



Årsglimt for Folkehelsealliansen i Trøndelag Perioden 04.10.2024 – 02.10.2025



ABC FOR GOD PSYKISK HELSE



GJØR NOE AKTIVT



GJØR NOE SAMMEN



GJØR NOE MENINGSFULLT

Et friskere Trøndelag
10 års jubileum 2025



Folkehelsealliansen

Folkehelsealliansen i Trøndelag er et forum for regionale ikke-kommersielle aktører i fylket som ønsker å samarbeide om bedre folkehelse. Alliansen består i dag av 55 unike medlemmer. Kommunene deltar gjennom sine kommuneregioner. Trøndelag fylkeskommune ivaretar sekretariatsfunksjonen. Dette i kraft av sin rolle om å samordne folkehelsearbeidet i fylket (hjemlet i Folkehelseloven). Årsglimt gir et innblikk i vårt arbeid.

Styret

Steinar Krokstad (leder), HUNT forskningssenter NTNU
Frode Mo (nestleder), Nasjonalforeningen for folkehelsen
Marit Stranden (styremedlem), Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg
Siri Bjerkan (styremedlem), Livsglede for eldre
Kjell Erik Ronæss (styremedlem), Røde Kors
Ingrid Hallan (styremedlem), FFO
Johan Hægstad (vara til styret), Leve

John Tore Vik og Mari Jørgensen Ryen (Trøndelag fylkeskommune) har deltatt mer eller mindre fast på styremøtene som en naturlig følge av alliansens satsing på ABC for god psykisk helse. Andre ressurser har også deltatt i møter ved behov.

Sekretariat

Kyrre Grue Kvistad fra Trøndelag fylkeskommune har ivaretatt sekretariatsrollen i alliansen. Sekretariatet har hatt en ekstra sekretærressurs i 20 %. Berit Vordal fra Nasjonalforeningen for folkehelsen har ivaretatt denne rollen. Å ha en slik tilleggsressurs har vært veldig positivt for vårt arbeid.



Mari J. Ryen (ABC), Berit Vordal (sekretariat), Kyrre G. Kvistad (sekretariat), Marit Stranden (styremedlem), Steinar Krokstad (leder), Siri Bjerkan og Ingrid Hallan.

Styrets arbeid

Årsmøtet 2024 ble avholdt i Steinkjer kulturhus 3. oktober.

Protokoll fra årsmøtet og utvidet informasjon ligger på nettsiden hos fylkeskommunen:

[Folkehelsealliansen i Trøndelag - Trøndelag fylkeskommune \(trondelagfylke.no\)](https://trondelagfylke.no)

Styret har i perioden hatt 13 møter (de fleste har vært digitale).

Folkehelsealliansen er et nettverk til det beste for folkehelsen, med et valgt styre og enkle regler for driften, siden nettverket er en del av folkehelsearbeidet i Trøndelag fylkeskommune, og ikke en organisasjon med eget organisasjonsnummer.



Bilde fra årsmøtet 2024.

I Statsbudsjettet for 2025 ble det bevilget penger til å utvide satsningen på ABC for god psykisk helse til andre deler av landet. Leder har vært med på oppstart i andre fylker.

Folkehelsealliansen har egen facebookside: www.facebook.com/folkehelsealliansen Her legger vi gjennom året ut saker som kan være av interesse. I tillegg har ABC for god psykisk helse, som har vært hovedsatsningen også i denne årsmøteperioden, egen facebookside: www.facebook.com/ABCforgodpsykiskhelse.no og egen nettside: www.abcforgodpsykiskhelse.no hvor man kan få grundigere innblikk i ABC-satsningen.



For å øke synligheten fikk vi i denne perioden laget en rollup. Det ble tatt opp to nye medlemmer i folkehelsealliansen. Frosta kommune og Trøndelag frivilligsentraller.

Folkehelsekonferansen – 4. oktober 2024 Steinkjer

Folkehelsekonferansen samlet denne gangen nesten 90 deltakere.



