

[Gå til hovedinnhold](#)

[Helsedirektoratet](#)

Søk

Meny

Du benytter en nettleser vi ikke støtter. [Se informasjon om nettlesere](#)

[Forsiden](#)[Høringer](#)

Fysisk aktivitet i forebygging og behandling

Helsedirektoratet reviderer og digitaliserer Aktivitetshåndboken – fysisk aktivitet i forebygging og behandling. Reviderte kapitler vil fortløpende legges ut på høring.

Ute på høring

Høringsfrist: 01. oktober 2023

Innhold på denne siden

1. [↓Høringsutkast](#)
2. [↓Høringsinnspill](#)
3. [↓Bakgrunn](#)
4. [↓Innhold](#)
5. [↓Høringsinstanser](#)
6. [↓Kontakt](#)

Høringsutkast

Som del av utarbeidingen av nasjonale faglige råd for fysisk aktivitet i forebygging og behandling gjennomføres nå ekstern høring om artrose med frist 1. oktober 2023. Her finner du høringsutkastet til [råd om artrose](#).

I tillegg til fagpersoner fra Helsedirektoratet har følgende eksterne personer sittet i arbeidsgruppen:

- Inger Holm, fysioterapeut, PhD, Oslo universitetssykehus HF / Universitetet i Oslo
- Anne Therese Tveter, fysioterapeut, PhD, Universitetet i Oslo og Nasjonal kompetansetjeneste for revmatologisk rehabilitering (NKRR) / Diakonhjemmet sykehus

Høringsinnspill

Helsedirektoratet ønsker tilbakemelding på innholdet i:

- rådet (tittel)
- utfyllende tekst til rådet
- praktisk informasjon om rådet
- begrunnelse av rådet

Det er også ønskelig med innspill til eventuelle justeringer av tekst og innspill knyttet til implementering.

Høringsinnspill sendes inn via [skjema for høringsinnspill \(forms.office.com\)](https://forms.office.com).

Mottatte høringsinnspill vil bli publisert på Helsedirektoratets nettsider etter endt høring.

Bakgrunn

Aktivitetshåndboken – Fysisk aktivitet i forebygging og behandling, skal gi oppdaterte faglige råd for veiledning og oppfølging med individuelt tilpasset fysisk aktivitet. Den skal være et praktisk verktøy for helsepersonell, helsefagstudenter og andre fagpersoner.

Mer informasjon om prosjektet finnes på [prosjektsiden](#).

Innhold

Aktivitetshåndboken inneholder generelle anbefalinger for fysisk aktivitet og tid i ro, og anbefalinger for bruk av fysisk aktivitet i forebygging og behandling ved ca. 30 ulike tilstander og diagnoser. Den nye utgaven vil også lenke til informasjon for bruker og pårørende.

Kapitlene i Aktivitetshåndboken blir publisert i digitalt format etter Helsedirektoratets mal for nasjonale faglige råd. Råd og utdypende råd presenteres først, deretter "Praktisk – slik kan rådet følges" og "Begrunnelse".

Høringsinstanser

Dette er en offentlig høring og alle er velkomne til å gi høringsinnspill. Nedenfor listes instanser som får direkte invitasjon til å gi høringsinnspill.

Aktivitetsalliansen

Alle landets helseforetak

Alle landets kommuner

Alle landets statsforvaltere

EIM – Exercise is medicine Norge

Fylkeskommuner

Høgskoler og universiteter:

Nord universitet

Norges miljø- og biovitenskapelige universitet

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet

UiT Norges arktiske universitet

Universitetet i Sørøst-Norge

Universitetet i Agder

Universitetet i Bergen

Universitetet i Oslo

Universitetet i Stavanger
OsloMet
Høgskulen Vestlandet
Høgskulen Innlandet
Høgskolen Østfold
Høyskolen Kristiania
Norges idrettshøgskole
Diabetesforbundet
Diakonhjemmet
Oslo Samisk høgskole
Den norske legeforening
Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon
Folkehelseinstituttet
Friluftsrådernes Landsforbund
Fellesorganisasjonen
Helsetilsynet
Islamsk råd Norge
KS – Kommunesektorens organisasjon
Landsforening for hjerte- og lungesyke
Mental Helse
Nasjonalforeningen for folkehelsen
Nasjonal kompetansetjeneste for revmatologisk rehabilitering
Nasjonal kompetansetjeneste Trening som medisin
Norsk forening for allmenmedisin
Norsk forening for arbeidsmedisin
Norsk forening for helse- og treningsterapeuter
Norsk forening for idrettsmedisin og fysisk aktivitet
Norsk Friluftsliv
Norsk Fysioterapeutforbund
Norsk Jordmorforening
Norsk Kiropraktorforening
Norske kvinners sanitetsforening
Norsk Psykologforening
Norsk Revmatikerforbund
Norsk Sykepleierforbund
Norske Samers Riksforbund
Norges idrettsforbund
Organisasjonen voksne for barn
Pårørendealliansen
Rådet for innvandrersorganisasjoner i Oslo
Rådet for psykisk helse
Røde kors
Samisk legeforening
SANKS – samisk nasjonal kompetansetjeneste – psykisk helsevern og rus
Tverga
Utdanningsdirektoratet
Virke Trening

Kontakt

Aktivitetshandboken@helsedir.no

Først publisert: 09.05.2022 Sist faglig oppdatert: 30.06.2023 [Se tidligere versjoner](#)

Skriv ut / lag PDF

Slik refererer du til innholdet

Åpne data (API)

Få tilgang til innhold fra Helsedirektoratet som åpne data: <https://utvikler.helsedirektoratet.no>

Om Helsedirektoratet

[Om oss](#)

[Ledige stillinger](#)

[Kontakt oss](#)

Helsedirektoratet

Vitaminveien 4, 0483 Oslo

Pb. 220 Skøyen, 0213 Oslo

Aktuelt

[Nyheter](#)

[Arrangementer](#)

[Høringer](#)

[Presse](#)

Om nettstedet

[Personvernerklæring](#)

[Tilgjengelighetserklæring \(uustatus.no\)](#)

[Besøksstatistikk og informasjonskapsler](#)

[Nyhetsvarsel og abonnement](#)

[Åpne data \(API\)](#)

Følg oss: