



## **Vedlegg til årsglimt for Folkehelsealliansen i Trøndelag perioden 05.10.2023 - 03.10.2024**

### **Innhold**

1. Protokoll fra årsmøtet 5. oktober 2023 .....	2
2. Program Kultur- og folkehelsekonferansen Drivkraft 5. - 7. oktober 2023.....	6
3. Program fra Vårmøte 21. mars 2024 .....	9
4. Foredragsvirksomhet - eksempler.....	10
5. Publikasjoner – et utvalg.....	14
6. Veileder for ABC på arbeidsplassen .....	15
7. Veileder for ABC i skolen .....	16
8. Veileder for ABC i frivilligheten.....	17

## 1. Protokoll fra årsmøtet 5. oktober 2023



*Et friskere Trøndelag!*

Deres referanse

Vår referanse

Saksbehandler

Dato

Kyrre Grue Kvistad

9. oktober 2023

### Protokoll fra årsmøtet i Folkehelsealliansen i Trøndelag (pkt. B)

Dato: 5. oktober 2023

Klokkeslett: 16.30 – 18.40

Sted: Scandic Nidelven Hotel, Trondheim

Deltakere: Se vedlegg 1 - «Deltakerliste årsmøtet i FIT 5. oktober 2023»

#### A. Åpning av møtet

Steinar Krokstad, leder av Folkehelsealliansen, ønsket velkommen. Det ble deretter tatt en rask presentasjonsrunde av årsmøtedeltakerne.

#### B. Protokoll årsmøtesaker

##### 1. Godkjenning av innkalling og sakliste, valg av møteleder og sekretær

Innkalling ble utsendt på e-post til medlemsorganisasjonenes representanter torsdag 20. juli 2023. Frist for å melde inn årsmøtesaker ble satt til onsdag 27. september 2023. Som en følge av et utvidet AU-møte 14. september er det satt opp fire saker i tillegg til de faste årsmøtesaker. Ingen andre saker kom innen fristen.

Endelig sakliste med arbeidsutvalgets saksframlegg og forslag til vedtak ble utsendt på e-post mandag 2. oktober 2023.

Forslag på valg av møteleder og sekretær fremmes i møtet.

##### Vedtak:

- Innkalling godkjent.
- Sakliste godkjent.
- Steinar Krokstad ble valgt til møteleder og Kyrre Grue Kvistad ble valgt til sekretær.

##### 2. Årsmelding for Folkehelsealliansen i Trøndelag

Årsmeldingen var sendt ut på e-post på forhånd og den ble derfor ikke viet en egen gjennomgang i årsmøtet. Årsmeldinga oppdateres med følgende tilføyelser innmeldt før møtet:

- Steinar Krokstad, Arts and health and public health strategies, the Nordic arts & health policies, Kay note Nordic Arts & Health conference, Stockholm 10. mai. 120 deltakere.
- Vegar Rangul undervisning «Rehabilitering og helsefremming» i SYK2001, 2. studieår Bachelorprogram i Sykepleie, Nord universitet, to timer, 23. mai med to gjentak.
- Vegar Rangul, Steinar Krokstad, Erik R. Sund, Bente Irene Løkken, Samfunnsdeltagelse, kulturliv og helse. Kulturell deltagelse og tilhørighet, Nasjonal folkehelsekonferanse 18.-19. oktober, Hamar.
- Vegar Rangul, Kulturdeltagelses betydning for helse, med fokus på kulturdeltagelse i bred forstand, og hvordan eventuelt dette påvirker både det vi dør av, og som nødvendigvis ikke er det samme som det vi «plages» av. Folkehelsekonferanse, Bergen, 5. desember.
- Vegar Rangul, september Kunnskapsgrunnlaget: Kunst, kultur og folkehelse, felles forelesning for MUB1002 Musikkbasert miljøbehandling og HEL6000 Kunst og kultur i helse og omsorg, begge 15 studiepoeng. Nord Universitet. Levanger 19. september, 26 deltakere
- Marit Stranden, Do the new Norwegian Public Health Strategy give new possibilities for the field of arts and health? Nordic Arts and Health Research Network, 11. Mai, Competence Center for Primary Healthcare, Region Skåne, Malmö

Vedtak:

1. Årsmelding for *Folkehelsealliansen i Trøndelag – perioden 7.10.2022 - 4.10.2023* godkjennes og oppdateres i henhold til de tillegg og merknader som kom fram i årsmøtet.
2. Årsmøtet ber om at alliansens medlemmer i god tid før årsmøtet blir oppfordret av AU til å sende inn oversikt over egen aktivitet/foredrag i løpet av perioden som er relevant for årsmeldingen.
3. Årsmøtet ber om at AU vurderer årsmeldingen sin framtidige form for å begrense omfanget.

*Se vedlegg 2 – oppdatert årsmelding.*

**3. Framlegging av ressursgruppa sin rapport om å styrke og videreutvikle nettverkssamarbeidet i folkehelsealliansen**

Denne saken er en oppfølging av sak fra årsmøtet 6. oktober 2022 hvor Røde Kors tok initiativ til å invitere til en diskusjon i partnerskapet om retningsvalg for samhandlingen i alliansen i det videre arbeidet. I etterkant av fjorårets årsmøte ble det nedsatt en ressursgruppe som fram mot vårmøtet 2023 har sett på hvordan en på en bedre måte kan samarbeide for å utløse potensialet som ligger i mangfoldet av de ulike partnere i alliansen.

