



Troms og Finnmark fylkeskommune  
Romssa ja Finnmarkku fylkkagielda  
Tromssan ja Finmarkun fylkinkomuuni

# Program for folkehelse- arbeid i kommunene i Finnmark

Folkehelseprogrammet er et samarbeid mellom KS, Folkehelseinstituttet, Helsedirektoratet på vegne av Helse- og omsorgsdepartementet og landets fylkeskommuner. Finnmark kom med i dette utviklingsarbeidet i 2018, og deltar til 2024.

Kommunene Kautokeino, Måsøy, Porsanger, Tana, Alta, Sør-Varanger, Hammerfest og Lebesby har utviklet lokaleprosjekter som skal bidra til å fremme befolkningens psykiske helse og livskvalitet. Barn og unge er prioritert målgruppe.

Midlertidig prosjektleder og kontaktperson:

Anne Eriksson Steigen

Mobil: 913 82 224

[Send e-post](#)

De regionale og nasjonale kompetansesentrene (utenfor spesialisthelsetjenesten) medvirker sterkt i dette prosjektet. Kompetansesentrene i nord gir råd til kommunene og deltar aktivt på alle samlinger fylkeskommunen arrangerer for programkommunene og bidrar i samarbeidsrådet.

Fylkeskommunen mener at den støtten fra forsknings og kompetansemiljøene i Nord er vesentlig for at dette utviklingsarbeidet skal lykkes.

På følgende sider er noen kommentarer fra kompetansesentrene i nord:

### **Korus Nord**

*«KoRus-Nord skal sikre ivaretagelse, oppbygging og formidling av rusfaglig kompetanse, og gjennom dette bidra til å oppfylle nasjonale mål på rusfeltet i Nordland, Troms og Finnmark. KoRus-Nord skal være en «tjeneste for tjenestene» og for den forebyggende virksomheten i kommunene. Vårt overordnede samfunnsoppdrag er å bidra til å styrke kompetansen og kvaliteten i tjenestene.*

*Kommunene i Finnmark har i dette programarbeidet vært tydelige på både styrker og utfordringer i egne kommuner. De har vært fleksible og funnet en god balanse mellom kompetansepåfyll «utenfra» og holde fast på egne mål.*

*Som kompetansesenter har vi fått bedre kjennskap til de mange kvaliteter som finns i ulike Finnmarks kommuner, mer kjennskap om hvor skoen trykker i lokalsamfunnene, men også innblikk i de mange forhold som spiller inn for å få til et godt folkehelsearbeid i kommunene.*

*Finnmarkskommunene har gjennom sitt nå flerårige prosjektarbeid, med prøving og feiling, godt pågangsmot, og mye lokal kompetanse, vært gode eksempler og inspirasjon for mange andre kommuner i landet.»*

### **RVTS Nord**

*«RVTS Nord bidrar med faglig rådgivning innenfor våre temaområder, forebygging av vold/overgrep og selvmord, samt flyktningshelse og traumatisk stress, i et folkehelseperspektiv. I samarbeidsorganet bistår vi sammen med andre kompetansemiljø, med ulike former for kompetansestøtte og evalueringstøtte. Samarbeidet med programkommunene når det kommer til utvikling, implementering og evaluering av kunnskapsbaserte tiltak har vært spennende. Programkommunene i Finnmark har vært særlig flinke på ungdomsmedvirkning».*

## **RKBU Nord**

«Regionalt kunnskapssenter for barn og unge, nord (RKBU Nord) er et senter som tilbyr støtte til kommunale tjenester innen psykisk helse og barnevern. Vi driver med forskning, undervisning og fagutvikling som skal komme barn og unge til gode.

Samarbeidet med kommunene og fylkeskommunen i Finnmark har gitt oss økt forståelse for utfordringer som de ansatte som jobber med barn og unge har. Gjennom program for folkehelse har vi fått samarbeidet og diskutert oss frem til tiltak som kommunen prøver ut for å hjelpe barn og unge på en best mulig måte. Fagpersonene i kommunene er avgjørende og viser et stort engasjement for å gjøre livene til barn og unge i Finnmark bedre.

Vi ser med stor tro på det fremtidige samarbeidet.»

