



«GODE NÆRMILJØ- OG LOKALSAMFUNN SOM FREMMER FOLKEHELSE»

barn- og unges trivsel, medvirkning og stedsutvikling
Studietur til Danmark 3.-5.april 2019



MALGORZATA MARIA DVORAKOVA
NORDLAND FYLKESKOMMUNE

STUDIETUR TIL DANMARK

Arbeidsgruppen i Folkehelsealliansen «Bo- og nærmiljø» var med på studieturen til Danmark i regi av Nærmiljøprosjektet i uke 14, 3.-5.april 2019.

MÅLSETTING

Målet for studieturen var å innhente erfaringer som kan benyttes i vårt arbeid med å gi innspill overfor kommuner i Nordland om gode folkehelseiltak knyttet til bo -og nærmiljø. Der hovedfokus la på prosesser knyttet til samskaping og innbyggerinvolvering/medvirkning i utvikling av nærmiljø med vekt på barn og unges trivsel og livskvalitet.

Stikkord for denne turen er: barn og unge, bred medvirkning, samskaping og lokal mobilisering i utvikling av egne nærmiljø, trivsel, mestring, livskvalitet, nærdemokrati.

MÅLGRUPPE

Alle kommuner i Nordland og landet for øvrig som jobber med systematisk, målrettet og langsiktig folkehelsearbeid.

BAKGRUNN

Nordland fylkeskommune har vært involvert i et 3-årig nasjonalt prosjekt «Nærmiljøprosjektet» hvor målet var å prøve ut metoder for å fremme lokalt engasjement og aktiv deltakelse i utvikling av egne helsefremmende nærmiljø samt bli bedre på reell innbyggerinvolvering i deltakendekommunene. I Nordland deltok 11 kommuner i prosjektet mens nasjonalt var det 40 kommuner i åtte ulike fylker. Vi ser at det er viktig å hente inn gode internasjonale eksempler som tar sikte på medvirkning, innbyggerinvolvering og samskaping i et større perspektiv.

Nordland fylkeskommune har gjensidig og forpliktende samarbeidsavtaler med alle kommuner hvor bo- og nærmiljø er et av to obligatoriske satsingsområder som alle kommuner skal jobbe med.

METODIKK/ HVA HAR VI LÆRT?

3.APRIL

«Hvordan kan din kommune sætte rammen for fremtidens unge og deres trivsel? Udfordringer og løsninger. Værktøjer til handling! Sund By Netværksamling

Arbeidsgruppen besøkte vårt danske søsternetverk Sund By sin årlige samling i Lolland kommune i Danmark. Der ble det presentert stort mangfold av ulike prosjekter, modeller og organisasjoner som jobber for å skape gode oppvekstvilkår for ungdommer. Blant annet ble det presentert arbeid i flere av temagrupper i nettverket.

1. Prosjektet **“Det unge liv”** jobber sammen for å skape nye perspektiver og ny felles kunnskap om ungdommens helse og trivsel. De har etablert et felles forum under arbeidsgruppen for å utveksle gode erfaringer og ideer på tvers av kommuner og fagområder samt engasjerer de unge siden 2015. De tror på at unge har masse kompetanser! Forum ble skapt som et svar på ungdommens daglige utfordringer som viser:
 - Dårlig mentalt helse- kvinner 16-24 år 34% menn 13%
 - Høyt stressnivå- kvinner 40,5% menn 23,4%
 - Daglig røyking kvinner 14,2%, menn 17,1%
 - Ofte uønsket alene: kvinner 10,3%, men 8,5%

Arbeidsgruppen har fokus på:

- Å utvikle senter for ungdomsstudier der har de et generelt innblikk i ungdommen i dag
- Jobber med fysisk og mentalt helse- alle aspekter
- å skape rom hvor det er plass til refleksjon og nysgjerrighet
- å skape pauser i en hverdag

I arbeidsgruppen **“Det gode ungeliv”** har de gjennomført et matprosjekt som heter **“Food Maker”**. Hensikten var å se på hvordan **“Food maker”** kan være med på å sikre det gode ungeliv. Det ble etablert et ungdommens hus i Frederica der temaet er hovedsakelig mental helse.

- Fra økt matglede til økt helse og trivsel
- Utviklet av unge til unge
- Et felleskap som man skaper sammen
- Et felleskap hvor alle kan være med

Derfor er tilnærmingen i temagruppen preget av nysgjerrighet, erfaringsutveksling og åpenhet til ulike fagområder og tilnærminger til arbeidet med ungdomsmålgruppen i et helsefremmende perspektiv.

