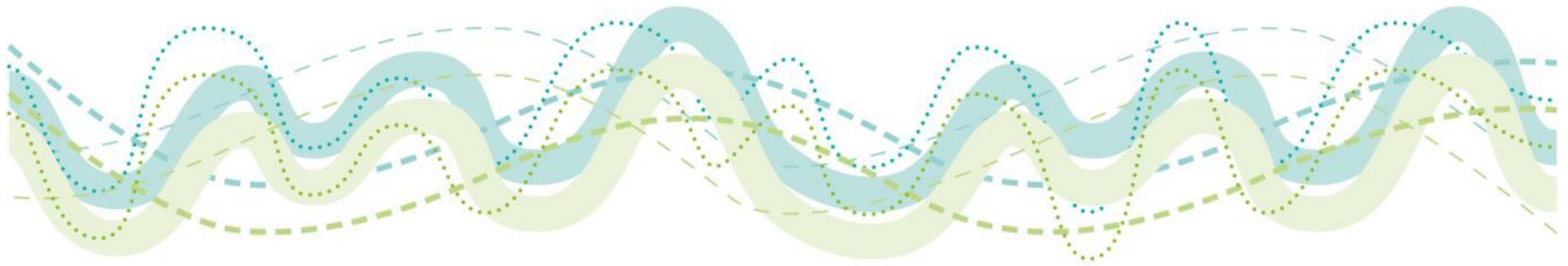


Om Helsedirektoratet

Fagdirektorat og myndighetsorgan underlagt Helse- og omsorgsdepartementet



Helsedirektoratets samfunnsoppdrag

Helsedirektoratet skal styrke hele befolkningens helse gjennom helhetlig og målrettet arbeid på tvers av tjenester, sektorer og forvaltningsnivå.



Helsedirektoratets roller

Helsedirektoratet utfører sitt oppdrag med utgangspunkt i rollene som

- **Faglig rådgiver**
- **Iverksetter av vedtatt politikk**
- **Forvalter av lov og regelverk innenfor helsesektoren**

