# 

# Oversikt over folkehelsetiltak i Modum 2016

# Oppfølging etter K-sak 30/16 «Folkehelseoversikt 2016»,

| Navn på prosjektet | Beskrivelse | Tiltaket evaluert/forsket på? | Ekstern finansiering/  tilskuddsmidler | |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Ressurssenter for helsefremmende arbeid innen psykisk helse | Prosjektet er et samarbeidsprosjekt mellom Modum kommune, Sigdal kommune, Modum Bad og Buskerud fylkeskommune. Formålet er å øke fokus på forebyggende og helsefremmende arbeid innen psykisk helse samt å skape et best mulig tilbud for befolkningen gjennom samhandling og god utnyttelse av ressurser. Inn under Ressurssenteret hører ulike folkehelseprosjekter innenfor psykisk helse. |  | Tilskuddsmidler, til sammen ca 1 mill kr fra Buskerud fylkeskommune, tilskudd, kr 50 000,- fra Sigdal kommune. |
| Rask psykisk helsehjelp | Rask psykisk helsehjelp er et tilbud for ungdom/voksne over 16 år med depresjon og angstlidelser av lett til moderat grad, ev. med søvnproblemer i tillegg. Målet er å gi et tilbud innen én til to uker. Tilbudet er gratis.  Prosjektet er nærmere omtalt i K-sak 72/16. Prosjektet hører inn under Ressurssenteret. | Forskningsprosjekt i regi av Folkehelseinstituttet | Tilskuddsmidler fra Helsedirektoratet kr 5 230 000,-, fra Buskerud fylkeskommune ca 1 mill. kr, Sigdal kommune kr 200 000,-. |
| Angstmestringsgrupper i ungdomsskolen (LIST)  (Helsestasjon og skole) | Det tilbys angstmestringsgrupper på ungdomsskolene i Modum. Målet er å bli mer trygg i situasjoner der du er overdrevent redd, skille mellom frykt som hjelper deg og frykt som skaper trøbbel, tenke på måter som gjør deg mer selvsikker og trene systematisk på å takle situasjoner du ønsker å mestre.  Prosjektet hører inn under Ressurssenteret. | Mestringskurset er en del av et forskningsprosjekt som har som hensikt å evaluere 2 ulike konsepter «Våg» og «Chilled»  Forskningsprosjektet blir gjennomført av en prosjektgruppe med medlemmer fra Regionalt kunnskapssenter for barn og unge (RKBU Vest), Uni Research Helse, Modum Bad og Sørlandet Sykehus Regionalt helseforetak i samarbeid med internasjonale forskere. | Oslofjordfondet:  kr 2 076 000,-  Helsedirektoratet:  Kr 600 000,- |
| Elevtjenesten  (Helsestasjon) | Skolehelsetjenesten er en del av «Elevtjenesten» ved Rosthaug videregående skole og består av skolehelsepersonell, rådgivere, mobbeteam og skolens merkantile tjeneste. De har i samarbeid med tjenestedesignere utviklet et felles nettsted; [www.Elevtjenesten.no](http://www.Elevtjenesten.no) som bidrar til en felles inngangsport til hjelpetjenestene med mulighet for «chat», informasjon og timebestilling. Det jobbes med videreutvikling av Elevtjenesten.no både i forhold til innhold og til en mer brukervennlig «app» ved både Rosthaug videregående skole og Drammen videregående skole. |  | Finansiering fra Buskerud fylkeskommune |
| MOT  (Helsestasjon og skole) | Modum er en MOT kommune (MOT er organisert under Utsatt Rusdebut). Dette er et program som bevisstgjør og styrker ungdoms mot – til å leve, bry seg og si nei, gjennom ulike aktiviteter.  For mer informasjon: http://www.mot.no/om-mot/kort-om-mot/ | Ja |  |
| GREP  (Helsestasjon) | Videregående skole har i samarbeid med skolehelsetjenesten startet et tverrfaglig prosjekt; livsmestringskurset GREP. Det er utarbeidet en «verktøykasse» for lærere med praktiske eksempler tilbud/ tiltak som kan styrke elevens mestringsopplevelser. Helsesøster er en del av teamet og underviser i Psykologisk førstehjelp sammen med PPOT i andre trinn. |  |  |
