

troverdig

# IDÉHEFTET

– tips til tiltak for å nå strategimålene

modig

hjelpsom

**diabetes**forbundet

# Hvorfor strategi?

**Diabetesforbundets strategi 2019-2021 ble vedtatt på Diabetesforbundets landsmøte 12.-14. oktober 2018.** Strategien staker ut kursen for de neste tre årene og er kartet vi navigerer etter, slik at vi beveger oss i riktig retning – og i samme retning. Strategien gjør det mulig for oss å jobbe sammen som en helhetlig organisasjon, og gir føringer for hvor vi skal legge innsatsen og fokuset i denne landsmøteperioden.

Det er mye vi kunne gjort for diabetessaken og alle som har diabetes, men for å oppnå mest mulig effekt over tid må vi samle fokuset på noen områder. Strategien hjelper oss å prioritere. Målene i strategien er det som landsmøtet har vedtatt at vi skal bruke ressurser på i Diabetesforbundet denne perioden, uavhengig av organisasjonsledd.

Takk til dere alle sammen for deres innspill på hva vi kan gjøre for å nå målene i neste periode. Deres forslag er samlet i dette idéheftet, som dere kan bruke til inspirasjon når dere skal i gang med å planlegge aktiviteter for neste år. Det er på ingen måte meningen at alle tillitsvalgte skal gjøre alt i denne treårsperioden. Vi skal nå målene i fellesskap. Ved at alle bidrar litt, har vi mulighet til å oppnå dette sammen.

Vi har 70 år med diabetesarbeid bak oss – men i Diabetesforbundet utfordrer vi oss selv til å tenke nytt. Strategien er vedtatt av landsmøtet etter gode og konstruktive debatter. Nå utfordrer vi deg til å være med og trekke lasset. Vi oppfordrer deg til å ta et tak sammen med oss i å utvikle Diabetesforbundet og å skape gode rammer for et godt liv med diabetes – og en framtid uten.

Sentralstyret er svært takknemlig for all den bruk av fritid som den enkelte prioriterer å legge inn i kampen for bedre levevilkår for alle med diabetes. Enten du er tillitsvalgt på lokal-, fylkes- eller nasjonalt nivå, om du deltar på enkelte prosjekter eller bruker tiden din som helsepersonell, er du viktig!

Takk for din innsats, og for at du velger å være en del av Diabetesforbundet.



**Sverre Ur**  
Forbundsleder

# Hvordan bruke idéheftet?

I strategien er det tre hovedområder vi skal jobbe med. De tre områdene er valgt på bakgrunn av grundige kartlegginger som ble gjennomført blant våre målgrupper for å finne ut hva som er viktigst for dem. Medlemmer, tillitsvalgte og potensielle medlemmer ble spurt om hvilke behov og ønsker de har, hvor Diabetesforbundet kan bidra.

## **Resultatet viser at de disse tre områdene er viktigst:**

- Diabetesforbundet – hjelper deg å mestre
- Diabetesforbundet – gir kvalitetssikret informasjon
- Diabetesforbundet – styrker din stemme

Innenfor hvert av disse hovedområdene beskrives mål Diabetesforbundet ønsker å oppnå i neste periode. I dette idéheftet finner du tips til tiltak for å oppnå målene i strategien, enten du skal bidra på lokalt, fylkes- eller nasjonalt nivå. Takk til alle tillitsvalgte for deres forslag på aktiviteter og tiltak, som dere finner innunder hvert mål nedenfor.

Som tillitsvalgt i lokallag, fylkeslag eller i det nasjonale leddet, kan du her finne idéer til aktiviteter og tiltak som kan gjennomføres. Dette er ment som et inspirasjonshefte, og dere kan velge de idéene nedenfor som dere ønsker å gjennomføre – eller finne på noe helt annet. Dette idéheftet vil være et levende og elektronisk dokument, det vil oppdateres årlig og ligge tilgjengelig på min side.

Det er hensiktsmessig at hvert lokal- og fylkeslag hvert år setter av ett eller flere møter til å diskutere målene i strategien, samt konkretisere hvilke tiltak lokal- eller fylkeslaget skal iverksette for å nå de vedtatte målene. Som hjelp i dette arbeidet har vi også laget en arbeidsmal i word som dere kan bruke i forbindelse med årsplanleggingen. Den finner dere på min side.



