



## INNSPILL TIL FOLKEHELSEMEDLINGEN

Stiftelsen SOR er glad for at folkehelseministeren vil løfte utfordringene med blant annet lav fysisk aktivitet, psykiske lidelser, usunt kosthold, overvekt og store sosiale forskjeller i helse og levekår, i en egen folkehelsemelding.

**For å lykkes i arbeidet med å forbedre folkehelsen er det viktig å ha et særskilt fokus på de gruppene hvor helseutfordringene er størst. Mennesker med utviklingshemming er en av disse gruppene.**

Mennesker med utviklingshemming har både dårligere fysisk og psykisk helse enn resten av befolkningen. Mange utviklingshemmede har livsstilsrelaterte sykdommer, og de har en økt forekomst av overvekt og fedme. Utviklingshemmede er mindre fysisk aktive, de faller i stor grad utenfor fellesskapet i dagens samfunn, og de har begrenset tilgang til fritidsaktiviteter og muligheter til å reise på ferie sammenlignet med resten av befolkningen. I tillegg har et økende antall av personer med utviklingshemming ingen form for aktivitet på dagtid.<sup>i</sup>

Vårt viktigste innspill til folkehelseministeren er derfor at **meldingen må ha et eksplisitt fokus på utviklingshemmede.**

Dersom man ikke eksplisitt inkluderer utviklingshemmede i overordnede politiske mål, og i generelle ordninger og tiltak, og dersom man ikke iverksetter konkrete tiltak som er utformet for å ivareta utviklingshemmede, blir denne gruppen glemt og de sosiale ulikhetene øker ytterligere.<sup>ii</sup> Det må derfor komme tydelig fram av meldingen at og på hvilken måte overordnede mål og tiltak også gjelder for utviklingshemmede.

I tillegg til vårt hovedinnspill har vi seks forslag til konkrete folkehelseiltak.

**Besøksadresse:**

Bentsebrugata 16A  
0476 Oslo

**Postadresse:**

Stiftelsen SOR  
Postboks 12 Torshov  
0412 Oslo

**Fakturaadresse:**

Stiftelsen SOR  
c/o ASR Accounting AS  
Rakkestadveien 1  
1814 Askim



## 1. Styrk temaet utviklingshemming innenfor helsefagutdanningene

Til tross for at mange utviklingshemmede i større grad enn resten av befolkningen er avhengig av helsetjenester, er det lite kunnskap om utviklingshemming innenfor aktuelle helsetjenesteutdanninger. For at utviklingshemmede skal kunne få et likeverdig helsetilbud, må temaet utviklingshemming styrkes innenfor helsefagutdanningene. Både helsedirektoratet og den norske legeforening har understreket viktigheten av en satsing på kompetanse om utviklingshemming i grunnutdanningene til leger, tannleger, sykepleiere, og andre yrkesgrupper som ofte jobber med personer med utviklingshemming.<sup>iii</sup> Opplæringen må inkludere psykisk helse.

## 2. Statlige retningslinjer for ferie og fritid

Det bør utarbeides statlige retningslinjer for ferie og fritid. I enkelte kommuner må utviklingshemmede som bor i bofellesskap, og som trenger ledsagere, også betale reisen til flere ledsagere som skal gå turnus (inkludert nattevakt). I tillegg kan de måtte få beskjed om å betale for vikar i bofellesskapet. Dette gjør at en ukes ferietur kan komme til å koste 100 000 kr, og hindrer naturligvis mange fra å reise. Utviklingshemmede har rett til å ikke bli diskriminert og være likestilte. Årsaken til at det blir så dyrt er at personen har en funksjonsnedsettelse, og dette kan derfor vanskelig klassifiseres som noe annet enn diskriminering. Myndighetene må i statlige retningslinjer for ferie og fritid avklare hva som utgjør diskriminering og som dermed vil være ulovlig.

I arbeidet med å utvikle retningslinjene må myndighetene undersøke og ta initiativ til å endre regelverk som hindrer utviklingshemmedes muligheter for ferie. Fagforeningene må trekkes inn i arbeidet slik at man får til gode turnusordninger.

Retningslinjene må vise hvordan man sikrer en best mulig praksis, og bør bygge på eksisterende eksempler på gode ordninger. Retningslinjene bør også fremheve kunnskap om at gode og likeverdige ferieordninger for utviklingshemmede kan ha mange positive ringvirkninger for eksempel på den enkeltes livskvalitet, helse, personlig utvikling/læring, selvbestemmelse, samhold, inkludering og deltakelse.

