



NANNESTAD
KOMMUNE

Tiltak knyttet til psykisk helse og rus

Handlingsplan



Handlingsplan – Tiltak knyttet til psykisk helse og rus

Bakgrunn for handlingsplanen

Kommunestyret vedtok i sitt møte 13.02.2018 administrasjonens forslag til Temaplan Psykisk helse og rus 2017-2020 med denne tilleggsbestilling:

«Temaplanen er en overordnet og noe skjematisk plan. Man ønsker derfor at det utarbeides en handlingsplan for psykisk helse og rus, som legges fram til politisk behandling høsten 2018.»

Handlingsplanen tar utgangspunkt i denne bestilling.

Handlingsplanen er basert på innspill fra egne og samarbeidende enheter.

Ivaretagelse av brukernes rettigheter forutsetter en kontinuerlig dialog med spesialisthelsetjenesten for å ivareta samarbeid samt ansvars- og arbeidsfordeling basert på de ulike aktørenes ansvarsoppgaver:

- **Forebygging:** Ivaretagelse av dette ansvaret tilligger kommunen som helhet og forutsettes ivaretatt av virksomheter innenfor og utenfor kommunens helsetjeneste.
- **Behandling:** Dette ansvarsområdet er delt mellom kommunen, fastlegene og spesialisthelsetjenestene (basert på henvisninger fra fastlege og kommunepsykolog)
- **Tilrettelegging:** Kommunen, ved Støttetjenesten og samhandlende virksomheter, skal bidra til at brukerne/pasientene – med utgangspunkt i egne ressurser - kan oppleve mestring knyttet til dagliglivets ferdigheter.

For å etablere en forebyggingskultur, må kommunen se utover helsevesenet og bygge en samhandlingskultur. I det forebyggende psykiske helsearbeidet kan tiltak knyttet til samfunnsøkonomi, arbeidsliv, boforhold, skoler, barnehager, familieliv og livsstil være vel så virkningsfulle som tiltak i helsevesenet.

For å sikre brukermedvirkning, vil det bli gjennomført årlige brukerundersøkelser.

Virksomheten vil komme tilbake til finansiering av nye tiltak i de ordinære budsjettprosesser.

Oppsummering av Støttetjenestens forslag til nye tiltak

Forebyggende tiltak

År	Enhet	Tiltak	Kommentar	Finansiering	Økonomi
2018 - 2020	Rus og psykisk helse	Prosjektstilling rettet mot ungdom i faresonen	Oppfølging av ungdom med tanke på ruskontrakter og hasjavvenningsprogram for ungdom i faresonen.	Lønnstilskudd fra fylkesmannen	Egenandel finansieres ved midler fra opptrapping splanen innen rusfeltet
2018 - 2020	Rus og psykisk helse	Kompetanseheving: Barn med adferdsproblemer	Det legges til rette for at ansatte gis relevant etterutdanning.	Kompetansemidler fra fylkesmannen	Innenfor eget budsjett
2018 - 2019	Rus og psykisk helse	Utarbeide og implementere overordnede prosedyrer for å sikre og ivareta oppfølging av barn som pårørende	For å sikre og ivareta oppfølging av barn som pårørende.	Innenfor egen ramme	Innenfor eget budsjett
2019	Rus og psykisk helse	Oppnevning av barneansvarlig	Barneansvarlige skal ha et særlig ansvar for at barn som er pårørende ivaretas.	Innenfor egen ramme	Innenfor eget budsjett
2019	Rus og psykisk helse	Kurstilbud om psykisk sykdom/lidelse til ansatte i grunnskolen	Hensikten er å dele kunnskap med andre faggrupper.	Midler fra opptrappingsplanen	Innenfor eget budsjett

Tiltak: Behandling

År	Enhet	Tiltak	Kommentar	Finansiering	Økonomi
2018	Rus og psykisk helse	Angstgrupper	Organisering i grupper innebærer at flere får et tilbud.	Innen tildelt ramme	Eget budsjett
2019 - 2021	Rus og psykisk helse	Bruker-medvirkning basert på «Recovery» tilnærming	Mål: Å gi den beste faglige hjelpen på den enkeltes premisser slik at hjelpen oppleves som en styrke til hans/hennes personlige vei til et godt liv.	Det vil bli søkt om prosjekt-midler fra fylkesmannen	Vurderes i budsjett-prosessen 2020

