Ruspolitisk handlingsplan

Formål med handlingsplanen

Sortland kommune skal ha en Ruspolitisk handlingsplan som et verktøy i arbeidet med å forebygge og regulere bruk av rusmidler. Planen tar utgangspunkt i de utfordringene Sortland kommune står i.

Sortland kommune ser alkohol og andre rusmidler under ett, og har av den grunn utarbeidet en ruspolitisk handlingsplan. Med andre rusmidler menes medikamenter, dopingpreparater og narkotiske stoffer/preparater.

Kommunens lokale bestemmelser og salgs-og skjenkebestemmelsene er av de viktigste virkemidlene for å begrense alkoholrelaterte skader (Kilde: Veileder for kommunal rusmiddelpolitisk handlingsplan)

Ved neste revisjon av ruspolitisk plan bør det gjøres en vurdering av å innarbeide en vurdering av virkemidler som antall salgs- og skjenkesteder, åpningstider og kontrolltiltak. Tilbudsreduserende områder som antall utsalgssteder og skjenketider tas ikke med i denne planen, da dette er behandlet i Sortland kommune sitt bevillingreglement. I et forebyggende perspektiv bør samarbeid mellom kommunene i Vesterålen, politi og skjenkenæringen om ansvarlig alkoholhåndtering vurderes i revidering av plan.

Bakgrunn og lovgrunnlag

Sortland kommune vedtok å revidere/ rullering av ruspolitisk handlingsplan for perioden 2024-2028. Nytt planforslag ble ikke klart i 2024, grunnet mangelfull informasjon og statistikk på området, og planen ble dermed prolongert med 1 år frem til og med 2025.

Lovene under gir et rammeverk for kommunenes arbeid med ruspolitikk og sikrer at tiltakene er forankret i nasjonale retningslinjer.

Helse- og omsorgstjenesteloven (§ 3-1, § 3-2, § 3-9c): Kommunen har ansvar for å tilby nødvendige helse- og omsorgstjenester til personer med rusproblemer. Pålegger kommunen å ha en rådgivende enhet for russaker (§ 3-9c).

Alkoholloven (§ 1-7d): Krever at kommunene utarbeider en alkoholpolitisk handlingsplan som en del av sitt arbeid med å regulere og forebygge alkoholbruk.

Folkehelseloven (§ 7): Forplikter kommunene til å fremme folkehelse og forebygge rusmiddelbruk som en del av sitt folkehelsearbeid.

Barnevernloven (§ 3-1): Pålegger kommunen å sikre at barn og unge som lever i familier med rusproblemer får nødvendig hjelp og oppfølging.

Straffeloven (§ 37 og § 45): Gir grunnlag for å inkludere vilkår som ruskontroll og møteplikt i strafferettslige reaksjoner.

Opptrappingsplan for rusfeltet (Stortingsmelding 30, "Se meg!"): En nasjonal strategi som legger føringer for kommunenes arbeid med forebygging, behandling og oppfølging av rusmiddelproblemer.

Regjeringens rusmiddelpolitikk (Stortingsmelding 5, “Trygghet, fellesskap og verdighet”): Forebyggings- og behandlingsreformen for rusfeltet.

Del 1

beskriver regjeringens strategi for forebygging, skadereduksjon, behandling og oppfølging av personer med rusmiddelproblemer.

Del 2

beskriver regjeringens retning for rusmiddelfeltet. Den fokuserer på å utjevne sosiale forskjeller og sikre likeverdige helse- og omsorgstjenester for personer med rusmiddelproblemer.

FNs bærekraftsmål





Ruspolitisk handlingsplan tar høyde for FNs bærekrafts hovedmål 3, god helse og livskvalitet, og 10, mindre ulikhet. I delmål 3.5 vises det til styrking av forebygging og behandling av rusmiddelbruk, blant annet misbruk av narkotiske stoffer og skadelig bruk av alkohol.



I delmål 10.3 legges det vekt på å sikre like muligheter og redusere forskjeller i levekår, blant annet ved å avskaffe diskriminerende lover, politikk og praksis og ved å fremme lovgivning, politikk og tiltak som er egnet til å nå dette målet.

Sammenheng mellom ruspolitisk plan og forebyggende arbeid i Sortland

Sortland kommune sin Plan for forebyggende arbeid blant barn og unge beskriver hvordan Sortland kommune jobber forebyggende for barn og unge under 18 år. De strategier og tiltak som

er beskrevet der, er tiltakene som legges til grunn for forebygging av blant annet rus blant barn og unge. Vi har ikke en slik plan for voksne og eldre.

Arbeidet med planen

Det har vært en bred tverrfaglig arbeidsgruppe som har jobbet med planen i løpet av våren 2025. Arbeidsgruppens leder har underveis hatt jevnlige møter med kommunalsjef for helse- og omsorg og leder for utviklingsavdelingen for å orientere om prosessen i arbeidet. Det er også gitt orientering og mulighet til medvirkning i Ungdomsrådet, Medvirkningsforum, Eldrerådet og Rådet for personer med funksjonsnedsettelser, i tillegg til et åpent innspillsmøte i samfunnssalen, hvor man kunne komme og snakke med oss om planen og gi innspill. Det har også vært mulig å gi anonyme innspill via QR-kode i kommunens digitale kanaler. Planen er i tillegg drøftet i utviklingavdelingen hvor blant annet kommunepsykolog, kommuneoverlege og folkehelsekoordinator har kunne gi innspill til plan.

Arbeidsgruppen for planarbeidet har vært representert av:

Randulf Nedrum, Helse- og omsorg (Leder)

Odin Engamo, Oppvekst

Viviann Skog, Skolehelsetjenesten

Carl-Edvard Falkvall-Rist, NAV

Mona Dahl, Kulturfabrikken

Olav Fenes, Sortlandshjelpa

Sandra Stabell, Hjemmetjenesten

Hvorfor en ruspolitisk plan

Kommunens ansvar

Kommunen skal ha en ruspolitisk plan som er forankret i flere nasjonale føringer og lover. Spesielt er det nevnt i Helse - og omsorgstjenesteloven, som pålegger kommunene å tilby nødvendige helse- og omsorgstjenester til personer med rusproblemer. Dette inkluderer å utarbeide og implementere ruspolitiske handlingsplaner som en del av deres ansvar for å forebygge og behandle rusmiddelproblemer.



Etter alkoholloven § 1-7d er kommunen pålagt å utarbeide en alkoholpolitisk handlingsplan. Sortland kommune skal ha en ruspolitisk handlingsplan som et verktøy i arbeidet med å forebygge og regulere bruk av rusmidler.

Tilknytning til kommuneplanen samfunnsdel

Sortland kommune erkjenner at avhengighet kan gi komplekse levekårsutfordringer og ruspolitisk handlingsplan ses i nær tilknytning til andre planer med forebyggende strategier som Kommunedelplan for Helse, Omsorg og Folkehelse 2014-2030 (under revisjon), Kommunedelplan for Oppvekst 2015-2030 (STOLT) (under revisjon) og Kommunedelplan for idrett, fysisk aktivitet og naturopplevelser 2019-2022 (revisjon). Fagplanen «Plan for forebyggende arbeid for barn og unge (2023-2033)» danner retning som forplikter Sortland kommune i sitt forebyggende arbeid mot barn og unge, og tiltaksdelen spiller en sentral rolle i utarbeidelse av nye handlingsplaner. Denne planen er diskutert i sammenheng med utvikling av plan for psykisk helse, og sett i lys av interkommunal plan mot vold i nære relasjoner og Sortlands folkehelseoversikt.