## 3. Inkludering og tilrettelagte aktiviteter

Utviklingshemmede er en sårbar gruppe som har særlige utfordringer med å nyttiggjøre seg miljø- og folkehelseiltak. De kan ofte være avhengig av at det legges spesielt til rette for at de kan delta på linje med andre. Folkehelseiltak i kommunen må tilrettelegges også for personer med utviklingshemning. Lag og foreninger bør stimuleres til å ta et større engasjement i å også inkludere personer med utviklingshemning i sine tilbud. Kommunen må støtte opp om arbeidet med å stille både ressurser og anlegg til rådighet.

Kommunenes generelle forpliktelser med å sørge for universell utforming er av stor betydning også for at alle mennesker skal kunne benytte seg av folkehelseilbudet. Videre

er det viktig å være bevisst på at personer med utviklingshemning kan være en ressurs i folkehelsearbeidet.

#### **4. Tilrettelagt informasjon og opplæring**

Utviklingshemmede kan ha redusert helseinformasjonsforståelse. Informasjon og opplæring må tilpasses personer med utviklingshemning, slik at de får en høyere kompetanse på disse temaene og selv kan bli bedre i stand til å ta tak i egen helse. De bør få målrettet og lettlest informasjon, og god veiledning.

#### **5. Kompetanseheving i tjenestene for personer med utviklingshemming**

Kunnskap om hvordan man tilrettelegger for et mer aktivt og deltagende liv bør prioriteres høyere. De som jobber med personer med utviklingshemming bør få bedre kompetanse om fysisk aktivitet og ernæring. Tjenesteytere må bli gode til å motivere og legge til rette for gode og sunne valg. De som jobber og bor i bofellesskap må oppfordres til å oppsøke og delta mer på de folkehelseaktivitetene som allerede eksisterer i sine nærmiljøer, i samsvar med de utviklingshemmedes egne ønsker. Ansatte på bofellesskap bør samarbeide med ernæringsfysiologer som kan gi veiledning i sunt kosthold til både ansatte og beboere.

Et stort problem i tjenestene til utviklingshemmede er imidlertid at svært mange av de ansatte er ufaglærte og derfor ikke har kompetanse på fysisk aktivitet, ernæring, og hvordan man legger til rette for et mer aktivt og deltakende liv. Et generelt kompetansekrav om relevant helse- og sosialfaglig utdanning for de som skal jobbe i tjenestene til utviklingshemmede vil derfor også være et viktig folkehelseiltak. Vernepleiere, for eksempel, har – i tillegg til helsefaglig kompetanse – særlig kompetanse på tilrettelegging og deltakelse for funksjonshemmede.

#### **6. Koordinering og tverrfaglighet**

Mange idrettslag jobber med og er gode på å inkludere funksjonshemmede, men deltakelsen kan likevel utebli på grunn av manglende støtte til transport til og fra aktiviteten og manglende informasjon og assistanse til den enkelte funksjonshemmede. Bedre koordinering og informasjon fra kommunens sine når det gjelder transport- og støttekontaktordninger og bruk av brukerstyrt personlig assistanse vil gi bedre muligheter for deltakelse. Kommunene har allerede en plikt til å koordinere velferdstjenester, men det skorter på gjennomføringen.<sup>iv</sup> Skal koordinering bli en realitet, må det settes av ressurser, tidsmessig, faglig, og økonomisk.

Som et ledd i koordinering av tjenester til utviklingshemmede må man etterstrebe en større tverrfaglighet og legge til rette for samarbeid med fysioterapeuter, idrettspedagoger og ernæringsfysiologer. Dette er et svært viktig tiltak for å bedre folkehelsa til utviklingshemmede.

Vi takker for muligheten til å gi innspill, og bidrar gjerne i det videre arbeidet.



Stiftelsen SOR

Med vennlig hilsen

Kjersti Skarstad

Seniorrådgiver  
PhD statsvitenskap

Jarle Eknes

Daglig leder  
Spesialist i klinisk psykologi/habilitering

---

<sup>i</sup> Se NOU 2016:17 «På lik linje. Åtte løft for å realisere grunnleggende rettigheter for personer med utviklingshemming».

<sup>ii</sup> NOU 2016:17, Skarstad (2018) "Realizing the human rights of persons with disabilities. From political ideals to political practices." Doktorgradsavhandling.

<sup>iii</sup> Helsedirektoratets og Den norske legeforskningshøringsvar til NOU 2016:17, <https://bit.ly/2CLPYz2>

<sup>iv</sup> NOU 2016:17.