert fleire løp i åra framover: "Dette har vi planar om å gjere igjen, for dette var kjempegøy!".



# Vestnes

**Innbyggartal:**

6532

**Folkehelsekoordinator:**

Nei, men ei arbeidsgruppe for folkehelse med representantar frå ulike sektorar

**E-post:**

[hege.haugen@vestnes.kommune.no](mailto:hege.haugen@vestnes.kommune.no)

**Telefon:**

71 18 42 14 / 928 19 059



1Konsert på Ystetind. Foto: Jørn Lund Salthammer

## 1 Samfunnsutvikling for ein god start i livet

Vestnes Kulturskule arrangerer kurs i babysymjing for babyar frå 6 vekers alder. I tillegg har kulturskulen tilbod i dans for born frå 2 år. Frivilligsentralen arrangerer Full rulle. Ein uformell møtestad for dei som er heime med baby. Fleire Stikk UT! turar er tilrettelagt for barnevogn, og tur med små born. Helsestasjonen har starta opp med foreldrestøttande rettleiing på individnivå, i tillegg til primæreforbyggande fokus, graviditet/svangerskap og etter fødsel

Livsmestring og helse har kome inn i rammeplanen som ein del av barnehagen sitt verdigrunnlag.

Barnehagane har følgjande tiltak for å fremme folkehelsa:

Fokus på god balanse mellom aktivitet og kvile for barna.

Tannpuss etter frukost. Status om barn si tannhelse frå tannpleiar ein gong pr. år

Fokus på stell og hygiene. Kroppen som gjennomgåande tema.

Fokus på sunt kosthald i tråd med dei nye retningslinene for mat og måltid utgitt av Sosial- og helsedirektoratet. Inkludert sunne alternativ til bursdagsfeiring.

Uteleik og turar i naturen til alle årstider. Aktivitetar i idrettshall/gymsal/symjebasseng. Musikk, rørsle, dans, drama og leik.

Nokre avdelingar køyrer programmet "Mini-Røris" som er eit rørsleprogram for barn i barnehage.

Alle barnehagane har Henry-dokka, førstehjelp for førskulebarn.

Nokon av dei kommunale barnehagane tilbyr vasstilvenning for førskulebarna.

Nokon av dei kommunale barnehagane har barnehagebibliotek

## 2 Helsevennleg arbeidsliv

Vestnes Kommune er ei IA bedrift. Kommunen gir tilbod om gode rabattordningar på treningssenter som HMS tiltak. Møteplassen er eit oppfølgingstiltak for sjukmeldte arbeidstakarar.

Folkebiblioteket gjennomfører "Snakkbart" - ei arrangementspakke som har fysisk og psykisk helse som tema. Biblioteket samarbeider med helsestasjon, psykiatri og andre helseaktørar for å sikre eit relevant innhald. Dei ulike einingane har fokus på det psykososiale arbeidsmiljøet.

## 3 Samfunn som fremmar aktiv, frisk og trygg alderdom

Aktivitetsvenner for demente er etablert. Kursing av aktivitetsvenner som er kopla saman med ein personar med demens. Leseven - tilbod gjennom biblioteket, der frivillige les for bebuarar i institusjon som ønskjer det. Det vert arrangert Kulturkafe for eldre på frivilligsentralen ein gong i veka, med ulike aktivitetar. Fleire StikkUT turar er tilrettelagt for rullator.

Kulturskulen har songstund i eldreinstitusjonane, og band for godt vaksne med ulike hjelpebehov

Kommunen har fokus på utvikling av dagsentertilbod. Dette skaper meningsfulle opplevingar og ein aktiv kvardag.





2Frå frivilligdagen 2019. Foto Karianne Bergset Austnes

#### 4 Trygt og helsefremmande fysisk miljø

Folkehelseperspektivet skal vere framme i all planlegging/ prosjektering og utbygging i kommunen. Ein vil arbeide for bygging av gang og sykkelveggar, syte for gate/vegbelysning slik at aktivitet kan oppretthaldast og i den mørke årstida. Ein vil sørgje for sikker ferdsel gjennom snøbrøyting og sandstrøing. Det vert arbeid for å legge til rette for parkeringsplassar ved utfartsområde, og etablere toalettløsningar til disse.

#### 5 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjonar

Kommunen har eit rikt organisasjonsliv som gjennom sine aktivitetar og møteplassar bidreg til betra folkehelse, til innbyggjarar i alle aldrar.

