



Leiðbeiningar fyrir heilsueflandi frístundaheimili og félagsmiðstöðvar

Heilsueflandi starf er þróunarstarf sem byggir á efni um heilsueflandi grunnskóla en Embætti landlæknis hefur stýrt þeirri vinnu með stuðningi mennta- og menningarmálaráðuneytis og velferðarráðuneytis. Reykjavíkurborg gerði samning við Embætti landlæknis sem snýr að leik- og grunnskólum og frístundamiðstöðvum og er þar kveðið á um að sem flestir þessara starfsstaða verði orðnir aðilar að verkefninu fyrir lok ársins 2015. Gátlistar um heilsueflandi frístundaheimili og félagsmiðstöðvar byggja á gátlistum fyrir heilsueflandi grunnskóla en hafa verið aðlagðir starfseminni en verða þó í sífelldri þróun í takt við tíðarandann hverju sinni. Hafa ber í huga að heilsueflandi starf er langhlaup sem þarf að viðhalda eftir að stöðutaka og innleiðing hefur farið fram og eru gátlistarnir hugsaðir sem stuðningur við starfsstaði í að vinna markvisst að heilsueflingu.

1. Setja fram framtíðarsýn um heilsueflingu í viðkomandi frístundaheimili eða félagsmiðstöð. Í þeirri vinnu er gott að spyrja spurninga eins og:

- Af hverju viljum við fara í þessa vinnu, þ.e. heilsueflandi frístundaheimili/félagsmiðstöð?
- Hverju erum við að sækjast eftir?
- Hvaða ávinning á það að skila fyrir börn, unglinga, starfsfólk og starfið almennt að vinna markvisst að heilsueflingu?

2. Stöðutaka. Þetta er gert með því að fylla út gátlista um heilsueflandi frístundaheimili/félagsmiðstöð. Annað hvort er hægt að fylla út allan gátlistann eða þá að taka fyrir einn og einn af fjórum áherslupáttunum í einu og vinna sérstaklega með hann. Gott er að vista gátlistann undir dagsetning og ártali til að auðveldara sé að meta framþróun í heilsueflandi starfi.

- Hvað er gott?
- Hvað má bæta? Og hvernig?
- Hverju er mikilvægt og auðvelt að breyta á stuttum tíma (s.s. 1-3 mánuðir)?
- Hverju þarf að gefa lengri tíma til að breyta (s.s. 3-9 mánuðir)?

3. Aðgerðir og forgangsröðun. Nú þarf að velja tvo (eða fleiri en það er gott að byrja bara á tveimur) af áherslupáttunum fjórum til að vinna sérstaklega með og sjá hvernig það gengur.

- Ákveða hvað á að vera í forgang.
- Setja niður aðgerðir – ekki mælt með að þær séu fleiri en 4-6 fyrir árið (fer þó eftir umfangi).
- Skilgreina helstu hagsmunaaðila og mögulega samstarfsfleti.
- Framkvæma aðgerðir.
- Endurskoðun og mat í maí og september ár hvert og stöðutaka eins oft og þurfa þykir.

4. Viðhald. Þegar farið hefur verið í alla fjóra áherslupáttina er formlegu innleiðingarferli lokið og við tekur viðhald á heilsueflandi áherslum. Þó er hvatt til þess að á hverju ári séu afmarkaðir þættir skoðaðir til að viðhalda þeirri vinnu sem áunnist hefur en heilsueflandi starfi er í raun aldrei formlega lokið. Þá getur verið gott að velta fyrir sér:

- Hvernig á að viðhalda þeim árangri sem hefur náðst?
- Hverjir bera ábyrgð á því að halda heilsueflandi starfi áfram?
- Hvenær eru endurmat áætlað og hver vinnur það?
- Hvernig nýtum við gátlistana í áframhaldandi vinnu, verða þeir yfirfarnir reglulega?