

FOLKEHELSEPLAN 2022 – 2029

KVITSØY KOMMUNE



INNHALDSFORTEGNELSE

INNLEDNING.....	3
1.0 OVERORDNET.....	4
1.1 Visjon.....	4
2.0 BEDRE FOLKEHELSE.....	5
2.1 Fremme trivsel og god psykisk helse.....	5
2.1.1 <i>Mestring og sosial støtte</i>	6
2.1.2 <i>Utjevne forskjeller og utenforskap</i>	7
2.1.3 <i>Gode overganger</i>	8
2.2 Levende nærmiljø og sunne levevaner.....	9
2.2.1 <i>Styrke sosiale møteplasser og inkluderende fellesskap</i>	10
2.2.2 <i>Levevaner</i>	11
2.2.3 <i>Stimulere frivilligheten</i>	12
3.0 OPPFØLGING AV FOLKEHELSEPLAN.....	13
3.1 Handlings- og økonomiplan.....	13
3.2 Evaluering.....	13

INNLEDNING

Folkehelseplanen er utarbeidet da det er nedfelt revisjon av plan i både Kvitsøy kommunes planstrategi og kommuneplanens samfunnsdel.

Folkehelsearbeid handler om å skape gode oppvekstvilkår for barn og unge, forebygge sykdom og skader, og utvikle et samfunn som legger til rette for sunne levevaner, beskytter mot helsetrusler og fremmer fellesskap, trygghet, inkludering og deltakelse. Arbeidet retter seg ikke mot enkeltpersoner, men mot bakenforliggende faktorer for hele eller deler av befolkningen. En folkehelseplan skal gi sentrale føringer for alle kommunale virksomheter og er sektorovergripende. Planen er utarbeidet av avdeling for helse, velferd og omsorg, men alle avdelingene i kommunen har deltatt i planarbeidet og er ansvarlige for at planen iverksettes og gjennomføres, godt forankret i kommuneplanens samfunnsdel.

Folkehelseplanen inneholder konkrete tiltak og løsninger, som løses gjennom temaplaner og handlings- og økonomiplan. Innholdet i folkehelseplanen er basert på informasjon fra folkehelseprofil del 2 (utfordringsbildet), med hensikt å iverksette treffende og effektive tiltak. Viktige funn som ble gjort i oversiktsarbeidet er tiltakende økning andel eldre, fare for økende grad av sosiale helseforskjeller, manglende aktivitetstilbud, økende grad av psykiske symptomer og plager og høy eller økende forekomst av lidelser forbundet med levevaner. Formålet med folkehelseplanen er å iverksette tiltak for å forebygge utviklingen og trenden på disse problemområdene.

1.0 OVERORDNET

Visjonen står øverst i folkehelseplanen, og er hentet fra kapittel 4 Visjon og langsiktige mål for Kvitsøysamfunnet i kommuneplanens samfunnsdel. Denne danner grunnlaget for retningen vi tar med folkehelsearbeidet i Kvitsøy. Under visjonen kommer tre langsiktige mål, hentet fra kapittel 4.2 Langsiktige mål fra kommuneplanens samfunnsdel. For å lykkes med visjonen og løse flere av utfordringene våre, vil vi satse på folkehelse i perioden 2022 – 2029. Til sist kommer er en forklaring av hvordan folkehelseplanen følges opp videre.

1.1 Visjon

Kvitsøy sin visjon er:

Kvitsøys særpreg og kvaliteter som bærekraftig og levende kystsamfunn skal bevares, og samfunnsutviklingen i fremtiden skal skje med sterk grad av lokal styring og medvirkning.

- ✚ Vi skal verne om og forvalte med ansvar og klokskap vår unike og sårbare kystnatur, vår stolte historie og kulturarv og våre lokale tradisjoner.
- ✚ Vi skal videreutvikle Kvitsøy som attraktivt bosted og besøksmål med vakkert og rent kystlandskap, kulturopplevelser og sjarmerende, trygge og inkluderende bomiljø.
- ✚ Vi skal møte nye utfordringer og muligheter med åpenhet, kreativitet og innovasjonskultur og legge grunnlag for bærekraftig verdiskaping.



