

SAKNR: 05/20 ORIENTERING OM FRESKUS OG FYSAK

SKAL BEHANDLES / ER BEHANDLET I:

<u>UTVALG</u>	<u>SAK NR.</u>	<u>M.DATO</u>	<u>SAKSBEHANDLER</u>	<u>ARKIVNUMMER</u>
KOMMUNESTYRET KONTROLLUTVALGET	05/20	18.02.20	Sekretariatet v/ Edel Åsjord	

VEDLEGG

Notat Freskus Friluftssenter - oversendt fra administrasjonen

Brukerundersøkelse Frisklivssentralen – oversendt fra administrasjonen

BAKGRUNN

¹FRESKUS - Frisklivssentralen er en kommunal helsefremmende og forebyggende helsetjeneste med tilbud om hjelp til å endre levevaner og mestre helseutfordringer. Tilbudet omfatter støtte til fysisk aktivitet, kosthold, snus- og røykeslutt og søvn. Frisklivssentralen skal være en samarbeidspartner i kommunens folkehelsearbeid. En «frisklivsresept» innebærer hjelp til motivasjon for å justere livsstil gjennom samtaler med helsepersonell ved Frisklivssentralen. Innbyggere tilbys hjelp til fysisk aktivitet, bedre kosthold, bedre søvn eller å slutte å snuse eller røyke. Det tilbys hjelp til å lage en plan for de neste ukene, og man får tilbud om å delta på våre frisklivstreninger og kurs. En frisklivsresept varer vanligvis i 12 uker, og kan forlenges dersom man har behov for det. Målet er at man etter oppfølgingen har fått den hjelpen man trenger for å fortsette på egenhånd. Lege, annet autorisert helsepersonell eller NAV kan henvise til frisklivssentralen gjennom frisklivsresepten, men du kan også kontakte frisklivssentralen på eget initiativ. Primært er frisklivsresept rettet mot personer som har økt risiko for eller allerede har utfordringer eller sykdommer knyttet til fysisk aktivitet, kosthold og tobakk. Det kan også være god hjelp ved psykiske utfordringer og det er aktuelt uansett om man er i jobb/skole, sykemeldt eller ute av arbeidslivet for kortere eller lengre tid.

Pris: egenandel på kr. 300,-

FYSAK – står for fysisk aktivitet i kommunen.

VURDERING

Kontrollutvalget ønsket en redegjørelse av både FRESKUS og FYSAK på neste møte i kontrollutvalget og administrasjonen har oversendt to notater som er vedlagt saken.

Sekretariatet foreslår slikt

VEDTAK

Redegjørelsen tas til orientering

¹ Informasjon tilgjengelig på nettside

Svolvær 10.02.20

Edel Åsjord