



Verksamhetsberättelse 2010

Karlsborgs Folkhälsoråd



**Karlsborgs
kommun**



**VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN**

Rad

Innehållsförteckning

Karlsborgs Folkhälsoråd	1
Organisation	1
Årets verksamhet	1
Årets resultat	1
Delaktighet och inflytande	2
Ökad delaktighet inom folkhälsoarbetet	2
Utvecklingsdagar	2
Informationsinsatser	2
Barns och ungdomars uppväxtvillkor	2
Främja den psykiska hälsan hos barn och unga och stödja föräldrarna	2
Skaraborgsgemensamt fokusområde	3
Ökad hälsa för unga kvinnor 18-34 år	3
Övrigt som har tillkommit under året	3
Verksamhet utförd med hjälp av folkhälsobidrag	4
Hälsa i arbetslivet	5
Rökfri arbetstid	5
Hälsofrämjande hälso- och sjukvård	5
Ökat ansvar för den egna hälsan	5
Matvanor och livsmedel	5
Bra matvanor för barn och unga	5
Kostprogram	6
Verksamhet utförd med hjälp av folkhälsobidrag	6
Tobak, alkohol, narkotika, dopning och spel	6
Tobaksfri ungdom	6
Övrigt som har tillkommit under året	6
Skapa förutsättning för ett aktivt åldrande	7
Ökad social gemenskap för äldre	7
Senioreernas Dag	7
Övrigt som har tillkommit under året	7
Verksamhet utförd med hjälp av folkhälsobidrag	8
Övrigt	8
Verksamhet utförd med hjälp av folkhälsobidrag	8

Handwritten signature

Karlsborgs Folkhälsoråd

Organisation

Förtroendevalda

Agneta Artman (M), ordförande, ledamot i kommunstyrelsen
Anna Bruzell (S), ledamot i kommunstyrelsen
Stig Carlsson (S), v ordförande, ledamot i Hälso- och sjukvårdsnämnd Östra Skaraborg
Lars Åke Carlsson (M), ledamot i Hälso- och sjukvårdsnämnd Östra Skaraborg

Tjänstemän

Thomas Johansson, kommunchef, Karlsborgs kommun
Ylva Ringhede, vårdcentralschef, Primärvården
Lena Johansson, sekreterare, folkhälsoplanerare Folkhälsoenheten Skaraborg

Årets verksamhet

Under året har folkhälsorådet haft fem protokollförda sammanträden och två halvdagar för utveckling tillsammans med representanter för nämnder, förvaltningar och primärvård.

Delaktigheten inom folkhälsoarbetet har ökat genom det folkhälsobidrag, totalt 70 000 kronor, som ideella föreningar har kunnat söka. Flera spännande verksamheter kom igång tack vare de tjugotre bidrag som beviljades i arbetet för en bättre folkhälsa. Familjecentralens personal har fått stöd för att vidareutbilda sig inom det föräldrastödjande programmet ICDP. Metoden används nu i alla möten med föräldrar och föräldragrupper har utbildats. Den första arbetsgrupp som fått vägledning har varit dagbarnvårdarna. Kommunen har deltagit i kunskapsnätverket Skolmatsakademien och i "Störa langningen i Skaraborg 2010". Under en eftermiddag informerade och inspirerade Skövde drogförebyggande samordnare kommunens klasslärare för åk 4-9 i det tobaksförebyggande arbetet. Att social gemenskap främjar en god hälsa för äldre är väl känt varför Senioreernas Dag genomfördes även under 2010.

Årets resultat (kr)

Folkhälsorådets budget är samfinansierad av Karlsborgs kommun och Västra Götalandsregionen, Hälso- och sjukvårdsnämnd Östra Skaraborg. Parterna avsätter årligen 70 000 kronor vardera till folkhälsorådets verksamhet.

