



OSEN KOMMUNE

PROSJEKTPLAN “PROGRAM FOR FOLKEHELSE” OSEN KOMMUNE “Livet – en dans på roser?”

PROSJEKTPLAN PROGRAM FOR FOLKEHELSE I OSEN KOMMUNE

«Livet – en dans på roser?»

1 Bakgrunn

Program for folkehelsearbeid er en felles nasjonal satsing som koordineres og styres av fylkeskommunene. Målgruppe er barn og unge, og temaområdene er psykisk helse og rus.

Osen kommune søkte om deltakelse i Program for folkehelsearbeid hos Trøndelag fylkeskommune i 2018. Kommunen er tatt opp i programmet, og skal innen 10. april 2019 utarbeide en søknad med prosjektplan og budsjett for satsingen.

1.1 Tidligere satsinger

Kommunen har fra 2014 jobbet systematisk med folkehelse, forankret i kommunestyret gjennom folkehelsebilder for kommunen og årlige handlingsplaner, og administrativt i den tverrsektorielle folkehelsegruppa. Her deltar sektorlederne for Helse og Oppvekst, helsesykepleier, psykiatrisk koordinator, rådgiver landbruk og næring, rådgiver kultur og fritid, fagsykepleier hjemmesykepleien og prosjektleder for Bygdatunet (det lokale museet), som også er sekretær for Råd for eldre og personer med funksjonsnedsettelse.

Psykisk helse har hele veien vært en like viktig del av folkehelsearbeidet som fysisk helse, og kommunen har hatt 2 hovedoverskrifter for de lokale satsingene:

- «Æ e mæ å de e bra» - styrke sjølfølelse og psykisk helse
- Sunne steg i Osen – bedre fysisk helse

Kommunen har hatt ulike satsinger og prosjekter knyttet til psykisk helse for barn og unge i folkehelsearbeidet, for eksempel:

- Verdensdagen for psykisk helse, som markeres årlig. Her har kommunen blant annet hatt informasjon til barn og unge om psykisk helse, tema om mobbing og ensomhet (Venn1), laget t-skjorter til alle barn med Verdensdagen-logo og lokalt slagord «Æ e mæ å de e bra», hatt tema om vold og seksuelle overgrep, tema omkring sjølfølelse og sosiale media med Helsesista Tale Krohn Engvik mm.
- Styrket foreldreveiledning gjennom kursing i verktøy som ICDP
- Styrke skolehelsetjenesten med psykiatrisk koordinator
- Kompetanseheving for ansatte om vold og seksuelle overgrep
- Hovedsatsing 2017: Grønne tanker, glade barn (Psykologisk førstehjelpsskrin innføres som verktøy i skoler og barnehager)
- Gjennomføre Ungdata-undersøkelse for å bedre kunnskapsgrunnlaget

1.2 Bakgrunn for valg av satsing

Med Ungdata som ble gjennomført i 2018 i tillegg til elev-undersøkelser, Olweus-undersøkelser og lokal kunnskap har kommunen nå fått et bedre kunnskapsgrunnlag for å vite mer om hvordan barn og unge har det i Osen.

Ungdata er gjennomgått og drøftet med elevene, foreldre, i politiske organer og i administrasjonen. Vi oppsummerer svarene i Ungdata med at mange ungdommer i Osen i hovedsak har det bra, men samtidig er det en del som rapporterer om ulike psykiske plager, vi ligger over landsgjennomsnittet her, og det er mange som bruker mye tid på «skjerm-aktiviteter». Det er derfor all grunn til å utvikle gode prosjekter for å bedre mestring, sjølfølelse og psykisk helse.

Som et ledd i søknadsprosessen i Program for folkehelsearbeid skal det gjennomføres en søkekonferanse for å komme med ideer til tiltak ut fra kunnskapsgrunnlaget man har.

Osen kommune valgte å gjennomføre et ide-verksted (søkekonferanse) over to dager på Drageid leirskole, med alle elevene i ungdomsskolene i kommunen.

Følgende invitasjon ble sendt til elevene og heimene:

«Vi vil gjerne høre hva ungdommene i Osen tenker om egen kommune, hvordan det er å være ung i Osen, vi vil følge opp Ungdata-undersøkelsen som ble gjennomført i vår, og komme fram til gode tiltak som kan gjøre Osen til et enda bedre sted å vokse opp.»

