

Nyhetsbrev - folkehelsearbeid 4/2015

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 vil variere.

Folkehelsearbeid på agendaen under Arendalsuka/ nye produkter til bruk i lokalt og regionalt folkehelsearbeid

Gode steder skaper god helse

Sammen med Folkehelseinstituttet deltok Helsedirektoratet med stand og debatt under Arendalsuka. Vi samlet fullt hus i Arendal bibliotek under overskriften «Hvem har ansvaret for folkehelsen?». Debatten **Hvem har ansvaret for folkehelsen?** ble innledet av Camilla Stoltenberg og Bjørn Guldvog som understreket at det i barnehagen og skolen, i nærmiljøet, hjemme, på idrettsbanen, i skogen og i gatene legges grunnlaget for befolkningens helse og trivsel. En god oppvekst reduserer risikoen for en rekke helseutfordringer på kort og på lang sikt.



Spørsmålet om hvem som eier ansvaret ble gitt til ordfører i Arendal Einar Halvorsen og avdelingsleder for Arendal helsestasjon Aslaug Hustadnes samt stortingspolitikere Torgeir Micaelsen (Ap), Kjersti Toppe (Sp) og Kristin Ørmen Johnsen (H).

«Gode steder skaper god helse» var tema på standen. Her ble det fokusert på folkehelseprofilene, sjekkliste for kommuner som vil skape gode nærmiljøer og besøkende ble invitert til å svare på hva som skaper god livskvalitet og helse der du bor (ordsky). I tillegg utviklet Helsedirektoratet en filmsnutt som skal inspirere lokalpolitikere til å sette folkehelse på dagsorden. Det ble også arrangert en workshop, «design the future», for et inkluderende Arendal hvor ungdom trives. Dette var et kreativt verksted for og med ungdom.

Se film, sjekkliste og ordsky [her](#). Dette er produkter som kan benyttes i det lokale og regionale folkehelsearbeidet. Filmen skal også distribueres på Facebook, så følg med!

Kampanjer som starter nå

Manifest mot mobbing 2015 « GJØR EN FORSKJELL »

Manifest mot mobbing-kampanjen 2015 starter denne uken (uke 36) og varer i 4 uker. Manifest mot mobbing 2015 handler om voksne som griper inn, som bidrar til at

vennskapsbånd knyttes, som forebygger mobbing og som vet hva som nytter. Det handler om de profesjonelle voksne og det handler om de voksne som er med barna på fritiden. Kampanjen skal svare på spørsmålet «Hva kan jeg gjøre?» Det handler om å gjøre en forskjell, f.eks. i skolegården, i klasserommet, i barnehagen, på lekeplassen, i nærmiljøet eller på nett.

Et av målene med kampanjen er å gi tips til hva voksne kan gjøre for å skape vennskap og forebygge mobbing. Målgruppene skal involveres mer enn ved tidligere års kampanjer. Mye av innholdet på kampanjesiden (Udir.no) skal skapes av brukerne selv, gjennom at de inviteres til å dele sine egne tips for å skape vennskap, bidra til inkludering og forbygge mobbing.

Fagstoff til de som jobber med barn finnes på kampanjesiden:

- Læringsmiljø i skolen
- Trivsel i barnehagen
- Arbeid mot mobbing
- DuBestemmer
- Dembra
- Foreldremøter
- Gratis fra filmrommet.no
- Lesetips

Bidra gjerne til å spre informasjonen om årets kampanje. **Kontaktperson:** Janne Oftedal, jao@helsedir.no

«Nye» Dine30 – litt friskere og litt frekkere

Dine30 vil fra tidlig i september dukke opp på en skjerm nær deg – og mange vil støte på kampanjen utendørs. Vi har valgt en litt friskere stil i denne runden, og vi tror mange vil



legge merke til det vi forsøker å få fram. Med mye glimt i øyet fortsetter vi der vi slapp. Vi bygger ned terskelen for å komme i gang med mer aktivitet og understreker at «alt teller som fysisk aktivitet». Vi håper kommunene kan fortsette som gode støttespillere og bidra til lokal spredning av budskapene. Vi setter særlig pris på om dere aktivt deler og liker innholdet vi legger ut på facebook.com/dinetrekti. Hver kommune følges av en høy andel av

Du må ikke ha startnummer for å komme i form – det holder å sykle en tur med barna! Hver bevegelse teller. Det er 30 minutter om dagen som gjelder.

innbyggerne og innhold som deles gir god drahjelp. Tips oss også gjerne om morsomme tiltak og aktiviteter som vi kan skape blest om, og ikke nøl med å spørre oss om bistand til lokale kommunikasjons tiltak.

