



OPPDAL KOMMUNE



# OSS I OPPDAL

Styrker og utfordringsområder ved  
folkehelsen i Oppdal.



Oppdal kommune  
2022

# FORORD

Å styrke menneskers helse og livskvalitet, og å styrke motstandskraft mot sykdom er hva folkehelsejeneste handler om. Slik også i spesialhelsetjenesten, Lov om spesialhelsetjeneste §1-1 punkt 1 heter det om lovens virkeområder at det skal arbeides for å: .. fremme folkehelsen og å motvirke sykdom, skade, lidelse og funksjonshemming. Alle helsetjenester, kommunale som statlige og fylkeskommunale har altså helsefremming og forebygging som første leveregel.

Dette dokumentet " Oss i Oppdal" er kortversjon av kunnskapsoversikten " Levekår og folkehelse i Oppdal" og gir innblikk i de tre viktigste utfordringsområdene og styrker ved befolkningens levekår og folkehelse i Oppdal. Dette er et kunnskapsgrunnlag som tar inn over seg lokalkunnskapen, oppdatert helsestatistikk og nye arbeidsmetoder. Til sammen utgjør dette et solid kunnskapsgrunnlag som kan benyttes som et verktøy av politikere, i organisasjonen, i næringslivet og i frivillig sektor, for å gjøre riktige beslutninger som kan styrke folkehelsen.

De tre utfordringsområdene er valgt etter analyse og vurderinger fra ei flerfaglig arbeidsgruppe, en vurdering ut ifra nasjonale satsningsområder og trender, samt etter arbeidsverksted med fagpersoner fra oppvekst og helse. Bakgrunnen for å velge kun tre utfordringsområder, er at man da har større mulighet for å lykkes med å forbedre områdene ved å ha fokus på noen få.

At dette ferdigstilles akkurat nå, er ingen tilfeldighet. Fra nå og fram til neste høst skal administrasjon, innbyggere og politikere ferdigstille ny samfunnsdel i kommuneplanen. FN's bærekrafts mål 17 handler om samarbeid, som vil være grunnlaget for arbeidsprosesser for å utvikle tiltak inn mot de tre utfordringsområdene og for videre arbeid. Samskaping av løsninger på samfunnsutfordringer gjennom god involvering, medvirkning og deltagelse er framtidens måte å arbeide på for å få gode prosesser på samfunnsutviklingen.

I en plan som har god livskvalitet, folkehelse og stedsutvikling for innbyggeren i Oppdal som mål, vil god medvirkning med utgangspunkt i et slikt kunnskapsgrunnlag være avgjørende viktig. Dette er noe vi ønsker i Oppdal.

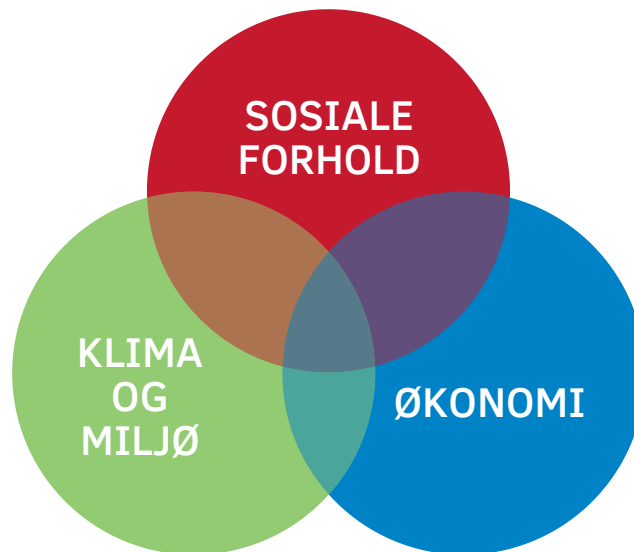
God lesning!

Geir Arild Espnes  
Ordfører

# BÆREKRAFTIG UTVIKLING

Bærekraftig utvikling er en utvikling som tilfredsstillers dagens behov uten å ødelegge fremtidige generasjoners muligheter til å tilfredsstillere sine.

For å skape bærekraftig utvikling må verdenssamfunnet jobbe på tre områder:



Dette blir ofte kalt de tre dimensjonene i bærekraftig utvikling og det er sammenhengen mellom disse tre dimensjonene som avgjør om noe er bærekraftig.

