



Folkehelse-
undersøkinga
2026

Informasjon, kampanjemateriell og publiseringsplan



Vestland
fylkeskommune

A man is hanging upside down from a thick black rope, holding it with both hands. He is wearing a black t-shirt, yellow shorts, and sunglasses. His mouth is open in a shout or yell. The background features a large body of water, a small white house on a green hill, and steep, rocky mountains under a blue sky with white clouds. The entire image is framed by a large, light purple circular shape on the right side.

Informasjon og
nedlasting av filer på
vestlandfylke.no/fhus

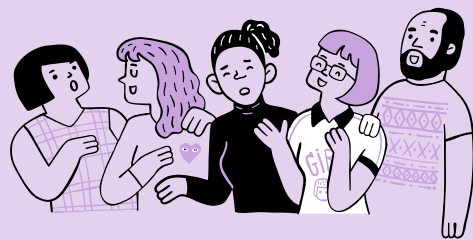
Informasjonskampanje for kommunane:

Folkehelseundersøkinga 2026 Vestland

I april får mange innbyggjarar i Vestland over 18 år invitasjon til å delta i folkehelseundersøkinga. For å få best mogleg innsikt i korleis det står til med folkehelsa i fylket, treng vi at mange svarar. Vi håpar alle kommunane blir med og bidreg med å nå ut til flest mogleg med informasjonskampanjen.

I kampanjen finn de følgande materiell, som kommunen kan bruke:

- bilde til infoskjermar
- plakatar (printast sjølv)
- tekst og bilde til infoside på netsidene til kommunane
- tekst til intern e-post om Folkehelseundersøkinga
- materiell og postetekstar til sosiale media



Om folkehelseundersøkinga

Folkehelseundersøkinga 2026 i Vestland er eit samarbeid mellom Vestland fylkeskommune og Folkehelseinstituttet. Dei som er plukka ut får invitasjon til å svare på undersøkinga i helsenorge.no.

Resultata vil syne korleis det står til med helse, trivsel og livskvalitet hjå den vaksne befolkninga i Vestland. Dette er viktig kunnskap både for kommunane og fylkeskommunen.

Innhaldet i kampanjen

For at innbyggjarane i Vestland skal få med seg at folkehelseundersøkinga pågår, bør informasjonskampanjen vere tydeleg, synleg og repeterande. Det handlar om å bruke fleire informasjonskanalar samstundes for å nå målgruppa best mogleg.

Ein felles informasjonskampanje både på regionalt og lokalt nivå er eit viktig verkemiddel for å auke svarprosenten. Vi har laga eit forslag til publiseringsplan for kommunen med ei tidslinje for deling og bruk av kampanjemateriell.

Fylkeskommunen publiserer og deler i eigne kanalar, på administrasjonsstadane, vidaregåande skular og tannklinikkar. I tillegg jobbar fylkeskommunen for å få samarbeidspartar og andre aktørar i fylket til å dele informasjon om undersøkinga (t.d. bibliotek, flyplass, båt og ferjer, Helse Førde og Helse Bergen).

Kort om kampanjen

- Informasjonskampanjen varer frå 16. april til 28. april.
- Førebuing til kampanjen bør starte ei veke før, frå 8. april.
- I kampanjen er det laga materiell tilpassa ulike kommunikasjonskanalar.
- Alt materiellet er tilgjengeleg på nynorsk, noko også på engelsk.
- Materiellet lastar de ned frå nettsida til fylkeskommunen: vestlandfylke.no/fhus.

Spørsmål?

Har du spørsmål om kampanjen eller om sjølve undersøkinga? Ta gjerne kontakt med oss!

e-post: fhus@vlfk.no (frå 9. april)

telefon: 90 14 53 55 (telefon er betent frå 16. april, måndag–fredag kl. 09.00–15.00).

Mie Dahl Pind, rådgjevar statistikk og analyse, 45 11 82 31, mie.dahl.pind@vlfk.no.

Thea Christiansen Mandt, rådgjevar folkehelse, 90 04 30 11, thea.christiansen.mandt@vlfk.no.

Turid Skrede, rådgjevar folkehelse, 99 24 65 50, turid.skrede@vlfk.no.

Birthe Johanne Finstad, rådgjevar kommunikasjon, 99 61 04 64, birthe.finstad@vlfk.no.

Kampanjemateriellet

Infoskjermer

Infoskjermbileta er laga til infoskjermer i liggande format, slik at bilda kan brukast på dei fleste infoskjermer.

Føreslåtte plasseringar: kommunehus/rådhus, bibliotek, servicesentera til kommunen, fastlegekontor, helsestasjonar, private tannlegekontor, treningssenter og ev. private bedrifter.



Infoskjermer



Plakatar

Plakat 1: Generell informasjon om undersøkinga

- Ståande format. Kan skrivast ut i A3- eller A4-format.
- Føreslåtte plasseringar: bibliotek, servicesenter, nærmiljøsentra, vaksenopplæring, lokale Nav-kontor, seniorsenter, legekontor/helsestasjonar, tannlegekontor, apotek, frivilligsentralar, rådhus/kommunehus, treningssenter og idrettsanlegg.