Som tillitsvalgt i lokallag, fylkeslag eller i det nasjonale leddet, kan du her finne idéer til aktiviteter og tiltak som kan gjennomføres. Dette er ment som et inspirasjonshefte, og dere kan velge de idéene nedenfor som dere ønsker å gjennomføre – eller finne på noe helt annet. Dette idéheftet vil være et levende og elektronisk dokument, det vil oppdateres årlig og ligge tilgjengelig på min side.

# Diabetesforbundets verdier

Verdiene våre – troverdig, hjelpsom og modig – er roten til alle handlingene våre, og det er slik vi vil framstå for medlemmer og samfunnet. Alle som representerer Diabetesforbundet skal etterstrebe verdiene i alt vi gjør i hele organisasjonen. Vi skal utgjøre en forskjell, og være en interesseorganisasjon med godt omdømme.

## **TROVERDIG**

Når vi er troverdige, gir det oss tillit og respekt. Arbeidet vårt skal være basert på kunnskap og fakta. Vi skal si det vi mener med omtanke og fornuft, og vi skal si det rett fram.

## **HJELPSOM**

Vi er til for å hjelpe og for å gi svar. Fordi vi bryr oss. Fordi vi vet at våre medlemmer – og alle som lurer på noe knyttet til diabetes – til tider trenger alt fra omsorg til praktisk hjelp.

## **MODIG**

Vi skal våge, snakke med sterk stemme og alltid søke å få gjennomslag for det vi kjemper for. Vi skal være modige på våre medlemmers vegne, og på samfunnets vegne.

## **DIABETESFORBUNDETS VISJON**

Vår visjon er hva vi skal strekke oss etter i alt vi gjør. Visjonen er vår framtidsdrøm, og skal motivere oss i alle små og store oppgaver:

**Sammen for et godt liv med diabetes – og en framtid uten**

# Diabetesforbundets oppdrag

Diabetesforbundets oppdrag beskriver hvem og hva vi skal bruke vår tid og våre ressurser på. Oppdraget er forenklet sagt en oppsummering av hele strategien. Vi skal ha fokus på oppdraget vårt i alt vi gjør, og det er deg med diabetes vi jobber for:

**Vi skal fremme din sak og gi kvalitetssikret informasjon og veiledning – slik at du får god behandling og har kunnskap og motivasjon til å mestre livet med diabetes.**

# Mål og forslag til tiltak 2019–2021

## **DIABETESFORBUNDET – HJELPER DEG Å MESTRE**

Vi er hjelpsomme. Vi skal hjelpe deg, slik at du blir bedre rustet til å mestre hverdagen med diabetes. Vi skal være en god samtalepartner og veileder for deg når du trenger det.

Vi skal gi deg verktøy, informasjon og inspirasjon som hjelper deg til god egenbehandling. Vi skal skape arenaer for utveksling av praktisk kunnskap for deg og dine støttespillere.

Vi skal være et inspirerende og inkluderende fellesskap, og gi gode og likeverdige tilbud til alle med diabetes.

## **MÅL FOR 2019–2021**

**Medlemskapet i Diabetesforbundet skal bidra til at du blir bedre rustet til å mestre din diabetes**

- |                       |  |
|-----------------------|--|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Skape flere møteplasser og arrangementer, holde foredrag, f.eks. via webinar</li></ul>   |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Kurs og tilbud tilpasset de grupper som ikke omfavnes av lokallag</li><li>• Være et bindeledd for lokallagene, og støtte samarbeid på tvers av lokallagene</li></ul> |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Etablere et dialogsenter</li><li>• Videreutvikle velkomstpakken til å bli mer målgruppespesifikk</li><li>• Synliggjøre fordeler med medlemskap</li></ul>             |

## Legge til rette for god egenbehandling, herunder fysisk aktivitet og gode matvalg, gjennom politisk påvirkning, informasjonsvirksomhet og praktiske verktøy

- |                       |  |
|-----------------------|--|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Holde medlemsmøter og diakafé om kosthold</li><li>• Holde ulike kurs som vinkurs, sunn snacks-kurs, bakekurs etc.</li><li>• Arbeide mer med politisk påvirkning lokalt, for eksempel i kommunestyret, og gi informasjon om lokallagets tilbud</li><li>• Samarbeide med frisklivssentralene</li></ul> |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Organisere messer med egenbehandling som tema</li><li>• Organisere/send ut informasjon på mail til medlemmene</li><li>• Skape tilbud og gi informasjon til medlemmer om aktiviteter for barnefamilier</li></ul>  |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Politisk påvirkning om utstyr</li><li>• Oppdatere kostholdssidene</li><li>• Promotere eksisterende informasjonsmateriell</li><li>• Samarbeide med matvareprodusenter</li><li>• Utvikle hjelpemidler, for eksempel en «Enklere liv»-brosjyre</li></ul>  |