Vi håper årets utgave av Dine30 også gir dere drahjelp til den viktige jobben dere gjør lokalt – og at det blir både morsommere og lettere å satse på lokale tilbud og aktiviteter!

Kontaktperson: Øystein Tveite: oyt@helsedirektoratet.no

Helsedirektoratet lanserer snuskampanje

Helsedirektoratet lanserer en snuskampanje rettet mot ungdom fra 8. klasse til 1. videregående fra **6. oktober** for å øke kunnskap om helserisiko knyttet til bruk av snus og påvirke holdninger knyttet til bruk av snus. Bruk gjerne oppmerksomheten som vil oppstå i forbindelse med kampanjen til å ta opp snusbruk på skoler, foreldremøter, helsestasjon for ungdom og i idrettsmiljøet!

Den store slutt dagen arrangeres **19. oktober**. Planlegg gjerne høstens slutttilbud i tilknytning til denne dagen! Vi oppfordrer vi til lokale aktiviteter for eksempel på kjøpesentre, arbeidsplasser, legekantor, skoler og frisklivssentraler. Helsedirektoratet vil tilby 24-timers støtte til dem som gjør et slutforsøk denne dagen på Røyketelefonen 800 400 85, [Slutta – din røykeslutt på Facebook](#) og via Slutta-appen. Nytt i år er at vi også vil tilby chat på slutta.no

Kontaktperson: Anne.Kathrine.Aambo@helsedir.no

Riksrevisjonens undersøkelse av offentlig folkehelsearbeid

«Det er viktig å styrke systematikken i arbeidet for å kunne møte de store folkehelseutfordringene.»

Dette uttalte riksrevisor Per-Kristian Foss da Riksrevisjonens undersøkelse av det offentlige folkehelsearbeidet ble



presentert i slutten av juni. Riksrevisjonens undersøkelse viser at kommunene er positive til folkehelseloven, og ni av ti mener den har ført til økt satsing på folkehelse lokalt. Undersøkelsen viser imidlertid at mange kommuner ennå ikke har fått på plass et systematisk folkehelsearbeid. Bare 24 prosent av kommunene har foreløpig utarbeidet oversikt over innbyggernes helsetilstand og faktorer som påvirker denne. Godt over halvparten av kommunene har ikke drøftet folkehelseutfordringer og angitt mål og strategier for folkehelsearbeidet i sine kommuneplaner. Hver fjerde kommune har ikke evaluert egne folkehelse tiltak. En av konklusjonene i [rapporten](#) (Dokument 3:11 2014-2015) er at statlige myndigheter bør bidra med tettere oppfølging og tiltak som kan hjelpe kommunene.

Konferanser

Påmelding åpnet til nordisk konferanse om sosial ulikhet i helse 30.

november – 1. desember

Det er nå åpnet for påmelding til konferansen «Sosial ulikhet i helse i Norden – fra kunnskap til handling» som avholdes i FN-byen i København. Målgruppen er politikere, ledere og planleggere på lokalt, regionalt og nasjonalt nivå. På konferansen presenteres ny kunnskap om hva som skal til for å implementere en styrket innsats for møte utfordringen med sosial ulikhet i helse. Konferansen tar utgangspunkt i en felles nordisk rapport som eksperter fra Norden utarbeider til konferansen. Konferansen har et særlig fokus på å dele kunnskap og erfaringer på tvers av de nordiske landene.



Konferansen arrangeres av Sundhedsstyrelsen og KL fra Danmark, Helsedirektoratet og KS fra Norge, Folkhälsomyndigheten og SKL fra Sverige. Les mer om konferansen og programmet [her](#). Frist for [påmelding](#) er 21. september. Antall plasser er begrenset.

Folkehelsekonferansen 26.-27. oktober

Vi minner om Folkehelsekonferansen i oktober (omtalt i forrige nyhetsbrev). Konferansen har tittelen "Det nære friluftslivet". Se nærmere om konferansen og påmelding [her](#).

Friluftslivssamling for fylkeskommuner og fylkesmenn 2.-3. november

Miljødirektoratets årlige friluftslivssamling for fylkeskommunene og fylkesmennene arrangeres i år i samarbeid med Helsedirektoratet og har friluftsliv og helse som et viktig tema. Friluftsliv i nærmiljøet, nærmiljøutvikling og helse og trivsel i plan er noen sentrale stikkord. Samlingen har fokus på utveksling av informasjon og erfaringer til nytte i lokalt og regionalt utviklingsarbeid. Samlingen arrangeres i Trondheim 2.-3. november. Invitasjon med program vil bli sendt ut til fylkeskommunene og fylkesmennene i nærmeste framtid. Embetene vurderer selv deltakelse.

Kontaktpersoner: Miljødirektoratet, Elisabeth Sæthre, Naturavdelingen, e-post:

elisabeth.sathre@miljodir.no og Helsedirektoratet, Heidi Fadum, heidi.fadum@helsedir.no

Helsefremmende levevaner

Ungkost – undersøkelse om barn og unges kosthold starter høsten 2015

Ungkost er en landsdekkende kostholdsundersøkelse blant 4-åringer og elever ved 4.- og 8. trinn. Undersøkelsen gjennomføres 2015-2016. Slik kunnskap er viktig for utforming og

evaluering av folkehelsearbeidet. Helsedirektoratet håper på stor oppslutning om undersøkelsen fra skolene, lærerne, elevene og foreldrene som blir bedt om å delta. Vi ber om at de som arbeider med lokalt folkehelsearbeid bidrar til at undersøkelsen blir godt mottatt. Helsedirektoratet har i eget brev oppfordret skoleledere til å la elevene delta i den kommende Ungkost. Elevene som deltar skal med foreldrenes samtykke fylle ut en web-basert kostdagbok i fire sammenhengende dager. Ungkost er et samarbeid mellom Helsedirektoratet, Mattilsynet og Universitetet i Oslo. Resultatene fra tidligere Ungkost har vært brukt aktivt til å videreutvikle ernæringspolitikken i Norge. **Kontaktperson:** Lars Johansson, Helsedirektoratet, laj@helsedir.no

Abonnementsordningen Skolefrukt - fortsatt mulig for skoler og elver å melde seg på høstsemesteret

Alle grunnskoler kan delta

Foresatte betaler for abonnement og elevene får utdelt Skolefrukt de dagene skolen har bestemt. Det betales bare for de dagene elevene får frukt/grønt. Alternativt kan kommuner/skoler kjøpe inn frukt slik at det blir gratis for elevene. I begge tilfeller blir pris kr. 3,- per frukt eller grønnsak inklusive mva og frakt, og da har staten subsidiert hver enhet med kroner 1,-. Skolefrukt er også et verktøy for å oppfylle deler av myndighetenes retningslinjer for skolemåltidet, som kommer i ny utvidet versjon fra høsten 2015.

Enkelt å administrere

Skolen legger kun inn litt informasjon i starten av hvert semester og mottar automatisk genererte lister over elever som blir påmeldt. Skolene får låne svalskep gratis og elever kan dele ut frukt/grønt til de som abonnerer. **Bli med:** Send en e-post til support@skolefrukt.no eller ring 815 20 123.



Kontaktperson: Prosjektleder for Skolefrukt Tore Angelsen: tore.angelsen@frukt.no

Lenke: <http://www.skolefrukt.no/>

Publikasjoner om mat og helse

Mulighet til å bestille publikasjoner om mat og helse i arbeidslivet (BM/NN)

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.

Les mer og bestill materiellet her (så langt lageret rekker): [Nasjonale anbefalinger for mat- og drikketilbud i arbeidslivet](#) og [Mat og helse i arbeidslivet – Små grep for å tilby sunn mat og drikke.](#)

Kontaktperson: Hanne Kristin Larsen, Hanne.Kristin.Larsen@helsedir.no



Mulighet til å bestille publikasjoner om Sunn mat på farten (for tilbydere og forbrukere)

Mange handler mat på farten som ledd i arbeid, reiser og fritid. Å spise mer fullkorn, fisk, grønt, frukt og bær og mindre mettet fett, sukker og salt er godt for både helse og velvære. Helsedirektoratet har samlet tips til sunne alternativ for tilbydere og brukere av mat på farten. Materialet (IS-0400) kan også brukes i rådgivning.



