

## LM-Gruppe Nordhordland

### Handlingsplan 2016, mål for handlingsplan 2017

	2016	Tiltak	Tidsrom	Utført
1.0	Nettverk LMS	Utarbeide særavtale for samarbeid helseføretaket og kommunane innan LM-tenester. Representant BBT er med frå Nordhordland.	2016	Pågår
1.1	Gjennomføre 2 kurs i endring av levevaner utført i	Gjennomført 3 kurs i 2015-2016. Knytt til oss psykolog og klinisk ernæringsfysiolog, i tillegg til LM gruppa. Mål for 2017 er å gjennomføre 2 kurs. I kommunalsjefmøte 021216, vart det vedteke å setje av midlar til 15 %stilling til nettverk LMS og å organisere interkommunalt tilbod BBT. ----- Kommunalsjefgruppa ønskjer evalueringsrapport for 2016 og plan for 2017	kurs 2 vår og 3 haust i 2016.  Januar 2017	Ferdig 29.11.16 Planlegging av 2 kurs i 2017 pågår.
1.2	Kompetanseheving av personell	Kompetansemodular, LMS, helseped., endrings – og meistringsmodul. Kommunalsjef i kvar kommune har fått informasjon om kompetansepakken, skal ta det med tilbake til sin kommune og utpeike helsepersonell.	Desentralisert Haust 2015, Elles kontinuerleg påmelding på LMS	Lindås, Austrheim Radøy, Modalen, Masfjorden har delteke
1.3	Ha 6 kursleiarar med kompetanse i endring og meistring?	Helsepersonell må gjennomføre endrings- og meistringsmodul i Kompetansepakken hjå LMS. Avhengig av plass på kurs på LMS. Identifisere om vi allereie har helsepersonell med denne kompetansen. Vi treng fleire å dele kursleiarrolla på.	2016, Helsepersonell i enkelte kommunar har gjennomført	1 påmeldt meistringsmodulen i 2017. 2 påmeldt fagdag LMS /ulriksdal
1.4	Vidareutvikle kurset «Livsstilsendring og meistring av eiga helse»	Fortsetje arbeidsgruppa. Bruke egne erfaringar og justere innhald, ut i frå evaluerings skjema frå deltakarane. Treng finansiering frå kommunane, om ikkje eksterne prosjektmidlar vert innvilga	Des 2016 Orientering til kommunalsjef helsegruppe	
1.5	Starte «reint»meistringskurs?	Tilby eit kurs i livsmeistring, spesielt retta mot KOLS, cancer, psykisk helse, og andre som vil ha nytte av eit slikt tilbod, interkommunalt? Opprette kontakt med kreftkoordinator, ønskjer å få til eit samarbeid	Planlegge for haust 2017	
1.6	Evaluerer kurset livsstilsendring og meistring av eigen helse	Viktig for å forbetre og utvikle eit godt kurstilbod for deltakarane.	Januar 2017, oppf. Møte med tidlegare deltakarar	Utført
1.7	Facebook	Opprette og drifte ei facebookside med informasjon om tilbod, samt deling av nytting informasjon om trening og kosthald	Oppretta Januar 2017	
1.8	Informasjon på kommunane si nettside	Oppdatere ein god og informativ nettside om tilbod, kontakte kommunane sin redaktør for	Utført alle kommunane	Pågår

