

Tabell tiltaksforslag

Inndelt i delstrategier, med tiltaksforslag fordelt på aldersgrupper

Her følger eksempler og forslag til tiltak som seksjoner og virksomheter kan bruke som inspirasjon i operasjonaliseringen av strategiene.

Innspillene har kommet fra kommuneorganisasjon og befolkning, og fra folkehelsekunnskapskilder. Lista er verken eksklusiv eller uttømmende. Det er også sannsynligvis noen steder overlapp mot andre kommunale planer/prosjekter. Tverrsektoriell arbeidsgruppe på folkehelse er å regne som en støttepill og ressurs, som seksjoner og virksomheter kan dra veksler på i tiltaksutforming.

Merk;

- Noen innspill står oppført i en delstrategi og eller en alderskategori, men kunne stått i flere, eksempelvis universell utforming av boliger.
- Noen av forslagene kan allerede være igangsatt, andre kan dekkes av andre planverk. Vi har ikke hatt mulighet til å dobbeltsjekke for alle slike.

Utfordrings- område	Delstrategier	Tiltaksforslag barn/unge	Tiltaksforslag voksne	Tiltaksforslag eldre (67+)
Oppvekst og utdanning	Styrke foreldremestringen	<p>Utrede mulighetene for å sette inn et ekstra hjemmebesøk, ved helsesøster, i løpet av første leveår (i gang)</p> <p>Utvikle Trara-prosjektet til en modell for hvordan vi kan jobbe med blant annet integrering</p>	<p>Vurdere hvordan man best kan bruke ICDP sitt opplegg for foreldreveiledning</p> <p>Utvikle et system for å diskutere vanlige foreldrerolletema på flere arenaer; barnehage, skole, helsestasjon, åpne møter</p> <p>Etablere et klarere ansvar, og bedre system, for aktiv involvering av alle foreldre (som ressurser) i barnas bhg-/skolegang</p>	
	Styrke barnehager/skoler	<p>Videreutvikle skolepersonalets kompetanse når det gjelder alle faktorer som virker inn på skolefungering</p> <p>Utvikle «tilsyn med barnehager og skoler» innen miljørettet helsevern til å bli et bredere samarbeid og omfatte et bredere utvalg av tema</p> <p>Videreutvikle leksehjelpen, slik at den treffer bedre de som trenger det mest</p> <p>Bruke «Sinna mann» og tilsvarende kvalitetsprogrammer</p>	<p>Videreutvikle skolepersonalets kompetanse når det gjelder faktorer som virker inn på skole-hjem-samarbeidet</p> <p>Sørge for klar felles retning og erfaringsformidling på viktige mål, strategier og tiltak</p> <p>Videreutvikle samarbeidet mellom kommunale og private barnehager</p>	

	Barnehageplass for alle	<p>Videreutvikle åpne barnehager</p> <p>Fremsnakke barnehageplass som ressurs i barnas videre liv, på alle nyttige arenaer</p> <p>Gratis eller billigere barnehageplasser (4- og 5-åringer) for vanskeligstilte grupper</p> <p>Utvikle sterke føringer for barnehagedeltakelse for 4- og 5-åringer, minoritetsspråklige og andre vanskeligstilte grupper</p>	<p>Videreutvikle de åpne barnehagene med tanke på kompetanse- og nettverksbygging for de voksne som er der med barna sine.</p> <p>Videreutvikle foreldresamarbeidet i barnehagene, med tanke på nettverksbygging og kompetansebygging</p>	
	Identifisere og gi tidlig hjelp	<p>Styrke helsestasjonstjenesten og andre tjenester som jobber med barn og familier, slik at de kan drive mer veiledning/hjelp</p> <p>Identifisere og lage «behandlingsløp» for de vanligste problemstillingene i helsestasjonstjenesten</p> <p>Klart ansvar i å identifisere, fange opp og hjelpe de barn med størst behov, inkludert utvikle gode oversikter over hvem som gjør hva i kommunen</p>	<p>Jobbe videre med å kvalitetssikre og videreutvikle ansvar og systemer som allerede er etablert for å identifisere, fange opp og hjelpe familier med behov</p> <p>Se på mulighetene for å koble kommunepsykolog til arbeidet med barn/unge/familier</p> <p>Faste dager med PPT, fam.veiledere og barnevern på helsestasjonene, for diskusjon og rådgivning til foreldre og ansatte</p>	