Rusforebygging er en del av folkehelsearbeidet, på lik linje med forebygging i forhold til kosthold, fysisk aktivitet, psykisk helse, mobbing, kriminalitet, doping, vold og seksuell trakassering, frafall m.m.

Beskrivelse og vurdering av rusmiddelsituasjonen nasjonalt

Alkohol

Ifølge Folkehelseinstituttets publikasjon "Alkohol i Norge" drikker mer enn 80% av nordmenn alkohol. Norge har flere helseskader og dødsfall per liter alkohol sammenlignet med søreuropeiske land, som har et mindre risikofylt drikkemønster enn oss. Alkohol forårsaker flere helseproblemer og sosiale utfordringer enn narkotika.

Illegale rusmidler

Folkehelseinstituttets publikasjon "Narkotika i Norge" viser at cannabis er det mest brukte illegale rusmiddelet i Norge. Sentralstimulerende stoffer som kokain, ecstasy/MDMA og amfetaminer er de mest brukte illegale rusmidlene etter cannabis, og de er mest utbredt blant menn og unge (under 30år).

Sammenheng mellom rusmiddelbruk og vold

Alkohol er ofte involvert i voldshendelser. Det påvirker hjernen ved å redusere hemninger og øke impulsivitet, noe som kan føre til aggressiv atferd (NDLA). Alkohol er også en faktor i mange tilfeller av vold i nære relasjoner.

Bruk av illegale rusmidler som cannabis, kokain, ecstasy/MDMA og amfetaminer er også assosiert med vold. Disse stoffene kan påvirke hjernens funksjon og føre til økt risiko for voldelig atferd (Rusogvold.no). Studier viser at personer som bruker rusmidler har høyere risiko for både å begå og bli utsatt for vold (Rusogvold.no).

Det er viktig å behandle rus- og voldsproblematikk samtidig og integrert for å kunne hjelpe de som er berørt på best mulig måte (Rusogvold.no).

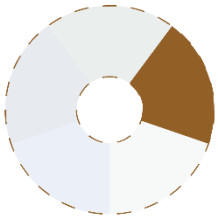
Utfordringsbildet i Sortland

Ungdata



Ungdata er lokale barne- og ungdomsundersøkelser der skoleelever over hele landet svarer på spørsmål om hvordan de har det, og hva de driver med på fritiden. Undersøkelsene er tilpasset barn og ungdom på mellomtrinnet (5.-7.-trinn), ungdomstrinnet og i videregående opplæring.

Ungdata-undersøkelsen fra 2022 ga innsikt i norske ungdommers psykiske helse, relasjoner til foreldre og opplevelse av ensomhet. De lokale funnene gjenspeiler i hovedsak de nasjonale trekkene. Generelt viste resultatene at de fleste ungdommer har det bra, men det er også utfordringer som bør adresseres. Når det gjelder ensomhet var det et mindretall av ungdom som rapporterte om stor grad av ensomhet. Faktisk var andelen ensomme ungdommer våren 2022 lavere enn før pandemien (Helsedirektoratet). Dette tyder på at de fleste ungdommer opplever å ha gode venner og sosiale nettverk. De aller fleste ungdommer rapporterer om tette og tillitsfulle relasjoner til foreldrene sine. Gode relasjoner til foreldre er en beskyttende faktor mot psykiske plager og rusmiddelbruk. Ungdom som sliter psykisk, har ofte dårligere relasjoner til foreldrene sine.



Behandling av nye ungdatatall (2024) vil gi ny kunnskap om situasjonen i Sortland og funnene vil kunne ha betydning for forebyggende innsats rettet mot psykisk helse og rusmiddelbruk.

Under vises et kort utdrag fra undersøkelsen, men vær oppmerksom på at datagrunnlaget ikke er behandlet i Sortland kommune før etter at denne planen vedtas.

Resultater 2024:

70% av elevene på videregående skole har drukket seg beruset det siste året (opp fra 64% i 2022).

21% av ungdomsskoleelevene har drukket seg beruset det siste året (opp fra 20% i 2022).

7% av ungdomsskoleelevene har brukt hasj eller marihuana i løpet av det siste året.

21% av ungdomsskoleelevene har blitt tilbudt hasj eller marihuana i løpet av det siste året.

54% av elevene på videregående skole får lov av foreldrene å drikke alkohol (ned fra 60% i 2022).

35% av elevene på videregående skole har blitt tilbudt hasj (opp fra 18% i 2022).

12% av elevene på videregående skole har brukt hasj minst en gang siste år (opp fra 10% i 2017).

Vesterålen barnevern

Oversikt av bekymringsmeldinger på bakgrunn av foreldres eller barns rusmisbruk i Sortland kommune.

År	Antall bekymringsmeldinger	Antall unike barn	Bekymringsmelding
2024	55	36	Foreldres rusmisbruk
2023	79	43	Foreldres rusmisbruk
2024	8	4	Barns rusmisbruk
2023	21	12	Barns rusmisbruk

I Folkehelseoversikten til Sortland kommune står det at alkohol omsatt i dagligvarebutikk og Vinmonopol er høyere enn nasjonalt og regionalt gjennomsnitt. Andelen ungdom som angir at de har vært beruset pga. alkohol har vært stigende fra 2017-2022, fra 15-24%. Dette er betydelig høyere enn både regionale og nasjonale tall. Når det gjelder andre rusmidler har antallet registrerte narkotikasaker der mindreårige er mistenkt eller siktet gått betydelig ned siden 2021, men denne sammenfaller med Riksadvokatens rundskriv fra 2021, som begrenset politiets adgang til bruk av tvangsmidler – som ransaking, beslag og pågripelser - i mindre alvorlige narkotikasaker.

Høy omsetning av alkohol, mindre avdekking fra politiet og rapportering fra fagfolk om at narkotika fremstår som mer normalisert blant ungdom enn tidligere kan ha sammenheng med tabellen fra Vesterålen Barnevern, hvor man ikke vet noe om potensielle mørketall.

NAV Sortland

NAV erfarer at det er mangel på boliger og oppfølging i bolig til de i ROP-gruppen (samtidig psykisk- og ruslidelse). Det er generelt mangel på midlertidig botilbud i kommunen, noe som er svært utfordrende ovenfor personer som skrives ut fra både behandlingsinstitusjon og fengsel. Tilbakeføring til samfunnet etter innleggelse/soning kan for mange være et veiskille, men hvis ikke rammer for å ivareta levekårsfaktorer vil tilbakefall være av høy sannsynlighet.

Sortlands folkehelseoversikt beskriver flere utfordringsområder som kan sees i lys av erfaringene til NAV.