## Informere om likepersoner som samtalepartnere, og tilrettelegge for lokalt bruk av likepersoner

- |                       |  |
|-----------------------|--|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Informere medlemmer om likepersonsordningen</li><li>• Informere om likepersoner på legekontor</li><li>• I de lokallag hvor man har godkjent likeperson; ha fast tid ukentlig hvor medlemmer enten kan møte likepersonen fysisk eller snakke på telefon</li></ul> |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Spre informasjon om likepersoner til lokallagene</li><li>• Opprette en fylkeskontakt for likepersoner som har ansvar for å følge opp og motivere likepersonene</li><li>• Invitere alle likepersoner i fylket til likepersonsdag</li></ul>                        |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Utvikle og strukturere oppfølgingen av likepersoner</li><li>• Lage gode informasjonsbrosjyrer</li><li>• Markedsføre likepersonsordningen</li><li>• Sende velkomstbrev til nye medlemmer med informasjon om likepersoner</li></ul>                                |

## Jobbe for at helsepersonell kjenner til og anbefaler vårt likepersontilbud

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Informere helsepersonell, for eksempel legekantor, om likepersonsordningen</li><li>• Spre informasjon om likepersoner på kommuners hjemmesider og sosiale medier</li><li>• Arrangere temakvelder i lokallaget hvor helsepersonell inviteres</li></ul>       |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Informere om likepersonsordningen på fylkesforum</li><li>• Ha dialog med sykehus og andre institusjoner</li><li>• Velge en kontaktperson som kan stå som mottager av telefoner fra helsepersonell</li><li>• Arrangere miniform for helsepersonell</li></ul> |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Lage informasjonsmateriell om likepersonsordningen til helsepersonell</li><li>• Kjentgjøre ordningen via nasjonalt Diabetesforum og Diabetesfag</li></ul>   |

## Sørge for at du og dine støttespillere finner relevante aktivitets- og læringstilbud i lokallag, fylkeslag og/eller det nasjonale leddet, gjennom blant annet Diabetesskolen

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Etablere motivasjonsgrupper</li><li>• Arrangere ulike temamøter</li><li>• Lage en aktivitetskalender som viser medlemmene hvilken aktivitet de kan delta på i lokallaget</li><li>• Gi opplæringstilbud til medlemmer ved hjelp av verktøyene i Diabetesskolen</li></ul> |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Samarbeid med andre foreninger, f.eks. DNT</li><li>• Informere tillitsvalgte i lokallag om mulighetene i Diabetesskolen</li></ul>   |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Arrangere årlige sommerleirer for barn og ungdom</li><li>• Utvikle kurstilbudet i Diabetesskolen</li><li>• Informere tillitsvalgte om tilbudene i Diabetesskolen</li><li>• Arrangere kurs for nye tillitsvalgte</li></ul>   |

## Legge til rette for at det utvikles lokale aktivitetstilbud rettet mot personer med minoritetsbakgrunn som har, eller er i risikozonen for å få, diabetes

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Etablere motivasjonsgrupper for minoriteter</li><li>• Oppsøke f.eks. mottak, skolesenter, arbeidsplasser med mange minoritetsspråklige, legesentre, nasjonale foreninger</li><li>• Bruke tolk på arrangementer</li><li>• Holde foredrag/kurs/spørretimer eller bare sosiale samlinger</li></ul> |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Informere helsepersonell om informasjon på andre språk</li><li>• Delta og oppfordre lokallag til å skape arenaer for innvandregrupper</li></ul>   |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Gjøre tilgjengelig informasjon på andre språk på nettsiden</li><li>• Lage faktaark om ulike innvandregrupper og hvordan man kan nå dem som verktøy for tillitsvalgte</li></ul>  |