2.0 BEDRE FOLKEHELSE

Bedre folkehelse gir et bedre samfunn, og støtter opp om mye av det vi vil oppnå med visjonen og de langsiktige målene. Kommunen er en helt sentral aktør i kraft av å være både tjenesteyter, arbeidsgiver og samfunnsutvikler.

Bedre folkehelse skal innarbeides i alle kommunens ansvarsområder. Dette grepet tas for å forebygge veksten i behov for kommunens velferdstjenester. Bedre helse vil gi bedre livskvalitet for innbyggerne. Samtidig gir bedre folkehelse kommunen en langsiktig mulighet til å frigjøre flere ressurser til andre steder i samfunnet enn et stadig mer krevende helsebudsjett. Det igjen kan gi enda bedre grunnlag for bedre folkehelse og et bedre samfunn.

Folkehelsearbeid handler om samfunnets totale innsats for å styrke initiativ som bidrar til bedre helse og redusert helserisiko. Folkehelse handler om mye. Vi må ta utgangspunkt i kunnskapen om hvordan helsetilstanden i kommunen er.




Med dette utgangspunktet konsentrerer vi innsatsen rundt to utvalgte satsingsområder:

-  TRIVSEL OG GOD PSYKISK HELSE
-  LEVENDE NÆRMILJØ OG SUNNE LEVEVANER

2.1 Fremme trivsel og god psykisk helse

Folkehelsekartleggingen har de siste årene avdekket økende prevalens av psykiske vansker hos unge mellom 15-29 år på Kvitsøy. Vi ligger foreløpig tett under fylkes- og landsgjennomsnittet, men kurven er bratt stigende. Samme kartlegging viser at det siste året har den voksne befolkningen med psykiske vansker også økt mer enn landsgjennomsnittet.

Strategier for å følge opp:

-  MESTRING, TRYGGHET OG SOSIAL STØTTE
-  UTJEVNE FORSKJELLER OG UTENFORSKAP
-  GODE OVERGANGER

2.1.1 Mestring og sosial støtte

Mestring er viktig for å utvikle god psykisk helse. De viktigste mestringstilgjengelige miljøene er barnehage, skole, kulturskole, yrkesliv, frivillige lag og organisasjoner. Et godt mestringstilgjengelig miljø er preget av et godt fellesskap og fravær av mobbing. Sosial støtte er viktig for å oppleve mestring, og handler om nære relasjoner, noen som bryr seg og noen å spørre om hjelp. Den gir mulighet for trøst og praktiske råd, hjelp eller økonomisk støtte.

Trygge, kompetente ansatte ser og forstår innbyggeren ut fra den enkelte sitt ståsted. Det handler om respekt og verdighet for innbyggeren, og trygghet for at tjenestene gis med god kvalitet. De ansatte må ha god kompetanse i tjenesten de utøver. De ansattes evne til å skape tillit og knytte gode relasjoner er spesielt viktig i forhold til barn.

TILTAK	OMFANG	ANSVAR	FINANSIERING	TIDSPLAN
Kompetanseheving psykisk helsearbeid i skolen (øke tilgjengelighet og etablere drop-in)	Prosjekt	Helse, velferd og omsorg Oppvekst	Innenfor eksisterende rammer	2023
Tilrettelegge for tidlig innsats med lavterskaltilbud som forebygger	Kontinuerlig	Helse, velferd og omsorg Oppvekst	Innenfor eksisterende rammer	Løpende

- ✚ Læringsmiljøet for barn må la dem få utfolde seg aktivt, bruke evnene sine ut fra egne forutsetninger, og la seg motivere og inspirere.
- ✚ Barn skal ha reell medvirkning og bli hørt i saker som angår dem.
- ✚ Fritidsarenaene skal være trygge og gi sosial trivsel. De skal gi muligheter for aktiv utfoldelse og mestringssopplevelser for alle.
- ✚ Systematisk tverrfaglig samarbeid er en forutsetning for en helhetlig innsats. Dette skal styrkes, økes og forbedres.
- ✚ Ansatte i barnehager, skoler, kulturskole og fritidsklubber skal være trygge og omsorgsfulle voksne med god relasjonskompetanse.

2.1.2 Utjevne forskjeller og utenforskap

Kort utdanning og lav inntekt kan føre til større risiko for fysiske og psykiske plager. Helseforskjellene blant folk er økende. I et lite samfunn er imidlertid forskjellene mer synlige, særlig når både medianinntekt er høy og ulikhetene generelt i utgangspunktet er forholdsvis små.

