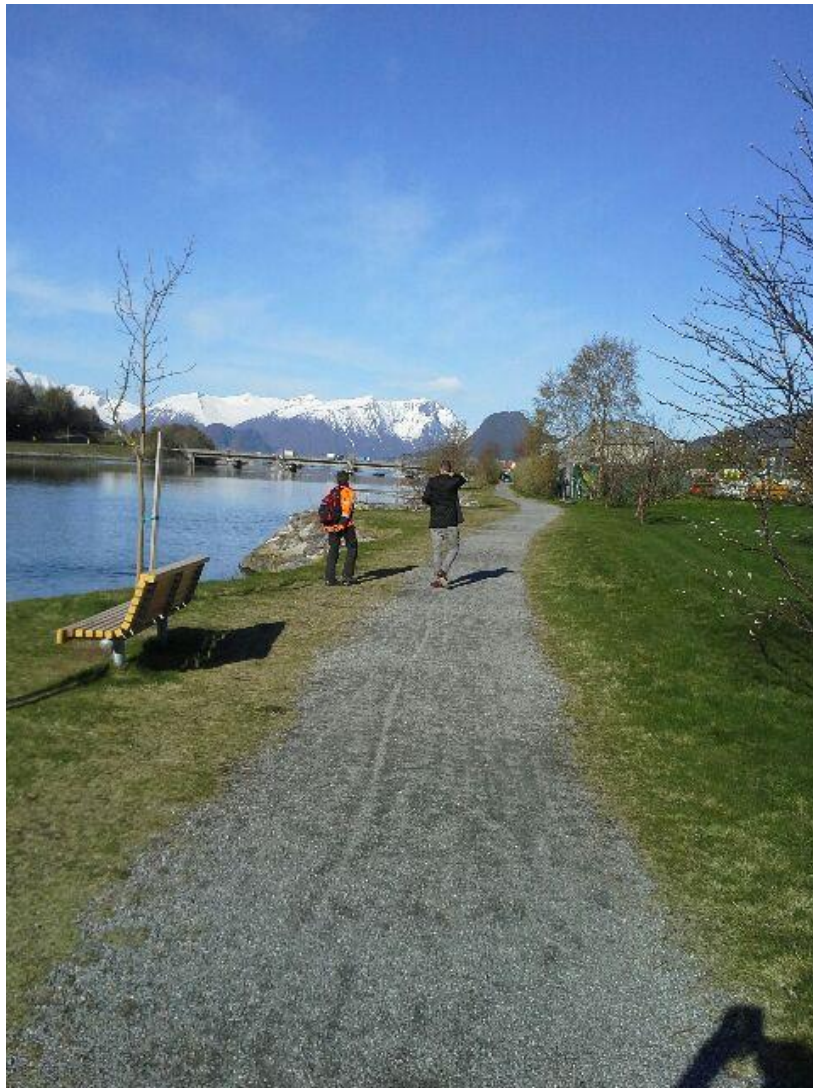


Strategi for Folkehelse

2018-2021



Innhold

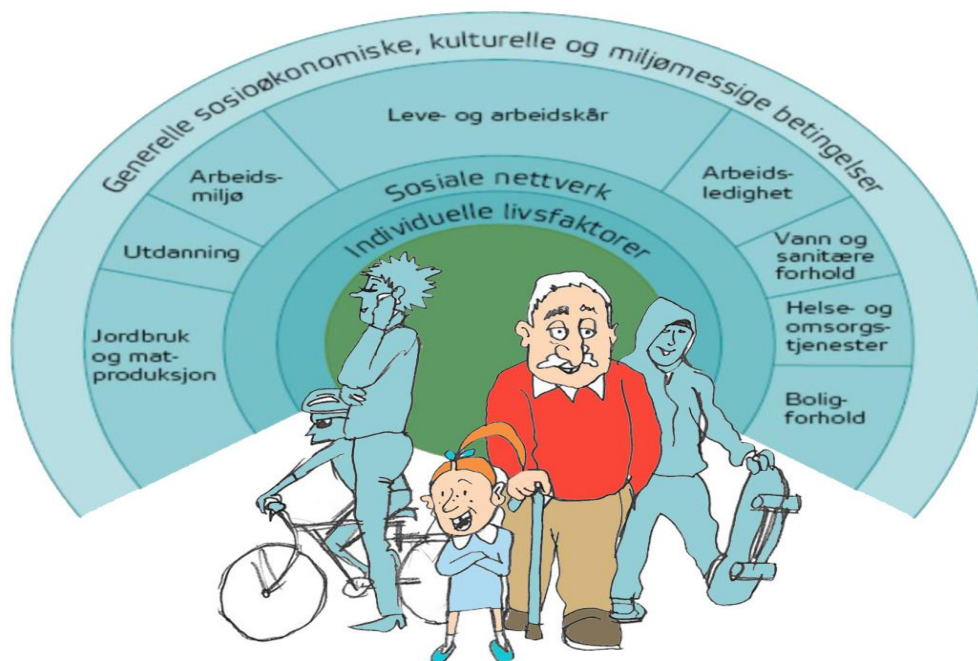
1. UTGANGSPUNKT	3
1.1 HVA ER FOLKEHELSE	3
1.3 STATUS I FOLKEHELSEARBEIDET I RAUMA	4
1.4 ORGANISERING AV FOLKEHELSEARBEID I RAUMA	4
2. UTFORDRINGSBILDET	5
2.1 SAMMENDRAG AV OVERSIKTSARBEIDET 2017	5
2.2 ÆNDRINGER I DEMOGRAFI ELLER RAMMEVILKÅR	7
2.3 OPPSUMMERING AV UTFORDRINGER FRA "ÅPENT" FOLKEMØTE	7
2.4 OPPSUMMERING AV HELSEUTFORDRINGER MELDT FRA TJENESTENE	7
2.5 SWOT FOR FOLKEHELSE MOT 2021	8
3. SATSINGSOMRÅDE MED MÅL, STRATEGI OG TILTAK	9
3.1 OVERORDNA MÅL	9
3.2 SATSINGSOMRÅDER	9