Det er fleire gode møteplassar for integrering. Vi nemner:

Biblioteket, Ung Kultur Møtes, Frivilligdagen, og fleire andre arrangement.

Utstyrssentralen er i drift på frivilligsentralen, der alle kan låne friluftsutstyr gratis. Den bidreg til at fleire kan vere fysisk aktiv ute

Lag og organisasjonar arrangerer fellesturar.

Kulturskulen sitt motto er "kulturskule for alle". Dei står for opplæring som vidare bidreg til deltaking i det frivillige kulturlivet. Kommunen støtter dei lokale skulekorpsa ved å dekke 50% av utgiftene til dirigentteneste.

#### 6 Organisering og samhandling, eit kunnskapsbasert folkehelsearbeid

Folkehelsearbeid står på agendaen i alle einingane i kommunen.

Frivilligsentralen koordinerer Stikk UT!

Det er etablert ei arbeidsgruppe for folkehelse i kommunen.

Nytt helsehus er under bygging i kommunen. Det er vedtatt at det nye helsehuset skal bli ein sertifisert Livsgledeheim. Dette er ei nasjonal sertifiseringsordning gjennom organisasjonen Livsglede for eldre.

# Volda kommune

**Innbyggartal:**

10 454

**Folkehelsekoordinator i 50 % stilling:**

Ulrik Vik Nakken

**E-post:**

[ulrik.vik.nakken@volda.kommune.no](mailto:ulrik.vik.nakken@volda.kommune.no)

**Telefon:**

917 29 469



*Andaneset med Volda sentrum i bakgrunnen*

*Foto: Volda kommune*

## 1 Samfunnsutvikling for ein god start i livet

- Ungdataundersøkinga blei gjennomført for tredje gong i Volda kommune våren 2019 (92 % av elevane ved ungdomstrinnet og 83 % av elevane ved Volda VGS deltok i undersøkinga.
- Fleire av barnehagane i kommunen har gjennomført Fiskesprell-kurs som har til formål å auke inntaket av fisk og sjømat blant barna. Barnehagane har saman med helsestasjonen også utarbeida ein eigen kosthaldsplan. Eit godt kosthald i barnehagen kan bidra til å utjamne sosiale skilnader.
- Volda kommune har satt saman ei arbeidsgruppe bestående av leiarar frå to ulke barnehagar, representant frå eigedomsavdelinga, kommuneplanleggar og folkehelsekoordinator som skal kome med forslag til ein rettleiar for uteområdet i dei kommunale barnehagane. Rettleiaren skal vere eit dokument som sikrar heilskapleg kvalitet på leikeplassen i barnehagen
- Ungdomsklubben i Volda starta opp igjen med aktivitet i nye lokale på Hamna 20 våren 2019 etter fleire år utan eit ungdomsklubbtilbod. Ungdomsklubben er eit rus og røykfritt aktivitetstilbod til ungdom frå 8. klasse og ut det året ein fyl 18 år.

## 2 Helsevennleg arbeidsliv

- Volda kommune har ei overvekt av offentlege arbeidsplassar innan sørvisnæringar, helse, barnehage, skule og høgare utdanning. Merksemd på folkehelse er gjennomgåande i kommuneplanen sin samfunnsdel.
- Volda kommune er ei IA-bedrift (inkluderande arbeidsliv) med mål om å ha eit godt arbeidsmiljø, styrke nærværet til jobb, førebygge og redusere sjukefråvær og hindre utstøying og fråfall i arbeidslivet. Sjukefråværet er dessverre høgt for enkelte avdelingar i Volda kommune og kommunen skal delta i bransjeprogrammet for sjukeheim frå 2019.
- Frisklivssentralen i Volda har tilbod om rettleiing innan fysisk aktivitet, kosthald og tobakk. Dette er aktuelle tiltak for å kome raskare tilbake i jobb og/eller førebygge sjukefråvær.

## 3 Samfunn som fremmar aktiv, frisk og trygg alderdom

- Kommunen arrangerer "Aktivitetsvennkurs" i samarbeid med Nasjonalforeningen for folkehelsen.
- Dagsentertilbod for eldre har fokus på fysisk aktivitet, kosthald og ein trygg kvardag.
- Eldretrimmen - trim for dei over 60 år
- Gruppetrening og sosiale treffstadar organiserast av fleire frivillige lag og organisasjonar
- Rullatormaraton ved Volda omsorgssenter på verdas aktivitetsdag 10. mai
- Satsing på velferdsteknologi som gjev innbyggjarar med ulike helseutfordringar betre høve til å meistre sin eigen kvardag og bu heime lengst mogleg.



