

1 Vedlegg 1: Forslag til Handlingsprogram 2026-2030

2 Nasjonalforeningen for folkehelsen er en landsomfattende frivillig, humanitær organisasjon
3 med lokallag over hele landet. Organisasjonens formål er tredelt. Vi arbeider med folkehelse, vi
4 driver forskning på hjerte- og karsykdommer og demens, og vi er interesseorganisasjonen for
5 personer med demens og deres pårørende i Norge. Vi skal opptre på en slik måte at vi sammen
6 med nasjonale myndigheter, kommuner og andre organisasjoner bidrar til at Norge når FNs
7 bærekraftsmål.

8 Dette handlingsprogrammet er forankret i organisasjonens vedtekter og prinsippprogram. Det
9 angir rammen for organisasjonen som helhet, og sikrer at vi holder oss på rett kurs mot våre
10 langsiktige visjoner. For lokallag fungerer handlingsprogrammet som en veiledning, og det skal
11 støtte opp under lokallagenes frihet til å tilpasse innsatsen etter behov i sine nærmiljøer.

12 Nasjonalforeningen for folkehelsen skal:

- 13 • Arbeide for bedre **folkehelse** og mindre sosial ulikhet i helse i Norge
- 14 • Arbeide for å fremme rettigheter, gode tjenester og livskvalitet til mennesker med
15 **demens** og deres pårørende
- 16 • Støtte **forskning** på hjerte og demens og være pådriver for framtidsrettet forskning på
17 folkehelse i Norge.
- 18 • Mobilisere til **frivillig** innsats og aktivitet over hele landet for bedre folkehelse og god
19 demensomsorg

20 Folkehelse

21 Folkehelsen påvirkes av befolkningens oppvekstvilkår og muligheter til god helse og livskvalitet
22 gjennom hele livet. Med god helse mener vi ikke bare fravær av sykdom, men positiv helse
23 gjennom mestring, trivsel og god livskvalitet.

24 I landsmøteperioden vil vi:

- 25 • Være pådriver for befolkningsrettet innsats for god folkehelse og forebygging av hjerte- og
26 karsykdom og demens.
- 27 • Arbeide for at myndighetene sørger for gode levekår for befolkningen, og for å redusere
28 sosial ulikhet i helse som er samfunnsskapt, urettferdig og mulig å gjøre noe med.
- 29 • Arbeide for at kommuner, fylker og nasjonale myndigheter prioriterer folkehelsearbeid og
30 gode rammevilkår for frivilligheten.



- 31 • Være pådriver for tiltak for sunt kosthold, fysisk og sosial aktivitet, samt bevisstgjøre om
32 risikoen ved bruk av tobakk, alkohol og andre rusmidler.
- 33 • Arbeide særskilt for å fremme helse og livskvalitet for alle barn- og unge, uavhengig av
34 økonomisk ståsted, gjennom påvirkning for en offensiv folkehelsepolitikk.
- 35 • Fremme folkehelse gjennom lokale aktiviteter over hele landet for barn og unge, voksne
36 og eldre ut fra behovene lokalt.

37 Demens

38 I dag har over 100 000 mennesker i Norge demens, og trolig vil antallet mer enn dobles innen
39 2050. Også yngre personer kan få demenssykdommer. Av alle som lever med demens i dag,
40 antar vi at om lag 2000 - 3000 er under 65 år. Dette er usikre tall, og det kan være flere. Over 400
41 000 er nær pårørende til en med demens. Som interesseorganisasjon er det vår rolle å være
42 pådriver for mer kunnskap og åpenhet, demensvennlig samfunnsutvikling og bedre tjenester til
43 mennesker med demens og deres pårørende.

44 *I landsmøteperioden vil vi:*

- 45 • Arbeide for at det satses mer på forebygging og tiltak som kan utsette demenssykdom.
- 46 • Være pådriver for et mer demensvennlig samfunn hvor både offentlige, private og
47 frivillige aktører tar sitt ansvar.
- 48 • Fremme rettigheter, åpenhet og forståelse, deltakelse og livskvalitet for personer med
49 demens.
- 50 • Være pådriver for kunnskap og oppfølging av unge med demens i bomiljø, arbeidsliv,
51 aktivitet, tjenester og familieliv.
- 52 • Arbeide for at pårørende til personer med demens får den støtten og avlastningen de har
53 behov for, og ivaretagelse av deres rett til medvirkning.
- 54 • Løfte behovet for en demensomsorg som er tilpasset et mangfold av brukere og
55 pasienter, og synliggjøre at personer med demens som bor alene er en spesielt sårbar
56 gruppe.
- 57 • Arbeide for styrket rekruttering til, og kompetanse i, tjenester til mennesker med
58 demens.
- 59 • Drive med politisk påvirkningsarbeid nasjonalt, regionalt og lokalt for gode offentlige
60 tilbud for personer med demens og deres pårørende.
- 61 • Arbeide for bedre diagnostisering og at tjenestene tar i bruk ny kunnskap om behandling
62 og teknologiske løsninger.