Noen av temaene på møtet var: NAV arbeidslivssenter; ABC på arbeidsplassen, sosial inkludering, Et inkluderende arbeidsliv, utdeling av folkehelseprisen, Hvorfor er kultur og frivilligheten bra for folkehelsen, ABC og frivilligheten, MOT med ABC i skolen, ABC som en del av det systematiske folkehelsearbeidet, Erfaringer fra ABC pilotkommuner og veien videre.

Vårmøte - 27. mars 2025 Levanger

Folkehelsealliansens «Vårmøte» samlet denne gangen nesten 70 deltakere.



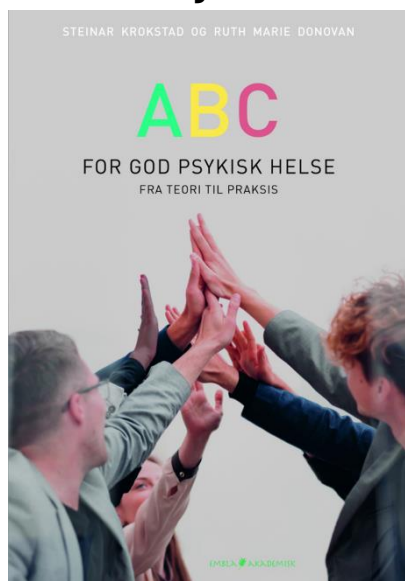
Noen av temaene på møtet var: Sykefravær, selvmord, arbeidslivets ABC, ABC-samtalen, Mental ladestasjon – emosjonelle og relasjonelle arbeidskrav og Kulturens betydning for livsmestring, folkehelse og mangfold. I tillegg var det gruppearbeid på tvers av sektorene i alliansen.

Folkehelseprisen 2024



Folkehelsealliansen deler hvert år ut folkehelsepris. Monica Lillefjell fikk folkehelseprisen 2024 for sitt langvarige arbeid med folkehelse og sin forskning på fagområdet. Prisen ble delt ut i forbindelse med Folkehelsealliansen sin årlige folkehelsekonferanse. Lillefjell er en internasjonal anerkjent folkehelseforsker som både har tatt initiativ til og deltatt i store internasjonale forskningsprosjekter. Hun har lang fartstid innen folkehelsefeltet og forskning på det. Hun var en av initiativtakerne til Trøndelagsmodellen for folkehelsearbeid, som er en metode for å drive systematisk og kunnskapsbasert folkehelsearbeid i kommunene.

Publikasjoner - ABC for god psykisk helse - fra teori til praksis



Det er i årsmøteperioden utgitt flere relevante publikasjoner. Vi velger å trekke fram denne boken av Krokstad S, Donovan, RM. 2025. ABC-kampanjen sprer seg nå over hele landet. Da er det behov for kunnskap om hva ABC egentlig er. ABC for god psykisk helse. Fra teori til praksis er et viktig bidrag i en tid hvor svært mange unge og voksne sliter med psykiske helseutfordringer. Det som gir de største plagene og lidelsene i befolkningen vet vi ironisk nok alt for lite om! Derfor er det viktig at vi i Norge blir mer bevisste på HVA vi selv kan gjøre for å få god psykisk helse. Både i eget og andres liv. Dette er en bok til alle som ønsker verktøy i arbeidet for å fremme god psykisk helse! I klasserommet, på legekontoret, på fotballbanen, på universitetet, på arbeidsplassen, i frivilligheten, i lokalsamfunnet, i familien, og i eget liv!

Glimt fra hovedsatsningen ABC for god psykisk helse

Tekst: Mari Jørgensen Ryen

Siden forrige årsmøte i folkehelsealliansen har det vært mye aktivitet i ABC-kampanjen i Trøndelag, og også nasjonalt. I oktober 2024 var Trøndelag og ABC godt representert på den nasjonale folkehelsekonferansen i Tønsberg, med både egen ABC-prekonferanse og innlegg på hovedkonferansen. Videre utover høsten og vinteren har ABC-kampanjen hatt foredrag og formidling for ulike målgrupper på mange arenaer. For å nevne noen: webinar for alle læringer og lærlingebedrifter i Trøndelag, frivilligsentralene, Sør-samisk helsekonferanse, kommuner og Ungdommens fylkesting. Vi avsluttet året med å finne fellesskap med Vassfjellet og arrangementet «Tøff i hodet», hvor vi i tillegg fikk også fikk spilt inn noen nye kampanjefilmer med tre kjente unge mennesker som har mange følgere i sine kanaler. For 2025 er eldre og minoritetsbefolkning nevnt som viktige målgrupper, og det er påstartet et arbeid med noe ekstra fokus her. Det foregår også et Samisk ABC-prosjekt i samarbeid med våre tre språkforvaltningskommuner. ABC fortsetter å være synlig i regionen med å delta på viktige møtearenaer som Trøndelagsmøtet, Nipa (Nasjonal Idrettspolitisk Arena) og Framtidsfredag, og også som pådriver i Drivkraft 2025.