Oppsummering

Det gjennomføres ungedataundersøkelser og brukerplan, men ungdatatallene er ikke ferdig behandlet i Sortland kommune før etter at ruspolitisk plan er vedtatt. Det er derfor er ikke lagt inn konkrete tall i planen, men resultatene ligger åpen i den offentlige publiseringen av ungdomsundersøkelsen. Både Ungdata og Brukerplan gir lokale data, men der Ungdata er offentlig er Brukerplan lukket for intern bruk. Ungdataundersøkelsen inneholder blant annet spørsmål om elevers opplevelse av skole og helserelaterte spørsmål.

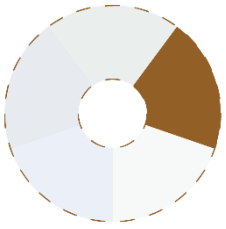
Det vil også bli undersøkt muligheter for å gjennomførte en HKH-kartlegging (hurtigkartlegging og handling) i samarbeid med KORUS Nord for å kartlegge lokale utfordringer i fremtiden.

Politiet har fått forespørsel om å dele tallmateriale som kan være relevant til denne planen, men disse er ikke kommet enda. I Sortlands folkehelseoversikt beskrives flere utfordringsområder som kan sees i lys av erfaringene til NAV, Vesterålen barnevern og gjennomførte undersøkelser.

Sammenheng mellom psykisk helse og rusmiddelbruk

Det er flere sammenhenger mellom psykisk helse og rusmiddelbruk. Erfaringsvis vet man at mange bruker rusmidler for å lindre psykiske plager som angst og depresjon, men dette kan også forverre plagene over tid. Rusmidler kan også utløse eller forverre psykiske lidelser, som psykose ved cannabisbruk. Psykisk helseutfordringer kan føre til rusmiddelbruk, og rus kan forverre den psykiske helsen slik at man havner i en negativ spiral. Rusmiddelbruk kan også føre til sosial isolasjon som gjør det utfordrende for hjelpetjenester å komme i posisjon til å hjelpe.

Psykiske helseproblemer øker risikoen for kriminalitet og rusbruk. Ungdom har ofte størst potensial for å lykkes i å slutte med rusmidler, men minst motivasjon. Forebygging og trivselstiltak kan redusere risikoen for rusbruk og utvikling av avhengighet. Mange strever med dobbeltdiagnoser innen rus- og psykiske lidelser, noe som krever behandling for begge utfordringene samtidig. Forebygging og tidlig hjelp er avgjørende for å bryte sammenhengen mellom rus og psykisk helse. En helhetlig tilnærming som kombinerer forebygging, tidlig innsats og behandlingstilbud er derfor nødvendig.



Brukerplan

Brukerplan er et nasjonalt verktøy for kommuner som ønsker å få kunnskap om hvilke behov innbyggerne med rusproblemer og/eller psykiske helseproblemer har. Brukerplan gir en oversikt over antall brukere av kommunale tjenester med rusproblemer og/eller psykisk helseutfordringer, deres funksjonsnivå, hvilke tjenester de mottar og behov de har. Dette verktøyet kartlegger omfanget og karakteren av rusmiddelbruk i kommunen. Gjennom Brukerplan får tjenesten innsikt i både den enkelte rusavhengiges livssituasjon og den generelle russituasjonen i kommunen.

Sortland kommune bruker Brukerplan til intern kartlegging, men dataene er ikke ment for offentlig innsyn.

Eldre og rus

I løpet av de siste årene har alkoholforbruket økt blant eldre, særlig blant de yngste eldre (<75 år). Det er få studier som har sett spesifikt på rusbehandling hos eldre. Det er likevel grunn til å tro at eldre rusmiddelbrukere profitterer på rusbehandling på lik linje med yngre voksne (Barry & Blow, 2016; Helsedirektoratet, 2017). Utfordringen er at den eldre pasienten ofte har tilleggssykdommer som gjør at de vil være i behov av et tilrettelagt behandlingsopplegg.



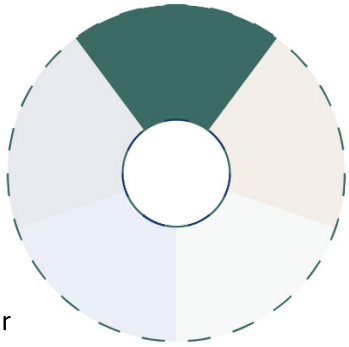
Hjemmetjenesten møter tjenestebrukere med ruslidelser, der alkohol og vanedannende medikamenter ofte brukes samtidig. Hjemmetjenesten på Sortland opplever at denne kombinasjonen kan føre til fall, og bruddskader som igjen kan føre til komplikasjoner og ett større behov for helsehjelp. Mange av disse tjenestebrukene kan ha underliggende psykiske lidelser, som årsak til rusforbruket. Det er vanlig at disse menneskene har somatisk dårlig helse, som søvnløshet, angst, depresjon, kognitiv svikt og feilernæring. Det kan være utfordrende å gi god helsehjelp til denne pasientgruppen. Ifølge Helsedirektoratet bør ruslidelse og den psykiske lidelsen behandles parallelt (Helsedirektoratet.no eldre, rus og rusmiddelbruk).

I Sortland kommune er det ett tverrfaglig samarbeid med fastlege, Sortlandshjelpa, og hjemmetjenesten for å kunne gi best mulig helsehjelp til rusmiddelavhengige. Et funn i arbeidet med planen er at det mangler oversikt lokalt når det kommer til eldre og rus.

Personer med funksjonsnedsettelser og rus

Personer med funksjonsnedsettelser har ofte større utfordringer knyttet til helse og rus sammenlignet med den generelle befolkningen. For eksempel oppgir personer med funksjonsnedsettelser i større grad å ha psykiske problemer og kroniske helseutfordringer (Bufdir). Dette kan øke risikoen for rusmiddelbruk som en måte å håndtere stress eller smerte på.

Levekårsundersøkelser fra SSB viser også at personer med funksjonsnedsettelser har lavere inntektsnivå og høyere avhengighet av offentlige ytelser (SSB). Disse faktorene kan bidra til sosiale utfordringer som kan påvirke rusmiddelbruk.



Historisk sett har det vært et begrenset fokus på tilrettelagt undervisning og tilpasset informasjon om rus blant personer med utviklingshemming/ulike funksjonsnedsettelser. Utviklingshemming Rus Opplysning (URO) lager lett forståelig informasjon om rus og underviser fagfolk som arbeider med utviklingshemming og andre som har utviklingshemming eller lærevansker.

Risikogrupper

For å sikre treffsikre og effektive tiltak i kommunens ruspolitiske handlingsplan, er det avgjørende å identifisere og prioritere innsats mot grupper med forhøyet risiko for rusrelaterte utfordringer. Følgende risikogrupper er særlig relevante:

Ungdom og unge voksne

- Økt eksponering for rusmidler via sosiale medier og digitale plattformer.
- Eksperimentering og gruppepress i ungdomsmiljøer.
- Psykisk uhelse, skolefravær og manglende tilhørighet som risikofaktorer.
- Stadig yngre, altså barn, prøver ut rusmidler.

