



SULA KOMMUNE



Handlingsplan for folkehelsearbeidet i 2023 i Sula kommune med utgangspunkt i satsingsområda i regional delplan for folkehelse 2014-2017.

Målsettinga med God helse-programmet i Sula kommune er:

Å styrke det førebyggjande og helsefremmande arbeidet i kommunen, særlig mellom barn og ungdommar - der vi vil tilskunde til meir fysisk aktivitet, rett kosthald og sunne haldningar i forhold til å ta vare på si eiga helse.

Folkehelsearbeid er eit tverrfagleg og tverrsektorielt arbeid, og frivillig og privat sektor er viktige samarbeidspartar!

FN sine berekraftsmål finn ein igjen på tvers av dei ulike satsingsområda og vil synleggjerast innanfor kvart område medan berekraftsmål nr 3 og 17 vil vere gjennomgåande for alle satsingsområda.



***Tema med utheva fet skrift er dei folkehelsekoordinator har hovedfokus på.**



Samfunnsutvikling for ein god start i livet.

Hovudmål: Barn og unge skal ha eit sunt og inkluderande oppvekstmiljø som gjev dei høve til å oppleve meistring og utvikle sine evner og interesser.

<u>Lokalt mål</u>	<u>Tiltak</u>	<u>Ansvarleg</u>	<u>Tidsrom</u>	<u>Kommentar (folkehelsekoordinator si rolle)</u>
Auka fysisk aktivitet og samvær	Motivere til dagleg fysisk aktivitet <ul style="list-style-type: none"> • Skular- Beintøft • Barnehagar 	Folkehelsekoordinator (FHK)	Friluftslivets veke Verdens aktivitetsdag	E-post til rektorar/leiar/bruk av internett Bruke aktuelle tidspunkt til å sette fokus Ekstra fokus i september også gjennom «Sunne vanar - Sunne barn»
	To Fram: MoTo Leik-motorisk leik og læring	Oppvekst FHK	2022	Deltek i tverrfageleg gruppe saman med rehabiliteringstenesta, rådgjevar for barnehagar og styrar i pilotbarnehage. Fortsett implementering i barehagar.
	Sommarskule		Sommar 2023	Gjennomførast med midlar frå Bufdir
	Sula sportsbibliotek	Frivilligsentral		Støtter opp om tiltak, vidareformidlar info
	«Sommar på Sula»	Frivilligsentral		Avhengig av støtte. FHK støtter opp om tiltak, vidareformidlar info.
	Ordførarens tur	FHK	September	Samarbeid med kreftkoordinator og ordførar i samband med Friluftslivets veke.
	Stikk UT!	Kulturleiar, FHK		Samarbeid Friluftsrådet og frivillige

Betre psykisk helse	Verdsdagen for Psykisk helse	FHK, psykiatrisk sjukepleiar og tiltakskoodinator psyk.helseteneste	10 oktober	Markering i samarbeid med helsestasjon og/ eller psykolog/psykiatrisk sjukepleiar, bibliotek. Biblioteket har fått midlar til markering.
	Tverrfagleg innsats -Livet&sånn	TBU		Dialog med tiltakskoodinator. Er presentert i skulane, planer om oppstart i barnehagar
	Betre tverrfaglig innsats	TBU		Dialog med BTI-team
	Barn og unges helsetenester	TBU og helse		Samhandling mellom helseforetak og kommune
Utjamning av sosiale skilnader	Likeverdig deltaking- mogeleg for alle barn å delta på fritidsaktivitetar -Aktivitetstilskot Friskus- aktivitetstorg	Kulturleiar FHK	Heile året	Deltak i arbeidsgruppe. Jobbar aktivt med vidareføring av tiltak. Tverrfagleg samarbeid med TBU, oppvekst, NAV Bufdir midler Opplev Sula feb 2023, og workshop. Utvide bruken til andre tenester t.d. helse?
	Flyktningar, integrering	Helsestasjon/Flyktning Helseteam		Dialog med helsestasjon, NAV og kommunelege etter behov.
		TBU/NAV		Samarbeid ang kompetanseheving.
	Språkkafè	Biblioteket		Dialog med arrangørar, vidareformidling
	Kveldsmat kvar mandag	Frivilligsentral		Opplæring «norsk kultur» og språk, sosialt treffpunkt
Betre lærings- og oppvekstmiljø	MOT Som samfunnsbygger	Oppvekst		Dialog og samarbeid
	Leikepatrulje	FHK, kontaktpersonar i barneskulane		Koodinering mellom Friluftsrådet og skulane, organisere kurs x2 årleg.

