

Samarbeidsprosjektet: «Treningskontakt» - en videreføring av støttekontaktordningen

Bakgrunn og erfaring med treningskontaktordningen i Nord-Trøndelag

Verdal 24.09.14

Arne Okkenhaug, HNT HF, Sykehuset Levanger

Programmet i kurset

I går: Første kurskveld med treningskontakter

I dag: «Førdemodellen», psykiske lidelser, forberedelser før trening og 2. kurskveld med treningskontakt

14.10: Forankring og 3. kurskveld med treningskontakt

15.10: Motivering og kommunikasjon. Erfaringsdeling og veien videre. Kurskveld 4 med treningskontakter

Tidlig historikk

- Før 4.02.09: Suksess i Førde, interesse for det i NT.
I tillegg har NT vært tidlig ute på andre områder
i fht fysisk og psykisk helse
- 04.02.09: Fagdag Psyk klinikk, Målrettet invitasjon
HNT, Psyk klin, Levanger har ønske om
etablering av treningskontaktordning i NT.
Etablering av prosjektgruppe.
- 19.03.09: Det første av 5 møter i prosjektgruppa
Mandat, søknader, prosjektplan, markedsføring

Oktober/November 2009: Kursarrangement

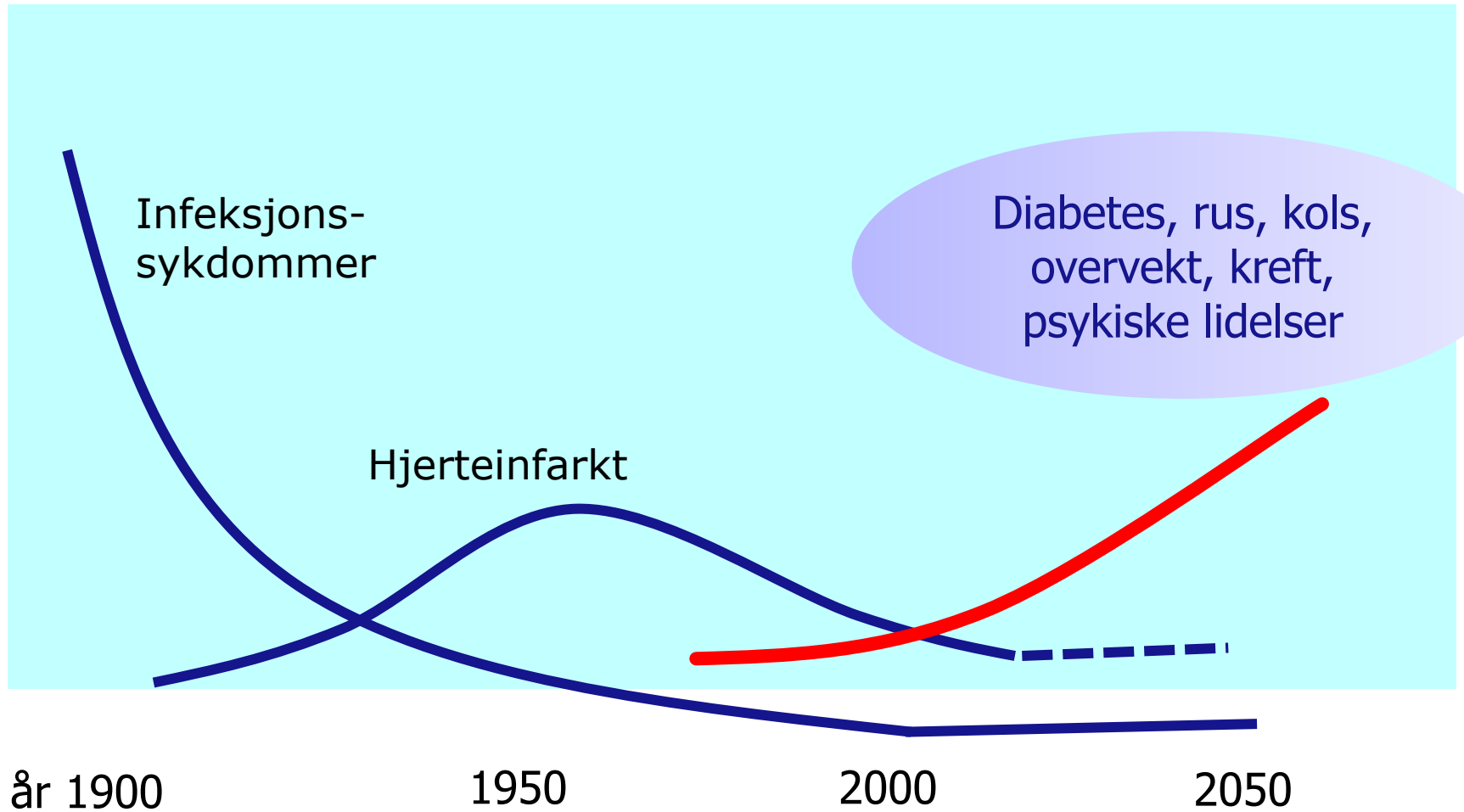
Hva var, og er, prosjektet?

