
 ALVDAL KOMMUNE	Organisasjonsnivå: NAV Alvdal kommune	
Område: Plan	Dokumentnavn: Plan for folkehelse	Sist revidert: 22.08.16 Enhetsleder helse


# PLAN FOR FOLKEHELSE ALVDAL KOMMUNE



 <b>ALVDAL KOMMUNE</b>		<b>Organisasjonsnivå:</b> NAV Alvdal kommune
<b>Område:</b> Plan	<b>Dokumentnavn:</b> Plan for folkehelse	<b>Sist revidert:</b> 22.08.16 Enhetsleder helse

## Innhold

1. INNLEDNING .....	3
2. INNSATSOMRÅDER FOR FOLKEHELSEARBEIDET I ALVDAL KOMMUNE – LEVEVANER, FYSISK MILJØ OG PSYKOSOSIALT MILJØ .....	4
2.1 Mål.....	4
2.2 Dagens situasjon.....	4
2.3 Innsatsområder .....	4
2.3.1 Strategier .....	5
3.0 SAMARBEID MED FRIVILLIGE LAG OG FORENINGER .....	7
3.1 Mål.....	7
3.2 Dagens situasjon.....	7

 <b>ALVDAL KOMMUNE</b>		<b>Organisasjonsnivå:</b> <b>NAV Alvdal kommune</b>
<b>Område:</b> <b>Plan</b>	<b>Dokumentnavn:</b> <b>Plan for folkehelse</b>	<b>Sist revidert:</b> <b>22.08.16 Enhetsleder helse</b>

## 1. FORORD



Temaplan for folkehelse bygger på *oversiktsdokumentet for helsetilstand og påvirkningsfaktorer i Alvdal kommune*. Videre bygger planen på føringer fra nasjonalt, regionalt og lokalt planverk. Plan for folkehelse 2016-2018 er den første temaplanen for folkehelseområdet i Alvdal kommune, og er ment å gi en oversikt over hva kommunen må prioritere og arbeide med for å nå overordnede mål. Det er allerede igangsatt mange gode og riktige folkehelse tiltak i Alvdal som er beskrevet i kommuneplan, særplaner, virksomhets- og handlingsplaner. Denne planen setter tiltakene inn i en **overordnet sammenheng og er ment å vise retning for et helhetlig, systematisk og målrettet folkehelsearbeid i planperioden.**


## 2. INNLEDNING

Hovedhensikten med plan for folkehelse i Alvdal kommune er å forebygge og utjevne sosiale helseforskjeller. I planarbeidet er det fokusert på sammenhengene mellom sosiale helseforskjeller og innsatsområdene *levevaner, fysisk miljø og psykososialt miljø*. Det er også satt fokus på hvordan folkehelsearbeidet gjennom partnerskapsarbeid kan få økt gjennomføringskraft til å møte utfordringene knyttet til folkehelse og levekår. Innsatsområdene for Alvdal kommune skal ligge til grunn for kommunens arbeid med planstrategien. Innsatsområder og strategier skal fremkomme i kommunens øvrige planverk, og føringer i denne planen skal være kommuneovergripende.

Folkehelse defineres som befolkningens helsetilstand og hvordan helsen fordeler seg i en befolkning. På samme måten som helse er en ressurs for den enkelte er folkehelse en ressurs for samfunnet som helhet. Noen av kjernetrekkene ved folkehelsearbeid er at

- det er en samfunnsoppgave
- det er befolkningsrettet
- det utøves gjennom å svekke faktorer som medfører helserisiko og å styrke faktorer som bidrar til bedre helse.

Strukturen i plan for folkehelse er på denne måten todelt. Det gjøres først rede for innsatsområder og deretter for organisering av kommunens samhandling med frivillige lag og foreninger. Sosiale helseforskjeller er sammenhengen mellom helse og sosioøkonomisk status. Sunn livsstil har sammenheng med høy inntekt og høy utdanning. Jo lavere utdanning og inntekt, jo større risiko for usunn livsstil, ulykker, sykdommer og tidlig død. Forskning tyder på at forskjellene øker. Utjevning av sosiale helseforskjeller har i flere år vært tema for nasjonal, regional og lokal politikkutforming. Plan for folkehelse beskriver ikke det totale utfordringsbildet for Alvdal kommune, men peker på sentrale områder med potensial til å utjevne sosiale helseforskjeller.

 <b>ALVDAL KOMMUNE</b>		<b>Organisasjonsnivå:</b> <b>NAV Alvdal kommune</b>
<b>Område:</b> <b>Plan</b>	<b>Dokumentnavn:</b> <b>Plan for folkehelse</b>	<b>Sist revidert:</b> <b>22.08.16 Enhetsleder helse</b>

Mye tyder på at enkelttiltak alene ikke kan utjevne sosiale ulikheter i helse. Hver for seg har den enkelte faktor en beskjeden betydning. Mulighetene ligger i å samordne virkemidler innen ulike fag- og forvaltningsnivåer.

Alvdal kommune ønsker gjennom plan for folkehelse å ha et mulighetsfokus i folkehelsearbeidet og vil legge til rette for prosesser som styrker medvirkning, demokrati og verdighet.

