

## Nyhetsbrev - folkehelsearbeid 1/2015

---

Dette brevet går til landets fylkesmenn, fylkeskommuner og kommuner, og inneholder relevant informasjon fra Helsedirektoratet om lokalt folkehelsearbeid. Brevet inneholder ingen bestillinger eller oppdrag.

### Norges sprekeste kommune?

I Oslo har de Sognsvann, i Bergen har de Stoltzekleiven. Små og store lokalsamfunn har sine store og små attraksjoner eller tilbud som sørger for at du og dine får Dine30. Friluftsliv og «nærtur» er landets mest populære arena for fysisk aktivitet, og lett tilgjengelig natur og turterreng er en viktig folkehelseressurs. I Friluftslivets år håper vi flest mulig vil bidra til å vise fram det de har å by på. Ved påsketider starter Friluftslivets års største aktivitetssatsing: «Nå er det din tur!». Målet er å mobilisere flest mulig som «friluftsfaddere», som kan invitere, tilrettelegge og utfordre venner og kjente (og ukjente?) til å prøve friluftslivet. Vi håper flest mulig vil hive seg på og mobilisere i sitt nettverk. De som planlegger lokale arrangementer er velkomne til å benytte Norsk friluftslivs [aktivitetskalender](#).

### Verdens aktivitetsdag – del Dine30

10. mai er Verdens aktivitetsdag. Hensikten med dagen er å sette fokus på fysisk aktivitet – og hvor viktig det er for kropp og sinn. Mange kommuner har hvert år fine markeringer og bidrar til mye lokal entusiasme og oppmerksomhet om temaet. I år oppfordrer vi alle til å «dele Dine30». Mange trenger litt drahjelp for å komme i gang og for mange er det lettere å opprettholde aktiviteter over tid hvis de er en «gjeng» som støtter og heier på hverandre. For kampanjen Dine30 har vi laget et gavekort – en mal – som man kan tilpasse og justere så det passer til sitt bruk. Malen og andre Dine30-verktøy finnes på Helsedirektoratets [Dine30- sider](#). Håpet er at kommunene kan bruke sine nettverk og kanaler til å mobilisere flest mulig til å dra med seg venner og kjente 10. mai – og resten av 2015. Vi har også en utfordring: Helsedirektoratet trenger gode og konkrete forslag til hvordan vi kan videreutvikle Dine30 slik at flere kommuner kan benytte kampanjen til lokale tiltak. Er det noe materiell vi bør lage? Har dere forslag til smarte grep for lokal mobilisering? Send i så fall innspill til [dine30@helsedirektoratet.no](mailto:dine30@helsedirektoratet.no)



## **Folkehelse rapporten 2014: Helsetilstanden i Norge**

«[Folkehelse rapporten 2014](#)» fra Folkehelseinstituttet beskriver helsetilstanden i Norge ved hjelp av eksisterende data og analyser fra mange ulike kilder nasjonalt og internasjonalt. Temaene omfatter blant annet psykisk og fysisk helse, ikke-smittsomme og smittsomme sykdommer, sosial ulikhet i helse, trivsel og helsefremmende forhold, og kjente påvirkningsfaktorer som kosthold, tobakk, fysisk aktivitet, alkohol og andre rusmidler. Folkehelse rapporten kan gi svar på hvor vi står i forhold til de nasjonale målene for folkehelse arbeidet (jf. Folkehelse meldingen *God helse – felles ansvar*), og en indikasjon på hvilke utfordringer og muligheter som venter oss. Rapporten vil også bli brukt i arbeidet med den nye folkehelse meldingen som kommer våren 2015. Folkehelseinstituttet skal utarbeide en slik status rapport hvert fjerde år.

## **Publisering av folkehelse profiler for 2015**

Publisering av folkehelse profiler for kommuner og fylker for 2015 er noe utsatt. Årsaken er at Folkehelseinstituttet i år har måttet legge om systemet for databearbeiding, blant annet for å kunne håndtere publisering av profiler på bydelsnivå som er nytt av dette året. Folkehelse profiler for kommuner ventes klare medio mars, for fylkene ultimo mars og for bydeler i løpet av april. Profilene vil bli nedlastbare på [FHI](#).