Et samarbeidsprosjekt mellom HNT, Sykehuset Levanger Psykiatrisk klinikk, Levanger Kommune, Verdal kommune og Steinkjer kommune med mål om å etablere treningskontakter i kommunene

Målgruppe: De som sliter med rusprobl. og eller psykiske plager.

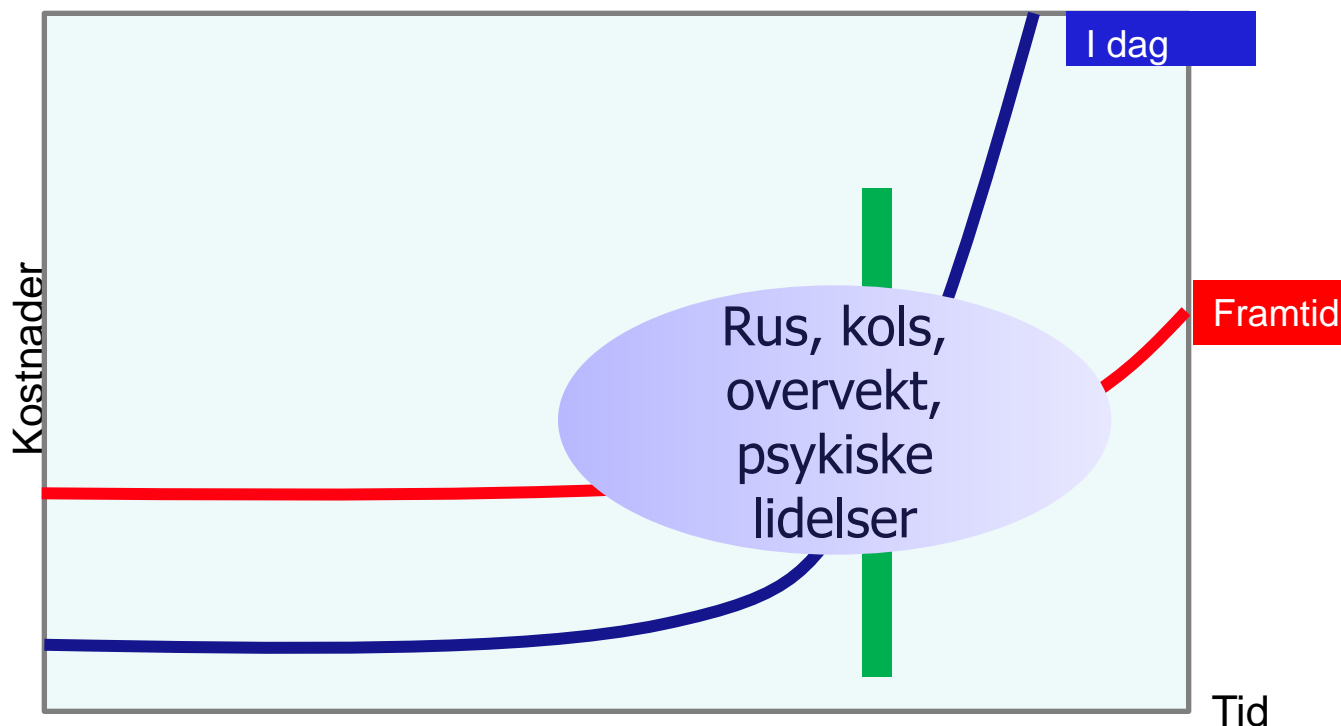
- Planla og gjennomførte felles treningskontaktkurs 2009, 2010 og 2013. Kurs nr 2 drevet av fagpersoner fra 1. og 2. linjetjenesten og siste kurs i hovedsak drevet av fagfolk fra 1. linjetjenesten. Andre kommuner har stilt med deltagere på kurset.
- Nå: Også kurslederkurs
- Etablerte tjenesten treningskontakt i Levanger, Steinkjer og Verdal kommune første halvår 2010.

Utfordringsbildet: Ei folkehelse i endring



Folkehelse og ressursbruk

Ressurser settes inn for seint



Forebygging Tidlig fase Diagnose Kronisk syk Komplikasjoner

Sentrale tema fra Aktivitetshåndboka

Forordet sier noe om hvorfor vi må ha fokus på dette. Boken er bygd opp med anbefalinger for mange lidelser.

s. 81(om FaR): Behovet for forankring:

Helsepersonell kunnskap om fysisk aktivitet og helse.

Intern kunnskap om treningskontaktordningen

Relevante personer blir henvist til tilbudet

Vedtak i kommunestyret

Et oppegående "mottaksapparat" på egnet sted.

Aktivt, kontinuerlig og bredt informasjonsarbeid.

Kompetente treningskontakter og andre

"Overføres" på sikt til egenorganisert aktivitet.



Hva er så spesielt med kurslederkurset?

Bygger på erfaring, spesielt fra første kurs i 2009

Fylkeskommunens målsetting om etablering

Målgruppe

Lokal og nasjonal kompetanse som forelesere

En dag med fokus på forankring, utvidet målgruppe

Noen små linker som viser hva dette er

<http://www.idrett.no/krets/hordaland/folkehelse/treningskontakter/Sider/Hva%20er%20en%20treningskontakt.aspx>

<http://www.fritidmedmening.no/case/magnus/>

<http://www.verdal.kommune.no/Tjenester-aa/Helse/Psykisk-helse/Treningskontakt/>