| Utsatt rusdebut  (Helsestasjon, skole, utekontakt, lensmannskontor) | Målgruppe 10-16 år. Rusforebyggende tiltak, rettet mot barn og unge og deres foreldre. Årlige skolebesøk med ulike tema, samt tilbud om besøk på skolens foreldremøter. Et tverretatlig og tverrfaglig arbeid med langsiktig perspektiv. |  |  |
| Barseltreff om samspill med spedbarn  (Helsestasjon) | Som pilotprosjekt tilbys alle barselgrupper tematreff som omhandler «samspill med spedbarn». Fokuset er hvordan bli mer kjent med barnet og hvordan få en (enda) bedre kontakt. Undervisningen holdes av psykolog i helsestasjonen og hvor også helsesøster/jordmor deltar. Fedre er også invitert til å delta. Prosjektet gjennomføres i første omgang høsten 2016. | Evaluering og evt. videreføring av prosjektet vil skje des. 2016. |  |
| Sammen for barna  Barnefattigdom  (NAV) | Et prosjekt som går på både system og individnivå. På systemnivå er målet å lage en handlingsplan for barnefattigdom i kommunen, hvor de ulike etatene/virksomhetene må samhandle med samme formål, å bekjempe barnefattigdom. På individnivå går det på å følge opp utvalgte barnefamilier i NAV-systemet helhetlig, med spesielt vekt på barna, samt arbeid, som den største faktoren til å redusere fattigdom. Også intern veiledning med fokus på å følge opp brukere som har barn er viktig. I dette prosjektet er det også blitt tatt initiativ til opprettelsen av Modum utstyrslager. Utstyrslageret holder til på frivilligsentralen, og de vil også bemanne utlånet. | Tiltaket blir evaluert, og må rapporteres til fylkesmannen. Ikke noe forskning på dette. | Tilskuddsmidler; kr 580 000,- som går til en veilederstilling. Til utstyrslageret har man for 2016 fått kr 5 000,- fra Sparebank1 Modum og Gjensidige. I 2015 fikk prosjektet 20 000,- fra tverretatlig tiltaksteam til innkjøp av sykler/hjelmer |
| Tidlig innsats – god forebygging  Kommunalt rusarbeid  (NAV) | Dette er både et oppsøkende team, arbeidsrettet og aktivitetsrettet tiltak og et tidlig intervensjonstiltak. Samarbeidspartnere er fastleger, Modum Bad, oppfølgingstjenesten, Arbeidsinstituttet, Rosthaug videregående skole, henvisningsutvalget og spesialisthelsetjenesten. Målgruppen for tiltaket er ungdom i alderen 16-24 år som henvender seg til NAV med et oppfølgingsbehov, ca 70 ungdommer pr. år. Formålet med tiltaket er at målgruppen mottar koordinerte hjelpetiltak som er tilpasset den enkelte for at de skal komme i arbeid, utdanning eller annen meningsfull aktivitet, og på den måten redusere antall med rusproblemer i kommunen. Målet for ordningen er å øke kapasiteten i det kommunale rusarbeidet slik at mennesker med rusmiddelrelaterte problemer, alene eller i kombinasjon med psykiske- og eller andre tilleggsproblemer og lidelser, sikres et helthetlig, tilgjengelig og individuelt tilpasset tjenestetilbud. | Tiltaket blir evaluert, og rapporteres til fylkesmannen. | Tilskuddsmidler kr 600 000,- går til en veilederstilling. |
| Mestringsteamet  (Aktivitetssenteret-Geithusberga og hjemmeboende brukere av mestringsteamet) | Opplæringstiltak; høsten 2016 er det startet gruppe på aktivitetssenteret med kurs. Det første kurset var om aktivitet – mosjon-trening. Nye kurs vil bli satt opp ca 3 ganger i halvåret og skal ha fokus på folkehelse og livsstil. Hver tirsdag er det Gå-gruppe: Turen går på forskjellige steder i Modum. Her er målet i år å gå til Gaustatoppen 15.september. |  |  |