	Bokslut 2010	Budget 2010	Avvikelser
Verksamhetens kostnader			
Delaktighet och inflytande i samhället	80 372 kr	77 000 kr	- 3 372 kr
Barns och ungdomars uppväxtvillkor	27 671 kr	27 000 kr	- 671 kr
Hälsa i arbetslivet	0 kr	1 000 kr	1 000 kr
Hälsofrämjande hälso- och sjukvård	0 kr	1 000 kr	1 000 kr
Matvanor och livsmedel	11 861 kr	13 000 kr	1 139 kr
Tobak, alkohol, narkotika, dopning, spel	2 558 kr	2 500 kr	- 58 kr
Skapa förutsättning för ett aktivt åldrande	10 971 kr	12 000 kr	1 029 kr
Övriga utgifter	6 382 kr	6 500 kr	118 kr
Årets resultat	139 815 kr	140 000 kr	185 kr

Had

Delaktighet och inflytande i samhället

Ökad delaktighet inom folkhälsoarbetet

Verksamhetsmål: Ideella föreningar erbjuder allmänheten verksamhet inom områden som folkhälsorådet prioriterar

Uppföljning: Sammanställning av inlämnade rapporter

Under ett möte med tjugo representanter för ideella föreningar informerades om fjolårets verksamhet som genomförts med hjälp av folkhälsobidrag och om årets kriterier för att söka bidrag. Tjugosju ansökningar kom in varav tjugotre beviljades. De aktiviteter som har genomförts med hjälp av folkhälsobidrag har sammanställts och finns redovisade under respektive område samt under rubriken övrigt.

Utvecklingsdagar

Verksamhetsmål: Genomföra två utvecklingsdagar

Uppföljning: Resultat avseende utvecklande av folkhälsan i Karlsborgs kommun

För att utveckla folkhälsan i Karlsborg har två halvdagar genomförts tillsammans med representanter för kommunens nämnder och förvaltningar och primärvården.



Deltagarna har bland annat fått information om arbetet med en strategisk plan för folkhälsoarbete i Skaraborg, gemensamt tagit fram förslag till prioriteringar för 2011 och tagit del av hur Essungas skolor lyckats vända negativa resultat till att bli en av landets allra bästa skolor.

Informationsinsatser

Verksamhetsmål: Sprida folkhälsoinformation

Uppföljning: Vad har informationen bestått av?

Under året har folkhälsorådets ledamöter regelbundet informerat kommunstyrelsen, kommunfullmäktige och hälso- och sjukvårdsnämnden om pågående verksamhet. Folkhälsoplaneraren har informerat; på ett dialogmöte med hälso- och sjukvårdsnämnden, folkbildningsrådet, barn- och utbildningsnämnden, kommunfullmäktige, arbetsgruppen Äldres hälsa samt på två utvecklingsdagar. Information om folkhälsa och folkhälsorådets verksamhet har även funnits på folkhälsorådets hemsida karlsborg.se/folkhalsa och via reportage i SLA.

Barns och ungdomars uppväxtvillkor

Främja den psykiska hälsan hos barn och unga och stödja föräldrarna

Verksamhetsmål: Stödja familjecentralen så personalen får ytterligare kunskap för att kunna vägleda föräldra- och arbetsgrupper

Verksamhet utförd med hjälp av folkhälsobidrag

Fotbollscup – BK Trix Lag flickor 93/94/95

Under vecka 30 åkte 16 tjejer och 2 ledare på cup i Danmark där cupens signum är satsningen på bra mat. Sex matcher spelades. Laget splittras nu och en del fortsätter i det damlag som planeras för 2011. Laget har haft starka sociala band.

Verksamhet barn, ungdom och vuxna - Undenäsbygdens Byalag

Utan kostnad för barnen har kurser i teater, filmskapande, musik, akrobatik och måla en tavla genomförts. Föreningen har även kunnat köpa in film för filmkvällar samt datorspel och konsoler.

"Att spela en roll", Amatörteater för, och med, barn och ungdomar i Karlsborg – Karlsborgs Teatersällskap

Ungdomsteatern har utvecklats och intresset för teater bland barn och ungdomar har ökat och det har blivit ett ökat tryck att vara med. Genrepet av "Att spela en roll" sågs av skolungdomar och efterföljande föreställningar av 400 personer. I november hölls premiär för teatern "Lyckan".