		<p>PPT og fysio mer systematisk ut i bhg og skole, forebyggende/kartleggende</p> <p>Klare regler og gode samarbeidsrutiner slik at taushetsplikt ikke blir til hinder for tidlig intervensjon</p> <p>Språktest av alle barn ved 4-årskonrollen og tilbud om ekstra språklæring i hvert fall frem til skolestart</p> <p>Aktivitetstilbud og inkludering av asylbarna</p>	<p>Koble «home-start» mot kommunen, eks barnevernet, for å gi kompetanse og klargjøre ansvarsområder</p>	
<p>Levekår</p>	<p>Holde sysselsettingen høy</p>	<p>Støtte til barnehageplass for alle</p>	<p>Videreutvikle gode systemer for samarbeid mellom NAV, FRIS, helsevesenet, utdanningssystemet, arbeidsgivere, fastleger og evt andre for å forhindre jobb-utenforskap</p> <p>Se på mulighetene for å utvikle flere jobber til mennesker med lavere kvalifikasjoner, krevende hjemmeforhold og mentale og fysiske utfordringer</p> <p>Jobbe for at det skal finnes et rikt tilbud om praksisplasser og språkplasser og et godt</p>	

			<p>system for å følge opp disse</p> <p>Videre økt fokus på nærværarbeid med tanke på sykemeldinger og utføre, og om kommunen har gode nok systemer og tiltak for å fremme nærvær, - i samarbeid med fastleger og NAV</p> <p>Utvikle tilbud ved kommunens Frisklivssentral for å møte de vanligste sykemeldingsårsakene; lettere psykiske plager og generelle muskel- og skjelettplager</p> <p>Videreutvikle lavterskel sosiale, fysiske og jobb/mestringsmessige tilbud for de som faller ut av skolen og yrkeslivet</p>	
	Redusere fattigdom	<p>Se på og vurdere om de støtteordninger og systemer som finnes i kommune og NAV rettet mot barn i lavinntektsfamilier er fornuftig organisert og samkjørt</p> <p>Gratis eller billigere barnehageplass for familier med lav inntekt</p>	<p>Se på mulighetene for å bidra til økt inntekt for lavinntektsfamilier</p> <p>Lavterskel tilbud om økonomisk veiledning</p>	<p>Redusere fattigdom blant eldre</p> <p>Støtte frivillig arbeid og besøkstjeneste, for å motvirke isolasjon og motivere til innsats og mestring</p>
	Tilfredsstillende boforhold	Sikre at alle barn og unge har	Krav om at per x antall	Planlegging for bydelsintern

	for alle	gode nok hjemmearealer til å ha normal sosial og faglig fungering	<p>boenhet skal utbygger tilrettelegge for anlegg for egenorganisert aktivitet</p> <p>Flere og bedre kommunale boliger. Alle boliger skal se bra ut og inneha en viss standard</p> <p>Tenke boligstrategi i arealplanleggingen, der blandet boligstruktur (spesielt med henblikk på sosiale faktorer) er målet</p> <p>Utvide boveiledningstjenesten/ boligskole til å gjelde alle som får kommunal hjelp til å skaffe seg bolig</p>	<p>boligkarriere med nok boliger med universell utforming og muligheter for velferdsteknologiske løsninger</p> <p>Krav om at x % av ny boligmasse i FK skal være universelt utformet</p> <p>Øke kompetansen om universell utforming og reelle og fremtidige behov, hos alle som er ansvarlige for planlegging, gjennomføring og drift på tvers av hele kommuneorganisasjonen</p> <p>Fornyelse og ombygging av eksisterende boligmasse, slik at den er godt tilrettelagt med tanke på morgendagens behov</p>
Helserelatert atferd og økt andel eldre	Stimulere til gode helsevaner	<p>Gratis skolefrokost for alle</p> <p>Gratis frukt og grønt i grunnskolen for alle</p> <p>1 time fysisk aktivitet daglig i skolen</p> <p>Gymnastikk i skolen tuftet på nye vurderingsregler</p> <p>Sørge for felles rutiner som</p>	<p>Stimulere til aktiv transport og fritid, og støtte til sunt familiekosthold</p> <p>Videreutvikle Aktiv på dagtid</p>	<p>Stimulere og tilrettelegge for fysisk aktivitet, og bidra til godt kosthold og muligheter for sosiale måltider</p>