Tiltak: Tilrettelegging

År	Enhet	Tiltak	Kommentar	Finansiering	Økonomi
2018	Rus og psykisk helse	Øre-akupunktur	Tiltak i samarbeid med «Retretten».	Prosjektmidler fra fylkesmannen	Ingen egenandel for kommunen
2019 ->	Rus og psykisk helse	Egnet bolig	Behovet spilles inn i forbindelse med rullering av kommunens boligsosiale handlingsplan.	Det kan søkes om del-finansiering via Husbanken	Forutsettes behandlet i ordinære budsjettprosesser
2020	Rus og psykisk helse	Brukerstyrt senter	Skal styres av brukere og ansatte i felleskap Gir mulighet for blant annet å iverksette kommunestyrets vedtak om matservering.		Forutsetter budsjettmidler til etablering av bygg og drift

Utdypende beskrivelse av eksisterende tiltak og forslag til nye

Forebygging

Tjenesten samhandler med helsesøstre, fastleger, kommuneoverlege, kommunepsykolog, skoler og barnehager – gjennom tidlig innsats - for å hindre at lidelser utvikles til alvorlig sykdom.

Eksisterende tiltak	Kommentar
<p>Rus- og psykisk helsetjeneste</p> <p>Par-samlinger med naturlige samarbeidsparter:</p> <ul style="list-style-type: none"> Helsesøstertjenesten Barnevern Politi Hjemmesykepleien Nav PPT Skole Miljøtjenesten Frisklivssentralen Familieteamet Spesialisthelsetjenesten 	<p>Ønsket er å gi et godt faglig og tverrfaglig samarbeid. Ambisjonen er å videreutvikle god kvalitet i samarbeidet mellom tjenestene, til barns og unges beste.</p>
<p>Familiesenteret</p> <p>Frisklivssentralen inkluderer bla. brukere med helseplager knyttet til rus og psykisk helse</p>	<p>Personer med rus- og psykiske helseplager blir henvist av fastleger til frisklivssentralen på lik linje med andre innbyggere.</p> <p>Rus- og psykisk helsetjeneste henviser direkte. Ansatte ved tjenesten er med på første og siste samtale.</p>
<p>Helsefremmede skoler.</p> <p>Elevundersøkelsen gjennomføres hvert år 5- 7 trinn og 8- 10. trinn</p>	<p>Resultatene brukes til oppfølging sammen med elever og lærere</p>
<p>Skolene har utarbeidet felles forpliktende kjennetegn for god klasseledelse</p>	<p>Plansjen er i bruk, og følges opp</p>
<p>Alle skolene har utarbeidet handlingsplan for å fremme et trygt og godt skolemiljø</p>	<p>Følges bla. opp med kompetanseoppbygging</p>
<p>Det er utarbeidet skriftlige rutiner og maler i forhold til kap. 9A i opplæringsloven</p>	<p>Følges opp</p>
<p>Høykvalitetsbarnehager.</p> <p>Kompetanseutvikling knyttet til livsmestring, utvikling av sosial og emosjonell kompetanse («Det er mitt valg» bla.) og foreldreveiledning (ICDP)</p>	<p>Rammeplanen for barnehager forplikter barnehagene i forhold til å ha en helsefremmende og forebyggende funksjon.</p> <p>Barns psykiske og fysiske helse fremmes i barnehagen</p>

<p>Nav har egen ungdomskontakt som arbeider på henholdsvis Nannestad videregående og Jessheim videregående (to dager pr. uka)</p>	<p>Redusere frafall videregående skole</p>
<p>Helse</p> <p>Forebyggende tiltak på eldresentre</p> <p>Tiltak på dagsenter/dagaktivitetstilbud:</p> <p>Sosialt samvær for å minske ensomhetsfølelsen, øke trygghetsfølelsen og forhindre/reducere depresjon. Felles måltider med betydning både sosialt og ernæringsmessig. Fysiske og kulturelle aktiviteter med betydning for både fysisk og mental helse.</p>	<p>Nannestad har ikke eldresenter pr. i dag, og pr. i dag er det ingen konkrete planer om å etablere dette.</p> <p>Kommunen har dagsenter for eldre og dagaktivitetstilbud for personer med demens, som når en helt annen brukergruppe enn eldresentrene gjør. Eldresentre er et åpent tilbud til pensjonister, nye og gamle. På dagsenter et tildeles plass etter vedtak, for brukere som bor i eget hjem eller omsorgsleilighet. Brukerne har allerede et redusert funksjonsnivå, med behov for helsetjenester. Man ser at dagtilbud kan utsette sykehjemsopphold med flere år.</p>

