



Folkehelseprofiler 2022

Tema: Livskvalitet



Hvordan legge til rette for god livskvalitet

God livskvalitet er en verdi i seg selv og fremmer helse, sunne levevaner og styrker motstandskraften i møte med belastninger. Kommunen har virkemidler til å skape et samfunn som fremmer livskvalitet.



Livskvalitet som mål på samfunnsutvikling

- God livskvalitet – viktig mål for folkehelsearbeidet
- Flere land bruker livskvalitet som mål på samfunnsutvikling
- Ny nasjonal strategi for livskvalitet skal utvikles slik at livskvalitet blir et mål på samfunnsutviklingen også i Norge



Livskvalitet omfatter objektive og subjektive faktorer

Objektive faktorer for livskvalitet

- Økonomi
- Boforhold
- Deltakelse i samfunnet

Subjektive faktorer for livskvalitet:

- Glede
- Mening
- Engasjement
- Tilfredshet

Opplevelse av trygghet, fellesskap, utvikling og påvirkningsmuligheter er viktig for livskvaliteten.



Stress kan redusere livskvaliteten

Stress oppstår når krav overstiger det man tror man klarer, og særlig om det varer over tid.

Bidrar til stress:

- Dårlige oppvekst- og levekårsforhold
- Helseproblemer
- Traumer
- Utenforskap
- Negativ sosial evaluering