63 • Være pådriver for flere sykehjemsplasser og differensierte bo- og tjenestetilbud for
64 personer med demens.

65 • Tilby aktivitet og møteplasser for mennesker med demens og deres pårørende.

66 Forskning

67 En av de viktigste oppgavene for Nasjonalforeningen for folkehelsen er å skaffe midler til
68 forskning. Med innsats fra medlemmer og midler fra våre givere bidrar Nasjonalforeningen for
69 folkehelsen til forskning på demens og hjerte- og karsykdommer.

70 *I landsmøteperioden vil vi:*

- 71 • Samle inn penger til våre egne forskningstildelinger innen demens og hjerte- og
72 karsykdom, og samarbeide med andre om forskning på folkehelse.
- 73 • Arbeide for økt samarbeid mellom forskningsmiljøer, og fremme forskning som kan bidra
74 til å bekjempe demens, hjerte- og karsykdom, fremme folkehelse og redusere sosial
75 ulikhet i helse.
- 76 • Arbeide for at forskning og implementering av forskning på våre områder ivaretar et
77 kjønnsperspektiv og mangfold, fordi både symptomer på sykdom og behov for
78 oppfølging og medisinerer kan være forskjellig på tvers av kjønn og grupper.
- 79 • Være pådriver for at nye forskningsfunn blir formidlet på en forståelig måte til
80 allmennheten, politikere og myndigheter slik at ny kunnskap fører til bedre tjenester og
81 tiltak.
- 82 • Være en pådriver for økt offentlig forskningsinnsats, og for at forskning på årsaker,
83 forebygging, og behandling av demens prioriteres langt sterkere, samt jobbe for økt
84 mulighet til å delta i kliniske studier.
- 85 • Bidra til brukermedvirkning i forskning på demens, hjerte- og karsykdom og bredere
86 folkehelse.

87 Organisasjon og frivillighet

88 Nasjonalforeningen for folkehelsen har vokst de siste årene med flere medlemmer, økt aktivitet
89 og større gjennomslag lokalt. Vi drar i samme retning, og nettopp det fellesskapet er den største
90 styrken. Gjennom et mangfold av engasjerte mennesker, på tvers av alder, kjønn og bakgrunn,
91 skaper vi levende lokalsamfunn, bygger fellesskap og bidrar til bedre folkehelse. Denne
92 innsatsen er avgjørende for at vi skal nå våre mål om bedre folkehelse og demensomsorg.

93 I landsmøteperioden vil vi:

- 94 • Rekruttere nye og ivareta medlemmer, frivillige og deltakere på tvers av generasjoner,
95 kjønn og kulturer.
- 96 • Sørge for at vi har gode rutiner og systemer for ivaretagelse av medlemmer og frivillige og
97 at nye blir møtt på en god måte.
- 98 • Øke kjennskapen til Nasjonalforeningen for folkehelsen og løfte fram våre saker og
99 aktiviteter, og formidle informasjon på ulike språk.
- 100 • Legge til rette for frivillig innsats og inkluderende aktiviteter, gjennom meningsfulle
101 oppgaver, opplæring og «Med oss»- aktiviteter.
- 102 • Tilrettelegge for god opplæring av tillitsvalgte, medlemmer og frivillige i sine roller.
- 103 • Jobbe for gode rammebetingelser for frivilligheten gjennom politisk påvirkning.
- 104 • Synliggjøre Nasjonalforeningen for folkehelsens rolle som en viktig frivillig aktør på våre
105 områder, både nasjonalt, regionalt og lokalt.

106

107 Våre lokallag

108 Kraften ligger i lokallagene, der folk møtes i sine nærmiljø i bygd og by. Gjennom påvirkning og
109 frivillig engasjement driver helselag og demensforeninger aktiviteter som er tilpasset de unike
110 behovene i sitt nærområde. Lokallagene bidrar til trivsel, inkludering og helsefremmende
111 aktiviteter som møter behovene i sitt nærmiljø.

112 Våre lokallag bidrar til at vi er:

- 113 - relevante og til stede der det er behov for oss.
- 114 - en konstruktiv samarbeidspartner med andre relevante aktører.
- 115 - en pådriver for god helse, livskvalitet, og sterke og robuste nærmiljø.
- 116 - åpne og inkluderende med møteplasser på tvers av generasjoner og kulturer.
- 117 - en organisasjon som fremmer deltakelse gjennom et bredt spekter av
118 lavterskelaktiviteter.
- 119 - aktive og synlig innen folkehelse, demens, forskning og frivillighet som presentert i dette
120 handlingsprogrammet.