Mål

**Folkehelse og
forebygging først**



**God dialog og
medvirkning**



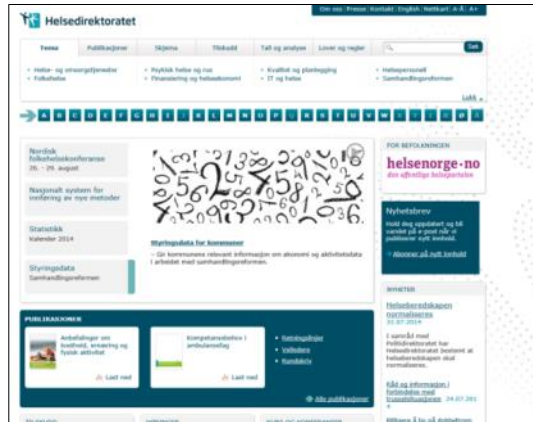
**Fremme kvalitet og
pasientsikkerhet**



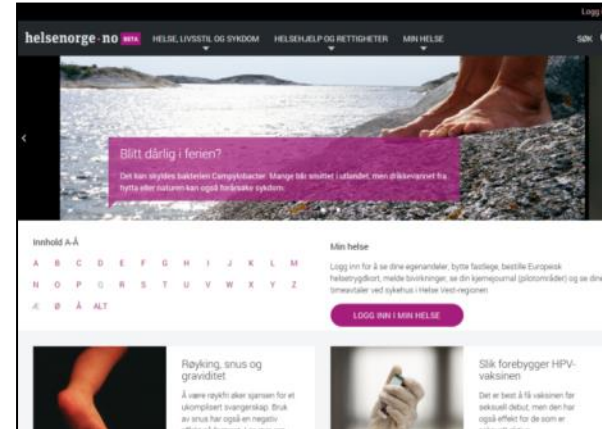
**Lærende og effektiv
organisasjon**



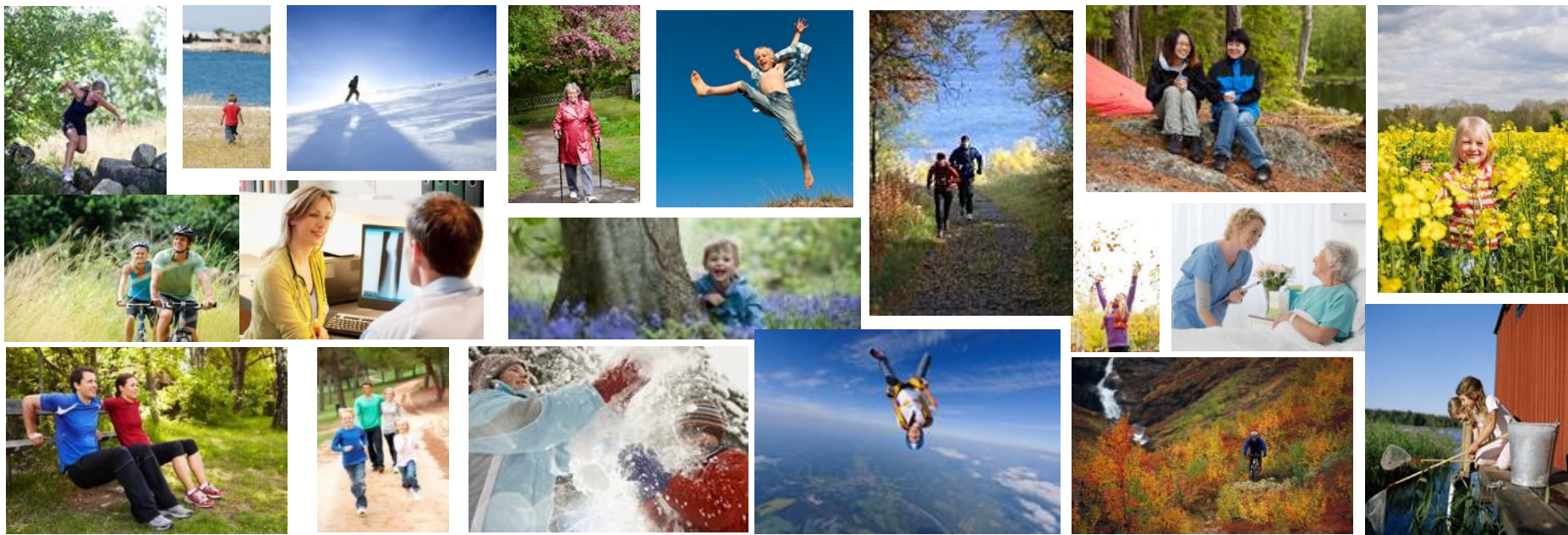
Besøk oss på



helsedirektoratet.no



helsenorge.no



Nytt fra HelseDirektoratet

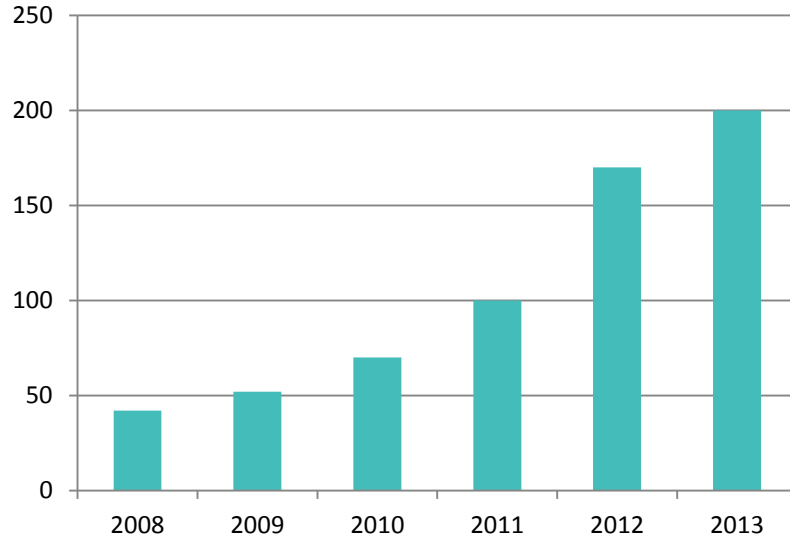
Aktuelt for frisklivssentraler

- Status FLS
- Nye stortingsmeldinger
- Veileder for kommunale Frisklivssentraler
- Kommunikasjonsarbeid
- Utviklingsentraler
- Kompetansebygging
- Økonomisk støtte
- Forskning, evaluering og utviklingsarbeid
- Kampanjer
- Internasjonalt arbeid

