

Folkehelsestrategi

2026–2030

Engerdal kommune



Vedtatt av Engerdal kommunestyre: [Dato] 2026.

1.0 Innledning	3
2.0 Kunnskapsgrunnlag	3
2.1 Folkehelseundersøkelsen 2026	4
3.0 Kommunens prioriterte satsningsområder	4
3.1 Mat, selvforsyning og folkehelse.....	5
3.2 Oppvekst og inkludering	9
3.3 Helse og livskvalitet	12
3.4 Aktiv aldring og mestring	15
3.5 Natur, aktivitet og bærekraftige nærmiljø.....	17
3.6 Samisk språk, kultur og tilhørighet.....	20
3.7 Samhandling, felleskap og frivillighet	22
4.0 Gjennomføring og oppfølging	24
4.1 Evaluering og revisjon	25

1.0 Innledning

God folkehelse handler om mer enn fravær av sykdom. Det handler om muligheten til å leve gode liv med trygghet, mestring, tilhørighet og deltakelse. Folkehelse skapes der mennesker lever livene sine – i hjemmet, i barnehagen, på skolen, i arbeidslivet, gjennom frivilligheten og i lokalsamfunnet.

Engerdal kommune har mange sterke folkehelseressurser. Kommunen har en unik natur, sterke lokalsamfunn, høy grad av frivillig engasjement, unike utmarksressurser og en levende sørsamisk kultur. Samtidig står kommunen overfor tydelige utfordringer som avdekkes i kunnskapsgrunnlaget. En markant endring i befolkningsutviklingen med en raskt stigende andel eldre og færre i arbeidsfør alder krever nye løsninger for hverdagsmestring. Lokale data viser også utfordringer knyttet til søvnplager og hverdagsstress blant voksne, ensomhet, utenforskap blant unge, samt behovet for å styrke universell utforming og trafiksikkerhet.

Folkehelsestrategien skal samle og prioritere kommunens innsats innen områder som har stor betydning for innbyggernes helse og livskvalitet. Strategien tar aktive grep for å styrke bolyst og hverdagshels for alle aldersgrupper. Den skal være et grunnlag for videre planlegging, prioritering og samarbeid mellom kommunen, frivillighet, næringsliv og innbyggere.

2.0 Kunnskapsgrunnlag

Folkehelsestrategien bygger på kommunens kunnskapsgrunnlag for 2026 og folkehelseundersøkelsen gjennomført vinteren 2026.

Kunnskapsgrunnlaget viser at Engerdal har mange ressurser som gir gode forutsetninger for god helse. Natur, trygghet, sterke sosiale nettverk, frivillighet, unike utmarksressurser og lokal identitet trekkes fram som viktige kvaliteter.

Samtidig viser utviklingen at kommunen må arbeide aktivt med store strukturelle utfordringer. Demografiske framskrivninger viser at Engerdal får en markant økning i andelen eldre over 65 og 80 år, samtidig som andelen personer i yrkesaktiv alder reduseres dramatisk. Dette gir et kritisk behov for økt fokus på forebygging, tidlig innsats, universell utforming og hverdagsmestring, slik at innbyggerne kan bo trygt i egne hjem lengst mulig.

Psykisk helse, ensomhet, sosial deltakelse og inkludering er sentrale tema. Kunnskapsgrunnlaget avdekker også sårbarheter knyttet til ulykkesrisiko (vilt og vinterforhold) på hovedveiene, samt manglende universell utforming i deler av det fysiske miljøet. Kommunen må derfor legge til rette for trygg infrastruktur, møteplasser og aktiviteter som gir tilhørighet og mestring for alle, uavhengig av funksjonsevne.

Engerdal har også særlige ressurser knyttet til natur, lokal matproduksjon, jakt, fiske og sørsamisk kultur. Disse ressursene gir kommunen unike muligheter til å utvikle helsefremmende tiltak basert på lokal identitet, tradisjonskunnskap og egen beredskap.

2.1 Folkehelseundersøkelsen 2026

Engerdal kommune gjennomførte vinteren 2026 en anonym folkehelseundersøkelse blant innbyggere fra 13 år og oppover. Det kom inn 172 svar. Undersøkelsen gir viktig kunnskap om hvordan innbyggerne opplever helse, trivsel og levevaner.

Undersøkelsen viser at:

- De fleste innbyggerne trives godt i Engerdal.
- Natur, trygghet og tilhørighet er viktige kvaliteter ved kommunen.
- Mange er fysisk aktive og bruker naturen aktivt.
- Flere ønsker flere møteplasser og aktiviteter på tvers av alder og livssituasjon.
- Ensomhet, psykisk helse og stress trekkes fram som viktige områder å arbeide videre med.
- Søvnplager og hverdagsstress er uttalte utfordringer blant den yrkesaktive befolkningen.
- Økonomi, mangel på tilrettelagt transport og avstander er barrierer for deltakelse for enkelte grupper.

Resultatene viser at Engerdal har et sterkt grunnlag for god folkehelse, men at kommunen må arbeide målrettet med inkludering, fellesskap, forebygging, universell utforming og helsefremmende levevaner.

3.0 Kommunens prioriterte satsingsområder

For å møte utfordringene i kunnskapsgrunnlaget og bygge videre på kommunens lokale ressurser, har Engerdal kommune valgt ut syv strategiske innsatsområder for planperioden. Disse områdene skal styre kommunens prioriterings- og folkehelsearbeid de kommende årene.