Utjevning av forskjeller er et sentralt mål i folkehelsearbeidet. Kvitsøy har som mål å skape et oppvekstmiljø der alle barn og unge, uavhengig av bakgrunn og forutsetninger, opplever å høre til og være inkludert i lokalsamfunnets fellesskap. Det legges stor vekt på kvalitet i opplæring og omsorg med gode muligheter for lek, læring og utvikling i trygge, helsefremmende og miljøvennlige omgivelser.

TILTAK	OMFANG	ANSVAR	FINANSIERING	TIDSPLAN
Fortsette gode rammevilkår og godt samarbeid med frivilligheten	Kontinuerlig	Helse, velferd og omsorg Oppvekst Organisasjon og samfunn	Innenfor eksisterende rammer	Løpende
Frilager				

- ✚ Fattigdom skal avdekkes og utjevnes ved å sørge for at kommunens tilbud blir gjort tilgjengelig for alle - uansett hvilke ressurser den enkelte har.
- ✚ Like muligheter for alle skal være et gjennomgående mål i alle tjenester. Ressursene skal styres der det er minst fra før.
- ✚ Sosiale nettverk og aktiviteter som motvirker utenforskap skal stimuleres og styrkes.
- ✚ Klargjøre rettighetene for barn (FNs barnekonvensjon og andre lover) og sørge for at disse blir fulgt.

2.1.3 Gode overganger

Gjennom livet vil alle oppleve sårbare overganger mellom livsfaser og livssituasjoner. Det kan være å få barn for første gang, starte i barnehage, skole, yrkeslivet, når pensjonisttilværelsen begynner, overganger i samliv, overgang i forbindelse med dødsfall og til opphold i helseinstitusjoner. Overgangene må oppleves trygge, forutsigbare og være tilpasset konkrete behov.

Barn, unge og eldre skal gis den støtten det er behov for, for å mestre livet, og sørge for sosiale møteplasser og aktivitetstilbud på tvers av generasjoner. Det er viktig å sørge for de grunnleggende tingene som gjør at eldre får flere gode leveår der de beholder god helse og livskvalitet, mestrer eget liv og får den helsehjelpen og sammenhengen i tjenestene de trenger – når de har behov for den. For eldre er tilrettelagt bolig en forutsetning for selvstendighet og hverdagsmestring. Tilrettelegging av bolig som sørger for fri bevegelse og så langt som mulig forhindrer ulykker er av prioritet. Av den grunn vil det arbeides for at den enkelte skal tilpasse bolig til livsløpsstandard, for å være hjemmeboende lengst mulig. Framtidsrettet tenkning, eierskap og planlegging må skje på et tidspunkt i livet hvor en fremdeles er frisk og rask.

TILTAK	OMFANG	ANSVAR	FINANSIERING	TIDSPLAN
Medlem og deltakelse i Aldersvennlig Norge sitt tverrorganisatoriske nettverk.	Kontinuerlig	Rådmann	Innenfor eksisterende rammer	Løpende
Legge til rette for og stimulere til at det kan etableres nye boligløsninger med livsløpsstandard.	Fortløpende	Organisasjon og samfunn	Innenfor eksisterende rammer, evt. gjennom tiltak som avklares i forbindelse med budsjett.	Løpende

- ✚ Det er de voksnes ansvar å legge til rette for gode overganger for barn og ha fokus på de utfordringer de innebærer.
- ✚ En god overgang skal bygge på tydelig dialog og klar ansvarsfordeling mellom alle involverte.

2.2 Levende nærmiljø og sunne levevaner

Gode bomiljø, nabolag og nærområder fremmer trivsel og kan motvirke sosiale helseforskjeller. Et levende og spennende lokalsamfunn er kjennetegnet av verdier som åpenhet, respekt, dristighet og skikkelighet. Godt naboskap og vennskap, positiv vertskapskultur, fremsnakking og empati har blitt trukket frem. Sammen med en kombinasjon av mangfold og samhold, vilje til å inkludere, fellesskap og aktiv deltakelse/dugnadskultur.