Brukerønsker og folkehelse på lag: I en kartlegging gjort i 2012, svarer en drøy tredel at helse og sunnhet spiller stor rolle når de kjøper mat i bensinstasjoner, kiosker og/eller fastfoodsteder. Fire av ti ønsker å finne nøkkelhullsvarer på disse stedene (Norstat 2012). Valgfri porsjonsstørrelse og mulighet til å bestemme saltmengden selv er eks på helsefremmende kundeservice.

Les mer og bestill materialet her (så langt lageret rekker): [Små grep for å tilby sunn mat på farten](#). **Kontaktperson:** Hanne Kristin Larsen, Hanne.Kristin.Larsen@helsedir.no

Slutta.no åpner chat for snus- og røykeslutt

Fra 1. september åpner slutta.no chat-tjeneste. Slutta-chatten er et nytt tilbud hvor man får god hjelp av en veileder til å bli snus- og røykfri. Ønsker man fortsatt å bruke telefontjenesten treffes de samme veilederne på telefon (Røyketelefonen) 800 400 85. Pasienter som samtykker kan [henvises](#) til Røyketelefonen. **Kontaktperson:** Bjørn Andreas Bang, Bjorn.andreas.bang@helsedir.no

Slutta-appen i vinden



Appen har passert 350.000 nedlastinger. Appen justeres for tiden, og skal ha åpen kildekode slik at flere land kan få nytte og hjelp til røykeslutt. Det mange ikke vet er at appen også er et verktøy for å slutte med snus, og at den passer for alle aldersgrupper.

Appen er nominert til Digital Communication Awards 2015.

Kontaktperson: Ove Jørgensen, ovj@helsedir.no

Trygge lokalsamfunn – eksempel fra Vestfold

Vestfold viser vei for tryggere lokalsamfunn

Trygge lokalsamfunn står for en systematisk og langsiktig arbeidsmåte som involverer hele kommunen i skade- og ulykkesforebygging. Konseptet blir brukt av kommuner over hele verden. I Norge er Vestfold kommet lengst, ved at hele 9 av 14 vestfoldkommuner arbeider etter denne modellen. I mer enn 10 år har fylkeskommunen støttet opp om kommunenes arbeid. Metodikken og erfaringene fra Vestfold presenteres nå i brosjyren "[Vestfold viser vei](#)". Her formidles resultat av en evaluering av Trygge lokalsamfunnet i Vestfold utført av Transportøkonomisk institutt (2014).



Den viser et løft i det forebyggende arbeidet for kommuner som deltar. Brosjyren presenterer en rekke eksempler på tiltak som er gjennomført i de medvirkende kommunene. Satsingen og motivasjonsheftet er resultat av et samarbeid med Skadeforebyggende forum som har et nasjonalt ansvar for koordinering og utvikling av Trygge lokalsamfunn. I alt medvirker ca 40 kommuner i det nasjonale Trygge lokalsamfunn-nettverket.

Kontaktpersoner: Anne Slåtten, folkehelsekoordinator, Vestfold fylkeskommune, annesla@vfk.no og Eva J Vaagland, daglig leder i Skadeforebyggende forum, Eva.Vaagland@skafor.org

Nyttige lenker - folkehelsearbeid

- Helsedirektoratet:
Folkehelse og forebygging: <https://helsedirektoratet.no/folkehelse>
Folkehelsearbeid i kommunen: <https://helsedirektoratet.no/folkehelse/folkehelsearbeid-i-kommunen>
Veivisere i lokalt folkehelsearbeid: <https://helsedirektoratet.no/folkehelse/folkehelsearbeid-i-kommunen/veivisere-i-lokalt-folkehelsearbeid>
- 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/>
- Sunne kommuner:
<http://sunnekommuner.no/>
- Skadeforebyggende forum: <http://skafor.org/>