1. Utgangspunkt

1.1 Hva er folkehelse:

Folkehelse er befolkningens helsetilstand og hvordan helsen fordeler seg i en befolkning. Folkehelsearbeidet går ut på å fremme faktorer som gir god helse og forebygge eller beskytte oss mot faktorer som gir dårlig helse. Folkehelsearbeidet kan være befolkningsrettet/ samfunnsrettet, grupperettet eller individrettet.



Kilde Dahlgren og Whitehead (1991)

I figuren er den helhetlige forståelsen av hvordan helse skapes forsøkt synliggjort.

1.2 Lovgrunnlaget:

Lov om folkehelse (2012) har som formål å fremme folkehelse og utjevne sosiale helseforskjeller. Den gir kommunen ansvar for å ha oversikt over helsetilstanden i befolkningen og de positive og negative faktorer som kan virke inn på denne (§5).

For å ivareta folkehelseutfordringene skal det også lages mål og strategi (§6) og det skal settes i gang tiltak for å møte helseutfordringene (§ 7). Det er laget en egen veileder for oversiktsarbeidet, jfr. **Forskrift om oversikt over folkehelsen (2012)**. Oversikten skal identifisere folkehelseutfordringer og ressurser. I tillegg skal den inneholde faglige vurderinger av årsaksforhold og konsekvenser.

I følge helseforskriften skal kommunene ha en løpende oversikt over folkehelsen. Denne skal dokumenteres som en del av ordinær virksomhet, i tillegg skal det utarbeides et samlet oversiktsdokument hvert fjerde år som skal ligge til grunn for det langsiktige systematiske folkehelsearbeidet. Dokumentet skal foreligge ved oppstart av arbeidet med planstrategien og danne grunnlag for fastsettelse av mål og strategier.

1.3 Status i folkehelsearbeidet i Rauma:

Det første oversiktsdokumentet i Rauma kommune ble utarbeidet våren 2013 og oppdatert hvert år senere. Dokumentene gir en faktaoversikt over helsetilstanden og påvirkningsfaktorene i form av statistikk og tall, og det vises til årsaker og konsekvenser. Det er imidlertid først nå det lages en mer grundig gjennomgang av mål, strategi og tiltak (jfr. § 6 og 7). Arbeidet bygger på vedtak i f. skap 17.01.2017 i forbindelse med planstrategien: «Rauma kommune lager en folkehelse- strategi for vedtak i 2017/ 2018.» Planen er at «Folkehelsestrategi» legges frem for politiske behandling våren 2018.

Oversiktsarbeidet for 2017/ 2018, inkludert Borgerundersøkelsen og Ung data undersøkelsen 2018, ligger som kunnskapsgrunnlag for strategien. I tillegg er det gjennomført et «Åpent møte» med innbyggerne, et foreldremøte på RVS og møter i tjenestene der ansatte har jobbet med folkehelseutfordringer og forslag til tiltak. Ung data undersøkelsen i 2018 ble lagt frem av KoRus i et åpent møte i mai der elever, foreldre, skoleledelse, fagpersonell fra hjelpeapparatet bl.a. deltok. I dette møtet ble det også jobbet med satsingsområder og tiltak. De satsingsområdene gruppene kom frem til er: Psykisk helse, rus, nettvett og aktiviteter. Dette er forsøkt tatt med i planen.

