



Grimstad



Handlingsplan

2026-2030

Innhold

Innledning	3
Planhierarkiet	3
Målsettinger	5
Tiltaksliste	6
Ressurser	9
Måleverktøy	10
Indikatorer for å måle suksess og fremgang Antall brukere av lavterskeltilbud	10
Antall gjennomførte kurs	10
Brukertilfredshet	10
Hyppighet og metoder for rapportering og evaluering	10
Risikovurdering	10
Interessentanalyse Interessenter vil involveres gjennom høringer, samarbeidsmøter og ved brukermedvirkning.	10
Lister over interessenter	10
Kommunikasjonstiltak	11
Avslutning	11

Innledning

Psykiske helseutfordringer og rusproblemer er utbredt i befolkningen og bidrar til betydelig tap av helse, friske leveår og ikke minst livskvalitet. Vi vet at psykiske lidelser og/eller rus er en av hovedårsakene til at folk faller ut av arbeid. Psykiske helseutfordringer og rusproblemer har store omkostninger for den det gjelder, for pårørende og for samfunnet.

Denne handlingsplanen for psykisk helse og rus for voksne i Grimstad kommune gjelder for perioden 2026–2030. Handlingsplanen beskriver hvordan kommunen vil jobbe forebyggende og med tidlig innsats, samt helhetlig og tverrfaglig rundt de brukerne som har behov for det.

Planen er forankret i Kommuneplanens samfunnsdel, hvor det blant annet står at «Grimstad skal være en samskapende kommune. Dette handler om at vi må inkludere flere aktører for å identifisere problemer og velge de beste løsningene sammen. For å være framoverlente må vi tørre å satse. Vi skal ikke være redd for å tenke nytt og annerledes.»

Planen er utarbeidet med særlig vekt på kommuneplanens satsingsområde 'Livsmestring i alle faser', hvor det blant annet står:

- Livsmestring gjennom hele livet skapes sammen med familie og venner, i arbeidsfellesskap og nettverk, i aktive og inkluderende lokalmiljøer.
- Kommunen vil være med og skape gode rammer for alle innbyggerne ut fra deres behov i ulike livssituasjoner. Kommunen vil legge til rette for levende og mangfoldige lokalmiljøer der innbyggerne selv tar en aktiv rolle i utviklingen av samfunnet.
- Mange opplever utenforskap. Kommunen vil legge til rette for bruk av ny teknologi, økt kompetanse og tverrfaglig samhandling.
- Med innbyggernes medvirkning og nye måter å løse oppgavene på skal tidlig innsats og forebyggende arbeid i alle livets faser bidra til økt grad av livsmestring og utsatt hjelpebehov.

Gjennom medvirkning fra brukere, pårørende, frivillige organisasjoner og eksterne samarbeidspartnere, har kommunen identifisert de mest presserende utfordringene og prioriterte tiltak innen psykisk helse og rus for voksne. Vi har i denne planen lagt stor vekt på de innspillene som har kommet gjennom dette.

Planhierarkiet

Kommuneplanen beskriver ulike planer slik:

Strategiplaner beskriver hva som skal gjøres for å nå mål, men ikke hvordan (tiltak). Temaplaner er det mest omfattende planverktøyet, og inneholder både mål og tiltak. En temaplan kan også ha satsingsområder og strategier. Handlingsplaner består av kun tiltak. Handlingsplaner skal følge opp strategi.

Sommeren 2024 kom «Nasjonal opptrappingsplan for psykisk helse», Meld St.23 (2022-2023). Den planen har også betydning for utarbeidelse av denne handlingsplanen.

Det overordnede målet med opptrappingsplanen er at flere skal oppleve god psykisk helse og livskvalitet, og at de som har behov for psykisk helsehjelp skal få god og lett tilgjengelig hjelp. Fra opptrappingsplanen trekker vi frem følgende punkter:

- Regjeringen foreslår at innsatsen innen psykisk helse-feltet skal trappes opp gjennom en planperiode på ti år. Tidlig i planperioden vil regjeringen **prioritere tverrsektoriell forebyggende innsats og tilgjengelige lavterskeltilbud i kommunene** for å i større grad å forebygge at psykiske helseplager utvikler seg til å bli psykiske lidelser.
- Regjeringen har valgt tre innsatsområder for opptrappingsplanen:
 - a) Helsefremmende og forebyggende psykisk helsearbeid
 - b) Gode og tilgjengelige tjenester der folk bor
 - c) Tilbudet til personer med langvarige og sammensatte behov
- Tiltakene i opptrappingsplanen skal bidra til bedre psykisk helse og livskvalitet i befolkningen, og at det finnes **god og lett tilgjengelig hjelp for personer med psykiske helseutfordringer**. For å kunne følge utviklingen og måloppnåelsen gjennom planperioden, har regjeringen formulert åtte resultatmål. Resultatmålene dekker alle de tre innsatsområdene i planen.
 1. Barn og unges selvrapporterte psykiske helseplager er redusert med 25 prosent
 2. Andelen av unge som blir uføre med bakgrunn i psykiske plager og lidelser er redusert
 3. Innbyggere i alle kommuner har tilgang til kunnskapsbaserte lavterskeltilbud innen psykisk helse og rus
 4. Barn og unge som henvises til psykisk helsevern barn og unge (PHBU) får tilbud om en vurderingssamtale for avklaring av videre oppfølging i spesialisthelsetjenesten eller den kommunale helse- og omsorgstjenesten
 5. ...
 6. ...
 7. Mennesker med alvorlige psykiske lidelser og/eller rusmiddelproblem har økt levealder, og forskjellen i levealder mellom denne pasientgruppen og den øvrige befolkningen er redusert
 8. Helsepersonell har mer tid til pasienter, brukere og fagutvikling

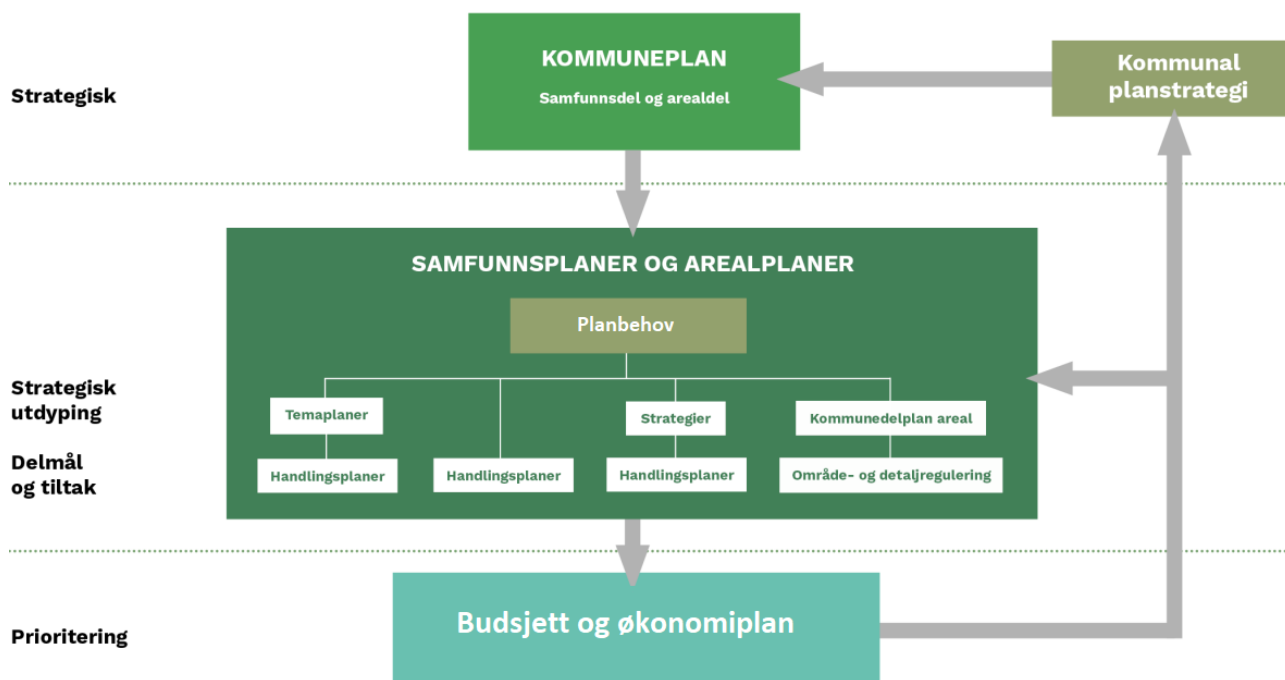
I kommunene rapporteres det om problemer med rekruttering av psykologer, sykepleiere, inkludert helsesykepleiere, vernepleiere og sosionomer. Mange går over til private tjenester og noen helt ut av tjenestene. Regjeringen ønsker at helsepersonell har nok tid til pasientene, men også tid til å engasjere og involvere seg i den faglige utviklingen av tjenestene. Det er derfor satt følgende resultatmål for opptrappingsplanen: Helsepersonell har mer tid til pasienter, brukere og fagutvikling. Dette er også i tråd med tillitsreformen som blant annet har som mål å detaljstyre mindre og å øke handlingsrommet for ansatte. Tiltak for å sikre tilstrekkelig personell og kompetanse vil videreutvikles gjennom planperioden samt i regjeringens kommende Nasjonal helse- og samhandlingsplan.