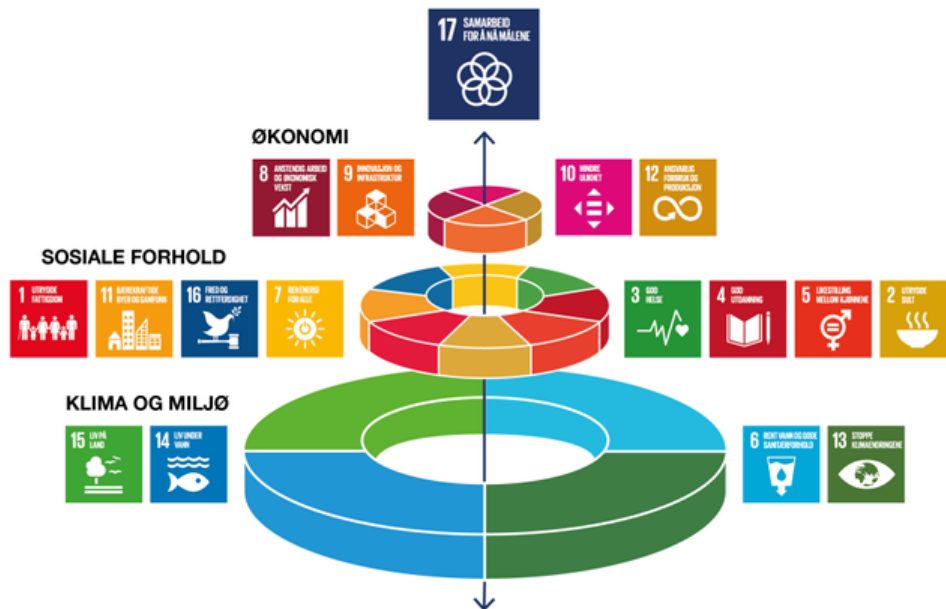
## FNs bærekraftsmål

FNs bærekraftsmål er verdens felles arbeidsplan for å utrydde fattigdom, bekjempe ulikhet og stoppe klimaendringene innen 2030. Bærekraftsmålene består av 17 hovedmål som skal fungere som en felles global retning for land, næringsliv og sivilsamfunn.

FNs bærekraftsmål gjelder alle land i hele verden, både rike og fattige. Målene har stor innvirkning på norsk politikk - både i kommuner og lokalsamfunn, og nasjonalt.

Investering i folkehelse er avgjørende for at vi skal nå flere av FNs bærekraftsmål og de fleste av bærekraftsmålene har stor betydning for befolkningens helse og livskvalitet. Satsingen på bærekraftsmålene gjør folkehelsearbeidet mer aktuelt enn noensinne, og det ble derfor naturlig å bruke bærekraftsmålene som rammeverk for utarbeidelsen av "Levekår og folkehelse i Oppdal", kunnskapsgrunnlaget for folkehelsen i Oppdal kommune.

De tre dimensjonene er brukt for å dele inn de 17 bærekraftsmålene. Figuren under viser en ny måte å se de økonomiske, sosiale og miljømessige dimensjonene av bærekraftsmålene.



Kilde: Azote for Stockholm Resilience Centre, Stockholm University CC BY-ND 3.0.

Figuren får frem at samfunn og økonomi er innvevd i, og avhengig av biosfæren (klima og miljø). Når biosfæren nå er truet - gjennom menneskeskapte klimaendringer og tap av naturmangfold - må de miljø- og klimamessige hensynene også veie tyngre i balanseringen. Sosial bærekraft må også i større grad ses på som en forutsetning for økonomisk bærekraft. Blant annet er reduksjon av sosiale helseforskjeller et uttalt mål, både for plan- og bygningsloven og folkehelseloven, men ivaretas ikke tilstrekkelig i dagens planlegging.

## MILJØMESSIG BÆREKRAFT

Miljødimensjonen handler om å ta vare på naturen og klimaet som en fornybar ressurs for mennesker.



## SOSIAL BÆREKRAFT

Den sosiale delen handler om å sikre at alle mennesker får et godt og rettferdig grunnlag for et anstendig liv.



## ØKONOMISK BÆREKRAFT

Den økonomiske dimensjonen handler om å sikre økonomisk trygghet for mennesker og samfunn.