Figur 1 Illustrasjonsfoto av nye Volda Campus Arena Foto: Volda kommune

#### 4 Trygt og helsefremmande fysisk miljø

- I oktober 2019 var den nye turvegen på Andaneset like sør for Volda sentrum ferdig. Turvegen er 430 meter lang og gjer eit flott friluftsområde i fjæra tilgjengeleg for publikum. Langs turvegen er det fleire benkar og samlingsplassar med flott utsyn over fjordlandskapet. Turen er ein av Stikk UT!-turmåla i Volda i 2020. Det er også planar om å etablere ei fiske- og badebrygge i dette området.
- Hausten 2020 skal Volda Campus Arena etter planen stå ferdig. Hallen vil innehalde to fullverdige handballbaner, to aktivitetssalar, fleirbruksrom, klatrehall med buldrevegg, styrketrening- og spinningrom, garderobar, ulike sosial rom, kafé, kiosk møterom, lokale for medieproduksjon, fellesareal, tribuner m.m. . Idrettshallprosjektet er i sum eit partnerskap mellom idretten, kommune, fylkeskommune og næringsliv.

#### 5 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjonar

- Volda har fleire festivalar og arrangement som er initiert av frivillige og som engasjerer mange. Eit relativt nytt arrangement er "Øyralangs" som blei arrangert for andre gong i oktober 2019. Fleire tusen personar tok del i den kulturelle lysvandringa der turstien frå Årneset gjennom Elvadalen til Volda sentrum blir lyssett med ulike kunstnariske installasjonar og kulturelle innslag blir framført.
- Frivilligsentralen har fått etablert ein utstyrssentral gjennom tilskot frå Bufdir. Utstyrssentralen tilbyr utlån av frilufts- og sportsutstyr. For tida er utstyrssentralen lokalisert i kjellaren på rådhuset.

#### 6 Organisering og samhandling, eit kunnskapsbasert folkehelsearbeid

- Folkehelsekoordinator er fast deltakar i administrativt planforum som er eit tverrsektorielt møteforum med deltakarar frå rådmannen sin stab, sektor for utvikling, teknisk sektor, landbruk, barn og unge sin representant i plansaker, kommuneoverlege, teknisk avdeling og næringsforum.
- Som følgje av kommunesamanslåinga frå 01.01.2020 vedtok Volda kommune ein ny overordna organisasjonsstruktur for den nye kommunen allereie i 2018. Den nye organisasjonsstrukturen skisserar nye samhandlingsgrupper som skal sikre godt tverrsektorielt samarbeid. Eit av forslaga til samhandlingsgruppe i det nye organisasjonskartet er ei folkehelsegruppe.

#### 7 Interkommunalt samarbeidsprosjekt på søre Sunnmøre

- I 2019 samarbeida Volda kommune med Hareid, Herøy, Ulstein, Vanylven og Ørsta kommune om innsamling av kvantitative opplysningar til den reviderte folkehelseoversikta. Samarbeidet gjekk føre seg over fleire samlingar med første samling i juni 2019 og siste samling i november 2019. Møre og Romsdal fylkeskommune, Høgskulen i Volda og Folkehelseinstituttet har stått for fagleg innhald på samlingane.

# Ørskog kommune

**Innbyggartal:**

2250

**Folkehelsekoordinator i 50 % stilling:**

Gunnhild Todal

**Telefon:**

97712943

**E-post:**

[gunnhild.irene.todal@alesund.kommune.no](mailto:gunnhild.irene.todal@alesund.kommune.no)



*Glade barn i Hestvika. Foto: Hilde Sørdal*

---

## 1 Samfunnsutvikling for ein god start i livet

Årøyhaugen barnehage har fått nytt uteområde. Årøyhaugen barnehage arbeider med livsmeistring og helse gjennom prosjekt "OPP OG FRAM" i regi av Høgskulen i Volda. Vår problemstilling er: Korleis skal vi ruste barna til å tåle motgang og forventningar i barnehagekvardagen?

Barnehagen brukar aktivt dei flotte nærområda. Tusenårsstaden vart fornya våren 2019 med nye bord og benkar og nytt golv i grindløa.