Vedtak:

Årsmøtet tar ressursgruppa sin rapport til etterretning og vedtar følgende oppfølging:

AU gis fullmakt til å arbeide for å realisere en administrativ støtteressurs i tillegg til Trøndelag fylkeskommune sin sekretariatsressurs som kan sikre bedre koordinasjon og kommunikasjon internt i alliansen for å kunne fremstå sterkere og mer samlet utad.

**4. Hvordan organisere Folkehelsealliansen i Trøndelag framover?**

Folkehelsealliansen er i dag et frivillig relativt uforpliktende partnerskap.

*Fordeler:* Egenmotivasjon er beveggrunn for partnerskap og engasjement. Ingen økonomiske forpliktelser. Ikke noe økonomisk administrativt og avtalemessig byråkrati for partnere (bortsett fra TRFK og interne reiseregninger), ingen ansatte. *Ulemper:* For uforpliktende, passivitet, dårlig ledelsesforankring blant partnere.

Vedtak:

Alliansens organisering videreføres i henhold til dagens gjeldende vedtekter.

**5. Løpende kommunikasjonsarbeid/-strategi**

Det er påpekt mange ganger at kommunikasjonsarbeidet er den største svakheten til FIT. Hvordan arbeide for at TRFK setter av ressurser til løpende kommunikasjonsarbeid og hvordan skal FIT drive sitt kommunikasjonsarbeid, både internt og eksternt?

Vedtak:

Årsmøtet viser til vedtak i sak 3 om å realisere en administrativ støtteressurs i tillegg til Trøndelag fylkeskommune sin sekretariatsressurs som kan sikre bedre i varetakelse av alliansens kommunikasjonsarbeid.

**6. Økonomi/budsjett**

Vedtak:

Folkehelsealliansen søker Trøndelag fylkeskommune om et tilskudd for 2024 som primært skal dekke utgifter til en administrativ støtteressurs for alliansen. AU gis fullmakt til å utarbeide tilskuddssøknad med tilhørende budsjett.

## 7. Revisjon av vedtekter

I vedtektenes § 2 Organisering er det nedfelt en bestemmelse om valgkomité. Det står at «Årsmøtet velger tre medlemmer til en valgkomité blant medlemmene i alliansen, hvorav den ene velges til valgkomiteens leder. ....». I bestemmelsen står det ikke at det skal velges varamedlemmer til valgkomiteen. Erfaringer viser at det er behov for at årsmøtet også velger minst én vararepresentant til valgkomiteen.

### Vedtak:

Vedtekter for Folkehelsealliansen i Trøndelag godkjennes med følgende tilføyelse etter første setning under § 2 Organisering, punkt «Valgkomité»: *Årsmøtet velger også minimum ett varamedlem til valgkomiteen.*

*Se vedlegg 3 – vedtekter oppdatert etter årsmøtet 5. oktober 2023.*

## 8. Bestemme folkehelse tema for 2024 - 2026

### Vedtak:

*Arbeid for god psykisk helse* blir Folkehelsealliansen i Trøndelag sitt hovedsatsingsområde for perioden 2024-2026. Satsingen er forankret i ABC-metodikken og skal bygge videre på erfaringer og kunnskap fra folkehelseprosjektene *ABC for bedre mental sunnhet i Trøndelag 2019-2022* og *ABC for god psykisk helse 2023-2024*.

## 9. Opptak av nye medlemmer i folkehelsealliansen

Organisasjoner som ønsker å samarbeide om bedre folkehelse i Trøndelag og som forholder seg til *Samarbeidserklæring for Folkehelsealliansen i Trøndelag*, dens samarbeidsprinsipper og kjerneverdier, kan bli medlem av Folkehelsealliansen i Trøndelag. Fire organisasjoner hadde søkt om å bli tatt opp som nye medlemmer av folkehelsealliansen, to av disse var til stede i årsmøtet. Mona Breiding Lersveen presenterte [\*Vårres regionalt brukerstyrt senter for Midt-Norge\*](#) og Hege Levidatter Hansen presenterte [\*Blå Kors steg for steg avd. Trondheim\*](#) i årsmøtet. Steinar Krokstad delte ut medlemsbevis til disse to organisasjonene og ønsket dem velkommen som nye medlemmer i alliansen.

### Vedtak:

Følgende organisasjoner tas opp som nye medlemmer i Folkehelsealliansen i Trøndelag:

- Vårres regionalt brukerstyrt senter for Midt-Norge
- Sit - Studentsamskipnaden i Gjøvik, Ålesund og Trondheim
- Blå Kors steg for steg avd. Trondheim
- Fontenehuset Trondheim

*Vedlegg 4 – bilder fra opptaket av nye medlemmer i FIT.*

## 10. Valg

Valgkomiteens leder Sigrid Moum la fram valgkomiteens forslag. To nye representanter til valgkomiteen ble foreslått i årsmøtet.