| Ernæringsløft Buskerud  (Frisklivssentralen) | Målet er å styrke forebyggende kostholdsarbeid i kommuner i Buskerud, med spesielt vekt på å øke kostholdskompetanse blant ansatte ved frisklivssentraler og helsestasjoner. Prosjektet er forankret ved Frisklivssentralen i Modum. |  | Fullfinansiert av Fylkesmannen i Buskerud. |
| Fritid 123 Modum Sigdal Krødsherad  (Frisklivssentralen) | Meningsfull fritid sammen med andre. Målgruppe barn, unge og unge voksne inkludert innbyggere som trenger hjelp og støtte for å ha en meningsfull fritid.  Innebærer revidering av ordning med støttekontakt, oversikt over og synliggjøring av tilbud som finnes samt stimulering til etablering av åpne tilbud for aktuelle målgrupper. |  | Prosjektet startet i 2015 finansiert gjennom regionale utviklingsmidler fra Buskerud Fylkeskommune. Prosjektet er forankret i Regionrådet og det er for 2016 søkt om skjønnsmidler fra Fylkesmannen. |
| Friskliv og mestring Modum Sigdal Krødsherad  (Frisklivssentralen) | Samarbeid mellom frisklivssentralene i Modum. Sigdal og Krødsherad, brukerorganisasjonene LHL, Diabetesforbundet og Lærings og mestringssenteret Ringerike Vestre Viken HF.  Innebærer utvikling og gjennomføring av lokale friskliv, lærings- og mestringstilbud knyttet til aktuelle helseutfordringer. Det er utviklet lokal modell for frisklivs og mestringstilbud; VITE MER OM. Hittil er det gjennomført seks VITE MER OM temakvelder; søvn, stress, diabetes II, kols, hjerte og kar og aktiv mot kreft. Fremmøte viser at det er behov for denne typen tiltak. |  |  |
| Frisklivskurs NAV  (Frisklivssentralen i samarbeid med NAV) | Det er gjennomført to pilotkurs for unge brukere ved NAV, høst 2015 og vår 2016. Hvert kurs har hatt 10 deltakere. Målet er å styrke deltakerne i forhold til mestring av levevaner og helse. Det er et praktisk- teoretisk kurs, utviklet i tett samarbeid med deltakerne. Hovedtema som inngår er fysisk aktivitet, kosthold, tobakk, søvn, psykisk helse, motivasjon og endring. Det er planlagt nytt kurs høsten 2016. | Evaluering viser at kurset er nyttig i forhold til å bli bevisst egne vaner, økt kunnskap om sammenheng mellom levevaner og helse, utprøving og erfaring med å endre vaner. |  |
| Søvn - utviklingsarbeid knyttet til søvn som folkehelseutfordring  (Frisklivssentralen) | Utviklingsarbeid knyttet til å styrke kunnskap om søvn og søvnvaner blant barn, unge, voksne og eldre. Innebærer utvikling og gjennomføring av opplegg for søvn som tema i skolen, informasjonsarbeid knyttet til søvn og utvikling av søvnkurs. | Frisklivssentralen i Modum er pilotkommune for utprøving av kurs fra Helsedirektoratet. |  |
| Frydenberg kafe | Frydenberg kafe er et sosialt møtested med helsefokus. Det er en uformell arena hvor kommunens innbyggere kan møtes og hvor det er fokus på fysisk aktivitet, ernæring og sosialt samvær i et forebyggingsperspektiv. Frydenberg kafe holder åpent hver onsdag fra kl 1030-1330 (sommer- og julestengt). Den siste onsdagen i måneden er det presentasjon av aktuelle tema/personer. Dette kan være alt fra quiz til besøk på Gym 2000. |  |  |