Levevaner og livsstil er i stor grad bestemmende for helsen. Samfunnsmedisinsk forskning har vist at livsstilsfaktorer er årsak til fire av ti dødsfall. En firedel av dødsfallene skyldes biologiske faktorer, en femdel miljøfaktorer.




Sunne levevaner kan altså se ut som den sikreste veien til et "godt" liv: Gjennom å påvirke en rekke biologiske mekanismer i kroppen, bidrar sunne levevaner til å bedre helsen og hindre sykdomsutvikling. Usunne levevaner derimot kan øke risikoen for sykdom.

Tilbud og tiltak som kan styrke gode naborelasjoner gir bedre følelse av tilhørighet. Gata bør være en møteplass, ikke en parkeringsplass. Lekeplasser og uterom bør utformes som attraktive samlingssteder, der det er tilbud for alle, både voksne, eldre og barn. Plassene må tilrettelegges like mye for sosial samhandling som for lek. Barnas naturlige lekeplasser, som ikke er opparbeidet av voksne, er viktige å ta vare på.

Det fysiske miljøet har betydning for deltakelse, fellesskap og trivsel. Forskning viser at grønne areal har stor betydning for folks trivsel. De som liker omgivelsene de bor i rapporterer om mer positive følelser, mer interesse for samfunnet og økt opplevelse av tilhørighet. Deltakelse fra beboerne i hvordan ens eget nærmiljøet skal utformes er med å skape identitet og fellesskap.

Medvirkning er viktig for å lykkes i å skape levende nærmiljøer. Resultatet har bedre muligheter for å bli vellykket når brukerne av området, både barn og voksne, selv er med i planleggingen og utformingen. Kvitsøy ønsker å skape et oppvekstmiljø der alle barn og unge, uavhengig av bakgrunn og forutsetninger, opplever å høre til og være inkludert i lokalsamfunnets fellesskap. Det legges stor vekt på kvalitet i opplæring og omsorg med gode muligheter for lek, læring og utvikling i trygge, helsefremmende og miljøvennlige omgivelser.

Strategier å følge opp:

-  STYRKE SOSIALE MØTEPLASSER, UTEOMRÅDER OG INKLUDERENDE FELLESSKAP
-  LEVEVANER
-  STIMULERE FRIVILLIGHETEN

2.2.1 Styrke sosiale møteplasser, uteområder og inkluderende fellesskap

Felles møteplasser skaper kontakt mellom folk, og personlig kjennskap kan motvirke fordommer og frykt for det ukjente. Innbyggere med ulike funksjonsevne, seksuell legning, livssyn eller kultur kan oppleve diskriminering og utenforskap. Et inkluderende fellesskap forebygger ensomhet og utenforskap. Det er i det gode fellesskapet at vi skaper vår identitet og opplever å kjenne oss betydningsfulle.

Naturopplevelser bidrar til rekreasjon og stimulerer. Aktiviteter i naturen og i nærmiljøet skåres generelt høyest av det folk ønsker å gjøre mer av i hverdagen. Barn og unge, voksne og eldre er mer fysisk aktive dersom grøntområder ligger i nærheten av hjemmet. Nærhet er særlig viktig for små barn og eldre som har mindre rekkevidde. Utforming med jevnlig treffpunkt av ulike størrelse og med forskjellige funksjoner, som møteplasser, lekeplasser, treningsapparat og piknikparker – kort sagt opplevelser som stimulerer folk til å komme seg ut i frisk luft. Kirken, fyret, biblioteket, hummermuseet med kulturscene, Grøningen, Slogen, fyrhusloftet og aktivitetshallen er flotte kulturarenaer med ulike former for kulturtilbud i løpet av året. I tillegg benyttes friluftsområdene Grøningen og Sandrenna, aktivitetsparken og fotballbanen i utøvelsen av ulike arrangement og samlinger.

TILTAK	OMFANG	ANSVAR	FINANSIERING	TIDSPLAN
Gjennomføre barnetråkk	Prosjekt	Oppvekst Organisasjon og samfunn	Innenfor eksisterende rammer	2022/2023
Turstiprosjekt (se idrettsplan)	Prosjekt	Organisasjon og samfunn	Innenfor eksisterende rammer	

- ✚ Det skal også være god merking og informasjon om tilbudet.
- ✚ Bygninger og uteområder skal gi rom for alle på tvers av alder og funksjonsnivå, og samlokalisere varierte tilbud som gir større mulighet for kontakt og toleranse mellom folk.
- ✚ Styrke sosiale nettverk på tvers av alder og funksjonsnivå i samarbeid med frivillige.
- ✚ Tilrettelegge for flere åpne og uformelle møteplasser.

