

Planbeskrivelse

Arkivsak: 16/463
Arkivkode: 144
Sakstittel: FOLKEHELSE

Planbestemmelser

Folkehelseplanen med endringer, etter
vedtak i kommunestyret 29.10.2014.

Sak 14/502,



Folkehelsep

Beiarn kommune



Innholdsfortegnelse

1.0 Innledning	3
2.0 Overordnet mål for Folkehelseplan	4
3.0 Delmål for Folkehelseplanen	5
4.0 Statlige og fylkeskommunale føringer	5
4.1 Statlige føringer	5
4.2 Fylkeskommunale føringer	5
4.3 Samarbeidspartnere i folkehelsearbeidet	6
4.4. Interkommunalt samarbeid i folkehelsen	6
5.0 Organisering	6
6.0 Folkehelseprofil og folkehelsebarometer 2014	6
7.0 Målområder med innsatsområder	7
Helse og sosial	8
Pleie og omsorg	9
Oppvekst og utdanning	9
Kultur og idrett	10
Det flerkulturelle samfunnet	11
Vedlegg	13
Aktiviteter for Folkehelseplan 2014-2016	13

1.0 Innledning

I Beiarn kommune setter vi mennesker i fokus. Vi har mange tilbud til våre innbyggere og det er summen av disse tilbudene, samt lokalt engasjement og holdninger i samfunnet generelt, som gir et godt liv i Beiarn. En aktiv og meningsfylt hverdag er viktig for mennesker. Fokus på en god folkehelse er en grunnleggende verdi av stor betydning for både individet og samfunnet. I Beiarn kommune ser vi helse i et helhetlig perspektiv og føler det er viktig å legge til rette for at hver og en tar sunne valg.

I folkehelseloven heter det at kommunen skal ha nødvendig oversikt over helsetilstanden i befolkningen og de positive og negative faktorer som kan virke inn på denne. Og at ”Kommunen skal fremme folkehelse innen de oppgaver og med de virkemidler kommunen er tillagt, herunder ved lokal utvikling og planlegging, forvaltning og tjenesteyting” (§ 4). Videre skal kommunen i sitt arbeid med kommuneplaner ”fastsette overordnede mål og strategier for folkehelsearbeidet som er egnet til å møte de utfordringer kommunen står overfor”.

Folkehelseplanen i Beiarn kommune retter seg inn på livsstilsfaktorer som tobakk, rus, kosthold og fysisk aktivitet. Det er en egen folkehelsegruppe som arbeider aktivt for målene i folkehelseplanen, samt tilrettelegger for at individuelle tilpasninger gjøres.

Medvirkning er sentralt i folkehelsearbeidet i Beiarn for å lage gode lokale folkehelsestrategier. Samtidig kan gode medvirkningsprosesser i seg selv være helsefremmende gjennom å mobilisere den enkeltes iboende krefter og ressurser, noe som bidrar til innflytelse og mestring i egne liv. Alle sektorer i kommunen har derfor et ansvar for å sette fokus på folkehelse i sine arbeidsoppgaver.

Kommunen skal ha en skriftlig oversikt over helsetilstanden i befolkningen, samt positive og negative faktorer som virker inn på denne. Denne oversikten må vi lage selv ved hjelp av Folkehelseprofilen, statistikk fra Folkehelseinstituttet, og de tilbakemeldinger vi får fra andre yrkesgrupper.

Formålet med folkehelseloven er at den skal bidra til en samfunnsutvikling som fremmer folkehelse, herunder utjevner sosiale helseforskjeller. Folkehelsearbeidet skal fremme befolkningens helse, trivsel, gode sosiale og miljømessige forhold og bidra til å forebygge psykisk og somatisk sykdom, skade eller annen lidelse.

2.0 Overordnet mål for Folkehelseplan

En samlet innsats skal opprettholde, fremme og forbedre den fysiske og mentale helsen blant kommunens befolkning i alle aldre. Innsats for god folkehelse er den enkeltes og samfunnets ansvar alene og sammen.

God helse hele livet - Et felles ansvar

Kommuneplanens samfunns- og arealdel er kommunens hovedplan og skal gi de overordnede føringer, bl.a. til kommunens del- og sektorplaner. Vi har så langt som mulig prøvd å integrere kommuneplanens strategiske føringer, slik at det blir en naturlig og nødvendig forbindelse til folkehelseplanen.

