

Nyhetsbrev - Folkehelsearbeid 4/2019

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.

12 500 SFO-barn svinger seg inn i matjungelen

Matjungelen er et gratis aktivitetsprogram for SFO/AKS hvor barn får utforske en jungel av mat! Før sommeren åpnet prosjektet nasjonalt, og denne høsten svinger 12 500 SFO-barn seg inn i Matjungelen, fra 115 ulike SFO over hele landet. Her skal barna få leke og lære om matens betydning for kropp og klode. Matjungelen er utviklet av den sosiale entreprenøren Folkelig i samarbeid med Opplysningskontoret for frukt og grønt, Høgskulen på Vestlandet og Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet, på oppdrag fra Helsedirektoratet. Prosjektet er et ledd i oppfølging av Nasjonal handlingsplan for bedre kosthold.

Våren 2019 kom nyheten om at Gjensidigestiftelsen ville bidra med en stor bevilgning til prosjektet, noe som betyr at enda flere barn får delta i Matjungelen fremover. Prosjektet forankres både i skoleledelse og kommune ved påmelding, for å sikre oppfølging av prosjektet over tid. Ny påmeldingsrunde starter høsten 2019.

Les mer om aktivitetsprogrammet på www.matjungelen.no

Kontaktperson: Kathrine Martinsen, prosjektleder i Matjungelen, Gründer i Folkelig.

E-post: Kathrine@folkelig.no



Stor variasjon i deltakelse i Skolefrukt mellom fylkene. Det er plass til flere!

Andel abonnement på Skolefrukt varierer fra 3% til 31% av alle grunnskoleelever i fylkene. Langt flere elever kan få tilgang til frukt/grønnsaker i løpet av skoledagen!

I en landsrepresentativ undersøkelse gjennomført av Norstat i vår på vegne av Opplysningskontoret for frukt og grønt, svarte hele **tre av fire** "enig" i utsagnet: "Jeg mener at grunnskolene bør tilby elevene frukt i løpet av dagen". Dette er i tråd med [Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltider i skolen](#) hvor det heter: «Elevene bør tilbys ordninger som sikrer tilgang til grønnsaker, frukt eller bær daglig». Myndighetene subsidierer Skolefrukt med kr 1,50 pr stk. frukt/grønt og flere kommuner gir gratis skolefrukt. Skolefrukt kan bestilles for hele skoleuken eller for færre dager.



Les om mulighetene og hvordan tilby Skolefrukt på skolefrukt.no.

[Fylkesoversikten](#) angir antall elever (og %-andel) som hadde Skolefrukt i de ulike fylkene.

Skolematkampanje fra Helsedirektoratet

Helsedirektoratet anbefaler at elever bør sikres nok tid til å spise på skolen, minimum 20 minutter, slik at alle får mulighet til å spise i ro, og til de er mette. Men ifølge Utdanningsdirektoratets spørreundersøkelse til skoler og skoleeiere i 2017, får 1 av 3 elever i grunnskolen mindre enn 20 minutter avsatt til skolelunsjen. Elever på mellomtrinnet rammes i størst grad. Hele 46 % av elevene i 5.-7. klasse får mindre enn 20 minutter til skolelunsjen. Derfor setter Helsedirektoratet i uke 33 og 34 fokus på at mange barn ikke får nok spisetid. Vi har laget en ny film om spisetid i lunsjen, og denne filmen egner seg godt til refleksjon i ulike sammenhenger. Vi setter også fokus på hvordan gjøre skolematen enkel og sunn. I kampanjeperioden er vi til stede i sosiale medier, web og PR. Den nye skolematfilmen er også straks tilgjengelig med nordsamisk undertekst.

Dersom dere ønsker å benytte eller videreformidle budskapene våre, er alt [materielt tilgjengelig for nedlasting her](#). Ta kontakt dersom filene ikke er tilgjengelig.