Hvert innsatsområde er strukturert med:

- **Mål:** Hva kommunen ønsker å oppnå på lang sikt.
- **Strategier:** De overordnede linjene og satsingene for å nå målet.
- **Tiltak:** Konkrete, tidsbestemte og plasserte handlinger som skal gjennomføres i planperioden.

Inkludering, tidlig innsats, universell utforming og fellesskap er gjennomgående prinsipper på tvers av alle områdene for å sikre et bærekraftig og helsefremmende lokalsamfunn.

3.1 Mat, selvforsyning og folkehelse

Kosthold påvirker både fysisk og psykisk helse, livskvalitet og risiko for sykdom. Engerdal har unike ressurser gjennom lokal matproduksjon, jakt, fiske, landbruk og tradisjonell kunnskap.

Kommunen ønsker å bruke disse ressursene mer aktivt gjennom økt bruk av rene råvarer, redusert bruk av ultraprosessert mat og økt kunnskap om matproduksjon og foredling.

I et folkehelse- og beredskapsperspektiv er lokal matproduksjon og kunnskap om konservering med på å redusere kommunens sårbarhet. Samtidig viser kunnskapsgrunnlaget at økonomisk sårbarhet treffer flere husholdninger; økt kunnskap om selvforsyning og bruk av egne utmarksressurser (jakt og fiske) er derfor også et viktig bidrag til sosial utjevning og økonomisk hverdagsmestring.

Mål

Engerdal skal være en kommune som fremmer ren mat, lokal matproduksjon og selvforsyning gjennom kunnskap, praksis og gode valg.

Prioriteringer

- Redusere bruk av ultraprosessert mat i kommunale tjenester.
- Øke bruk av rene råvarer og lokalproduserte ressurser.
- Bruke mat som arena for læring, fellesskap og mestring.
- Styrke kunnskap om dyrking, foredling og matberedskap.

Tiltak	Tidsfrist	Ansvar	Forklaring	Samarbeidende aktør
Lage kommunale retningslinjer for mer bruk av rene råvarer	Juni 2027	Kommunedirektør, sektorledere, Folkehelsegruppe	Utarbeide innkjøpsrutiner som prioriterer rene råvarer når dette er økonomisk og praktisk mulig	
Kartlegge dagens bruk av ultraprosesserte produkter i	Januar 2027	Oppvekst og utvikling, Helse og mestring	Gjennomgå innkjøpsavtaler og menyer på institusjons-	

kommunale kjøkken			og skole/barneha gekjøkken, samt Fjellheimen for å få en baselinje på hvor mye ultraprosesert mat som serveres i dag.	
Utarbeide mål om årlig reduksjon i innkjøp av ultraproseserte produkter	Januar 2028	Oppvekst og utvikling, Helse og mestring	Sette konkrete prosentmål for reduksjon av ultraproseserte matvarer (f.eks. erstatte ferdig supper/sauser med egenproduserte alternativer fra bunnen av).	
Utrede og pilotere skolemat ved EBUS produsert av kommunalt kjøkken	Januar 2029	Oppvekst og utvikling, Helsesykepleier, kjøkkenet på Fjellheimen, kjøkkenet på EHOS	Stortinget vedtok i november 2024 at gratis skolemat skal innføres i 2026, noe som vil gi elever i grunnskolen et sunt og enkelt måltid hver dag. Noe som er ment å forbedre kostholdet blant barn og unge.	Innlandet fylkeskommune, frivillisentra len, Sektorleder helse og mestring,

			<p>Regjeringen må legge frem en plan for hvordan dette skal gjennomføres, inkludert en opptrappingsplan i statsbudsjettet for 2026</p> <p>Engerdal Kommune ønsker å søke midler for å være en pilotkommune, ettersom det ikke er bevilget midler foreløpig over statsbudsjett.</p> <p>Et overordnet mål må være å redusere bruk av plast til emballering.</p>	
Etablere/videreføre dyrkningsprosjekter i kommunale barnehager	August 2027	Engerdal barnehage/Drevsjø barnehage	Gi barna praktisk erfaring med "fra frø til bord" gjennom kjøkkenhager, og bruke dette aktivt i pedagogisk arbeid om kosthold og natur.	Bondelaget

Etablere skolehage/dyrkningsprosjekt på EBUS	August 2028	Engerdal barne- og ungdomsskole	Integrere matproduksjon, jordbruk og bærekraft i fag som mat og helse og naturfag, gjerne i samarbeid med landbruket.	Bondelaget
Utrede og etablere en tilskuddsordning for selvdyrking og kompetanseheving	August 2027	Samfunnsutvikler, folkehelse gruppe	Opprette en tilskuddsordning til innbyggere som ønsker å etablere drivhus/starte med selvdyrking og matberedskap. Søke tilskudd til å arrangere kurs innen dyrking, drivhus, selvforsyning, konservering og matlagring. Søke tilskudd til å arrangere kurs innen foredling av viltkjøtt, fisk og tradisjonsmat.	Innlandet fylkeskommune, Johnsgård turistsenter, andre samarbeidspartnere
Integrere mat og ernæring som tema i folkehelsearbeid, skole og barnehage	Løpende	Samfunnsutvikler/Folkehelse gruppe, Oppvekst og utvikling, Helse og mestring	Utarbeide informasjonsmateriell om kosthold, selvforsyning og	

			matberedskap	
Etablere frøbibliotek på biblioteket	Løpende	Kulturvirksomheten	Et gratis lavterskeltilbud der innbyggere kan låne/bytte frø om våren, dyrke selv, og høste nye frø om høsten for å levere tilbake. Tiltaket stimulerer til lokal matdyrking, økt kunnskap om selvforsyning og skaper en uformell møteplass på tvers av generasjoner.	