En samlet innsats skal opprettholde, fremme og forbedre helsen blant kommunens befolkning i alle aldre. Det er et felles ansvar. Beiarn kommune skal være et inkluderende samfunn som skaper gode opplevelser og gode oppvekstvilkår for barn og unge. Kommunen skal bidra til å skape trivsel og velferd for alle. Innbyggere i Beiarn kommune skal gis mulighet til et aktivt kulturmiljø og et godt og variert fritidstilbud. Innbyggerne i Beiarn kommune skal i sin hverdag stimuleres til å drive regelmessig fysisk aktivitet i nærmiljøet.



3.0 Delmål for Folkehelseplanen

- Legge til rette med «muligheter for alle» i folkehelsearbeidet.
- Alle sektorer i kommunen har et fokus på folkehelse i sine arbeidsoppgaver; det politiske, det administrative, helse og sosial, pleie og omsorg, skole og barnehage.
- Vektlegge samarbeid med fylkeskommunen og andre kommuner med oppgaver, som kommunen ikke kan løse alene.
- Følge opp folkehelsearbeid i kommunens kulturplan, samfunnsplan, anleggsplan og arealplan og de temabaserte satsingsområdene.
- Fokuserer på gode, tilgjengelige og trygge møteplasser for mennesker i alle aldre og med ulike forutsetninger.

4.0 Statlige og fylkeskommunale føringer

4.1 Statlige føringer

Lov om Folkehelsearbeid (folkehelseloven)

Lov om planlegging og byggesaksbehandling

Stortingsmelding nr. 34 (2012-2013) Folkehelsemeldingen *God helse- felles ansvar*.

Samhandlingsreformen forutsetter at man skal styrke kommunenes ansvar for forebygging, tidlig oppfølging og helsefremmende arbeid i alle sektorer.

Forebygging gjennom Lov om kommunale helse- og omsorgstjenester m.m.

4.2 Fylkeskommunale føringer

Beiarn kommune har hatt en partneravtale om folkehelsearbeid med Nordland fylkeskommune siden våren 2009.

Fylkeskommunen skal også understøtte kommunen sitt folkehelsearbeid jfr. § 20. Den skal også være pådriver for og samordne folkehelsearbeidet i fylket, for eksempel gjennom partnerskap.

4.3 Samarbeidspartnere i folkehelsearbeidet

Lag og organisasjoner i kommunen anses som samarbeidsparter i arbeidet med helsefremmende tiltak. I tillegg har en samarbeidsparter regionalt og på fylkesplan.

4.4. Interkommunalt samarbeid i folkehelsen

Salten regionråd, Saltens friluftsråd og det regionale kulturnettverk.

5.0 Organisering

I utarbeidelsen av folkehelsearbeidet, er det satt sammen en tverrfaglig gruppe som består av ulike representanter. Gruppen møtes jevnlig og behandler årlig handlingsplan og evaluerer oppnådde mål og resultater. Arbeidsgruppen har som mål å konkretisere hvilke tiltak som prioriteres, og at disse blir gjennomført. Gruppen skal sørge for at alle sektorer følger opp og gjennomfører tiltak. Samtidig er det viktig med innspill og samarbeid med aktører som er utenfor kommunal forvaltning. Kommunen må støtte opp rundt ildsjeler, frivillige og foreldre som legger til rette for økt aktivitet både for unge og eldre.

6.0 Folkehelseprofil og folkehelsebarometer 2014

Befolkning:

- Andelen eldre over 80 år i 2020 er estimert til å være høyere enn i landet som helhet.
- Andelen som bor alene er ikke entydig forskjellig fra landsnivået.

Levekår

- Andelen med videregående eller høyere utdanning er lavere enn landsnivået.
- Kommunen er ikke entydig forskjellig fra landet som helhet når det gjelder andelen barn (0-17 år) som bor i husholdninger med lav inntekt. Lav inntekt defineres her som under 60 % av nasjonal medianinntekt.
- Andelen barn med enslig forsørger er ikke entydig forskjellig fra landsnivået.