## **Tilsyn med kommuners folkehelse arbeid**

Fylkesmannen gjennomførte i siste halvdel av 2014 landsomfattende tilsyn med kommuners folkehelse arbeid. Tilsynet ble rettet inn mot kommuners løpende oversikt over helsetilstand og påvirkningsfaktorer. Det var planlagt tilsyn med folkehelse arbeidet i til sammen 60 kommuner i løpet av 2014. Oppsummerings rapport fra det landsomfattende tilsynet legges fram våren 2015. Rapporter fra det enkelte tilsyn blir fortløpende lagt ut på [Helsetilsynets sider](#).

## **Helsedirektoratet har fått nye nettsider – sjekk lenkene dine**

[Helsedirektoratet.no](#) har fått ny design, nye tjenester og forbedret innhold. Sidene er nå tilpasset mobil og nettbrett. De er lansert i «betaversjon», som innebærer at all funksjonalitet ikke er på plass eller fungerer som ønsket. Det kan også mangle innhold eller være noe som ikke vises helt som det skal. Forbedringer skjer fortløpende, og første oppgradering av funksjonalitet kommer i løpet av mars. Samtidig er også to andre nettstedet lansert: [ehelse.no](#) og [nyemetoder.no](#). Det er satt opp automatisk videresending på de fleste sidene, men omleggingen kan likevel ha ført til at noen lenker til direktoratets sider har blitt brutt. Særlig gjelder det når det er lenket direkte til filer, som f.eks. pdf, doc, xls, ppt.

Vi vil også informere om at vi har endret tittel på «Folkehelse kommune – veivisere i lokalt folkehelse arbeid» til «[Veivisere i lokalt folkehelse arbeid](#)».

**Kontaktperson, nettside:** Rita Lindbak, Helsedirektoratet, webredaktør i

Folkehelse divisjonen. E-post: [webredaksjonen@helsedir.no](mailto:webredaksjonen@helsedir.no)

**Kontaktperson, Veivisere i lokalt folkehelse arbeid:** Herdis Dugstad, avd. Levekår og helse, Helsedirektoratet. E-post: [Herdis.Dugstad@helsedir.no](mailto:Herdis.Dugstad@helsedir.no)

## **Erfaringskonferansen «Kunnskapsbasert folkehelsearbeid – fra lovverk til praksis» Scandic Park Hotell Sandefjord 15.–16. juni 2015**

Helsedirektoratet har igangsatt tre prosjekter for å dokumentere praksis, utvikle metodikk og spre eksempler fra lokalt folkehelsearbeid. Det er fylkeskommunene Østfold, Vestfold og Sør-Trøndelag som er prosjektansvarlige på hhv områdene helsekonsekvensutredning, oversikt over folkehelsen og oppfølging av folkehelse mål i økonomi- og virksomhetsplaner. Et forskningsmiljø er tilknyttet hvert enkelt prosjekt og skal blant annet fremskaffe et kunnskapsgrunnlag på de ulike områdene. Følgende rapport; [Folkehelse fra plan til praksis](#) er utarbeidet av NTNU samfunnsforskning, som er tilknyttet Sør Trøndelag fylkeskommune og prosjektområdet folkehelse mål i økonomi- og virksomhetsplaner.

På erfaringskonferansen 15. – 16. juni vil det bli formidlet praksiserfaringer, casebeskrivelser og presentasjon av forskningen som er gjort i de ulike prosjektene. Målgruppe for konferansen er folkehelseaktører inkludert planleggere i kommuner, fylker og organisasjoner. [Les mer om konferansen](#), og meld deg på innen 4. mai.