3.2 Oppvekst og inkludering

Trygge oppvekstsvilkår, gode relasjoner, inkludering og tidlig innsats er avgjørende for barn og unges helse, trivsel og utvikling. Barn og unge som opplever mestring, tilhørighet og støtte i oppveksten har større sannsynlighet for å lykkes i utdanning, arbeidsliv og samfunnsdeltakelse senere i livet.

Engerdal kommune har over flere år styrket det forebyggende arbeidet gjennom systematisk satsing på tidlig innsats, tverrfaglig samarbeid og utvikling av inkluderende oppvekstmiljøer. Dette arbeidet skal videreutvikles for å sikre at alle barn og unge får mulighet til å utvikle sitt potensial.

Selv om det forebyggende arbeidet i grunnskolealder er styrket, viser kunnskapsgrunnlaget at vi mangler tilstrekkelig tallgrunnlag for å fange opp sårbarhet tidlig nok, blant annet på grunn av lave svartall i nasjonale undersøkelser. Samtidig ser vi en utfordring i overgangen mellom fullført grunnskole og voksenlivet, der andelen unge som står utenfor utdanning og arbeidsliv er markant høyere enn landsgjennomsnittet. Strategien må derfor både tette kunnskapshullene og styrke de unges fremtidsstro og tilhørighet til lokalt arbeidsliv

Mål

Alle barn og unge i Engerdal skal oppleve trygghet, mestring, inkludering og framtidstro.

Prioriteringer

- Fremme psykisk helse blant barn og unge.
- Sikre inkluderende skole- og fritidsmiljø.
- Øke barn og unges medvirkning.

Tiltak	Tidsfrist	Ansvar	Forklaring	Samarbeiden de aktør
Etablere og videreutvikle psykisk helsetjeneste for barn og unge	Januar 2027	Helse og mestring, Oppvekst og utvikling	Sikre et lett tilgjengelig lavterskelltilbud i kommunen, slik at barn, unge og deres familier får rask hjelp uten lang ventetid eller krav om henvisning.	
Videreutvikle skolemiljøteamets arbeid for et trygt og godt skolemiljø	2026-2030	Rektor EBUS,	Systematisk og tverrfaglig innsats for å forebygge, fange opp og håndtere mobbing, utestengelse og ufrivillig skolefravær ved EBUS.	BTI-arbeidsgruppe, skolemiljøteam
Styrke Taco & Temakveld som arena for informasjon, medvirkning og psykisk helsearbeid	Løpende	Ungdomshuset	Bruke ungdomshuset som en uformell og trygg møteplass for dialog om psykisk helse, livsmestring og ungdomsmedvirkning i kommunen.	Helsesykepleier, politi, psykiatrisk sykepleier, med flere.
Gjennomføre lokale kartlegginger av trivsel, tilhørighet og deltakelse blant barn og unge	Hvert 2. år	Koordinator forebyggende barn og ungdom	Utvikle egne lavterskelundersøkelser om trivsel og fritid, samt jobbe målrettet for maksimal deltakelse på	Oppvekst og utvikling, helsesykepleier

			Ungdata i 2027, for å sikre et pålitelig og lokalt kunnskapsgrunnlag.	
Videreføre parkurset/foreldrekurset «Sterkere sammen»	Årlig	Helsesykepleier, psykiatrisk sykepleier og helsekoordinator	Tilby forebyggende samlivs- og foreldrekurs for å støtte opp under stabile og trygge familierelasjoner i en tidlig fase.	Koordinator forebyggende barn og unge
Utvikle kompetanse til å holde foreldrekurset COS-P	2026-2028	Koordinator forebyggende barne- og ungdomsarbeid,	Sørge for at ansatte har sertifisering i <i>Circle of Security (Trygghetssirkelen)</i> , for å kunne tilby foreldreveiledning som styrker tilknytningen mellom barn og voksne, internopplæring og kursing.	Helsekykepleier, sektorledere oppvekst/helse
Samarbeide tettere med frivilligheten for å sørge for at sårbare barn og unge kommer seg til og fra fritidsaktiviteter	Høsten 2026	Koordinator forebyggende barne- og ungdomsarbeid, frivilligsentralen, kultur og integrering	Etablere koordinerte løsninger (f.eks. "kjørebanker" eller bruk av frivillige) som sikrer at spredt bosetting ikke hindrer deltakelse i fritidsaktiviteter.	
Styrke ungdommenes framtidstro og utdanningsambisjoner gjennom tettere kobling mellom skole og arbeidsliv, karriereveiledning	Fortløpende	Rektor Rådgiver ved u-skolken	Styrke samarbeid med næringsliv, hospiteringsmuligheter, "åpen dag" på EBUS der privat og offentlig næringsliv viser og forteller om arbeidsmuligheter og utdanningskrav	Koordinator forebyggende barn og unge
Sikre at kommunale fritidstilbud og	Løpende	Kultur, Koordinator forebyggende	Jobbe aktivt med fysisk tilrettelegging og	Rådet for inkludering og likestilling

arrangementer for barn og unge er universelt utformet og tilrettelagt for deltakelse uavhengig av funksjonsevne.		barne- og ungdomsarbeid	holdningsarbeid i klubber og foreninger, slik at barn med fysiske eller kognitive funksjonsvariasjon er inkluderes i ordinære fritidsaktiviteter.	
--	--	-------------------------	---	--