## Videreutvikle og tilby opplæring til alle tillitsvalgte slik at de får kompetanse til å utføre sine verv

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Invitere personer med fagkompetanse som foredragsholdere på kurs/samlinger</li><li>• Sette av penger til egenandel slik at tillitsvalgte får gått på nasjonale kurs</li><li>• Sørge for at alle tillitsvalgte får heftet «tillitsvalgt»</li><li>• Kunnskapsutveksling mellom gamle og nye tillitsvalgte på årsmøter</li></ul> |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Motivere tillitsvalgte i lokallag</li><li>• Sørge for at alle tillitsvalgte får heftet «tillitsvalgt»</li><li>• Skape arenaer for opplæring og kunnskap for alle tillitsvalgte i fylket</li><li>• Kunnskapsutveksling mellom gamle og nye tillitsvalgte på årsmøter</li></ul>   |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Gi mulighet for erfaringsutveksling blant fylkesledere</li><li>• Arrangere opplæringsarenaer for tillitsvalgte i hele organisasjonen, eksempelvis grunnkurs for nye tillitsvalgte</li><li>• Utvikle opplæringstilbudet gjennom Diabetesskolen</li><li>• Oppdatere tillitsvalgt-heftet jevnlig</li></ul>                       |



## Videreutvikle vår rolle som individuell veileder for deg med diabetes

- |                       |  |
|-----------------------|--|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Markedsføre Diabeteslinjen og likepersoner</li><li>• Informere medlemmene om tilbudene som finnes lokalt</li></ul>   |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Markedsføre Diabeteslinjen</li></ul>   |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Utvikle Diabeteslinjen, kanskje kan den være være kveldsåpent eller andre videreutviklende tiltak</li><li>• Knytte nye fagprofesjoner til Diabeteslinjen</li><li>• Lage materiell som viser eksempler (ofte spurte) på spørsmål/svar på Diabeteslinjen</li><li>• Holde kurs for tillitsvalgte og frivillige i det å være veiledere</li></ul> |

## Legge til rette for at alle kan gjøre en innsats for diabetessaken

- |                       |  |
|-----------------------|--|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Legge til rette for at frivillige uten verv kan delta i diabetessaken, alle trenger ikke sitte i styret, men for eksempel bidra på enkeltarrangement</li><li>• Aktivt spørre medlemmer og andre om de vil bidra</li><li>• Informere om Diabetesforbundet på stand</li><li>• Arrangere åpne møter</li></ul> |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Legge til rette for at frivillige uten verv kan delta i diabetessaken, alle trenger ikke sitte i styret, men for eksempel bidra på enkeltarrangement</li><li>• Informere om Diabetesforbundet på stand</li></ul>   |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Økt satsning på rekruttering av frivillige uten verv</li><li>• Lage gode systemer for håndtering av frivillige som ikke sitter i styret</li><li>• Informere om Diabetesforbundet på stand</li></ul>  |

## **DIABETESFORBUNDET – GIR KVALITETSSIKRET INFORMASJON**

Vi er troverdige. Vi skal være førstevalget for deg som søker informasjon og ønsker å holde deg oppdatert om diabetes. Vi gir kvalitetssikret og uavhengig diabetesinformasjon som bidrar til trygghet, kunnskap og god egenbehandling.

Vi skal bidra til økt kompetanse om diabetes hos helsepersonell, slik at du sikres best mulig behandling. Vi skal stimulere til forskning.

### **MÅL FOR 2019-2021**

#### **Sørge for at du med diabetes, dine støttespillere og helsepersonell finner oppdatert, tilpasset og relevant informasjon i våre kanaler**

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Være synlig i sosiale medier</li><li>• Egen nettside på diabetes.no som jevnlig oppdateres, for eksempel i arrangementskalenderen</li><li>• Dele ut materiell på møter og arrangementer</li></ul> |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Egen nettside på diabetes.no som jevnlig oppdateres, for eksempel i arrangementskalenderen</li></ul>  |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Fokus på målgruppetilpasset informasjon i alle kanaler</li><li>• Videreutvikle nettsiden og gjøre informasjonen lettere tilgjengelig</li></ul>  |

#### **Øke kunnskapen om og forståelse for diabetes i befolkningen**

- |                       |  |
|-----------------------|--|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Stå på stand i nærmiljøet</li><li>• Samarbeide med andre organisasjoner lokalt om arrangement</li><li>• Markere Verdens diabetesdag lokalt</li><li>• Kontakte lokale medier</li></ul>  |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Holde foredrag om diabetes på relevante arenaer</li><li>• Markere Verdens diabetesdag</li><li>• Kontakte lokale medier</li></ul>   |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Utvikle foredragsmaler som fylkes- og lokallag kan bruke</li><li>• Lage nasjonale informasjonskampanjer for å øke forståelsen om diabetes blant befolkningen</li><li>• Markere Verdens diabetesdag</li><li>• Tilknytte oss populære ambassadører</li><li>• Få til økt mediedekning</li></ul> |