Forebyggende plan GK

Innsatstrapp GK

Prioriteringsveilederen

[Her](#) - handlingsplan-vold-i-nare-relasjoner-2024.pdf



Målsettinger

Kommuneplanens samfunnsdel om livsmestring i alle faser sier følgende:

Grimstad skal være et trygt og inkluderende samfunn for alle

Vi skal:

- Være et levende, likestilt, inkluderende og mangfoldig lokalsamfunn
- Tilrettelegge for at så mange som mulig kan bo trygt hjemme
- Gi gode tilbud til de som av ulike årsaker ikke kan bo hjemme
- Tilrettelegge for frivillighet (samarbeid med lag og foreninger)
- Innføre og implementere innsatstrappen som metode

Flest mulig skal klare å stå i arbeidslivet

Vi skal:

- Bidra til å redusere utenforskap
- Tilrettelegge for gode levekår
- Alle skal gjennomføre utdanningsløpet

Grimstad kommune har kompetente og myndiggjorte medarbeidere

Vi skal:

- Bidra med kompetanse til innbyggere

- Ha gode rekrutteringstiltak og sikre at vi beholder medarbeidere
- Tilrettelegge for kompetanseplanlegging og sikre rett personell på rett plass

Tiltaksliste

Hovedmål: Grimstad skal bli et tryggere og mer inkluderende samfunn for alle for å forhindre utenforskap

Delmål: Skape gode møteplasser		
Tiltak:	Ansvar:	Frist:
Fortsette å være til stede på Grimstad ungdoms Hub	Virksomhetsleder	Kontinuerlig
Fasilitere for pårørendekafe- ansvar for booking av lokale Groos kafe og sette datoer	Pårørendekontakt	Kontinuerlig
Lavterskel inspirasjonskurs på biblioteket for alle innbyggere- utarbeide datoer og tema	Virksomhetsleder	I løpet av februar og september årlig
Markering av den internasjonale overdosedagen i samarbeid med frivillige. Samling i Grimstad kirke	Overdoseteamet	31. august hvert år
Markering av verdensdagen Psykisk helse i samarbeid med frivillige. Samling ulike steder i Grimstad. Samarbeide med Lillesand kommune.	Erfaringskonsulent, fagkoordinator og ledergruppen	I løpet av uke 39-42 hvert år
Markering av verdensdagen for selvmordsforebygging.	Fagkoordinator	10.september hvert år
Markere pårørendedagen med å arrangere Pårørendekonferansen.	Tjenesteleder og pårørendekontakt	22.september årlig

Delmål: Fremme og nå ut med kommunale lavterskel tilbud og frivillige tilbud		
Tiltak:	Ansvar:	Frist:
Gjennomgang av tjenestens nettside og holde denne oppdatert.	Ledergruppen	4 ganger per år/kvartalsvis
Samarbeide med kommunikasjonsavdelingen for utarbeidelse av en årlig kommunikasjonsplan på ulike plattformer. Inkludere frivillige organisasjoner.	Ledergruppen	August hvert år
Informere på fagmøter om arrangementer framover.	Ledergruppen	Alle fagmøter per år
Informere om TryggEst til ansatte og innbyggere (sees i sammenheng med annen kommunikasjon ut til innbyggere)	Alle	Desember 2026

Delmål: Utvide normalitetsbegrepet		
Tiltak:	Ansvar:	Frist:
Samarbeid med kommunikasjonsavdelingen-kommunikasjon (+Språkbruk og begrepsomtale) ut mot innbyggere	Ledergruppen	Kontinuerlig
Språkbruk og begrepsomtale gjennom tjenestens fagmøter	Ledergruppen	Kontinuerlig på alle fagmøter
Implementere MTMR som fagkultur i tjenesten	Ledergruppen	I løpet av mai 2026

Etisk refleksjon for ansatte	Ledergruppen og SME-veiledere	Hver 14.dag
Iverksette bruk av refleksjonsmodellen i samtale med bruker og pårørende	Ledergruppen	Juni 2026