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

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



Matpakketips. Fotomontasje: Madeleine K. Norheim/Helsedirektoratet

Kursledere i mestringskurs – nasjonal oversikt

I FHIs rapport fra 2011 om tiltak for å styrke befolkningens psykiske helse ([Bedre føre var ...](#)), er et av ti anbefalte tiltak at **grupper, kurs og programmer for mestring av angst og depresjon bør være tilgjengelig i alle kommuner**. Siden den gang har Fagakademiet gjennomført flere kurslederkurs i både Kurs i mestring av belastning (KiB) og Kurs i mestring av depresjon (KiD). Rådet for psykisk helse har en god oversikt over de utdannede kurslederne i hver kommune: psykiskhelse.no/mestringskurs

I 2018 kom en oppdatert rapport med vekt på [barn og unges psykiske helse](#)

Kontaktperson: Sigrid Skattebo, Helsedirektoratet, avd. psykisk helse og rus.
E-post: sigrid.skattebo@helsedir.no



Illustrasjon: Anne Fiske

Bli med å støtte Stopptober i år også!

I oktober kjører Helsedirektoratet i gang røykesluttkampanjen Stopptober, for andre år på rad. I fjor var det Stopptober-arrangement over hele landet i hele oktober, med alt fra røykesluttkurs og individuell veiledning til stand på kjøpesenter og PR i lokal presse. Vi håper på like høyt engasjement i år også, og har laget ulikt materiell for helsetjenester og andre som ønsker å gjøre noe selv. Bestill papirmateriell allerede i dag: <https://www.helsedirektoratet.no/tema/tobakk-royk-og-snus/stopptober>, eller last ned digitalt materiell (vil komme på helsedirektoratet.no i løpet av august/september).

Kontakt [Hedda Refsum Schultz](#) for spørsmål om kampanjen.

STOPPTOBER

Gi oss innspill til cannabis-prosjekt

Helsedirektoratet er nå i gang med å planlegge et kommunikasjonsprosjekt om cannabis. I tildelingsbrevet fra Helse- og omsorgsdepartementet for 2019 fikk direktoratet et oppdrag om å "sikre oppdatert og styrket kommunikasjon om cannabis og stoffets skadevirkninger". Vi ser for oss at målet i første rekke vil være å forebygge og hindre nyrekruttering til bruk av cannabis, samt tidlig intervensjon.

Det er vesentlig at prosjektet får et landsomfattende uttrykk. Det kan være utfordrende å kommunisere om temaet, blant annet med en polarisert debatt, mange myter og mange som har mye og ymse kunnskap om temaet. Som et ledd i å involvere relevante aktører, inviterer vi deg som leser dette til å gi oss innspill, synspunkter eller gode ideer. Hvem bør vi nå? Hvilke budskap bør vi nå ut med? Hva er ungdommen opptatt av? Gi oss innspill på e-post til cannabisprosjektet@helsedirektoratet.no innen 20. september 2019.

Nasjonale forventninger til regional og kommunal planlegging 2019-2023

Regjeringen legger hvert fjerde år fram nasjonale forventninger til regional og kommunal planlegging for å fremme en bærekraftig utvikling i hele landet. De nasjonale forventningene skal følges opp i fylkeskommunenes og kommunenes arbeid med planstrategier og planer, og legges til grunn for statlige myndigheters medvirkning i planleggingen.

Forventningene bygger på følgende fire store utfordringer:

- Å skape et bærekraftig velferdssamfunn
- Å skape et økologisk bærekraftig samfunn gjennom blant annet en offensiv klimapolitikk og en forsvarlig ressursforvaltning
- Å skape et sosialt bærekraftig samfunn
- Å skape et trygt samfunn for alle

Regjeringen har bestemt at FNs 17 bærekraftsmål, som Norge har sluttet seg til, skal være det politiske hovedsporet for å ta tak i vår tids største utfordringer, også i Norge. Det er derfor viktig at bærekraftmålene blir en del av grunnlaget for samfunns- og arealplanleggingen. I varetakelse av helsehensyn, herunder motvirkning av levekårsutfordringer og utjevning av sosiale helseforskjeller, er sentralt i bærekraftsmålene og gjenspeiles også i de nasjonale forventningene. Forventningsdokumentet finner du på regjeringen.no.