Det unge liv leter etter inspirasjon og samarbeid på tvers av ulike fagområder, tilnærminger både i offentlig, frivillig og privat sektor. Dette betyr at tverrfaglig samarbeid ligger i fokus både når det gjelder det strategiske og det praksisrelaterte arbeidet. Mer informasjon foreligger her:

<https://sund-by-net.dk/temagrupper/det-gode-unge-liv/> og her <https://sund-by-net.dk/wp-content/uploads/2018/07/Det-gode-ungeliv-pp-13.11.18-inkl.-CUR.pdf>

2. Neste innlegg var om islandske erfaringer med helsefremmende systemer **“Island kan noen men kan de alt?”**

Gigja Gunnarsdottir- program manager, health promoting community, Directorate of health Island.

Notater:

Health is the river of life. What you measure affects what you do,
If you don't measure the right thing, you don't do the right thing!

Icelandic model is based on Icelandic youth factors:

1. Family factors- time spent with parents, support, monitoring, control
2. Peer group effect- positive and negative effects, how we as parents approach the peer group, do we do sth with them, is it acceptable to stay late at night
3. Schools- inside and outside of school, bullying,
4. Extracurricular activities, sports, - organized activities vs. unorganized

In 1997- 2002

At this time were implemented a totally new approach in prevention on Iceland. The main goal was to:

- change the actual behavior of youth, not only their attitude
- gain public consensus on this ambitious aim
- Change the environment of our children so that they would be in lesser risk of substance use

The drug free Iceland, actions had a several projects:

- Stop youth drinking
- Outdoors hours
- Leisure activity card- card for all children, in municipalities, 6-18years
- Parental agreement
- Live your life- support to municipalities
- Drug prevention school
- Information to parents
- Information meetings

Health promoting community, where they added to their model vase consumer and air quality. After 20 years of intervention and health promotion programs, data shows that 84% of inhabitants live in healthy promoting communities! The biggest lesson was: "**Don't assume- Ask!**"

Et innlegg om **UNIK TRIVSEL** ved Heidie Emilie Sofie Graversen og nestformand Mette Elsig, Foreningen barn og unges trivsel

De har innført en mentorutdanning til ungdommer som hjelper å hindre utenforskap!

<https://børnogungestrivsel.dk/>

3. Prosjekt UNIK

Formålet med prosjektet UNIK er å gi nåværende eller tidligere unge som falt ut av skolen en bedre livskvalitet, støtte for å mestre sitt eget liv, en målrettet innsats som utvikler ungdommens sosiale og personlige ferdigheter, for å styrke sin sosiale motstandskraft med økt selvtillit.

UNIK gir ungdommene muligheten til en kompetanseheving i et trygt miljø ved vårt SMART Recovery & Craft Youth Ambassador og Mentor-program.

UNIK sitt tilbudd:

I prosjektet UNIK går de på nye måter å gi ungdommer muligheten til å utvikle deres fulle potensiale. De tilbyr dem en stabil plattform og et trygt miljø, hvorav med unges sine ferdigheter og verktøykasse sikrer dem det beste mulige utgangspunkt for et godt og selvforsynt liv med et sted i samfunnet.

I prosjektet UNIK jobber psykologer som tilbyr gratis psykologiske intervjuer og samtaler. De har mange forskjellige aktiviteter med hovedmål om å trene unges sosiale ferdigheter og styrke deres in levedyktighet.

I prosjektet UNIK dokumenteres det resultatene og måler fra starten av ungdommens positive utvikling. En viktig del av UNIK er at ungdommene har en stemme i sitt eget liv, og derfor har de vært involvert i utviklingen av prosjektet og nye tiltak.

4. Ung i forandring ved psykolog Mette Gro Møller, Center for børn og unges sundhed, Københavns kommune

Ung i forandring er et tilbud om støttende samtaler til unge mellom 15-30 år. Samtalene håndteres av psykologer og foregår på utvalgte ungdomsopplæringsprogrammer i København, samt på Senter for barn og ungdomshelse.