Vi har utover i året jobbet sammen med Aker, Nav og Steinar Krokstad for å ferdigstille et nytt samtaleverktøy for arbeidslivets ABC; ABC-samtalen, denne finnes på nettsiden www.abcforgodpsykiskhelse.no – Nettsiden har blitt og vil bli ytterligere oppgradert framover. Samarbeidet med Nav og arbeidslivet i regionen har fortsatt i 2025 med utviklingsarbeid knyttet til «forsterka onboarding» for å sikre god rekruttering, inkludering og å beholde sårbare arbeidstakere i arbeidslivet. Arbeidslivets ABC fikk også stort fokus på Folkehelsealliansens vårmøte i mars.



Vi har gjennomført evalueringer og en ny survey, skrevet sluttrapport for ABC-piloten i Trøndelag, og hatt mye dialog med Helse- og omsorgsdepartement og Helsedirektorat for å få til en god overgang til nasjonal kampanje. I den nasjonale kampanjen er det Helsedirektoratet som eier kampanjen og lisensen med Australia, mens fylkeskommunene med tildelte tilskuddsmidler skal være pådrivere for kampanjen i sine fylker. Vi jobber med å lage enkle samarbeidserklæringer til lokale partnere.

11 av 15 fylkeskommuner søkte og ble en del av den nasjonale kampanjen i 2025. Trøndelag fylkeskommune fikk i tillegg en veileder-rolle for å hjelpe og bistå andre fylker i gang.

Sluttrapport og veien videre for ABC i Trøndelag var oppe som politisk sak i Fylkesutvalgsmøte 17.06.2025 sak 133/25 og følgende vedtak ble fattet: Fylkesutvalget mener ABC for god psykisk helse har vært en riktig og viktig satsing i Trøndelag og bør derfor bli implementert som en del av fylkeskommunens langsiktige, systematiske og kunnskapsbaserte folkehelsearbeid.

I mars ble Trøndelag fylkeskommune nominert til prisen «Årets markedsfører i Trøndelag», vi gikk videre til finalen, og i april vant vi denne prisen foran Rosenborg ballklubb og NTE. Juryen beskriver at ABC-kampanjen traff blink med en kombinasjon av varme budskap, ekte trønderske historier, fysiske aktiviteter og en tydelig visuell identitet. Vi takker dere alle som har bidratt til å spre budskapene og skape gode historier. Premien var blant annet annonsering og synlighet fra Adressa. Den første pulsen ble publisert i juni med Thora Storm VGS som case, og den andre pulsen i september er en flott sak fra Oppdal kommune.



Forskning på ABC for god psykisk helse er viktig, og vi er glade for at Napha og Samforsk har gjennomført en litteraturstudie og en kvalitativ studie omkring implementering av ABC. Og at vi igjennom studiet Systematisk folkehelsearbeid ved Nord universitet kan spille inn caser til semesteroppgaver. Flere større forskningsprosjekt er på trappene.

Vi håper vi også i forestående år har klart å engasjere partnerne i Folkehelsealliansen i ABC-arbeidet igjennom nyhetsbrev, webinarer, møter og kommunikasjon på ulike arenaer. Vi har også rekruttert flere partnere i alliansen igjennom ABC-arbeidet. I løpet av høsten 2025 kommer det flere artikler og eksempler på ABC i praksis, og vi har laget Podkaster til opplæring og inspirasjon. Vi kommer til å tilby flere åpne opplæringswebinarer for ulike målgrupper på senhøsten/nyåret. Minner også om kurslederkurset utviklet sammen med Folkehelseforeningen (link på ABC-siden www.abcforgodpsykiskhelse.no).