## **SANKS**

«SANKS - Sámi našuvnnalaš gealbobálvalus – psykalaš dearvvašvuodasuddjen ja gárrendilledikšu / Samisk nasjonal kompetansetjeneste – psykisk helsevern og rus er en spesialisthelsetjeneste som tilbyr utredning og behandling for alle innenfor psykisk helsevern og avhengighet. SANKS har i tillegg nasjonale kompetansetjenestefunksjoner for den samiske befolkningen. Vi tilbyr klinisk virksomhet, tolketjeneste (nordsamisk), vi driver forskning og utviklingsarbeid og gir undervisning og veiledning, spesielt innen tema språk og kulturforståelse.

SANKS' hovedintensjon med å delta i folkehelseprosjektet, er å etterspørre og sikre at samiske perspektiver blir ivaretatt, slik at den samiske befolkningen skal føle seg ivaretatt på kommunalt/lokalt plan. SANKS ønsker også at samiske perspektiver blir ivaretatt som en del av folkehelsearbeidet. Folkehelseprosjektet har synliggjort både utfordringer og muligheter innen disse perspektivene hos de deltagende kommunene.»

Mer om de ulike kompetansemiljøene i Nord:

- [korusnord.no](https://korusnord.no)
- [forebygging.no](https://forebygging.no)
- [kommunetorget.no](https://kommunetorget.no)
- [Regionale ressursentre om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging \(RVTS\)](#)
- [Nasjonalt kompetansesenter for psykisk helsearbeid \(NAPHA\)](#)
- [RKBU-Nord](#)
- [SANKS](#)





*Kautokeino kommune*

# Somáz

## helsefremming gjennom aktivitet og deltakelse



# SOMÁZ

### Bakgrunn

Formålet med Somáz er fremming av psykisk helse og trivsel samt å styrke relasjoner mellom ungdommer. Vi ønsker at alle ungdommer skal oppleve å vokse opp i et trygt og inkluderende lokalsamfunn hvor deres stemme og innflytelse betyr noe. I tillegg er formålet å forebygge tidlig rusdebut ved å gi alternative aktiviteter i helgene. Tilbudet er gratis og skal være ungdomsstyrt.

### Aktivitet

Somáz er et konsept utviklet sammen med ungdommene i kommunen. Under Somáz-paraplyen finner vi mange universelle helsefremmende aktiviteter for aldersgruppen 13-18 år. Somáz har en egen logo og vi er på sosiale medier hvor alle kan følge med hele tiden om hvilke aktiviteter som planlegges og man kan gi innspill og holde kontakt med de andre. Noen eksempler på avviklede aktiviteter er aktivitetsdag på skisenter, musikk- og dans workshop, street art, utedag med reinkjøring med slede og ski, oppussing av aktivitetsrom på skolen og fotokurs. Aktivitetene foregår i helgene og skal være gratis for alle.

### Hva vil vi oppnå i 2021

- Styrke ungdomsmedvirkning generelt
- Psykisk helsefremming som tema i eget ungdoms-seminar og temadager i skolen
- Lage arenaer hvor unge kan vise fram for publikum hva de har lært på kursene og ellers
- Videreutvikle konseptet Somáz hvor de unge i økende grad skal jobbe fram ideer til aktiviteter selv, samt planlegge, gjennomføre og evaluere.

**Anne Lene Turi Dimpas**

**930 95 123**

**[anne.lene.turi@kautokeino.kommune.no](mailto:anne.lene.turi@kautokeino.kommune.no)**

**Margrethe Bals Utsi**

**405 54 419**

**[margrethe.bals@kautokeino.kommune.no](mailto:margrethe.bals@kautokeino.kommune.no)**



Måsøy kommune

# Hele lokal- samfunnet i aksjon



## Bakgrunn

- Måsøy kommunes mål er utarbeidet ut fra målene til Helsedirektoratet. Derfra er det utviklet tre tiltak, tiltakene skal skape gode samarbeidsrutiner mellom ulike aktører i lokalsamfunnet for å gi ungdom mer meningsfull hverdag.

