



## Innspill til ny Folkehelsemelding

### Kunnskapsutvikling

- Det er viktig at folkehelsemeldingen fokuserer på kvalitet, kunnskapsutvikling og forskningsbasert kunnskap om helsefremming og forebygging. For å sikre kvalitativt god folkehelseinnsats bør FOU-ene, fylkeskommunen og kommunene være tett knyttet sammen. Fylkeskommunene vil kunne ha en viktig rolle som fasilitator for et slikt samarbeid. Kommunene må selv ta eierskap til hvilke kunnskap som må utvikles. Fylkeskommunen kan ha en vesentlig rolle i å knytte kommuners og FOU-ers kunnskapsutvikling sammen og gjøre den tilgjengelig.

### Fylkeskommunens rolle

- Fylkeskommunens rolle i folkehelsearbeidet må løftes frem. Folkehelsearbeidet i kommunene må være tverrsektorielt. I praksis er dette ikke alltid like lett. Fylkeskommunens særstilling innenfor folkehelsearbeidet som en instans utenfor kommunen uten innsigelsesmyndighet eller tilsynsansvar, er nyttig som en støttespiller med «utenfra-blikk» som kan bistå kommunene med støtte, koordinering, rådgivning og ved å være en kunnskapsutvikler.

### Utvidelse av normalitetsbegrepet innen psykisk helse

- Ungdataundersøkelsen viser at prosentandelen av unge som rapporterer om psykiske plager øker og er svært høy. Derfor må fokuset på å forebygge psykiske vansker fortsatt prioriteres. På samme tid bør folkehelsemeldingen ta initiativ til at normalitetsbegrepene utvides og realitetsorienteres. I den velmente prosessen med å fjerne tabuene omkring psykisk sykdom, har det oppstått en slagside hvor enhver form for følelsesmessig ubehag kan identifiseres med psykiske plager. Det er mye god psykisk helse i å *tenke* at man er frisk og har friske reaksjoner på livets utfordringer, samtidig som det er tyngende for psykisk helse å *tenke* at man har psykiske vansker. Ved å fokusere på det normale kontinuumet mellom lykke og ulykke i livet, vil man i seg selv fremme folkehelsen, og personer med patogen psykisk helse vil være lettere å identifisere og hjelpe.

### Livsmestring på alle livets arenaer

- Det er vedtatt at livsmestring og folkehelse skal inn i skolens nye fagplaner. Folkehelsemeldingen bør synliggjøre at livsmestring er noe man lærer og trener på, på *alle* livets arenaer. Trygge og gode oppvekstvilkår er det beste grunnlag for livsmestring og god folkehelse. Foreldre og familie har et hovedansvar for å bidra til at barn og unge får gode og trygge oppvekstvilkår. Livsmestring må ikke reduseres til å definere livets utfordringer og fallgruver, men bør løftes frem som summen av alle erfaringer vi gjør oss og som ruster oss til livet. Livsmestring er både evne til å få og beholde en jobb, evne til å takle avvisning og sorg og det er evnen til å styre personlig økonomi, samt mye mer. Ved å fokusere på denne brede definisjonen av livsmestring, ville man forhåpentligvis mobilisere brede lag av befolkningen til å bli bevisst egne styrker som man videre

kan dele med folk rundt seg. Dette gjelder på alle arenaer, som f. eks i barnehagen, i skolen, på arbeidsplassen, i turgruppa, på idrettslaget og rundt middagsbordet.

### Fokus på ressurser

- Folkehelsemeldingen må fortsette å fremme et ressursfokus. Både i møte med mennesker med og uten diagnoser, bør hovedfokuset være hva som finnes av ressurser og kapasitet i den enkelte og benytte dette til å bygge helse. Helse er ikke synonymt med fravær av sykdom; verken på individ- eller samfunnsnivå. Samfunnet må legge til rette for at enhver kan oppleve mening, tilhørighet og mestring, uavhengig av sosial bakgrunn, helse eller alder.

### Utjevning av sosial ulikhet

- Den sosiale gradienten i helse er fortsatt svært tydelig. Folkehelseverdien av utdanning, arbeid og deltakelse må løftes frem. Kunnskapsutvikling om tiltak som fremmer dette bør stimuleres. De universelle arenaene er spesielt egnet til å fremme likhet, og bevisstheten om at slike arenaer er *mer enn* skole og barnehage er viktig. Som eksempler kan nevnes idrettslag, kulturarenaer og religiøse foreninger som også kan være gode universelle arenaer for å skape tilhørighet og utjevne sosial ulikhet.

### Samskapende, innovativ helsefremming

- Reell samskaping er fortsatt utfordrende, men av avgjørende betydning for å finne helsefremmende innovasjoner. Mange gode folkehelse tiltak fungerer best for de som allerede har en god helse, men i mindre grad for marginaliserte grupper. Ved at kommuner og sivilsamfunn i større grad og i fellesskap gis tillit og rom til selv å utmeisle sine folkehelse tiltak, (jmf Program for folkehelse) vil det legges grobunn for folkehelse tiltak med bredere nedslagsfelt. Folkehelsemeldingen bør løfte frem empowerment på samfunnsnivå, både fordi det har helsefremmende effekt i seg selv og fordi det vil skape bedre universelle, helsefremmende tiltak.