1.4 Organisering av Folkehelsearbeidet i Rauma

I 2012 ble det opprettet ei 100 % stilling for Rådgiver folkehelse. Denne ble i løpet av 2013 redusert til 50 % og er nå plassert i Helse og velferd. Folkehelselova (§4) er klar på at ansvaret for folkehelse ligger til alle sektorer. Rauma kommune har løst dette ved å opprette ei folkehelsegruppe bestående av områdesjefene for skole, barnehage, helse- og velferd, utbygging, helse- og omsorg og kultur i tillegg til kommuneoverlege og folkehelserådgiver. Gruppen har fått i mandat å bidra til å skaffe oversikt over helsetilstanden og påvirkningsfaktorer for helse, samt foreslå prioriterte mål og tiltak. Ny overordnet strategi for folkehelse blir presentert i dette dokumentet.

Rauma kommune har inngått en partnerskapsavtale med fylkeskommunen, og lønnsmidler tilsvarende 25 % stilling blir gitt som tilskudd i forbindelse med opprettelse av folkehelserådgiver. Kommunen samarbeider med Friluftsrådet i forbindelse med turmål/ Stikk-Ut.

2. Utfordringsbilde

2.1 Sammendrag av oversiktsarbeidet 2017/ 2018

En gjennomgang av helsetilstand og påvirkningsfaktorer i Rauma kommune viser at folkehelse kan sies å være god da vi skårer bedre enn landet og fylket på mange områder. Det er likevel verd å merke seg at å være bedre enn gjennomsnittet ikke trenger å være godt nok. Det er også viktig å presisere at folkehelsearbeidet ikke bare handler om å fokusere på problemområder, men like mye om å videreutvikle og gjøre mer av det som er bra for helse vår.

Levekår:

Rauma skårer bra på en rekke viktige levekårsindikatorer. Andelen barn (0-17år) som bor i husholdninger med lav inntekt er lavere enn i landet, men har økt siden siste periode. Inntektsulikheten er fortsatt lav, på samme nivå som sist. Andelen sosialmottakere i aldersgruppa 18-24 år viser nedgang. Arbeidsledigheten er relativt lav, pr. 01.05 2018: 1,8.

Miljø (fysisk):

Rauma skårer også bra når det gjelder det fysiske miljøet. Kommunen har god tilgang til friluftareal og nærtur terreng noe som også Borgerundersøkelsen viste. Kommunen har imidlertid dårlig dekning av gang- og sykkelveier, og enkelte skoleveier er utrygge. Det er en nå laget en egen sykkelplan for Isfjorden og Åndalsnes som ble vedtatt i 2015. Antall personskader viser nedgang i forhold til tidligere år.

Skole:

I følge Ung data undersøkelsen (2018) rapporterer ungdommene at de har et godt forhold til foreldrene sine, og flesteparten trives i skolen. Trivsel er en viktig indikator for læring og mestring. Undersøkelsen viste likevel at en av fire gruer seg til å gå på skolen, uviss av hvilken grunn. Det rapporteres også at to av ti elever enten er litt misfornøyd eller svært misfornøyd med den skolen man går på. Mobbetallene på landsbasis på ungdomstrinnet ligger på mellom sju og åtte prosent. Tallene for Rauma varierer fra år til år og mellom skolene ifølge andre kartlegginger, jf. årlig elevundersøkelse på aktuelle trinn. Det er iverksatt tiltak for å sikre elevene et trygt og godt skolemiljø, og nye forebyggende tiltak vurderes iverksatt.

Tiltak for å redusere mobbetalla vil ha høy prioritet da forskning viser at mobbing på skolen er en viktig risikofaktor for psykiske vansker blant ungdom. Andel elever i 5. klasse som skårer på laveste mestringsnivå i lesing ligger fortsatt under landsgjennomsnittet, men grunnleggende ferdigheter i både lesing, regning og engelsk på 5. trinn viser en positiv trend i perioden 2013-17.

Frafallet i den videregående skolen viser en liten nedgang fra 2016 til 2017, og er fortsatt lavere enn fylke- og landsgjennomsnittet. I underkant av 15 % av 2011-kullet har slutta i det videregående løpet. Også i Rauma er det en klar tendens til at de elevene som har foreldre med høgst utdanningsnivå har minst frafall, men forskjellen er ikke så stor som i fylket og landet. Andelen med videregående eller høyere utdanning er lavere enn landsnivået, men viser økning.