## Aktivitet

### Arbeidslivsfacet:

- «Skole og næringsliv skal samarbeide og legge til rette for å gi ungdom muligheter i det lokale arbeids- og næringsliv.»
- Elever fra 8. til 10. klasse får mulighet til å velge arbeidslivsfacet som fordypningsfag. Elevene er utplassert og får veiledning i bedrift 3 timer i uka. Det utarbeides opplæringsbok for hver bedrift der fagets kompetansemål er innarbeidet.

### Tverrfaglig team:

- «Det tverrfaglige teamet skal samhandle for å gi ungdom et mer tilgjengelig og forutsigbart tilbud.»
- Det avholdes jevnlig møter og ved behov i tverrfaglig team. Utvidet tverrfaglig team med barnevern, PPT, Helseyskepleier, skole, barnehage, politi, nav, fritidsleder, psykisk helse og lege har møter en gang i året, eller med særlig behov.
- Det skal utarbeides en infofolder om ulike tjenester kommunen kan tilby. Den skal være tilgjengelig i sosiale medier og i papirform.

### Ungdommen – fritidstilbud:

- «Ungdomsrådet skal sammen med ungdomsklubben og lag og foreninger kartlegge fritidstilbudet for ungdom, dernest utvikle og igangsette tiltak.»
- Kartleggingen av fritidstilbud er ennå under planlegging. Det skal lages en film i forbindelse med dette.

### Hva vil vi oppnå i 2021

- I dag er det 50% av ungdommen i Måsøy kommune som benytter seg av fritidsklubben. Med et allsidig tilbud ønsker vi å trekke enda flere ungdommer med. Tilbudene fra klubben går utover de fysiske lokalene, med fisketurer, paintball, boblefotball, grilling, overnattingsturer. Vi vil også i løpet av høsten motivere flere ungdommer til å engasjerer seg i lag og foreninger, idrettslag, jakt og fiske, hundeklubben o.l.

**Ann Synnøve Hansen**

**462 99 524**

**[ash@masoy.kommune.no](mailto:ash@masoy.kommune.no)**





Porsanger kommune

# Ungdom i fokus

## Meningsfull hverdag for ungdom i Porsanger



### Bakgrunn

Ungdataundersøkelsen fra 2021 viser at ungdommer i Porsanger savner sosiale møteplasser og flere aktiviteter for ungdom. Det er mange som føler seg ensom, sliter med sterkt press og med ulike psykiske plager. I tillegg fremkommer det en negativ trend for bruk av narkotiske stoffer, samt alkoholkonsum. Vårt fokus er på forebygging og derfor skal Ungdom i Fokus legge til rette for sosiale møteplasser og aktiviteter, jobbe for økt ungdomsmedvirkning i kommunen og drive holdnings-skapende arbeid for ungdommer og foreldre/foresatte, og det skal være strukturelt forankret i kommunen.

### Aktivitet

Ungdom i Fokus har enkeltstående aktivitetstilbud som sommertur til klatrepark, hundekjørerkurs og paintball. I tillegg jobbes det med å sikre en ukentlig møteplass for ungdom der de kan være sosiale og møte trygge voksenpersoner på fritiden sin. Det skal også være et tilbud om en møteplass der det er tilrettelagt for fysisk aktivitet.

Porsanger har mye natur og turer er en naturlig del av hverdagen til folk. Det er imidlertid dyrt med eget utstyr, derfor kan man nå låne det man måtte trenge for enkle dagsturer eller overnattingsturer i skogen.

Et godt samarbeid med skolene er viktig for å favne om 24-timersungdommen, og vi samarbeider med

skolene for å arrangere fokusuke for psykisk helse med forskjellige temaer som er gjennomgående for hele uken. Fokusuka har opplegg både i skoletid og på ettermiddagstid.

### Hva vil vi oppnå i 2021

Et av de viktigste målene for 2021 og 2022 er å få åpnet en møteplass for ungdom. En naturlig møteplass for ungdom skaper aktiviteter, sosialt samhold og trygghet for Porsangers ungdom som her kan møte hverandre og trygge voksenpersoner på fritiden. Et slikt tilbud vil være forebyggende for de utfordringene som fremkommer av ungdataundersøkelsen 2021, så vel som at det er noe ungdom her savner.