Verkstedet ble gjennomført under faglig ledelse/prosessledelse av psykolog fra organisasjonen Voksne for barn. Lærere fra skolene og representanter fra kommunens folkehelsegruppe deltok også på samlingen, samt representant fra Trøndelag fylkeskommune, som satte samlingen inn i kontekst i forhold til programmet for folkehelse.

Ideer til tiltak ble utviklet gjennom praktiske øvelser, samtaler og cafe-diskusjoner med ungdommene. De fikk også muligheter til anonymt å komme med både et ønske til «Ønskebrønnen», og slenge fra seg det de ville bli kvitt i «Drittsekken». Det er mye positivt med å være ung i Osen, men vi fikk kunnskap om opplevd utestengning, ensomhet og ønske om flere møteplasser, aktiviteter og vennskap, og at det er et behov for å tematisere psykisk helse og mestring. I tillegg fikk vi en erkjennelse av at det er svært viktig å nyansere «mobbing» som begrep og problem, og kanskje heller fokusere mer på utestengning, utfrysing og ensomhet, med vennskap, mangfold og inkludering som mål.

I etterkant av samlingen, i forbindelse med behandlingen av handlingsplan for folkehelse 2019, ble opplegget presentert og erfaringer delt med kommunestyret. To av ungdommene sammen med psykiatrisk koordinator sto for presentasjonen.

Resultatet av ide-verkstedet (de anonyme tilbakemeldingene) er også lagt fram for ungdommene, og de fikk anledning til å svare på noen spørsmål om hvordan de syntes samlingen var.

Folkehelsegruppa fikk veldig mange positive tilbakemeldinger på opplegget, og flere av ungdommene ønsker at et tilsvarende ide-verksted/temasamling kan gjentas flere ganger.

Ønskene og ideene som kom fra på søkekonferansen fra ungdommene gikk i hovedsak langs to «spor»:

- Mer kunnskap om og drøfting av psykisk helse, gjerne som tema i skolen
- Godt oppvekstmiljø, flere fritidsaktiviteter og møteplasser.

Folkehelsegruppa har gjennomgått resultatene fra ide-verkstedet, og ønsker å jobbe videre med begge disse hovedområdene. Søknaden til Trøndelag fylkeskommune i Program for folkehelsearbeid omhandler psykisk helse i skolen, definert som en satsing på **Livsmestring som fag**. Den foreløpige overskriften på satsingen er «*Livet – en dans på roser?*»

I tillegg er det i handlingsplan for folkehelse 2019 lagt opp til en satsing på utvikling av nye fritidsaktiviteter, møteplasser mm. Dette vil foregå som et rent kommunalt tiltak med egen finansiering, og inngår ikke i søknaden til fylkeskommunen.

1.3 Innhold i Program for folkehelsearbeid i Osen ser oppsummert slik ut:

1.3.1 Hovedsatsing: Livsmestring som fag: Arbeidstittel: «Livet – en dans på roser?».

- Målsettingen er bedre psykisk helse for elever i Osen, og økt evne til egenomsorg, robusthet og mestring.
- Satsingen skal inneholde informasjon om psykisk helse og hva det er, og verktøy og metoder barn og unge kan bruke for å forbedre sin psykiske helse.
- Vi vil se til kommuner som allerede har startet et arbeid for å utvikle livsmestring som fag, men legger i utgangspunktet til grunn at dette skal være et eget fag og ikke bare inngå som en del av andre fag.
- Folkehelsegruppa legger opp til at faget skal omhandle ulike kapitler/ temaområder som er avgjørende for å takle livet. Hovedtema vil være kunnskap om psykisk helse og mestringsstrategier, men det er også et stort ønske om å jobbe for å styrke elevene i forhold til områder som kan gi utfordringer i livet og skape psykisk uheld, som for eksempel privatøkonomi, dårlig fysisk helse mm. Kunnskap om egne følelser, kropp og følelser og grensesetting kan også være aktuelle elementer inn i faget.
- Vi vil lage et opplegg som adopterer verktøy og metodikk benyttet i «Gode lærer-elevrelasjoner», som skolene i kommunen har jobbet mye med de siste årene. Dette innebærer at man i tillegg til undervisningstimer i livsmestringsfaget har opplegg for alle lærerne hvor de har faste samlinger om temaet, og får oppgaver som skal gjennomføres mellom samlingene, og de skal føre logg på hva de gjør.