Miljø

- Andelen med skader er ikke entydig forskjellig fra landsnivået, vurdert etter sykehusinnleggelser.

Skole

- Andelen 10. klassinger som trives på skolen er ikke entydig forskjellig fra andelen i landet som helhet. Kommuneverdien kan skjule stor variasjon mellom skoler.
- Det er utilstrekkelig tallgrunnlag for å vise statistikk på andelen 5. klassinger som er på laveste mestringsnivå i lesing.
- Frafallet i videregående skole er høyere enn i landet som helhet.

Levevaner

- Det finnes lite statistikk på levevaner. Indikatorer på temaområdet helse og sykdom kan gi informasjon om befolkningens levevaner.
- Utbredelsen av overvekt er ikke entydig forskjellig fra landsnivået, vurdert etter andelen menn med KMI > 25 kg/m² på sesjon.

Helse og sykdom

- Forventet levealder for menn er ikke entydig forskjellig fra landsnivået.
- Andelen med psykiske symptomer og lidelser er lavere enn i landet som helhet, vurdert etter data fra fastlege og legevakt.
- Utbredelsen av hjerte- og karsykdommer er ikke entydig forskjellig fra landsnivået, vurdert etter sykehusinnleggelser.
- Sykdommer og plager knyttet til muskel- og skjelettsystemet ser ut til å være mindre utbredt enn i landet som helhet, vurdert etter data fra fastlege og legevakt.
- Tykk- og endetarmskreft ser ikke ut til å være entydig forskjellig fra landsnivået, vurdert etter antall nye tilfeller.

Kommunen ligger med høy grad av sikkerhet bedre an enn landet som helhet:

- Psykiske symptomer og lidelser
- Muskel og skjelett lidelser

Kommunen ligger med høy grad av sikkerhet dårligere an enn landet som helhet:

- Gjennomført videregående skole eller høyere utdanning, 30-39 år.
- Frafall i videregående skole.
- Andelen uføretrygdete 18-44 år.
- Hjerte- og karsykdommer.
- Diabetes type II
- Kvinner som røyker

7.0 Målområder med innsatsområder

«Helse i hver sektor og hver beslutning»

I alle sektorer ligger det et folkehelseperspektiv. Det ligger i planarbeidet når man legger til rette for gang- og sykkelvei. Det er de ansattes kollegiale hverdag og elevenes mestringsfølelse på skolen. Det skjer i barnehagen med mange uteaktiviteter. Det er den grønne resepten og forebyggende samtalen. Det er styrketreningen og musikken på sykehjemmet. Det er det gode arbeidsmiljø. Det er den sunne kioskmaten på fotballkampene, den gode opplevelsen og mentale påfyllet man får på kulturarenaen, i biblioteket, foran bålet. Det er å bli møtt på den sosiale arena. Det er det politiske arbeidet med formidling av god mental og fysisk helse i hele lokalsamfunnet. I en god samfunnsutvikling er det et helseperspektiv i alle ledd, fra sunne oppvekstvilkår til en god alderdom.

Helse og sosial

Innsatsområder:

Legekontoret – motiverende intervju

Legekontoret vil fortsatt gi god og riktig hjelp til den enkelte bruker. I tillegg vil fokus rettes mot ungdom og deres mentale helse og å gjøre hver og en i stand til å møte en hverdag utenfor Beiarn. Et tiltak som bør utredes er «operativ psykologtjeneste», som er et interkommunalt samarbeid.

Helsestasjon/Jordmortjeneste

Tidlig intervensjon:

Tidlig intervensjon betyr å gripe inn så tidlig som mulig når en blir bekymret for et annet menneske. Tidlig hjelp kan forhindre at problemene blir for store og vanskelige og håndtere. Det er viktig med tidlig intervensjon i alle ledd rundt barn og unge. Et godt tverrfaglig samarbeid mellom fagpersoner; helsesøster, helsestasjonslege, barnehage, skole, barnevern og barne- og ungdomsarbeider sikrer at vi tidlig kan avdekke og sette inn tiltak. Tverrfaglig team og delvis samlokalisering bidrar til dette.

Arbeidsliv

Arbeidsliv og helse henger nøye sammen.