Nye tiltak	Kommentar
<p>Rus- og psykisk helsetjeneste</p> <p>Prosjektstilling (4 år) rettet mot rus</p> <p>Prosjektstillingen rette seg mot ungdom som er i faresonen for å utvikle et risikofylt og skadelig bruk/misbruk av alkohol/narkotiske stoffer</p> <p>Mulig oppfølging av ungdom med tanke på ruskontrakter og hasjavvenningsprogram for ungdom i faresonen.</p>	<p>Oppstart/ansettelse sept/okt-2018</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tidlig inn • Forebyggende <p>Samarbeide med kommunens øvrige aktuelle instanser/tjenester på dette området (Team og tiltak som planlegges i samarbeid m/Kultur, politi, helsestasjon, osv.)</p> <p>Basert på lønnstilskudd fra fylkesmannen 550 000,- første driftsår.</p> <p>Økt egenandel for kommunen, 100 000,- kr pr år, finansieres ved midler knyttet til opptrappingsplanen innen rusfeltet</p>
<p>Rus- og psykisk helsetjeneste</p> <p>Det er ønskelig med økt kompetanse rettet mot barn med atferdsproblemer, slik at enheten kan møte disse utfordringene på en enda bedre måte.</p>	<p>Benyttes interne og ekstern kompetanse.</p> <p>I tillegg legges det til rette for ansatte med relevant videreutdanning og kurs innen dette feltet.</p> <p>Enheten ser behovet for at det på sikt gis rom for annen fagkompetanses for bedre å kunne ivareta til kommunes innbyggere med tanke på rus- og psykisk helse utfordringer.</p>

<p>Rus- og psykisk helsetjeneste</p> <p>Tilby kurs om psykisk sykdom /lidelse til ansatte ved barne- og ungdomsskolen</p>	<p>Dele kunnskap med andre faggrupper</p> <p>Ønskelig i løpet av 2019</p>
<p>Familiesenteret</p> <p>Hjemmebesøk til førskolebarn</p>	<p>I «Bedre føre var» refereres det til internasjonale hjemmebesøks- programmer som ikke retter seg direkte mot helsestasjonen. Dette er tiltak mot seksuelle og fysiske overgrep mot barn, som kan utføres av andre tjenester i kommunen.</p> <p>Helsestasjonen i Nannestad skal tilby barsebesøk av jordmor 1- 3 døgn etter hjemkomst fra sykehuset, i tillegg til hjemmebesøk av helsesøster innen 10 døgn etter hjemkomst.</p> <p>Vi tilbyr også hjemmebesøk ved spesielle behov for oppfølging, i følge «Nasjonal faglig retningslinje for det helsefremmende og forebyggende arbeidet i helsestasjon, skolehelsetjeneste og helsestasjon for ungdom»:</p> <p><i>Det bør vurderes å tilby oppfølgende hjemmebesøk utover det anbefalte hjemmebesøket etter 7-10 dager når helsestasjon vurderer at barnet/familien har særlige behov for hjelp og foreldrestøtten tiltak.</i></p> <p><i>Hjemmebesøk bør også vurderes som tiltak når foreldrene ikke møter med barnet på helsestasjonen, da manglende oppmøte er en vanlig årsak til at det sendes bekymringsmelding til barnevernet.</i></p> <p>I skolehelsetjenesten:</p> <p><i>Skolehelsetjenesten bør vurdere å tilby hjemmebesøk til barn og ungdom som kan ha et spesielt behov for hjelp og støtte.</i></p> <p><i>Hjemmebesøk til barn og ungdommer og deres familier kan initieres etter initiativ fra barnet/ungdommen eller foreldrene, etter initiativ fra skolehelsetjenesten eller i samarbeid med andre (for eksempel skolen, psykolog eller fastlege).</i></p>