1.3.2 Lokal satsing gjennom tiltak i handlingsplan for folkehelse i de kommende årene: Godt oppvekstmiljø og møteplasser:

- Flere og mer mangfoldige aktiviteter, flere møteplasser.
- I dette inngår arbeid med prosjekt Flerbrukshus, utvikling av ungdomsklubben, og tiltak for et mer mangfoldig fritidstilbud for ungdommer. Stikkord her vil være dans, turn, gaming-aktiviteter mm.

2 Mål og mandat

Målgruppen for satsingen er alle barn og unge i Osen kommune i alderen 5-16 år.

Visjon:

Bidra til følgende erkjennelse, og dermed økt livsmestring blant barn og unge:

Lykka e' et lån, men livet e' en gave

(Fritt oversatt fra Halvdan Sivertsens «Hus ved havet»)

Hovedmålsetting for prosjektet er å skape god psykisk helse og økt livsmestring for barn og unge. Vi skal også bidra til et godt oppvekstmiljø, samhørighet og møteplasser, og å styrke lokalsamfunnet slik at Osen blir en attraktiv plass å bo på.

På kort sikt ønsker vi å utvikle et nytt fag i skolen som er så godt at vi får et verktøy som kan implementeres fast i drift. Vi ønsker å se effekter på kort sikt hos barn og unge ved at de øker sin kunnskap om psykisk helse, og hva livet vil gi av opp- og nedturer.

På mellomlang sikt håper vi på å se effekter gjennom bedre resultater i Ungdata og andre spørreundersøkelser på de dimensjonene som omhandler psykisk helse og livskvalitet.

På lang sikt tror vi vi vil se effekter gjennom færre psykiske plager i befolkningen, og redusert medikamentbruk.

2.1 Mål

2.1.1 Hovedmål:

- Bedre psykisk helse og livsmestring blant barn og unge.

2.1.2 Delmål:

- Skaffe kunnskapsgrunnlag om psykisk helse i skolen/ livsmestring som fag.
- Utvikle et eget opplegg tilpasset Osen.
- Iverksette faget i skolene.
- Implementere i årshjul/ som et fast opplegg.
- Trekke inn Psykologisk førstehjelpsskrin og andre anerkjente verktøy og metoder som en del av livsmestringsfaget.
- Trekke inn ulike tjenester og fagpersoner som kan bidra inn i utvikling av faget, for eksempel flyktningetjenesten og NAV når det gjelder tema personlig økonomi.
- Alle ansatte skal være med og skolerers inn i arbeidet, og vi skal bruke metodikken fra prosjekt Gode lærer-elevrelasjoner.
- Gi barn og unge økt kunnskap om psykisk helse og hva som er «normalt», og hva livet bringer med seg av gleder og utfordringer.
- Gi kunnskap om hvor man kan få hjelp hvis man møter utfordringer man ikke greier å håndtere selv.

2.1.3 Resultatmål (umiddelbare, observerbare mål):

- Ha laget et opplegg for livsmestring som fag
- Ha implementert dette i skolene, og som en del av det ordinære årshjulet/undervisningsplanene

2.1.4 Effektmål: Bedre psykisk helse og robusthet hos barn og unge, herunder:

- Økt kunnskap om psykisk helse hos barn og unge
- Gjøre barn og unge bedre rustet til å takle hverdagens utfordringer gjennom å mestre egne følelser
- Forebygge vold og overgrep gjennom kunnskap om kropp, følelser og grenser
- Bedre resultater i Ungdata og andre spørreundersøkelser på dimensjoner som omhandler psykisk helse og livskvalitet
- Færre psykiske plager i befolkningen, redusert medikamentbruk

2.1.5 Prosessmål (arbeidsmåter, metodikk, involvering):

- Deltakelse fra ungdomsgruppa, og få deres tilbakemeldinger på deltagelse og involvering
- Trekke elever inn i arbeidet med å utvikle faget
- Gjennomføre systematiske evalueringer av Livsmestring som fag/ hva elevene og lærerne synes om opplegget
- Prosjektgruppa skal «holde i» arbeidet, og sørge for en ordentlig overføring til drift før prosjektet er avsluttet

3 Rammer

Tidsramme:

- Oppstart pilot i ungdomsskolene høsten 2020
- Implementering alle trinn høst 2021
- Første evaluering årsskifte 2020/2021

Økonomisk ramme: Kr. 1 545 000,-.