Levevaner:

Når det gjelder levevaner skårer stort sett kommunen høgt. Vi har mange fritidstilbud og muligheter for turaktiviteter, og det er stor oppslutning om kommunens turmål/ Stikk Ut turer. I følge Ung-data undersøkelsen på Rauma videregående skole vår 2018, er det en liten økning når det gjelder risikoatferd, vold og hærverk. Når det gjelder rus, så ligger Rauma litt over landsgjennomsnittet. Større andel jenter enn gutter i den videregående skolen oppgir at de har drukket seg beruset. Det er verd å merke seg at 71 % fikk lov å drikke alkohol av foreldrene i 2016, mens det i 2018 er 56 %. Både ungdommene og gravide røyker relativt lite sammenlignet med fylke og land. Snusbruken er fortsatt høy, men viser en liten nedgang. Andel med overvekt målt ved sesjon viser en liten nedgang, og er nå på nivå med fylket og landet. Likeledes ser vi at andel barn med overvekt og fedme i 3. klasse har økt siste årene. Tannhelsen til barn over 12 år ligger betydeligere dårligere an enn i fylket og landet. 37- 40 % av elvene i ungdomsskolen og i den videregående skolen drikker sukkerholdige drikker 2-3 ganger i uka. Andelen barn som fødes med lav fødselsvekt i Rauma viser økning og er høyere enn i fylket og landet.

Helse og sykdom:

Forventet levealder ligger på nivå med fylket, kvinnene litt under og menn litt over. Det er sosiale helseforskjeller i Rauma, slik som i resten av landet, men mindre. Det er spesielt blant kvinner det er lite forskjell. Det som skiller seg ut i negativ retning er muskel- og skjelettlidelser. Plager og symptomer knyttet til muskel- og skjelettsystemet har fått rød merknad i folkehelsebarometeret, noe som betyr at dette er mer utbredt i Rauma enn i landet som helhet. Vi ser også at kommunen har høy bruk av spesialisthelsetjenester og stort sykefravær som skyldes muskel- og skjelettlidelser. Når det gjelder brukere av primærhelsetjenesten med psykiske symptomer og lidelser ligger en litt over fylket og landet. Antall nye krefttilfeller viser økning, spesielt hos kvinner (brystkreft). Rauma kommune viser større nedgang i sykehusinnleggelser grunnet hjerte- og karsykdommer enn fylke- og landsgjennomsnittet både når det gjelder kvinner og menn. Når det gjelder forbruk av medisiner fraviker kommunen ikke så mye fra andre, men bruken av ADHD medisiner ligger godt over fylkes- og landsgjennomsnittet, og vi ser en økning fra sist periode. Vi ser også en stigning i forbruk av legemidler mot diabetes type 2 og smertestillende medisiner. Her ligger vi høyere enn fylket og landet. Kreft og hjerte- karsykdommer er, som i landet ellers, de største årsakene til dødelighet også i Rauma kommune (kilde: Folkehelseinstituttet/ kommunehelsa 2018).

I følge Ung data undersøkelsen i 2018 er 57% av elevene ved den videregående skolen fornøyd med helsa si. Tilsvarende tall for ungdomsskolen er 68%. Tallene ligger litt under landsgjennomsnittet. Forbruket av reseptfrie medisiner er størst blant jentene i den videregående skolen og jentene på 10 klassetrinn i ungdomsskolen. Av plager de opplever, er hodepine og nakke- og skuldersmerter de mest vanlige. Halvparten av elevene i ungdomsskolen føler seg trist, uheldig og deprimert, tallene er enda høyere i den videregående skolen, spesielt hos jenter.

Psykososiale miljø:

I følge borgerundersøkelsen er tilfredsheten med de kommunale tjenestene litt høyere i Rauma enn resten av landet, 62 mot 61. Innbyggerne er svært godt fornøyd med mulighetene innenfor natur- og friluftsliv og turisttilbudet, men vurderer jobbmulighetene

og utdanningsmulighetene som dårlige. Aller dårligst vurderes kollektivtilbudet og ungdomstilbudet. Rauma oppleves som en trygg plass å bo med en skåre som er betydelig høyere enn landet for øvrig (68 mot 64). Innbyggerne i bygdene gir kommunen en dårlig skåre enn sentrum/ by når det gjelder lokaldemokrati. De fleste innbyggerne i kommunen føler meget stor tilknytning til Rauma. Det er betydelig færre ensomme i Rauma enn ellers i landet. Nesten halvparten av innbyggerne er fysisk aktive mer enn 3 dager i uka. Åtte av ti innbyggere i Rauma er fornøyd med tilværelsen her og nå. Innbyggerne er betydelig mer fornøyd med tilværelsen sin enn nordmenn flest (kilde: Borgerundersøkelsen 2017).