Samtaler er for unge mennesker som opplever sosiale, mentale og /eller personlige problemer, og som trenger en utenforstående å snakke med. I samtalene skaper psykologene et trygt og konfidensielt rom hvor den unge kan snakke om hva som kan stå i vei for å fullføre ungdomsopplæring. Samtalene er kjent med full konfidensialitet, og det er et frivillig tilbud.

5. Unge, stress og utdannelsesresiliens ved Laila Colding Lagermann som er skole- og utdanningsforsker/konsulent, PhD

Hun forsker mye på trivsel, motivation, stress, stresshåndtering/-reduktion og resiliens i skole og utdanning. Les mer : <http://www.lailalagermann.dk/>

Noen refleksjoner fra arbeidsgruppen:

Kommunene i Danmark har ikke samme erfaring som oss med å arbeide på tvers. Virket som om dette var ganske nytt blant deltakerne. Mat og matkultur sto sentralt i mange vellykkede prosjekt som hadde bidratt til bedre helse for utsatte grupper. I de presenterte prosjektene var det fokus på deltakelse fra brukergrupper og mestring.

I lunsjpausen fikk arbeidsgruppen oppleve servering av mat fra unge som deltok i et prosjekt der de deltok i et opplæringsprogram som brannfolk. Halvparten av deltakerne hadde problembakgrunn, mens de andre var "vanlig ungdom" fra 13-14 år og oppover.

Her fikk vi høre om unge som fikk mestringsfølelse og som vokste med oppgavene. De deltok i oppdrag som vanlige brannfolk og var bl.a. blitt brukt til slukkingsoppdrag på Kastrup flyplass. Ungdommen strålte av stolthet av det de hadde fått til. Et spennende prosjekt.

4. APRIL

«Suppersetting» med omvisning /v Paul Bloch, Forskningsleder, Diabetes Forebyggelsesforskning, Sundhedsfremme

Prosjektet Suppersetting tar for seg en helhetlig tilnærming til medborgerskap, samskapelse og samutvikling som nøkkelbegreper og fundament for folkehelsearbeid. Hensikten var å skape varige atferdsendringer når det gjelder barnefamilienes sine innkjøps-, kostholds- og bevegelsesevner samt styrke barnefamilienes sosiale engasjement og trivsel i lokalsamfunnet. Prosjektet ble gjennomført som et partnerskap mellom lokale aktører i sivilsamfunnet, foreningsliv, institusjoner, og den offentlige kommunale administrasjonen i kommunen. Alt for å styrke barnefamilienes sin helse, trivsel og livskvalitet.

Noen refleksjoner fra arbeidsgruppen:

“Supersetting” innebærer at alle ressurser i nærmiljøet kartlegges og trekkes med i et samarbeid for å skape bedre levevilkår og helse for utsatte grupper. Dette så vi spesielt i bydelen Tingbjerg som har hatt et negativt stempel som ghetto og en bydel preget av nød og vold.

På bakgrunn av et bredt samarbeid mellom kommune, næringsliv og beboere hadde man her fått til flere små prosjekter som fikk beboerne til å delta i aktiviteter som var positive og som bidro til trivsel, mestring og økt livskvalitet. Mellom blokkene var det opparbeidet flotte grøntområder og en *beboerhave* hvor de kunne dyrke grønnsaker og dyrene. Grøntområdene bidrar på mange måter til lavterskel, egenorganisert aktivitet og fungerer som en sosial møteplass for beboere. Under omvisningen ble det blant annet fortalt at for noen beboere så var dette et viktig sted for å ha litt tid for seg selv. Beboermedvirkning er essensielt for å etablere gode nærmiljøtiltak og spesielt gjelder dette i utsatte boligstrøk. Det ble også bemerket at det var veldig rent, ryddig og lite søppel på området. Dette er viktig for miljø og trivsel.

Prosjekt Forum for læring og felleskap om helse og bærekraftig matkultur. Dette var et samarbeid mellom Tingberg forum, Hotel- og restaurantskolen og Steno Diabetes Center i København. Prosjektet har som mål å øke kompetanse hos innbyggerne på matlaging, samt styrke foreldrerolle og forhold mellom barn og foreldre. Samt gi barn og familier et godt liv med sunnere vaner på både kort og lang sikt, for eksempel:

- Hvordan gjøres sunn mat spennende, barnevennlig og lett å lage i hverdagen?
- Hvordan kan man endre sine vaner, mens man samtidig vedlikeholder familiens matkultur- og tradisjoner?