## 2. INNSATSOMRÅDER FOR FOLKEHELSEARBEIDET I ALVDAL KOMMUNE – LEVEVANER, FYSISK MILJØ OG PSYKOSOSIALT MILJØ

### 2.1 Mål

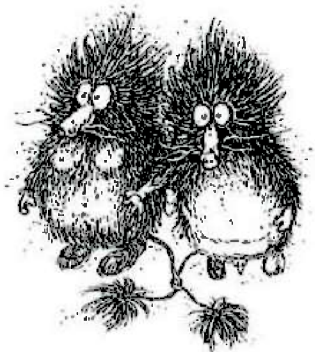
Å forebygge og utjevne sosiale helseforskjeller i Alvdal gjennom å skape målrettede tiltak og gode møtearenaer for kommunens innbyggere, - herunder nye brukergrupper med innvandrerbakgrunn.

Alvdal kommune må forholde seg aktivt til folkehelseutfordringene og iverksette nødvendige tiltak knyttet til oppvekst og levekårsforhold som bolig, utdanning, arbeid og inntekt, fysiske og sosiale miljøer, fysisk aktivitet, ernæring, skader og ulykker, tobakksbruk og alkohol og annen rusmiddelbruk.

### 2.2 Dagens situasjon

Alvdal er et attraktivt sted å bo, men det er også en kommune som er sårbar med hensyn til befolkningsutviklingen. Befolkningsframskriving for Alvdal kommune viser en gradvis økning av innbyggertallet frem til 2040. Den største økningen vil skje i andel 67år og eldre. Innvandring og tilflytting vil spille en viktig rolle for å sikre tilstrekkelig arbeidskraft til å dekke fremtidens behov blant annet innen pleie- og omsorg.

Kommunen må ha et spesielt fokus på å inkludere og integrere nye innbyggere med innvandrerbakgrunn.



Statistisk sett har Alvdal kommune en god folkehelseprofil. Kommunen har mange muligheter for aktiviteter og rekreasjon. Forventet levealder er høy, arbeidsledigheten er lav.


### 2.3 Innsatsområder

Alvdal kommune er en viktig aktør i folkehelsearbeidet i Alvdal. I tillegg til offentlig sektor spiller frivillige lag og foreninger en vesentlig rolle i folkehelsearbeidet.

Det er definert tre innsatsområder for kommunens plan for folkehelse:

- Levevaner
- Fysisk miljø
- Psykososialt miljø

Alle disse er områder med betydelig forebyggingspotensial og hvor det er mulig å iverksette effektive strategier og tiltak både på individ- og systemnivå. Strategiene er gjeldende for både kommunale og frivillige folkehelseaktører.

 <b>ALVDAL KOMMUNE</b>		<b>Organisasjonsnivå:</b> NAV Alvdal kommune
<b>Område:</b> Plan	<b>Dokumentnavn:</b> Plan for folkehelse	<b>Sist revidert:</b> 22.08.16 Enhetsleder helse

### 2.3.1 Strategier

Følgende strategier er definert:

#### Levevaner:

- Tidlig intervensjon for å medvirke til økt fysisk aktivitet og valg av sunt kosthold
- Tidlig intervensjon i tobakks- og rusforebyggende arbeid




#### Fysisk miljø:

- Ta hensyn til folkehelseperspektivet i alle former for arealplanlegging
- Øke kunnskapen om sammenhengen mellom sosiale helseforskjeller og fysisk miljø
- Redusere skader og ulykker i Alvdal gjennom Trygge lokalsamfunn som arbeidsmodell

#### Psykososialt miljø:

- Styrke innsatsen i nærmiljøet og frivillige lag og foreninger som arenaer for helseutjevning
- Styrke tiltak som bidrar til økt selvhjelp, reell medvirkning og å gi stemme til utsatte grupper
- Benytte skole og helsestasjon som arenaer for forebyggende og helsefremmende arbeid



 <b>ALVDAL KOMMUNE</b>		<b>Organisasjonsnivå:</b> NAV Alvdal kommune
<b>Område:</b> Plan	<b>Dokumentnavn:</b> Plan for folkehelse	<b>Sist revidert:</b> 22.08.16 Enhetsleder helse

## Levevaner – avgjørende faktorer for befolkningens helse

Levevaner dreier seg om individets helseatferd, særlig i forhold til kosthold, røyking, fysisk aktivitet og rus. Mulighet til å velge helsebringende levevaner handler om kunnskap om helsefremmende adferd, økonomisk mulighet til å velge helsefremmende levevaner og kulturelle preferanser.

Områder som har fått særlig fokus er:

- Fysisk aktivitet med fokus på inaktive
- Ernæring
- Tobakks- og rusforebyggende arbeid

## Fysisk miljø – avgjørende faktorer for befolkningens helse

Det er i hverdagen helse skapes, og det er det fysiske miljøet som legger rammene for vårt hverdagsliv. Lokalisering av bolig, skole, arbeidsplasser, forretninger, rekreasjonsområder og liknende arenaer er av avgjørende betydning for et aktivt hverdagsliv. Det er også viktig at de ulike arenaene er tilgjengelige uavhengig av bil, noe som gjør dem mer brukervennlig også for barn, eldre og flyktninger i tidlig integreringsfase. Korte avstander gjør det enklere å velge aktiv transport som å gå og sykle.