## MÅL 17: SAMARBEID OM Å NÅ MÅLENE

Mål 17 handler om at vi må samarbeide for at vi skal lykkes med å oppnå FNs bærekraftsmål. Alle bærekraftsmålene henger sammen med hverandre og vi må jobbe på alle områder samtidig. Myndigheter, næringsliv og sivilsamfunnet må derfor samarbeide for at vi skal oppnå bærekraftig utvikling.

Gjennom folkehelseloven er folkehelsearbeid dreid fra å være kommunehelsetjenestens ansvar til hele kommunens ansvar. Det er nå et stort fokus på å fremme folkehelse gjennom innbyggerinvolvering, medvirkning og involvering av hele kommunen. For å kunne fremme folkehelse, trivsel og verdighet og utjevne sosiale helseforskjeller blant innbyggerne er det vesentlig å få til en samskaping. Det må tas felles løft fra alle enheter, frivillighet og næringsliv som skal styrke samfunnets evne til å skape løsninger som fremmer velferd og bærekraft på tvers av sektorer og aktører som har virkemidler til å bidra. Derfor er bærekraftsmål 17 et viktig mål som danner grunnlaget for å lykkes med de andre bærekraftsmålene.

### Frivillig arbeid i Oppdal

Frivillig sektor spiller en viktig rolle i oppbyggingen av velferdssamfunnet i Norge. Frivillighet øker samfunnets sosiale kapital ved at tillit, identitet og samhold skapes i møter mellom mennesker. Frivillige organisasjoner er viktige for demokratiet ved å være pådrivere for og kanaler inn i demokratiet for interessegrupper og engasjerte borgere. Vi ser stadig flere eksempler på samskapende prosesser i Oppdal, der samarbeidet beveger seg på tvers av innbyggere, kommune, næringsliv og frivillige krefter, både på mellommenneskelig plan og på tvers av organisasjoner. Dette ser vi i utvikling av nærrområder, fritidsaktiviteter, sportsarenaer, innen helsesektoren, sosiale møteplasser med både uorganiserte og organiserte aktiviteter.

I Oppdal er det god kultur for å delta i frivillig arbeid. Vi kan grovt fordele frivilligheten inn i 3 grupper:

1. Frivillig arbeid som samskaping med offentlig sektor og arbeidsliv.
2. Frivillig arbeid organisert gjennom frivillige organisasjoner.
3. Frivillig arbeid basert på dugnad og individuell innsats

Deltakelse i frivillig arbeid kan i seg selv være helsefremmende. Frivilligheten gir mange mennesker muligheten til å være aktive, delta i samfunnet, ta vare på sin egen helse og være sosiale. Frivillighet kan dermed bidra til å utjevne sosiale ulikheter, dersom organisasjonene lykkes i å være inkluderende og åpen for alle grupper. Å være med i et helselag, demensforening, røde kors, delta på aktiviteter, være en aktivitetsvenn, trener/ledere i fritidsaktiviteter, delta i utvikling av nærrområder, fritidstilbud, idrettsarenaer, lekeplasser og andre sosiale møteplasser for befolkningen kan gi økt livskvalitet og gi sosial støtte for den enkelte frivillige og styrke den sosiale kapitalen i samfunnet.

17 SAMARBEID  
FOR Å NÅ MÅLENE

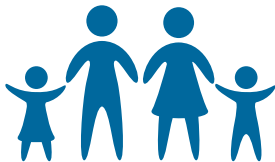


# OPPDAL

## EN GOD KOMMUNE Å BO I

### God barnehagedekning

Det er god barnehagedekning i Oppdal. 98,3 prosent av alle barn i alderen 1-5 år går i barnehage. I alderen 3-5 år går alle barna i barnehage. Det er 10 barnehager i kommunen, 6 er private og 4 er kommunale.



### Det er trygt å bo i Oppdal

Både voksne og barn føler seg trygge i Oppdal. 96 % av elever ved barne- og ungdomsskolen opplever det som trygt å være i nærmiljøet sitt, dette er 10 % flere enn i landet som helhet. 98,7 % av menn og kvinner er trygg i nærmiljøet.