Plakat 2: Informasjon om kvar innbyggjarar kan få hjelp til å svare på undersøkinga

- Ståande format. Kan skrivast ut i A3- eller A4-format.
- Denne plakaten har eit felt nedst der de kan fylle inn aktuelle stader for å få hjelp. Hugs at de må avtale med dei aktuelle stadene på førehand, slik at dei er førebudde på å hjelpe dei som treng rettleiing.
- Føreslåtte stader: bibliotek, servicesenter, vaksenopplæring, språkkafear og liknande møteplassar.

Plakat, A3 og A4



Nettside (og innbyggjarapp) – tekst og foto og film

Vi har laga ein tekst og eit coverbilde for folkehelseundersøkinga som kan publiserast på nettsida til kommunen. Det er også lagt ut sju illustrasjonsbilde som kan brukast i saka. Bilda skal krediterast slik: **Foto: «namn på fotograf»/Vestland fylkeskommune**. Namnet på fotograf står i filnamnet.

For dei kommunane som har innbyggjarappar, er det flott om de deler informasjon om undersøkinga også her.

FHI har laga ein info-film som er fin å dele på nettsida som supplement til informasjonsteksten.

FHI si film på nynorsk (mp4)

FHI si film på engelsk (mp4)



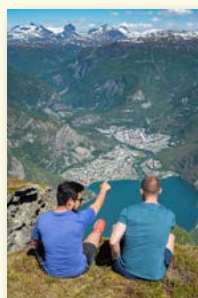
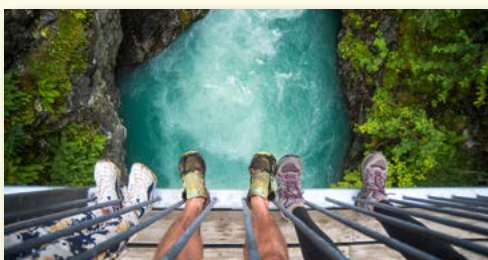
Covebilde



Film frå FHI (Folkehelseinstituttet)



Illustrasjonsbilde



Sosiale medium

Til sosiale medium har vi laga innlegg som kan brukast på dei ulike flatene til Facebook og Instagram.

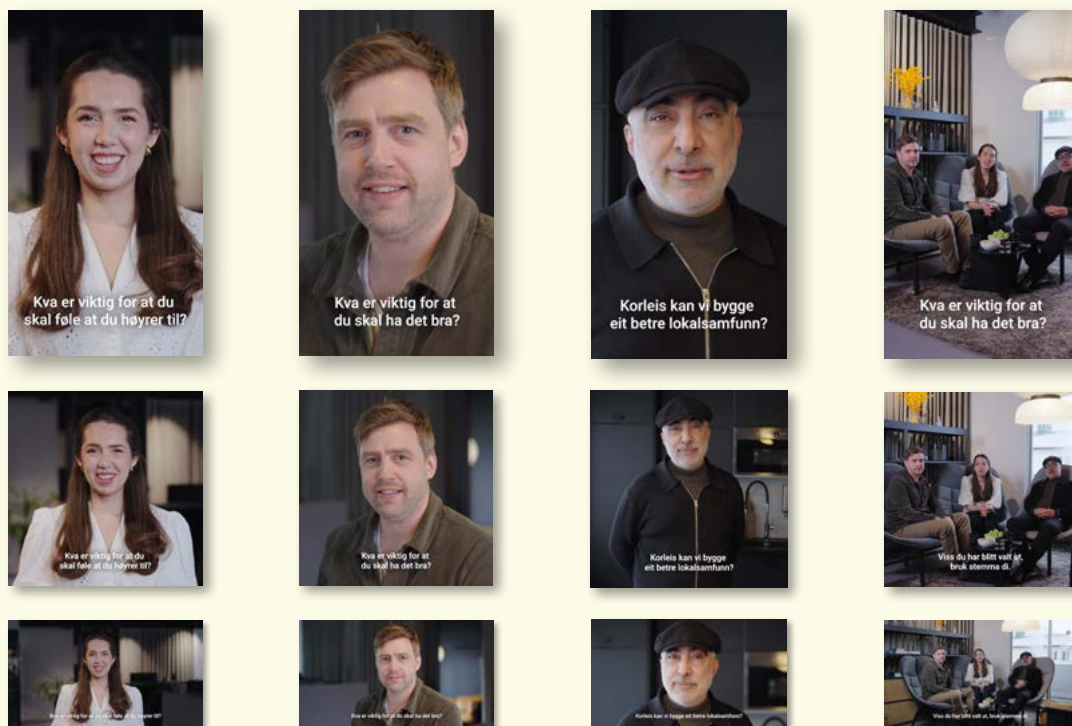
- **Innlegg 1–3:** Innlegg på Facebook og Instagram – format 4:5
 - Det er laga tre vanlege innlegg med bilde. Innlegga kan delast på Facebook og Instagram. Bilda i 4:5-format kan også deles på story om de ønskjer.
- **Videoinnlegg 1–3 (reel):** Video (reel) på Facebook og Instagram – format 9:16
 - Video av personar som får SMS og oppmodar sjåar til å svare på undersøkinga. Videoen kan også delast på story.