Følgende forhold er særlig viktige:

- Nærhet til hverdagsfunksjoner
- Mulighet til å gå, sykle eller benytte kollektivtransport
- Fysisk utforming av omgivelsene, herunder universell utforming
- Skade- og ulykkesforebyggende arbeid

## Psykososialt miljø – avgjørende faktorer for befolkningens helse

Å redusere sosiale helseforskjeller er ikke ensbetydende med at det enkelte mennesket får en opplevelse av å leve et godt liv. Fravær av sykdom gir ikke nødvendigvis god livskvalitet. I tillegg til konkrete helsefremmende tiltak er det derfor viktig å bygge gode og støttende miljøer, styrke sosiale nettverk og legge til rette for sosial tilhørighet og trygghet. Forskning viser at mellommenneskelige relasjoner har stor betydning for folkehelsen.

Deltakelse i skole- og arbeidsliv og deltakelse på offentlige og private sosiale arenaer skaper ressurser som beskytter mot helseproblemer. Hvis barn og unge som vokser opp i vanskeligstilte familier fullfører skolen eller er med på fritidsaktiviteter i nærmiljøet der de får utviklet sine talent og bygd sosiale nettverk, vil det også skje en utjevning av de sosiale forskjellene. For voksne bidrar økt deltakelse i arbeidslivet til økt levestandard, større nettverk og bedre psykisk helse. Innenfor barnehage, skole og arbeidsliv drives et systematisk arbeid for å skape inkludering og forebygge problemutvikling. Forskning viser at det i langt mindre grad drives målrettet utviklingsarbeid rettet mot det sivile liv og på å fokusere på nærmiljøet, innbyggermobilisering og myndiggjøring hos vanskeligstilte grupper i befolkningen.

 <b>ALVDAL KOMMUNE</b>		<b>Organisasjonsnivå:</b> <b>NAV Alvdal kommune</b>
<b>Område:</b> <b>Plan</b>	<b>Dokumentnavn:</b> <b>Plan for folkehelse</b>	<b>Sist revidert:</b> <b>22.08.16 Enhetsleder helse</b>

Arenaer med særlig betydning for å utjevne sosiale helseforskjeller er:

- Barnehager og skoler
- Arbeidsliv
- Nærmiljø

## 3.0 SAMARBEID MED FRIVILLIGE LAG OG FORENINGER


### 3.1 Mål

Å styrke samarbeidet rundt folkehelsearbeidet i Alvdal for å øke gjennomføringskraften for å utjevne sosiale helseforskjeller i kommunen.

### 3.2 Dagens situasjon

Kommunens ansvar for folkehelsearbeid er lovpålagt gjennom Lov om folkehelse, og folkehelseperspektivet skal gjenspeiles i kommunens planverk. Samarbeid med lag og foreninger står sterkt i folkehelsearbeidet. Kommunen har opprettet et Fagråd for folkehelse bestående av rådmannen i Alvdal kommune, kommunelege I, enhetsleder helse, enhetsleder kultur, enhetsleder kommunalteknikk, enhetsleder NAV, representant fra oppvekst og representant fra Alvdal Friskliv. Fagråd for folkehelse i Alvdal inkluderer folkehelseperspektivet i samarbeidet og etablerer seg som et vesentlig forankringspunkt for gjennomføring av mål og strategier i folkehelsearbeidet.



 <b>ALVDAL KOMMUNE</b>		<b>Organisasjonsnivå:</b> <b>NAV Alvdal kommune</b>
<b>Område:</b> <b>Plan</b>	<b>Dokumentnavn:</b> <b>Plan for folkehelse</b>	<b>Sist revidert:</b> <b>22.08.16 Enhetsleder helse</b>

Ansvar og rollefordeling i samarbeidet er som følger:

Alvdal kommune:

- Implementerer folkehelseperspektivet i alle planprosesser i Alvdal kommune
- Ivaretar folkehelseperspektivet innenfor alle politikkområder
- Forestår informasjon og opplæring til politikere, administrasjon og ansatte om folkehelseloven
- Forestår drift og utvikling av folkehelsenettverket, temabaserte nettverk og utøver sekretariatfunksjon for fagrådet for folkehelse

Fagråd for folkehelse:

- Fagrådet skal ha minimum 4 årlige møter
- Fagrådet skal være rådgivende organ for kommunens administrasjon og rapportere direkte til rådmannen
- Fagrådet er arena for erfaringsdeling og nettverksbygging
- Fagrådet er initiativtaker til saker som fremmer folkehelse
- Fagrådet viderefører det skade- og ulykkesforebyggende arbeidet etter de 6 kriteriene for Trygge lokalsamfunn.

Fagrådet skal jobbe for å mobilisere frivillige lag og foreninger til å sette folkehelse på agendaen gjennom prosjekter, prosesser og kunnskapsutvikling.