Mens vi tidligere så på arbeid som et nødvendig slit, er oppfatningen i dag at arbeid er nøkkelen til mening, deltakelse og selvrealisering i tillegg til at det gir økonomisk trygghet. Vi snakker ikke lenger om å utføre arbeid, men å delta i arbeid.

Et overordnet sosialpolitisk mål er å få flere ut i arbeidslivet og færre på offentlig ytelse. Skal vi nå dette målet, betinger det godt samarbeid mellom bl.a. partene i arbeidslivet, helsevesenet og NAV. Dette innebærer at vi må ha stor fokus på godt nærværarbeid, tilrettelegging og forebygging. Utfordringen blir enda større når gjennomsnittsalderen øker og arbeidsmarkedet er begrenset.

Psykisk helse

Deltakelse i nærmiljøet er viktig for alle mennesker. Spesielt viktig er det å legge til rette for aktivitet og mestring for dem med psykiske helseproblemer.

For mennesker med psykiske lidelser og/eller med rusproblemer finnes en egen hjemmetjeneste. I tillegg finnes det et daglig lavterskeltilbud for alle i Aktivitetssenteret i Holmen.

Det ligger mye god forebygging i fysisk aktivitet. Det gis derfor individuelt tilpassede treningsopplegg for tjenestemottakere.

Ruspolitisk handlingsplan beskriver tiltak og strategier i det rusforebyggende arbeidet. Gjennom kommunens psykiske helsevern, samt barne- og ungdomsarbeidet, skal det være et

godt grunnlag for å jobbe direkte opp mot barn og unge, skole, frivillige lag og foreninger og foreldre. Planen skal revideres, og nye undersøkelser gjennomføres.

Pleie og omsorg

Innsatsområder:

Sykehjemmet:

Sykehjemmet skal legge til rette for økt fokus på fysisk aktivitet. Dette kan legges inn i den daglige rutinen. Det er viktig at pasientene får tilrettelagt pleien, slik at de i størst mulig grad bidrar til egenomsorg.

Ernæring

Beiarn sykehjem har eget kjøkken der det lages mat fra grunnen. Riktig og rett sammensatt kosthold er med på å forebygge sykdom og underernæring hos eldre. Det er også en viktig trivselsfaktor.

Åndelige og kulturelle behov

Det er tett samarbeid med den norske kirke, og det er ofte andakt og gudstjeneste for de som ønsker det. Kulturelle bidrag er også viktig for trivselen, og i tillegg til medarbeidere som legger til rette for dette, bidrar også frivillige.

Markering av årstider med fester o.l. bidrar til at pasientene har noe å se fram til.

Oppvekst og utdanning

Innsatsområder:

Skole

Skolen i Beiarn har et fokus på faste aktiviteter for elevene gjennom skoleåret. Dette er aktiviteter som gir fysisk uttelling og skal ha en sosial ramme for elever og ansatte. Sunt kosthold i hverdagen, i samarbeid med foreldre er også en viktig faktor. Skolen er også med på å tilrettelegge for fysisk hverdagsaktivitet som innbyggere i hele kommunen kan benytte seg av (se handlingsplanen i vedlegget).

Barnehage

Et mål for barnehagen er at barna skal få oppleve å bruke hele kroppen. De skal kunne utvikle en allsidig motorikk. Barna skal også være trygge på egne grenser. De skal få være aktive, spise sunt og få en opplevelse av allsidig kosthold. Barnehagen har også et fokus på de ansattes kollegiale forhold, egne sammenkomster og sosiale aktiviteter.

Kosthold

Et sunt og variert kosthold er viktig for god fysisk og psykisk helse. Kostholdsveiledning fra tidlig alder kan motvirke livsstilssykdommer og overvekt, og fokus på kosthold er derfor en del av barn og unges barnehage- og skolehverdag.



Alle trenger et kulturtilbud.

Kultur og idrett

Kulturbaserte aktiviteter stimulerer til sosial og fysisk deltakelse. Kulturelle aktiviteter i lokalsamfunnet og nærmiljøet kan stimulere til meningsfull deltakelse og positive opplevelser. Et aktivt kultur- og fritidstilbud er med på å styrke livskvalitet og kompetanse. Det handler om opplevelser, læring, mestring og samhold.

