

HANDLINGSPLAN

FOR STUDENTENES HELSE OG TRIVSEL



Et felles ansvar

Studentenes helse- og trivselsundersøkelse – SHoT 2014 ga oss ny og konkret kunnskap om hvordan HiNT-studentene har det. Dette tar Studentsamskipnaden i Nord-Trøndelag (SiNoT), HiNT og Studentorganisasjonen ved HiNT på alvor. HiNTs fire vertskommuner er også viktige for studentenes helsetilbud. Samhandling, koordinering og bevisstgjøring mellom aktørene er avgjørende for å tilrettelegge for et godt studentliv i Nord-Trøndelag.

Her er tiltakene

Høsten 2014 vedtok Læringsmiljøutvalget ved HiNT en handlingsplan for oppfølging av resultatene fra SHoT-undersøkelsen. I tillegg til tiltak som er felles for hele HiNT, er det nødvendig med målrettede grep på hvert enkelt studiested. Noen tiltak kan iverksettes umiddelbart, mens andre må uredes videre før de når et konkret nivå.

Psykisk helse

Ressursene til psykososial studentveiledning økes. Dette vil si et utvidet tilbud på alle campus.

Den psykososiale veileningstjenesten skal gjøres mer kjent og tilgjengelig gjennom promotering på campus og nett, gunstig romplassering og nettbasert timebestilling.

Samarbeid og kommunikasjon mellom HiNTs studieveiledere og SiNoTs helsetjenester styrkes, slik at studenter i faresonen fanges opp og sendes til rett sted.

SiNoT og HiNT skal bidra til at kommunenes etablerte tjenester, som helsestasjon og fastlegeordning, gjøres kjent blant studentene.

SiNoT skal utrede muligheten for å opprette avtaler med spesialister i psykisk helse i kommunene for raskere tilgang til behandling for studenter med akutte behov.

FAKTA: SHoT 2014

Landsdekkende udersøkelse i regi av samskipnadene for å kartlegge helse og trivsel blant norske studenter.

Et spesielt fokus ligger på psykososiale forhold.

Målgruppen er heltidsstudenter under 35 år med norsk statsborgerskap. Undersøkelsen omfatter 10 samskipnadsområder og 31 studiesteder, tilsvarende 71 % av alle studenter i målgruppen. Datainn-samlingen ble gjennomført 24. februar - 27. mars 2014.

Resultatene viser blant annet at HiNT-studentene har større utfordringer med fysisk helse, trening og vekt enn landsgjennomsnittet, at det er underdekning av psykososiale veiledningstjenester ved HiNTs campuser, og at det er behov for lokale, målrettede tiltak på grunn av til dels store variasjoner mellom de ulike campusene.

Fysisk helse

Synliggjøringen av tilbud om helsestasjons i kommunene skal styrkes, direkte til studentene, men også til fagavdelingene på HiNT.

Det skal opprettes en nettbasert oversikt over helsetilbudene ved hvert studiested. Dette kobles til utviklingen av en ny studentportal på hint.no.

Det skal tilrettelegges for at kommuner og lokale frivillige organisasjoner kan informere studenter om trim- og treningstilbud på campus. Det skal initieres dialog mellom studentrådene og kommuner og frivillige organisasjoner.

Mulighetene for studentrabatt på trening gjennom HiNTs bedriftsidrettsavtale og Aktiv bedrift skal undersøkes.

Synliggjøringen av trenings-tilbud for studenter sponset av SiNoT skal styrkes.

Studiemestring

Kurs i stress- og eksamensmestring skal planlegges og gjennomføres i regi av SiNoT, og i samarbeid med studie-veiledere på HiNT.

Studentrådene skal invveres for å kartlegge behov for andre kurstilbud, og lokale tilpasninger.

Behov for kartlegging av dysleksi blant studentene skal avklares.

Forventninger til undervisning og oppgaver skal avklares bedre ved kvalitetssikring av emnebeskrivelser og informasjon ved studiestart.

Studentsosialt

Fadderordningen skal styrkes. Koblingen til faglig aktivitet i studiestarten, og informasjon om studentelferd skal få en tydeligere rolle.

Alle nye pubvakter på studentkro skal få opplæring i ansvarlig alkoholserving.

FOLKEHELSE



-EN DEL AV LÆRINGSMILJØET

HiNT har vedtatt FOLKEHELSE som et strategisk satsningsområde. SHoT-resultatene utdyper behovet for å integrere folkehelse som en del av læringsmiljøet ved blant annet:

- innarbeiding av folkehelseperspektivet i fag- og studieplaner
- tilrettelegging for økt fysisk aktivitet
- bedre støtte til psykisk helse
- sunn mat i kantine



SiNoT



HiNT