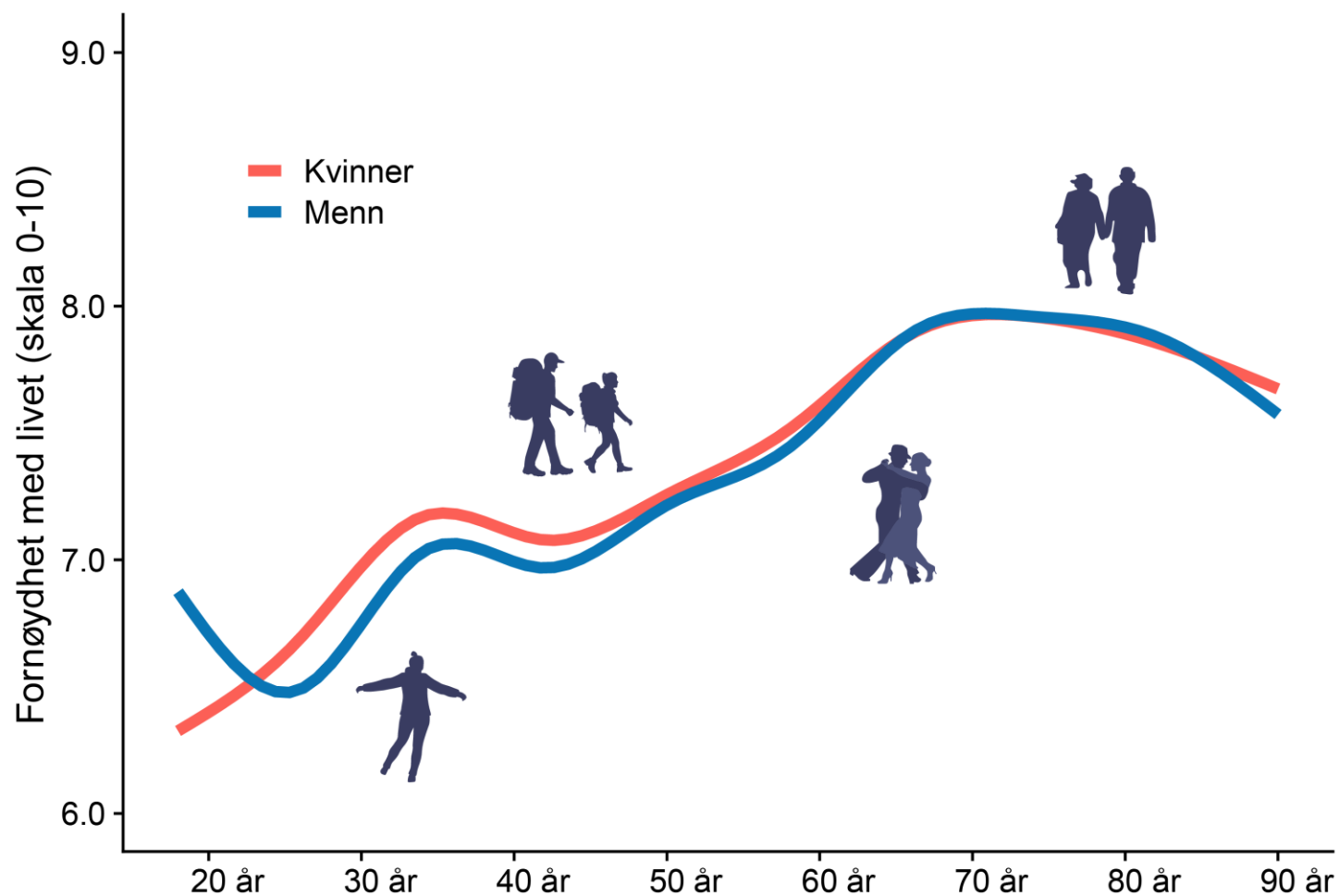


Livskvaliteten i Norge

- Livskvaliteten i Norge er god sammenlignet med andre land.
- På en skala fra 0 til 10 der 10 er «svært fornøyd» med livet ligger landsgjennomsnittet i Norge vanligvis på 7,5.



Fornøydhet med livet nå for tiden på en skala fra 0-10, der 10 er svært fornøyd



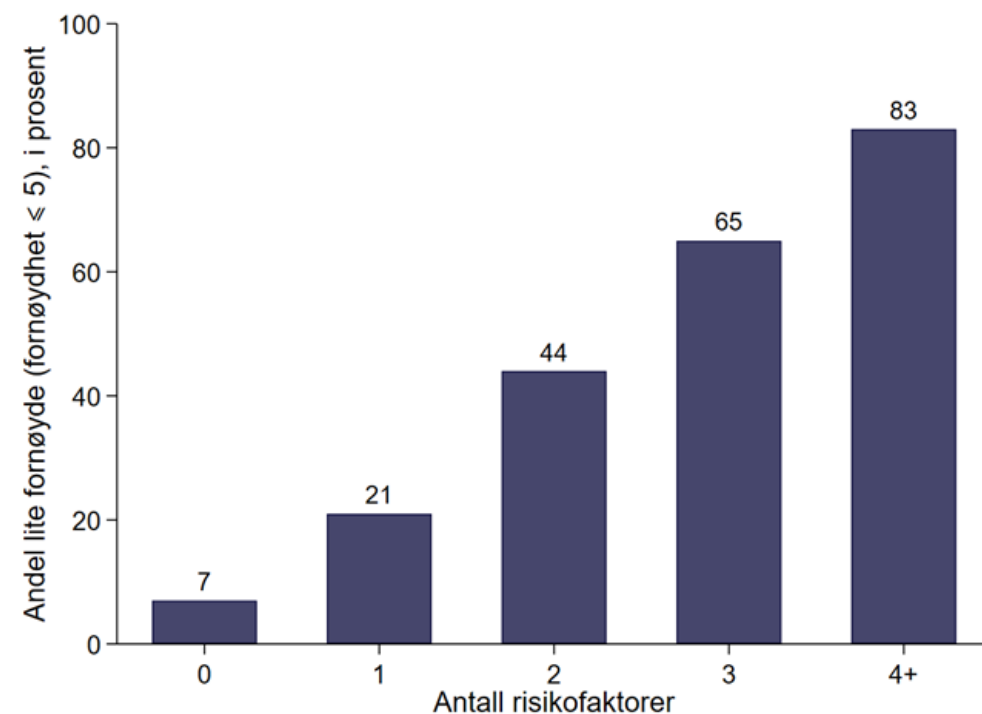
Fornøydhet øker med økende alder



Livskvaliteten er god, men skjevt fordelt

- De unge er mindre fornøyde med livet, mer ensomme og mer bekymret enn de eldre
- Dårligere livskvalitet blant dem som:
 - Har økonomiske vansker
 - Står utenfor arbeidslivet
 - Har dårlig helse
 - Er enslige
 - Har få å støtte seg til
- Disse risikofaktorene opptrer ofte samtidig, og går da særlig ut over livskvaliteten (figur til høyre).

Andel som er lite fornøyde med livet etter antall risikofaktorer.





Kommunen har virkemidler for å legge til rette for god livskvalitet

Gode oppvekst- og levekårsforhold som trygg økonomi og gunstige boforhold legger grunnlaget for god livskvalitet.

- Hverdagsarenaer som fremmer livskvalitet
 - Trygge og inkluderende skoler og barnehager er viktig for barn og unges livskvalitet, kan demme opp for vanskelige hjemmeforhold og utjevne sosiale forskjeller.
 - Arbeid er en viktig arena for kontakt, mening og mestring, men det er viktig med gode arbeidsvilkår, påvirkningsmuligheter og forutsigbarhet.



Kommunen har virkemidler for å legge til rette for god livskvalitet

- Møteplasser og meningsfulle aktiviteter

Aktivitetstilbud og møteplasser som er inkluderende skaper innenforskap og økt livskvalitet.

