

Nyhetsbrev - Folkehelsearbeid 6/2018



Dette brevet går til landets fylkesmannsembeter, fylkeskommuner og kommuner, og inneholder informasjon fra Helsedirektoratet av relevans for lokalt og regionalt folkehelsearbeid. Brevet inneholder ingen bestillinger eller oppdrag. Kategorier og temaer i nyhetsbrevene varierer.

Neste generasjon forebygging – Bare du

Det er godt dokumentert at mange har intensjoner om et "nytt og bedre liv", men for folk flest er det vanskelig å gjennomføre en varig atferdsendring. Med nye digitale selvhjelpsverktøy er det nå mulig å tilby bedre støtte til dem som ønsker å endre livsstil. Slike verktøy kan bidra til at langt flere lykkes enn i dag.

I januar lanserer vi **Bare du** – en felleskampanje om psykisk helse, fysisk aktivitet, kosthold, alkohol og røyking. Samtidig lanserer vi et nytt nav på [Helsenorge](#) med brukervennlige digitale verktøy som skal gi vesentlig bedre støtte til dem som ønsker å ta grep for helsa si. I denne første fasen har vi klar aktivitetsappen **Gå10**, endringsstøtte-appen **Heia meg** og røykeslutt-appen **Slutta** i ny og oppdatert utgave. Nye verktøy på kosthold, psykisk helse og alkohol-kontroll er under planlegging, og vi legger opp til en langsiktig satsing med nye verktøy og nye funksjoner fortløpende. En referansegruppe med helsepersonell har gitt innspill underveis, og en viktig tilbakemelding er at denne typen verktøy kan gjøre det lettere å ta opp levevaner med pasientene. Fastlegene skal etter hvert kunne gi pasientene en digital "henvisning" til verktøyene, og det kommer bedre muligheter for digital oppfølging.



Følg med – verktøyene blir tilgjengelige fra [Helsenorge](#) og i app-butikkene fra tidlig i januar.

Tilskuddsordningen "Styrking og utvikling av helsestasjons- og skolehelsetjenesten" er utlyst

Det er for 2019 satt av 426 mill. til denne tilskuddsordningen, hvorav 40 mill. er øremerket til styrking av jordmortjenesten i kommunen. Det er forbehold om endringer ved Stortingets behandling av statsbudsjettet. **Søknadsfristen er 14. januar.**

Nytt i regelverket er at søknader fra kommuner som tilbyr praksisplasser til helsesykepleier og jordmor under utdanning, vil bli prioritert. Tidligere prioritering av søknader fra kommuner som har

benyttet de frie midlene til helsestasjons- og skolehelsetjenesten og/eller som har betydelige levekårsutfordringer, videreføres.

Helsedirektoratet har utarbeidet en søknadsveiledning som, sammen med regelverket, må leses nøye før søknaden fylles ut. Informasjon om tilskuddet finner du på [Helsedirektoratet.no](https://helsedirektoratet.no).

Kontaktperson: Janne Oftedal og Siv-Lise Bendixen Stærk, avd. barne- og ungdomshelse.

E-post: janne.oftedal@helsedir.no og sivlise.staerk@helsedir.no



Ny kjønnsnøytral tittel fra helsesøster til helsesykepleier

Helsesykepleier blir ny tittel og erstatter *helsesøster* fra den 1. januar 2019. Se: [Prop. 13 L \(2018–2019\) - regjeringen.no](https://prop.13.l.no), avsnitt 8. Tittelen endres etter forslag fra Landsgruppen av helsesøstre i Norsk sykepleierforbund, og regjeringen har gitt sin støtte til endringen.

Begrunnelsen for endringen er:

- kjønnsnøytral og kort tittel
- gir assosiasjon til lavterskel og til fagkompetansen
- er språklig og juridisk ok og gjenkjennelig
- Differensierende opp mot andre yrkesgrupper og andre sykepleiere.

"Lag din egen lunsj (reklame)" er i gang! Et viktig verktøy for folkehelsearbeid blant ungdom

Konkurransen "Lag din egen lunsj (reklame)" for landets ungdomsskoleelever er nå i full gang. Fram til 8. mars vil elever få mulighet til, gjennom et digitalt verktøy, å lage sunn lunsjmat og selv finne viktige argumenter og budskap, som motiverer til bedre kosthold i skolehverdagen.

Konkurransen kan brukes som et viktig virkemiddel i folkehelsearbeidet – sørg for at ungdomsskoler i DIN kommune deltar!