4 Organisering

Eierskap, prosjektledelse og øvrige roller:

- Prosjekteier og oppdragsgiver: Osen kommune ved kommunestyret
- Prosjektleder: Prosjektkoordinator
- Prosjektansvarlig: Rådmannen
- Prosjektgruppeleder: Sektorleder Oppvekst og Kultur
- Kontaktperson: Sektorleder Oppvekst og Kultur

4.1 Styringsgruppe

(tverrsektoriell)

<i>Navn</i>	<i>Rolle/ansvar</i>
Roar Leirset	rådmann
Sissel Blix Aaknes	Sektorleder Oppvekst og Kultur
Elisabeth Fossum	Sektorleder Helse og Omsorg
	Sektorleder Utvikling og Miljø

4.2 Prosjektgruppe

(tverrsektoriell)

<i>Navn</i>	<i>Rolle/ansvar</i>
Sissel Blix Aaknes	Prosjektgruppeleder
Geir Eide	Psykiatrisk koordinator
Tone Moen Olesen	Helsesykepleier
	Prosjektkoordinator
Knut Johan Monkan	Rektor Strand skole
Lillian Dombu	Rektor Seter skole
Ungdomsrepresentant	Oppnevnes fra Strand skole
Ungdomsrepresentant	Oppnevnes fra Seter skole

Folkehelsegruppa i kommunen vil være referansegruppe for prosjektet.

5 Milepæler, hovedaktiviteter, oppfølging og rapportering

5.1 Oppfølging:

Milepæl/Aktivitet	2018	2019	2020	2021	2022	2023	Ansvar
Ide-verksted/ søkekonf.	x						Folkehelse gruppa
Politisk behandling søknad + lokale prosjektmidler		x					SBA
Søknad til fylkeskommunen		x					STA/SBA
Ansettelse prosjektkoordinator			x				RLE/ SBA
Kunnskapsgrunnlag livsmestring som fag			x				Prosjekt-gruppa
Utvikle faget				x			Prosjekt-koordinator
Oppstart pilot					x		Prosjekt-gruppa
Første evaluering					x	x	Prosjekt-gruppa
Implementering alle trinn						x	Prosjekt-gruppa

- Statusmøter: Prosjektgruppa vil ha jevnlig møter for å sikre framdrift og forankring. Modellen kan være tilsvarende den vi har for vår allerede etablerte folkehelsegruppe, som har fungert bra over tid. Etablerte møtearenaer for rektorer og oppvekstsektoren kan brukes for å spare tid til møter og reiser.
- Rapportering i forhold til statusmøter: Fra deltakerne i gruppa, etter hvilke oppgaver de har fått ansvaret for.
- Godkjenning av prosjektplan: Godkjennes av kommunestyret

5.2 Rapportering:

- Statusrapport: Jevnlig til styringsgruppa, jf. ukentlige ledermøter som allerede etablert arena, faste orienteringer til kommunestyret/ formannskap, og Trøndelag fylkeskommune (ut fra hvilke krav som settes i prosjektgodkjenningen)
- Sluttrapport: Til kommunestyret og fylkeskommunen

Avviksrapportering: Til styringsgruppa ved behov.