Kommunen kan sørge for at tilbudene er tilgjengelige for alle:

- Grøntarealer
- Transportmuligheter
- Kulturarenaer
- Idrettsarenaer

Mulighet til å bidra, som for eksempel frivillig, styrker opplevelsen av å ha verdi og gir mening.



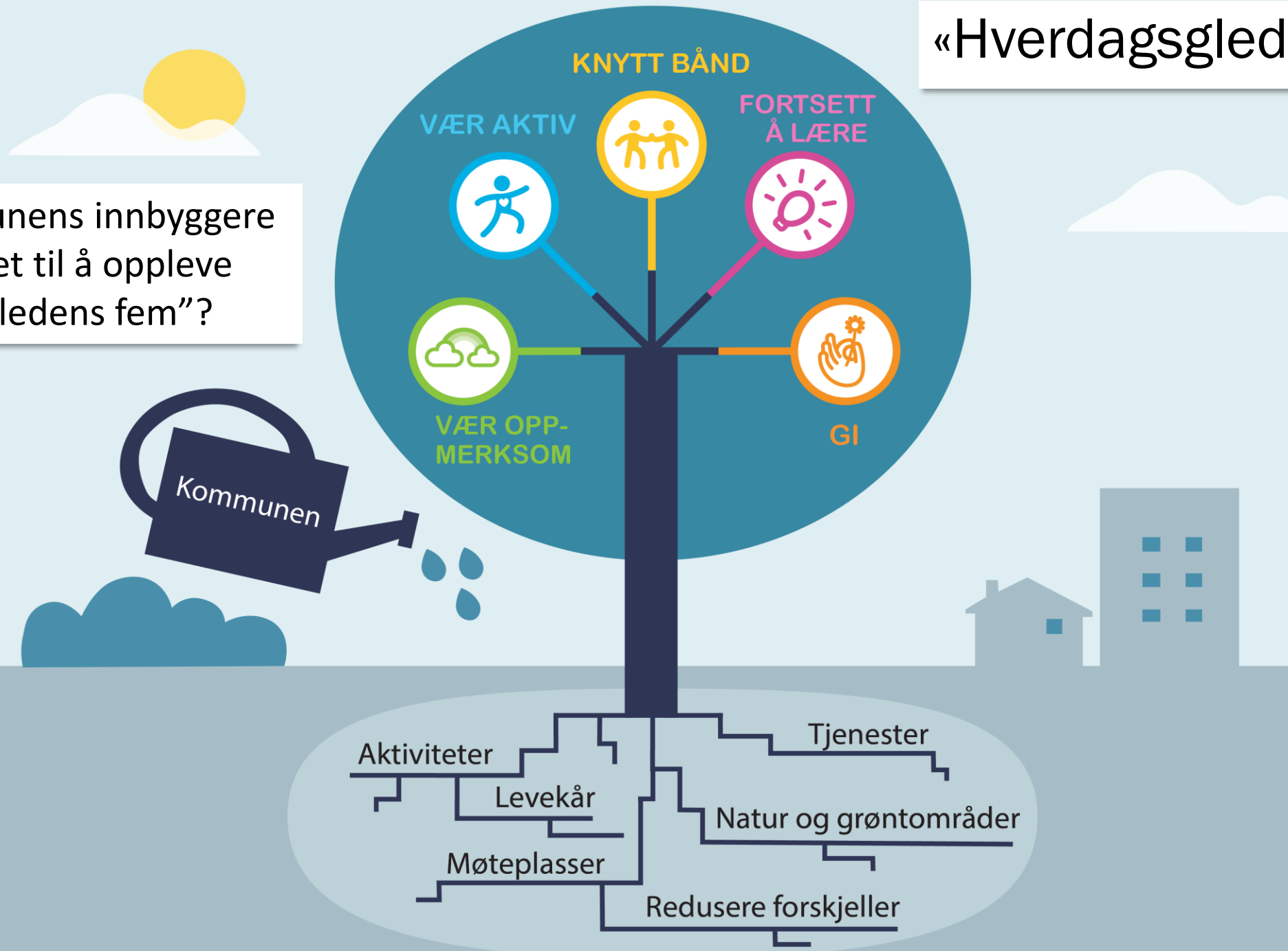
Planarbeid som viktig verktøy

Kommunen kan gjennom planarbeidet legge til rette for god livskvalitet ved å fremme gode oppvekst- og levekår, samt tilgang til meningsfulle aktiviteter og fellesskap for innbyggerne.

