

NÆRMERE REDEGJØRELSE OM FRISKLIVSSENTRALEN TIL KOMMUNESTYRET I ØYER

Det vises til Formannskapet i Øyer sin behandling av sak 80/17 den 17.10.17, der bl.a. følgende ble vedtatt:

3. Kommunestyret ønsker en nærmere redegjørelse av:

Pkt. 3 Samarbeid med lag og foreninger i Øyer kommune

Pkt. 4 Hva er erfaringene fra de som er faktiske brukere av frisklivssentralen?

Nedenfor følger en nærmere redegjørelse som anmodet.

Pkt.3 Samarbeid med lag og foreninger i Øyer kommune

Mange av Frisklivssentralens deltagere har ikke vært i aktivitet på mange år. Ved Frisklivssentralen får de en starthjelp, bl.a. til å sette seg mål og lage gjennomførbare planer.

Når de er ferdig med perioden ved Frisklivssentralen ser vi på muligheter i kommunen de kommer fra.

I Øyer har vi en avtale med Friskis&Svettis og Øyer og Tretten Idrettsforening.

En del av de som er henvist fra Øyer ønsker en avtale med Jorekstad (badeanlegget) eller Actic (treningssenteret) etter endt periode ved Frisklivssentralen.

Vi har en oversikt over tilbudene til lag og foreninger, som vi har fått fra kommunen, og som vi aktivt benytter for i veiledningen av deltagerne ved endt periode.

Frisklivssentralen har for øvrig holdt innlegg hos LHL Øyer/Tretten og Diabetesforeningen for de tre kommunene. LHL har også en del aktiviteter som deltagere kan delta på.

Pkt. 4 Hva er erfaringene fra de som er faktiske brukere av frisklivssentralen?

Vi får mange gode tilbakemeldinger fra våre deltagere, som er godt fornøyd med tilbudet de får hos oss. Dette gjelder så vel helsesamtalene, som deltakelse på gruppeaktiviteter og kurs.

Vi har vært en runde nå hos alle fastlegene og de forteller også om fornøyde deltagere.

Antall henvisninger for Frisklivssentralen har økt hvert år, noe som tyder på at de som kan henviser også ser at dette er et godt egnet tilbud for målgruppa.

Sett opp mot en ren folketallsnøkkel skulle det forventes at Øyers andel av antall henvendelser var på om lag 13% (jfr. tabell nedenfor). Den faktiske andelen ligger på 20 – 25 % de tre siste år, dvs. at Øyer bruker frisklivssentralens tilbud relativt mer enn hva folketallsnøkkel skulle tilsi.

Kommune	Folketall pr Q2, 2017	Andel
Lillehammer	27 785	71 %
Øyer	5 084	13 %
Gausdal	6 193	16 %
SUM	39 062	100 %

Med den bemanningen som er ved frisklivssentralen har man ikke kunnet drive aktiv markedsføring av tilbudet i den utstrekning og med en hyppighet som er ønskelig. Dette har gjort at antallet henvendelser fra deltakerkommunene har svingt noe fra måned til måned og fra år til år. Nylig har det vært en informasjonsrunde på legekantorene i Øyer og på Tretten, og effekten av dette merkes allerede gjennom økt antall henvendelser herfra.

Frisklivssentralen har ennå ikke noen statistikk på hvor mange som er tilbake i jobb, eller har klart å endre sine vaner. Det vi har er deltakernes egne opplevelser: Mange er tilbake i jobb etter en sykemeldingsperiode. Noen er tilbake i jobb etter flere år utenfor arbeid, der frisklivssentralen har vært en av aktørene som har bidratt til det.

Eller som en deltager sa:

«Jeg må dessverre slutte på treningen. Jeg har tatt på meg for mye jobb i amatørteateret, så nå kolliderer treningen med øvelse på teateret. Men det har vært en glede å være med på denne treningen. Det har faktisk gitt meg et helt nytt liv. Spesielt har jeg nå fått tilbake troen på meg selv igjen.»

Denne deltageren hadde deltatt i 4-5 måneder, og det skjedde store forandringer på denne tiden. Før han deltok første gang hadde han for det meste sittet hjemme.

Til slutt en tilbakemelding på Facebook-siden vår i høst: *«Frisklivssentralen har et fantastisk tilbud med gode instruktører, motivatorer og igangsettere. Setter veldig stor pris på å få være med.»*

Gausdal/Tretten, 20.10.2017

Tone Karlsen
Daglig leder Interkommunale frisklivssentralen

Harald Landheim
Kommunalsjef vertskommune Gausdal

Mike Görtz
Sektorleder i deltagende kommune, Øyer kommune