Ungdomsmedvirkning sikrer et lokalsamfunn der det er godt å være ung. Derfor skal ungdomsrådet bli et fungerende politisk organ som blir hørt i saker som angår dem. De skal bli aktive og få muligheten til å være engasjert på flere plan. Det skal også sikres integrering av ungdom og ungdomsperspektiv i kommunal planlegging og forvaltning.

**Mariell Haugli**

[mariell.haugli@porsanger.kommune.no](mailto:mariell.haugli@porsanger.kommune.no)





Tana kommune

# Tiltaks- utvikling for ungdom i Tana



## Bakgrunn

I forbindelse med ungdata undersøkelsen i 2016, 2018 og 2021 kommer det frem at kommunen har utfordring knyttet til mobbing, psykisk helse og ensomhet

Derfor jobbes det med forebygging av mobbing, ensomhet og bedre psykisk helse blant ungdom i Tana kommune. Målsetting er å få bedre foreldreinvolvering i ungdommenes hverdag. Barn og unges medvirkning gjennom blant annet kommunens ungdomsråd er prioritert

## Aktivitet

Vi har opprettet «åpen arena» en samlingsplass for ungdom på ungdomstrinnet i grunnskolen rett etter skoletid. Tilbudet foregår på torsdager fra klokken 14.00 – 17.00, hvor elevene får gratis mat. Dette skjer i lokalene til fritidsklubben Grotta i kommunesenteret. Tilbudet er blitt tatt veldig godt imot. Det har også bidratt til mer bruk av ungdomsklubben som åpner rett etter at åpen arena er avsluttet.

Nytt tiltak våren/sommer 2021; Ungdommene ønsket flere møteplasser og pr i dag har vi en skatepark som vi utvider til en aktivitetspark. Dette er etter ungdommenes eget ønske. De har selv vært med og valgt ut apparater til denne parken.

Tiltaksprosjektet har også inngått et samarbeid med

Tana fysikalske hvor det skal tilbys ungdom gratis trening med veiledning 2 ganger i uken. Her vil det også være fokus på sunn mat.

I ungdata 2021 har vi registrert under koronakrisen at omkring 20% av ungdommene i Tana har falt i fra fritidsaktiviteter. Ungdomsrådet har tatt stilling til dette tilbudet og kommet frem til at dette er et godt tilbud til ungdom. Dette blir en ny møteplass som kan føre til bedre samhold og mindre ensomhet blant de unge.

## Hva vil vi oppnå i 2021

Tiltakene som er satt i gang skal videreføres og etter hvert evaluere de nye tiltakene for å se om de har vært vellykket. En gjennomgang av ungdataundersøkelsen for 2021 skal også gjennomføres.

Det skal fortsatt arbeides med ungdomsmedvirkning både i tiltaksprosjektet og på andre områder.

**Frank M. Ingilæ**

**464 00 260**

**[Frank.ingila@tana.kommune.no](mailto:Frank.ingila@tana.kommune.no)**

**Ane Pedersen Røren**

**464 00 267**

**[Ane.roren@tana.kommune.no](mailto:Ane.roren@tana.kommune.no)**

**Shahid Akram**

**[shahid.akram@tana.kommune.no](mailto:shahid.akram@tana.kommune.no)**





Alta kommune

# Mestringskurs i skolen og satsing på møteplasser for barn og unge Alta



## Bakgrunn

Gjennom det systematiske folkehelsearbeidet i Alta kommune er det avdekket at vi har flere områder vi skårer lavere på enn de vi sammenlikner oss med og som involverer barn og unge. Flere av de unge føler seg ensomme, det rapporteres om lavere trivsel på ungdomstrinnet, større andel som opplever mobbing og generelt flere som oppgir at de sliter med psykiske symptomer og lidelser.

## Aktivitet

Alta har landet på to tiltak – mestringskurs i skolen og satsing på møteplasser for barn og unge.

Mestringskurset bygger på aktiv tilstedeværelse og består av kognitive øvelser. Dette gjennomføres med kursholder «Drømmen om det gode» som gjennomfører to fulle dager med alle ansatte på de skolene og barnehagene vi tilbyr dette til. Ansatte benytter så øvelsene strukturert i timene og innebærer alt fra stillhetsøvelser, stressreduering liggende på matter, massering av hverandre, refleksjonssamtaler, med videre. Alle som har gjennomført er meget fornøyd med gode og nye verktøy de kan bruke i hverdagen.