Samt forbedre og vedlikeholde egen helse i forhold til:

- Trivsel og livskvalitet
- Forebygging av sykdom

Det ble gjennomført flere beboerworkshoper med bred innbyggerinvolvering. På bakgrunn av det ble det utviklet kursplan og læringsmål sammen med Hotel- og restaurantskolen, Tingbjerg forum og Steno Diabetessenter. Dette lo til grunn for å gjennomføre pilotkurs og utvikle undervisningsopplegg. Alt arbeid ble evaluert og videreutviklet. Forankring sto sentralt.

«Oppgaveutvalg» og unges helse og trivsel i Gentofte kommune /v Mette Svendsen Helmer

Oppgaveutvalg er en ny politisk arbeidsform med aktiv involvering av innbyggerne i samfunnsutvikling. Kommunestyret vedtar mandat for oppgaveutvalget. Mandatet kan gi føringer om arbeidsform, men utvalget har stor grad av frihet til å bestemme arbeidsformen selv.

Opgavevalg fungerer i en avgrenset tidsperiode, det er rådgivende overfor kommunestyret, og skal arbeide med bestemte tema. Kommunestyret inviterer innbyggere med spesiell interesse for og kompetanse om oppgaven til å delta i oppgaveutvalget.

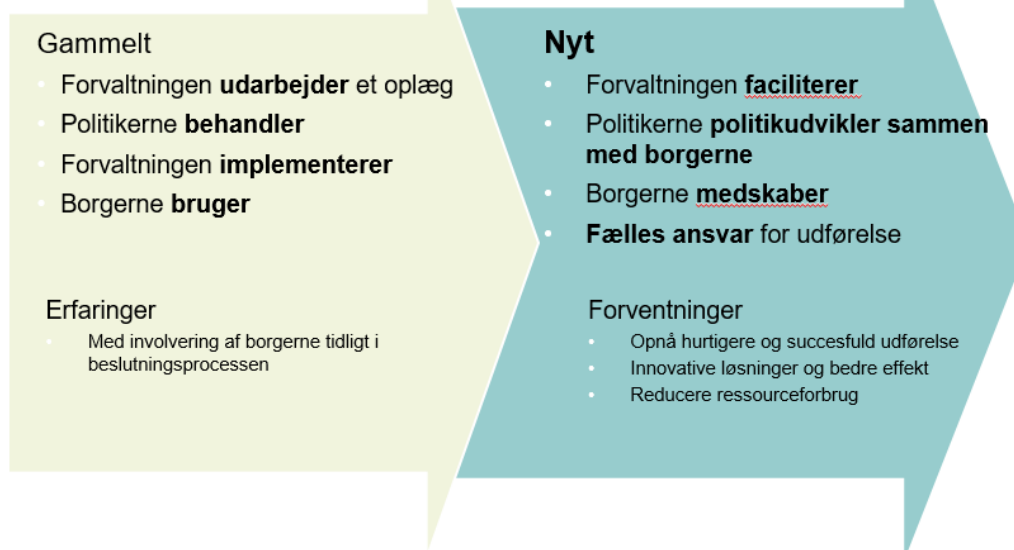
Den folkevalgte rolle i oppgaveutvalget er å lede prosesser som skal utvikle løsninger på lokalsamfunnets problemer. Innbyggerrollen endres fra å være en passiv observatør til saksutredninger og vedtak, til å delta aktivt i hele prosessen.

Opgaveutvalgene fungerer best når det er tilrettelagt for god dialog, er fremdrift i arbeidet og ulike verktøy og metoder brukes i arbeidet for å komme frem til utvalgets forslag. Gentofte kommune har hatt oppgavevalg siden 2015. Denne arbeidet krevde en god del forberedelse av kommunen administrativt, men gjør at arbeidet blir godt forankret både politisk og i befolkningen.

DEN POLITISKE ARBEJDSFORM



Hvad er det nye?