Ørskog skule har innført SMART oppvekst som er eit system for å trene og øve på sosial kompetanse og sjå styrker hos kvarandre.

Prosjektmidlar har sikra fortsatt auka kapasitet og tilgjenge i skulehelsetenesta gjennom auka stilling for helsesjukepleiar. Midlane har også bidratt til digitalisering av informasjon og kontakt ut.

## 2 Helsevennleg arbeidsliv

Ørskog kommune samarbeider med Stamina Helse. Stamina har delteke på dialogmøte ved sjukefråvær og i IA utval. Dei har utført helsekontrollar for tilsette i Årøyhaugen barnehage og tilsette i brannvesenet i tillegg til helsesertifisering for røykdykkarar og fysisk testing av desse. Stamina har gjennomført fire kurs i forflytning for tilsette i pleie og omsorg og gjennomført kurs endring/omstilling for einingsleiarane, PPT og Årøyhaugen barnehage.

## 3 Samfunn som fremmar aktiv, frisk og trygg alderdom

Ørskog har mange tilbod for eldre gjennom organisasjonar, kulturtilbod, turar med LHL og Aktiv på dagtid i samarbeid med God Helse. Møtestadar som t.d. på Frivilligsentralen er viktige for mange.

Ørskog har gode sentrumsnære uteområde som er godt tilrettelagt for eldre.

Ørskog Bygdekvinnelag og Pårørandeforeinga saman med andre frivillige gjer ein stor innsats for å skape trivsel bl.a. med å arrangere kafear, bingo, basar og julebord for bebuarane i samarbeid med andre frivillige. Ørskog har frivillige turvennar og besøksvennar.

Ørskog har i samarbeid med Skodje dagsenter for demente 2 dagar i veka. Tilbodet er avlastning for pårørande og er viktig med tanke på stimuli og ein meir aktiv kvardag.

Satsing på velferdsteknologi er eit arbeid som starta i 2019. Vi håper dette fører til at fleire eldre kan bu heime lengre og føle seg trygge i heimen.

«Kva er viktig for deg»-dagen blei markert i juni. Ørskog fullførte også Nasjonalt læringsnettverk for gode og godt koordinerte pasientforløp i 2019.





Uteområdet ved Årøyhaugen barnehage. Foto: Teknisk avdeling.

#### 4 Trygt og helsefremmande fysisk miljø

Sjøholt tettstadprosjekt har gjennomført eit omfattande arbeid med det fysiske miljøet i sentrum som merking av kommunal gang- og sykkelveg, merking av parkeringsplassar, mange fleire gateløys og nye sykkelstativ. Desse tiltaka gjer at alle kan ferdast tryggare i sentrum, spesielt er skulevegen blitt betre for elevane.

"Lillebygda rundt" er ein skilta og tilnærma universelt utforma turløype i sentrum. Store informasjonsskilt er set opp med ny og historisk informasjon på fleire plassar, t.d. ved Sjøholt hotell.

#### 5 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjonar

Ørskog har eit rikt og aktivt organisasjonsliv. Alle er velkomne til å vere med. Ørskog idrettslag har starta opp arbeidet med å bygge eit nytt friidrettsanlegg.

Ungdomsklubben er pussa opp og her møtes mange av dei yngste ungdomane kvar veke for å ha det hyggeleg i lag.

Ørskog har fantastiske turområde både sommar og vinter. Om vinteren er det oppkøyrt skispor både rundt Svartløken ved Ørskog I.L., på Ørskogfjellet ved Ørskogfjell skilag og på Vaksvikfjellet ved Lauparen I.L. Alle turområda er fine treffstadar for dei som vil møte andre. Om sommaren er det yrande liv på dei mest populære strendene der mange kan treffast.

#### 6 Organisering og samhandling, eit kunnskapsbasert folkehelsearbeid

Sjøholt tettstadprosjekt har lagt stor vekt på medverknad. Alle innbyggjarane har fått høve til å uttale seg gjennom fleire folkemøte og i uformelle møte. Rapporten for prosjektet gir ti overordna mål for utvikling av tettstaden Sjøholt. Tettstadprosjektet har danna grunnlag for utarbeiding av reguleringsplana for Sjøholt.