Ung data undersøkelsen 2018 viser at 30% av elvene i den videregående skolen og 18% i ungdomsskolen er ganske mye/ veldig mye plaget med ensomhet. Gutter er mer fornøyd med utseendet sitt enn jenter. Mange unge føler stort press, sliter med søvnproblemer og bruker mye tid på sosiale medier/ dataspill. Vi ser også at flere føler seg seksuelt trakassert.

2.2 Endringer i demografi eller rammevilkår

Pr. 4. kvartal 2017 var innbyggertallet i Rauma kommune 7507.

Andelen eldre over 80 år er betydelig høyere enn i landet og Møre og Romsdal, men viser en nedgang fra 2012 til 2022, før den igjen vil stige. I perioden fra 2014 til 2030 viser befolkningsframskrivinger en stor økning i aldersgruppen 67 til 79 år. Økt satsing på folkehelseiltak til denne gruppen kan bidra til mindre behov for helsetjenester ved økt alder. Folk i Rauma lever lenge og det er mindre forskjell i levealder mellom utdanningsgruppene enn i landet for øvrig. (kilde: Oversiktsarbeidet)

2.3 Oppsummering av utfordringer fra «Åpent møte» september 2017:

- For få møteplasser for unge og voksne og info om disse (aktivitetstilbud/ samlingssted).
- Mange unge som sliter psykisk og som ruser seg
- Lite tilbud til ungdommen (spesielt til den som er uorganisert)
- Voksnes (foreldres) holdninger til rus.
- Ungdommens forhold og holdninger til rus og snusbruk.
- Småkjøring til trening.
- Dårlig sykkelveinett. Farlig skolevei (bl.a. jernbanebrua).
- Mange ungdommer spiser ikke frokost og har ikke med matpakke (økning i vekt, karries).
- For lite ressurser til forebyggende arbeid.
- For lite tilbud til hjemmeboende eldre
- Utfordringer i en digitalverden spesielt for eldre (tog, bank, smarttelefoner)– mangel på «hjelp»- opplæring/ kurs.
- Ivaretagelse av den friske eldre.

2.4 Oppsummering av utfordringer meldt fra tjenestene:

Tjenesteområder:	Utfordringer:
Helse- og velferd	Økning i antall personer med muskel- og skjelettlidelser, overvekt, diabetes- type 2 og søvnvansker. Mange sliter psykisk, har rusproblemer og angst. Tilfeller av vold og overgrep, og konflikt foreldre / barneavtaler. Mange nyfødte med lav fødselsvekt. Mange eldre føler seg ensomme og alene. Inaktivitet og utenforskap.
Utbygging	Mangel på helhetlig kommunalt ansvar for gang- og sykkelveier, trygg skolevei. Glatte veier vinterstid – passivitet eldre
Kultur	Få møteplasser eldre og unge. Sosialisering / aktivitet
Oppvekst	Komme tidlig nok inn og satse mer forebyggende. Mangelfull kompetanse og kapasitet til å fange opp tidlig.
Helse- og omsorg	Ensomhet og utenforskap, tannhelse og ernæring. Manglende aktivitetstilbud og manglende tilbud til tidlig demente.

2.5 SWOT for Folkehelse i Rauma frem til 2021

Nåtid	Framtid
<p>Styrker</p> <ul style="list-style-type: none"> • Oversiktsdokument over helsetilstand og påvirkningsfaktorer i kommunen. • Sektorovergripende Folkehelsegruppe • Samarbeid med Nordveggen, Fjellfestivalen, DNT og Friluftsrådet om tiltak friluftsliv. • Lett tilgjengelige aktivitetsområder • Støtte gjennom nettverk i M&R og Fylkesmannen og Friluftsrådet. • Tilbudene gjennom Friskliv og Mestring og Aktiv på dagtid godt etablert. • Helseløyper- lett tilgjengelige for alle • Mange «ildsjeler» i det frivillige • Gode kulturtilbud 	<p>Muligheter</p> <ul style="list-style-type: none"> • Integre folkehelse i alle kommunens planer. • Egen strategiplan for folkehelse • Statlig sikring av Stormyra- tilrettelegging av helårsløype • Bedre verktøy til å kartlegge helsetilstanden • Bedre kunnskap om virkemidler • Større grad av interkommunalt samarbeid
<p>Svakheter</p> <ul style="list-style-type: none"> • Få koordinerende ressurser i folkehelsearbeidet. • Lite ressurser til forebyggende arbeid • Tilstrekkelig samhandling? • Mangel på treffsted • Lite fokus på ensomme • Lokaldemokrati 	<p>Trusler</p> <ul style="list-style-type: none"> • Manglende ressurser til å følge opp oversiktsarbeidet i tjenestene • Sosiale medier – passivitet/ stigmatisering. • Folketallsutvikling • Færre arbeidsplasser • Nedbygging av tjenestetilbud

3. Satsingsområder med mål, strategi og tiltak

3.1 Overordna mål: Rauma kommune skal arbeide for et samfunn som fremmer faktorer som gir god helse, og forebygge eller beskytte oss mot faktorer som gir dårlig helse.

