**OVERSIKT over Frisklivs sentraler/ Læring- og mestring i sør del av Trøndelag fra 01.01.2018**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Kommune | **Antall ansatte** **Prosent stilling** | **Kompetanse** | **Aktivitet i FLS** | **Organisering** | **E-post****Telefon** | **Helse og Omsorgsleder** |
| **Hitra** | 13 ansatte1200 % stillinger | Fysio, ergo, sykepleier, sosionom, fysiolog, ernæring, lege/psykiater, spesialister innen trening m.fl. | Kurstilbud, turgrupper, medisinsk treningsklinikk, fysio/ergo/ hj.middel, ps.helse, lege, selvhjelp, hj.besøk osv. | Egen avdeling i kommunen | jsj@hitra. kommune.no | Kommunalsjef: Harald HatleAvd.leder Friskliv og Mestring: Jonas Sjømæling |
| **Rennebu kommune** | 40 % | Pskyiatri og fysioterapiKIB,KID,MI,ACT | Yoga, spinning, tuftepark, styrke, gruppesamtaler | Helse og omsorg | 91381511 | Solveig Løkken |
| **Orkdal kommune** | 2 ansatte:60% 30% (tidligere FYSAK) | Fysioterapeut, helsepedagogikk, MI, prosjektledelseLektor i kroppsøving, mat og helse og fysisk aktivitet for funksjonshemmede | <https://www.orkdal.kommune.no/friskliv-og-mestring.412034.no.html> * Frisklivsresept
* Kurs: Bra mat-kurs, snus- og røykesluttkurs, KOLS-treff, Mestringstreff, barnefamilier med overvekt (Friskus), Frisk UNG (Ungdom med overvekt), Lyst på livet (cafemøter for pensjonister med fokus på levevaner)
* Treningstilbud: Veiledning og lavterskeltrening for foreldre i barselpermisjon, frisklivsgruppe, turgruppe, lavterskeltrening i trimrom (ala Aktiv på dagtid). I tillegg har kommunen ulike styrke og balansegrupper.

Innen friskliv og mestring er det også andre kurs som andre avdelinger har: pårørende med demens, kognitiv terapi, sinnemestring, m.m.Orkland:Aktivitetstilbudet vil nok bli endret i Orkland, da dette er et område kommunene arbeider ulikt med.  | I Orkdal: Helse og familie –> fysio og ergoterapi-avdelingen -> Friskliv og mestringOrkland:Vi blir i 2020 slått sammen med Agdenes, Snillfjord og Meldal kommune. Organiseringen er ikke avklart.  | 948 23 420 (fysio/ ergo) / 908 37 158 (frisklivs- og mestringskoordinator) | Ellen WahlmannOrkland: Ny kommunal-sjef for «helse og mestring» i Orkland er klart i løpet av april. Vedkommende vil ha beslutnings-myndighet i fra 2020.  |
| **Bjugn** | Ingen Friskliv eller L&M |  |  |  |  |  |
| **Agdenes** | Ingen | Agdenes kommune har ingen Friskliv-/Læring- og mestrings sentral i egen kommune.Fra 01.01.2020 blir vi en ny storkommune, Orkland kommune. | Kommende Orklandkommuner har søkt om midler til felles prosjekt før 2020. Vår representant i denne arbeidsgruppa er fysioterapeut Bård Røstad, med vara ergoterapeut Kine Helen Opgård | Om Bård/Kine også kan være ressurspersoner for arbeidsgruppe Trøndelag, er ikke avklart. |  | Line Raustein <Line.Raustein@agdenes.kommune.no> |
| **Klæbu** | Samarbeider med Trondheim | Kenneth Berg Aasegg, kennethh.aasegg@klabu.kommune.no, tlf. 910 03 400. |   |  |  |  |
| **Trondheim** | 13,5 stilling fordelt på 14 personer:1 avdelingsleder (fysioterapeut 100 %)1 Lærings- og mestringskoordinator (ergoterapeut 100 %)1 Kreftkoordinator (sykepleier 100 %)1 FYSAK-koordinator (folkehelse 100 %)1 aktivitetskoordinator (kommunikasjon 100 %)3 kliniske ernæringsfysiologer (300 %)1 master i ernæring (100 %)1 helsesøster (100 %)3 fysioterapeuter (300 %)1 ergoterapeut (50 %) | **Organisering og kontaktinformasjon**FLM er organisert under Helse og velferd v/ kommunaldirektør Helge Garåsen .Enhet for fysioterapitjenester v/ enhetsleder Anne-Elisabeth Hansen (anne-elisabeth.hansen@trondheim.kommune.no / 95 26 38 30)FLM v/ avdelingsleder Bente Sandvik (bente.sandvik@trondheim.kommune.no / 95 26 35 53) | Endrings- og mestringskurs familieAktiv ung5 treningsgrupperTurkarusellAktivitetsukeKurs i tobakksavvenningBra MatBra mat ved diabetes type 2Bra mat ved kreftsykdomSunn startEndrings- og mestringskurs voksneKIBLære å leve med langvarige smerterLære å leve med utmattelse |  |  |  |
| **Frøya**  | 100 % 60 %Diabetessykepleier/Frisklivsveileder  | Master i folkehelsevitenskap Bachelor i folkehelsearbeidFrisklivskoordinator Piakathrine.ohren@froya.kommune.no94879141 Renate Loktu Sandvik | Helsesamtale Frisklivstrening (grønn og blå) FrisklivUng Bra Mat kurs Søvnkurs Røykesluttkurs Helsefremmende forum Psykososialt ressursteam | RådmannsnivåEnhet: Familie og helse Avdeling: Friskliv og mestring Frisklivssentralen | Anna.kristoffersen@froya.kommune.no91303688 |  |
| **Hemne** |  |  I Hemne kommune har vi de siste to årene hatt frisklivstilbud i regi kommunal ergoterapeut, kommunefysioterapeut, turnus fysioterapeut og helsesøster. Det er ikke opprettet en egen Frisklivs sentral, men tilbudet drives gjennom tverrfaglig samarbeid fra de tre tjenestene i kommunen. Aktiviteten som inngår i Frisklivstilbudet, har hittil vært grupper over en avgrenset periode som har tilbud om aktivitet/trening 2 dager pr. uke, kombinert med Bra mat-kurs. |  |  | kristine.bratset@hemne.kommune.no Kommunalsjef Helse i Hemne kommune er Inger-Lise Waade. |  |
| **Skaun** | Ingen på Friskliv og mestring, men en 40% FYSAK | Fysioterapeut | KIB, KID, Aktivitetsgrupper for barn, Sterk og stødig(65+), individuelt tilbud innen fysisk aktivitet og kosthold,  | Organisert innen Barn, familie og helse på ulike fagkontorhanne.olden@skaun.kommune.no | Toril Eid Kjerstad, fagleder fysio/ergo, toril.eid.kjerstad@skaun.kommune.no72 86 73 57Hanne Olden, Fysioterapeut og FYSAK-koordinator, 902 70 190 | Eli Haugen, leder Barn, familie og helse,Eli.haugen@skaun.kommune.no72 86 72 60 / 917 09 316 |