### Vedtak:

- Leder: Steinar Krokstad, HUNT forskningscenter NTNU - 2 år
- Medlemmer arbeidsutvalg: Marit Stranden, Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg - 2 år  
Siri Bjerkan, Livsglede for eldre - 2 år
- Nestleder: Frode Mo, Nasjonalforeningen for folkehelsen - 1 år

- Varamedlem til AU: Johan Hægstad, Leve - 2 år
- Medlem av valgkomité: Berit A. Holmlimo, Trondheim kommune - 2 år  
Margareth Berg, FFO - 2 år
- Varamedlem valgkomité: Jan Frode Rønning,  
Norsk Fysioterapeutforbund Region Midt - 2 år
- Leder valgkomité: Sigrid Moum, Statsforvalteren i Trøndelag - 1 år

Oversikt over tillitsvalgte etter årsmøtet:

Leder:	Steinar Krokstad, HUNT forskningscenter (2 år)
Arbeidsutvalg:	Frode Mo, Nasjonalforeningen for folkehelsen (på valg i 2024) Kjell Erik Ronæss, Røde Kors (på valg i 2024) Marit Stranden, Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg (2 år) Siri Bjerkan, Livsglede for eldre (2 år)
Nestleder:	Frode Mo, Nasjonalforeningen for folkehelsen (på valg i 2024)
Vara til AU:	Johan Hægstad, Leve (2 år)
Valgkomite:	Sigrid Moum (leder), Statsforvalteren i Trøndelag (på valg i 2024) Berit A. Holmlimo, Trondheim kommune (2 år) Margareth Berg, FFO (2 år)
Vara valgkomité:	Jan Frode Rønning, Norsk Fysioterapeutforbund Region Midt (2 år)

## 11. Møteplan for 2024

Vedtak:

1. Vårmøte: torsdag 21. mars 2024
2. Høstmøte/årsmøte: torsdag 3. oktober 2024
3. Folkehelsekonferansen: fredag 4. oktober 2024
4. Ved behov gir AU fullmakt til å arrangere andre tilleggs møter for medlemmene i alliansen.



Kyrre Grue Kvistad  
sekretær Folkehelsealliansen i Trøndelag

Vedlegg:

- Vedlegg 1 - Deltakerliste fra årsmøtet 5. oktober 2023
- Vedlegg 2 - Årsmelding for Folkehelsealliansen i Trøndelag - Perioden 7.10.2022 – 04.10.2023
- Vedlegg 3 - Vedtekter oppdatert etter årsmøtet 5. oktober 2023
- Vedlegg 4 - Bilder fra opptaket av nye medlemmer i FIT

## 2. Program Kultur- og folkehelsekonferansen Drivkraft 5. - 7. oktober 2023

### Torsdag 5. oktober

Konferansier Jonas Skybakmoen

09.30 - Registrering og småmat

#### 10.00 - Offisiell åpning med kulturinnslag

- **10.20** - Hva skaper en attraktiv kommune, og hvilken rolle spiller kulturliv for trivsel, bolyst og folkehelse? Bente Irene Løkken, forsker ved NTNU. Les mer [her](#).
- **10.50** - Hvordan står det til med trøndersk kulturliv? Offentliggjøring av kultur- og idrettsindeksen. Kristine Persdatter Miland, Telemarkforskning og Jon Olav Sliper, Trøndelag fylkeskommune om samfunnsutviklingen mer generelt.

#### 11.25 - Beinstrekk

- **11.50** - Hva er suksessfaktorene for et aktivt og inkluderende kultur- og idrettsliv i Danmark? Esben Danielsen, direktør i Kulturens analyseinstitutt. (30 min innlegg og 10 min kommentar fra møteleder)
- **12.30** - Sosial bærekraft i praksis - tre gode eksempler.
  - Hanne H. Olden, SommerSkaun: Betydningen av ferietilbud for alle
  - Ingrid Rognes Solbu, Rosendal teater: Billetter etter betalingsevne
  - Ingrid Aune Falch, Åsen Blackbox & Kino: Bygdekino i fjøset

#### 13.00 - Lunsj

#### 14.00 - Parallellsesjoner

1. Innovative arenaer for fysisk aktivitet og kultur
2. Den kulturelle grunnmuren. Hvordan være relevant i de unges liv
3. Frivillighetspolitikk. Om samarbeid mellom offentlig og frivillig sektor
4. Prosess for suksess. Hvordan kan vi få søknadsarbeid til å bli utviklingsarbeid?

- **16.00** - Utstillinger i vrimlearealet
- **16.30** - Ettermiddagsøkt (*Velg ei av øktene. Avsluttes ca. kl. 18*)
  - Årsmøte i Folkehelsealliansen (møterom Møllenberg)
  - Befaring til Bryggerekka og middelalderbyen (oppmøte utenfor)
  - Tur til «Byløft Lademoen» med park og bibliotek (oppmøte utenfor)
  - Omvisning og erfaringer med kultursenteret ISAK (oppmøte utenfor)

#### 19.30 - Konferansemiddag med kulturinnslag (Trondhjemsal 1)

## Fredag 6. oktober

Konferansier Hanne Vilja Sagmo.

**06.15** - Avgang til [Early Bird](#) på Torvet (tilbake ca 7:30)

- **08.30** - Registrering for nye deltakere
- **09.00** - Velkommen til folkehelsedagen
- **09.10** - Folkehelseutviklingen – hva driver endringene HUNT-tallene viser?  
Steinar Krokstad HUNT/samfunnsmedisiner
- **09.35** - Hvordan sikre sosial utjevning og rettferdig fordeling.  
Dina von Heimburg, Nordisk forskningscenter for livskvalitet og sosial bærekraft

**10:00** - **Beinstrekk med småmat**

- **10.15** - Velferdsstaten på rødlista? Frivillighetens rolle i framtida. Innledninger og samtaler med assisterende statsforvalter Øystein Johannessen, Torbjørn Aas - NAV, Christian Hellevang - KS, Kjell Erik Ronæss - Røde Kors, Brita Brekke - Frivillighet Norge, Ingvild Radwan - Levanger kommune. Samtalen ledes av Alf-Petter Tenfjord, kommunedirektør i Midtre Gauldal
- **11.00** - Det finnes ikke en app for leselyst! Om å bidra til mer robuste barn og unge. Michael Stilson, forfatter, tidligere fotballspiller og utdannet lærer

**11.30** - **Beinstrekk**

- **11.45** - ABC for god psykisk helse.  
Hanne Vilja Sagmo, Trøndelag fylkeskommune.
- **12.00** - Hei, nabo! ABC i praksis.  
Gunn Ingeborg Stø, leder Sit Labs.
- **12.15** - «I eventyret» - skuespiller Hildegunn Eggen leser fra Olav Duun.
- **12.35** - Utdeling av folkehelseprisen.