Konkurransesarrangør er opplysningskontorene i landbruket og Norges sjømatråd, og den er laget i samarbeid med Helsedirektoratet, Elevorganisasjonen, Landslaget for mat og helse i skolen, Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet, Utdanningsforbundet, Kost og ernæringsforbundet (Delta), FUG- Foreldreutvalget for grunnopplæringen, Landsgruppen av helsesøstre NSF, Skolelederforbundet og NHO mat og drikke. Prosjektet er finansiert av Gjensidigestiftelsen.

Link til mer informasjon: www.lagdinegenlunsj.no

Kontaktperson: Silje Thoresen Tandberg, prosjektleder Sunn Ungdomsmat, epost: silje@frukt.no



Ny rapport: Muligheter og hindringer for barn i lavinntektsfamilier

NOVA/OsloMet lanserte 13. desember en kunnskapsoppsummering om konsekvenser av oppvekst i lavinntektsfamilier. Rapporten presenterer forskning som kan sannsynliggjøre og forklare hvordan oppvekst i familier med begrensede økonomiske ressurser påvirker barn og unges livssjanser på kort og lang sikt.

Forskningen omfatter forklaringer innenfor flere felt: familieforhold og samspill i familien, sosial deltagelse og relasjoner til jevnaldrende, kriminalitet, utvikling, utdanning og overgang til voksenroller, helse, helseatferd, nærmiljø og boforhold samt overføring av ulikhet fra voksne til barn. Rapporten kan lastes ned [her](#).





Norges mest brukte "idrettsanlegg" når ikke opp

Den lokale turveien er det viktigste og billigste "idrettsanlegget", og det som har størst potensial for å aktivisere en inaktiv befolkning. Likevel taper slike anlegg gjennomgående kampen om kroner og arealer.

To av tre voksne er for lite aktive, og tur, helst "kortreist" i nærmiljøet, er det folk sier de vil gjøre mer av. Da er det et paradoks at vi ikke prioriterer dette høyere, sier avdelingsdirektør Jakob Linhave i Helsedirektoratet. Les hele rapporten eller kortversjonen på [NMBUs nettsider](#).

Ny nasjonal faglig retningslinje for mat og måltider i barnehagen lansert

[Den nye retningslinjen](#) er et hjelpemiddel for barnehagen som skal bidra til mer likeverdig mat- og drikketilbud. Hensikten er å kvalitetssikre mat og måltider i barnehagen, og å gi ansatte faglig støtte.

Den nye retningslinjen dekker også noen emner som ikke har vært omtalt i retningslinjen tidligere. Disse er:

- Matallergi, matintoleranser og spisevaner
- Bærekraft og miljøhensyn
- Tydeligere krav til sosiale og pedagogiske rammer for måltidet

I tillegg er det utarbeidet refleksjonsspørsmål til hver anbefaling som kan brukes til å finne den beste løsningen for den enkelte barnehage.



Foto: Ole Walter Jacobsen

Oppskriftsheftet Bra mat i barnehagen er revidert og en plakat med oversikt over alle anbefalingene er laget. Disse publikasjonene er trykket opp på nynorsk, bokmål og nordsamisk og sendt ut til alle barnehager, kommuner, fylkeskommuner og nasjonale sentre. [Bra mat i barnehagen](#) og [plakat med oversikt over anbefalingene](#) i retningslinjen finnes også tilgjengelig for nedlasting eller de kan bestilles i Helsedirektoratets webshop-løsning.

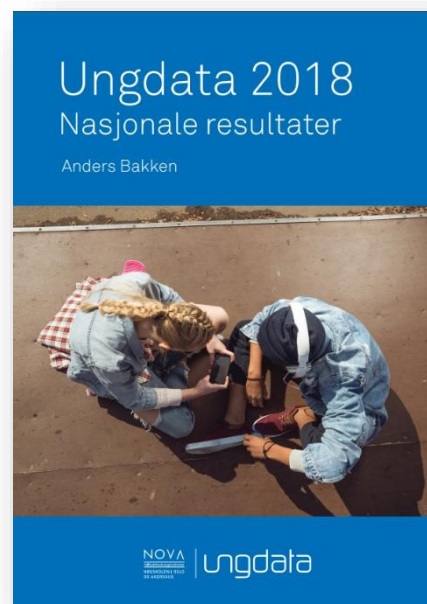
I 2019 blir det arrangert regionale implementeringskonferanser. Først ut er [Bodø 29. januar](#).

Kontaktperson: Eva Rustad de Brisis, Helsedirektoratet, avd. barne- og ungdomshelse.