Delmål: Større ansvarliggjøring av innbyggere (sees i sammenheng med normalitetsbegrepet)		
Tiltak:	Ansvar:	Frist:
Tema på avdelingsmøter	Virksomhetsledere	Alle møter
Jobbe mot å få inn punkt om ansvarliggjøring i Dossier, medarbeidersamtaler, intervju og sjekklister 4 (ansvarliggjøring og forventninger)	Ledergruppen	April
Dialog med kommunikasjonsavdelingen for å nå ut	Ledergruppen	Kontinuerlig
Adressere delmålet til under verdensdagen for psykisk helse	Erfaringskonsulent	Oktober

Delmål: Samhandle med familie og nettverk		
Tiltak:	Ansvar:	Frist:
Opplæring og bevisstgjøring av viktigheten av samtykke (dossier, nyansatt/studenthefte)	Leder og fagkoordinator	Juni
Informere brukerne bedre om hvorfor samtykke er viktig.	Tjenesteutøvere	Kontinuerlig
Større involvering av brukere ved kommunikasjon med pårørende	Tjenesteutøvere	Kontinuerlig
Pårørendekafe	Pårørendekontakt	10 ganger i året
Pårørendekontakt for veiledning	Pårørendekontakt	Kontinuerlig

Delmål: Gruppetilbud for å se at man ikke er alene		
Tiltak:	Ansvar:	Frist:
Opprette samtalegruppe for brukere som har hatt et individuelt tilbud som er tilstrekkelig og som skal over i annet tilbud.	Virksomhetsleder	Oppstart des 2026
HUBen: starte gruppesamtaler istedenfor individuelle samtaler	Fagkoordinator, virksomhetsleder, stedlig ansvarlig HUBen	Oppstart jan 2026
Opprette samtalegrupper/kafe for flykninger (info om psykisk helse og det å være flykting)	Leder. Samarbeid med flykningetjenesten, tolketjenesten	Mai
SMIL tilbud til ungdom som er pårørende	Barneansvarlig	Gruppetilbud vår og høst

Hovedmål: Grimstad kommune skal bidra til å tilrettelegge for økt frivillighet

Delmål: Innføre Nyby		
Tiltak:	Ansvar:	Frist:
Delta i regional satsing Nyby	Tjenesteleder	Desember 2026

Delmål: Tilby sambruk av kommunale lokaler til frivillige		
Tiltak:	Ansvar:	Frist:
Videreføre dagens praksis	Tjenesteledere i Psykisk helse og rus og Arbeid og aktivitet	Kontinuerlig
Informere frivillige om mulighet gjennom kommunikasjonsavdelingen	Virksomhetsledere i Psykisk helse og rus og Arbeid og aktivitet	Kontinuerlig
Utarbeide plan for kommunikasjon	Tjenesteleder	Innen juni 2026
Videreformidle innspill til handlingsplan til Frivilligsentralen	Fagkoordinator	Innen aprilr 2026

Hovedmål: Flere skal gjennomføre utdanningsløp

Delmål: Fortsatt tilstedeværelse og deltagelse på Grimstad UngdomsHub og Dahlske vgs.		
Tiltak:	Ansvar:	Frist:
Gruppetilbud, livsmestring	Tjenesteutøvere	Oppstart januar 2026.
Samtaler	Tjenesteutøvere	Kontinuerlig
Delta på utvidet ressursmøte på Dahlske	Tjenesteutøvere	Allerede startet opp

Delmål: Samarbeide med SiA Helse og Studie med støtte		
Tiltak:	Ansvar:	Frist:
Årlig samarbeidsmøte med SiA Helse	Tjenesteleder	August hvert år
Samarbeide med Studie med Støtte	Tjenesteutøvere	Kontinuerlig

Delmål: Være en god opplæringsarena for studenter og lærlinger		
Tiltak:	Ansvar:	Frist:
Ta i mot forventet antall studenter fra UiA (både bachelorstudenter og studenter i videreutdanning).	Alle	Kontinuerlig
Ta imot 1-2 lærlinger hvert år.	Alle	Kontinuerlig

Hovedmål: Flere skal kunne bo trygt og selvstendig i eget hjem

Delmål: Sikre at brukere har boliger som er egnet		
Tiltak:	Ansvar:	Frist:
Hjelpe brukere med å søke om startlån der det er mulig	Boligsosial konsulent	Kontinuerlig
Delta på tildelingsmøter med boligkontoret for å sikre egnethet	Boligsosial konsulent, tjenesteleder og virksomhetsleder sosialambulerende team	Er igangsatt
Gjøre gode kartlegginger på ressurser hos den enkelte	Tjenesteutøvere	Kontinuerlig