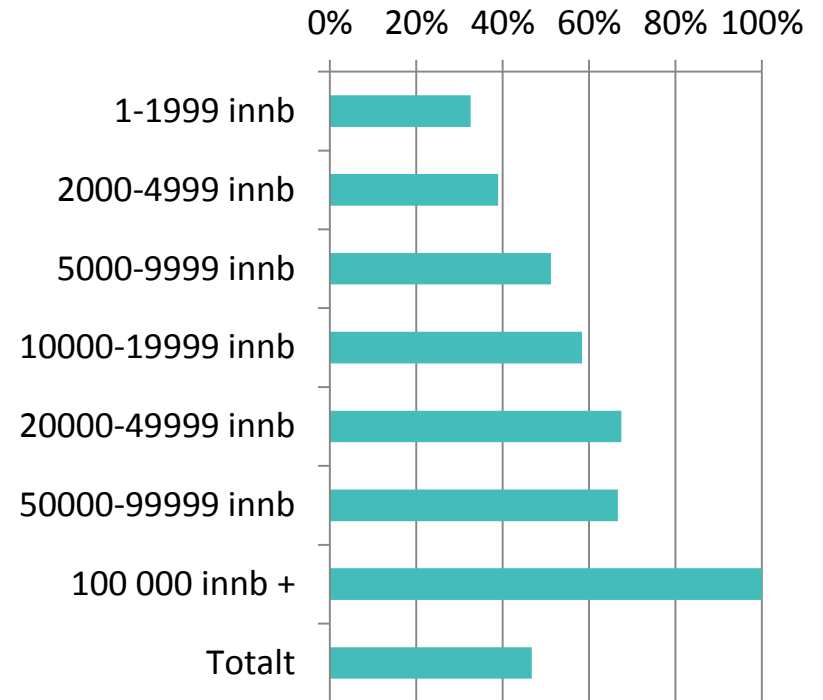


Frisklivssentraler

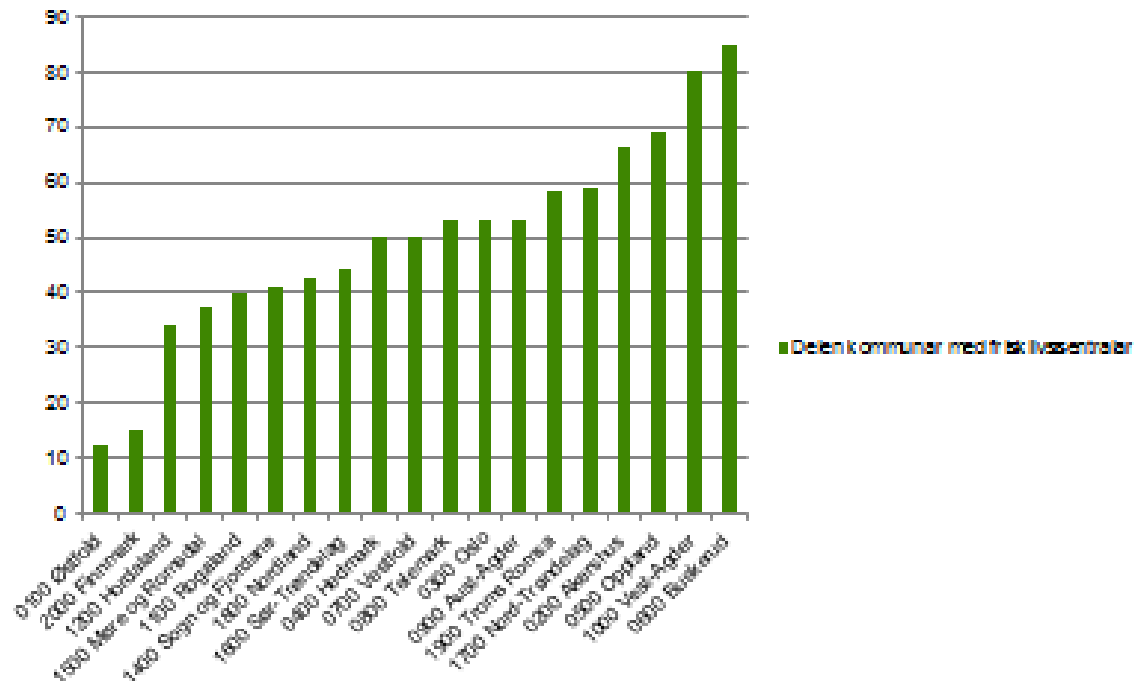
Antall kommuner med frisklivssentraler



Andel kommuner med frisklivssentral 2013 etter kommunestørrelse



Delen kommunar med frisklivssentralar. Fylkesvis. 2013.



Folkehelsemelding (2014-2015) - I



Helsefremmende og forebyggende arbeid:

- Bedre kunnskap og oversikt om psykisk helse i befolkningen
- Oppfølging av gravide og deres familier
- Styrke arbeidet med endring livsstil og levevaner – kommunen har ansvar

Folkehelsemelding (2014-2015)-II

1. Mer vekt på psykisk helse og forebygging i helsetjenesten

2. Helsevennlige valg

- *Bedre praktiske ferdigheter og økt kunnskap om kosthold og ernæring i helse- og omsorgstjenesten*
- *En ny tobakksstrategi - Hjelp til å slutte*

3. Aktive eldre

- *Redusere helserelatert avgang fra Arbeidslivet*
- *Styrke arbeidet med livsstilsendring*

4. Videreutvikle det tverrsektorielle folkehelsearbeidet

- *Lokalsamfunnsutvikling, miljø og helse*



Primærhelsemeldingen (2014 – 2015)-II



Meld. St. 26

(2014–2015)
Melding til Stortinget

Fremtidens primærhelsetjeneste
– nærhet og helhet



- Pasientens helsetjeneste
- Koordinerte og helhetlige pasientforløp, mer forebygging og tidlig innsats, flere tjenester der brukerne bor, og en større andel av tjenestene skal leveres i kommunene
- Mer samhandling – ikke etablere nye tjenester (-silo). Vurdere innholdet i og samspillet mellom tjenestene.
- Pasient og pårørendeopplæring kan foregå i FLS og frisklivstilbud er en form for brukeropplæring

Primærhelsemeldingen (2014 – 2015)- I

Å forebygge sykdom, skade og sosiale problemer inngår i kommunenes ansvar. Det er et politisk mål å styrke disse tjenestene.

Meldingen må ses i sammenheng med folkehelsemeldingen. Helse- og omsorgstjenesten må bidra i det helsefremmende og forebyggende arbeidet.