3.2 Satsingsområder

Satsingsområde 1: Utvikle overordna folkehelsearbeid

Mål:	Strategi:	Tiltak:	Plan:
Helse i alt vi gjør- Forankre folkehelse-arbeidet på ledernivå i Rauma kommune.	Sette folkehelse- arbeidet i system Sikre implementering av folkehelse i alle tjenestemråder, og inkludere folkehelsearbeid i alt planarbeid	Egen folkehelsegruppe bestående av områdeledere, kommuneoverlege og folkehelsekoordinator. Delta aktivt i planarbeid	Strategiplan for folkehelse Samfunnsplan
Aktivt jobbe med å involvere hele Raumasamfunnet i folkehelsearbeidet.	Sikre god kommunikasjon med innbyggerne Samarbeide med frivillige og næringslivet	Informasjon via media, inkl. hjemmeside. Jevnlige folkemøter der utfordrings- bildet gjøres kjent, samt får innspill til strategi og tiltak. Samarbeid med idrettslag, grendelag osv. i opparbeidelse og vedlikehold av turløyper og helseløyper. Frivillige instruktører i Sterk og Stødig, brukerråd i alle tjenester. Aktiv medvirkning av brukere i kurstilbud. Aktivitets tilbud til eldre. Andre kulturtiltak Sosiale møteplasser	
Prioritere ressurser til folkehelsearbeid	Tilstrekkelig ressurser til å koordinere folke- helsearbeidet.	Økt stillingsprosent	Økonomiplan

Ha oversikt over helsetilstanden i befolkningen og hvilke faktorer som påvirker	Innhente statistikk – folkehelseinstituttet, fylke, lokalt- ung data undersøkelsen	Utarbeide «oversiktsarbeid». Hvert 4. år hovedgjennomgang, hvert år løpende oppdatering. Gjennomføre Ung-data undersøkelsen på ungdomsskolene og i den videregående skole hvert 3. år	«Oversikt over helsetilstand og påvirkningsfaktorer» Borgerundersøkelsen 2017 Ung- data us 2018.
---	--	--	---

Satsingsområde 2: Barn- og unges oppvekstvilkår og muligheter for å mestre livet

<i>Mål:</i>	<i>Strategi:</i>	<i>Tiltak:</i>	<i>Plan:</i>
Alle barn får en best mulig start på livet	Prioritere ressurser til helsefremmende og forebyggende arbeid Gjøre styrking av foreldrerollen som et program i barnehage Styrking av helsestasjons- og skolehelsetjenesten	Øke kapasitet og kompetanse i arbeidet med barn og unge Sertifiserte helsefremmende barnehager, fokus relasjonsbygging. Tiltak rettet mot oppfølging av gravide, foreldre, barn og unge.	Modell for tidlig innsats Plan for overganger
	Forbedre læringsresultatene i skolen	Tidlig innsats- tiltak rettet mot å styrke lese og regneferdigheter (jfr. Oversiktsarbeidet)	Flerfaglig plan
	Revidering og oppfølging av flerfaglig plan	Tverrfaglig prosjektgruppe bestående av alle tjenester som jobber med barn og unges oppvekstvilkår jobber frem en ny modell/plan: tiltak i henhold til plan	

	Fokus på sosiale ulikheter	Utlånsentral- gratis leie av utstyr til fysisk aktivitet Tiltak barnefattigdom-prosjektmidler. Gratis tilbud til å delta på sosiale aktiviteter for sårbare familier Sosiale møteplasser- innvandrere	
Øke gjennomføringsgrad i den videregående skolen	Redusere frafall RVS Tidlig innsats – barne- og ungdomsskolen	Balanse mestring og læringstrykk. Tiltak gjennom oppfølgingstjenesten (RVS)	Egen plan for økt gjennomføringsgrad på RVS.
Styrke barn- og unges psykiske helse	Tidlig innsats: -mer helsehjelp også i grunnskolen -tverrfaglig samarbeid	Tiltak «Livsmestring og Psykisk helse» i barnehage og skole (voksenrolle og lærerrolle). Trefftider helsesøster BAPP- gruppetilbud til barn som har foreldre med psykisk lidelser eller rusproblematikk. Faste møter, felles fagdager. Rask psykisk helsehjelp (fra 16 år)	Ung data 2018 Elevundersøkelser Flerfaglig plan
	Øke kompetansen om psykisk helse til elever, lærere og foresatte.	Undervisning om psykisk helse i alle klasser i ungdomsskolen og i den videregående skolen. Gjennomføre program som styrker psykisk helse i skolen: F. eks. VIP, Steg 1 og 2. Tema på personalmøter og foreldremøter.	
	Flere ressurser med fagkompetanse innfor psykisk helse inn i skolen	Økt tilgjengelighet: Skolehelsetjenesten og psykisk helse og mestring- faste trefftider, nett-treffetid og undervisning. Alle elever i 8. klasse til samtale med	