**13.00** - **Lunsj og utstillinger**

**14.00** - **Parallellsesjoner**

1. Hvordan sikre god medvirkning og mangfold?
2. Digitale kommunale kunnskapsgrunnlag
3. Kulturmiljø, felleskap og demokrati.  
Fra gressklede tun mellom solsvidde tømmerhus til biler, betong og digitalia
4. Gode lokalsamfunn. Hva skaper trivsel og tilhørighet?
5. Kom i gang med ABC for god psykisk helse

**16.00** - **Utstillinger i vringlearealet**

- **16.30** - Ettermiddagsøkt (Velg ei av øktene. Avsluttes ca. kl. 18).
  - VM på ski - mobilisering av kulturlivet (møterom Møllenberg)
  - Byvandring med pub-besøk (oppmøte utenfor)
  - Pilegrimsvandring (oppmøte utenfor)

## Lørdag 7. oktober

### Konferansier Jonas Skybakmoen

- **09.30** - Registrering for nye deltakere - og småmat for alle
- **10.00** - Velkommen til frivillighetens dag
- **10.15** - Frivillighetsbarometeret - hva viser pilen? Vanja Konradsen, prosjektleder for «Økt deltakelse» i Frivillighet Norge.
- **10.45** - Om frivillighet og frivilligledelse. Stephen Sirris, prodekan for utdanning ved Handelshøyskolen NMBU.

### 11.15 - Beinstrekk med småmat

- **11.30** - Sosial bærekraft i praksis - to gode eksempler.  
- Ivar Grong Nasset, Hopsjø Kyst og Kultursenter  
- «Sammen for inkludering». Sosan A. Mollestad, Norges Bygdekvinnelag.
- **12.00** - «Dugnad for økt deltakelse». Paneldebatt ledet av Vanja Konradsen i Frivillighet Norge. Paneldeltakere: Are Bergquist, styreleder Trøndelag fotballkrets og Bente Estil, leder av hovedutvalg kultur, Trøndelag fylkeskommune. Sammen med Atle i Dagsturhytta, Ivar i Hopsjø Kyst og Kultursenter og Sosan i Bygdekvinnelaget.
- **12.40** - Frivillighetsplan i Trøndelag - hvordan treffer vi med tiltakene? Innledning og dialog ved Line Nordkvelle, rådgiver ungdom og frivillighet og Anniken Bjørnes, kulturplan barn og unge, begge Trøndelag fylkeskommune.

### 13.00 - Lunsj og utstillinger

- **14.00** - Et muntert blikk på trøndersk skihistorie fra 1800-tallet fram til i dag. Thor Gotaas, folkeminnegransker.
- **14.30** - Hvordan kan Dagsturhytta Trøndelag bli en åpen og inkluderende møteplass? Atle Skrede, seniorrådgiver Vestland fylkeskommune.

### 14.45 - Beinstrekk og småmat

- **15.00** - Idrettslagets rolle i samfunnsutviklingen. Får vi inkludert alle? Merete Rønning Larssen-Aas, daglig leder i Malvik Idrettslag.
- **15.15** - ELDEN på Røros - ringvirkninger, bærekraft og frivillighet. Siri Gellein, daglig leder.
- **15.45** Avslutning

### 16.00 - Slutt



### 3. Program fra Vår møte 21. mars 2024

#### Program

Tid	Innhold
11.15 - 11.30	<b>Oppmøte/registrering</b>
11.30 - 12.15	Lunsj
12.15 - 12.45	<b>Status i ABC-kampanjen i Trøndelag</b> v/prosjektleder Hanne Vilja Sagmo, Trøndelag fylkeskommune
12.45 - 13.45	<b>Korte plenumsinnlegg fra nettverkene m.v. - ABC i praksis</b>  <u>I frivilligheten:</u> <ul style="list-style-type: none"><li>- Røde Kors i Trøndelag v/seniorrådgiver Lisbeth Lein (15 min)</li><li>- Livsglede for Eldre v/rådgiver frivillighet og generasjonsmøter Siri Bjerkan (10 min)</li><li>- Klæbu Frivilligsentral v/daglig leder Lillian Waaden (10 min)</li></ul> <u>I kommune:</u> <ul style="list-style-type: none"><li>- Oppdal kommune v/fagleder folkehelse Vigdis Thun (10 min)</li></ul> <u>I arbeidslivet:</u> <ul style="list-style-type: none"><li>- Arbeidslivets ABC v/seniorrådgiver Kristin Oust Torske, NAV Arbeidslivssenter (15 min)</li></ul>
13.45 - 14.00	<i>Pause</i>
14.00 - 15.30	<b>Ide-økt i partnerskapet</b> Hvordan kan partnerne i nettverket bidra til å løfte ABC-aksjonen i praksis i aksjonsåret? <ol style="list-style-type: none"><li>1. Hvordan kan vi bidra til god formidling av informasjon om ABC for befolkningen gjennom hele aksjonsåret?</li><li>2. Hvilke ABC-tiltak og arrangement kan vi utvikle sammen som inspirerer og forsterker og forstørrer fellesskap, lokalt og regionalt?</li><li>3. Hvordan kan vi arbeide for en langsiktig satsing med å fremme ABC for god psykisk helse i egen organisasjon og i alliansen?</li></ol>
15.30 - 15.45	<i>Pustepause</i>
15.45 - 16.15	<b>ABC for mental sundhed og status i Danmark (digtalt)</b> v/forsker og postdoc Charlotte Bjerre Meilstrup, Københavns Universitet - Institut for psykologi
16.15 - 16.30	<b>Annet nytt fra Folkehelsealliansen i Trøndelag</b>
16.30 - 16.45	<b>Oppsummering og avslutning</b>