## Øke kjennskapen om vårt arbeid og våre tilbud blant medlemmer og potensielle medlemmer

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Synlighet gjennom stands og sosiale medier</li><li>• Arrangere gode aktivitetstilbud</li></ul>  |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Synlighet gjennom stands og sosiale medier</li></ul>  |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Synliggjøre det politiske arbeidet til medlemmene</li><li>• Reklamere på TV</li><li>• Være mer aktiv på sosiale medier og i media</li></ul> |

## Gi tilrettelagt informasjon til personer med minoritetsbakgrunn

- |                       |  |
|-----------------------|--|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Rekruttere personer med minoritetsbakgrunn til motivasjonsgruppene</li><li>• Ta i bruk presentasjonsverktøy rettet mot minoriteter (utviklet av det nasjonale leddet)</li><li>• Dele ut informasjonsmateriell på andre språk på f.eks. flyktningkontor, skoler for innvandrere, mottak, legekantor og apotek</li></ul> |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Informere lokallag om hvilket informasjonsmateriell som finnes og motivere til aktivitet</li><li>• Ta i bruk presentasjonsverktøy rettet mot minoriteter (utviklet av det nasjonale leddet)</li></ul>  |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Utvikle språk- og kulturtilpassede verktøy og presentasjoner</li><li>• Større fokus på minoriteter i bladene</li></ul>   |

## Jobbe for at helsetjenesten og apotek når ut med diabetesinformasjon til både dem med kjent sykdom og dem som er i risikozonen

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Dele ut informasjonsmateriell til legekantor og apotek</li></ul>  |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Arrangere fylkesforum</li></ul>   |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Utvikle informasjonsmateriell om forebygging av diabetes rettet mot helsepersonell</li><li>• Arrangere nasjonalt Diabetesforum</li><li>• Bruke fagpersoner tilknyttet Diabetesforbundet for å nå ut med informasjon</li></ul> |

## Øke kunnskapen om betydningen av tidlig diagnostisering

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• «Stikk deg i tide»-kampanje</li><li>• Stands med blodsuktermåling</li></ul>   |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Lage lokal kampanje for å promotere diabetesrisiko.no</li></ul>   |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Promotere diabetesrisiko.no</li><li>• Lage informasjonsmateriell om tidlig diagnostisering</li><li>• Fortsette å utvikle nettinformasjon for helsepersonell</li></ul> |

## Øke diabeteskompetansen hos ansatte i skoler og barnehager

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Holde kurs for skoler, barnehager og helsepersonell</li><li>• Dele ut opplæringsmateriell til helsesøstre på skoler</li><li>• Promotere «Jørgen 6 år»</li></ul>   |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Holde kurs for skoler, barnehager og helsepersonell</li><li>• Foredrag på lærermøter</li></ul>  |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Utvikle Diabetesskolesekken til barnehager</li><li>• Lage opplæringsmateriell til helsesøstre om diabetes</li><li>• Lage kortfattede infopakker som kan deles ut til skoleledere, foreldreutvalg, elevråd</li></ul> |

## Øke diabeteskompetansen til helsepersonell ved sykehjem, hjemmebaserte tjenester og andre institusjoner

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Dele ut informasjon på relevante steder</li><li>• Etablere kontakt med kommunenes helsevesen</li><li>• Henge opp informasjonsplakater</li></ul>   |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Inkludere kommunehelsesektoren på fylkesforum</li><li>• Holde foredrag</li></ul>  |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Arrangere nasjonalt Diabetesforum</li><li>• Lage informasjonsmateriell rettet mot helsepersonell på sykehjem</li><li>• Lage informasjonsplakater</li><li>• Lage vervekampanjer rettet mot helsepersonell</li><li>• Påvirke til at det blir laget en ABC-perm for diabetesomsorg</li></ul> |