| Forebyggende helsesamtale | Alle som fyller 75 år får tilbud om forebyggende helsesamtale utført av kvalifisert helsepersonell. Formålet er å bistå med informasjon, veiledning og råd om tilbud og tjenester i kommunen. Det blir gitt informasjon som kan ha betydning for ens helse samt inspirasjon til nye muligheter i tilværelsen. Gjennomføringen av helsesamtalene er frivillig og gratis. Første besøket er et hjemmebesøk og vil dreie seg om hverdag, trivsel, sosialt nettverk, boligsituasjon, helse og funksjonsnivå. Etter gjennomført helsesamtale vil personen få årlige oppfølgingssamtaler per telefon. |  |  |
| Øvelse og mestring, motorisk utvikling i barnehagen  (Ergoterapi og fysioterapiavdelingen i samarbeid med barnehage) | Alle 4-5 åringer i barnehagen gjør motoriske aktiviteter sammen med fysioterapeut etter samtykke med foreldre.  Gjennomgang med ansatte i barnehagen i etterkant. Mål: øke kompetanse om barnas motoriske utvikling og gjøre det lettere for de ansatte å hjelpe barna i utviklingen. | Åpen for evaluering for barnehager, men ikke systematisk evaluering.  Er i dialog med HIBU ang. muligheter for forskning |  |
| Skolesekk og sittestilling  (Ergoterapi og fysioterapiavdelingen i samarbeid med skole) | Fysioterapeut deltar på foreldrenes 1. klassemøte før barna begynner på skolen (kveldstid). Snakker om valg av ergonomisk riktig skolesekk, fordeler ved å gå til skolen, sittestilling etc. | Åpen evaluering fra skolene, ikke systematisert |  |
| Skolesekk og skjelett  (Ergoterapi og fysioterapiavdelingen i samarbeid med skole) | Fysioterapeut i 1.klasse på høsten. Hvordan pakke skolesekken så den er lettere å bære, fordeler med å være aktiv, ha med skjelett og snakke om hva som skal til for at kroppen skal få de beste muligheter for god utvikling | Åpen evaluering fra skolene, ikke systematisert |  |
| Skjelett i barnehagen  (Ergoterapi og fysioterapiavdelingen i samarbeid med barnehage) | Fysioterapeut i barnehagene (ikke et systematisk opplegg, men et tilbud til alle barnehager). Se sammen på skjelettet og snakke om kroppens utvikling. Mange barn synes skjelett er skummelt og ekkelt, og fysioterapeutene ønsker å forandre dette synet; «det du ikke liker, tar du ikke vare på» | Åpen evaluering fra barnehagene, ikke systematisert |  |
| 4 mnd. gruppe  (Ergoterapi og fysioterapiavdelingen, helsestasjon og frisklivssentral) | Fokus på mat, måltider og aktivitet for spedbarn. Rekruttering på helsestasjon; alle med barn i 4 mnd. alder får tilbudet. | Evalueringsskjema gis ut, ikke systematisert |  |
| Svangerskapskurs  (Ergoterapi og fysioterapiavdelingen, helsestasjon) | Informasjon til vordende mødre i deres siste trimester | Evalueringsskjema gis ut, ikke systematisert |  |
| Brosjyrer  (Ergoterapi og fysioterapiavdelingen) | Kontinuerlig evaluering og oppdatering av brosjyrer med generell informasjon. «Motorikk spebarn», «Asymmetri hos spebarn» «Føtter – utvikling og skobruk». Informasjon til alle med barn i relevant alder | Tiltaket blir ikke systematisk evaluert/forsket på. Brosjyrene i seg selv blir evaluert og forskning blir brukt som bakgrunnsstoff |  |
| Gymprosjekt  (Ergoterapi og fysioterapiavdelingen i samarbeid med helsestasjon og skole) | Oppfølging av elever på ungdomsskolen som ikke deltar i kroppsøvingen på skolen. Hjelp og støtte til å delta, evt. finne alternative løsninger. Samarbeid med helsesøstre på skolen og kroppsøvingslærere. | Årlig evt. fortløpende evaluering sammen med foreldre lærere |  |