Betre oppvekstmiljø	Verdens tobakksfrie dag Stoptober	Kreftkoordinator, FHK	31 mai	Markering på aktuelle arena
	Natteravnar i Langevåg?	FAU?		Samarbeid med Frivilligsentral og FAU i Langevåg, usikkert om dette blir vidareført
God kost for barn	Fiskesprell	FHK		Informerer om og oppmodar barnehagar/SFO til å ta del i desse tilboda.
	Matjungel	FHK		
Aktivt og inkluderande ungdomsmiljø	Open Hall	FHK, Frivilligsentral, LIL, utekontaktar	Sept-mars	Tilbod til ungdom i Sulahallen fredagskveldar, førebels ein gong i månaden. Utvide Solevågshall?
	Fritidsklubb	Frivilligsentral	når kapasitet	Fritidsklubber for ungdom i Sula, samarb. med FHK
	Donken	Utekontakter	heile skuleåret	Kommunal fritidsklubb for ungdom i Sula, samarb. med FHK
Motverke negativ utvikling av overvekt og fedme	Sunne vanar Sunne barn Kartlegge tilbod i kommunen Vurdere nye tiltak	FHK med fleire	2023	Tverrfagleg arbeidgruppe med frå helse og oppvekst. Sette fokus på godt kosthald i vår og fysisk aktivitet i september.
Trygg i vatn	Informasjon til skular, barnehage	FHK, oppvekst		Samle og distribuere informasjon om ulike tilbod/tiltak Tidlig tilvenning til vatn
	Sikkerheit ved og i vatn for ungdommar?	Oppvekst, Sula U.		Trening i ute i vatn



Helsevenleg arbeidsliv.

Hovudmål: Skape god folkehelse og gode levekår for alle gjennom søkelys på lønnsame, trygge og helsefremmande arbeidsmiljø.

<u>Lokalt mål</u>	<u>Tiltak</u>	<u>Ansvarleg</u>	<u>Tidsrom</u>	<u>Kommentar (folkehelsekoordinator si rolle)</u>
Bedriftene i kommunen deltar aktivt i diverse aktivitets-/trimarrangement	Folkehelsekoordinator promoterer Jentebølgen. Andre arrangement?	FHK, bedriftsleiarar, tillitsvalde, verneombod	juni	Jentebølgen -viss dette starter opp igjen
	Sula kommune som StikkUt!-bedrift	FHK, økonomisjef	Mai-oktober	FHK koordinerar tiltaket og premiering.
Helsefremmande arbeidsmiljø	Markering av «Kva er viktig for deg»-dagen	Helse og omsorg	6 juni	Deltek i planlegging og markering.
	Etikk Fagdag	Helse og omsorg	Februar	
Inkluderande arbeidsmiljø	Sula Kommune er ein IA-bedrift	Alle	fortløpande	



Samfunn som fremmar aktiv, trygg og frisk alderdom

Hovudmål: Legge til rette for at dei eldre kan meistre eige liv, kjenne seg trygge, inkludert, verdsett og som ressurs i lokalmiljøet.

<u>Lokalt mål</u>	<u>Tiltak</u>	<u>Ansvarleg</u>	<u>Tidsrom</u>	<u>Kommentar (folkehelsekoordinator si rolle)</u>
Fleire eldre driv fysisk aktivitet	Den Gyldne Spaserstokk Frivillige gågrupper	Frivilligsentralen Frivillige lag	April – oktober	Samarbeid med Frivilligsentralen og frivillige. Bestiller stavar/stokkar/registreringskort, tilpassar utstyr etter behov. Deltok på oppstart og avslutning viss mogleg. Samarbeid etter behov
	Rullatorløp	Kreftkoord.,FHK	juni	FHK samarbeid med kreftkoordinator, kommunefysioterapeut og ordførar. 10årsjubileum
	Digital treningøkt	Rehab-tenesta		Systematisere aktivitet for eldre i bukollektiv med bruk av treningsvideo, samarbeid seniorsenter og avdelinger
	World Roads Senior	Seniorsenter		Samarbeid med seniorsenter og rehab.avd, andre avd.? om gjennomføring av tiltaket.
	Trimgrupper	Rehab-tenesta		Oppretta fast stilling til fallforebygging fom 2023.
	Ordførarens tur	Kreftkoordinator, FHK	September	Samarbeid med kreftkoordinator og ordførar i samband med Friluftslivets veke.

Eldre skal få leve sjølvstendige liv heime lengst mogeleg	Førebyggjande heimebesøk 80 år	Rehab.tenesta og tiltakskontor		Informasjon om kommunale tenester og aktivitetstilbod frå private og frivillige. Den gode samtale og brosjyrer mellom anna om tryggleik i heimen (t.d. brann), ernæring, fysisk aktivitet, demens, alkohol, medisin.
	Fallførebygging	Rehab.tenesta		Fast fysioterapistilling frå 2023 til fallregistrering, fallkartlegging og oppfølging.
Ein enklare kvardag for alle som er berørt av demens	Demensvennlig samfunn	Bukollektiva (Demensteam)		Deltak i arbeidsgruppe lokalt for denne kampanjen i regi av Nasjonalforeningen for Folkehelsen Næringsliv vidare i 2023
Fremje inkludering og verdsetting	Markering av «Kva er viktig for deg»-dagen	Helse og omsorg	juni	Sjå over.
	Møte mellom generasjonar	FHK		Barnehagar besøker eldre i bukollektiv. Ulikt system for dette m.a. Rullatorløp, Lucia, faste møter barnehagar og institusjonar
	Vidareutvikle Sula som aldersvennleg lokalsamfunn	Helse og omsorg, FHK		Sette aldersvennleg lokalsamfunn på agendaen for all kommunal verksemd, nærings- og arbeidsliv, og for frivillig sektor. Kontinuerlig arbeid? Seniortråkk?
Motverke einsemd hjå voksne	Trimgrupper	Rehab.tenesta		Søknad om midlar til fysioterapistilling ut 2023, får svar 1.mars. Samarbeid psykisk helse, kreftkoordinator, NAV og Frivilligsentralen. Prosjekt Ung Mestring parallelt.