		<p>helsesøster.</p> <p>Øke tilbudet «Helsestasjon for ungdom»</p>	
	<p>Fokus på trivsel og forebygging av mobbing</p>	<p>Anti- mobbeprogram</p> <p>Aktuelle undervisningsprogram med emner innen selvbilde, mestring, grensesetting</p> <p>Trivselstiltak- fokus på mestring</p>	Egen plan- mobbing
	<p>Fokus på bruk av sosiale medier- netthets- nettvett</p> <p>-seksuell trakassering</p>	<p>Undervisning til foreldre og elever om bruken av mobil/ nett.</p> <p>Samarbeid foreldre- klare grenser i bruken. Mobil- hotell, ny app «hold».</p> <p>Gjennomgående tema i skolen fra barnetrinnet</p> <p>Info fra politiet om straff ved deling, nakenbilde osv.</p>	
<p>Legge til rette for og stimulere til sunne levevaner</p>	<p>Økt aktivitet:</p> <p>Trygg skolevei slik at barn- og unge kan gå eller sykle</p> <p>Forebyggende tiltak for ungdom – uten prestasjonskrav.</p> <p>Gode møteplasser (på de unges premisser)</p>	<p>Samarbeide med statlige og fylkeskommunale organisasjoner om gang- og sykkelveier, sikring av jernbanebru.</p> <p>Eksempel: fritidsbarnehager, Læring på Strek.</p> <p>Samarbeid med DNT- barn-unge</p> <p>Satse breddeidrett- lav terskel. Gratis tilbud/ avgift idrettshaller.</p> <p>Variasjon av tilbud, ikke bare fotball og håndball: f.eks. ball- binger, teater, dans, amerikansk fotball. volleyball og turn.</p> <p>Tilgjengelighet – åpen halltime.</p>	Samfunnsplan

	Innsats for å redusere bruken av rusmidler -fange opp tidlig -	Oppfølging av tiltak i hht Rusmiddelpolitisk handlingsplan. Alkoholfrie tilbud/ møtesteder for ungdom, holdningsskapende arbeid mot foresatte, voksne, foreldre og lærere (rollemodeller9. foreldreinfo i 7. klasse. Informasjon om konsekvensene av rusbruk til elevene.	Rusmiddelpolitisk handlingsplan Ung data 2018
	Forebygge/ redusere bruken av SNUS/ røyk	Program i skolen. Sett dine grenser, FRI. Kampanjer initiert fra Helsedirektoratet.	
	Søvn	Tiltak rettet mot kunnskap om sammenhengen mediebruk-søvn-skoleprestasjoner og psykisk helse	
	Bedre kosthold og tannhelse	Undervisning i skolen, foreldreveiledning, idretts arrangement	

*Flere av tiltakene er basert på det som kom frem i gruppearbeidet etter framlegg Ung data undersøkelse.

Satsingsområde 3: Et liv som bidrar til god helse og mestring

<i>Mål:</i>	<i>Strategi:</i>	<i>Tiltak:</i>	<i>Plan:</i>
Arbeid for alle	Forebygge utenforskap Opplive mestring	Etablere arbeid og aktiviseringsstilbud til de som faller utenfor andre ordninger Videreføre jobbsentral- tilbud til de under 30 år	
Fortsatt være god på tilrettelegging av turmål og naturopplevelser; jfr. Visjon: «Verdens beste kommune for	Samarbeid med frivillige organisasjoner, grunneiere, Friluftsrådet- Stikk-ut, romsdals.com, DNT og Fjellfestivalen Legge opp turer som	Turmål- 18 turmål fordelt på alle bygder- nærturer og lengre fjellturer. Jobbe med turbeskrivelser og oppdatere disse. Nærturer universelt tilrettelagt-	