Meld. St. 26
(2014–2015)
Melding til Stortinget

Fremtidens primærhelsetjeneste
– nærhet og helhet

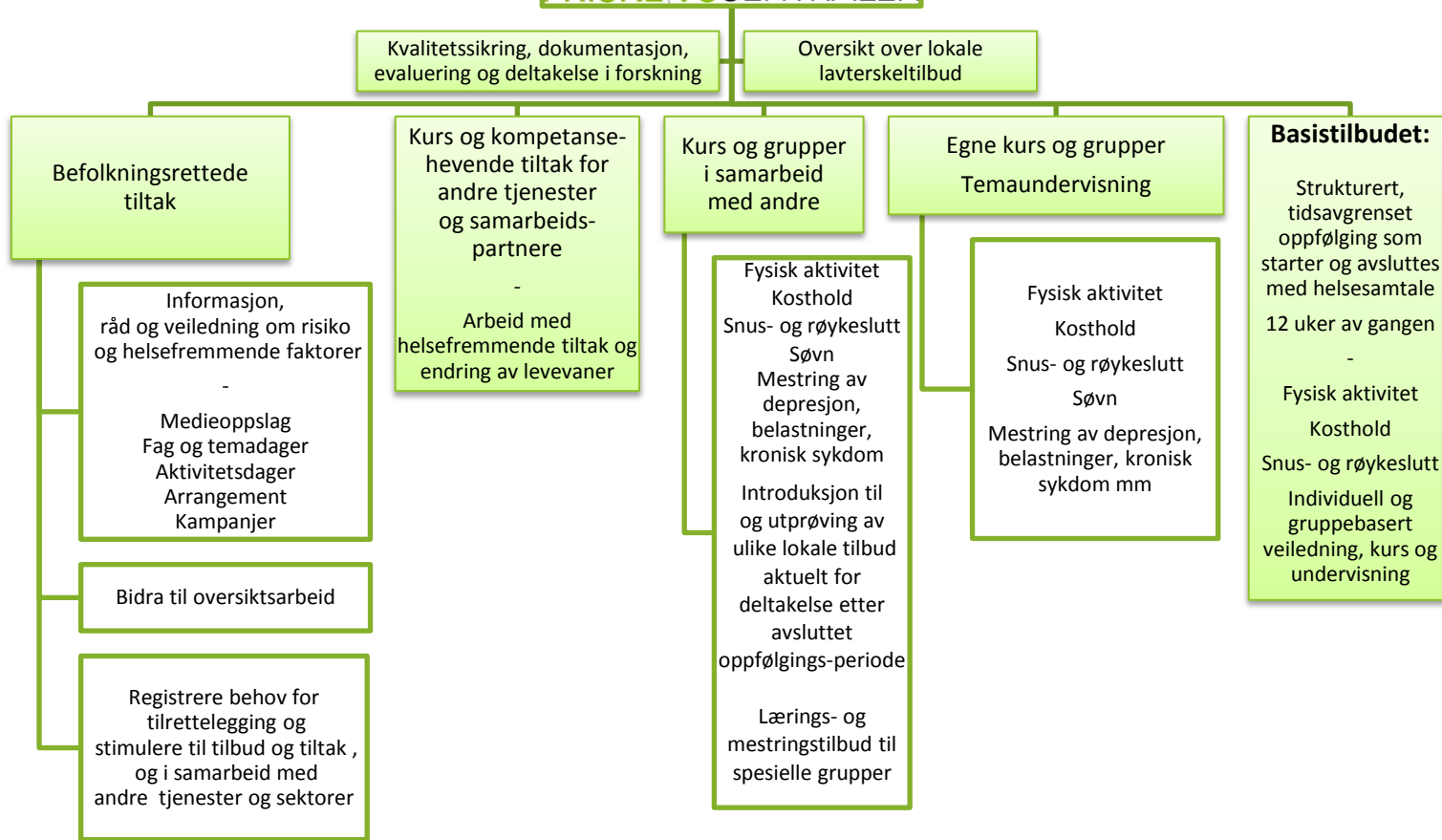


Veileder for kommunale frisklivssentrales

Oppdateres



1. Referanser og justeringer i hht. ny forskning, nye St.meld, faglige anbefalinger og veiledere
2. Mer om dokumentasjon og journalføring
3. Tydeliggjøring av FLS rolle i folkehelsearbeidet og i helhetlige, koordinerte og sammenhengende pasientforløp samt brukermedvirkning.
4. Tydeliggjøring av oppfølgingstilbudet
5. Tydeliggjøring av sammenheng og samhandling m/L&M + Rehabilitering
6. Tilpasning av oppfølgingstilbudet til enkelte målgrupper: Barn og unge, eldre, gravide og innvandrere



Henvisning:

Nav, Fastlege
Koordinerende
enhet
Helseforetak
og andre

Målgruppe:

Personer i alle aldre
som ut fra en
helsemessig vurdering
har behov for støtte
fra helsepersonell til å
endre levevaner

**Ta kontakt
selv**

Helsesamtale

Fastlege
Lokale lavterskel
tilbud
Andre tjenester

**Plan for
oppfølging**

**Fysisk aktivitet,
Kost, Tobakk**
Søvn, KiD/KiB, Annet

**Gjennomføring
12 uker**

Kurs og grupper
Individuell veiledning
Introduksjon til og utprøving
av andre tilbud
Selvhjelpsmateriell
Egenaktivitet

Fastlege

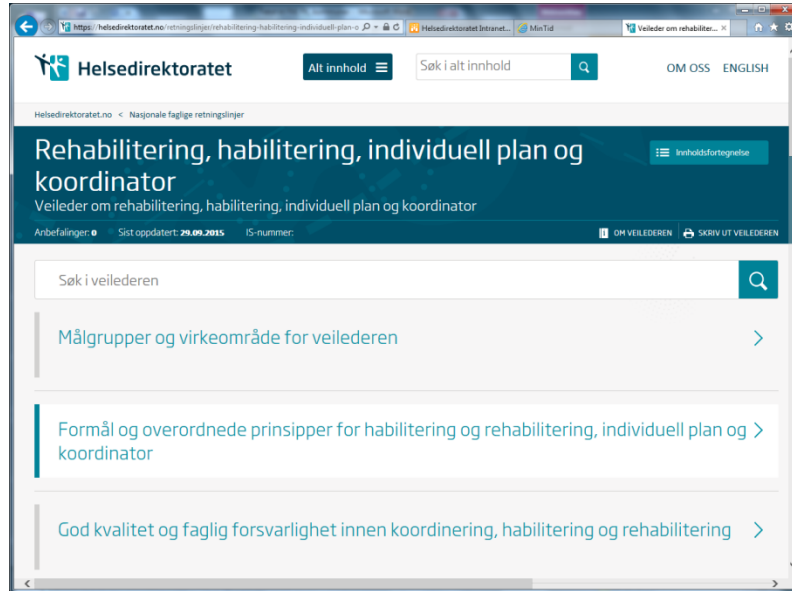
Lokale lavterskel tilbud
Andre tjenester
Frivillige og private aktører
BHT, Nav, Helseforetak

Helsesamtale

**Rapport
til henviser og
fastlege**

Egenaktivitet
Deltakelse i
lokale tilbud
Likemannsarbeid
Selvhjelpsmateriell
Selvhjelpsgrupper
Arbeid

Ny veileder for rehabilitering, habilitering, individuell plan og koordinator



Beskriver blant annet kommunale lærings- og mestringstilbud og frisklivssentraler

Utviklingssentraler

Alstahaug

Aktiv Eiker

Modum

Stavanger

Verdal



Kompetansebygging

- Veilederkurs:
 - Bra Mat
 - Fysisk aktivitet
 - Snus- og røykeslutt
 - KID/KIB
 - Søvn
 - MI (Se [KoRus](#) + nettverk)
- Nasjonal konferanse
- Fagdag om likeverdige helsetjenester og migrasjonshelse
- Verktøy og Materiell

Økonomisk støtte

- Regionale nettverk og fagdager
- Tilskudd til etablering og utvikling av kommunale frisklivs-, lærings- og mestringstilbud
- Utviklingssentraler
- Andre tilskudd

Forskning, evaluering og utviklingsarbeid

- Oversiktsartikkel over forskning på FLS
- Ny Nasjonal studie på FLS
- Planlagte Phd løp
- SSB – utvidet analyse av KOSTRA og andre kommunedata
- Revisjon av friskliv oppstart og fullført skjema