Sårbare familier

- Foreldre med rusproblemer, psykiske lidelser eller lav omsorgsevne.
- Barn som vokser opp i utrygge hjem med rusrelatert belastning.
- Økonomisk og sosial marginalisering som forsterker risiko.

Personer med rusavhengighet

- Kroniske rusbrukere med behov for helhetlig oppfølging og skadereduksjon.
- Personer med sammensatte lidelser (rus og psykisk helse).
- Hjemløse og personer uten fast tilknytning til tjenester.

Andre sårbare grupper

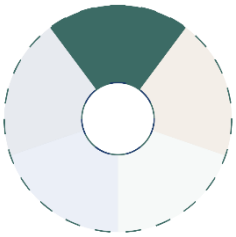
- Personer med utviklingshemming, traumehistorikk eller minoritetsbakgrunn.
- Eldre med skjult rusbruk, særlig alkohol og medikamenter.
- LHBTQ+-personer med erfaringer med diskriminering og psykisk uhelse.
- Personer som har prøvd å ta sitt eget liv og/eller har opplevd en overdose.

Mål og strategier

Denne planen består av to hovedmål, uavhengig aldersgruppe, hvor hovedmålene har tilhørende delmål og strategier rettet spesifikk mot barn og unge, voksne og eldre. Mål er hentet fra kommuneplan samfunnsdel 2022-2034 og støtter opp under fremtidsbildet og visjonen "Ilag om fremtida Sortland".

Hovedmål 1

Sortlandsamfunnet er raust, sunt og helsefremmende.



Barn og unge

Delmål:

Sørge for at alle tjenester rundt barn og familier samarbeider tett for å sikre helhetlig oppfølging.

Styrke oppsøkende arbeid og legge til rette for inkluderende møtesteder for ungdom med fokus på sosialt samvær og ulike aktiviteter.

Tilby lavterskeltilbud og tidlig intervensjon for barn og unge i risikosonen for rusbruk.



Strategier:

Legge til rette for at forebygging av rusmiddelbruk starter tidlig og involverer både barn, unge og foreldre.

Ha tydelige strukturer og rutiner i samarbeidet rundt barnet og familien.

Etablere metodikk for oppfølging av for barn og unge med milde til moderate rusrelaterte utfordringer.

Legge til rette for at ansatte får tilstrekkelig kompetanse på rusfeltet og tilstøtende problematikk.

Legge til rette for at tverretatlig samarbeid for barn, unge og familier som ønsker hjelp.

Involvere ungdom i planlegging og utvikling av tiltak som omhandler dem.

Kartlegge rusmiddelbruk hos barn og unge med funksjonsnedsettelser.

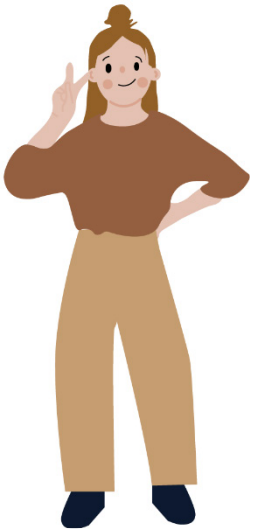
Voksne

Delmål:

Sortland kommune skal ha fokus på å redusere etterspørselen etter rusmidler.

Sikre gode tilbud for personer med rusproblemer, inkludert lavterskeltilbud og ettervern.

Strategier:



Ha treffsted for voksne med fokus på sosialt samvær og ulike aktiviteter.

Styrke helsefremmende og forebyggende arbeid for gravide og småbarnsforeldre.

Samordne kunnskap og ha oversiktlige tiltak for dem over 18 år.

Styrke tiltak for å redusere utfordringer rettet mot voksne som har et liberalt forhold til rusmidler, inkludert dopingpreparater.

Sikre koordinering mellom helsevesen, sosialtjenester og frivillige organisasjoner.

Kartlegge rusmiddelbruk hos voksne med funksjonsnedsettelser.

Eldre

Delmål:

Ha bedre oversikt på eldre og rus, herunder spesielt aldersgruppen rundt pensjonsalder, hvor de fleste greier seg godt hjemme uten behov for hjemmebaserte tjenester.

Styrke tiltak som forebygger ensomhet.

Strategi:

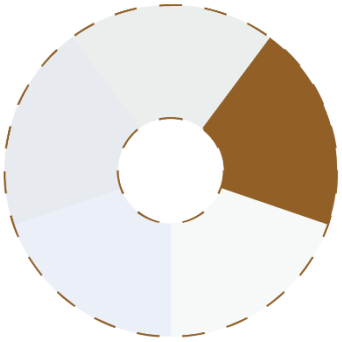


Kartlegge rusmiddelbruk blant eldre, inkl. eldre med funksjonsnedsettelser i Sortland.

Sikre at eldre har tilgang til informasjon om alkohol/rusmidlers påvirkning på helse og medisiner.

Legge til rette for treffsted for eldre med fokus på sosialt samvær og ulike aktiviteter.

Hovedmål 2



I Sortlandsamfunnet skapes mestring, trivsel og læring - hele livet.

Barn og unge

Delmål:



Identifisere og ivareta barn og unge som pårørende til foresatte og søsken med rusrelaterte utfordringer.

Forebygge rusbruk ved å styrke psykisk helse, livsmestring og trivsel i hverdagen.

Forebygging gjennom kunnskap og bevisstgjøring.

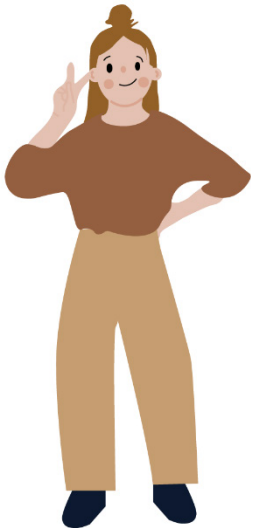
Strategier:

Sikre at barnehager, skoler, helsestasjon og andre tjenester har rutiner for å identifisere og følge opp barn som lever i hjem med rusproblematikk.

Implementere rusforebyggende undervisning i skolen med interaktive og engasjerende metoder.

Utvikle tilbud som idrett, kultur og friluftsliv og legge til rette for gode arenaer som gir mulighet for mestring og sosial tilhørighet uten rusmidler.

Tilby samtalegrupper og ressurser for familier og nærstående til personer med rusutfordringer.



Voksne

Delmål:

Ha lavterskeltilbud for voksne som ønsker hjelp med rusmiddelproblemer.

Støtte arbeidsgivere i å utvikle gode rutiner for rusforebygging på arbeidsplassen og ivareta ansatte som trenger hjelp.

Strategier:

Tilrettelegge for aktiviteter og tilbud som gir voksne mulighet til å oppleve mestring og sosial tilhørighet uten rusmidler.

Sikre samordning mellom ulike aktører som kan gi støtte, inkludert psykisk helsevern, sosialtjenester og frivillige initiativer.

Eldre

Delmål:

Styrke samarbeid med frivillige organisasjoner.