## 4. Foredragsvirksomhet - eksempler

<i>Dato</i>	<i>Arrangør</i>	<i>Tema</i>	<i>Hvem har informert?</i>	<i>Ca. antall tilhørere</i>
24.9.2024	Statsforvalteren i Trøndelag	Hva er ABC for god psykisk helse - og hvordan anvende metoden i psykisk helse - og rustjenestene?	Steinar Krokstad	100
12.9.2024	Den norske kirke, Strindheim	Sosiale medier og psykisk helse. Er det en sammenheng? For hvem?	Steinar Krokstad	30
2.9.2024	SiT	Folkehelsa i vår region. Opplevelsessamfunnet. Nye verktøy.	Steinar Krokstad	20
27.8.2024	Statsforvalteren i Trøndelag	Er Trøndelag «et godt sted å bo, vokse og virke i for alle?»	Steinar Krokstad	300
16.8.2024	NaKuHel and Ecological Economy Symposium, Vørøy	Nature, Culture, and Economy as ABC for Health Promoting Mental Health	Steinar Krokstad	20
27.6.2024	Inderøy kommune	Oppvekst i Inderøy	Steinar Krokstad	20
19.6.2024	Trondheim kulturnettverk TKN	Folkehelse og folkehelse-utvikling i Trøndelag. Hva betyr kulturlivet og hva kan kulturfrivilligheten bidra med?	Steinar Krokstad	
13.6.2024	Barne- og ungdomsklinikken St. Olavs hospital	Mobilbasert barndom Er det lurt?	Steinar Krokstad	60
11.6.2024	Innlandet fylke. Fagdag.	ABC for god psykisk helse	Steinar Krokstad	40
29.5.2024	Demensforum Søndre Trøndelag	Helseutvikling blant eldre og et samfunn i endring. Hva møter oss i framtiden?	Steinar Krokstad	80
23.5.2024	Færøyenes ABC kampanje	ACT – BELONG – COMMIT in the mental health services?	Steinar Krokstad	50
16.5.2024	Barne og famildep. Oslo	Endringer i psykisk helse i befolkningen, konsekvenser, årsaker og relevante folkehelseiltak	Steinar Krokstad	200
14.5.2024	Folkehelseforeningen. Eur. Public Health Week	God psykisk helse – mennesket i sentrum	Steinar Krokstad	
7.5.2024	NAV / HUNT forskningscenter	Arbeidsevne og arbeidsuførhet: Hvordan er HUNT-data brukt/kan HUNT-data brukes?	Steinar Krokstad	10
29.4.2024	Norsk kulturskoleråd	Unge psykiske helse er i spill vi trenger arenaer for meningsfulle aktiviteter – en motkultur mot det digitale dopet	Steinar Krokstad	100
25.4.2024	Barnekonferansen	Barns digitale verden og psykisk helse	Steinar Krokstad	500
24.4.2024	Frivilligkonferansen Gardermoen	Psykisk helse: <i>Hva er det og hvordan påvirker det enkeltmennesket og</i>	Steinar Krokstad	500

<i>Dato</i>	<i>Arrangør</i>	<i>Tema</i>	<i>Hvem har informert?</i>	<i>Ca. antall tilhørere</i>
		<i>storsamfunnet?</i> <i>ABC for god psykisk helse</i>		
30.4.2024	Trøndelag Fylkeskommune	Psykisk helse hos ungdom	Steinar Krokstad	10
23.4.2024	Kopanio konferansen	Hvordan kan arbeid bidra til god psykisk helse, og hvilket kunnskapsgrunnlag kan vi bygge på. ABC for god psykisk helse	Steinar Krokstad	200
19.4.2023	Frosta Kommune	ABC for god psykisk helse	Steinar Krokstad	80
17.4.2024	Inn på tunet	Hvorfor skal vi satse på, og hva er ABC for god psykisk helse	Steinar Krokstad	20
17.4.2024	Ergoterapiforbundet	Hvorfor skal vi satse på ABC for god psykisk helse og ergoterapeuters kjernekompetanse	Steinar Krokstad	40
16.4.2024	Sykehuset Levanger	Folkehelse i vår region. Hva skjer og hva bør vi forberede oss på? Resultater fra HUNT	Steinar Krokstad	20
12.4.2024	Barne- og familedep. Møte på HUNT	Generasjon Z og den psykiske helsekrisen blant de digitalt innfødte. Sosial ulikhet i helse	Steinar Krokstad	20
10.4.2024	Namsos kommune, Namdalseid	Hvorfor skal vi satse på ABC for god psykisk helse?	Steinar Krokstad	20
15.3.2024	NOKU Viken	Kultur og helse Resultater fra HUNT-undersøkelsene m.m.	Steinar Krokstad	20
15.3.2024	Frisk i friluft, Lillestrøm	Friluftsliv, en ABC til helse og livskvalitet?	Steinar Krokstad	200
8.3.2024	HUNT forskningssenter	Lokale folkehelsestrender er globale	Steinar Krokstad	10
7.3.2023	Verdal kommune	Lokale helsetrender er globale Helsefremmende oppvekst. Konferanse om utjevning av sosiale ulikheter blant barn og unge.	Steinar Krokstad	200
1.3.2024	Landbrukspensjonistene Steinkjer	Helseutvikling i befolkningen, helse i landbruket og folkehelsepolitiske implikasjoner.	Steinar Krokstad	40
13.2.2024	Psykiatrisk poliklinikk, Sykehuset Levanger	Samfunnsperspektiv på psykisk helse	Steinar Krokstad	20
24.2.2024	Scenesnakk. Trondheim	Helsemessige effekter av kultur deltakelse? Resultater fra HUNT-undersøkelsene m.m.	Steinar Krokstad	100
12.2.2024	Osteoporoseforbundet/Norsk revmatikerforbund	ABC for god psykisk helse	Steinar Krokstad	30