Nye skjema Friskliv oppstart, fullført og tiltak

- Ny enklere versjon ble benyttet i en masteroppgave i 2014
- Erfaringer blir innarbeidet i en ny versjon av *Friskliv oppstart og fullført*
- I tillegg utarbeides *Friskliv tiltak* og et skjema med 2-3 pedagogiske hjelpespørsmål knyttet til endringsprosessen
- Utprøvd i ca. 100 FLS / ca. 500 unike deltakere fra høsten 2015. Evaluering digitalt via QB rundt årsskiftet.
- Endelig versjon ferdigstilles og legges på Helsedirektoratets nettsider om FLS på grunnlag av evalueringen i 2016

Kommunikasjonsstrategi - FLS

Mål: Koordinere kommunikasjon om frisklivssentraler

Innhold:

- Mål for frisklivssatsingen
- Mål for kommunikasjon
- Utfordringer og muligheter for kommunikasjon
- Hovedbudskap
- Interessenter for FLS
- Målgrupper for kommunikasjon
- Strategiske grep for kommunikasjon



Helsedirektoratet.no/folkehelse/frisklivssentraler

The screenshot shows the website's header with the logo of Helsedirektoratet, navigation menus for 'Alt innhold', a search bar, and language options 'OM OSS' and 'ENGLISH'. The main content area is titled 'Frisklivssentraler' and includes a sub-header 'Etablering, organisering og tilbud i frisklivssentraler. Mestring. Endring av levevaner. Veileder, journalføring, kursopplegg, profilmateriell og verktøy.' Below this, there are three sections: 'Hva er en frisklivssentral?', 'Hvorfor frisklivssentraler?', and a highlighted box for 'VEILEDERE' with the text 'Veileder for kommunale frisklivssentraler - Etablering og organisering >'. The highlighted box has a red arrow pointing to the left.

Aktuelt for frisklivssentraler

The flyer features a photograph of a group of people participating in an outdoor activity. The text on the flyer includes: 'FRISKLIVSSENTRALEN AKTUELT - oktober 2014', 'Utviklingsentraler', 'Regionale konferanser om utgangspunktet', 'Trossfallkonferansering', 'Ølser 30 - Kampagne fysisk aktivitet', 'Nytt nettverk for kommunale lærings- og møttingssteder', and 'Oppfølgingstiltak for enkelte skuttveiledere'. The Helsedirektoratet logo is at the bottom left.

Kampanjer

- Små grep - [salt](#)
- [Dine 30](#)
- [Tobakk](#)



Slutta



Internasjonalt arbeid - eksempler

FYSS: Samarbeid med Sverige om oppdatering av Aktivitetshåndboken

WHO: [Fysisk aktivitet i helsetjenesten](#)
[HEPA Europe](#)
HPH <http://www.hphnet.org/>

EU: [Joint Action](#)
Frisklivssentraler blant eks på god praksis fra Norge
DEDIPAC



En region i Arkangelsk, Russland oppretter en FLS etter norsk modell 😊



- Det er fortsatt behov for å styrke det helsefremmende og forebyggende arbeidet i alle deler av helsetjenesten
- Det er fortsatt behov for å videreutvikle forebyggende primærhelsetjenester slik som frisklivssentraler og å etablere slike tjenester i flere kommuner
- Det er fortsatt behov for å styrke samhandling:
 - mellom helsetjenester
 - mellom helsetjenester og andre sektorer
- Det er fortsatt behov for å styrke brukermedvirkning i planlegging, utvikling, gjennomføring og evaluering av tjenester og tilbud

 FRISKLIVSSENTRALEN



Mål for videre arbeid

- Flere kommuner med frisklivssentral etter veilederen
- Styrke kvalitet og kompetanse i frisklivssentraler
- Styrke samhandling innad i helsetjenesten og mellom sektorer
- Styrke kunnskapen om effekt av tilbudet i frisklivssentraler



Takk for oppmerksomheten