6 Kvalitetssikring

Kritiske suksessfaktorer

<i>Fremmere</i>	<i>Tiltak</i>
Forankring i organisasjonen	Informasjon, deltakelse i prosjektet
Økonomisk støtte	Politisk forankring, søknad fylkeskommunen
Framdrift i prosjektet	Møteplan og nødvendige ressurser avsatt
God implementering	Godt forberedt pilot, nødvendig tid avsatt til informasjon og forankring i skolene
Sikre varighet/ overføring til drift	Inn i ordinært årshjul og fagplanlegging

Barrierer

<i>Hemmere</i>	<i>Tiltak</i>
Manglende prioritering av prosjektet	Informasjon og avsatte ressurser
Manglende framdrift	Tydelige milepæler, faste møter og tydelig ansvarsfordeling
For dårlig fagopplegg	God forberedelse, innhenting av kunnskap og planlegging
Sikrer ikke overføring til drift	Trinnvis innføring, inn i fast planlegging i skolene, holde i prosjektet som prosjekt fram til dette

7 Økonomi

Se vedlegg. Vi ønsker primært å drifte dette prosjektet gjennom å lønne en deltids prosjektstilling for å koordinere og holde i trådene, og sørge for tilstrekkelig fokus på arbeidet. I tillegg skal prosjektet/ faget implementeres i skolene, noe som krever avsatte ressurser og timer der. Det foreslås også delvis ekstern evaluering, og noe finansiering til dette formålet.

8 Evaluering

Utgangspunktet for vurdering av opplegg for evaluering er KS' veileder for egenevaluering i folkehelsearbeid:

<https://www.ks.no/contentassets/6dc53395d53a44e4a6c2ce0473655335/veilederegenevalueringf42.pdf>.

Type evaluering:

Vi ønsker å både se på en prosessevaluering og en formativ evaluering som gjennomføres selv, og som ser på de fleste delmålene under punkt 2, samt resultat- og prosessmål.

Prosessevalueringen gjennomføres selv, for å se på hvordan prosjektet er gjennomført, om vi har sikret forankring «alle veier», og om vi har oppnådd de ulike målene, fulgt tidsplan og budsjett mm.

Den formative evalueringen gjennomføres også underveis, jf. milepælsplanen, med spørreundersøkelser blant elever og lærere på hva de synes om faget. Dette kan gjennomføres når første pilot er i gang, og også senere etter full implementering, og brukes til å justere kurs/ endre elementer i faget eller undervisningen dersom det er nødvendig.

Ovennevnte evalueringsmetoder vil også være aktuelle når det gjelder de øvrige prosjektene som kommunen skal gjennomføre med fokus på aktiviteter og møteplasser, og som også kan ha effekt på inkludering, samhold og mestring.

Videre er det et spørsmål om man skal se mer på en effektevaluering (summativ evaluering) som ser på måloppnåelse, og gjennomføre dette i samarbeid med et evalueringsmiljø/ andre samarbeidspartnere. Sentrale elementer/ spørsmål i en effektevaluering vil være:

- Har elevene fått økt kunnskap om psykisk helse?
- Kjenner elevene til ulike mestringsstrategier mot psykiske plager og bruker de disse?
- Kjenner elevene til hjelpeapparatet som finnes/ synes de det er lettere å søke hjelp hvis de trenger?
- Oppnås bedre egenrapportering fra ungdommene i Ungdata på dimensjoner som omhandler psykisk helse og livskvalitet?

Baseline for evalueringene vil være siste elevundersøkelser og Ungdata gjennomført før undervisningen i livsmestringsfaget settes i gang.

Samarbeidspartnere: Har per dato ikke tatt kontakt med evalueringsmiljø/ forskningsmiljø. Vi ønsker gjerne en dialog med fylkeskommunen med tips om aktuelle evaluatorene, ev. dialog med fagmiljø på senere samlinger i Program for folkehelse.

Budsjett: Se vedlegg.

9 Implementering

Implementering av tiltaket/ prosjektet er beskrevet i punkt 5/ aktivitetsplanen. Det tas sikte på å bruke 2019 og første halvdel 2020 på utvikling av livsmestringsfaget, og implementering i pilot høsten 2021.

10 Kontrakter og avtaler

Det inngås kontrakter og avtaler ved behov.

11 Godkjenning

Program for folkehelse og kommunens deltakelse i dette er behandlet i kommunestyret i Osen kommune i to tidligere saker. Prosjektplan og budsjett behandles i kommunestyrets møte 6. mars 2019. Prosjektplan sendes deretter til Trøndelag fylkeskommune for godkjenning innen fristen 10. april 2019.