<i>Dato</i>	<i>Arrangør</i>	<i>Tema</i>	<i>Hvem har informert?</i>	<i>Ca. antall tilhørere</i>
8.2.2024	KVT nasjonal rådgiverkonferanse	ABC: Act – Belong – Commit: - enkelt verktøy for god psykisk helse. Rådgiverkonferanse	Steinar Krokstad	60
6.2.2024	Trondheim AP	Psykisk helse blant unge Politiske tiltak Frokostmøte	Steinar Krokstad	20
30.1.2024	Levanger VG skole	Skjermbruk og psykisk helse	Steinar Krokstad	100
11.1.2024	NTNU	Sustainable digital transformations and young peoples health	Steinar Krokstad	10
4.1.2024	Nord universitet, Bodø	ABC for god psykisk helse. Helsefremmende og forebyggende innsatsen i arbeidet med barn og unge.	Steinar Krokstad	200
15.12.2023	Friluftslivets år	ABC for god psykisk helse	Steinar Krokstad	200
11.12.2023	Medco din HMS avd. Trøndelag	ABC for bedriftshelsetjenester	Steinar Krokstad	30
10.12.2023	Levekårskonferansen 11. Desember 2023 «Psykisk helse - Dyrtid og levekår»	ABC for god psykisk helse – hvordan står det til med den psykiske helsen til befolkningen i Trøndelag? Ser vi noe om hvordan levekår påvirker den psykiske helsen?	Steinar Krokstad	200
1.12.2023	KS nasjonale kommunenettverk for kulturområdet	Kulturliv og folkehelse	Steinar Krokstad	
29.11.2023	Selbu kommune	Hodebra – ABC Sammen om barn og unge i Selbu	Steinar Krokstad	80
22.11.2023	Egge ungdomsskole	Ungdom og psykisk helse	Steinar Krokstad	400
21.11.2023	Steinkjer Kommune	Steinkjer – en hodebra kommune? Hva kan ansatte i kommunen bidra med?	Steinar Krokstad	200
16.11.2023	NOFE konferansen	Trends in socioeconomic inequalities in self-rated health and mental distress during four decades in a Norwegian population: the HUNT Study.	Steinar Krokstad	40
16.11.2023	Kulturelt mangfold i nord, Tromsø	Barn og unges grunnleggende behov og ABC for god psykisk helse. Hva er barn og unges grunnleggende behov, og hva truer disse i dagens samfunn? Hvordan kan vi arbeide for helsebringende oppvekstforhold og bruke ABC for god psykisk helse i praksis?	Steinar Krokstad	200

<i>Dato</i>	<i>Arrangør</i>	<i>Tema</i>	<i>Hvem har informert?</i>	<i>Ca. antall tilhørere</i>
14.11.2023	Kirkeakademiet Steinkjer	ABC for god psykisk helse	Steinar Krokstad	40
30.10.2023	Nærøysund kommune	Livskvalitet og god psykisk helse	Steinar Krokstad	200
25.10.2023	KVT. Trondheim	Robusthet – hvordan tåle motgang? <i>Hodebra - ABC for god psykisk helse</i>	Steinar Krokstad	200
21.10.2023	Tranmælfestivalen	Unge psykiske helse	Steinar Krokstad	30
19.10.2023	Seniorsykepleierne i Trondheim	ABC for god psykisk helse	Steinar Krokstad	100
19.10.2023	Institutt for samfunnsmedisin og sykepleie	Fra folkehelsedata til folkehelsearbeid. ABC for god psykisk helse	Steinar Krokstad	40
16.10.2023	Heim kommune	Hva er ABC. Hvorfor er det viktig.	Steinar Krokstad	100
16.10.2023	Drivkraft-konferansen		Steinar Krokstad	
12.10.2023	Kulturarbeiderskolen Trondheim	Helse i HUNT. ABC for god psykisk helse	Steinar Krokstad	60
18.10.2023	Fagråd for helsefremming, forebygging, læring og mestring, Nord-Trøndelag	Framtidsbilde for helse. ABC for god psykisk helse	Steinar Krokstad	10
11.10.2023	Kostholdsutvalg	Folkehelseutviklingen – hva driver endringene	Steinar Krokstad	15
10.10.2023	Lions Inderøy	Neste generasjons levekår.	Steinar Krokstad	50
9.10.2023	Equinor	ABC for better mental health in work and leisure	Steinar Krokstad	20
6.10.2023	Drivkraftkonferansen Trøndelag	Folkehelseutviklingen – hva driver endringene HUNT-tallene viser?	Steinar Krokstad	200
3.10.2023	NAV IPS	Psykiske plager – en hovedårsak til frafall fra utdanning og arbeidsliv. Hva sier HUNT-data om utviklingen? Så hva gjør vi – teori og praksis.	Steinar Krokstad	40
3.10.2023	Beitstad barnehage	Neste generasjons levekår	Steinar Krokstad	30