3.3 Helse og livskvalitet

God helse omfatter både fysisk, psykisk og sosialt velvære, ikke bare fravær av sykdom eller svakhet. God livskvalitet er en verdi i seg selv og fremmer helse, sunne levevaner og styrker motstandskraften i møte med belastninger (FHI 2022).

I Engerdal ser vi at fysisk avstand og spredt bosetting kan forsterke risikoen for ensomhet og sosialt utenforskap. Lokale undersøkelser viser dessuten at en betydelig andel av innbyggerne opplever utfordringer knyttet til søvn, hverdagsstress og økonomisk sårbarhet. Å skape tilgjengelige, uformelle møteplasser og fleksible lavterskeltilbud i hverdagen er derfor avgjørende for å styrke befolkningens psykiske motstandskraft og opplevelse av fellesskap.

Mål

Innbyggerne i Engerdal skal ha mulighet til å leve aktive, sunne og meningsfulle liv.

Prioriteringer

- Fremme gode levevaner.
- Forebygge utenforskap og ensomhet.
- Skape tilgjengelige aktiviteter og møteplasser.

Tiltak	Tidsfrist	Ansvar	Forklaring	Samarbeidende aktører
Styrke kunnskap og oppmerksomhet rundt søvn som en viktig helsefaktor i tjenester rettet mot barn, unge og voksne	Løpende	Helse og mestring, Oppvekst og utvikling	Integrere søvnhygiene i helsesykepleiertjenesten, foreldreveiledning og seniorsamtaler. Etablere lavterskelkurs (f.eks. SOV-kurs)	Ungdomshus, Skole, barnehager, psykiatrisk sykepleier, helsesykepleier, eldrekoordinator, helsekoordinator,

			for voksne og eldre.	Sanitetsforeningen
Markere Verdensdagen for psykisk helse årlig med aktiviteter som fremmer åpenhet, kunnskap og fellesskap	Årlig	Psykiatrisk sykepleier,	Skape synlighet, åpne møteplasser og arrangementer som bidrar til å bryte tabuer rundt psykisk helse i lokalmiljøet.	Frivilligsentralen, Helsesykepleier, Helsekoordinator
Videreutvikle Bondens nettverk som støttearena for psykisk helse og sosial tilhørighet blant landbruksbefolkningen	Løpende	Fagansvarlig landbruk	Sikre oppfølging og lavterskel støttearenaer for psykisk helse og nettverksbygging for en yrkesgruppe med mye alenarbeid.	Psykiatrisk sykepleier, vetrinær, Landbruksstjerner Øst, NAV, Tine produsenttjeneste, Nortura, Røros slakteri, Sokneprest, ØkoRåd, Engerdal Bondelag
Utvikle og synliggjøre lavterskel aktiviteter for fysisk aktivitet og sosial deltakelse	Løpende	Frivilligsentral	Gjøre det enkelt og uforpliktende å delta på enkle fysiske og sosiale aktiviteter i hverdagen.	Engerdal sportsklubb, stedsgrupper, Folkehelsegruppe
Styrke forebyggende arbeid knyttet til tobakk, nikotin og rusmidler	Løpende	Helse og mestring, Oppvekst og utvikling	Gjennomføre holdningsarbeid og forebyggende innsats i skolen, samt tilby røyke-/snusavvenning via helsetjeneste.	Psykiatrisk sykepleier, Helsesykepleier, Jordmortjenesten, Folkehelsegruppe
Kartlegge ensomhet og behov for sosiale møteplasser blant innbyggere, og utvikle målrettede tiltak for grupper som opplever utenforskap eller manglende tilhørighet.	Januar 2028	Folkehelsegruppe	Gjennomføre en målrettet undersøkelse for å avdekke hvem som opplever ensomhet, for så å spisse kommunens og	Eldrekoordinator, Koordinator forebyggende barne- og ungdomsarbeid, NAV, Oppvekst og utvikling, Helse og mestring