## Øke kompetansen hos helsepersonell om komplikasjoner ved diabetes

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Dele ut informasjon til helsepersonell</li><li>• Informere om komplikasjoner til helsepersonell</li><li>• Lage lokale kampanjer om tilpasset diabetesbehandling</li></ul> |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Fylkesforum</li><li>• Be om møter med overordnede ledd i helsetjenesten</li></ul>   |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Nasjonalt Diabetesforum</li><li>• Lage informasjonsmateriell om komplikasjoner til helsepersonell</li><li>• Sak i Diabetesfag</li></ul>                                   |

## Øke kompetansen blant helsepersonell om psykisk helse som del av diabetesbehandlingen

- |                       |  |
|-----------------------|--|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Promotere Diapodden til helsepersonell lokalt og på relevante arrangement</li><li>• Samarbeide med Mental Helse</li></ul>  |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Foredrag av psykologer på fylkesforum</li></ul>  |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Promotere Diapodden</li><li>• Fortsette å styrke faggruppen for diabetespsykologi</li><li>• Mediesatsning på psykisk helse som del av behandlingen</li><li>• Øke kjennskapen til tilbud om å snakke med psykolog på Diabeteslinjen</li></ul> |

## Bidra til mer diabetesforskning innen ulike områder, blant annet gjennom å støtte fagmiljøer og veilede om støtteordninger for forskning

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Promotere viktigheten av diabetesforskning i lokalmedia</li><li>• Loddsalg-kampanje til inntekt for forskning</li><li>• Delta i forskningsprosjekter som brukermidvirkere</li></ul> |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Loddsalg-kampanje til inntekt for forskning</li><li>• Delta i forskningsprosjekter som brukermidvirkere</li></ul>   |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Arrangere forsknings- og stipendiatkonferanse</li><li>• Dele ut Diabetesforbundets forskningspris</li><li>• Ha giverkampanje til inntekt for forskning</li></ul>                    |

## Formidle og gjøre tilgjengelig forskningsresultater

- Lokallag**
  - Invitere forskere på temamøter
  - Spre informasjon om forskningsnytt i nettverk og lokal media
- Fylkeslag**
  - Spre informasjon om forskningsnytt i nettverk og lokal media
- Nasjonalt nivå**
  - Lage forskningsnytt, f.eks. på nettsiden
  - Ha forskningsstoff i bladet Diabetes
  - Dele ut forskningsprisen
  - Synliggjøre forskning gjennom media

## Øke inntektene til Diabetesforbundets forskningsfond for å styrke diabetesforskningen

- Lokallag**
  - Vippskampanje i forbindelse med Verdens diabetesdag
- Fylkeslag**
  - Vippskampanje i forbindelse med Verdens diabetesdag
- Nasjonalt nivå**
  - Be om gaver fra industrien, f.eks. julegaver
  - Lage giverkampanjer

## **DIABETESFORBUNDET – STYRKER DIN STEMME**

Vi er modige. Vi skal kjempe for din sak og styrke din stemme, slik at du med diabetes blir hørt og sikres gode behandlingstilbud og rettigheter.

Gjennom vårt politiske påvirkningsarbeid, og som pådriver for en bedre helse-tjeneste, skal vi jobbe for at du får tilgang til gode helsetjenester og medisinsk utstyr.

Vi skal være en tydelig og synlig aktør som setter diabetes på dagsordenen.

### **MÅL FOR 2019-2021**

#### **Jobbe for at dine rettigheter ivaretas og styrkes**

- |                       |  |
|-----------------------|--|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Informere medlemmer om rettigheter gjennom for eksempel stand eller temamøter</li><li>• Lokale kampanjer i sosiale medier</li></ul>  |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Kontakt med kommunen, primærhelsetjenesten og samarbeid med andre organisasjoner som for eksempel FFO i fylket</li></ul>   |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Informasjonskampanjer om rettigheter</li><li>• Se på muligheten for å ha rettighetsspesialist på Diabeteslinjen</li><li>• Jobbe for like rettigheter til alle barn i barnehage og barneskole med individuelle tilpasninger, slik at barnet får en gradvis økning i egenhåndtering av sin diabetes i løpet av barneskolen</li></ul> |

#### **Jobbe for at du får den behandlingen og behandlingshjelpemidlene som passer ditt behov best, uansett hvem du er og hvor du bor**