## 5. Publikasjoner – et utvalg

### Liste over noen relevante publikasjoner i 2023-24 for kampanjen ABC for god psykisk helse

- Bermejo-Martins, E., Torres-Sahli, M., Madsen, K. R., Tabs-Damgraads, M., Nielsen, L., Meilstrup, C. B., ... & Santini, Z. I. (2023). Gender and Socio-Economic Status as moderators in the associations between Social Support Sources and Adolescents' Mental and Behavioral Health Indicators. *medRxiv*, 2023-08.
- Donovan, R. J., Drane, C. F., & Anwar-McHenry, J. (2023). Impact on Students of the Act–Belong–Commit Mentally Healthy Schools Framework. *Children*, 10(3), 548.
- Donovan, R. J., Jalleh, G., & Drane, C. (2024). Impact of source credibility on behavioural responses to a mental health promotion social marketing campaign. *Journal of Social Marketing*, (ahead-of-print).
- Donovan, R. J., Drane, C. F., Santini, Z. I., & Jalleh, G. (2024). Impact on help-seeking behaviours of a campaign perceived to decrease stigma and increase openness around mental health. *Health Promotion Journal of Australia*.
- Donovan, R. J., Drane, C. F., Owen, J., Murray, L., Nicholas, A., & Anwar-McHenry, J. (2024). Impact on stakeholders of a cultural adaptation of a social and emotional well-being intervention in an Aboriginal community. *Health Promotion Journal of Australia*, 35(1), 134-143.
- Donovan, R. J., Murray, L. A., Anwar-McHenry, J., Nicholas, A., & Drane, C. (2023). “Standing Strong Together”: A culturally appropriate adaptation for a social and emotional well-being intervention in an Australian First Nations community. In *Social Marketing* (pp. 215-221). Routledge.
- Frestad, R. L. (2023). *ABC for god livstilfredshet og helse blant kvinner og menn i Norge. En HUNT-studie* (Master's thesis, NTNU).
- Garli, M. L. (2023). *Lavt kunnskapsnivå om psykisk helse i befolkningen er assosiert med dårligere subjektiv helse og lavere subjektiv livskvalitet* (Master's thesis, NTNU).
- Krokstad, M. A., Sund, E., Rangul, V., Bauman, A., Olsson, C., & Bjerkeset, O. (2024). Secular trends in risk factors for adolescent anxiety and depression symptoms: the Young-HUNT studies 1995–2019, Norway. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 1-9.
- Román, J. E. I., Ekholm, O., Algren, M. H., Koyanagi, A., Stewart-Brown, S., Hall, E. E., ... & Santini, Z. I. (2023). Mental wellbeing and physical activity levels: a prospective cohort study. *Mental Health and Physical Activity*, 24, 100498.
- Santini, Z. I., Thygesen, L. C., Krokstad, S., Bonde, L. O., Donovan, R. J., Koushede, V., ... & Ekholm, O. (2023). Engagement with arts and culture activities in the Danish general population: Longitudinal associations with new onset or persistent depression and mental wellbeing. *British journal of health psychology*, 28(3), 844-859.
- Santini, Z. I., Thygesen, L. C., Andersen, S., Tolstrup, J. S., Koyanagi, A., Nielsen, L., ... & Ekholm, O. (2024). Social Media Addiction Predicts Compromised Mental Health as well as Perceived and Objective Social Isolation in Denmark: A Longitudinal Analysis of a Nationwide Survey Linked to Register Data. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-18.
- Smith, J., t'Hart, L., Leaversuch, F., Walton, A., Jameson, G., Samsa, H., ... & Pollard, C. M. (2024). Promoting mental well-being in Western Australia: Act Belong Commit® mental health promotion campaign partners' perspectives. *Health promotion international*, 39(1), daae014.

## 6. Veileder for ABC på arbeidsplassen

**Prosessverktøy**

<p>Ledelse og partsgruppe</p> <h3>Mål &amp; forankring</h3> <p>Når ABC skal implementeres i organisasjonen må det forankres bredt hos ledelsen og partene.</p> 	<p>Personalsamling</p> <h3>Intro: Hva er ABC?</h3> <p>I denne økta får alle en kort innføring i hva ABC er og hvordan det virker.</p> 	<p>Personalsamling</p> <h3>Små handlinger</h3> <p>Målet med denne økta er å bli mer bevisst på hvordan vi kan gjøre en forskjell for forandre på jobb.</p> 
<p>Personalsamling</p> <h3>Vår egen ABC: Hvorfor?</h3> <p>Hva ønsker vi å oppnå ved å ta i bruk ABC på arbeidsplassen?</p> 	<p>Personalsamling</p> <h3>Vår egen ABC: Hvordan?</h3> <p>Hva betyr ABC for oss på vår arbeidsplass - og hvordan GJØR vi ABC hos oss?</p> 	<p>Personalsamling</p> <h3>Det skal så lite til</h3> <p>Denne økta fokuserer på «mikrohandlinger» - små ting vi kan gjøre for hverandre på jobb.</p> 
<p>Personalsamling</p> <h3>Samtalekort</h3> <p>I denne økta er målet å få i gang praten om ABC på arbeidsplassen.</p> 	<p>Informasjon</p> <h3>Tips til møteleder</h3> <p>Du må ikke være «ekspert» på psykisk helse for å lede en ABC-økt. Det viktigste er å legge til rette for en god dialog.</p> 	<p>Informasjon</p> <h3>For alle typer arbeidsplasser</h3> <p>Verktøyet er utviklet av NAV Arbeidslivssenter i Trøndelag i samarbeid med en rekke ulike aktører.</p> 

I tillegg har NAV Arbeidslivssenter Trøndelag utarbeidet en egen [Veiviser for systematisk HMS-arbeid](#).