Träningsläger i Lignano, Italien – SOK Träff Friidrott

14 ungdomar var uppdelade i grupper om 3-4 ungdomar och 1 ledare/lägenhet och de fick själva klara av att städa och laga frukost och lunch. Efter föreläsningar om "kost och träning" blev ungdomarnas planering och även inköp av matvaror bättre och nyttigare.

Sportlovsvecka i Trysil – SMU i Mölltorp

Drygt 60 ungdomar fick möjlighet att åkte skidor och ha gemensamma aktiviteter på kvällarna. Resan var mycket uppskattad av alla.

Skolkonsert på Casablanca – Riksteaterföreningen i Karlsborg

På bio Casablanca spelades en mycket uppskattade soul- popkonsert med Benyam Lemma band för åk 7 förmedlad av Musik i Väst.

Föräldraaktivitet med barn – Friluftsförbundet Karlsborg

10 föräldrar i barngrupperna testade geocaching och 60 besökare lockades av familjeaktiviteten spökvandring i mörker med efterföljande korvgrillning. Under en äventyrsdag provade 70 besökare på klättring och paddling och gick en aktivitetsslinga i skogen.

Skapa en aktiv fritid för unga och gamla – Hanken Hembygds- och Föräldraförening

Föreningens isbana är den enda som finns tillgänglig för ungdomar och är betydligt säkrare än "sjöisar". Föreningen har kunnat erbjuda säker skridskoåkning både för ungdomar och för skolklasser från flera kommuner.

Höstlovsaktiviteter – Rädda Barnens lokalförening i Karlsborg

De mycket populära aktiviteterna har varit: Scrap-booking, luffarslöjd, karamellkokning, mangateckning, skrivarstuga, Hip hop, foto, kortspel Hollywood, loppis samt en ungdomskonsert. Totalt sysselsattes 130 ungdomar i åldrarna 10-13 år.



Hälsa i arbetslivet

Rökfri arbetstid

Verksamhetsmål: Verka för att personal inte röker under arbetstid

Uppföljning: Andel personal som är rökfri under arbetstid

Planerade åtgärder har senarelagts och kommer att genomföras under 2011.

Hälsofrämjande hälso- och sjukvård

Ökat ansvar för den egna hälsan

Verksamhetsmål: Ökad information om hur goda levnadsvanor kan påverka den egna hälsan

Uppföljning: Andel besökare på livsstilmottagningen 2009 och 2010 i förhållande till totala antalet besök hos läkare och distriktssköterska

På livsstilmottagningen, där en diabetessköterska arbetar, läggs mycket tonvikt på rökavvänjning, men även på kost och motion för överviktiga, högt blodtryck, förstadium till diabetes, höga blodfetter, mm. Information om hur goda levnadsvanor kan påverka den egna hälsan ges även på dietist- och distriktssköterskemottagningen och sjukgymnasterna är mycket ambitiösa att jobba med förebyggande hälsovård och ändrade levnadsvanor.

Att få fram en trovärdig statistik över besöksantal har varit svårt och i dagsläget inte tillgängligt bland annat för att mycket rådgivning och behandling som rör livsstilen även sker utanför livsstilmottagningens verksamhet.

Matvanor och livsmedel

Bra matvanor för barn och unga

Verksamhetsmål: Ingå på försök i Skolmatsakademin under 2010

Verka för en positiv attityd till skolmåltiden

Uppföljning: Redovisning av erfarenheter

Karlsborg gick på försök med i Skolmatsakademin under hösten 2009. Kostchefen och skolkökspersonal har varit på utbildning och vissa förbättringar av skolmaten har skett. Försöket att ingå i Skolmatsakademin kommer att avbrytas på grund av kostnaden.

Vid ett första möte med ett nybildat centralt matråd redovisades resultatet av en elevenkät om mat, sedel, matsal, miljö och trivsel. Alla elever upplevde att matsalarna var trivsamma, men att det kan vara väldigt kort tid att äta på, speciellt när kötiden är lång. Dessutom kom önskemål upp om en griffeltavla för meny till Carl Johan skolan. En sådan har nu köpts in av folkhälsorådet.

Kostprogram

Verksamhetsmål: Stödja att ett kostprogram arbetas fram

Uppföljning: Redovisning av hur arbetet med att ta fram ett program fortskrider

Kostchef Liz Borgwardt har tagit fram Förslag till kostpolicy för Karlsborgs kommun som gått ut på remiss.