<p>Familiesenteret</p> <p>Styrking av foreldreferdigheter</p>	<p>Helsestasjonen har som mål å igangsette enkel veiledning i COS (Circle of security) i helsestasjonsgruppene i løpet av 2018.</p> <p>Foreldre med behov for lavterskel familieveiledning vil kunne få tilbud om mer omfattende COS- veiledning av familieveilederne.</p>
<p>Barnehager og helsestasjoner</p> <p>kan fange opp og hjelpe barn som viser tegn til ulike psykiske plager, språk- eller atferdsproblemer.</p>	<p>Skolehelsetjenesten på 2. trinn: Undervisningsopplegg om hvordan barnet har det, trivsel og følelser. Her har vi også fokus på vold og overgrep.</p>
<p>NAV</p> <p>Virksomheten har fått lønnstilskudd til 2 prosjektstillinger fra helsedirektoratet som et supplement for vårt jobbspesialistteam med IPS (jobbstøtte)</p>	<p>Formålet er at vårt team skal jobbe både med arbeidsretting og samhandling med Øvre Romerike DPS i kombinasjon. Intensjonsavtale foreligger.</p>

Behandling

Tjenesten tilbyr samtaleoppfølging knyttet til ulike typer lidelser. Videre kan tjenesten, ved behov, etablere ulike gruppetilbud. Tjenesten mottar regelmessig veiledning og undervisning fra kommunepsykologen, blant annet med henblikk på økt behandlingskompetanse.

Eksisterende tiltak	Kommentar
<p>Rus- og psykisk helsetjeneste:</p> <p>Pasientundervisning i regi av kommunepsykolog og psykiatrisk vernepleier ved enheten</p> <p>Tema for undervisningen: Angst og depresjon</p> <p>Hensikt: Gi pasientene informasjon og verktøy til å bedre og mestre eget liv</p>	<p>Organisering i grupper innebærer at flere får et tilbud.</p> <p>Positiver erfaringer og tilbakemeldinger fra brukerne.</p>
<p>Rus- og psykisk helsetjeneste:</p> <p>Samtaler gis med tanke på kartlegging, stabilisering og behandling.</p>	

<p>Rus- og psykisk helsetjeneste:</p> <p>Tilbud knyttet til friluftsgruppe og golfgruppe</p>	<p>Forebygge ensomhetsfølelse og forhindre /reducere depresjon</p> <p>Fysiske aktiviteter med betydning for både fysisk og mental helse</p> <p>Positive tilbakemeldinger fra brukerne</p>
<p>Rus- og psykisk helsetjeneste:</p> <p>Dagsenter for innbyggere med psykiske utfordringer/lidelser og / eller rusavhengighet som hovedproblem</p>	<p>Forebygge ensomhetsfølelse og forhindre /reducere depresjon</p> <p>Felles måltider med betydning både sosialt og ernæringsmessig</p> <p>Positive tilbakemeldinger fra brukerne</p>
Nye tiltak	Kommentar
<p>Rus- og psykisk helsetjeneste</p> <p>Angstgruppe i regi av kommunepsykologen og behandlere i rus – og psykisk helsetjeneste.</p> <p>Hensikt: Gi pasientene informasjon og verktøy til å mestre angstplager.</p>	<p>Det planlegges oppstart (oktober 2018)</p> <p>Organisering i grupper innebærer at flere får et tilbud. Behandlingstilbud i gruppe gir en annen effekt og nytteverdi enn individuelle samtaler.</p>