## 7. Veileder for ABC i skolen

**Prosessverktøy**

<p>Ledelse, partsgruppe og elevrådet</p> <h3>Forankringsmøte</h3> <p>Når ABC skal implementeres i skolen må det gjøres kjent hos ledelsen og hos partene</p>  <p style="text-align: right;">+</p>	<p>Personalsamling</p> <h3>Intro: Hva er ABC?</h3> <p>I denne økta får alle en kort innføring i hva ABC er og hvordan det virker.</p>  <p style="text-align: right;">+</p>	<p>Ledelsen / elevtjenesten</p> <h3>Hvordan gjøre ABC kjent for lærere?</h3> <p>Samling for personale og lærerteam</p>  <p style="text-align: right;">+</p>
<p>Elevtjenesten + elevrådet</p> <h3>Intro: Bli kjent med ABC</h3> <p>Gjøre ABC-budskapene kjent for elevene.</p>  <p style="text-align: right;">+</p>	<p>Elevtjenesten</p> <h3>ABC i møte med elevene</h3> <p>Kan gjennomføres i klasse, i mindre grupper og i individuelle samtaler</p>  <p style="text-align: right;">+</p>	<p>Lærere, elevtjenesten og elevråd</p> <h3>Styrke lærings- og skolemiljø</h3> <p>Kan gjennomføres i klasse, i mindre grupper og i individuelle samtaler</p>  <p style="text-align: right;">+</p>
<p>Tillitsvalgt i klassen / elevråd</p> <h3>ABC-tenking inn i klassen</h3> <p>Denne økta kan gjennomføres i klassen av de tillitsvalgte elevene</p>  <p style="text-align: right;">+</p>	<p>Ledelse, personal og elevråd</p> <h3>Styrke skolefelleskapet med ABC</h3> <p>Kan gjennomføres som en idédugnad i kantina, eller i et felles ABC-team</p>  <p style="text-align: right;">+</p>	<p>Kontaktlærere: Hjem-skolesamarbeid</p> <h3>Styrke lærings- og skolemiljø 2</h3> <p>Denne økta kan gjennomføres i klasse eller i mindre grupper</p>  <p style="text-align: right;">+</p>
<p>Lærere / klassearbeid</p> <h3>Det skal så lite til</h3> <p>Denne økta fokuserer på mikrohandlinger – små ting vi kan gjøre for hverandre</p>  <p style="text-align: right;">+</p>	<p>Informasjon</p> <h3>Tips til møteleder</h3> <p>Du må ikke være «ekspert» på psykisk helse for å lede en ABC-økt. Det viktigste er å legge til rette for en god dialog.</p>  <p style="text-align: right;">+</p>	



## 8. Veileder for ABC i frivilligheten

### Prosessverktøy

<p>Ledelse i organisasjonen og aktiviteter</p> <h3>Mål &amp; forankring</h3> <p>Målet er å informere om hva ABC er og hvordan dette kan brukes i frivillig arbeid.</p> 	<p>Frivillige</p> <h3>Intro: Hva er ABC?</h3> <p>ABC er en måte å tenke og handle på.</p> 	<p>Ledelse, frivillige</p> <h3>Hvordan virker ABC?</h3> <p>Målet er å bli bedre kjent med kunnskapen bak ABC og hvordan det bidrar til å bygge og styrke den psykisk helse for folk flest.</p> 
<p>Ledelse, frivillige</p> <h3>Hvordan bruke ABC hos oss?</h3> <p>Målet er å finne ut hvordan ABC kan styrke en av kjerneaktivitetene som allerede finnes i organisasjonen.</p> 	<p>Ledelse, grupper av frivillige</p> <h3>ABC på 1-2-3</h3> <p>Målet er å få fram ideer til gode ABC-tiltak i egen organisasjon.</p> 	<p>For den enkelte frivillige</p> <h3>Hva gjør meg glad?</h3> <p>ABC handler om å gjøre litt mer av det som gjør deg og din psykiske helse glad i hverdagen.</p> 
<p>Frivillige, grupper</p> <h3>En god ABC er å få alle med</h3> <p>Målet med denne økten er å bli mer bevisst på hvordan vi kan gjøre en forskjell for andre.</p> 	<p>Frivillige, grupper</p> <h3>Bygg gode relasjoner</h3> <p>Målet med denne økten er å styrke relasjonene i gruppen ved å bli bedre kjent med hverandre.</p> 	<p>Ledelse, frivillige</p> <h3>Lag et ABC-arrangement</h3> <p>Målet med denne økten er å spre informasjon om ABC og inspirere til aktivitet.</p> 
<p>Informasjon</p> <h3>Tips til møteleder</h3> <p>Du må ikke være «ekspert» på psykisk helse for å lede en ABC-økt. Det viktigste er å tilrettelegge for en god dialog.</p> 	<p>Informasjon</p> <h3>ABC i frivilligheten</h3> <p>Det kan være nyttig å integrere dette arbeidet som en sentral del av organisasjonens daglige drift og utvikling.</p> 	