			frivillighetens innsats.	
Videreutvikle lavterskel møteplasser og aktiviteter som fremmer sosial kontakt på tvers av alder og livssituasjon.	Løpende	Frivilligsentralen, kultur, samfunnsutvikling	Støtte opp om arenaer der generasjoner møtes naturlig, noe som styrker samholdet og overfører tradisjonskunnskap.	Historielag, barnehage, skole, velforeninger og stedsgrupper, og andre lag og foreninger.
Opprette et formalisert samarbeid mellom NAV, lokale bedrifter og frivilligheten (f.eks. ungdomshuset/frivillig sentralen) for å skape skreddersydde, lavterskel praksis- og arbeidsarenaer for unge voksne i alderen 15–29 år som står utenfor utdanning og arbeid	Januar 2028	Koordinator forebyggende barne- og ungdomsarbeid	Tette gapet for unge voksne som står utenfor arbeid eller utdanning, ved å tilby trygge, lokale mestrings- og praksisarenaer.	Lokalt næringsliv, Oppfølgingstjenesten, NAV, Samfunnsutvikler, Frivilligsentralen, TEPAS
Styrke samarbeid mellom integreringstjenesten og kommunalt og offentlig næringsliv knyttet til språkpraksisplasser	Høsten 2027	Virksomhetsleder + Sektorledere	Initiere til faste språkpraksisplasser, og rutiner for opplæring, spesielt i helse- og omsorgsykker i kommunen.	
Skape lavterskel mestrings- og helsetilbud tilpasset voksne i yrkesaktiv alder (19–70 år), med fokus på søvnhygiene, stressmestring og forebygging av hverdagsplager (f.eks. kvelds åpne kurs eller digitale tilbud via Friskliv).	2027-2030	Folkehelsegruppe	Spørreundersøkelsen viser utbredte søvn- og hverdagsplager i kommunen. Tiltaket gir yrkesaktive voksne praktiske verktøy for stress- og søvnmestring gjennom fleksible tilbud på kveldstid eller	Friskliv

			digitale plattformer.	
Etablere lavterskeltilbud for trening og bevegelse for kvinner i svangerskap og foreldrepermisjon	Januar 2027	Frivillighetssektoren	Etablere lavterskeltilbud for mor-barn-vennlig aktivitetstilbud. Barseltreff med trillegruppe. Søke tilskudd for at treningen skal være like tilgjengelig for alle.	Helsesykepleier, fysioterapeut,

3.4 Aktiv aldring og mestring

Engerdal står overfor en markant demografisk endring med en sterkt stigende andel innbyggere over 65 og 80 år i årene som kommer. For at kommunen skal være bærekraftig, og for at den enkelte skal oppleve god livskvalitet, er vi avhengige av en offensiv satsing på hverdagsmestring. Strategien må rettes mot å forebygge funksjonsfall, sikre riktig ernæring og opprettholde sosial tilhørighet, slik at flest mulig kan og vil bo trygt i egne hjem lengst mulig.

Mål

Eldre i Engerdal skal kunne leve aktive, trygge og meningsfulle liv, med mulighet for deltakelse, mestring og sosial tilhørighet gjennom hele livet.

Prioriteringer

- Fremme fysisk aktivitet, helsekompetanse og gode levevaner blant eldre.
- Legge til rette for sosiale møteplasser og aktivitetstilbud i hele kommunen.
- Styrke forebyggende arbeid knyttet til ensomhet, demens og funksjonsfall.
- Styrke eldre som ressurs gjennom frivillighet, aktivitet og generasjonssamarbeid.
- Øke kunnskap om ernæring, legemiddelbruk og egenmestring.

Tiltak	Tidsfrist	Ansvar	Forklaring	Samarbeidende aktør
Videreutvikle systematisk arbeid med ernæring, fallforebygging og fysisk	Løpende	Fysioterapeut	Sørge for at forebyggende hjemmebesøk og hverdagsrehabilitering har fokus på tidlig innsats mot	Eldrekoordinator, hjemmesykepleien, hukommelsesteam og ergoterapeut

aktivitet blant eldre			underernæring og fallrisiko.	
Kartlegge behov for møteplasser og aktiviteter blant eldre innbyggere	Juni 2027	Eldrekoordinator	Gjennomføre en målrettet kartlegging for å vite hvilke sosiale arenaer og aktiviteter de eldre i de ulike delene av kommunen faktisk savner.	Pensjonistforening en, Frivilligsentralen, eldrerådet
Utvikle og synliggjøre aktivitetstilbud og møteplasser for eldre i hele kommunen	Løpende	Frivilligsentralen	Videreutvikle samarbeid med frivilligheten om besøksordninger, aktiviteter og sosiale fellesskap.	Eldrekoordinator, kultur, Helse og mestring, Sanitetsforeningen , Sportsklubben, Revmatikerforening og pensjonistforening en
Etablere og videreutvikle tilbud som fremmer fysisk aktivitet og sosial deltakelse (gågrupper, styrke/balanse, turgrupper o.l.)	2027-2030	Fysioterapeut	Tilby lavterskel trening (f.eks. "Sterk og stødig") i nærmiljøene for å opprettholde fysisk funksjonsevne.	Ergoterapeut, Sportsklubben, pensjonistforening en, Frivilligsentralen, Sanitetsforeningen , Eldrerådet
Øke helsekompetanse blant eldre gjennom informasjon om kosthold, søvn, aktivitet og legemiddelbruk	Løpende	Eldrekoordinator	Arrangere temamøter og formidle målrettet informasjon om hvordan mestring av søvn, riktig ernæring og trygg medisinbruk gir en bedre hverdag.	Pensjonistforening en, Brann, Frivilligsentralen, Sanitetsforeningen , helse og mestring, fysioterapeut, ergoterapeut, ernæringsfysiolog Tynset sykehus
Legge til rette for generasjonsmøter mellom eldre, barn og unge gjennom skole,	August 2027	Frivilligsentralen	Skape faste arenaer der eldre og barn møtes (f.eks. eldre som ressurspersoner i barnehage/skole eller felles	samfunnsutvikler, Helse og mestring, Oppvekst og utvikling, kultur, pensjonistforening en, Sanitetsforeningen

barnehage og frivillighet			aktivitetsdager) for å overføre tradisjonskunnskap og skape gjensidig glede.	
---------------------------	--	--	--	--

3.5 Natur, aktivitet og bærekraftige nærmiljø

Tilgang til trygge nærmiljøer, natur og gode møteplasser har stor betydning for fysisk og psykisk helse, trivsel og livskvalitet. Friluftsliv og aktivitet i nærmiljøet gir mulighet for mestring, sosial tilhørighet og forebygging av ensomhet og inaktivitet.