2.2.2 Levevaner

Det er for øyeblikket liten innsikt i Kvitsøybuens levevaner. Det vil være relevant å danne seg et bilde av forhold til tobakk, alkohol og rusmidler, samt kunnskapsnivå om ernæring og fysisk aktivitet.

TILTAK	OMFANG	ANSVAR	FINANSIERING	TIDSPLAN
Innhente kunnskap om levevaner	Prosjekt	Helse, velferd og omsorg	Innenfor eksisterende rammer	Løpende

2.2.3 Stimulere frivilligheten

Frivilligheten fyller viktige samfunnsfunksjoner. De skaper nettverk, gir sosial støtte, tilhørighet, varme og liv. Frivillige arenaer er kulturbærere og kunnskapsformidlere og spiller en viktig rolle i det helsefremmende og forebyggende arbeidet. Gode kommunale planer har sin hovedforankring i lokale naturgitte, strukturelle, sosiale og kulturelle forutsetninger, samt engasjement og medvirking fra kommunens innbyggere, næringslivet, frivillige organisasjoner og andre interessenter.

Det viktigste folkehelsearbeidet skjer lokalt og berører folks hverdag. Et godt og tett samspill mellom offentlige etater på alle nivå, frivillige organisasjoner og hver enkelt innbygger er avgjørende for å oppnå best mulige resultater i folkehelsesatsingen. Dette innebærer å gi kulturlivet og det frivillige arbeidet gode rammebetingelser gjennom gode planer og økonomisk- og administrativ støtte. De lokale husene, bedehus og klubbhus, ivaretar og tilrettelegger for stor frivillig aktivitet og tilbud. I tillegg er det mange lokale venneforeninger, nedsatte grupper av innbyggere, historielag og foreninger og frivillige som kommunen samarbeider med.

TILTAK	OMFANG	ANSVAR	FINANSIERING	TIDSPLAN
Sikre og fortsette det gode og nære samarbeidet mellom kommunen og frivilligheten	Kontinuerlig	Organisasjon og samfunn Helse, velferd og omsorg Oppvekst	Innenfor eksisterende rammer	Løpende
Tilrettelegge og mobilisere flere innbyggere til frivillig arbeid	Kontinuerlig	Organisasjon og samfunn Helse, velferd og omsorg	Innenfor eksisterende rammer	Løpende
			Innenfor eksisterende rammer	

- ✚ Styrke og stimulere frivilligheten i form av kunnskap og kompetanse, ressurser og samhandling.
- ✚ Det skal være enkelt å være frivillig og enkelt å starte og drive en frivillig organisasjon.
- ✚ Motivere og mobilisere det ubrukte potensialet for frivillighet i befolkningen.
- ✚ Prioritere åpne tilbud med lav terskel for deltakelse som når det brede lag av befolkningen.

3.0 OPPFØLGING AV FOLKEHELSEPLANEN

3.1 Handlings- og økonomi

Folkehelseplanen vil følges opp gjennom den årlige handlings- og økonomiplanen. Denne blir som dagens økonomiplan. Ut fra dette vil det prioriteres hvordan folkehelseplanen følges opp, midler settes av og hvilke tiltak som hjelper oss å nå målene.

Både kommuneplanens samfunnsdel og arealdel gir føringer for videre planarbeid i kommunen, som temaplaner, reguleringsplaner og virksomhetsplaner. Folkehelseplanen er forankret i kommuneplanen og er i tråd med retningen kommuneplanen har lagt opp for Kvitsøy.

3.2 Evaluering

Verden - og Kvitsøy – er i stadig endring. Av den grunn er det viktig at folkehelseplan og kunnskapsgrunnlaget er oppdatert og holder oss på riktig spor. Folkehelseprofil og -plan, som ligger til grunnlag for folkehelsearbeidet skal inngå som en del i utviklingen av kommunens planstrategi. Revidering og evaluering av tiltak fremkommer derfor av planstrategi, samt i årsmelding.