#### 7 Mange frivillige utanom organisasjonane

I Ørskog har vi mange frivillig som ikkje er medlemar i lag og organisasjonar, men likevel gjer eit stort og viktig arbeid. Mange av desse er tilknytta Frivilligsentralen og tilbyr å hjelpe til der dei har interessene sine. Mange stiller opp og ryddar turveg, hjelper til med StikkUt, er besøksvenner og bingovertar. Det er hyggeleg at så mange vil bidra år etter år på dei ulike aktivitetane. Eit godt eksempel er det frivillige arbeidet som blir utført på Elvastien: frivillige stiller opp på dugnadar, reparerer trefigurane og ryddar skog og kratt rundt vegen slik at det blir triveleg for alle å gå der. Dei eldste mennene gjer eit viktig arbeid berre med å møtast til uformelle treff på Frivilligsentralen kvar dag. Dei held seg oppdatert på nyheiter og blir ikkje sitjande einsame heime. Dei har det gøy saman, spelar biljard, feirar bursdagar og kosar seg i lag.

**Innbyggartal:**

10 908

**Folkehelsekoordinator i 60% stilling:**

Ingvild Endal

**E-post:**

[Ingvild.endal@orsta.kommune.no](mailto:Ingvild.endal@orsta.kommune.no)

**Telefon:**

917 65 389



Nærmiljøanlegg ved barneskule i sentrum.

Foto: Ingvild Endal

## 1 Samfunnsutvikling for ein god start i livet

- Ørstabarnhagen har samarbeid med Frisklivsentralen. I prosjektet "Bra mat i barnehagen" om kosthald får barnehagar tilbod om tre kursøker i kvar barnehage. I prosjektet "Frisk og aktiv i Ørstabarnhagen" om fysisk aktivitet er målet å styrke motorikken til barna gjennom tre motoriske leikbaserte øker per veke på 20-30 min. Friskliv med fysio- og ergoterapeut rettleiar om kvart tema som er planlagt i eit årshjul.
- Ørstaskulen har også samarbeid med Frisklivsentralen om fysisk aktivitet og kosthald.
- Helsestasjonen har satsa på digital utvikling gjennom eit interkommunalt digitaliseringsprosjekt, informasjonstiltak på fleire digitale plattformer som snapChat for ungdom, facebookside og Helsestasjonsportalen Søre Sunnmøre for alle vaksne med mykje nyttig informasjon, svar på spørsmål, oversikt over dei ulike tenestene og på ulike språk.
- Skulehelsetenesta har vorte betre tilgjengeleg.
- Skulen sitt innsatsteam mot mobbing er tverrfagleg samansett, det same gjeld kommunen sitt ambulerande team.
- 23. januar 2019 flytta brannbamsen Bjørnis til Ørsta brannstasjon. Bjørnis møter barn sine behov for omsorg og tryggleik ved brann og andre ulykker, og gjev barn og vaksne gode råd om brannvern. I 2019 besøkte Bjørnis alle barnehagane i Ørsta, og han er viktig i det førebyggjande arbeidet i kommunen. Bjørnis går også i 17. mai toget og er på open dag på brannstasjonen.

## 2 Helsevenleg arbeidsliv

- Framhald med pilotprosjektet Heiltidskultur. Kommunen har fått nasjonal merksemd for godt prosjektarbeid. Kunnskap og erfaringar frå prosjektet skal delast med heile organisasjonen.
- Den overordna Kveik gruppa er styringsgruppe alle dei store prosjekta.
- Gneist-gruppene (einingsleiar, plassverneombod og plasstillitsvalt) er sentrale for ei felles forståing for heiltidskultur, arbeid for nærvær, HMT-plan og vidare arbeid med 10-FAKTOR.
- Kommuneorganisasjonen deltok i Stikk UT! Bedrift.

## 3 Samfunn som fremmar aktiv, frisk og trygg alderdom

- Alle 80-åringar får tilbod om førebyggjande heimebesøk.
- Alle planlagde brannøvingar vart gjennomført unntatt ved ein kommunal institusjon. I staden vart det øving ved Møre Folkehøgskule.
- Den kulturelle spaserstokk: kulturformidling for eldre i institusjonar eller ved eigne arrangement.
- Oversikt over aktivitetstilbod for vaksne, og for barn og unge revidert.



Ørstahallen opna i januar 2019.

Foto: Ingvild Endal

#### 4 Trygt og helsefremmande fysisk miljø

- Oppfølging av prioriterte tiltak i trafikktryggingsplanen.
- Opning av Ørstahallen, ein fleirbrukshall på 8500 m<sup>2</sup>. Stor aktivitet i hallen heile året.
- Søkt og fått kr 4 millionar frå tilskotsordninga nyskapande aktivitetsarena. Vikeparken i Ørsta sentrum skal vidareutviklast.