Engerdal har unike naturressurser og store muligheter for å bruke naturen som en helsefremmende arena for alle innbyggere, uavhengig av alder, funksjonsevne og bosted.

Bærekraftige nærmiljø handler imidlertid ikke bare om rekreasjon, men også om fysisk trygghet i hverdagen. Med store avstander og gjennomgangstrafikk på riks- og fylkesveger, er systematisk arbeid med trafiksikkerhet, trygge skoleveger og sikring av ulykkesutsatte strekninger en forutsetning for at lokalsamfunnene skal oppleves som attraktive og trygge for bosetting (bolyst).

Mål

Engerdal skal være en trygg, aktiv og bærekraftig kommune hvor naturen brukes som ressurs for helse og livskvalitet.

Prioriteringer

- Tilrettelegge for friluftsliv.
- Utvikle trygge og inkluderende møteplasser.
- Bedre tilgjengelighet til aktivitet og natur.
- Styrke trafiksikkerhet og nærmiljø.

Tiltak	Tidsfrist	Ansvar	Forklaring	Samarbeidende aktør
Utarbeide kommunal trafiksikkerhetsplan med særlig fokus på myke trafikanter, skoleveier og trygg ferdsel.	Desember 2027	Samfunnsutvikling	Strategisk planverk som setter rammer for prioriterte tiltak rundt myke trafikanter, skoleveier og trygg ferdsel i	Innlandet fylkeskommune, Trygg trafikk, Statens vegvesen

			hele kommunen.	
Arbeide for fartsreducerende tiltak i Engerdal sentrum og på utsatte strekninger på Drevsjø.			Aktivt lobby- og samarbeidshandling mot Innlandet fylkeskommune og Statens vegvesen for gang/sykkelveg i Engerdal (sentrum-fotballbana), Drevsjø (Hogstad-krysset), samt fartsreduering og viltsikring på FV26.	Innlandet fylkeskommune, Politiet, Stedsgrupper, næringsliv, Velforeninger
Kartlegge status og behov for universell utforming ved kommunale bygg, uteområder, turstier og nærmiljøanlegg.	Juni 2027	Folkehelsegruppe	Sørge for at sentrumsområder, møteplasser og utvalgte naturområder er fysisk tilgjengelige for alle, herunder rullestolbrukere og syns- eller hørselshemmede, for å sikre reell likestilling og bolyst.	Destinasjon Femund Engerdal, virksomhetsleder kultur og integrering, Rådet for likestilling og inkludering, Ungdomsrådet, Pensjonistforeningen, Eldrerådet, barnehager, skole, DNT, Fjellheimen,
Utarbeide prioriteringsliste for oppgradering av turstier, møteplasser og nærmiljøanlegg.	Oktober 2027	Folkehelsegruppe	Sørge for en systematisk og økonomisk bærekraftig plan for vedlikehold og oppgradering av eksisterende anlegg.	Destinasjon Femund Engerdal, DNT, Stedsgrupper
Etablere årlig aktivitetsdag med fokus på	Årlig	Folkehelsegruppe	Mobilisere innbyggerne gjennom	Jeger og fiskeforening, Frivilligsentralen

friluftsliv, naturglede og fellesskap.			nasjonale markeringer som f.eks. Friluftslivets uke, "Hele Norge båler/bader" for å skape uformelle fellesskap. Gjøre ABC kampanjen kjent i kommunen og søke tilskudd hos ulike aktører for gjennomføring.	, Sportsklubben, Velforeninger, Anno museum, Hytteforeninger, Fylkeskommunen
Videreutvikle attraktive og lett tilgjengelige friluftsliv- og aktivitetsområder i nærmiljøene som appellerer til voksne og barnefamilier	Løpende	Frivilligsentralen, kultur, samfunnsutvikler	(f.eks. oppgraderte stier, gapahuker, lekeplasser, sykkelstier eller lysløyper), for å fremme hverdagsaktivitet og lokal stolthet (bolyst)	Jeger og fiskeforening, Frivilligsentralen, Sportsklubben, Velforeninger, Anno museum, Hytteforeninger
Kartlegge muligheter for etablering av nærturanlegg og aktivitetsområder i tilknytning til grendene.	2028-2030	Grendelag/velforeninger	Sikre geografisk likhet i folkehelse tilbud ved å støtte grendenes egne initiativ til lokale aktivitetsområder.	Samfunnsutvikler, Kultur, Stedsgrupper, Frivilligsentralen
Videreutvikle Røfalla som friluftsliv- og aktivitetsområde.	2026-2029	Arbeidsgruppe for Røfalla	Gjennomføre en helhetlig oppgradering av Røfalla som et fyrtårn for friluftsliv og folkehelse.	

Etablere bedre oversikt og informasjon om turmål, friluftsområder og aktivitetstilbud gjennom digitale og fysiske kanaler.	Desember 2027	Destinasjon Femund Engerdal	Gjøre terskelen for å bruke naturen lavere for både innbyggere, tilflyttere og besøkende gjennom digitale kartløsninger og god fysisk skilting.	DNT, Samfunnsutvikler, Kultur, lokalt næringsliv
--	---------------	-----------------------------	---	--

3.6 Samisk språk, kultur og tilhørighet

Samisk kultur, språk og tradisjoner er en viktig del av Engerdals historie, samfunnsliv og identitet. Engerdal har den sørligste samiske reindriften i Norge, og kommunen har aktive sørsamiske miljøer og innbyggere som viderefører samisk språk, kultur og tradisjoner.

Opplevelse av tilhørighet, anerkjennelse og mulighet til å praktisere egen kultur er viktig for livskvalitet og psykisk helse. Kommunen skal derfor bidra til at samisk språk og kultur synliggjøres, ivaretas og integreres i kommunens tjenester og lokalsamfunn.

Fordi Engerdal huser den sørligste samiske reindriften i landet, har kommunen et særskilt ansvar for å motvirke utenforskap og sikre kulturell trygghet i møte med offentlige tjenester. Siden vi i dag mangler tilstrekkelig datagrunnlag om livskvaliteten og opplevelsen av inkludering blant våre samiske innbyggere, må strategien aktivt bygge ned usynlige barrierer og sikre at sørsamisk identitet er en levende og integrert del av hele lokalsamfunnet.

Mål

Engerdal skal være en kommune der sørsamisk språk, kultur og identitet verdsettes, synliggjøres og ivaretas i tjenester, oppvekstmiljø og lokalsamfunn.

Prioriteringer

- Øke kompetansen om samisk kultur i kommunen.
- Styrke tilbud innen sørsamisk språk og kultur.
- Synliggjøre samisk historie og tradisjoner.
- Samarbeide med samiske miljøer og tradisjonsbærere.

Tiltak	Tidsfrist	Ansvar	Forklaring	Samarbeidende aktører
--------	-----------	--------	------------	-----------------------

Etablere prosjektstilling/prosjektleder for sørsamisk språk og kultur for å koordinere og utvikle satsingen.	Høst 2026	Virksomhetsleder kultur	Sikre dedikerte personellressurser til å drive fram arbeidet med språk, kulturtiltak og koordinering av kommunens samiske satsing.	
Utrede muligheten for etablering av samisk møteplass/språksenter i Engerdal.	Juni 2027	Prosjektleder sørsamisk/kultur	Undersøke organisering, finansiering og lokalisering av en fysisk arena som kan fungere som et regionalt knutepunkt for sørsamisk språk og kultur.	Svahken Sijte, Sametinget, Samisk høgskole
Videreutvikle samisk innhold i barnehage og skole, blant annet gjennom undervisning, aktiviteter og samarbeid med samiske ressurspersoner.	Løpende	Oppvekst og utvikling	Sikre at alle barn i kommunen får kunnskap om sørsamisk kultur, og at samiske barn får oppfylt sin rett til språk- og identitetsaktiviteter.	Virksomhetsleder kultur, rektor, barnehagestyrene, Svahken Sijte
Videreutvikle samisk håndverk som del av kulturskolens tilbud.	Løpende	Kulturskolen	Bevare og videreføre tradisjonell sørsamisk duodji (håndverk/husflid) til nye generasjoner gjennom praktisk opplæring.	Svahken Sijte
Markere samenes nasjonaldag 6. februar bredere gjennom	Årlig	Virksomhetsleder kultur, ordfører	Gjøre feiringen til en felles, synlig markeringsdag	Svahken Sijte

arrangementer og aktiviteter.			for hele kommunens befolkning, med offisielle og folkelige innslag.	
Kartlegge behov for bedre tilrettelegging av samisk språk og kultur i helse- og omsorgstjenestene.	Januar 2027	Helse og mestring	Kartlegge ansattes kompetanse og avdekke behov for tolketjenester eller kulturtilpasning, særlig innen eldreomsorg og psykisk helse.	Svahken Sijte

3.7 Samhandling, felleskap og frivillighet

Sosiale relasjoner, tilhørighet og mulighet for deltakelse er viktige faktorer for god helse og livskvalitet. Fellesskap skapes gjennom møteplasser, frivillig innsats, kultur, aktivitet og samarbeid mellom innbyggere, kommune, næringsliv og organisasjoner.

Engerdal har sterke tradisjoner for dugnad, frivillighet og lokalt engasjement. Dette er en viktig ressurs som må videreutvikles for å forebygge ensomhet, utenforskap og sikre levende lokalsamfunn.

Selv om Engerdal har sterke dugnadstradisjoner, krever endringer i befolkningssammensetningen at vi tenker nytt om inkludering. For å styrke bolysten må vi gjøre det enklere for barnefamilier, yrkesaktive voksne og innbyggere med minoritetsbakgrunn å finne sin plass i det lokale organisasjonslivet. Frivilligheten må videreutvikles som en åpen og inkluderende lavterskelarena som aktivt motvirker utenforskap og bygger broer mellom nye og etablerte engerdøler.

Mål

Engerdal skal være et inkluderende lokalsamfunn med sterke fellesskap, høy deltakelse og gode arenaer for medvirkning.