naturglade mennesker»	<p>passer for alle -</p> <p>Styrke ressurs som kan jobbe med turmål</p> <p>Tilgang til tilstrekkelig med grøntområder</p>	<p>helseløyper: Rundt bruene, helårsløype Stormyra, Selsetervatnet og Herjevatnet</p>	
Forebygge livsstilsykdommer	<p>Legge til rette tilbud innen fysisk aktivitet,</p> <p>Aktivitet for alle</p> <p>Økt satsing på Frisklivssentral-</p> <p>Økt Kompetanse/ ressurs på ernæring</p>	<p>Tiltak gjennom idrettslag og foreninger- breddetilbud</p> <p>Frivillighetssentral – utlånsentral av fritidsutstyr, ski, skøyter osv. Aktivitetskort til familier med begrenset økonomi- prosjekt barnefattigdom.</p> <p>Tiltak gjennom Friskliv og Mestring: helsesamtaler, treningstilbud og kurstilbud- temakvelder (Bra mat, mestringstreff, KIB/ KID, tobakk-slutt, søvn, diabetes 2). Temakvelder.</p> <p>Tilføre ressurs med ernæringskompetanse på tvers av tjenesteområdene i kommunen.</p>	<p>Plan for idrettsanlegg og anlegg for fysisk aktivitet</p> <p>Plan for opprettelse av Frisklivssentral</p>
Befolkningen skal ha ei god psykisk helse	<p>Tiltak for å forebygge angst og depresjonslidelser</p> <p>Komme tidlig inn- se tiltak under barn- unge.</p>	<p>KID/ KIB kurs</p> <p>Rask psykisk helsehjelp - Eget 3 årig prosjekt</p>	
Legge til rette for at flest mulig opplever at de mestrer hverdagen - god livskvalitet	<p>Tilrettelegge aktivitetstilbud til de som er trygdet (arbeidsledig, langvarig syk/ trygdet)</p> <p>Skape gode møteplasser</p>	<p>«Aktiv på dagtid tilbud»</p> <p>Mestringstreff</p> <p>Dagsenter for demente, og de som sliter psykisk.</p> <p>Andre møteplasser: Kafe i helsehuset</p>	

Gi alle innbyggere mulighet for kultur- opplevelser	Legge til rette for et attraktivt og variert kulturtilbud: Bibliotek som arena for digital opplæring og sosial møteplass.	Møteplasser unge og eldre Kino, bibliotek, konserter osv. Datahjelp til eldre (ungdom lærer eldre). Kulturskolen med tiltak og tilbud i Helsehuset.	
---	--	--	--

Satsingsområde 4: Forebyggende tiltak til eldre

<i>Mål:</i>	<i>Strategi:</i>	<i>Tiltak:</i>	<i>Plan:</i>
<p>Bidra til at eldre opprettholder funksjonsevne:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bo hjemme lenger og bedre - Forebygge ensomhet og øke aktiviteten - Forebygge fallulykker 	<p>Vri tjenestene mot mer forebygging og rehabilitering</p> <p>Videreføre satsingen på «Sterk og Stødig»</p> <p>Treningsgruppe med fokus på styrke og balanse til aldersgruppen 65+.</p>	<p>Prosjekt «Navet i fremtidens helsetjeneste»</p> <p>Forebyggende hjemmebesøk</p> <p>Pårørendeskole</p> <p>Aktivitetsvenn</p> <p>Oppfølgingsteam/demensteam</p> <p>Hverdagsrehabilitering</p> <p>Økt antall plasser på korttid/avlastning og rehabilitering i sykehjem</p> <p>Trygghetspakke/velferdsteknologi</p> <p>Bruk av bibliotek</p> <p>Opplæring av frivillige instruktører (ressurs)</p> <p>Tilbudet drives av frivillige instruktører som har fått opplæring, veiledes av fysioterapeut.</p> <p>Opprette en ressurs til koordinering av tilbudet</p>	Omsorgstrapp

Satsingsområde 5: Bærekraftig miljø

<i>Mål:</i>	<i>Strategi:</i>	<i>Tiltak:</i>	<i>Plan:</i>
Økt trafiksikkerhet	Prioritere tiltak relatert til TS - inspeksjon	Fortsatt jobbe for å sikre trygg persontrafikk over Jernbanebrua på Åndalsnes. Tungtransport mer over på jernbane.	Klima- og miljøplan
Bedre luftkvalitet	Redusere utslipp fra turistbåter	Strengere krav til utslipp av NoX Elektrifisering fra kai	
Økt resirkulering	Utvide krav til kildesortering	Innføre system i alle ledd	
Gode sanitærforhold	Bedre tilgang	Flere offentlige toalett i sentrum og i forbindelse med tur over Romsdalseggen	
Bærekraftig forvaltning og effektiv bruk av naturressurser	Økt vektlegging og evt. revisjon av Klima- og miljøplan	Jobbe i henhold til fremtidige myndighetskrav til kommunal forvaltning. Aktivt eierskap til dette fra kommunens side, med bruk av fagkompetanse fra eksempelvis SINTEF, ENOVA etc. Unngå slitasje på turstier. Samarbeid med lag og foreninger (Friluftsrådet)	