Verksamhet utförd med hjälp av folkhälsobidrag

Bra matvanor för barn och ungdomar i aktiv träning – Karlsborgs Simklubb

Vid ett sommarsläger innehöll programmet även flera teorilektioner om mat. På ett enkelt sätt tog man upp om vad som behövs före respektive efter träning för att kroppen ska fungera så bra som möjligt och att den som tränar mycket inte kan jämföra sina portionsstorlekar med kompisar som inte tränar. Före och efter varje simpass serverades även hälsosamma mellanmål. 11 ungdomar deltog.



Tobak, alkohol, narkotika, dopning, spel

Tobaksfri ungdom

Verksamhetsmål: Stödja det tobaksfria arbetet

Uppföljning: Andel tobaksfria elever åk 7-9

Vid årets slut hade 93 % av eleverna i åk 7-9 ett antirök- och snuskort kvar och uppgav sig således att vara tobaksfria. I och med att antirök- och snuskorten under 2010 börjat införas även för årskurs 6 bjöds samordnaren för Skövdes drogförebyggande arbete Pirjo Svegréus in för att inspirera i det tobaksförebyggande arbetet. 27 klasslärare från åk 4-9 från Carl Johanskolan, Mölltorpskolan, Strandskolan, Forsviks friskola och Kabysen deltog.

Övrigt som har tillkommit under året

Störa langningen i Skaraborg 2010

Skaraborgskampanjen mot langning kom att innehålla tre olika kampanjer "Störa langningen", "Tänk om" och "Kraftsamling mot våld, alkohol och droger". Under "Störa langningen" fanns ett stort antal rosa affischer uppsatta runt om i kommunen. Foldern "TÄNK OM", som ingår i en av Statens Folkhälsoinstituts anordnad kampanj, gick ut till föräldrar i samband med Carl Johanskolans sommarbrev. "Kraftsamling mot våld, alkohol och droger" innehöll en konferens i Skövde, korta informationsfilmer i TV4 Skaraborg, brev samt informationsfoldern "Alkohol kan förändra allt" som gick ut till alla målsmän till elever på Carl Johanskolan och till föreningar med barn- och ungdomsverksamhet. Bakom kampanjerna står Polisen, Folkhälsoenheten Skaraborg, Drogeförebyggarna, Länsstyrelsen och de flesta av Skaraborgs kommuner.

Skapa förutsättning för ett aktivt åldrande

Ökad social gemenskap för äldre

Verksamhetsmål: Stödja Kultur för seniorer i dess arbete med mötesplatser vid bibliotek och träffpunkter

Uppföljning: Redovisning av antal besökare/engagemang

Kultur för seniorer är en verksamhetsmodell som ska ta till vara och utveckla de äldres rätt till en meningsfull vardag i gemenskap med andra. Detta har bland annat skett genom att skapa mötesplatser för äldre. Aktiviteter som har genomförts är "Dialogtorg" – en plats för möten, lärande och reflektion, "Hund för alla" – två informationstillfällen om hur en kamratscirkel kan gå till, "Den magiska bönan" – kafferep med provsmakning och prat om kaffe, "Litterärt smörgåsbord" – fyra tillfällen när bibliotekspersonal läste högt samt "Släktforskning" då deltagarna vid flera tillfällen fick forskarhjälp för att hitta sina rötter.

Seniorernas Dag

Verksamhetsmål: Anordna Seniorernas Dag

Uppföljning: Redovisning av antal besökare

Ett hundratal besökare kom då årets tema var "Att ta ökat ansvar för sin hälsa". Läkaren Henrik Hadimeri, från njurmedicin föreläste under rubriken *Allt fler har många läkemedel. Blir vi sjukare?* Flera frågor kom upp under den uppskattade föreläsningen. Programmet innehöll dessutom underhållning, pausgymna och information av "Fixar Malte". Därtill fanns god tid att dricka kaffe och se alla utställningar. Mot att skriva ner vad som gör mig glad fick alla en gratislott med vinstchans. Utställarna kom från primärvården, kommunen, Röda Korset, SPRF och Anhörigföreningen Ankaret.