E-post: eva.rustad.de.brisis@helsedir.no

Ungdata 2018 – nasjonale resultater

[Den sjette nasjonale rapporten med resultater fra Ungdata-undersøkelser](#) foreligger. Årets rapport gir et nasjonalt oversiktsbilde samlet for perioden 2016–2018. Rapporten gir også et grunnlag for å si noe om trender og utviklingstrekk på utvalgte områder – i år også for elever på videregående. I all hovedsak bekrefter resultatene det bildet som tidligere er gitt av norsk ungdom gjennom Ungdata og andre ungdomsundersøkelser, som en veltilpasset, aktiv og hjemmekjær ungdomsgenerasjon. De aller fleste ungdommer trives og er godt fornøyd med foreldrene sine, med vennene sine, med skolen de går på, og med lokalmiljøet der de bor. De aller fleste har en aktiv fritid der sosiale medier, dataspill, trening, organiserte fritidsaktiviteter, skolearbeid og samvær med jevnaldrende preger hverdagen. Flertallet har god fysisk og psykisk helse, og de fleste ser på sin egen framtid med betydelig optimisme. Årets rapport dokumenterer samtidig noen utviklingstrekk som det kan være grunn til å se nærmere på.



Ny frivillighetsmelding er lagt fram: "Frivilligheita – sterk, sjølvstendig, mangfaldig"

Kulturdepartementet la nylig frem ny stortingsmelding om den statlige frivillighetspolitikken, [Meld. St. 10 \(2018–2019\)](#).

Målene for frivillighetspolitikken er:

- 1) Bred deltakelse
- 2) En sterk og uavhengig sektor
- 3) Forenklingsreform
- 4) En mer samordnet frivillighetspolitikk.

Rapporter om rusmiddelforebygging

For å få mer kunnskap om rusmiddelforebygging som del av folkehelsearbeidet har Helsedirektoratet gitt i oppdrag til hhv. Folkehelseinstituttet (FHI) og Kompetansesenter rus, Midt-Norge (KoRus-Midt) om å skrive hvert sitt notat. FHI har utredet hva rusmiddelforebygging i et folkehelseperspektiv er, hva som er ulike risiko- og beskyttelsesfaktorer for rusmisbruk, samt eksempler på forebygging av rusmiddelbruk innenfor ulike samfunnsarenaer. Dette er en teoretisk utlegging av rusmiddelforebygging i et folkehelseperspektiv, med henvisning til relevant forskning nasjonalt og internasjonalt. KoRus-Midt har sett spesifikt på lokalt rusmiddelforebyggende arbeid og kommunenes virkemidler og handlingsrom. Det er særlig lagt vekt på hvordan

rusmiddelforebygging kan integreres i kommuners arbeid med folkehelseoversikt og forankring i planer. Videre presenteres eksempler fra kommuner på rusmiddelforebyggende arbeid.

Rapportene ligger nå tilgjengelig på Helsedirektoratets nettsider:

FHI - [Konseptualisering av rusmiddelforebygging i et folkehelseperspektiv](#)

KoRus-Midt - [Lokalt rusmiddelforebyggende arbeid i et folkehelseperspektiv](#)

Tilskuddsordningen "Aktivitetstiltak for å motvirke ensomhet og passivitet" 2019

Helsedirektoratet vil med dette informere om at tilskuddsordningen «Aktivitetstiltak for å motvirke ensomhet og passivitet» (tidligere Aktivitet for seniorer og eldre) for 2019 er kunngjort på [Helsedirektoratets hjemmeside](#).

Målet med tilskuddsordningen er å motvirke ensomhet og passivitet og å skape aktivitet, deltakelse, sosialt fellesskap og møteplasser. Målgruppen er grupper som står i fare for å oppleve ensomhet, passivitet og sosial tilbaketrekning, fortrinnsvis seniorer og eldre.

Følgende kan søke tilskudd fra ordningen: kommuner, fylkeskommuner, kommunale/fylkeskommunale foretak, stiftelser, organisasjoner. For mer informasjon se regelverket og søkerveilederen som finnes i lenken over.

Søknadsfristen er 8. januar 2019.

Kontaktpersoner: Christina Hildonen og Ellinor Sundseth, Helsedirektoratet, avd. miljø og helse. E-post: christina.hildonen@helsedir.no og ellinor.sundseth@helsedir.no.

Foredragene fra avslutningskonferansen for Nærmiljøprosjektet

I Stavanger 21. og 22. november ble avslutningskonferansen for Nærmiljøprosjektet avholdt.