		nettsiden		
1.9	Tett samarbeid med legane, og kommunalsjef helse	Informasjon til legekontora i alle kommunane. Halde kontinuerlig kontakt med legar. Dersom tilbodet vert fast vår og haust kan ein henvise pasientar kontinuerleg	Kontinuerleg, alle får tilsendt pasientbrosjyrer	
1.10	Synleggjere våre tilbod inn i spesialisthelsetenesta	Opprette kontaktar i spesialisthelsetenesta for rekruttering av pasientar, og ta i mot henvisinga frå spes. helsetenesta	Har kontakt med LMS og overvektspol.	
1.11	Synleggjere tilbod internt i kommunane	Presentere til aktuelle avdelingar og instansar i kommunane. Bruke fysio og spl nettverk.	pågår	
1.12	Kartlegging av frisklivs- og meistringstilbod i kvar kommune	Kva finnast av tilbod i regi av lokale og frivillige lag og organisasjonar (t.d. turlag, LHL, frivillighetssentral)? Vanskeleg å finne oppdatert informasjon. Avhengig av kontaktperson i kvar kommune.	Pågår, stadig endringar i tilbod	
1.13	Styrke samarbeid med lokale lag og organisasjonar	Utnytte lokale ressursar for å gje eit godt, tilpassa tilbod etter kurs. Finne riktig person i kvar kommune.		
1.14	Styrke samarbeid med brukarorganisasjonar	Det er viktig å bruke erfaringar og kompetanse frå brukarar i utvikling og etablering av dei ulike tilboda. Aktuelle brukarorganisasjonar må involverast tidlig i prosjektet. LMS Bergen har god oversikt og stort nettverk av brukarorganisasjonar. Må også sjå på moglege lokale brukarrepresentantar.	Pågår	
1.15	Fagdag lokalt Fagdag på LMS	For helsepersonell, utveksle kompetanse mellom kommunar. Sjå på om ein kan samle alle som har delteke på LMS kompetanesmodular i NH kommunane	Delta på fagdag vår 2017 på LMS	
1.16	Vere synlige i faglege nettverk	Delta aktivt i aktuelle faglege nettverk og faggrupper for kompetanseheving og kompetanseutveksling. Alle i prosjektet deltek der det er naturleg og nødvendig.	Bruke fysionettverk og spl nettverk i NH kommunane	
1.17	Vere aktive i friskliv og meistringsarbeid lokalt, regionalt og nasjonalt	Delta i møter, nettverk, konferansar og initiere til workshop for frisklivsarbeid i regionen for kompetanseheving og kompetanseutvikling.	Følgje med på tilbod, og spreie det til kommunane	
1.18	Utvikle god kommunikasjonsplan og mediastrategi	Ha ein plan for korleis informasjon skal formidlast til politikar, helsepersonell, brukarar, pasientar, innbyggjarar og andre.	Annonser, facebook, nettsider, brosjyrer og plakat - pågår	
1.19	Søke midlar?	Auke økonomiske rammer for kompetanseheving og drift i prosjektperioden. Kvar kommune kan bidra etter fordelingsnøkkel inn i prosjektet	Søker fylkesmannen	
1.20	Utvikle rutinar for å måle effektivitet av tilbod	Korleis få til å dokumentere og samle inn data gjennom registrering av ulike indikatorar og parameter for dokumentasjon og evaluering av drift.	Har evalueringsskjema førebels	

1.21	Forskning på tilbudet?	Bidra med data til pågåande forskning om ein vert kontakta		
1.22	Inkludere tilbud til pårørende	Greie ut behov og moglegheit for eigne kurs eller kursdagar for pårørende Må vera obs på veileidar frå Helsedirektoratet	Pågår, pårørende kan også få delta på kursa	
2.0	Evaluering av 3 gjennomførte kurs	Førebuing: Få til helsesamtale før deltaking på kurset	Februar 2017	
2.1	Fysisk aktivitet	Ikkje fått til grupper med fysisk aktivitet utanom kursdagane. Oppfordra til aktivitetstilbod i heimkommunen, ikkje fått klar tilbakemelding frå kursdeltakarar om det er gjort.		
2.2	Kosthaldsvaner	Har leigd inn klinisk ernæringsfysiolog som kursleiar til alle foregåande kurs, ho deltek også i 2017, i tillegg til diabetssjukepleiar og kursleiarar som har delteke på kompetansemodulane på LMS.	kontinuerleg	
2.3	Oppfølgingsdag	Planlagt januar 2017		Utført
2.4	Kursdeltakarar	Oppsummere evalueringsskjema	Des 2016	Utført
2.5	Kursleiarar	Treng ein meir hospitering Tryggleik som kurshaldar Brukarrepresentant – meir kursing, ?		
2.6	Lokalisering og lokale	Nordhordlandshallen, kantina fungerer fint som kurslokale, og området rundt legg til rette for fysisk aktivitet.	Fortsetter her	
2.7	Servering/lunsj/kjøkken/handling	Teneleg kjøkken. Ønskjeleg med hjelp til lunsj servering , kontakter frivillige		
2.8	Kontorutstyr/materiell/kurs	Bruker eigen pc, og utstyr i NH hallen. , må kjøpe inn		
2.9	Korleis får tilbudet forankra som fast tiltak	Særavalen skal til handsaming vår 2017	Vår 2017.	