Legge til rette for samarbeidsprosjekter som gir mulighet til å bidra i samfunnet.

Strategi:

Legge til rette for at eldre/besteforeldre kan nyttiggjøres som ressurs i det forebyggende arbeidet med barn og ungdom.

Legge til rette for dugnader/frivillig arbeid som skaper mening, mestring og nye vennskap på tvers av generasjoner.



Forebyggende arbeid og behandling i Sortland kommune

SLT-modellen

SLT-modellen samordner tiltak for å forebygge rus- og kriminalitetsproblemer hos barn og unge. Modellen samler informasjon, kunnskap og ressurser fra kommunale aktører, politi, næringsliv og frivillige organisasjoner. Målet er å skape gode og trygge oppvekstsvilkår. I Sortland er modellen delt inn i politirådet og overbyggingen Laget rundt barnet.

Politirådet

Politirådet er det styrende nivået hvor kommunens ledelse, politiet og SLT-koordinator setter mål og prioriteringer.

Laget rundt barnet

Laget rundt barnet er overbyggingen til 3 tverrsektorielle utvalg som til sammen har ansvar for koordinering, oppfølging og evaluering av det systematiske tverrsektorielle arbeidet for barn og unge.

Samarbeid

Sortland kommune har et formalisert samarbeid med politiet gjennom en samarbeidsavtale med Nordland politidistrikt. Dette samarbeidet er en del av SLT-modellen (Samordning av Lokale rus- og kriminalitetsforebyggende Tiltak) og setter søkelys på å forebygge kriminalitet og rusproblemer i lokalsamfunnet.

Kommunen har også et formalisert tverretatlig samarbeid gjennom FORBUS (Forebyggende råd for barn og unge i Sortland), hvor SLT deltar, i tillegg til at SLT er en del av Laget rundt barnet strukturen. Dette gjør at man har både tverrfaglig og tverretatlig samarbeid når det gjelder rusforebygging i Sortland. Sortlandshjelpa samarbeider med sykehuset og andre aktører for å gi helhetlig oppfølging til personer med rus- og psykiske helseutfordringer. Dette inkluderer tverrfaglig samarbeid med spesialisthelsetjenesten, inkludert sykehusets avdelinger for rus og psykiatri, for å sikre sammenhengende behandlingsforløp. Helsestasjon og skolehelsetjenesten er viktige arenaer for tidlig innsats i arbeidet med psykisk helse og rusforebygging. Systematiske kartlegginger ved helsestasjonskontroller og skolehelsetjenesten kan bidra til å avdekke risikofaktorer for psykiske lidelser og rusproblematikk. Rådgivende enhet for russaker er en lovpålagt tjeneste som jobber med personer som har rusproblemer og som er involvert i rettssystemet. Enheten har som mål å gi støtte, veiledning og oppfølging til personer som er pålagt rusrelaterte tiltak som en del av strafferettslige reaksjoner.

Helhetlig tjenestetilbud

Sortland kommune følger den nasjonale veilederen, Psykisk helse- og rusarbeid for voksne, som er en revisjon og faglig oppdatering av «Sammen om mestring». Et av de viktigste premissene er at den enkelte bruker er delaktig i egen Recovery/tilfriskning og at oppfølging skjer etter deres ønsker og behov.

Botilbud

Botilbudet til rustavhengige er på lik linje med alle som bor i kommunen gjennom privat eide/leid eller Boligstiftelsen.

Oppfølgingstilbudet gis i samråd med den enkeltes behov for å styrke psykisk helse og finne løsninger til avhengighet som er med på å styrke funksjonsnivået.

Brukerutvalg psykisk helse og rus

Brukerutvalget er et rådgivende organ for enhetsleder. Brukerutvalget skal behandle og gi råd i saker som vedrører tjenestens kvalitet og innhold. Brukerutvalget skal høre brukere og pårørende som gruppe, ikke som enkeltpersoner.

Tvang

Bruk av tvang etter HOL. § 10-2 og 10-3 blir vurdert i hvert enkelte tilfelle.

Bedre tverrfaglig innsats (BTI)

BTI beskriver det praktiske arbeidet med barn, unge og foreldre det er knyttet undring eller bekymring til. Det er utviklet handlingsveiledere basert på hvilken bekymring, hjelpebehov og tjenester som er aktiv i oppfølgingen. Det benyttes digitalt system for bedre oversikt over tiltak i sak, ansvarsfordeling og koordinering.

Individuell plan og ansvarsgrupper

Personer med behov for langvarige og koordinerte tjenester skal tilbys individuell plan (IP) i tråd med gjeldende lovverk. Planen skal sikre helhetlig oppfølging og brukermedvirkning, og utformes i samarbeid med relevante tjenesteaktører. Det skal tilrettelegges for etablering av ansvarsgrupper der dette er hensiktsmessig, og det skal oppnevnes en koordinator som har ansvar for å følge opp planen og sikre kontinuitet i tjenestetilbudet.

Frivillige organisasjoner og private stiftelser

Frivillige organisasjoner og private stiftelser kan være viktige supplement til de offentlige hjelpetiltakene, men man bør være oppmerksom på følgende områder:

1. Frivillige organisasjoner opererer uavhengig av kommunale strukturer, noe som kan føre til overlappende eller fragmenterte tjenester. En forutsetning er at det foreligger formelle samarbeidsavtaler om hvem som har ansvar for oppfølging og kvalitetssikring, samt koordinert av arbeidet.

Sortland kommune har samarbeid med:

Landsforeningen for Pårørende innen Psykisk helse (LPP)

Mental Helse Sortland

Sortland Røde kors.

Andre organisasjoner man bør vurdere samarbeide med er:

Ivareta er en landsdekkende organisasjon for pårørende og etterlatte berørt av rus og psykiske lidelser

Rusmisbrukernes Interesseorganisasjon (RIO) er en landsdekkende brukerorganisasjon som jobber for rettighetene og livskvaliteten til personer med rusutfordringer.

Marborg er en brukerorganisasjon på rustfeltet som jobber med og for alle mennesker som har eller har hatt et rusproblem.

2. Man må ta høyde for at tilbud i økt grad kan bli avhengig av frivillighet og tilskuddsmidler. Dette kan føre til ustabilitet og utfordringer med kontinuitet i tilbudene, noe som vil kunne være uheldig for den aktuelle målgruppen.

Kommunens ansvar

Kommunen har et lovpålagt ansvar for helse- og omsorgstjenester til personer med rusmiddelproblemer. Dette ansvaret følger av helse- og omsorgstjenesteloven og kan ikke delegeres til frivillige aktører. Frivillige organisasjoner kan ikke ha ansvar for oppfølging i juridisk forstand, men kan inngå i et helhetlig tjenestetilbud der det foreligge et formalisert samarbeid. Dette bør utredes og avklares før man oppretter samarbeid med frivillige organisasjoner eller private stiftelser.

Hvordan følger vi opp planen?