Innsatsområder:

Kulturtilbud:

Et mangfoldig kulturtilbud skal preges av kvalitet; til inspirasjon, underholdning, kunnskap og gode opplevelser. Frivillig sektor har og en viktig rolle i dette arbeidet.

Vi skal ivareta og utvikle et mangfoldig kulturtilbud til alle innbyggere. Kulturopplevelser er næring til mental og fysisk helse. Kulturaktivitetene bidrar til trivsel og gode opplevelser.

Friluftsliv og støtteordninger.

Gjennom handlingsplanen for fysisk aktivitet settes det blant annet fokus på at *hver enkelt av oss har ansvar for egen helse*, men at det offentlige har et særskilt ansvar i å bidra til at både helsekunnskap og tilrettelegging for aktiviteter gjøres kjent slik at de riktige valg kan tas.

Fylkeskommunen har derfor en rekke ordninger hvor man kan søke prosjekttilskudd. Ett av dem er friluftsmål. Det er i dag mange aktører innenfor friluftslivsarbeidet og det er viktig i folkehelsesammenheng å ha et godt samarbeidet mellom offentlig og frivillig virksomhet. I Nordland har vi 4 regionale friluftsråd, og en hel stilling i FNF (Forum for natur og friluftsliv), som er paraplyorganisasjon for de frivillige friluftslivsorganisasjoner.

Lokal agenda 21

Kommunen er pålagt å forholde seg til *Agenda 21* som har sitt utspring i en konferanse om bærekraftig utvikling i regi av FN, i Rio i 1992. Lokal Agenda 21 er det kommunevise arbeidet med bærekraftig utvikling. Vi kobler vår plan sammen med Lokal Agenda 21's beskrivelse av friluftsliv.

- *Friluftsliv er en folkelig form for trim, "alle" driver friluftsliv, en lite akademisk innfallsvinkel og innfallsport til miljøengasjement. Samtidig er det en kilde til kulturell identitet og stedstilhørighet. Friluftsliv er lite ressurskrevende og gir dermed en bærekraftig livsstil.*

Friskliv

Det videre arbeidet i Friskliv fortsetter hvor mange av tiltakene bør være lavterskeltilbud for alle deler av befolkningen i henhold til nasjonal handlingsplan og fylkets fokus på folkehelse. Kommunene kan søke om tilskudd fra fylket.

Barn og unge

I det forebyggende helsearbeidet er barn og unge en svært viktig målgruppe. Dette ut ifra at vi vet at gode vaner og holdninger skapes i ung alder. Her vil ytterligere fokus på friluftsliv, både i barnehager og på skoler, stå sentralt i årene fremover. Hovedmålet for fylket er derfor å innføre en time fysisk aktivitet per dag i skolene samt å fokusere på skolemåltidet. (Jf. nasjonal handlingsplan). Fylket viser også til at det må være en bevissthet rundt at voksne og barn ofte kan ha ulike oppfatninger av hva som er positivt å være med på. Det vil derfor være viktig at når nye tiltak iverksettes bør det være et mål at barn og unge blir tatt med på råd. I tillegg satses det på å informere kommunene for å få mer og bedre veiledning til skolene om de forskjellige tiltaksordningene. Oppfølging av skolene skjer gjennom nettverksarbeid, nyhetsbrev, kurs for lærere, veiledning i forhold til eksisterende tiltaksordninger og veiledning i forhold til skolegårdsanlegg.

Det flerkulturelle samfunnet

Beiarn er i dag et flerkulturelt samfunn. Dette gir oss noen nye utfordringer og innfallsvinkler i folkehelsearbeidet. Det er viktig å kunne tilrettelegge også for de ulike etnisitetene som bor her, og ha fokus på aktiviteter som er viktig for dem.

Et viktig målområde er å ha en god tolketjeneste for fremmedspråklige. Kommunen har i dag arabisktalende kommuneoverlege og flyktningekonsulent, noe som gir mulighet for gode og

tilpassede tjenester for våre arabisktalende innbyggere. Voksenopplæringen skal fortsette opplæringen i norsk og samfunnskunnskap og gjøre deltakerne i stand til å delta i samfunnet på en likeverdig måte.