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Distribuere informasjonsmateriell til legekontor</li><li>• Være vakthund i lokale saker</li><li>• Informere medlemmene om hva de har rett på av behandling og behandlingshjelpemidler</li></ul>   |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Kontakte kommunen(e) om styrking av kunnskap hos helsepersonell</li><li>• Ha en tett dialog med helseforetakene og de lokale og regionale sykehusenes avdelinger innen diabetesbehandling</li><li>• Kontakte fylkespolitikere for å sikre at diabetesbehandling blir prioritert</li></ul> |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Møter med ledelsen i helseforetakene om diabetesbehandling</li><li>• Ha informasjon på nettsidene om behandling</li><li>• Møter med politikere og myndigheter</li></ul>   |

## Jobbe for at du som har diabetes type 1, eller annen diabetes med komplisert sykdomsforløp, skal ha tilbud i spesialisthelsetjenesten

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Informere medlemmer om rettighetene</li><li>• Jobbe tverrfaglig opp mot det lokale helsetilbudet, ved å invitere til dialog, møter og temamøter for lokalt helsepersonell</li></ul>   |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Informere medlemmer om rettighetene</li><li>• Skape tett dialog med sentrale personer innen de forskjellige helsetjenestene for å informere og kurse disse i diabetes</li></ul>   |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Arbeide for at det er god samhandling mot fylkene og på tvers i departementene</li><li>• Påvirke at helsetjenesten bruker behandlingsretningslinjene i praksis</li><li>• Informasjon til spesialisthelsetjenesten</li><li>• Skape gode dialoger og være synlig i de nasjonale fora innen diabetesbehandling</li></ul> |

## Jobbe for at du med diabetes type 2 får styrket oppfølging i primærhelsetjenesten

- |                       |  |
|-----------------------|--|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Gi informasjon til medlemmene</li><li>• Jobbe tverrfaglig opp mot det lokale helsetilbudet, ved å invitere til dialog, møter og temamøter for lokalt helsepersonell</li></ul>  |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Holde kurs i rettighetene/retningslinjene</li><li>• Arrangere kurs for primærhelsetjenesten</li><li>• Samarbeide med Lærings- og mestringssentrene</li></ul>   |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Sikre tilbud om startkurs</li><li>• Øke diabeteskunnskapen i primærhelsetjenesten</li><li>• Ha tilgjengelig info på Diabetes.no om «Nasjonal faglig retningslinje» som tema med eventuelle forklaringer for brukere</li><li>• Kartlegge hvilke tilbud personer med diabetes type 2 får</li></ul> |

## Sikre gode overganger fra barneavdeling til voksenavdeling, og sikre barn og unges rett til å være på barneavdeling til de er 18 år

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Informere medlemmer om rettigheten</li></ul>  |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Ha brukermedvirkere på sykehusene/ i helseforetaket</li></ul>   |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Jobbe mot de regionale helseforetakene så behandlingen blir lik i hele landet</li><li>• Informasjon til medlemmer om rettigheten og anbefalt overgangsprosess</li></ul> |



## Sikre god brukermedvirkning i helsetjenesten og i forskningen

- |                       |  |
|-----------------------|--|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Arbeide lokalt sammen med Rådet for likestilling av mennesker med nedsatt funksjonsevne</li><li>• Jobbe med å få folk til å være brukermedvirkere, ta kurs hos FFO i brukermedvirkning</li></ul> |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Være pådriver i fylket for brukermedvirkning</li><li>• Motivere, informere og legge til rette for at brukerrepresentanter får opplæring</li></ul>  |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Brukermedvirkning med i alle utvalg og nasjonale forskningsprosjekter</li><li>• Sikre at brukerrepresentantene får opplæring</li><li>• Sikre gode verktøy for brukerrepresentantene</li></ul>    |

## Jobbe for at du med diabetes skal få tilbud om lovpålagt pasient- og pårørendeopplæring i regi av helsetjenesten

- |                       |  |
|-----------------------|--|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Informere nye medlemmer om retten til startkurs</li><li>• Informere fastleger om viktigheten av startkurs</li><li>• Arbeide mot lokale politikere og helsemyndigheter</li></ul>  |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Informere fastleger og sykehusene om viktigheten av startkurs</li><li>• Informere om behandlingsretningslinjer og rettigheter til medlemmene</li><li>• Skape dialog med fylkeslegen og kommunelegene for å sette temaet på dagsorden</li><li>• Samarbeide med legeföreningen på fylkesnivå, og bidra til at de informerer deres medlemmer om «Nasjonal faglig retningslinje»</li></ul> |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Kreve politisk at startkurs gjennomføres i alle kommuner</li><li>• Følge med på gjeldende praksis over hele Norge. Kreve endring der dette ikke fungerer som det er tenkt</li><li>• Lage informasjonsmateriell rundt rettigheter om opplæring og hvordan gå fram</li></ul>   |