Mål for evaluering av handlingsplaner er viktig for å måle effektivitet, måloppnåelse og forbedringsmuligheter. Evalueringen skal si noe om handlingsplanen har hatt ønsket effekt og om foreslåtte tiltak er blitt iverksatt. Videre bør evalueringen si noe om ressursene har blitt brukt optimalt for å nå målene og legge til rette for medvirkning fra tjenestene i evalueringsarbeidet og lytte på tilbakemeldinger om justeringer før neste planperiode.

Kommunalsjef for helse og omsorg har ansvaret for å følge opp planen i helhet, herunder å organisere evalueringsarbeidet.

«Laget rundt barnet - arbeidsutvalg» har ansvar for å evaluere og rapportere på tiltak som retter mot barn og unge og som er del av tiltaksdel i «Plan for forebyggende arbeid blant barn og unge». Status rapporteres årlig til «Laget rundt barnet – FORBUS». Strukturen Laget rundt barnet legger til rette for at man evaluerer plan og tiltak på tvers av tjenester og bygge opp under at man må arbeide ilag om fremtidas Sortland for å lykkes med endringer over tid.

Funn under utarbeidelse av plan

Under utarbeidelse av rustpolitisk plan er det gjort enkelte funn som bør adresseres.

I dette kapitelet ligger det i tilfeldig rekkefølge, med forslag til tiltak, funn som Sortland kommune bør adressere iht. kommunalt rusarbeid.

1. Det kan være utfordrende å finne ut hvem som har ansvar for eksisterende tilbud i sosialtjeneste, helsetjenester, oppvekst og i frivillighet.

Forslag: Utarbeide rutiner som tydelig beskriver roller og ansvar knyttet til de ulike tjenesteområdene.

2. Det er vanskelig å få oversikt over tiltak og beskrivelse av disse for grupper som ikke omfattes av oppvekst.

Forslag: Utarbeide en tiltakoversikt, slik som i plan for forebygging, for tiltak for dem over 18år.

3. Etabler evalueringsrutiner, inkludert indikatorer, rapportering og faste revisjoner.

Forslag: Utarbeide rutiner for internkontroll for det systematiske arbeidet med rusforebygging.

4. System for oppfølging og internkontroll som konkretiserer hvem som har ansvar for tiltak, hvordan fremdrift skal rapporteres, og hvilke rutiner kommunene skal ha for avvikrapportering og forbedring.

Forslag: Utarbeide rutiner for internkontroll for ovennevnte temaer.

5. Tidsplan og forankring i kommunestyret av rustpolitisk plan.

Forslag: Utvikle rutiner for tidsplan og metoder som sikrer rullering av plan i hver kommunestyreperioder, og fortrinnsvis med oppstart innen første år.

6. Samarbeid med frivillige organisasjoner i Sortland kommune.

Forslag: Revidere samarbeidsavtaler med frivillige organisasjoner

7. Det mangler et tydelig oppfølgingstilbud til barn og unge med milde til moderate rustrelatert utfordringer.

Forslag: Etabler bruk av EKKO, en helhetlig metodikk som er utviklet av ansatt i Sortland kommune, designet for barn og unge gjennom å systematisere oppsøkende arbeid, en konkret oppfølgingsmetodikk, samt undervisningsmoduler for bruk i grunnskolen og VGS.

Innspill

I forbindelse med utarbeidelse av plan har vi innhentet innspill fra publikum ved:

- Et åpent innspillsmøte i Samfunnssalen den 5.5.25.

- QR-kode distribuert via sosiale medier og plakater på offentlige steder som Kulturfabrikken og Samfunnssalen.

Under er en oversikt over alle innspill:

Hva gjør vi bra i Sortland kommune?	**Hva savner du at vi jobber mer med, eller gjør noe med i kommunen, knyttet til psykisk helse og/eller rusarbeid?**	**Vi ønsker at Sortlandssamfunnet skal være godt å leve i. Hva bør vi legge vekt på i forebyggingen av psykiske helseplager og rusutfordringer?**
Sortlandshjelpa, utekontakter, SLT-nettverk, ILAG-samarbeidet++	Jeg savner tettere samarbeid mellom ungdomsskolen og Sortlandshjelpa, og ungdomsskolen og det arbeidet som gjøres knyttet til rus/psykisk helse.	Bedre samarbeid mellom ulike organisasjoner. Jeg tror nøkkelen her er å ha bedre samarbeid me skole.
Bra med foreldremøte med bl.a i kulturfabrikken, bra med lav terskel tilbud på Sortlandshjelpa	Møteplasser for eldre, internundervisning for ansatte ang tematikken i kommunen,	Ha lavterskel sosiale møteplasser for alle aldre, tilbud til ungdom som «fenger»
oppstart av lavterskel tilbud til unge	ikke godt nok tilbud til de mest alvorlig syke, og ikke godt nok samarbeid med spesialisthelsetjenesten	
Mye bra, sortlandshjelpa osv.	Barn som pårørende. Aktiviteter for ungdom. Tilbud til eldre som har ulike utfordringer.	Barn og ungdom som blir sett, være deltakende i aktiviteter.
		Flere møteplasser for ungdom.
Det er bra med kurs som man deltar på lavt terskel. Sorggruppe er veldig bra, kan forebygge mye og	Mestringskurs for barn og unge, lav terskel. Kanskje i form av "leirskole". Flere inspirerende foredrag for barn/unge fokus i forebygging. Økt kunnskap om	Hvordan kan vi nå alle. Hvordan kan vi få de aktuelle med.

være en inngangsport til Sortlandshjelpa.	flyktningens helse og målrettete tilbud for dem.	
Ingenting	Få bort all rus å sånnetong	Alt
Mange enkelttiltak er av god kvalitet	Mange utfordringer er såkalte «wicked problems» og for å forstå bedre, og ta steg i retning av å nøste i disse uten at de kan løses helt så trenger vi kontinuerlig å åpne dørene mellom sektorene, enhetene og avdelingene. Vi trenger å jobbe med frykten for å få enda flere ting på bordet og systematisk jobbe med samarbeid, forankring, planarbeid og budsjettavsetting på tvers. En enhet ligger direkte under kommunedirektør og kan potensielt være til støtte i dette arbeidet.	Å gå er det nærmeste vi kommer en allmenn «vidundermedisin» ifølge Centers for Disease Control and Prevention, og vi kan tillegge at det har spesielt god effekt i nærområder med blå (fersk- og saltvann) og grønn natur. Vi bør legge vekt på å dokumentere hva som fungerer og ikke i vår kunnskapsbaserte praksis slik at effekt eller resultater fra for eksempel Glo-gruppa og prosjekt Ung medvirkning med mening bidrar til beslutningsrelevant kunnskapsgrunnlag. Vi bør blant annet justere kriteriesettet for helsefremmende skole slik at det rommer mer hjernevennlig skole (UiS nasjonalt senter for læringsmiljø og atferdsforskning) og Curiosoil (EU-prosjekt om jordhelse og hvordan vi kan lære og engasjere oss i det fra skolealder).
Ingenting	Vet ikke	Lage et ungdomssenter

