**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 ansatte  1200 % 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 Hatle  Avd.leder Friskliv og Mestring: Jonas Sjømæling |
| **Rennebu kommune** | 40 % | Pskyiatri og fysioterapi  KIB,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, prosjektledelse  Lektor 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 mestring  Orkland:  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 Wahlmann  Orkland:  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](mailto: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](mailto:anne-elisabeth.hansen@trondheim.kommune.no) / 95 26 38 30)  FLM v/ avdelingsleder Bente Sandvik ([bente.sandvik@trondheim.kommune.no](mailto:bente.sandvik@trondheim.kommune.no) / 95 26 35 53) | Endrings- og mestringskurs familie  Aktiv ung  5 treningsgrupper  Turkarusell  Aktivitetsuke  Kurs i tobakksavvenning  Bra Mat  Bra mat ved diabetes type 2  Bra mat ved kreftsykdom  Sunn start  Endrings- og mestringskurs voksne  KIB  Lære å leve med langvarige smerter  Lære å leve med utmattelse |  |  |  |
| **Frøya** | 100 %  60 %Diabetessykepleier/  Frisklivs  veileder | Master i folkehelsevitenskap Bachelor i folkehelsearbeid  Frisklivskoordinator  Piakathrine.ohren@  froya.kommune.no  94879141  Renate Loktu Sandvik | Helsesamtale  Frisklivstrening (grønn og blå)  FrisklivUng  Bra Mat kurs  Søvnkurs  Røykesluttkurs  Helsefremmende forum  Psykososialt ressursteam | Rådmannsnivå  Enhet:  Familie og helse  Avdeling:  Friskliv og mestring  Frisklivssentralen | Anna.kristoffersen@  froya.kommune.no  91303688 |  |
| **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](mailto: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 fagkontor  [hanne.olden@skaun.kommune.no](mailto:hanne.olden@skaun.kommune.no) | Toril Eid Kjerstad, fagleder fysio/ergo, [toril.eid.kjerstad@skaun.kommune.no](mailto:toril.eid.kjerstad@skaun.kommune.no)  72 86 73 57  Hanne Olden, Fysioterapeut og FYSAK-koordinator,  902 70 190 | Eli Haugen, leder Barn, familie og helse,  [Eli.haugen@skaun.kommune.no](mailto:Eli.haugen@skaun.kommune.no)  72 86 72 60 /  917 09 316 |