Noen refleksjoner fra arbeidsgruppen:

Samfunnsutvikling trenger nye måter å håndtere moderne utfordringer og derfor trenger en dynamisk prosess hvor engasjerte innbyggerne, sivilsamfunnet og næringslivet kan løpende bidra til å lage de nødvendige justeringer av kommunale strategier og innsatser. Det krever også at fremtidens politikere må jobbe på en annen måte som er tilpasset samfunnets behov og ressurser. Ved aktiv involvering av innbyggerne i Gentofte kommune kan alle bidra til å utvikle løsninger basert på lokal kunnskap og mobilisering av lokale ressurser. Deres erfaringer viser også at mange innbyggere har et politisk engasjement, men ønsker ikke å være medlem av et politisk parti, og orker heller ikke å binde seg til å være aktiv i de fire årene en valgperiodevarer. Dermed får de mulighet til å være "politisk aktive" i en kortere periode gjennom et oppgaveutvalg. Gentofte kommune konkluderer med at aktiv deltakelsen skaper en større forståelse for kompleksiteten i de politiske beslutningene, og skaper dessuten et større eierskap til de politiske løsningene. Samt er både politikere og administratorer enige om at det må komme noe konkret ut av arbeidet, og at innbyggerne kan gjenkjenne det. Det øker også politisk handlekraft og styringskapasitet.

Spennende forsøk der innbyggerne inviteres inn i beslutningsprosessen i kommunen og får delta sammen med politikere i politikerutvalg der de utreder ulike saker som skal behandles i kommunestyret. Medvirkning og medbestemmelse gir ansvar og tilhørighet samtidig som det kan gi økt kunnskap til både innbyggere og politikere. Noe for Norge og Nordlands kommuner?

5. APRIL

«Gode oppvekst for barn og unge i København» samt besøk i Valbyparken (Naturlegepladsen og Børnenes årtusindskifte have) /v Helle Nebelong, landskapsarkitekt

Arbeidsgruppen hadde en omvisning og rundtur på Valbyparken i København. Landskapsarkitekten Helle Nebelong har blant annet designet København kommunes største naturlekeplass på 25.000 kvadratmeter i Valbyparken, som er den mest brukte lekeplassen i hele København med stor involvering av barn. Hennes mål er å gi barn mulighet til å kunne påvirke sin lekeplass fordi hun mener at barn utvikler seg best i kontakt med naturen ved å klatre i trær og bli skitne. Hun mener

at barnehagene, samfunnsplanleggere og foreldre bør bli langt mer bevisst på viktigheten av å la barna få være ute i naturen. Hun understrekte hvor viktig det er for barns oppvekst å komme tilbake til naturen. Siden vi lever i et digitalisert samfunn som er nesten fullstendig «lukket inni bygninger» er det særdeles viktig med lek i naturen. Hun påpekte at man ikke nødvendigvis trenger å bygge svære og komplekse nærmiljøanlegg og idrettsbaner, som vil aldri kunne gi den samme opplevelsen av frihet. Fordi det er naturen som stimulerer til kreativitet, nytenking, nyskaping, og sørger for de beste opplevelsene. Hun har over 20 års arbeidserfaring med å lage sansebaserte uteområder ved skoler, parker, og i offentlig rom i hele Danmark hvor barn og unges medvirkning står sentralt.

Et fantastisk grøntanlegg med mulighet for barn/ unge å utfolde seg uten kunstige lekeapparater. Her fikk de spille ball, klatre i trær og virkelig boltre seg i et mer uforutsigbart og variert utemiljø. Barna skaper selv aktivitet og lek gjennom de naturlige og varierte elementene som finnes i parken, og aktiviteten kan de selv tilpasse etter egen forutsetning. Det kommer også frem i forskningssammenheng at naturen og naturlige elementer (eks. skogen) er ideelle for barns utelek. Fordi det er viktig for barns fysiske helse og i mestrings- og læringssammenheng.

Voksne kunne nyte en park med variert og vakker beplantning, møtes for sosialt samvær eller ulike aktiviteter.

Børnenes årtusindeskiftehave var spennende å høre om og Helle Nebelong fikk formidlet verdien i å trekke barna med i planleggingen av dette flotte parkområde.

Røde Kors Hovedstaden Nettverkshuset

Arild Amundsen og jeg fikk besøkt nettverkshuset til København Røde Kors på Nørrebro. Dette er en bydel med mange beboere med flerkulturell bakgrunn, sosiale problemer og fattige.

På Nettverkshuset hadde de en møteplass for alle, der de kunne møtes, spise måltider sammen og få nyttig informasjon. Her hadde de program med foredrag og workshops hele uken beregnet på bl.a familier med svak økonomi, tidligere innsatte og rusmisbrukere.

Temaene var svært forskjellige og det ble laget et ukeprogram. Frivillige bidro med faglige innlegg.