Tilby opplæringsarenaer for praktisk bistand	Tjenesteutøvere	Oppstart 2027
--	-----------------	---------------

Hovedmål: Rekruttere og beholde ansatte i tjenesten

Delmål: Gode arbeidstidsordninger		
Tiltak:	Ansvar:	Frist:
Fortsette med kalenderplan for størst mulig påvirkning	Ledergruppen	2 ganger per år
Dialog og samarbeid med tillitsvalgte (HMS møter og godkjenning av turnusarbeid)	Ledergruppen	Jevnlig
Arbeidstidsordninger som eget punkt i medarbeidersamtaler	Virksomhetsleder	Årlig
Fortsette med livsfasepolitikk	Ledergruppen	Kontinuerlig
Sykefraværsoppfølging i tråd med Grimstad modellen	Ledergruppen	Kontinuerlig

Delmål: Legge til rette for faglig vekst		
Tiltak:	Ansvar:	Frist:
Legge til rette for at ansatte kan ta utdanning	Virksomhetsledere	Kontinuerlig
Planlegge for interne fagdager, to ganger i året	Tjenesteleder	Kontinuerlig
Oppfordre til hospitering	Ledergruppen	Kontinuerlig
Bruk av etisk refleksjon i drøftinger med forvaltning og koordinering i vanskelige saker/uenighet	Ledergruppen	Ved behov

Ressurser

Samarbeid med frivillige, sykehus, NAV, politi, fastleger

Bruk av teknologi

Søknader om statlige tilskudd

Måleverktøy

Indikatorer for å måle suksess og fremgang

Antall brukere av lavterskeltilbud

Antall gjennomførte kurs

Brukertilfredshet.

Hyppighet og metoder for rapportering og evaluering

Årlig rapportering til Kommunestyret.

Risikovurdering

Manglende kommunikasjon/formidling

Når ikke frem til målgruppe med kommunikasjon

Lav deltagelse i tiltak

Manglende ressurser økonomi/personell

Manglende frivillighet

Manglende forankring

Interessentanalyse

Interessenter vil involveres gjennom høringer, samarbeidsmøter og ved brukermedvirkning.

Lister over interessenter

Interessent	Deltatt workshop
Ansatte i tjenesten	x
Ansatte i forvaltning og koordinering	x
Ansatte fra Boligkontoret	x
Ansatte fra arbeid og aktivitet	x

Leder for barn, unge og familie	x
Innbyggere (brukere og pårørende av tjenesten)	x
Bruker- og pårørendeorganisasjoner	x
Tillitsvalgt	x
Verneombud	x
Ledere	x
Erfaringskonsulent	x
Frivilligsentralen	x
NAV	x
Politiet	x
Sykehuset	(Invitert)
Folkehelserådgiver	x
FACT	x
Grimstad ungdomshub	x
Kommuneoverlege	(Invitert)
Leder for legetjenesten	x
Politikere	x
Frivillige organisasjoner (f.eks. RIO, Mental Helse, Alarm, LPP, Blå Kors)	x

Kommunikasjonstiltak

Planen og tiltakene skal kommuniseres gjennom kommunens nettside, via nyhetsbrev, folkemøter (hvilke), samarbeidsfora (hvilke) og sosiale medier. Det skal også gjennomføres årlige dialogmøter med brukere og samarbeidspartnere for å sikre forankring og justering.

Avslutning

Gjennom denne handlingsplanen forplikter Grimstad kommune seg til å styrke innsatsen for voksne med psykiske helseutfordringer og rusproblematikk. Planen er et resultat av medvirkning og bygger på et felles ønske om å skape et mer inkluderende, trygt og helsefremmende lokalsamfunn. Ved å sette inn innsatsen tidlig, styrke lavterskeltilbudene og samarbeide tett med

frivillige og pårørende, skal vi bidra til at flere voksne i Grimstad opplever mestring, tilhørighet og bedre livskvalitet. Planen skal være et levende dokument som følges opp gjennom årlige evalueringer og justeringer i tråd med nye behov og erfaringer.

Referanseliste

[Opptrappingsplan for psykisk helse \(2023–2033\) - Helsedirektoratet](#)

[Psykisk helse- og rusarbeid for voksne - nasjonal veileder - Helsebiblioteket](#)

<https://www.grimstad.kommune.no/f/p1/ibcda503b-5c86-4f4e-85b3-0a41d7f088a9/samfunnsdelen-v4.pdf>