<p>Rus- og psykisk helsetjeneste Arbeidsmetoder som ivaretar brukermedvirkning med fokus på Recovery som tilnærming.</p>	<p>Det er en plan om å bygge tjenesten med en tydeligere profil i retning av Recoverybaserte tjenester. Målet er:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Å gi den beste faglige hjelpen på den enkeltes premisser slik at hjelpen oppleves som en styrke til hans/hennes personlige vei til et godt liv. <p>Planen går over en 2 årsperiode med oppstart 2019:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bred og bevisst satsning på opplæring og refleksjon for alle medarbeidere om et rettighetsbasert utgangspunkt for brukermedvirkning. (oppstart 2019) 2. Ansettelse av likemenn/erfaringsmedarbeidere i tilstrekkelig omfang til å skape forandring. (2019) 3. Økt fokus på undervisning og coaching etter Recovery college modellen, som virkemiddel til å tilegne seg kunnskap som ivaretar egen helse , og ta styring i eget liv. (oppstart 2019) 4. Verktøy som vil bli tatt i bruk: KOR (klient og resultatstyrt praksis), FIT (Feedbackinformerte tjenester, IMR (Illness Management and Recovery/Individuell mestring og tilfriskning). Krever opplæring og bevisst satsning
<p>Utarbeide og implementere overordnede prosedyrer for å sikre og ivareta oppfølging av barn som pårørende.</p>	<p>For å sikre og ivareta oppfølging av barn som pårørende.</p>
<p>Oppnevning av barneansvarlig</p>	<p>Barneansvarlige skal ha et særlig ansvar for at barn som er pårørende ivaretas.</p>

Tilrettelegging

Tjenesten samhandler med Miljøarbeidertjenesten for at brukernes rettigheter blir ivare tatt samtidig som det vektlegges å tilrettelegge miljøbetingelsene rundt tjenestemottaker slik at han/hun ut fra egne ressurser i størst mulig grad kan mestre dagliglivets gjøremål.

Eksisterende tiltak	Kommentar
Miljøtjenesten Pasienter med rusproblematikk og, eller psykisk lidelse får oppfølging på kveld og helger fra Miljøtjenesten	Miljøtjenesten styrkes ytterligere med midler fra opptrappingsplanen for rusfeltet (2016 – 2020)
Rus- og psykisk helsetjeneste/Miljøtjenesten Brukerundersøkelse er gjennomført svarprosent 22 %	Det planlegges en ny brukerundersøkelse i 2019

Nye tiltak	Kommentar
Varmt måltid (jfr. kommunestyrevedtak 07.12.2017)	Tiltaket antas å koste ca. 364.000,- kr per år. (70kr x 20 pers x 5 dager x 52 uker) Virksomheten utreder praktiske ordninger og vil fremme dette som innspill i budsjettprosessen.
Rus- og psykisk helsetjeneste Tilbud om øreakupunktur for: <ul style="list-style-type: none">• Personer som har ulik avhengighetsproblematikk• Pårørende• Straffedømte• Det kan åpnes for andre som har et behov	Rus – og psykisk helsetjeneste har inngått et samarbeid med Retretten Pilotprosjekt med oppstart 25. juni 2018, der Retretten tilbyr akupunktur etter NADA protokollen (øreakupunktur) Tilbudet er tilgjengelig for innbyggerne hver mandag fra klokken 16.00 til 20.00 fra 25. juni 2018 og frem til 31.12.2018. De holder til i enhetens lokaler.

<p>Rus- og psykisk helsetjeneste Enheten ser ut i fra et 5-årsperspektiv behov for å etablere et BRUKERSTYRT SENTER i et bygg.</p>	<p>Det betyr at det er brukerne selv som styrer det meste av aktivitetene som skjer her.</p> <p>Målgruppe: Mennesker med utfordringer innenfor rus og psykisk helse, pårørende og de som vil forebygge slike problemer.</p> <p>Målsetting: Å være en sosial møteplass, som kan være med å forebygge sykdom og forverring av sykdomsforløpet.</p> <p>Skape en meningsfull og aktiv tilværelse</p> <p>Det er et ønske at senteret skal driftes av både ansatt og brukerrepresentant.</p> <p>Lavterskeltilbud</p> <p>TILBUD f.eks:</p> <p>Matservering, kurskvelder, kulturaktiviteter, turer</p>
<p>Enkelte leietagere i kommunale boliger har behov for en annen type bo som i større grad samsvarer med brukerens bo- mestringssevne. Eks: bofellesskap med fellesareal og heldøgns bemanning.</p>	<p>Kommunens samlede behov for kommunalt disponerte boliger – tilpasset ulike brukergrupper- utredes i boligsosial handlingsplan.</p>