Folkehelse skapes der vi bor, lever og arbeider. Men hva kjennetegner et helsefremmende og sosialt bærekraftig lokalsamfunn? Hva bidrar til trivsel og livskvalitet? Hvordan kan medvirkning og samskaping bli en naturlig del av lokalt plan- og utviklingsarbeid? Hvordan kan kommuner og utdanningsinstitusjoner samarbeide bedre om kunnskapsutvikling? Hvordan frembringe kunnskap om dette, og ikke bare informasjon?

På nettsiden for konferansen, www.godelokalsamfunn.com, er nå alle foredrag blitt tilgjengeliggjort samt prosjekter fra blant annet fylker og kommuner som deltar i prosjektet.

Kontaktperson: Rolf Hansen, Helsedirektoratet, avd. miljø og helse.

E-post: rolf.hansen@helsedir.no

Revidert anbefaling for måling av hodeomkrets på barn 0-2 år i helsestasjonen

Helsedirektoratet lanserer i januar revidert anbefaling for måling av hodeomkrets på barn 0-2 år. Samtlige anbefalinger i [Nasjonal faglig retningslinje for veiing og måling i helsestasjons og skolehelsetjenesten](#) er under revisjon, men arbeidet med anbefaling for måling av hodeomkrets har blitt prioritert da mange friske barn har blitt henvist til spesialisthelsetjenesten med stor

hodeomkrets. Anbefalt vekstkurve for vurdering av hodeomkrets er endret til vekstkurve fra Vekststudien i Bergen. Revidert anbefaling vil inngå i [Nasjonal faglig retningslinje for helsestasjons- og skolehelsetjenesten](#). Resterende anbefalinger for veiing og måling vil publiseres på et senere tidspunkt.

Kontaktperson: Ida Sophie Kaasa, Helsedirektoratet, avd. barne- og ungdomshelse. E-post: ida.sophie.kaasa@helsedir.no

KONFERANSER OG SEMINARER

Konferanse om program for folkehelsearbeid i kommunene – status og veien videre. Hold av dagene!

Tid: 28.- 29. mars 2019

Sted: Oslo, Gardermoen. Scandic Airport Gardermoen

Program for folkehelsearbeid i kommunene er i 2019 inne i sitt tredje år, og det vil bli arrangert en konferanse for alle landets kommuner og andre interessenter på Gardermoen for informasjon, diskusjon og inspirasjon til videre arbeid.

Ny folkehelsemelding vil være en del av konferanseprogrammet.

Program og mulighet for å melde seg på vil bli tilgjengelig i januar på Helsedirektoratets nettside.

**Divisjon Folkehelse og forebygging ønsker alle
en riktig god jul og et godt nytt år!**



NYTTIGE LENKER – FOLKEHELSEARBEID

- **Helsedirektoratet:**
Folkehelse og forebygging: <https://helsedirektoratet.no/folkehelse>
Folkehelsearbeid i kommunen: <https://helsedirektoratet.no/folkehelse/folkehelsearbeid-i-kommunen>
Veivisere i lokale folkehelse tiltak: <https://helsedirektoratet.no/folkehelse/folkehelsearbeid-i-kommunen/veivisere-i-lokale-folkehelse-tiltak>
Søke om tilskudd: <https://helsedirektoratet.no/tilskudd>
- **Folkehelseinstituttet:**
Folkehelseprofiler og kommunehelse statistikkbank:
<http://www.fhi.no/helsestatistikk/folkehelseprofiler>
<http://khs.fhi.no/webview/>
Diverse - lokalt folkehelsearbeid:
<http://www.fhi.no/helsestatistikk/folkehelseprofiler/folkehelsearbeid-i-kommunen>
- **Helse- og omsorgsdepartementet:**
<http://www.regjeringen.no/nb/dep/hod/tema/folkehelse.html?id=10877>
- **Helsebiblioteket – samfunnsmedisin og folkehelsearbeid:**
<http://www.helsebiblioteket.no/samfunnsmedisin-og-folkehelse/metoder-i-folkehelsearbeidet>
- **Kommunetorget:** <http://kommunetorget.no/>
- **KS - Verktøykasse for strategisk folkehelsearbeid:** <http://www.ks.no/fagomrader/helse-og-velferd/folkehelse/verktoykasse-folkehelse/>
- **Sunne kommuner:** <http://sunnekommuner.no/>
- **Skadeforebyggende forum:** <http://skafor.org/>
- **Statens seniorråd:** <http://seniorporten.no/>
- **Nettverk for miljørettet folkehelsearbeid:** <http://nemfo.no/>