Er litt ukjent med hva tilbudene faktisk innebærer.	Tror en psykomotorisk fysioterapeut ville vært veldig hensiktsmessig og nyttig. Det er har mange som ikke får det tilbudet de trenger (mest) her og mange må reise helt til Melbu (noe ikke alle har mulighet til).	Fokus på/tilbud som innebærer fysisk aktivitet. Frisklivssentral vil trolig være et godt alternativ.
Ingenting	Hæ	Æ veit ikje egt for å være ærlig, det blir ikke besre uansett.
Lavterskel tilbud/sortlandshjelpa. De gir gose tilbud både i kurs, samtaler og generell hjelp på et lavt nivå. Tilbud til ungdom på 1 og 16 mai som har fokus på gode arrangementer uten alkohol.	Enda mer fokus på å ruste opp støtteapparater, tidlig innsats(barnehager,skoler), bidra til flere lavterskeø sosiale møteplasser for ungdom. Øke fokus på alkoholfrie arrangement, evt bidra med økonomisk støtte til de som ønsker å starte slike tilbud	Mer synlig politi med forebyggende fokus i bybildet, mer midler til å bygge opp gode tilbud innenfor psykisk helse of rusrelaterte miljø, men også generelt til ungdom og unge voksne. Mer møteplasser for å bli kjent med jevnaldrede, også for barnefamilier og voksne. Ruste opp bemanning til mer en minstekrav i bhg/skole og andre institutter/arenaer for barn og unge.
		Fritidstilbud til barn og unge, eksempelvis ungdomsklubb/tilholdssted for ungdom.
Hjemmetjenesten gjør en god jobb med demenssyke	De pårørende til demenssyke blir glemt.	Det er alt for høye krav til å få avlastning,dagtilbud og institusjonsplass for den som er syk. Dette gjør at de pårørende ødelegger egen helse.

Dere har et bra tilbud innen for psykisk helse og rus, men dere har for få folk og for lite ressurser.	Jeg savner at dere jobber mer med foreldre, det er mange som får fødselsdepresjon og ikke klarer å søke helsehjelp. Det er også mye press på spesielt kvinner i forhold til at de må strekke til med alt. 100% jobb, produsere barn og være mamma.	Jeg ser på psykisk helse og rusavhengighet som er symptom på at man ikke har et sosialt nettverk man føler seg en del av. Vi er ikke et sammensveiset samfunn lengre som hjelper hverandre og passer på hverandre lengre. Flere gruppetilbud innenfor sosial arrangement som får folk til å møtes.
Lavterskel psykisk helse og Rustjenesten	Housing first. Frisklivssentral.	Rusforebygging i skole. Redusere ulikheter i lokalsamfunnet.
Kartlegger. Lager planer, men det må iverksettes!	Flere arenaer for barn og unge som ikke nødvendigvis handler om idrett. Snekkerverksted, skru på biler, grønn omsorg/inn på tunet, kreative kurs(male, tegne, håndarbeid).	Få folk i arbeid. Altfor mange unge under 50 år er utenfor arbeidslivet, og mange har en restarbeidsevne. Det skaper uhelse for den som faller utenfor og gir store ringvirkninger til familie/barn rundt. Tilhørighet og mestring er viktige faktorer for å forebygge psykisk uhelse og rusproblemer.
Sortlandshjelpa ung	Et bredere tilbud til unge mellom 12-15 år og 16-18 år. Bl.a et sosialt samlingssted på fritiden med ulike aktiviteter, styrt av ungdommen selv..	Et trygt og inkluderende miljø i barnehager og skoler

Satser på miljøterapeuter i skolen	Inkludering av pårørende, økt kompetanse på rus hos de ansatte, iverksette evidensbaserte tiltak, bedre tiltaksplaner som er målbare og som blir evaluert, bedre og tettere samarbeid etatene imellom seg, ikke problem med informert samtykke, flere erfaringskonsulenter, bygge opp en større skolehelsetjeneste, bruk mer tvang når det blir vurdert at det er fare for liv og helse, få konkrete tiltak hva gjør man når man er blitt rusavhengig, også når det gjelder prep fra lege,	Følge anbefalinger fra Arne Holte, bygge opp kompetansen hos foreldre og ansatte, flere tiltak som virker, mer bruk av tvang, jobbe mer på tvers av frivillige org, off etater/skolet og foreldre
Lavterskeltilbudene er utrolig viktig og kjærkommen blandt brukerne.	Savner mye mer holdningsendrende arbeid, opplysningsarbeid blandt ungdom. Rusavhengighet er en sykdom, og rusavhengige har krav på legehjelp på lik linje som en diabetiker. En rusavhengig lever dagene sine med masse skam. Sortland burde ga som mål å øve kunnskapen til innbyggerne hva angår rus -og psykiatri. Vi skal behandle en bruker innen rus -og/eller psykiatri på lik linje som en frisk person. Vi skal være gode på lavterskeltilbud, opplysningsarbeid i skolen, ansatte i dette fagfeltet skal ha	Barne -og ungdomsskolene har for mange alvorlige mobbesaker! Elevene dette gjelder må vernes bedre, lærere og elever skal vite at det er trygt å stå frem, trygt å vise seg sårbar. For mange mobbesaker i kommunen ender med at mobbeofferet flytter skole -ikke mobberen! Dette skal Sortlandsskolene endre på. Der er dessverre fir mange utslitte foreldre som Gar kjempet for at barnet sitt skal ha en trygg skoledag, de har ikke mer overskudd til å kjempe en kamp der bl.a skoleadministrasjon og

	mulighet til kursing og utvikling og sist men ikke minst: slipp tilfriskede rusavhengige inn jobber der erfaringsbasert arbeid er alfa omega for en bruker! Det er ikke all kunnskap som ståri en lærebok... ettervernsboliger/ overgangsboliger etter endt behandling skulle jeg ønske Sortland kommune hadde økonomi til å bygge og drifte. Det er først der den viktigste jobben starter for mange!	paragrafer er hva de er blitt møtt med. Vedtak som aldri ble skrevet, som ikke ligger i elevmappen m.m. For å få fred og en ny start byttes det skole mens mobberen ikke får de konsekvensene som i dag er nedfelt i lovverket.
Kort ventetid for samtaler i Sortlandshjelpa	Hjelpe ungdom ut av utenforskap. Hjelp til nettverksbygging.	Hus, klubb for ungdom, med miljøterapeuter, miljøarbeidere. Rikt aktivitetstilbud. Arrangere fester (rusfritt) for ungdom 15-18.
	Kan komme hjem til folk som trenger akutt hjelp med angst og fobier	Ver mer tilgjengelig for befolkningen som sliter, gjerne følge opp med samtaler av og til for å informere om hva kommunen kan hjelpe til med
	Det burde opprettes et felles treffpunkt for de som gjennomfører Bekymringsmestrings kurset, hvor man kan møtes å få råd og hjelp til å jobbe videre med tema fra kurset.	

