



Møre og Romsdal
fylkeskommune



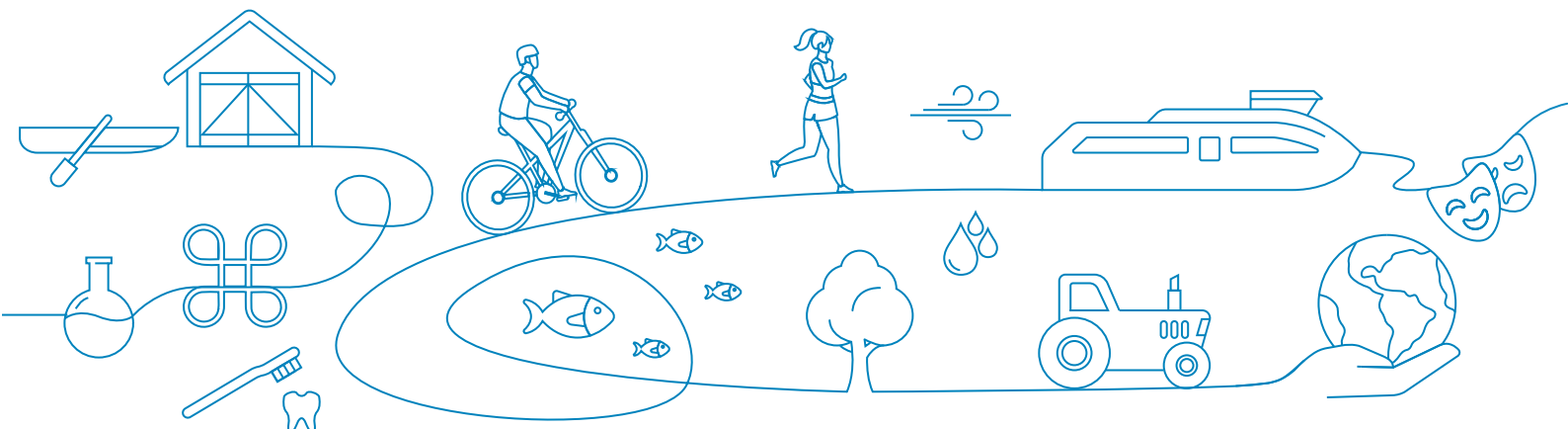
God Helse
Saman om sunne, trygge og
levande lokalsamfunn

Helsefremming og livskvalitet

Fagsamling 3.–4. februar 2026 på Campus Kristiansund

To dagar med fokus på helsefremming, livskvalitet, frivilligheit, samt vurdering og forbetring av folkehelsearbeidet

Saman med Frivillighet Norge og Fremsam inviterer vi til samling i Kristiansund. Målgruppa for dei to dagane er ulike og du kan delta på ein eller begge dagane.



Om programmet

Dag 1, 3. februar

Programmet på dag 1 handlar om samhandling mellom kommune og frivilligheita, kva skjer med ABC for god psykisk helse og moglegheitsfokus og livsmeistring.

Målgruppe: Samlinga passar godt for regional frivilligheit, dei som jobbar i kommunar med folkehelse, frivilligheit, kultur, samfunnsplanlegging og frivilligsentralar.

Del 1: Korleis skape best mogleg samhandling mellom kommunar og frivilligheita?

Verktøy og strukturer for dialog og samarbeid. Inspirasjon til både kommune og frivilligheita for å skape god samhandling. Innlegg og workshop leia av Frivillighet Norge og politisk rådgivar Brita Brekke.

Del 2: Kva har vi gjort og kva vi vil gjere framover i vårt arbeide med ABC for god psykisk helse i fylket

Pilotane som har motteke tilskot vil fortelje om sine tiltak.

Del 3: Moglegheitsfokus og livsmeistring i kvardagen med Syver kjend frå «Team Pølsa» og pappaen Øyvind Blindheim

Gjennom gode og aktive val kjenner dei og familien på god livskvalitet, sjølv om Syver er råka av alvorleg sjukdom. Dei deler både godt og vondt frå kvardagen sin, om korleis val, fellesskap og meistring har styrkt den psykiske helsa deira.