OPPFORDRING TIL HANDLING

HVORDAN FOLKEHELSEALLIANSEN SKAL BRUKE ERFARINGER FRA STUDIETUREN? EVENTUELT NORDLAND FYLKESKOMMUNE?

- Som konkrete eksempler og som en direkte oppfordring til kommunene til å tilrettelegge for brede medvirkningsprosesser i samfunns- og arealplanleggingen med en reell involvering av alle grupper.

KORTIDSPERSPEKTIV- HVA KAN GJØRES NÅ? HVEM?

- Erfaringene og rapporten presenteres for kommunene. Gjøres av de som allerede har en etablert kontakt opp mot kommunene.

LANGTIDSPERSPEKTIV- HVA KAN GJØRES I FRAMTIDEN?

- Kontinuerlig oppfordring og kontakt med kommunene.
- En gang i fremtiden bør én eller flere kommuner kunne presentere hvordan de har jobbet og involvert alle grupper i planprosesser og utvikling av et helsefremmende bo- og nærmiljø.

DELTAKERNE FRA NORDLAND

Organisasjon	Navn	Tittel	E-post
Dønna kommune	Christine Dahl	Folkehelsekoordinator	christine.dahl@donna.kommune.no
Alstahaug kommune	Ingunn Stemland	folkehelsekoordinator	ingunn.stemland@alstahaug.kommune.no
Husbanken	Arvid Olsen	Seniorrådgiver, Kommune og marked	arvid.olsen@husbanken.no
Nordland Idrettskrets	Tore Strand	Rådgiver aktivitetsutvikling	Tore.strand@idrettsforbundet.no
Statskog	Jan Nilsen	Regionalsjef Salten	jni@statskog.no"
FNF Nordland	Gisle Sæterhaug	Fylkeskoordinator	Nordland@fnf-nett.no
Nordland Røde Kors	Ole-Martin Mjelva	Konsulent	olemartin.mjelva@redcross.no
Mental Helse	Arild Amundsen	representant	akasha134@gmail.com
Helsedirektoratet	Rolf Hansen	Seniorrådgiver Avd. Miljø og helse	Rolf.Hansen@helsedir.no
Nordland Fylkeskommune	Nina Skille	Rådgiver	ninski@nfk.no
Nordland Fylkeskommune	Malgorzata Dvorakova	Rådgiver, prosjektleder	maldvo@nfk.no

KONTAKTPERSONER I DANMARK

Organisasjon	Navn	Titel	Epost/tlf.
Sund By Netværk	Louise Dal	Seniorprosjektleder i sekretariatet	lod@sundbynetvaerket.dk Tlf: 42450990
Steno Diabetes Center Copenhagen	Paul Bloch	Forskningsleder	paul.bloch@regionh.dk tlf: +45 30912920
Gentofte kommune	Merette Svendsen Helmer	Chefkonsulent Strategi & Analyse	mesv@gentofte.dk tlf: 5120 0045
Landskapsarkitekt MAA	Helle Nebelong	Landskapsarkitekt	hellenebelong@hotmail.com tlf: Tlf. : +45 22 44 57 03
Røde Kors Hovedstaden Nettverkshuset	Henrik Johansen	Konsulent	rkh.henrik.johansen@rodekors.dk Tlf. 3833 6400

NYTTIGE LENKER:

Sund by Netværk

<https://sund-by-net.dk/aktivitet/sbn-dage-2019/>

Lolland:

Naturparken i Maribo: <http://www.naturparkmaribo.dk/>

Sund BY nættverket:

Sund By Netværkets strategi for 2017 – 2020 <https://sund-by-net.dk/strategi-2017-2020/>

Projekt UNIK er med til at bryde ensomhed, isolation og den sociale arv ved at ... UNIK er, at skabe værdi for de unge ved at give dem et ståsted, et fundament, ...