Nytt opplæringsopplegg for helse- og brannpersonell

Helsedirektoratet og DSB har laget en opplæringspakke til kommunene om brannsikkerhet for risikoutsatte grupper. Primærmålgruppen er helse- og brannpersonell. Pakken består av opplæringsfilmen "En dag i din uniform" og et e-læringskurs.

E-læringskurset gjennomgår mange viktige temaer, blant annet hvordan helse- og omsorgstjenesten og brannvesenet kan samarbeide for at færre skal dø eller bli skadet i brann. I filmen "En dag i din uniform" får du være med Jørgen og Anniken på jobb i henholdsvis hjemmetjenesten og brannvesenet. Filmen gir et innblikk i deres arbeidshverdag og hvordan de sammen kan utrette mye når det kommer til å ivareta brannsikkerheten hos de som er mest sårbare for brann. Filmen, e-læringskurset og annet opplæringsmateriell finner du på [DSBs nettsider](#).

Spørsmål kan rettes til Barbro Hatlevoll i Direktoratet for samfunnssikkerhet og beredskap: barbro.hatlevoll@dsb.no

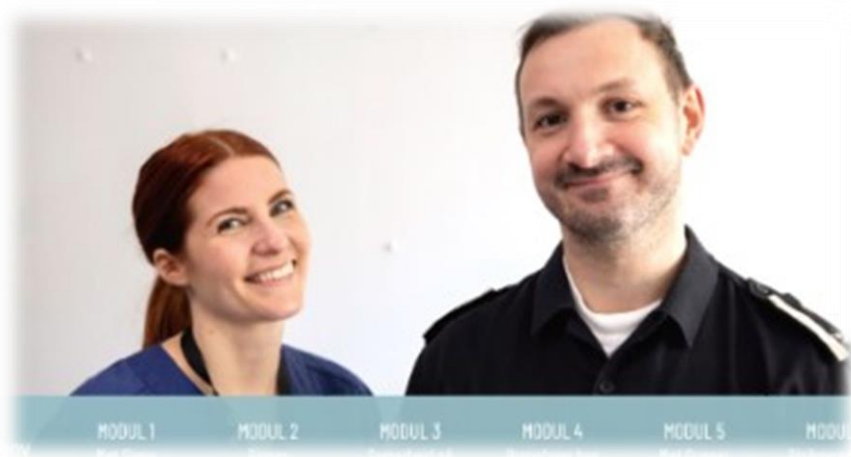


Foto: DSB

KONFERANSER, KURS OG SEMINARER

Folkehelseinstituttet med ny bok om cannabis

Tid og sted: 21. august, kl.12-15, Litteraturhuset i Oslo, Wergeland-salen

Selv om farene ved bruk av cannabis kanskje har vært overdrevet i tidligere tider, betyr det ikke at cannabis er helsekost. Nå kommer Folkehelseinstituttet med ei fersk bok om rusmiddelet. I boka har noen av de fremste norske forskerne på rusmiddelfeltet forsøkt å svare på sentrale spørsmål relatert til cannabis og cannabispolitikk:

Hvordan har synet på cannabis kommet til uttrykk i norsk offentlighet de siste 50 årene? Hva har skjedd og vil komme til skje med den norske narkotikalongivningen? Hvordan har amerikansk narkotikapolitikk påvirket oss? Hvordan virker egentlig cannabis? Hva er korttids- og langtidskonsekvensene av bruk? Cannabis i medisinsk bruk, og syntetiske varianter. Hva har det å si for vårt syn og vår politikk? Hvordan har bruken av cannabis utviklet seg over tid og hvordan har unges holdninger endret seg?