Middag

Middag kl. 18 på Quality Hotel Grand. Deltakarar frå begge dagane er velkomne til å delta.

Dag 1, 4. februar – kurs

Nyttig folkehelsearbeid – kurs i vurdering og forbetring av folkehelsearbeidet

Som ein del av Folkehelseprogrammet i Møre og Romsdal ønsker vi å tilby alle kommunane **kurs i vurdering og forbetring av folkehelsearbeidet**, for å støtte opp om krava i folkehelselova.

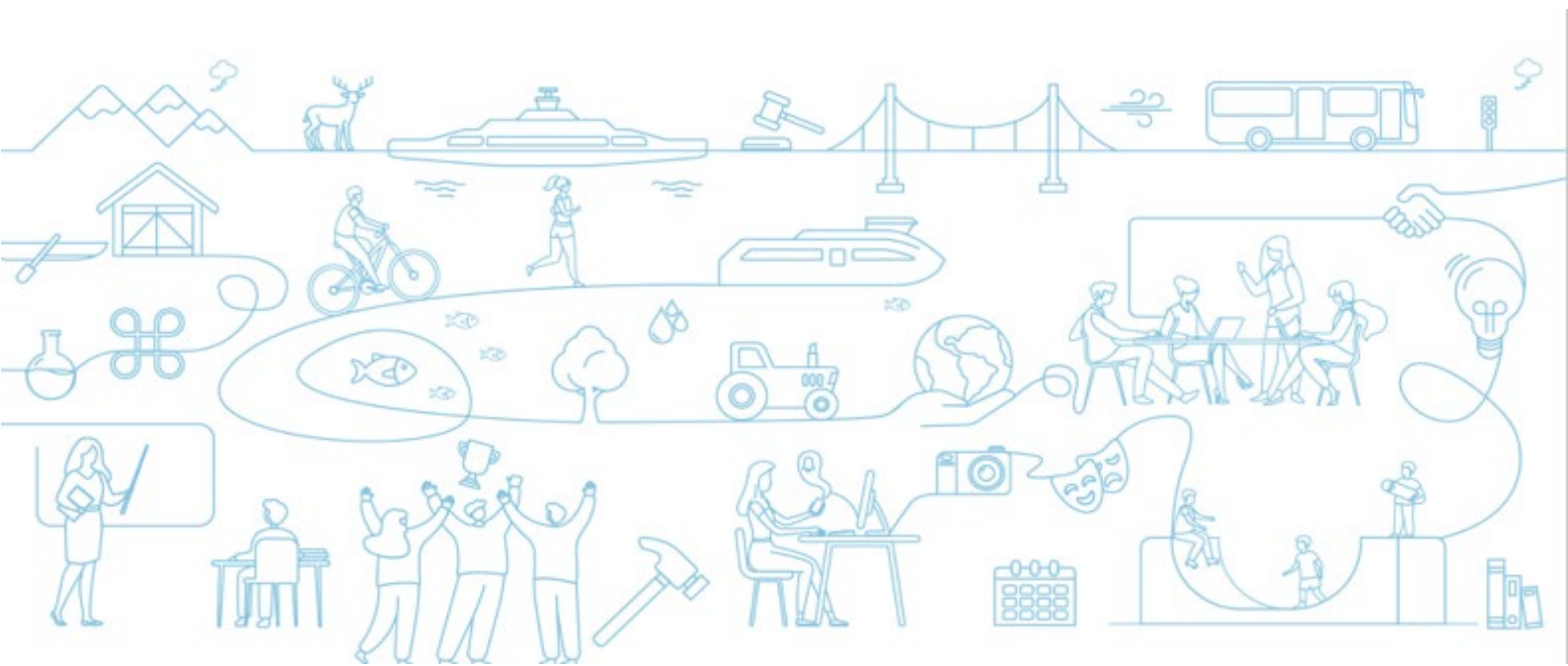
Målgruppe: Kurset passar godt for dei som jobbar i kommunar med folkehelse, samfunnsplanleggarar, kommuneoverlegar, leiarar og dei som har ansvar knytt til kommunal verksemdsstyring eller forbetringsarbeid.