### Lite trafikkstøy

Mye trafikkstøy kan påvirke både helse og livskvalitet. I Oppdal er vi heldige som har lite trafikkstøy. Kun 3,5 prosent av voksne oppgir at de er mye eller svært mye plaget av trafikkstøy.



### Gode boforhold

Vi har generelt gode boforhold. Kun 5,5 % av befolkningen bor trangt (få rom og kvm), det er vesentlig lavere enn både fylket (9,8 %) og hele landet (10,8 %). 8,2 % av barn under 18 år bor i husholdninger med vedvarende lavinntekt.



### Gode natur- og friluftsmuligheter

Vi har god tilgjengelighet til natur- og friluftsmuligheter. 97,2 % mener at tilgjengeligheten er god/svært god og av disse oppgir 47,6 % av menn og 53 % av kvinner at de bruker disse ukentlig.

# OPPDAL

## EN GOD KOMMUNE Å BO I



### Lavt frafall i videregående skole

Frafall i videregående skole har vært regnet som et av de største problemområdene i norsk skole. Oppdal kommune har et lavere frafall (15 %) sammenlignet med Trøndelag (19 %) og landet som helhet (20 %)



### Stor frivillighet

Det er stor frivillighet i Oppdal. Det finnes mange frivillige lag og foreninger og privatpersoner er flinke til å stille opp når det er behov i ulike sammenhenger. I appen Nyby kobles personer med ulike behov opp mot frivillige i kommunen. Dette kan være alt fra å hente varer for noen på apoteket til å kjøre noen til legen.



### Et godt kultur- og idrettstilbud

Vi har et godt kultur- og idrettstilbud i Oppdal. Oppdal er den kommunen i Trøndelag med høyest andel (97,1 %) menn og kvinner som er fornøyd med kultur- og idrettstilbudet. Mange barn og unge deltar også i kultur- eller idrettsaktiviteter. Ventelistene i kulturskolen er lang, noe som tilsier at etterspørselen er større enn tilbudet.



### Historisk lav arbeidsledighet

Det er i 2022 historisk lav arbeidsledighet både nasjonalt og i Oppdal (0,8 %).



### Gode svømmeferdigheter

95 % opplyser at de kan svømme 200 meter ved sesjon. Dette er høyere en lands (87%)- og fylkessnittet (89%).

#### Kilder:

Udir.no - Statistikk Videregående skole

HUNT4

SSB / Forsvaret.no - Svømmeferdigheter blant norske 17-åringer

Kommunehelsa statistikkbank FHI.no

NAV.no - Statistikk

# OPPDAL

## EN GOD KOMMUNE Å BO I



### Fornøyd med foreldrene sine

98 % av barn i 5, 6 og 7 trinn er veldig eller ganske fornøyd med foreldrene sine. 93 % opplever at foreldrene liker dem som de er og 96 % sier de liker å være sammen med foreldrene sine. 86 % av elever på ungdomsskolen er fornøyd med foreldrene sine og 93 % sier foreldrene er svært interessert i deres liv.



### Høy skoletrivsel

96 % av barneskoleelever og 90 % av ungdomskoleelever oppgir at de trives på skolen. 93 % av elever ved barneskolen og 90 % av elever ved ungdomsskolen opplever at lærerne bryr seg om dem.



### Har en fortrolig venn

89 % opplever å ha en fortrolig venn ved ungdomsskolen. 94 % av barn i 5, 6 og 7 trinn har en fortrolig venn.



### Fornøyd med nærmiljøet

78% er fornøyd med lokalmiljøet og da spesielt kulturtilbud og idrettsanlegg.



### Framtidstro

73 % av ungdommene ved ungdomsskolen tror de vil få et godt og lykkelig liv.

#### Kilder:

Forskning.no - Stress i barnehagen er verst for de minste  
Ungdata 2020



# OPPDAL

## UTFORDRINGSOMRÅDE 1

### PSYKISK HELSE HOS BARN OG UNGE



#### Ettåringene i barnehagen er en sårbar gruppe

Ettåringer opplever stress i barnehagen i større grad enn eldre barn, og vi vet lite om langtidskonsekvensene av dette. I Oppdal går de fleste 1-2 åringer i barnehage. Ekstra fokus på gruppen og tilstrekkelig bemanning gjennom hele barnehagedagen er et viktig prioriteringsområde for å styrke psykisk helse hos barn og unge.