| «Friskus» satsning i barnehagene. | Med tre pilarer; fysisk og psykisk helse samt ernæring. Ut fra dette er det blant annet laget ny plan i arbeidet mot mobbing i barnehagene. |  |  |
| Mangfold i barnehagen | Det arbeides med en veileder for barnehagen i Modum hvor barn med minoritetsspråk skal ivaretas. |  |  |
| «Den gode barnehagen» | Er knyttet til skoledokumentet, en kvalitetsutvikling for barnehager og skoler i Modum. |  |  |
| Skiløyper Øståsen | Hestås Hovlandsfjell for preparering med maskin |  | Kr 700 000,- i tippemidler,  Kr 400 000,- kr fra Sparebank1 Modum |
| Skiløype Breili | Djupengrop – Breili for preparering med maskin |  | Søkt tippemidler |
| Skilting av stier i nærmiljøet | Skilting og tilrettelegging for hverdagsturen |  |  |
| Tursti Åmot Søya | Tilrettelegging for funksjonshemmede |  | Søkt tippemidler |
| Turkart | Ett felles kart over hele Modum |  | Kr 95 000,- i tippemidler |
| Tidlig innsats – reduserer uførhet? | Modum kommune samarbeider med Høgskolen i Sørøst-Norge om prosjektet "Tidlig innsats - reduserer uførhet?". Her ses det nærmere på hva som gjør at arbeidstakere innenfor barnehager og helse- og sosialetaten lykkes med å komme tilbake i arbeid, helt eller delvis, etter sykemelding. | 3 masterstudenter skriver hver sin oppgave basert på intervjuer og spørreundersøkelser. | Kr 100 000 fra KLP |
| Synsprosjekt | Innebærer testing av syn for ungdommer i videregående skole. Planen er at også 6-åringene skal tilbys testing. Fokus på arvelighet av fargeblindhet. | Forskningsprosjekt i samarbeid med Høgskolen i Sørøst-Norge. |  |
| Forprosjekt; søknad til  Horizon 2020  BOOST: Building social relationships to BOOST resilience in young people» | Det jobbes med en søknad til verdens største forskningsprogram, Horizon 2020. Hovedtanken er å finne ut hvordan vi best kan forsterke barn og unges evne til å tåle motstand som de møter gjennom livet.  Noen problemstillinger er: Hvordan kan våre universelle tjenester som møter alle barn og unge påvirke dette? Hva betyr det for praksisen ved helsestasjonen fra starten av livet, i barnehagen og i skolen? Hva betyr dette for barn og unges fritid? | Forskningsprosjekt | Forskningsrådet er har støttet søknadsarbeidet med 180 000 kroner og Buskerud fylkeskommune med kr 200 000,-.  Nåløyet er trangt, men kommer man gjennom er omfanget av forskningsprosjektet 2-4 mill euro. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Navn på tiltaket/medlemskapet | Beskrivelse | Kostnader |
| Medlemskap i Sunne kommuner  <http://sunnekommuner.no> | Modum kommune har siden august 2013 vært medlem i WHOs norske nettverk, Sunne kommuner. Dette er et nettverk for kommuner og fylkeskommuner med et ekstra fokus på folkehelse. Nettverket vokser stadig og består i dag av 23 kommuner og 5 fylkeskommuner. Nettverket har etablert ulike temagrupper innenfor folkehelse. Det arrangeres en fellessamling pr år i tillegg til den store folkehelsekonferansen. | Medlemskapet dekkes gjennom en årlig medlemskontingent, for 2016 var den på kr 24 000,-. |
| Partnerskapsavtaler | Modum kommune har løpende partnerskapsavtaler innenfor folkehelse med:   * Høgskolen i Sørøst-Norge * DNT Drammen og Omegn * Lokallag av pensjonistforbundet   Dette er konkrete avtaler som pålegger begge parter ansvar. | Lokallag av pensjonistforbundet får kr 50 000,- årlig for å dekke sine utgifter forbundet med avtalen. |