Det andre tiltaket skal etablere eventuelt bidra til oppgradering av eksisterende møteplasser for barn og unge. Konkret er det for tiden to områder innsatsen styres mot: Alta videregående skole (AVS) og Kom

Inn – en møteplassarena i Alta sentrum. AVS har ca 1000 elever hvor ¼ er borteboende. Det ønskes å få opprettet et tilbud med middag to dager i uka, leksehjelp, aktivitetspool, gratis trening med instruktør i tillegg til at tilbudet skal innby til å være et «sted å henge». Området som er tenkt benyttet er skolens bibliotek og fellesområder.

Kom Inn drives av Alta menighetskontor men inneholder ikke noen religionsforkynnelse. Det er et treffsted med aktivitetstilbud. Noen ganger er det annonsert hva som skal gjøres de aktuelle dagene (badetur, aktivitetskurs f eks fra Røde kors), andre ganger er det fri bruk av remedier som Kom inn besitter i sine lokaler, som spill, tv og andre ting.

## Hva vil vi oppnå i 2021

Vi ønsker å få skolert flest mulig utdanningsinstitusjoner i mestringskurset og at møteplassene skal klare å holde åpent og gi et attraktivt tilbud til aktuelle målgrupper. En egen evalueringsdel følger prosjektet.

**Gjermund Abrahamsen Wik**

[gjermund.abrahamsen.wik@alta.kommune.no](mailto:gjermund.abrahamsen.wik@alta.kommune.no)





*Sør-Varanger kommune*

# KAOS spektakel 2020

## Robuste barn og unge i Sør-Varanger



I år ble KAOS avholdt lørdag 08. februar, i Barentshallen. Opprinnelig var KAOS lagt til helga under Barents spektakel, men på grunn av en stor fotballturnering i Lakselv den helga, ble det bestemt at KAOS skulle avholdes helga før for å legge til rette for at flest mulig kunne komme.

Nytt av året var at vi samarbeida med Programkommune for psykisk helse og rus (ved Kjerstin Møllebakken), om å lage et enda større og bedre arrangement. Programkommuneprosjektet går ut på at ungdommene i kommunen har svart på spørreundersøkelser om hvordan det er å være ungdom i kommunen og hva som skal til for at de skal få bedre oppvekstvilkår. En av tingene som kom fram var at ungdommene ønsker seg flere arenaer hvor de kan møtes. Prosjektet valgte derfor å arrangere en aktivitetshelg for ungdom i kommunen, og det ble etter hvert bestemt at denne skulle sammenfalle med KAOS spektakel. Prosjektets målgruppe er ungdom i videregåendealder, mens KAOS skal favne helt ned til 8. klasse.

Fredag 7. februar ble Barentshallen åpnet for ungdom i videregåendealder. I hallen var det aktiviteter som bordtennis, badminton, sumo-bryting, dart, fotballtennis, golf mm. Det ble servert gratis mat til ungdommene og i tillegg sto russen for kafedrift. Ca. 60 ungdommer var innom hallen i løpet av kvelden. Lørdagen supplerte vi med konsert med Daniel Owen

og Youtube-foredrag med Dennis Vareide. Det ble også sørga for gratis skyss hjem for alle ungdommer i kommunen. Det var ca. 250 ungdommer inne på lørdagen.

Vi lyktes ikke i år med detagelse med russiske og finske band, men ungdomsrådene fra Petsjenga kommune (4 deltagere) i Russland og Inari kommune i Finland (3 deltagere) var invitert og deltok i den praktiske gjennomføringen. Blant annet bistod de med organisering av aktiviteter, kafedrift og vakthold. I tillegg hadde de workshop lørdag formiddag sammen med Sør-Varanger Ungdomsråd. Her utvekslet man erfaringer knyttet til ungdomsmedvirkning og felles utfordringer ungdommer har i Barentsregionen. Besøket resulterte også i invitasjon til Nikel høsten 2020 for deltagelse i en ungdomsfestival.

**Harald Sørensen**

**[harald.sorensen@sor-varanger.kommune.no](mailto:harald.sorensen@sor-varanger.kommune.no)**