## Jobbe for implementering av nasjonal diabetesplan og nasjonal faglig retningslinje for diabetes

- |                       |  |
|-----------------------|--|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Gjøre tilgjengelig brukerveilederen for nasjonale retningslinjer på alle arenaer hvor vi møter brukere</li><li>• Gi ut informasjonsmateriell om behandlingsretningslinjene på legekontor, både til legene og til personer med diabetes</li></ul> |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Gjøre brukerveilederen for nasjonale retningslinjer tilgjengelig</li></ul>   |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Sørge for at det alltid er oppdatert brukerveileder for nasjonale behandlingsretningslinjer</li><li>• Øke kunnskapen om dette blant de tillitsvalgte</li><li>• Jobbe politisk for økt satsning på implementering</li></ul>                       |

## Jobbe for velfungerende diabetesregistre for barn og voksne

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Gi informasjon til medlemmene om at de må be om at legen bruker NOKLUS</li></ul>  |
| <b>Fylkeslag</b>      |   |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Jobbe for å inkludere i «Nasjonal faglig retningslinje» at alle eksisterende kjente og nyoppdagede diabetespasienter hos fastleger må meldes inn i diabetesregistre</li></ul> |

## Være en del av det internasjonale diabetessamfunnet

- |                       |  |
|-----------------------|--|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Markere Verdens diabetesdag</li></ul>  |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Markere Verdens diabetesdag</li></ul>  |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Delta på IDF (International Diabetes Federation)-kongresser</li><li>• Samarbeide med andre nordiske diabetesorganisasjoner</li><li>• Markere Verdens diabetesdag</li></ul> |

## Skape medlemsvekst, slik at vi kan fortsette å fremme diabetessaken med en sterk og tydelig stemme

- |                       |  |
|-----------------------|--|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Synliggjøre diabetesforbundet på stand, i lokalmedia, i møte med politikere</li><li>• Fokus på verving</li><li>• Ha noen åpne temamøter hvor også ikke-medlemmer kan komme og bli kjent med forbundet</li><li>• Delta i fora med potensielle medlemmer som f.eks. startkurs</li><li>• Gjøre seg kjent med, og formidle, medlemsfordelene og fordelene med at vi har mange medlemmer (for eksempel med tanke på politisk påvirkning)</li><li>• Flere stands med gratis blodsuktermåling, bruke det som arena for medlemsverving</li></ul> |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Synliggjøre Diabetesforbundet på stand, i lokalmedia, i møte med politikere</li><li>• Fokus på verving</li><li>• Se på muligheten for å skape lokale medlemsfordeler</li></ul>   |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Synliggjøre Diabetesforbundet i media, i møte med politikere</li><li>• Fokus på verving og pleie av eksisterende medlemmer</li><li>• Øke tilfredsheten for medlemskapet blant eksisterende medlemmer</li><li>• Lage flere relevante medlemstilbud og rabatter</li><li>• Utarbeide gode verveverktøy for bruk i fylkes- og lokallag</li></ul>   |

## Jobbe for å bremse veksten av diabetes type 2 gjennom å jobbe for bedre folkehelse

- |                       |  |
|-----------------------|--|
| <b>Lokallag</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Samarbeide med andre organisasjoner/idrettslag rundt tilbud om lavterskel fysisk aktivitet</li><li>• Jobbe lokalpolitisk for tilrettelegging av uteareal for økt aktivitet</li><li>• Samarbeide med folkehelsekoordinator lokalt</li></ul> |
| <b>Fylkeslag</b>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Samarbeide med frisklivssentraler</li></ul>  |
| <b>Nasjonalt nivå</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Øke kunnskapen hos beslutningsmyndigheter om effekten av forebygging</li><li>• Påvirke politikere til å bruke positive prispolitiske virkemidler</li><li>• Være med i NCD (ikke-smittsomme sykdommer-alliansen)</li></ul>                  |

troverdig

modig

**diabetes**forbundet

DIABETESFORBUNDET  
Epost: [post@diabetes.no](mailto:post@diabetes.no)  
Tlf: 23 05 18 00  
[diabetes.no](http://diabetes.no)

hjelpsom