




sunn start  i App-verktøyet MIN START, for
Livsmestring i et nytt land - for deltakere i Introduksjonsprogrammet

24.10.2024

Amar og Aud Marit

Folkehelse- og omsorgsavdelingen

Helseetaten



► Moduler

- Mat og helse
- Munnhelse
- Psykisk helse
- Psykisk helse for ungdom
- Sunn start i mottak
- Livsmestring
- Seksuell helse



Mål

- ▶ Å øke helsekompetanse
- ▶ Å fremme positive valg i hverdagen
- ▶ Å styrke muligheten for å snakke om helsen sin og finne frem i det norske helsesystemet



Livsmestring i ett nytt land

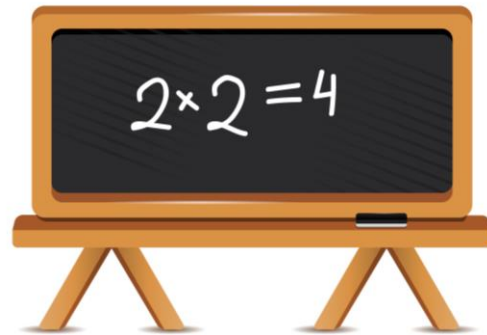
- ▶ Aktører
- ▶ Livsmestringsfaget
- ▶ Appen

App/KI



Erfaringer - Muligheter

- ▶ Undervisningsplattform
 - Nytt pedagogisk verktøy
 - 16 språk
 - Støtte til veiledere og deltakere
- ▶ Mulige effektmål:
 - Økt helsekompetanse
 - Økt tilgang til- og bruk av helsetjenester
 - Nettverk



- ▶ Gjenbruk
 - Fastleger
 - Legekontor
 - Helsestasjon – og skolehelsetjeneste
 - Frisklivssentraler
 - Deichman
 - Frivillige aktører



Erfaringer - utfordringer

▶ Prosjekt

- Eierskap, ansvar og midler

▶ Undervisning og etikk

- Premisser for undervisning
 - Etske utfordringer
- Forankring i læreplan
- Barrierer hos lærere
 - Utrygg i helsefag

▶ Tekniske begrensninger

- Uttalelse
- Fordreiningar og unaturlig kroppsspråk
- Tekstbegrensninger i app
- Manus og korte filmsnutt



Eksempel «in the making»



Takk for oss!

Kontaktinformasjon:

Amar Welde & Aud Marit Eriksen

sunnstartnorge@hel.oslo.kommune.no