#### Økende bruk av rusmidler blant ungdom

Tall fra Ungdata 2020 viser at 16 % av ungdom på ungdomsskolen har blitt tilbudt hasj/marihuana (40 % bare i 10. klasse). Kun 4 % sier de har brukt cannabis siste år, men flere henvendelser fra unge angående rusmidler kan tyde på at dette tallet er noe underrapportert samt at vi trenger nye og oppdaterte tall. Bruken av rusmidler blant unge er vanskelig å oppdage da mye skjer på hjemmefester uten voksne til stede. Vi ser også en økt trend i flere hjemmefester sammenlignet med offentlige fester etter pandemien.



#### Jenter har større utfordringer med psykisk helse enn gutter

Flere jenter enn gutter føler de ikke mestrer utfordringer. I tillegg er det over dobbelt så mange gutter som jenter som føler på ensomhet. Også under pandemien har jenter hatt større utfordringer knyttet til sosiale relasjoner, depressive symptomer, fysisk aktivitet og mer skjermbruk.



#### Bekymringsverdige holdninger til alkohol hos ungdom og foreldre

Kun 23 % av guttene og 37 % av jentene i 10. klasse har aldri eller bare noen få ganger smakt alkohol. 23 % av ungdom ved ungdomsskolen har vært beruset på alkohol siste år, sammenlignet med 13% i landet som helhet. 16 % av ungdom i 8 - 10 klasse ved ungdomsskolen sier de får lov å drikke alkohol av foreldrene sine, sammenlignet med kun 5% i hele landet. Kun 66 % av foreldrene sier nei til at ungdommene får drikke alkohol. 25 % av jentene og 14 % av guttene kjøper eller får alkohol av foreldrene.

#### Kilder:

Forskning.no - Stress i barnehagen er verst for de minste  
Ungdata 2020

# OPPDAL

## UTFORDRINGSOMRÅDE 1

### PSYKISK HELSE HOS BARN OG UNGE - EFFEKTER AV PANDEMIEN



**Ungdommer som hadde det vanskelig før har fått det verre etter pandemien.**

Ungdom som allerede er sårbare opplever en økning av depressive symptomer, ensomhet, mindre fysisk aktivitet og dårligere forhold til foreldre enn ungdom ellers. Denne gruppa er i utgangspunktet mindre rustet til å håndtere tilleggsstressorer som en pandemi.



**Flere barn og unge rapporterer psykiske plager og mange unge strever med livsmestring**

Psykisk helse har hatt en fordobling i antall henvisninger fra barn/unge under 18 år fra 2019 til 2021. Flere barn og unge rapporterer psykiske plager som stress, prestasjonspress, tristhet, skolevegring, samt en økning av diagnoser som angst og depresjon. Det er også observert en økning i spiseproblematikk og selvskading.



**Lavere deltakelse i organiserte og uorganiserte fritidsaktiviteter**

Både deltakelse i organisert idrett og deltakelse i Oppdal ungdomsklubb har gått ned. Terskelen for å delta er blitt høyere. Deltakelse i fritidsaktiviteter er viktig for barn og unges fysiske og psykiske helse.



**Økt skolefravær, skolevegring og fritak fra opplæring.**

Skolefravær og skolevegring har økt betydelig i løpet av pandemien, dette gjelder også Oppdal. Langt flere har fått fritak fra opplæringsplikten ved ungdomsskolen i 2021/2022 enn før pandemien (avkortning eller helt fritak av skoletilbudet). Årsaken er elevenes psykiske helsetilstand.

#### Kilder:

Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress - *Psykososiale konsekvenser av koronapandemien for barn, unge og voksne.*

Udir.no - *Pandemiens konsekvenser for barn og unge*

Psykososialberedskap.no - *Barn og unge rammes hardt av pandemien*

Oslomet.no / Velferdsforskningsinstituttet NOVA - *Norsk ungdom har taklet pandemien bra.*

# OPPDAL

## UTFORDRINGSOMRÅDE 2

### UTENFORSKAP - ALLE SKAL MED



#### UFØRETRYGDET

Flere er uføretrygdet i Oppdal (13,1 %) sammenlignet med fylket (11,1 %) og landet for øvrig (10,5 %), og det er en større andel uføretrygdede blant personer med lavere utdanning (mars 2022)



#### VEDVARENDE LAVINNTEKT

8,2 % av barn (0-17 år) i Oppdal bor i husholdninger med vedvarende lavinntekt, dette er lavere enn både Trøndelag (8,7 %) og landet som helhet (11,3 %).