Nettverk for helsefremmende samfunn (**Fremsam**) gjennomfører kurset. Føremålet med kurset er å styrke kompetansen i å vurdere om folkehelsearbeidet utviklar seg i rett retning, og å få verktøy for å bidra til eit meir nyttig folkehelsearbeid. Fremsam har med seg **Anette Simonsen**, som har lang erfaring med å undervise engasjerande om gode

mål og realistiske resultat på ulike samfunnsområde. Vi oppfordrar til å delta med to frå same kommune for å sikre best mogleg læring. Det er ei øvre ramme på maks 55 deltakarar, så vær rask med påmelding for å sikre plass.

Praktisk informasjon

- [Påmelding innan fredag 23. januar via denne lenka](#). Du kan melde deg på ein eller begge dagane.
- **Middag:** Du må også krysse av på om du blir til middag 3. februar
- **Overnatting:** Deltakarar på dag 2 får dekt ei overnatting per kommune
- **Pris:** Samlinga er gratis og inkludere dagpakke og middag. Reisekostnaden er ikkje dekt.
- **Stad:** Auditoriet på Campus Kristiansund, Fosnagata 12, 6509 Kristiansund
- **Parkering:** Vi anbefaler å parkere ved Kulturfabrikken
- **Middag og overnatting:** Quality Hotel Grand, Bernstorffstredet 1, 6509 Kristiansund
- **Forfall:** Gi beskjed ved forfall så tidleg som mogleg. Forfall utan beskjed blir fakturert.
- **Kontakt:** Send ein e-post til rigmor.hustad.holen@mr fylke.no eller ring 930 06 726



Dag 1, tysdag 3. februar

Kl. 09.30 **Registrering og mingling**

Kl. 10.00 **Velkommen** ved Christine Reitan, ass. Kulturdirektør i Møre og Romsdal fylkeskommune

Del 1

Kl. 10.10 **Korleis skape best mogleg samhandling mellom kommunar og frivilligheita?**

Kva seier kartlegginga av frivilligheita i fylket om samhandlinga mellom kommune og frivilligheita? ved Rigmor Hustad Holen, seniorrådgivar Møre og Romsdal fylkeskommune (sjå gjerne på kartlegginga før du kjem)

Verktøy og strukturer for dialog og samarbeid. Inspirasjon til både kommune og frivilligheita for å skape god samhandling. Innlegg og workshop leia av **Frivillighet Norge** og politisk rådgivar Brita Brekke.

Kl. 12.00 **Lunsj**

Del 2

Kl. 13.00 **Kva har vi gjort og kva vi vil gjere framover i vårt arbeide med ABC for god psykisk helse i fylket** ved Rigmor Hustad Holen, seniorrådgivar i Møre og Romsdal fylkeskommune

Pilotane som har motteke tilskot vil fortelje om sine tiltak.

Fjord kommune, 4H Møre og Romdal, Frivilligsentralane i Romsdal og Nordmøre, NaKuHel Sunnmøre og Friluftsrådet Nordmøre og Romsdal