Boklanseringen vil skje under et seminar i samarbeid med Nasjonalt kompetansesenter for samtidig rusmisbruk og psykisk lidelse, Helsedirektoratet og Universitetsforlaget.

Seminaret er gratis og åpent for alle (ingen påmelding). Arrangementet strømmes også på [Folkehelseinstituttets YouTube-kanal](#).

Konferanser om mat og måltider i barnehagen i Trøndelag og Bergen

Konferanse i [Steinkjer 3. september 2019](#).

Konferanse i [Trondheim 4. september 2019](#).

Konferanse i [Bergen 30. oktober 2019](#).

Helsedirektoratet lanserte ny Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltider i barnehagen desember 2018. Nå har turen kommet for implementeringskonferanser i Trøndelag og Bergen.

Vil du vite mer om hva som er nytt i ny versjon av retningslinjen? Hvordan retningslinjen henger sammen med rammeplanen? Hvordan vi kan jobbe for at mat og måltider blir en del av barnehagen sin pedagogisk virksomhet? Da er det bare å melde seg på via lenkene over. Der finner du også mer informasjon om program, tidspunkt og sted for arrangementene. Del gjerne denne informasjonen til relevante personer og nettverk. Konferansene er gratis.

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

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



Foto: Ole Walter Jacobsen

Bli en bedre brobygger! Tverrsektorielt samarbeid for helsevennlig samfunnsutvikling – Fortsatt noen plasser igjen!

Tid og sted: 11. og 12. september, Litteraturhuset i Bergen

Hvordan sette livskvalitet og helse på den politiske og administrative agendaen? Hvordan bygge bro mellom ulike fagmiljøer, for slik å skape økt helse og trivsel i kommunene?

Helsedirektoratet, KS og Sunne kommuner inviterer til et todagers kurs som skal utvikle og styrke ulike kompetanser for å lykkes med samarbeid både innad i kommunen og i lokalsamfunnet for øvrig.

Kurset er for ledere, planleggere, folkehelsekoordinatorer o.l. ansatt i kommuner og fylkeskommuner som ønsker å styrke sine kompetanser i å jobbe tverrsektorielt for en helsevennlig samfunnsutvikling. Det anbefales at hver kommune er representert med minst to deltakere for å øke utbyttet av gruppearbeid og refleksjoner over praksis i kommunen.

Gå til [Helsedirektoratets nettside](#) eller [Sunne kommuner](#) for å lese mer om kurset og meld deg på! Kurset er gratis, men deltakerne må selv betale reise og opphold.

Folkehelsekonferansen 2019 – Livskvalitet og psykisk helse

Tid: 14. -16. oktober

Sted: Radisson Blu Scandinavia Hotell, Holbergs plass, Oslo

I 2019 arrangeres [Folkehelsekonferansen](#) i Oslo 15. og 16. oktober, med forkonferanser mandag 14. oktober. Folkehelsekonferansen arrangerer hvert år av Folkehelseforeningen og årets konferanse arrangeres i samarbeid med Akershus fylkeskommune, Oslo kommune, program Bilfritt byliv og Folkehelseinstituttet. Målgruppen for konferansen er helsepersonell, offentlig ansatte, politikere, studenter, forskere, frivillige og andre med interesse for folks helse, trivsel og levekår.

Tema for de parallelle forkonferansene 14. oktober er:

1. «Prioritering av folkehelse tiltak». Hva er legitime mål og kriterier for prioritering av folkehelse tiltak? Og hvilke forutsetninger må på plass for å kunne prioritere riktig i folkehelsearbeidet? Arrangører er Folkehelseinstituttet, Helsedirektoratet og Universitetet i Bergen
2. «Systematisk folkehelsearbeid i kommunen». Målet med denne forkonferansen er at kommunene skal få mer praktisk kunnskap om hvordan og hva som kreves av et systematisk folkehelsearbeid i henhold til folkehelseloven. Arrangør er Helsedirektoratet.

Påmelding kan gjøres på [Folkehelsekonferansens hjemmeside](#).