#### ØKONOMISK SOSIALHJELP

I 2021 mottok 111 personer i økonomisk sosialhjelp, 23 av disse var under 23 år. Av disse har 33 personer barn under 18 år.

## UTENFORSKAP



#### UNGDOM SOM STÅR UTENFOR ARBEID OG SKOLE

Ca 30 personer under 30 år har ikke fullført videregående opplæring og mange som har vansker med å komme inn på privat boligmarked



#### ENSLIG FORSØRGER

42,3 % av barn i husholdninger med lavinntekt har enslig forsørger. Det er 6,6 % flere enn i fylket og 6,1 % flere enn i hele landet.



#### INNVANDRERHUSHOLDNING

Flere barn i husholdninger med lavinntekt kommer fra en innvandrerhusholdning (58,8 %) sammenlignet med fylket (45,4 %) og hele landet (43,6 %).

#### Kilder:

Buudir - Statistikk barnefattigdom  
SSB - Tabell 06947 (Personer i husholdninger med lavinntekt)  
Kommnehelsa statistikkbank

# OPPDAL

## UTFORDRINGSOMRÅDE 3

### FLERE ELDRE MED HELSEUTFORDRINGER

Ifølge prognosene vil den eldre befolkningen i Oppdal øke fra 21,8 % i 2020 til 33,4 % i 2050. I 2020 var det 370 personer over 80 år (5,3% av befolkningen). Andelen over 80 år vil tredobles til 970 personer (14,1 %) i 2050.



#### Flere eldre enn barn og unge

Tydlig aldring, lavere befolkningsvekst samt flere og eldre innvandrere er noen av trendene som vil prege befolkningsutviklingen i Norge framover. I i 2030 vil det for første gang være flere eldre over 65 år enn barn her i landet.



#### Færre som kan sikre velferdssamfunnets bærekraft

Det blir færre som kan sikre velferdssamfunnets bærekraft. Antall 20-64-åringer per person over 65 år vil reduseres fra 3,1 til 2,1 i løpet av de neste 15 årene.



#### Risiko for ensomhet og digitalt utenforskap

Risikoen for sosial isolasjon og ensomhet er størst blant de eldste aldersgruppene og det er denne gruppen som også har utfordringer med å henge med digitalt.



#### Stort behov for helse- og omsorgstjenester.

Framskrivninger viser at flere eldre fører til økt behov for helse- og omsorgstjenester og dermed økt behov for personell i helse- og omsorgssektoren. Nasjonalt er veksten anslått til 35 prosent fram mot 2035. Det vil særlig være stor underdekning av sykepleiere og helsefagarbeidere.



#### Rask økning av personer med demens

I 2020 er det 163 personer med demens i Oppdal og 71 personer av dem er over 85 år. I 2040 vil det være over en fordobling av personer med demens, altså i overkant av 300 personer og av dem er halvparten over 85 år.

# OPPDAL

## VEIEN VIDERE



Alle enheter har ansvar for å vurdere eksisterende tiltak og utvikle nye tiltak inn mot de tre utfordringsområdene. Det må gjennomføres prosesser i hver enhet og i samarbeid med andre for å vurdere eksisterende tiltak og for å eventuelt utvikle nye dersom det er behov for det.

### STRATEGI FOR UTVIKLINGSARBEID

#### Samskaping, medvirkning og involvering

Arbeidsmetoder med involvering og medvirkning vil gi tilhørighet og en følelse av mening, noe som i og for seg er helsefremmende.

"Trøndelagsmodellen for folkehelsearbeid" er et eksempel på verktøy for utvikling av folkehelse tiltak som sikrer dette.

#### Kunnskap og kompetanse

Samarbeid med FOU og kompetansemiljø kan være med å sikre utvikling av kunnskapsbaserte tiltak og evaluering. Kompetanseheving inn mot utfordringsområdene gir en felles kompetanseplattform .

#### Ressurser

Fokus på sosial bærekraft og befolkningen som kommunens viktigste ressurs.

### Trøndelagsmodellen for folkehelsearbeid



THE GLOBAL GOALS