



# Storumans kommun

FOLKHÄLSORÅDET

2015-02-25

Hej

Härmed ansöker Folkhälsorådet Storumans kommun om 10 000 kronor för år 2015 i medel av nämnd för folkhälsa och primärvård i Södra Lappland. Bifogar Folkhälsorådets verksamhetsplan för 2015.

Hälsningar

Karin Malmfjord  
Ordförande Folkhälsorådet



## Verksamhetsplan 2015 Folkhälsorådet Storuman

### Bakgrund

Folkhälsorådet har beslutat om sex prioriterade områden utifrån folkhälsoinstitutets folkhälsomål:

1. Delaktighet och inflytande
2. Ekonomisk och social trygghet
3. Fysisk aktivitet i arbetslivet
4. Ökad fysisk aktivitet
5. Goda matvanor och säkra livsmedel
6. Minskat bruk av tobak, alkohol, narkotika och dopning samt minskade skadeverkningar av överdrivet spelande.

### Mål

Föreläsning om Spice och doping

Rådet ska ha minst fyra träffar under 2015.

Fastställa ett folkhälsopolitiskt program

Samverka med olika aktörer för att genomföra aktiviteter som främjar folkhälsan

Planeringsträff för hälsosamma levnadsvanor med föreningar, organisationer och övriga aktörer.

Ungdomsenkät- redovisa ungdomsenkät

Samverka med föreningar och organisationer genomföra hälsovecka.

Aktivitet för psykisk sjuka.

Gemensamt julfirande

### Syfte

Få fler medborgare som aktivt deltar i hälsofrämjande aktiviteter.

### Målområde 1. Delaktighet o inflytande

Vad ska göras	När	Vem
Demokratitorget	hösten 2015	FKUN
Futurize- unga människor delaktighet i den lokala utvecklingen	2015	FKUN
LUPP-undersökning	2015	FKUN
Medborgardialog		KS
Föreläsning Expo	22/4 Kommunal/IF Metall/	ABF/ Storumans kommun

### Syfte

Arbeta för medborgarnas delaktighet, valmöjligheter och integrera dialogen med medborgarna i styrprocess och verksamhetsutveckling”.

### Målområde 2 ekonomisk och social trygghet

Vad ska göras	När	Vem
Aktivitet för psykisk sjuka	2015	Folkhälsorådet, IFO
Gemensamt julfirande	24 dec	Folkhälsorådet, Storumans kristna råd

Kultur och hälsoträff Lycksele 19 mars KS, ON, FKUN, Region  
Västerbotten

#### **Syfte**

Skapa mötesplatser för socialt utsatta

#### **Målområde 4, fysisk aktivitet i arbetslivet**

<b>Vad ska göras</b>	<b>När</b>	<b>Vem</b>
Föreläsning stresshantering	2015	Folkhälsorådet
Inte bilen under halvmilen	maj 2015	Energirådgivaren, Korpen

#### **Syfte**

Inspirera till fysisk aktivitet

#### **Målområde 9. Ökad fysisk aktivitet**

<b>Vad ska göras</b>	<b>När</b>	<b>Vem</b>
Aktivitetsdag	31 jan	Folkhälsorådet, Korpen,
Gunnarns IK		
Motionslådor	2015	Folkhälsorådet, Korpen
Inte bilen under halvmilen	maj 2015	Energirådgivaren, Korpen
Korpen serie i bowling	feb 2015	Korpen

#### **Syfte**

Stimulera till fysisk aktivitet

#### **Målområde 10 Goda matvanor och säkra livsmedel**

<b>Vad ska göras</b>	<b>När</b>	<b>Ansvarig</b>
Föreläsning dietist kost/motion	14/2-2015	Storuman HjärtLung ABF
Bjuda på frukt	Hälsoveckan Storuman	Hälsorådet
Bjuda på frukt	Hälsoveckan Tärnaby	Hälsorådet

#### **Syfte**

Påverka beteendet till sundare matvanor

#### **Målområde 11. Tobak, alkohol, narkotika, spel**

<b>Vad ska göras</b>	<b>När</b>	<b>Ansvarig</b>
Föreläsning om drogen Spice	3/2-2015	ABF, Frida-gruppen
Ungdomsenkät i Storumans kommun		ON, Frida-gruppen
Blänkare	Dec, ge barnen en vit jul	Folkhälsorådet
Tobaksfri Duo	2015	Rådet, FKUN, fritidsgården, folktandvården
Föreläsning Doping- kosttillskott	2015	Frida-gruppen, Länsstyrelsen

#### **Syfte**

Uppmärksamma riskerna med användning av tobak, alkohol och narkotika

## Övrigt Aktiviteter

• Discobowling	2/1- 2015	Storuman Fritid
• 1 3 Kamp	1/10- 2015	Storuman Fritid
• Aktivitetsdag	4-5 jan	Korpen Gunnarns IK
• Disco	13/2-2015	Storuman Fritid
• Aerobics	13/1-2015	Aktiv ungdom, Medborg
• Core	15/1-2015	Aktiv ungdom, Medborg
• Sverok, spelkväll	14/2- 2015	Storuman Fritid
• Funk start 15 januari	2015	Aktiv ungdom, Medborg.
• Kurs- Motiverande samtal	26/2-2015	Storuman Fritid
• Musikkväll & loppis	26/2-2015	Storuman Fritid
• Badresa Ö-vik	3/3- 2015	Storuman Fritid
• Bowlingläger & disco års 1-5	4/3-2015	Storuman Fritid
• Slalomtävling & musikcafé	5/3-2015	Storuman Fritid
• Bussresa Tärnaby	6/3- 2015	Storuman Fritid
• Barnens dag	9/5-2015	Storuman Fritid
• Samarbetsövning Tärnaby års 7,9	20/5-2015	Storuman Fritid
• Folkhälsovecka	30/5-7/6	Steps4life
• Motionsdans	7 ggr/år 2015	Korpen
• skolavslutning	12/6-2015	Storuman Fritid
• Sommarläger	16-18/6-2015	Storuman Fritid
• Skoljogging	26/6-2015	Storuman Fritid
• Vattenträning	vår 2015	Korpen
• Stavgång Hemavan, Tärnaby	tisdagar	Pensionär,
• Sitt gympa på boenden	2 ggr/vecka	Väntjänsten
• Folkhälsovecka	2015	Folkhälsorådet
• Gympa Tärnaby	måndagar	IK fjällvinden
• Fysträning Tärnaby	torsdagar	IK Fjällvinden
• Föreläsning Samuel Svensson-	2015	Länsstyrelsen,
• Rökning i skolan		Frida-gruppen
• Shotokan Karate	2015	Korpen
• Vattenträning	2015	Korpen
• Vattenaerobics	2015	Korpen
• Boxning	2015	Storuman Fritid/Korpen
• Trupp gymnastik	2015	Korpen
• Motionsdanser	2015	Korpen
• Dans	2015	Storuman Fritid
• Barnkör/sång 4-5 år & 6-7 år	2015	Storuman Fritid
• Badminton	2015	Korpen
• Dykarklubb		
• Armbrytarförening		
• Pinngymna		Storumans kommun