		kvalitetssikrer kosten ved SFOene		
	Tilrettelegge for fysisk aktivitet	<p>Gode utearealer i barnehager og skoler, der utforming er valgt ut fra faglige vurderinger av kompetent personale</p> <p>Revitalisere «barns uterom»-gruppa</p> <p>Kampanjer for gang og sykkel til skole og jobb, samt tilrettelegge aktivt for dette gjennom arealplanlegging rundt skolene spesielt</p> <p>Folkebad med lave priser</p> <p>Fortsatt vedlikeholde og utvikle områder for lavterskel idrettsaktiviteter som basketbaner, ballbinger og lignende – i samarbeid med lokalsamfunnene</p> <p>Se på mulighetene for å bidra til skøytebaner i noen lokalsamfunn</p> <p>Vurdere totalbehovene og effektene av å bygge fleridrettshaller eller gymsaler ved utvidelse av skolene</p>	<p>Ha aktiv transport som høyeste prioritet i all offentlig areal-og samferdselsplanlegging</p> <p>Sykkeltilgjengelighet «over alt alltid» som kommunalt mål</p> <p>Ha redusert bilbruk som prioritert innsatsområde</p> <p>Bedre og billigere offentlig transport</p> <p>Utvikle attraktive «turmål», ala treningsapparater, benker, toaletter, bålplasser, lekeplasser, kommunale digitale informasjonstavler, innstallasjoner for sjakkspilling og lignende, ...</p> <p>God belysning langs gangveier</p> <p>Videreutvikle sentrumsnære turløyper med kart, for å fremme bruken av vårt felles uterom</p> <p>Fortsatt satse på gode turløypernett generelt, m lys.</p>	

		<p>Fortsette samarbeidet om 5-årstrimmen</p> <p>Etablere rundløyper i forbindelse med dagens kyststi</p>	<p>Utvikle en gåstrategi</p>	
	<p>Tilrettelegge for sunt kosthold</p>	<p>Kosthold som viktig tema på helsestasjonen</p>	<p>Utvikle konsepter med matkurs i ulike sammenhenger, ut over det som per i dag er etablert på Frisklivssentralen, for eksempel i tilknytning til barnehager/skoler</p> <p>Frokost/sunn mat som naturlig del av ulike kurstilbud, eks voksenopplæringen</p> <p>Sunn mat som hovedregel og hoved-utvalg på alle kommunale arenaer</p> <p>Bruke kommunekjøkkenet som ressurs, eks i opplæring av ansatte ved institusjoner som lager og serverer mat</p>	
	<p>Tilrettelegge for sosial og kulturell aktivitet</p>	<p>Videreutvikle og vedlikeholde de flotte lekeplassene vi har i kommunen</p> <p>Videreutvikle fritidsklubbtilbudet og satse aktivt på dette som et godt møtested for</p>	<p>Vurdere om det kan legges til rette for aktiviteter for flere aldersgrupper og interesser i tilknytning til allerede etablerte møteplasser, som lekeplasser, biblioteket, parker, torg, ...</p>	<p>Bevisst forhold til hva vi ønsker at eldre-institusjonene våre skal være, og i så fall utvikle dem videre; møtearenaer, kulturplasser, oppbevaring?</p>