Prioriteringer

- Styrke samarbeid mellom kommune, frivillighet, næringsliv og innbyggere.
- Videreutvikle frivilligheten som en ressurs i folkehelsearbeidet.
- Skape flere inkluderende møteplasser på tvers av alder, bakgrunn og bosted.

- Styrke inkludering av nyinnflyttede, flyktninger og personer som står utenfor arbeid og aktivitet.

Tiltak	Tid	Ansvar	Forklaring	Samarbeidsaktører
Etablere årlig samarbeidsforum mellom kommune, frivilligsentral, lag, foreninger og næringsliv for å samordne folkehelse- og samfunnsaktiviteter.	Fra 2027	Frivilligsentral	Skape en fast, koordinert møteplass for å unngå dobbeltbooking av arrangementer, dele ressurser og styrke samhandlingen mellom det offentlige og det frivillige.	Samfunnsutvikler, kultur. "Alle med", NAV, Koordinator for forebyggende barne- og ungdomsarbeid
Etablere fadderordning for nyinnflyttede og bosatte flyktninger for å styrke tilhørighet og deltakelse i lokalsamfunnet.	Juni 2027	Folkehelsegruppe/ Ordfører	Koble tilflyttere med lokale kontaktpersoner/faddere. Sette i verk målrettede velkomsttiltak via frivilligheten som gjør det enkelt for særlig voksne og etablerere å bygge nettverk. og skape nye nettverk	
Videreutvikle møteplasser på tvers av generasjoner gjennom kultur-, friluft- og mataktiviteter.	Løpende	Frivilligsentral	Tilrettelegge for uformelle og inkluderende aktiviteter (som felles måltider, kulturdager eller turer) der eldre, voksne og barn møtes og samarbeider naturlig.	Engerdal mottak, pensjonistforeningen, Sanitetsforeningen, Kulturvirksomheten
Årlig kartlegge behov og muligheter for eksterne tilskudd til møteplasser, frivillighetspros	Årlig	Frivilligsentral	Jobbe proaktivt med å søke eksterne midler (f.eks. fra Statsforvalteren, fylkeskommunen eller stiftelser) for	Folkehelsegruppe

jekter og inkluderingsarbeid			å finansiere lokale folkehelse- og inkluderings tiltak.	
Etablere årlig mat- og tradisjonsuke i Engerdal med aktiviteter knyttet til lokalmat, dyrking, jakt, fiske, foredling, håndverk og beredskap.	Årlig	Folkehelsegruppe	Jobbe proaktivt med å søke eksterne midler (f.eks. fra Statsforvalteren, fylkeskommunen eller stiftelser) for å finansiere lokale folkehelse- og inkluderings tiltak.	frivilligsentrene, skole, barnehage, bibliotek, landbruk og næringsliv, lag og foreninger, pensjonistforeningen, Sanitetsforeningen, Stedsgrupper, Femund jakt og fiskeforening, Engeren fiskeforening, Isteren fiskarlag.

4.0 Gjennomføring og oppfølging

Folkehelsestrategien skal være et overordnet styringsverktøy for kommunens langsiktige arbeid med å fremme helse, trivsel og livskvalitet i befolkningen. Strategien skal bidra til at folkehelseperspektivet blir ivaretatt i kommunens planlegging, tjenesteutvikling og samfunnsutvikling.

Gjennomføring av strategien krever samarbeid på tvers av kommunale sektorer, samt tett samarbeid med frivillighet, næringsliv, innbyggere og andre lokale og regionale aktører. Folkehelsearbeid skapes i fellesskap, og mange av tiltakene i strategien ligger derfor utenfor helseområdet alene.

Ansvar for oppfølging av de enkelte tiltakene ligger hos angitte virksomheter og fagområder. Tiltakene konkretiseres, forankres og finansieres gjennom kommunens årlige handlings- og økonomiplan, der det vurderes prioritering, ressursbehov og gjennomføring.

Den tverrsektorielle folkehelsegruppen har en sentral rolle i å koordinere oppfølgingen av strategien, bidra til samarbeid på tvers av sektorer og følge utviklingen gjennom relevante indikatorer og kunnskapsgrunnlag. Gruppens arbeid forankres direkte i kommunedirektørens ledergruppe for å sikre gjennomføringskraft.

4.1 Evaluering og revisjon

Utviklingen innen folkehelseområdet skal følges gjennom tilgjengelig statistikk, folkehelseprofiler, lokale undersøkelser og erfaringer fra tjenestene og lokalsamfunnet.

Strategien skal evalueres årlig for å vurdere:

- om tiltakene gjennomføres som planlagt
- om tiltakene gir ønsket effekt
- om nye utfordringer eller muligheter krever endringer i prioriteringene

Det skal gjennomføres en årlig statusrapportering på tiltakene, som skal legges fram for politisk behandling i november. De kommunale rådene (eldreråd, ungdomsråd og rådet for likestilling og inkludering) skal involveres i evalueringen.

Strategien revideres ved behov, eller minimum én gang per kommunestyreperiode i tråd med rulleringen av kommunens planstrategi.

Engerdal kommune skal gjennom strategien arbeide langsiktig og systematisk for å styrke innbyggernes helse, trivsel og mulighet til å mestre eget liv. Sammen med innbyggere, frivillighet, næringsliv og lokale ressurser skal kommunen utvikle et inkluderende og bærekraftig samfunn med gode oppvekstvilkår, sterke fellesskap og høy livskvalitet.