

## Årsmelding for Frisklivssentralen 2015:

<b>Friskliv</b>  <i>Ei befolkning med gode levevaner som tek helsemessige gode val</i>	Samarbeid med legane, diabetessjukepleier, NAV, Fretex og Vinn om å styrke frisklivsresepten.	JA	Har hatt 63 personen med resept til helsesamtaler og deltakelse på Frisklivssentralen. 3 gruppetreningar pr. uke.
	Aktiv bedrift / helsefremmande arbeidsplass	JA	To aktivitetskampanjar i aktiv bedrift. Velferdskveld for alle tilsette i kommunen.
	Planlegging av prosjekt mot overvekt under og etter svangerskap hos gravide, samt oppfølging.	JA	Faste barseltreningsgrupper i samarbeid med jordmor/helsestasjonen.
	Tidligere oppstart av frisklivsresepten i samarbeid med Nav	JA	Samarbeidsavtale med NAV om tidlig oppstart.
	Holde «BraMat», «BraMat for kronikere» og «røykslutt» kurs ved sentralen	JA	Samarbeid med de andre frisklivssentralene i Hallingdal
	Sikre dokumentasjon og avklare bruk av journalsystema Gerica eller ProMed.	JA	Tatt i bruk ProMed som journalsystem.
	MOT Informatør - MOT bevisstgjør og styrker ungdoms mot – til å leve, bry seg og si nei.	JA	Jobbe som MOT informatør ved Gol ungdomsskule.
	Auke medvet og kompetanse om «kompetanse – læring og mestrin.»	JA	Deltatt på opplæring og kurs via Helsedirektoratet samt samarbeid med læring og mestrings leder i Hallingdal.
Sterkere samarbeid med psykisk helse	JA	Aktivitetsturar om sommaren med brukarar på psykisk helse. Fast dag i uka hausten 2015.	
<b>Friskliv</b>	Inaktive barn/ungdom henvist	Ikkje oppstart 2015	FUA FriskUngAktiv: Nyoppstartet felles gruppetreningar for barn og ungdommar i 4-10 klassetrinn. 2 treningar i uka. Ikkje gjennomført grunnet ingen

	Avklare med omsorgsavdelina ved bruk av støttekontakamidla. Bruk av aktivitetskontaktar opp mot brukarane av friskliv	Nei	henvisningar og kapasitet mangel på helsestasjonen og friskliv. Samtidig for dårlig hallkapasitet.  Kapasitetsmangel
--	---	-----	--

- Friskliv

- Styrke FriskUngAktiv. Få til eit fast ikkje konkurrerande fysisk aktivitetstilbod til alle barn-/ung i Gol komme som slit med overvekt-/fedme og inaktivitet.
- Styrke Fysioterapitenesta opp mot frisklivssentralen. Styrke drifta av frisklivssentralen slik at den består og kan utvides til alle grupper/personer i kommunen.
- Utvide samarbeidet med psykisk helse.
- Styrke samarbeidet med jordmorstjenesten opp mot barselgruppene.
- Vera med å legge til rette for meir fysisk aktivitet for alle i Gol kommune. UU-løyper, aktivitetsområdet og lågterskeltilbod for alle. Betre tilgjenge og utvide opningstider til offentlige idrettsanlegg, symje hall osv.