Vedlegg.

Aktiviteter for Folkehelseplan 2014-2016.

- Ny «folkehelseside» på hjemmesiden, som blant annet viser ulike aktivitet, kino annonser, booking av gymsal og oppdatert oversikt om når dette er ledig etc. + ulik informasjon retter mot ulike aldersgrupper.
- Frisklivsentral (kanskje en del av folkehelsehjemmesiden)
- Aksjon sykle/gå til jobben
- Folkehelseuka i uke 10.
- Ny nøkkelkortordning til treningsstudio. Bedre tilgang og mengde trening.
- En god og tilpasset bedriftshelsetjeneste.
- Sykkelløp i Beiarn, i regi av IL Granli og UL Vårliv

Faste ukentlige tiltak

Tiltak	Innhold	Aktører	Tidspunkt
Treningsstudio	Bemannet studio og selvbetjent lokale ligger på Moldjord skole. Nøkkel lånes på Beiarn vertshus frem til 2015. Treningskort kjøpes i servicetorget. Aldersgrense 15 år.	Friskliv	Åpent, selvbetjening hver dag
Herretrim	Fotball for menn i gymsalen på Moldjord skole. Samme aktiviteten på Trones skole.	Friskliv	Torsdag og lørdag i 1 1/2 time
Onsdagstrimmen	Sirkeltrening på vinteren og trimturer i skog og mark, vår, sommer og høst	Friskliv	Onsdagskvelder
Barnesvømming	Et svømme- og badetilbud til barn fra 0 til 10 år m/ foresatte	Friskliv/helsestasjonen	Annen hver uke, 1 time. Ingen aktivitet på sommeren
Dans og turn	Barnedans og turn	Friskliv	Vekselvis på Trones og Moldjord skole hver onsdag.
Volleyballtrening	Trening i gymsalen på Trones skole, et tilbud til ungdom og voksne	Trones skole	En kveld i uka
Babysvømming	Et tilbud til barn under to år og deres foreldre	Friskliv/helsestasjonen	En formiddag i uka. Ingen aktivitet på sommeren

Tiltak	Innhold	Aktører	Tidspunkt
Bassengtrening med fysioterapeut	Et tilbud til pasienter med muskel og leddplager i bassenget på Moldjord skole.	Friskliv/ fysioterapitjenesten	En ettermiddag i uka. Ingen aktivitet på sommeren
Ungdom/ voksensvømming	Et tilbud til ungdom og voksne i bassenget på Moldjord skole.	Friskliv	En kveld annen hver uke
Vintertrimmen	Seks trimkasser plassert ut i Beiarnaturen. Besøk på eget initiativ. Premiering til barn og voksne.	Friskliv/BOT og Beiarn Turlag.	Året rundt
Onsdagstrimmen	Styrke- og Sirkeltrening på vinteren og trimturer i skog og mark, vår, sommer og høst	Friskliv	Hver onsdag
Hoppetussa	Trimkasseprosjekt	Moldjord skole	Juni- september
Sprækingen	Trimkasseprosjekt	Trones skole	Juni- september
Vårjoggen	Prosjekt over fire kvelder på våren. Løp for barn, ungdom og voksne ulike steder i kommunen. Premiering til de som deltar på tre av fire løp.	Stormfjell IL og Granli IL	Vårprosjekt
Skikarusell	Prosjekt over fire kvelder på vinteren. Skirenn for barn, ungdom og voksne ulike steder i kommunen. Premiering til de som deltar på tre av fire skirenn.	Stormfjell IL og Granli IL/ Telenor	Vinterprosjekt
Beiardilten	Løp for alle som kan bevege seg, fort eller sakte. Premiering til raskeste under og over 16 år. Pins til alle deltagere. Sosialt arrangement med loddtrekning og kaffesalg.	Stormfjell IL og NBI	Juni
Trollbergløpet	Løp for alle som kan bevege seg. Premiering til raskeste under og over 16 år. Pins til alle deltagere. Sosialt arrangement med loddtrekning og kaffesalg.	Granli IL	Mai
Skiaktiviteter	Klubbrenn, sonerenn og kretsrenn Treninger og sosiale sammenkomster. Stor skiaktivitet for barn, ungdom og voksne	Stormfjell IL og Granli IL	Vintersesongen