- At innbyggerne får delta aktivt i beslutningsprosesser og i utformingen av planer, er viktig for å lykkes med å skape et samfunn som fremmer god livskvalitet.
- I utformingen av tilbud og tjenester kan et nyttig spørsmål være om innbyggerne har mulighet til å oppleve «Hverdagsgledens fem».

«Hverdagsgledens 5»

Har kommunens innbyggere
har mulighet til å oppleve
“hverdagsgledens fem”?





Kilder til informasjon om livskvalitet

Subjektiv livskvalitet

- Folkehelseprofilen og Kommune helsa statistikkbank
 - Indikatorer på fornøydhet ved ulike sider av livet
- Folkehelseundersøkelser i fylkene
 - Egne spørsmål om livskvalitet
- Ungdata-undersøkelsene
 - Egne spørsmål om livskvalitet

Objektiv livskvalitet

- Folkehelseprofilen og Kommune helsa statistikkbank
 - Mange indikatorer på levekår som økonomi, utdanning, boforhold etc.
- Folkehelseundersøkelser i fylkene
- Ungdata-undersøkelsene



Se www.fhi.no/folkehelseprofiler for

- Mer om livskvalitet
- Brukerveiledning
- Nyttige lenker
- Kontaktinformasjon

Se [Kommunehelsa statistikkbank](http://kommunehelsa.statistikkbank.no) for

- Flere indikatorer og mer detaljert statistikk
- Mer informasjon om indikatorene

FOLKEHELSEPROFIL 2022
FHI
Folkehelseinstituttet

Fredrikstad

Folkehelseprofilen er et bidrag til kommunens arbeid med å skaffe oversikt over helsestatusen i befolkningen og faktorer som påvirker denne, jmf. lov om folkehelsearbeid. Også andre informasjonskilder må benyttes i oversiktsarbeidet, se figuren nedenfor.

FHI	Folkehelseprofilen	Kommunehelsa statistikkbank	Folkehelseprofilen	Lokale helsestatistikker
-----	--------------------	-----------------------------	--------------------	--------------------------

Statistikken er hentet fra Kommunehelsa statistikkbank per februar 2022.

Utgitt av
Folkehelseinstituttet
Postboks 222 Skøyen
0213 Oslo
E-post: kommunehelsa@fhi.no

Redaksjonen:
Camilla Støttenberg, ansvarlig redaktør
Else Karin Grønhaug, fagredaktør
Fagredaksjonen for folkehelseprofiler
Idéskildre: Public Health England
Illustrasjoner: FHI og Fete Tysse

Bakgrunn:
Nær 1000 kommuner i Norge har utarbeidet en folkehelseprofil per 1. januar 2021. 83199

Noen trekk ved kommunens folkehelse

Livskvalitet er temaet for folkehelseprofilen 2022. Temaet gjenspeiles i indikatorer og figurer.

Indikatorene som presenteres i profilen er valgt med tanke på helsefremmende og forebyggende arbeid, men er også begrenset av hvilke data som er tilgjengelige på kommunenivå. All statistikk må tolkes i lys av annen kunnskap om lokale forhold.

Befolkning

- I aldersgruppen 45 år og eldre er andelen som bor alene lavere enn i landet som helhet.

Oppvekst og levekår

- Andelen som bor i husholdninger med vedvarende lav inntekt, er høyere enn i landet som helhet. Vedvarende lav husholdningsinntekt vil si at den gjennomsnittlige inntekten i en treårsperiode er under 60 prosent av median husholdningsinntekt i Norge.
- Andelen som gjennomfører videregående opplæring er ikke signifikant forskjellig fra landsnivået. Klikk på indikator nummer 12 i folkehelsebarometeret på side 4 for å se hvordan gjennomføringsgraden i kommunen varierer med foreldrenes utdanningsnivå.

Miljø, skader og ulykker

- Andelen ungdomsskoleelever som oppgir at de er svært eller litt fornøyd med lokalmiljøet, er høyere enn landsnivået. Tallene er hentet fra Ungdata-undersøkelsen. Se Kommunehelsa statistikkbank for tall på hvor fornøyd ungdommene i kommunen er med ulike sider av livet.

Helserelatert atferd

- Andelen 17-åringer som oppgir at de trener sjeldnere enn ukentlig er ikke signifikant forskjellig fra landsnivået, vurdert etter tall fra nettbasert sesjon 1 for gutter og jenter.

Helsestilstand

- Andelen ungdomsskoleelever som har mange psykiske plager, er ikke signifikant forskjellig fra landsnivået. Tallene er hentet fra Ungdata-undersøkelsen. Livskvaliteten er ofte lavere blant dem som har psykiske plager enn blant dem som ikke har slike plager. Les mer om livskvalitet på midtsidene.