Foredragsvirksomhet om ABC for god psykisk helse

Det har vært fokus på formidling og foredrag knyttet til ABC for god psykisk helse. Her kan eksempelvis innlegg på Framtidsfredag og Nasjonal folkehelsekonferanse trekkes fram. Leder i Folkehelsealliansen, Steinar Krokstad, har i årsmøteperioden gjennomført over 70 foredrag for flere tusen deltakere! Listen over foredrag er lagt ved årsglimt.

Medlemmer i folkehelsealliansen



Link: [Samarbeidspartnere i alliansen - Trøndelag fylkeskommune \(trondelagfylke.no\)](https://trondelagfylke.no)

Gjør noe fint for andre – 2. oktober



Å gjøre noe fint for andre var en kampanje som startet i 2024. Kampanjen er videreført også i 2025. Små handlinger kan ha stor betydning. Når vi gjør noe fint for andre, gjør vi også noe fint for oss selv.

Et friskere Trøndelag

God folkehelse skaper vi sammen



Følg oss på facebook:
«Folkehelsealliansen Trøndelag»



Sekretariat

Berit Vordal, Nasjonalforeningen for folkehelsen, telefon 920 60 660,

✉ berit.vordal@nasjonalforeningen.no

Kyrre Grue Kvistad, Trøndelag fylkeskommune, telefon 74 17 50 82 / 926 88 606,

✉ kyrkv@trondelagfylke.no

Vedlegg: liste over foredrag

ABC foredrag 2024/2025

Steinar Krokstad

1. ABC for NTE 9.10.2024
2. ABC for god psykisk helse_en innføring Bodø 9.10.2024
3. ABC for Equinor 10.10.2024
4. Barns digitale verden og psykisk helse. Betanien 11.10.2024
5. ABC for HUNT forskningssenter 18.10.2024
6. ABC For eldre. Fagfokus 21.10.2024
7. Helsekompetanses betydning i ABC for psykisk helse 21.10.2024
8. ABC for god psykisk helse Hva er kunnskapsgrunnlaget? Folkehelsekonferansen 24.10.2024
9. ABCens vei fra Australia til Norge. Internasjonalt samarbeid. Hva sier internasjonal forskning? For-konferanse for Folkehelsekonferansen 23.10.2024
10. Helseutvikling i befolkningen og aktuelle tiltak Stod 28.10.2024
11. Folkehelseutvikling og aktuelle tiltak. HUNT. Seniorsykepleiere 29.10.2024
12. ABC for NAV ansatte Trøndelag 30-31.10.2024
13. ABC for NHO elektro 7.11.2024
14. ABC for god psykisk helse_kunnskapen vi trenger akkurat nå. Montessorri konferanse Oslo 11.11.2024
15. Har SoMe forøplet unges sosiale omgivelser og forårsaket tidenes psykiske helsekrise? 12.11.2024
16. Folkehelse NITO 65+ Stjørdal 12.11.2024
17. Endringer i psykisk helse i befolkningen i appenes tidsalder. St. Olavs hospital/NTNU. 22.11.2024
18. ABC Folkehelsealliansen i Nordland 2.12.2024
19. Kunnskapsgrunnlag for tidlig innsats i Frosta. 4.12.2024
20. Håpets ABC. To teorier, en definisjon og ett verktøy. Rusfaglig Forus. KORUS. Bergen 5.12.2024
21. ABC for RPH. Nasjonal nettverks- og veiledningssamling for Rask psykisk helsehjelp Oslo 5.12.2024
22. Psykisk helse og sosiale forhold Psyk HNT 10.12.2024
23. Hvordan forstå GenZ. Hva skal vi måle? 20.1.2025
24. Psykiske plager, ensomhet og demens blant eldre – hva kan vi gjøre for å redusere plagene Steinkjer 23.1.2025
25. Sosialpediatri. Endringer i barn, unge og foreldres hverdag og helse. 23.1.2025
26. Skjerm tida Levanger bibliotek 27.1.2025
27. Helsefremmende atferd, kan leger bidra til det? Legekonferanse Agder 29.1.2025
28. Informasjonswebinar. ABC for god psykisk helse 11.2.2025
29. Hvordan fremme psykisk helse hos unge? Inn på tunet konferanse 11.2.2025
30. Skjerm barna. Halsan skole 18.2.2025
31. ABC for god psykisk helse. Stod 19.2.2025
32. Folkehelsearbeid på NCD-området i regionalt og lokalt. KDU møte 19.2.2025
33. ABC Utdanningsforbundet 25.2.2025
34. ABC for god psykisk helse. Sykefravær og tiltak. Mentalt perspektiv. 27.2.2025
35. ABC for senior HUNT 6.3.2025
36. Eldres helse. Levanger 6.3.2025
37. Sosiale medier og unges mentale helse. Psykiatriveka 10.3.2025
38. Et godt Arbeidsmiljø forebygger sykefravær. HMS konferanse Trondheim 11.3.25
39. Frisk i friluft ABC 15.3.2024
40. Helse samfunn psyke og musikk NMH 17.3.2025
41. Skjerm barna. Lilleby skole 19.3.2025