Trygt og helsefremmande fysisk miljø

Hovudmål: Alle skal kunne gå, sykle og køyre med låg risiko på veg til og frå daglege gjeremål og fritidsaktivitetar

<u>Lokalt mål</u>	<u>Tiltak</u>	<u>Ansvarleg</u>	<u>Tidsrom</u>	<u>Kommentar</u> (folkehelsekoordinator si rolle)
Turstiar og turområde vert nytta av store delar av innbyggjarane	Morotur StikkUT	Kulturleiar FHK	Mai-oktober + desember-april	Samarbeid med kulturleiar, fylkeskommunen, frivillige i Sula, Sunnmøre Friluftsråd
Kommunen jobbar aktivt med trafikktryggingstiltak	Beintøft Barnetråkk på alle skulene	FHK Plan, bygg og oppmåling	August/sept.	Konkurransse om å gå/sykle til skulen, ekstra fokus i år i samband med arbeidet til «Sunne vanar- Sunne barn» Barnetråkk ved behov og utbygging, få på plass regelmessige registreringar i skulane Samarbeid med Trafikktryggingnemna
Kommunen jobbar aktivt med universell tilrettelegging	Utdeling av diplom	FHK, helse og sosial		Samarbeid med RLF Utdeling av diplom til bygg og anlegg med offentleg føremål som er godt universelt tilrettelagt
Tilrettelegge for at fleire kan gå nærturar	Utsetting av benkar	Eldreråd		Samarbeid mellom Eldreråd, helse og sosial, teknisk, Frivilligsentral, FHK



Inkludering og deltaking i kultur og frivillige organisasjonar

Hovudmål: Frivillige lag og organisasjonar skal vere berekraftige og vere offensive aktørar i sine lokalsamfunn og nå breitt ut i befolkninga.

<u>Lokalt mål</u>	<u>Tiltak</u>	<u>Ansvarleg</u>	<u>Tidsrom</u>	<u>Kommentar</u> (folkehelsekoordinator si rolle)
Klare retningslinjer for god samhandling og samarbeid mellom kommunen og lag/org.	Opplev Sula	Kulturleiar	februar	Samarbeid mellom kommunen og frivillige om ein aktivitets/messedag for å rekruttere til frivillighet/aktivitet og skape ein felles møteplass.
	Skape samarbeidsarena	Kulturleiar FHK	haust	Vidare arbeid etter ALLEMED-dugnad, ny ALLEMED-dugnad? Opplev Sula
Oversikt over alle lag og organisasjonar på Sula	Friskus	Kulturleiar FHK		Informere om og motivere til bruk av Sula.friskus.com både gjennom Opplev Sula og workshop, og generelt i alt arbeid.

Tverrgående tema:

Frisklivstilbod i Sula	Søke prosjektmidar	HS admin.	februar	Tverrfagleg satsing med helse, NAV og frivillighet
------------------------	--------------------	-----------	---------	--

Organisering og samhandling, et kunnskapsbasert folkehelsearbeid

Hovudmål: Folkehelsearbeid i Sula skal vere kunnskapsbasert

<u>Lokalt mål</u>	<u>Tiltak</u>	<u>Ansvarleg</u>	<u>Tidsrom</u>	<u>Kommentar</u> (folkehelsekoordinator si rolle)
Bevisstgjerung om tverrsektorelt folkehelsearbeid	Samarbeid om årsrapportane til God Helse-partnerskapen	FHK, kommunalsjefane	Februar- Mars	Arbeidsgruppa for folkehelse
Kommunen har eit godt fungerande folkehelsearbeid	Arbeidsgruppe for folkehelse i Sula	FHK		Faste møter i tverretatleg arbeidsgruppe
	Handlingsplan for folkehelse i Sula	FHK		Årleg oppdatering og politisk presentasjon
Innbyggjarinvolvering	#mittsula- temakvelder med dialogkafe	FHK		Arbeidsgruppe frå administrasjon og andre etter behov. Planlegg og gjennomfører ein årleg kveld for aktivt å involvere innbyggjarane i ulike tema.
Halde oss oppdatert på utviklinga i andre kommunar.	Folkehelseprogrammet	FHK	2017-2027	<i>Tiårig satsing på kommunalt folkehelsearbeid for å bidra til en langsiktig styrking av kommunenes arbeid med å fremme befolkningens helse og livskvalitet. Barn og unge, psykisk helse og rusforebygging er sentrale tema</i>
Oversikt over helsetilstand	Starte arbeidet med ny oversikt	FHK		FHK i samarbeid med arbeidsgruppe for helseoversikt, ny oversikt skal vere klar til januar 2024.