	Ha nok folk som kan gi hjelp og de har rett kompetanse. Sortlandshjelpen har mange gode folk, men skulle ønske at det var mer samarbeid med foreldrene. Mange ungdommer som blir henvist til BUP, får ikke time, eller må stå i måndersvis på vent. Disse ungdommene må få et tilbud, og et tilbud som inkludere foreldrene. Altså et samarbeid med ungdommen, foreldre og de som gir hjelpen. mor til barn med både rus og psykisk helse	Start tidlig. Mange barn som allerede er nede i barneskolen som sliter. Fang de opp, få de inn i et system/ hjelp og følg de opp. Ungene får det ikke lettere senere når de starte på u.skole. Og så trenger man vel ikke å si så mye om at idrett hjelpe godt mot rus/ psykisk helse. Å da må det være plass til alle ungene til de forskjellige idrettene. - de har treningsmuligheter og gode fasiliteter.
Sortlandshjelpa	Økt forebygging blandt barn og ungdom som faller ut fra skole	Tilrettelegge for økt fysisk aktivitet blandt unge og eldre
Forsett å være lavterskel tilbud - Sortlandshjelpa.	Ettervern, for dem som har sonet en dom.	Forebygging bør starte alerede av mor under graviditet og videre gjennom barnehage og skole. Bistå foreldre med veiledning og bistand for ift ivaretakelse av psykisk helse. For å hansker med egne utfordringer, handler det om å kunne ha de rette verktøyene. Ikke alle har disse forutsetning og evne til å tilegne seg dette selv og lære dette videre til sin barn. Ved å være tili og tett på, kan vi forhindre psykisk uhelse etablerere seg tidlig. Rus adferd er ofte et symbol på at en har der vanskelig

Sortlandshjelpa er ett bra tilbud. Helsestasjonen for ungdom er bra.	Innvandrere og flyktninger må få bedre tilbud.	Øk Helsesykepleier tjenesten i skolene inkl. voksenopplæring. Informasjon og veiledning ~ til foreldrene (de voksne i Sortlsndsssmfunnet)
Sortlandshjelpa er et flott tiltak hvor man kan få hjelp med én gang.	Mer forebyggende arbeid. Samtaler med skoleelever om viktige temaer direkte i klasserommene.	Mer samarbeid med skoler, Integreringstjenesten.
	Integreringstiltak for ukrainske barn og unge, siden denne gruppa nå er overrepresentert og stor. Arrangement av ulike slag, hvor de må møtes og være sammen med jevnaldrende over tid. Ikke bare en og annen gang med langt opphold imellom. Det fungerer ikke.	Tilhørighet - for alle.
Sortlandshjelpa ung	Bedre samspill mellom tjenestene knyttet til bosatte flyktninger, mer markedsføring av tjenestetilbudet og forebyggende arbeid mot bosatte flyktninger der det er oppfattet som tabu å være åpen på mental helse	Større synliggjøring av tilbud, mer kompetanse på samtaleveiledning i flerkulturelt perspektiv og gjennom bruk av tolk

Sortland kommune har mange dyktige fagpersoner innen psykisk helsearbeid som møter mennesker med respekt og forståelse. Det er positivt at kommunen har lavterskeltilbud, som gjør det enklere for folk å ta kontakt tidlig, uten henvisning. Det virker også som det er en vilje til tverrfaglig samarbeid, noe som er viktig for å se hele mennesket – ikke bare diagnosen. I tillegg er det bra at kommunen har startet arbeid med forebygging og tidlig innsats, og at det er oppmerksomhet på behovene til ulike grupper i befolkningen.	Innspill: Behov for bedre samarbeid om psykisk helse hos flyktninger Mange flyktninger kommer til Norge med en bakgrunn preget av krig, traumer, tap og usikkerhet. Dette setter dype spor, og det er viktig å anerkjenne at psykisk helse er en sentral del av integreringsprosessen. Samtidig opplever mange flyktninger skam, stigma og lav terskel for å snakke om psykisk helse, både på grunn av kulturelle normer og tidligere erfaringer. Vi ønsker å fremheve behovet for et tettere og mer strukturert samarbeid mellom helse- og integreringstjenestene når det gjelder psykisk helse hos flyktninger. Integreringstjenesten har ofte den første og mest tillitsbaserte kontakten, og kan spille en viktig rolle i å formidle informasjon, senke terskelen for hjelp, og bygge bro mellom individet og helsetjenestene. Forslag til tiltak: • Økt kompetanse og opplæring om psykisk helse blant ansatte i integreringstjenesten. •	• Jobbe mer tverrfaglig, der helsetjenester, skoler, frivillige organisasjoner og integreringstjenesten samarbeider tett. • Senke terskelen for å snakke om psykisk helse og rus, spesielt blant unge og blant mennesker med flerkulturell bakgrunn. • Satse på forebyggende møteplasser, som aktiviteter, fritidstilbud og lavterskelarenaer hvor folk kan oppleve mestring og tilhørighet. • Styrke det kulturkompetente arbeidet, slik at folk med minoritetsbakgrunn møter forståelse for sine erfaringer og kulturer, og ikke møter stigma. • Involvere innbyggerne selv i utviklingen av tiltak, særlig ungdom, flyktninger og pårørende – det gir eierskap og bedre løsninger.

	Tverrfaglige samarbeidsmøter mellom helsetjenesten og integreringstjenesten. • Bruk av kulturkompetente tolker og ressurspersoner med flerkulturell bakgrunn. • Lavterskeltilbud og informasjonstiltak om psykisk helse tilpasset ulike språk og kulturer. • Trygge arenaer der flyktninger kan snakke om psykisk helse uten frykt for stigmatisering. Et styrket samarbeid vil ikke bare bidra til bedre psykisk helse blant flyktninger, men også fremme god integrering, deltakelse og livskvalitet på sikt.	
	Få inn flere psykologer. Å prate med Sortlandshjelpa er for mange ikke godt nok.	Ha barn og unge som hovedfokus. Tidlig innsats!
	Tilgjengeligheten i Sortlandshjelpa er for dårlig. Det er mange som har opplevelse av at de ikke får hjelp etter henvendelse. Det er for dårlig kunnskap om at det ikke er nødvendig med henvisninger. Det er behov for bedre ivaretakelse av pårørende jevnt over.	

	Sortlandshjelpa bør bruke familie- og nettverksmøter i arbeidet, også overfor rusmiddelavhengige. Det er behov for bedre samhandling med spesialisthelsetjeneste, og bedre involvering av pårørende.	
	Rusmiddelpolitisk: Tiltak for elever siste året på barneskole/ungdomsskole? Viktig å nå de før de begynner å teste/bruke rusmidler. Man må styrke det rusfrie kultur- og fritidstilbudet. Vi har få åpne møteplasser for ungdommer i sortland og de få tilbudene som eksisterer favner for få unge. Klubben har lite besøk, og ungdomsfabrikken kunne hatt et tilbud som var til for flere ungdommer. Besøksstatistikken der kunne vært mye bedre enn den er. Er det mulig med andre lokaliteter enn Klubben og Teket? Ungdomsrådet var ute i media og ytret ønske om andre, mer egnede lokaler.	Rusmiddelpolitisk: Har Sortland kommune kompetanse på å identifisere og ivareta barn med rusavhengige foreldre? Dette er veldig viktig forebyggende arbeid. Er det evt godt nok organisert? Kan noe gjøres bedre? Er det samarbeid mellom barnevern, skole, helsestasjon?