<https://www.ft.dk/samling/20171/almdele/SUU/bilag/255/1869682.pdf>

Sund By Netværkets model for samskabelse <https://sund-by-net.dk/publikationer/>

Sundhedstjek – Center for Børn og Unges Sundhed: <https://www.kk.dk/sundhedstjek>

<https://centerforbornogungessundhed.kk.dk/>

Center for. Børn og Unges Sundhed ... Et sundhedstjek er en samtale, hvor vi taler om din fysiske, psykiske eller seksuelle sundhed og trivsel. Ved samtalen har.

https://dfho.dk/files/media/billeder/stocks/folder_om_sundhedstjek_i_joebenhavns_kommune.pdf

Sundhedstjek – Center for Børn og Unges Sundhed: <https://www.kk.dk/sundhedstjek>

<https://centerforbornogungessundhed.kk.dk/>

Foreningen for madglæde & fællesskaber. <http://hellokitchen.dk/>

Projekt SoL. Sundhed og Lokalsamfund – Bornholm. Ulla Toft, Sektionschef, ph.d . Center for Klinisk Forskning og Forebyggelse. Multi-komponent indsats ...

http://www.vidensraad.dk/sites/default/files/oplaeg_ulla_toft_0.pdf

Unge laver mad sammen

Food Maker er en bevægelse i Aarhus for unge, der handler om madglæde og fællesskab. Nu skal Food Makers metoder rulles ud i hele Danmark <https://nordeafonden.dk/projekter/unge-laver-mad-sammen>

<https://nordeafonden.dk/nyheder/ung-madbevaegelse-skal-ud-i-hele-danmark>

Alle ungdomsuddannelser i Danmark modtager ét eksemplar af metodehåndbogen uden som inspiration og tilpas ses til netop jeres kontekst. For at skabe overblik er Klassen har holdt pause og kommer nu tilbage. Lærer 1 siger. "Hej" ...

<http://dcum.dk/media/1333/19vejertilbedretrivselpaaungdomsuddannelserne.pdf>

Det dobbelte KRAM. <https://sund-by-net.dk/publikationer/det-dobbelte-kram/>

· Friluftsliv og mental sundhed - Friluftsrådet

betydning for den enkeltes mentale sundhed og livskvalitet ... Friluftsliv fremmer mental sundhed. Jo oftere man er aktiv i naturen, jo større sundhedseffekt oplever man af sit ... betyder, at det er en billig og let tilgængelig arena for sundheds-.

[https://friluftsradet.dk/sites/friluftsradet.dk/files/media/document/Faktaark om mental sundhed.pdf](https://friluftsradet.dk/sites/friluftsradet.dk/files/media/document/Faktaark%20om%20mental%20sundhed.pdf)

· Naturens Rige - Sund By Netværket

Naturens rige: Naturen som arena for mental sundhedsfremme på tværs i kommunerne. © Sund By Hvilke indsatser om natur og mental sundhed er.

https://sund-by-net.dk/wp-content/uploads/2018/01/Naturens-rige_SDU_SundByNetværk_web.pdf

· Mental sundhed - SIF

Naturen som arena for mental sundhedsfremme på tværs i kommunerne. 20-12- 2017 ... Betydning af dårlig mental sundhed for helbred og socialt liv. En analyse ...

<https://www.sdu.dk/da/sif/rapporter/mental+sundhed>

· Forebyggelsespakke - Sundhedsstyrelsen

13. apr 2018 ... Formålet med forebyggelsespakken om mental sundhed er at Inspiration til handling: "Naturens rige: Naturen som arena for mental sund-.

<https://www.sst.dk/~media/2E7B2636C0F14D1B8E2EB6A4E7597E91.ashx>

Veile kommune. SPOR-18 - hjælp når livet er svært

<https://www.vejle.dk/borger/mit-liv/sundhed-og-omsorg/sundhed-og-forebyggelse/spor18-anonym-raadgivning/>

København:

· Bedre trivsel og sundhed på ungdomsuddannelserne. Partnerskab Folkesundhed København kommune <https://sundhed.kk.dk/ungdomsuddannelse>

Partnerskabskatalog: <https://sundhed.kk.dk/files/bedresundhedogtrivselblandtungesept2018pdf>

· vision, tværgående politikker og strategier - Gentofte Kommune

gangspunktet for mål, strategier og budget for 2019 -2022. Afsnittet indledes med voksens tilværelse. Det sundhedsfremmende arbejde starter allerede under.

[http://www.gentofte.dk/da/Om-kommunen/Nyheder/2018/10/-/media/Nyt Gentofte dk/PDF/Politik og indflydelse](http://www.gentofte.dk/da/Om-kommunen/Nyheder/2018/10/-/media/Nyt_Gentofte_dk/PDF/Politik_og_indflydelse)

<https://www.gentofte.dk/da/Borger/Sundhed/Sundhed-og-forebyggelse>

· vision, tværgående politikker og strategier - Gentofte Kommune

Gentofte Kommunes nye 8-årige strategi (2017-2027) for sundhe- ... 'Sundhed i Gentofte – Borgerrettet behand- ... for den borgerrettede forebyggelse i Gentofte Kommune.