Tiltak	Innhold	Aktører	Tidspunkt
Fotballaktiviteter	Ulike lag sammensatt av barn i alle aldre og begge kjønn, også voksent herrelag. Alle trener ukentlig og deltar i turneringer i Salten.	NBI IL	Hele året
Utstyrssentral	Ulike sport og friluftsutstyr til leie til barn, ungdom og voksne	Beiarn kommune og Beiarn frivilligsentral	Hele året
Isfiskedag på Monnsvatn	Familedag med isfiskekonkurranse	Beiarn jeger og fiskeforening.	vinter
”Ut er inn”	Turer i nærmiljøet uansett vær, uteaktiviteter.	Moldjord barnehage	Hele året
Villmarkscamp	Ukesamling for ungdom i Nordland fylke i ulike kommuner. Overnatting i lavvo og friluftaktiviteter.	Nordland fylkeskommune, Beiarn kommune, Nordland jeger og fiskeforening / Beiarn jeger og fiskeforening	Sommer/ høst
Tur til badeland i Bodø	Gratis buss settes opp til barn og ungdom. Badedag sammen med frivillige voksne.	Beiarn kommune, barne- og ungdomsarbeider	Vinter-arrangement
Slalåmtur til Vestvatn	Ski på kveldstid for ungdommer	Beiarn kommune, barne- og ungdomsarbeider	Vinter, onsdager
Reinhornrennet	Skirenn for alle i alle kategorier	Stormfjell IL	Vinter-arrangement, palmehelga
Nærmiljøanlegg/aktiv skolegård, Trones skole. Utfordring til Moldjord skole Utemiljø Storjord	Tilrettelegging for ulike aktiviteter i uteområdet rundt skolene og omegn. Sosiale treffsted i utemiljøet, lekemuligheter for barn og unge.	Beiarn kommune, Løssiheimen velforening, Holmen velforening, Storjord velforening	
Skytterstevne i Beiarn			Høst
Skøytebane Moldjord skole	Bane for barn, unge og voksne hvor det er tilrettelagt for skøyteaktiviteter, med lyskastere.	FAU Moldjord skole og Moldjord skole og brannkorpset i Beiarn kommune.	Vinter

Tiltak	Innhold	Aktører	Tidspunkt
Volleyball	Tilbud om volleyball på utebane	IL Granli	Vår, sommer, høst
The Groove Valley Jazzcamp	Instrumentkurs, konserter og friluftaktiviteter	Beiarn kommune	Årlig arrangement, juli
Villmarksdagen	Messedager for friluft, natur og kultur, sosialt treffsted og mennesker i Indre Salten.	Nærmiljøsentralen, Beiarn kommune, frivillige lag og foreninger	Årlig arrangement, august
Skyting/konkurranse	Lære å håndtere våpen	Beiarn skytterlag	En dag pr. uke hele året

Aktiviteter i barnehagene

For barna:

- To faste tur dager pr uke – da er barna ute heile dagen
- Felles skidag med der alle er med
- Faste dager til bruk av gymsalen

For voksne:

- Sprækingen
- Hoppetussa
- Blåtur
- Personal-sammenkomster
- Humor i hverdagen

Aktiviteter på skolene

For elever:

- Rundekonurranser (1kr til klassen for hver runde elevene går ei oppmålt løype rundt skolen i løpet av 14 dager)
- Felles skidag
- Felles idrettsdag
- Fotballturneringer
- Volleyballturneringer
- Fotballbanen
- Skileikanlegget
- Vi arrangerer hvert år idrettsdag for begge skolene.
- Vi deltar hvert år på Tine-stafetten.
- Vi er i løpet av et skoleår ute på mange turer i nærområdet.
- FAU arrangerer solfest ute i Slåken med aktiviteter hvert år.
- Så fremst det er nok snø arrangeres rundekonkurranse i en gitt periode, der elevene konkurrerer om flest runder på ski, og penger til aktivitetsutstyr til klassen.
- Elevene er også aktive på skøyter i vinterhalvåret.
- 1.-4.klasse har tre dager i uka med aktivitetstid.