Övrigt som har tillkommit under året

Konferens/utbildning

Representanter från arbetsgruppen Äldres hälsa och från Kultur för seniorer deltog på konferensen *Det är aldrig för sent! Förbättra äldres hälsa med möten, mat och aktiviteter* och rapporten med samma namn har köpts in. Folkhälsoplaneraren har även deltagit på konferensen *Hälsosamt åldrande* i Göteborg.

Utökning av arbetsgruppen Äldres hälsa

Efter förfrågan till Röda Korset om att vara representerat i arbetsgruppen Äldres hälsa har man tackat ja. Representant är Carita Karlsson, som tidigare ingått i arbetsgruppen då som representant för socialtjänsten.

Äldresäkerhetsmaterial

För några år sedan tog arbetsgruppen för äldres hälsa fram äldresäkerhetsväskor, roll-up, informationspärmar och foldrar över äldresäkerhetsmaterial och var det kan köpas. En diskussion har inletts med enhetscheferna inom äldreomsorgen om hur materialet används, hur det kan förbättras och vad som behöver uppdateras.

Verksamhet utförd med hjälp av folkhälsobidrag

Båtresa – Anhörigföreningen Ankaret

Under en mycket uppskattad trivselresa på sjön Viken deltog 72 personer. Genom utflykter, föreläsningar och trevliga medlemsmöten har föreningen fått fler medlemmar.

Hälsoseminarier – Karlsborgs Röda Korskrets

I Röda Korsets regi genomfördes tre hälsoseminarier. Det första var Kost o nutrition hos äldre med Edzia Koch som föreläsare. Ett 30-tal åhörare lyssnade till Mat och motion i förebyggande syfte med Ann Kari Lindqvist. Säkerhet i hemmet samt Bra för fötterna med Carita Karlsson lockade ett 20-tal åhörare. Alla seminarierna var mycket uppskattade.

Vi kurar skymning med Claes Astin – Karlsborgs Konstförening

Ett 90-tal intresserade åhörare hade kommit till Haganäset för att lyssna till Claes Astin som kåserade om konst.

Seniorföreställning på Haganäset – Riksteaterföreningen i Karlsborg

Ett 40-tal seniorer lyssnade till den uppskattade 30- och 40-talsmusiken av swingmodell.

Friskvårdsdag för pensionärer – PRO Karlsborg

Trots dåligt väder lockades 45 pensionärer till en Friskvårdsdag i augusti med tipspromenad, boule-spel och social gemenskap vid grillen.

Övrigt

Verksamhet utförd med hjälp av folkhälsobidrag

Bridgeutveckling söndagar – Carlsborgs Bridgeklubb

För nybörjare genomfördes sex träningssammankomster under våren med 8-12 deltagare per tillfälle. Under hösten startade även en fortsättningskurs i Hankens Bygdegård och en nybörjarkurs på Brevikens golfklubb.

Tryckkostnad kartor och foldrar – Granviks Byalag

För de sex vandringslederna i Granvik och dess omnejd har föreningen köpt in två lådor för foldrar och 700 infoblad/foldrar har tryckts.

Föra ut information om vår lokalhistoria – Rödesund-Wanäs Hembygdsförening

Föreningen har genomfört två annonserade offentliga möten med lokalhistoriskt intressanta bildvisningar, anordnat öppet hus och genomfört exkursioner till historiska platser.

Idrottsplatser i Karlsborgs kommun idag och i gången tid – Karlsborgs Idrottshistoriska Sällskap

Föreningen har vid två tillfällen bjudit in allmänheten till "Idrottshistoriskt café". Ett drygt sjuttital intresserade kom för att delta. Bland deltagarna fanns flera före detta aktiva spelare och ledare varav många hade med sig egna foton och gamla tidningsurklipp som ivrigt diskuterades under kvällen.

Had

Kontakt vid frågor

Adress

Karlsborgs kommun
Folkhälsorådet
Storgatan 16
546 82 Karlsborg

Tfn

0505-172 33

E-post

lena.johansson@karlsborg.se

Webbplats

www.karlsborg.se/folkhalsa

St ad