Utdanningsdirektoratets årskonferanse om fysisk læringsmiljø i skoler og barnehager 2019.

Tid og sted: 22.-23. oktober 2019, Hotel Scandic
Ambassadeur, Drammen

Årets tema: "Bærekraftige læringsmiljøer"

Skolen og barnehagen som viktige arenaer og møteplasser i lokalsamfunnet for læring, aktivitet, helse og trivsel. Muligheter og utfordringer.

Målgrupper: Eiere og ledere av skoler og barnehager, forvaltere, brukere, planleggere og arkitekter, miljørettet helsevernpersonell og folkehelserådgivere.

Helsedirektoratet samarbeider med Utdanningsdirektoratet om deltemaer på konferansen knyttet til det fysiske miljøet inne og ute i virksomhetene.

Program, annen informasjon og mulighet for påmelding finnes på [Utdanningsdirektoratets nettsider](#).

Kontaktpersoner: siv.marit.stavem@norconsult.com, finn.martinsen@helsedir.no

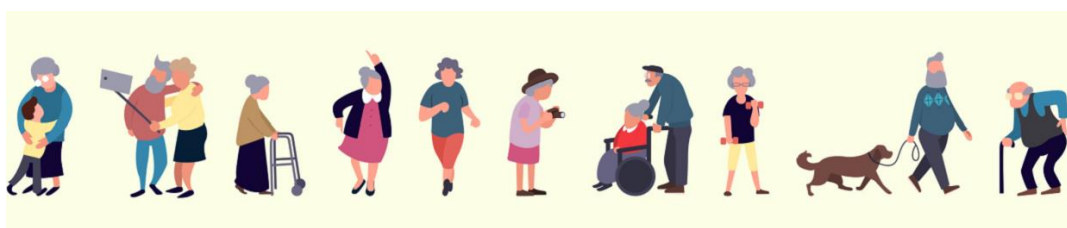
Den sjuende norske kongress i aldersforskning 24.-25. oktober 2019

Den sjuende norske kongress i aldersforskning arrangeres i Oslo 24.-25. oktober 2019. Hensikten med kongressen er å bygge bro mellom personer og fagmiljøer, som arbeider med forskning på og utviklingsarbeid om aldring og eldre. Årets tema er «Aktiv aldring». Her vil det presenteres problemstillinger og erfaringer over et bredt spekter fra helsevitenskaper og psykologi til samfunnsvitenskaper og kulturfag. På programmet står blant annet aldersvennlige samfunn, betingelser for en god alderdom, biologisk aldring, sosial ulikhet, yrkesaktive eldre og norske aldringsstudier. I anledning kongressen arrangeres det et åpent kveldsmøte 23. oktober på OsloMet, som er gratis og åpent for alle. Folkehelseinstituttet, Aldring og helse, OsloMet, Helsedirektoratet og Norsk selskap for aldersforskning er arrangører.

For mer informasjon om kongressen og påmelding, se [FHI](#).

Kontaktperson: Eva Irene Holt, Helsedirektoratet, avd. global helse og dokumentasjon.

E-post: eva.irene.holt@helsedir.no



A poster for the conference 'Bærekraftige læringsmiljøer' (Sustainable Learning Environments). The poster features the logo of Utdanningsdirektoratet at the top left. The title is in green, and the subtitle is 'Hvordan planlegge og utforme barnehager og skoler for de neste generasjoner?'. Below the title is a photograph of a modern, bright interior space with a large curved wooden structure. At the bottom, there are three portraits of speakers: Ulrika Åkerlund, Bjørn Bolstad, and Bodil Bøjer. To the right of the portraits is a green box with the dates 'Tirsdag 22. og onsdag 23. oktober 2019 Drammen'. The website 'udir.no' is at the bottom right.

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://www.helsedirektoratet.no/faglige-rad/lokale-folkehelse tiltak-veiviser-for-kommunen>
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/>
- **Nettverk for miljørettet folkehelsearbeid:** <http://nemfo.no/>