For alle:

- Sprækingen: Turposter for de som føler seg litt ekstra spreke.
- Hoppetussa: som er for hele bygdas befolkning også de som er her utenfra, der vi setter ut turposter som alle turgåere kan skrive seg inn på. Dette er noe hele skolen deltar på.

Tiltak pleie og omsorg/psykisk helse

Beiarn sykehjem har aktivtør 4 dager i uken. Her er det fokus på miljøterapeutiske aktiviteter og trivselstiltak. Frivillige lag og foreninger er også bidragsytere i forhold til trivselstiltak, og flere ønsker å ha mer fokus på fysisk aktivitet og frukt istedenfor kake.

Gruppetrening:

- Treningsgruppe mandag, onsdag og fredag (Både helsestudio og trening ute varighet fra 14.10- 15.15)
- Bassentrening onsdager
- Treningskort som brukere kan benytte seg av fra 08.00-15.30 daglig
- Fokus på kosthold sammen med fastlege
- Matombringning til pasienter som ikke greier og opprettholde s tilstrekkelig med næring, eller har andre skader/lyter (dette er et tiltak som hjelper pasientene til å bli boende hjemmel lengere en uten en slik ordning.)
- Fokus på ernæring, med bistand fra egen kokk på Beiarn sykehjem.

- Samarbeid med fysioterapeut for og utføre enkle oppdrag hos pasienter som har vansker med og komme seg til fysioterapeut.

Individuell trening

- Etter avtale med fastlege, lages egne individuelle opplegg.(psykisk helse)
- Etter behov for pasienter med nedsatt almenntilstand settes det i gang tiltak innen fysisk aktivisering (hjemmebasert omsorg)

Sosialt

- Turer, uansett vær og føre arrangeres det turer hver tirsdag. Med fokus på å bli kjent i egen bygd.
- Onsdager arrangeres det helsekafé på Tollå i samarbeid med Beiarvekst, Frivilligsentralen, psykisk helse og hjemmebasert omsorg.
- Langturer 2 til 3 turer i året. (Turer med overnatting, turene legges opp etter ønsker /samarbeid med de som bruker tjenesten)

Tiltak for helsestasjonen

- Ungdata kartlegging – gir et bilde av ungdomskulturen
- Hybelforberedende årlig kurs, med fokus på mat, renhold, økonomi m.m.
- Tverretatlig samarbeid for oppfølging av jordmortjenestens Tjenesteavtale 8
- Fokus og arbeid med tannhelse, forebyggende tiltak jf. Tannhelsetjenesten §1-3, og henvisningsrutiner for barn under 3 år. Tverrfaglig og tverretatlig samarbeid viktig.

Kultur- og idrettsstrategi

- Barna i Beiarn skal i en tidlig alder få oppleve og ta del i kulturopplevelser.
- Gi barn og unge et aktivt fritidstilbud, gode opplevelser og oppvekstsvilkår.
- Legge til rette for kreative møtesteder for ungdom.
- Stille til disposisjon lokaler og anlegg, samt støtte organisasjoner som påtar seg å bygge og/eller drive hus og anlegg til idrett, friluftsliv og kulturformål.
- Kommunen skal ha et bevisst og aktivt samarbeid med lag og foreninger, for å sikre viktige trivsels- og velferdstilbud.
- Vektlegge kultursamarbeid med fylkeskommunen og andre kommuner for å kunne påta seg oppgaver, som kommunen ikke kan løse alene.

Folkehelsegruppen:

Folkehelseleder

Helsesøster

Folkehelsekoordinator

Bolystklekkerioperatør

Psykatri og Rus

Flyktningkonsulent

Leder Barnehage

Rektor skole

Landbruk og Kultur

Leder Barnevern

Beiarn Turlag

Sykehjem

Beiarn Idrettsråd

Frivilligsentralen

Politikerrepresentant

Elevrådsrepresentant

Eldrerådet

Lag, foreninger, organisasjoner og samarbeidspartnere

I Beiarn kan man telle et stort antall registrerte foreninger. De fleste har en aktivitetskalender – helårsbasert og/eller sesongbasert. Foreningene lager aktiviteter som skaper sosialt samvær. Slike møteplasser gir glede og mening for flere og er et viktig supplement i et folkehelseperspektiv.