42. Skjerm barna. Kvam Følling barnehager 20.3.2025
43. Boklansering ABC for god psykisk helse. 27.3.2025
44. Psykisk helse i arbeidslivet. Fagforbundet Stjørdal 2.4.2025
45. Skjerm tida. Stjørdal bibliotek 2.4.2025
46. Friluftsliv, en ABC til helse og livskvalitet Hva sier forskningen? Korus 3.4 2025
47. Veiledersamling helsefagsarbeidere Inderøy 4.4.2025
48. Har SoMe forsøplet unges sosiale omgivelser og forårsaket tidenes psykiske helsekrise? 8.4.2025
49. Sykefravær, psykisk helse hos unge og ABC i arbeidslivet NAV NTNU 9.4.2025
50. Helsetrender i samfunnet med fokus på ungdom og sosiale medier. HNT 11.4.2025
51. ABC for seniorer i HNT 23.4.2025
52. ABCs of mental health. For sustainable and resilient communities in Norway.
Steinar Krokstad, Mari Jørgensen Ryen, Unni Karin Moksnes. Nordic Public Health Conference 2025.
53. ABC for Bouvet 5.5.2025
54. Skjerm tida. Meråker 5.5.2025
55. Hva kan veiledere bidra med for ungdom som sliter med psykiske plager, somatisk sykdom og mye skjermbruk?
Rådgiverforum 6.5.2025
56. Skjerm barna. Skjerm tida Snåsa 6.5.2025
57. Hva er kunnskapsgrunnlaget for ABC-kampanjen. Ny bok om ABC. European Public health Week 12.5.2025
58. ABC for god psykisk helse på arbeidsplassen. ALOR Bergen 22.5.2025
59. ABC Hva og hvorfor. M&R 27.5.2025
60. Helseutvikling for eldre og et samfunn i endring. Demenskonferansen 2025
61. Vestfold Stiftelse av en folkehelseallianse hvorfor hva hvordan ABC 2.6.2025
62. HUNT om helsa til foreldre og betydning for barnehagen 4.6.2025
63. Act-belong-commit for better mental health. Healing Arts - how can art contribute to better health? NTNU
Trondheim 6.6.2025
64. Hva trenger de unge, hva er det som hindrer dem, og hva kan vi gjøre? Om ABC Vestland 11.6.2025
65. Trender i psykisk helse i befolkningen, underliggende samfunnsendringer og folkehelsearbeid for bedre psykisk
helse. Østmarka 12.6.2025
66. Sosiale medier skjerm og psykisk helse 17.6.2025
67. Sosiale medier og unges mentale helse. Utvalget for framtidens fellesskole 19.6.2025
68. ABC for god psykisk helse på arbeidsplassen. NAV 19.8.2025
69. Psykisk helse ABC. Bergen 22.8.2025
70. ABC for god psykisk helse. Telemark 26.8.2025
71. ABC for god psykisk helse pårørende. Steinkjer 3.9.2025
72. God arbeidsplass. HNT 4.9.2025
73. ABC for god psykisk helse. Vestfold 9.9.2025
74. SOS folk i beredskap. Forskningsdagene NTNU 17.9.2025