#### 5 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjonar

- Flykningkontoret og frivilligsentralen samarbeida om å arrangere kulturcafé i Ørstahallen.
- Ørsta sykkelklubb har opparbeida pump-track ved Ørstahallen, ei sykkelløype for uorganisert fysisk aktivitet.
- Opparbeida nærmiljøanlegg ved barneskule i sentrum.
- Kommunal utlånsentral fått mykje meir utstyr med midlar frå Bufdir.
- Det nye statleg sikra friluftsområdet badeberget ved Hovdevatnet fekk etablert ny avskjeringskanal for å tørke ut område og forlenga turstien. Det vart også sett opp ein gapahuk av frivillige.

#### 6 Organisering og samhandling, eit kunnskapsbasert folkehelsearbeid

- Ungdata undersøking vart gjennomført ved alle ungdomskulane og ved Ørsta vidaregåande skule. Det er tredje gongen Ungdata vart gjennomført i kommunen sidan 2013. Resultata har vore tema på møte med Ungdomsrådet. Elevråda ved ungdomskulane har også vorte involvert i etterkant.
- Arrangerte tverrfagleg russeminar med folkehelseperspektiv i samarbeid med KoRus.
- Resultat frå delprosjektet Uteområde ved ny Ørsta vgs vart lagt fram for Formannskapet.

#### 7 Interkommunalt samarbeid om kommunal folkehelseoversikt

Vi tok initiativ til samarbeidet om utarbeiding av folkehelseoversikter. Seks kommunar på Søre Sunnmøre ville vere med. Prosjekteigar og vertskommune var Ørsta. Høgskulen i Volda var samarbeidspart i prosjektet, og vi fekk kr 200 000 i forskingsmidlar.

I forkant av prosjektet vart det gjennomført ei kartlegging av gjeldande folkehelseoversikt i Ørsta kommune. Føremålet var å få oversikt over bruken av oversikta blant kommunalt tilsette og politikarar, og innspel til forbetringar i samband med revisjonsarbeidet.

# Ålesund kommune

**Innbyggartal:**

47 000

**Folkehelsekoordinator i 100% stilling:**

Ingvill K. Aa. Holmen

**E-post**

ingvill.karin.aarskog.holmen@alesund.kommune.no

**Telefon:**

45418869



Emblemsanden Challenge 2019 (foto: Ingvill Holmen)

## 1 Samfunnsutvikling for ein god start i livet

Borgund dyreklubb stod i fare for å bli nedlagt då Borgund menighet, som har drifta den i 40 år, ikkje kunne ta ansvar for drifta vidare. Kommunen blei utfordra på å ta over, og i samarbeid med menigheten og frivillige, har kommunen no eit prosjekt der ein prøver ut ulike aktivitetar på dyreklubben. Dette har vist seg å være ein stor suksess, der prosjektleiar Judith Damm i samarbeid med dagleg leder Rebekka Kolvik og andre, har lag til rette for aktivitetar for mange ulike grupper. Barnehagar, skular, tiltaksplassar for ungdomskule-elevar, språkpraksis for vaksenopplæringa, funksjonshemma, sfo, familieaktivitetar og arbeidstrening. Dette er et unikt tilbod som kombinerer kontakten med dyr, praktisk arbeid, det å være ute og sosial læring på ein svært god måte. Dette bidrar til at mange får ein god start til å komme seg vidare i livet.

## 2 Samfunn som fremmar aktiv, frisk og trygg alderdom

Ålesund kommune jobbar med reformen Leve hele livet. I den forbindelse ble det oppretta ei arbeidsgruppe som utarbeida ein samla oversikt over tiltak som finns i kommunen for å fremje ein aktiv, frisk og trygg alderdom. I juni vart det i samarbeid med eldrerådet gjennomført ein workshop med leve hele livet som tema. Arbeidet her vart oppsummert og må vidareførast i den nye storkommunen.