		<p>ungdom</p> <p>Prioritere også helsefremmende tiltak som kan bidra til at alle barn får positive opplevelser ex i ferier</p> <p>Bruke skolen og skolekjøkkenet som arena for å arrangere møter på tvers av generasjoner og kulturbakgrunner</p>	<p>Bevare sentrumsnære «grønne lunger» som sosial møteplass</p> <p>Tilrettelegge for kolonihager</p> <p>Flere luftegårder for hund i flere lokalmiljøer</p> <p>Klubbalternativ for unge 18-25 år, der de har en åpen arena å «bare gå til» og der de slipper å ta stilling til rus</p>	<p>Utvikle gode opplegg for tilbud om felles bespisning i alle lokalsamfunn</p> <p>Tenke møter på tvers av grupper og generasjoner i planlegging av møteplasser</p> <p>Utvikle opplegg for at eldre kan komme seg ut på ulike tur-opplevelser</p>
	Risiko-, sykdoms- og skadereduksjon	<p>Undervisning i skolen, rus/alkohol/seksuell helse</p> <p>Utvide tilbudet om oppfølging for skilsmissebarn</p>	<p>Frisklivssentral med ulike kurs</p> <p>Restriktiv alkoholpolitikk</p> <p>Fortsette og videreutvikle det forebyggende samarbeidet med skjenkenæringen</p> <p>Sørge for at kommunen har tilgjengelig tidlig psykologisk hjelp ved milde plager,- som tilbud ved Frisklivssentralen?</p> <p>Utvikle samarbeidet mellom kommunale og statlige tjenester på psykisk helse</p>	<p>Fallforebygging og andre forebyggende tjenester som tilbud til alle og som standard kommunal oppfølging ved visse kriterier</p> <p>Være oppmerksom på økt alkoholbruk som utfordring hos eldre og utvikle systemer for å håndtere det</p>
	Støtte god egenmestring			<p>Utvikle tilbud om hverdagsrehabilitering som når mange</p>

		Videreutvikle og tilgjengeliggjøre oversikt over de aktiviteter og tilbud som finnes i Fredrikstad	Videreutvikle og tilgjengeliggjøre oversikt over de aktiviteter og tilbud som finnes i Fredrikstad	<p>Utvikle/arrangere kurskvelder/folkemøter som omhandler folkehelse.</p> <p>Videreutvikle den informasjonsbrosjyren som sendes til alle eldre i kommunen</p> <p>Videreutvikle og tilgjengeliggjøre oversikt over de aktiviteter og tilbud som finnes i Fredrikstad</p>
--	--	--	--	---

I tillegg kommer spesifikke tiltak som kan bidra til å redusere sosial ulikhet (utover tiltak allerede nevnt). Blant annet:

- Egen saksbehandler i som aktivt søker og følger opp midler fra IMDi
- Utvikle matkurs-konsepter som involverer innvandrerbefolkningen som ressurs
- Se på mulighetene for å utvikle flere tilbud om ulike fysiske aktiviteter beregnet på innvandrerbefolkningen
- Se på om det er flere tema som bør inn under FRIS-opplæringen, eks brannforebygging, boevne, helse, ...
- Bedre tilgjengeligheten til friluftsområder og grøntområder, rekreasjonsområder og trenings-/turløyper/-områder, med blikk på levekårskartleggingen (sosial gradient)
- Strøksheving. Videreutvikle og aktivt bruke sonekart fra levekårskartleggingen og bevisstheten om viktigheten av gode, hyggelige og funksjonelle nær-møteplasser tilpasset flere alders- og bef.grupper, ved planlegging av arealer og tilbud.

I tillegg kommer spesifikke tiltak som kan stimulere til økt frivillig innsats og/eller bedret samarbeid mellom kommunen og det frivillige (utover tiltak allerede nevnt). Blant annet:

- Gi generell informasjon og informasjon om muligheter for å søke økonomisk støtte, til frivillige lag og foreninger