Kl. 14.45 **Pause**

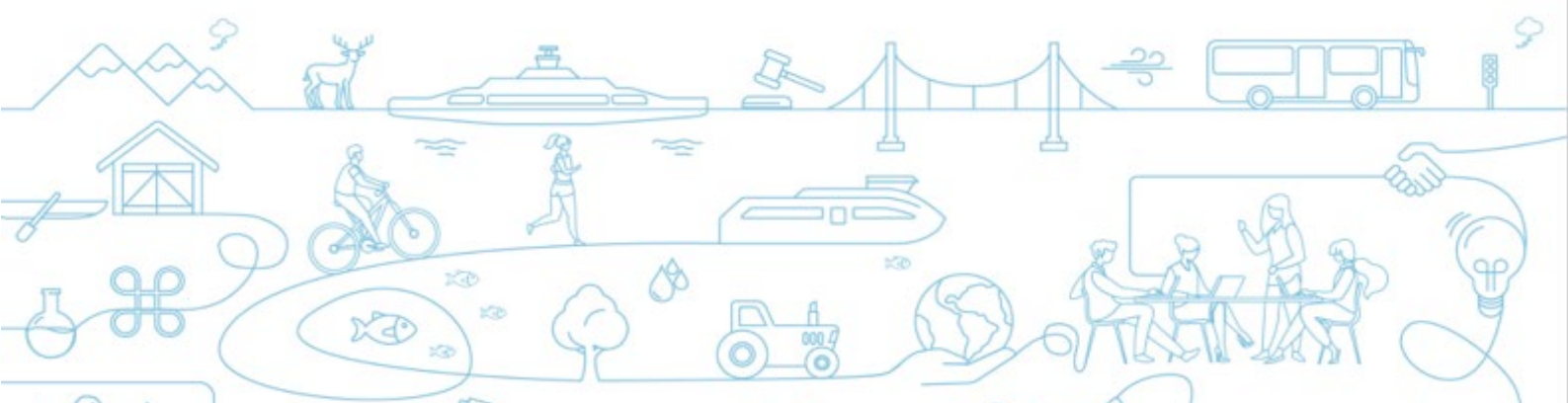
Del 3

Kl. 15.10 **Moglegheitsfokus og livsmeistring i kvardagen** med Syver kjend frå «Team Pølsa», og pappaen Øyvind Blindheim

Kl. 15.55 **Oppsummering og avslutning**

Kl. 16.00 **Ferdig for i dag**

Middag kl. 18 på Quality Hotel Grand. Deltakarar frå begge dagane er velkomne til å delta.



Dag 2, onsdag 4. februar

Kl. 08.30	Registrering og mingling
Kl. 09.00	Velkommen til kurs! ved Fremsam Formål og forventninger
Kl. 09.20	Formålet med folkehelsearbeidet ved Fremsam • Kva er systematisk folkehelsearbeid? • Kva ønsker kommunen at folkehelsearbeidet skal bidra til?
Kl. 09.50	Kommunens ansvar og styring av en kommune ved Øyvind Henriksen, kommunedirektør i Nordre Follo
Kl. 10.00	Pause
Kl. 10.15	Mål og resultatstyring som hjelp i folkehelsearbeidet ved Anette Simonsen Del 1: Nyttige mål for kommunens folkehelsearbeid og kva trenger vi dem til?
Kl. 11.00	Lunsj
Kl. 11.45	Mål og resultatstyring som hjelp i folkehelsearbeidet ved Anette Simonsen Del 2: Indikatorar for måling og vurdering av måloppnåing, endring og ønsket tilstand
Kl. 12.30	Verkstad ved Anette Simonsen • Korleis ser måla i kommunen ut? • Korleis vet vi om folkehelsearbeidet og folkehelsa utviklar seg i riktig retning?
Kl. 13.45	Pause
Kl. 14.00	Forbetring og læring i folkehelsearbeidet- kva er nyttig å gjere? ved Fremsam System for å vurdere og forbetre folkehelsearbeidet ved Sandnes og Ringsaker kommune
Kl. 14.45	Verkstad: System og verktøy i egen kommune for å vurdere og forbetre folkehelsearbeidet.
Kl. 15.30	Deling i plenum av gode tips og arbeid framover
Kl. 16.00	Takk for i dag!

Kursets læringsmål

1. Korleis sette nyttige mål for kommunens folkehelsearbeid
2. Kva er moglege resultat av folkehelsearbeidet
3. Korleis legge til rette for vurdering og forbetring i kommunens folkehelsearbeid