[https://www.gentofte.dk/da/Om-kommunen/Nyheder/2017/Oktober/-/media/Nyt Gentofte dk/PDF/Politik](https://www.gentofte.dk/da/Om-kommunen/Nyheder/2017/Oktober/-/media/Nyt_Gentofte_dk/PDF/Politik)

Angår Valbyparken og København kommunes største lekeplass.

<http://www.hellenebelong.com/?portfolio=nature-playground>

<https://www.visitdenmark.no/no/danmark/naturlegepladsen-i-valbyparken-gdk493825>

<https://www.kk.dk/valbyparken>

<http://www.sansehaver.dk/asp/side/boernenes.html>

La barna leve litt mer farlig: <https://www.dagsavisen.no/innenriks/la-barna-leve-litt-mer-farlig-1.1078078>

I 2000 indviedes Børnenes Årtusindskifte. Have, i 2001 kom Dahliahaven til, og i 2004 anlag- des Den Islamiske Have. Blandt de oprindelige haver findes: 1. N.

https://kk.sites.itera.dk/apps/kk_pub2/pdf/050_Valbyparken.pdf

· I foredrag om Thingbjerg samfunnet ble det hensvist til en artikkel. Comprehensive approaches to school health promotion: how ... - NCBI

Health Promot Int. 2003 Dec;18(4):387-96. Comprehensive approaches to school health promotion: how to achieve broader implementation? Deschesnes M(1) ...

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/14695370>

LENKER TIL PRESENTASJONER OG BILDER:

Tingbjerg kommune

https://vgsnfk-my.sharepoint.com/personal/maldvo_nfk_no/_layouts/15/onedrive.aspx?id=%2Fpersonal%2Fmaldvo%5Fnfk%5Fno%2FDocuments%2FStudietur%20til%20Danmark%2FSupersetting%20%26%20Tingbjerg%20Changing%20Diabetes%20%2D%20Bes%3%B8g%20fra%20Norge%20%2D%2004%2E04%2E%2E2019%2Epdf&parent=%2Fpersonal%2Fmaldvo%5Fnfk%5Fno%2FDocuments%2FStudietur%20til%20Danmark

https://vgsnfk-my.sharepoint.com/personal/maldvo_nfk_no/_layouts/15/onedrive.aspx?id=%2Fpersonal%2Fmaldvo%5Fnfk%5Fno%2FDocuments%2FStudietur%20til%20Danmark%2FMadkurser%20i%20Tingbjerg%20%2D%20Bes%3%B8g%20fra%20Norge%20%2D%2004%2E04%2E2019%2Epdf&parent=%2Fpersonal%2Fmaldvo%5Fnfk%5Fno%2FDocuments%2FStudietur%20til%20Danmark

Gentofte kommune

https://vgsnfk-my.sharepoint.com/:p/r/personal/maldvo_nfk_no/_layouts/15/Doc.aspx?sourcedoc=%7B1250a448-8-0a28-45a4-9097-aaacecadca66%7D&action=edit&uid=%7B1250A448-0A28-45A4-9097-AAACECADCA66%7D&ListItemId=135&ListId=%7BCC42EC6A-C24F-4187-AD49-8F34E6A130C1%7D&odsp=1&env=prod

https://vgsnfk-my.sharepoint.com/personal/maldvo_nfk_no/_layouts/15/onedrive.aspx?id=%2Fpersonal%2Fmaldvo%5Fnfk%5Fno%2FDocuments%2FStudietur%20til%20Danmark%2FOpl%C3%A6g%5FNorge%5FNy%20Sundhedsoilistik%20og%20Unges%20Sundhed%20og%20Trivsel%5FPDF%20%28004%29%2Epdf&parent=%2Fpersonal%2Fmaldvo%5Fnfk%5Fno%2FDocuments%2FStudietur%20til%20Danmark

Felles bilder:

<https://photos.google.com/share/AF1QipO6VWlhN73vlnB7sN1gpifanOvz17QhLxWdAsr95klgiq5XC FYI5TgOpNM5hrEvjg?key=OWtNQ2x6UENkZHZpVnlaOVVMdVlqWHpnYmpTVEZn>