

FRISKLIVSSENTRALEN I MÅSØY

Frisklivssentralen er et kommunalt kompetansesenter for veiledning og oppfølging primært innenfor helseadferdsområdene fysisk aktivitet og kosthold. Målgruppen er personer som har økt risiko for, eller allerede har sykdommer eller utfordringer knyttet til fysisk eller psykisk helse, og som kan ha nytte av frisklivssentralens tilbud. Frisklivssentralen har strukturert henvisnings- og oppfølgingssystem for personer som har behov for endring av helseadferd.

Sett i lys av St.meld nr. 47 (2008-2009) Samhandlingsreformen og forslag til ny folkehelselov, ny lov for kommunale helse- og omsorgstjenester og Helse- og omsorgsplan(2011-2015) kan frisklivssentral være et ledd i kommunens styrking av forebyggende helsetjenester og individ- og grupperettet folkehelsearbeid. *Frisklivssentraler kan styrke "broen" mellom medisinsk behandling og egenmestring.*

I uke 35 åpnes dette tilbudet som en del av behandlingen hos lege og fysioterapeut eller annen helseinstans. Det er lege som henviser til sentralen og vi gleder oss til å starte opp tilbudet her i kommunen.



3.3 Samhandlingsreformen

St.meld. nr. 47 (2008-2009) Samhandlingsreformen trekker fram tre hovedutfordringer for helse- og omsorgstjenesten:

- ☐ Pasientenes behov for koordinerte tjenester dekkes ikke godt nok.
- ☐ Det gjøres for lite for å begrense og forebygge sykdom.
- ☐ Den demografiske utviklingen og endringene i sykdomsbildet vil kunne true samfunnets økonomiske bæreevne.

Frisklivssentraler kan være et tilbud som bidrar til å håndtere disse helseutfordringene – ved å samhandle med ulike sektorer og nivåer som primærhelsetjenesten, spesialisthelsetjenesten, øvrig kommunal sektor, frivillige organisasjoner og private aktører

- ved å være del av kommunens helsetilbud innen forebygging og tidlig intervensjon med hensyn til sykdommer og lidelser som kan knyttes til helseatferd

12

- ved å bidra til bedre funksjon og livskvalitet for befolkningen gjennom helsefremmende tiltak

Helsedirektoratet har i et brev til alle landets kommuner av mai 2010 anbefalt frisklivstilbud som ett av satsingsområdene for bruk av kommunenes økte frie midler til styrking av forebyggende helsearbeid i 2010, dette som et ledd i opptrappingen i forbindelse med Samhandlingsreformen. I sin proposisjon til Stortinget, Prop. 1 S (2010-2011), har Helse- og omsorgsdepartementet videreført disse midlene i 2011, og frisklivssentraler blir nevnt som et viktig tiltak for å styrke forebyggende kommunale tjenester.³⁸

- Helsedirektoratet anbefaler etablering av kommunale frisklivssentraler i alle landets kommuner, eventuelt gjennom interkommunalt samarbeid.
- Evalueringer av Grønn resept viser at leger etterlyser tilbud å henvise pasienter til.
-
- Arbeidet baseres på dokumentert effektive metoder for endring av helseatferd.
- En viktig oppgave for frisklivssentralen er å veilede deltakerne videre til lokale lavterskeltilbud og egenmestring. Samarbeid med frivillige, private og offentlige aktører er sentralt.
- Kommunen har et lovhjemlet ansvar for at tilbudet ved frisklivssentralene er faglig forsvarlig.
- Helseutfordringene i Norge i kan i stor grad knyttes til helseatferd. De store sosiale ulikhetene i helse skaper behov for kommunale oppfølgingstilbud. Frisklivssentraler har tilbud til grupper og individer som ikke nås av eksisterende tilbud om hjelp til å bli mer fysisk aktiv, å få et bedre kosthold og å slutte å røyke.