## 3 Trygt og helsefremmande fysisk miljø

Det er ei utfordring i Ålesund kommune at mange barn vert køyrde til skulen om morgonen. Dette fører til utrygge forhold for dei som faktisk går og sykklar, og det resulterer i at endå fleire vert køyrde. I eit forsøk på å gjere noko med dette, vart skulane utfordra på å bli med på Miljøagentane sin gå til skulen aksjon. Det vart satt opp premiar for klassane som deltok. Ein del skular vart med på dette, men det viste seg at der utfordringane er størst (med over 200 bilar kvar morgon) var det lite oppslutnad om aksjonen. I tillegg var det skular som melde frå om at dei ikkje ville være med på aksjonen, då dei meiner at skulevegen for borna er alt for utrygg. Det vil være viktig å jobbe aktivt med å endre dette, og finne dei verkemidla som skal til for å lukkast.

## 4 Inkludering og deltaking i kultur og frivillig organisasjon

Kirkens bymisjon starta opp utlånssentralen Skattkammeret og har etablert seg i egne lokale sentralt i Spjelkavik. Skattkammeret har er dyktige til å opprette samarbeid med ulike aktørar, og det har resultert i mange flotte tiltak som er med på å gje alle moglegheit til låne utstyr til å delta i eit



stort spekter aktivitetar. Eit av dei første arrangementa var Embemsanden Challenge 2019, som vart arrangert i samband med friluftslivets veke. Her stilte Skattkammeret, Røde kors Spjelkavik si ungdomsgruppe, Ålesund bibliotek, mange frivillige og folkehelsekoordinator i kommunen opp med friluftssaktivitetar og masse spennande utstyr som alle frammøtte kunne prøve gratis. Eit flott og svært godt motteke arrangement.

## 5 Organisering og samhandling, eit kunnskapsbasert folkehelsearbeid

Ålesund kommune deltok i løpet av 2018 i eit samarbeidsfora i regi av KS og i lag med 7 andre kommunar om utarbeiding av oppdatert folkehelseoversikt. Resultatet frå dette arbeidet var lagt fram i eit møte der ulike representantar som utgjorde eit "tverrsnitt" av kommunen deltok. Det var både politikarar, råd og utval, frivillige organisasjonar og vanlege innbyggjarar som var inviterte. I møtet vart deltakarane utfordra på å gjere ei prioritering av kva folkehelseutfordringar dei meinte var viktig at kommunen tek tak i. Ei oppsummering av dette vart vidare sendt inn som ei politisk sak til bystyret og alle råd og utval. Dette arbeidet må vidareførast i den nye kommunen, og det må organiserast gode arenaer for samhandling i folkehelsearbeidet.



Prioriteringsmøte i Bystyresalen om folkehelseutfordringar 9.januar 2019.  
( Foto: Ingvill Holmen)

## 6 Gode initiativ som fremjar helse og livsglede

Det er mange gode tiltak og initiativ i Ålesund kommune. Eitt av dei er 999-prosjektet ved Blindheim ungdomsskule som vart gjennomført våren 2019 for fyrste gong, på initiativ av rektor ved skulen. Prosjektet tar 8. og 9. klassingane vekk frå klasserommet og ut i det fri. I løpet av 9 skuledagar, 9 aktivitetar og 9 grupper, skal elevane prøve seg på bygging av klopper til fjells, matlaging i det fri, kajakkpadling, maling, søppelplukking, fiske og meir. Gjennom dette prosjektet får elevane bidra positivt til lokalmiljøet og lære i det fri. Prosjektet samarbeider med lokale aktørar som Sunnmøre friluftsråd, Skjærgårdstenesta og Spjelkavik Rotary Club.

Ålesund kommune søkte våren 2019 om å delta i det landsomfattande prosjektet Folkehelseprogrammet. Kommunen fekk innvilga midlar til eit 5-årig prosjekt frå Møre og Romsdal fylkeskommune. Ålesund kommune har dei siste tre åra hatt eit prosjekt gåande med psykisk helse i ungdomsskulen. Det er dei erfaringane og kompetansen frå dette prosjektet, som vi no byggjer vidare på og vidareutviklar. I det nye prosjektet "Livet og sånn", vil ein i samarbeid med skulane, helsesjukepleiarane og andre, jobbe med å lage tiltak i skulen som fremjar god psykisk helse for elevane. Dette vert integrert som ein del av fagfornyinga i Ålesundskulen.





## Møre og Romsdal fylkeskommune

Møre og Romsdal fylkeskommune | Julsundvegen 9, 6412 Molde  
Telefon 71 25 80 00 | E-post: [post@mrfylke.no](mailto:post@mrfylke.no) | [mrfylke.no](http://mrfylke.no)