**Kontaktperson for konferansen:** Herdis Dugstad, avd. Levekår og helse, Helsedirektoratet. E-post: [Herdis.Dugstad@helsedir.no](mailto:Herdis.Dugstad@helsedir.no)

### **Veileder i tilsyn med miljørettet helsevern**

På oppdrag fra Helse- og omsorgsdepartementet er Helsedirektoratet i ferd med å ferdigstille utkast til veileder for kommunene i deres tilsyn med miljørettet helsevern. Kommunenes ansvar og oppgaver på dette området fremgår av § 9 i folkehelseloven. Målgruppen for veilederen er personell som arbeider med miljørettet helsevern i kommunene. Det er nå ca. 15 år siden det sist ble utgitt veiledere for kommunene til bruk i deres tilsynsarbeid. Endringer som har skjedd siden den tid, både i helselovgivningen og i annet regelverk, samt kommunenes lenge uttrykte behov for en oppdatert og bedre tilpasset veiledning, danner grunnlaget for veilederen som nå sendes på høring til utvalgte instanser. Direktoratet har i denne omgang valgt en begrenset høring til instanser/etater som anses for å kunne ha spesiell nytte eller bli berørt av tilsynsveilederen. Det er imidlertid intet til hinder for at flere som måtte ha interesse av dette arbeidet på forespørsel kan få tilsendt veilederutkastet og gi innspill til dette. Høringen vil foregå i perioden mars – mai 2015. Eventuelle innspill sendes: [postmottak@helsedir.no](mailto:postmottak@helsedir.no)

**Kontaktpersoner:** Finn Martinsen, avd. Miljø og helse. E- post:[finn.martinsen@helsedir.no](mailto:finn.martinsen@helsedir.no) og Morten Frantze, avd. Miljø og helse. E-post: [morten.frantze@helsedir.no](mailto:morten.frantze@helsedir.no)

### **Krafttak for bedre skolemiljø**

Utdanningsdirektoratet, Arbeidstilsynet, Direktoratet for Byggeteknikk og Helsedirektoratet har utarbeidet en kurspakke for kommuner og fylkeskommuner som skal bidra til bedre fysisk skolemiljø i barne, ungdoms- og videregående skoler. Kurset gjennomføres i samarbeid med fylkesmannen og er nå gjennomført i ca. halvparten av fylkene. Målgruppe for kurset er rådmenn og andre representanter for skoleeier, skoleledere og personell som arbeider med drift og vedlikehold av skolene, miljørettet helsevernpersonell og politikere innen skole/oppvekst. Kalenderen for 2015 ser slik ut:

Nordland 18. og 19. mars (Bodø), Troms 20. og 21. mai (Tromsø), Vestfold 2. og 4. juni (Tønsberg), Møre og Romsdal 16. og 17. september (Molde) (dato under vurdering), Rogaland 14. og 15. oktober, Sogn og Fjordane 28. og 29. oktober (Førde)

**Kontaktperson:** Marianne Bjerke, Helsedirektoratet, avd. miljø og helse. E-post: [mabje@helsedir.no](mailto:mabje@helsedir.no)

### **Nye nasjonale anbefalinger for mat og måltider i skolen – ønsker innspill**

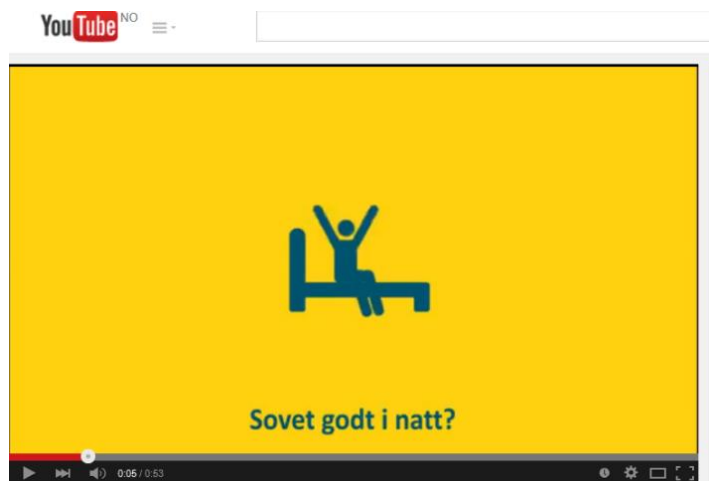
Helsedirektoratet ønsker innspill til utkast til nye nasjonale anbefalinger for mat og måltider i skolen, som vil erstatte Helsedirektoratets «Retningslinjer for skolemåltidet» fra 2003. Det utarbeides egne anbefalinger og tilhørende veiledningsmateriell for henholdsvis barneskole og skolefritidsordning, ungdomsskole og videregående skole. Foreløpig foreligger kun utkast for barneskole/SFO og vgs. Anbefalingene vil utgis i poster-format. Nå ligger de som vedlegg bakerst i veiledningsheftet. Fra 25. februar ligger utkastene her:

<https://helsedirektoratet.no/horinger>. Innspill ønskes sendt til [postmottak@helsedir.no](mailto:postmottak@helsedir.no) innen 25. mars (merkes 14/2474). **Kontaktperson:** Jorunn Sofie Randby, avd. oppvekst og aldring, e-post: [jorunn.sofie.randby@helsedir.no](mailto:jorunn.sofie.randby@helsedir.no)

### **Ungdommer, skjermbruk og søvnproblemer**

En stor norsk studie om sammenhengen mellom søvn og bruk av elektroniske medier ble nylig publisert i BMJ Open. Studien viste at nesten alle ungdommene så på en eller flere skjermer den siste timen før leggetid, og at det er et dose-respons-forhold mellom skjermbruk og søvn. Utstrakt og sen bruk av elektroniske medier øker risikoen for lang innsøvningsstid og kort søvnlengde. En del av forklaringen på dette kan være at elektroniske medier og lyset fra skjermene aktiverer hjernen og påvirker døgnrytmen. Det anbefales å holde seg unna opplyste skjermer den siste timen før leggetid. Les mer om studien om ungdom og søvn på [uni.no](http://uni.no). Se også [sovno.no](http://sovno.no). Årets internasjonale søvndag er fredag 13. mars. Bruk gjerne anledningen til å informere elever ved videregående skoler om sammenhengen mellom skjermbruk og søvn, og gjør gjerne [Helsedirektoratets søvnfilm](#) tilgjengelig.

**Kontaktperson:** Sigrid Skattebo, Helsedirektoratet, avd. forebygging i helsetjenesten E-post: [sigrid.skattebo@helsedir.no](mailto:sigrid.skattebo@helsedir.no)



## Nytt materiell om mat og helse i arbeidslivet tilgjengelig - på bokmål og nynorsk

Måltider spist i løpet av arbeidsdagen har betydning for trivsel, kosthold og helse og kan forebygge sykdom. Folderen « [Nasjonale anbefalinger for mat og drikke i arbeidslivet \(IS-2259\)](#)» og den utdypende brosjyren «[Mat og helse i arbeidslivet. Små grep for å tilby sunn mat og drikke \(IS-2260\)](#)» bygger på Helsedirektoratets kostråd. Materiellet belyser hvorfor og hvordan tilrettelegge for sunt tilbud ved ulike rammevilkår og er beregnet for de som jobber med mat, helse, personalpolitikk og ledelse i arbeidslivet og aktuelle utdanningsinstitusjoner.

**Kontakt:** Hanne Kristin Larsen, avd. Befolkningsrettet folkehelsearbeid, e-post:

[Hanne.Kristin.Larsen@helsedir.no](mailto:Hanne.Kristin.Larsen@helsedir.no)

## Nyttige lenker - folkehelsearbeid

---

- Helsedirektoratet: <https://helsedirektoratet.no/folkehelse>
- Kommunetorget: <http://kommunetorget.no/>
- Folkehelseinstituttet (folkehelseprofiler og kommunehelse statistikkbank):  
<http://www.fhi.no/helsestatistikk/folkehelseprofiler>  
<http://khs.fhi.no/webview/>
- Helse- og omsorgsdepartementet  
<http://www.regjeringen.no/nb/dep/hod/tema/folkehelse.html?id=10877>
- Sunne kommuner:  
<http://sunnekommuner.no/>
- Nyeste utgave av helserådet – nytt om samfunnsmedisin og folkehelsearbeid:  
[http://www.helsebiblioteket.no/samfunnsmedisin-og-folkehelse/helser%C3%A5det/2015/\\_attachment/193820?\\_ts=14bbb279b7a](http://www.helsebiblioteket.no/samfunnsmedisin-og-folkehelse/helser%C3%A5det/2015/_attachment/193820?_ts=14bbb279b7a)