Sosiale medium



Film



Intern e-post

I kampanjemateriellet er det ein tekst som kommunen kan bruke i ein e-post til tilsette. Fleire tilsette vil truleg få invitasjon til å delta i folkehelseundersøkinga. Ein slik e-post kan minne dei inviterte om å svare, og slik auke deltakinga.

E-posten gir også fleire tilsette kunnskap om folkehelseundersøkinga. Det kan vere nyttig dersom dei møter innbyggjarar som brukar kommunale tenester, eller andre som har spørsmål om undersøkinga.

Informasjon og
nedlasting av filer på
vestlandfylke.no/fhus



Pressemelding og mediekontakt

Fylkeskommunen sender ut pressemeldingar til media i Vestland før undersøkinga startar 16. april 2026 og sender også denne til sentralborda i kommunane.

Dersom de har kontaktpersonar i lokalmedia må de gjerne kontakta desse, til dømes med informasjon om kvar innbyggjarane i kommunen kan få hjelp til å svare på undersøkinga. Media er ofte interessert i gode historier om kva undersøkinga kan bidra til. Bruk gjerne døme frå undersøkinga i 2022, dersom de har dette. Fylkeskommunen kan hjelpe med mediekontakt om de vil det. Ta kontakt på **kommunikasjon@vlfk.no** i så fall.

Fylkeskommunen sender også ut pressemelding når resultatane er klare i løpet av hausten 2026.



Undersøkinga
blir sendt ut
16. april



Forslag til publiseringsplan

Datainnsamlinga går over berre to veker, og det er difor viktig at alle er klare og godt førebudde til kampanjen.

Undersøkinga blir sendt ut til innbyggjarane **16. april**. Eit lite utval (1000 stk.) får invitasjon frå 14. april som del av førehandstest på utsendinga.

Vi har laga eit forslag til tidslinje for deling og bruk av kampanjemateriellet. De kan fritt dele i sosiale medium på dei datoane de ynskjer i perioden **16.–28. april**. For nokre kontoar kan dette bli for mange publiseringar, for andre vil vere heilt greitt. Tilpass omfanget til kontoane og følgjarane dykkar.

Dersom de har Meta Business Suite til å publisere innlegg på Facebook og Instagram, kan de nytte den funksjonen for å planleggje innlegg i heile perioden. Då blir innlegga publiserte automatisk på dei tidspunkta de ønskjer, og de slepp å hugse kva som skal postast frå dag til dag.



April

6	må	Veke 15
7	ty	
8	on	
9	to	
10	fr	
11	la	
12	sø	
13	må	Veke 16
14	ty	
15	on	
16	to	
17	fr	
18	la	
19	sø	
20	må	Veke 17
21	ty	
22	on	
23	to	
24	fr	
25	la	
26	sø	
27	må	Veke 18
28	ty	
29	on	
30	to	

Del 1. Klargjering, 8.–15. april

- Publisert informasjon om folkehelseundersøkinga på nettsida til kommunen.
- Send infoskjermbildet til aktuelle aktører i kommunen med tydeleg plan for publisering **16. april–28. april**.
- Plakat 1: kan sendast ut til og hengjast opp aktuelle stader i kommunen.
- Plakat 2: avtal med aktuelle stader som kan hjelpe med å fylle ut undersøkinga, og send plakat 2 slik at dei kan hengje opp frå **14. april**. Fylkeskommunen informerer om undersøkinga til biblioteka gjennom våre nettverk.
- Ta gjerne kontakt med ev. lokalmedia for å prøve å få på nyheitsak om kvar innbyggjarane kan få hjelp med undersøkinga
 - **13. april:** Fylkeskommunen sender ut pressemeldingar til media i Vestland fylke

Del 2. Undersøkinga startar, 16.–23. april

16. april

- Publisering av infoskjermbildet på aktuelle skjermar
- Send ut intern e-post til tilsette i kommunen
- Del innlegg 1 på Facebook og Instagram

20. april

- Del video 1 på Facebook og Instagram (reel)

22. april

- Del video 2 på Facebook og Instagram (reel)

Del 3. Siste innsats, 24.–28. april

24. april

- Del innlegg 2 på Facebook og Instagram

27. april

- Del video 3 på Facebook og Instagram (reel)

Mai

1	fr	
2	la	
3	sø	
4	mo	Veke 19
5	ty	
6	on	

Del 4. Eventuell ekstraveke, 29. april–6. mai*

29. april

- Forleng publisering av infoskjermbildet på aktuelle skjermar

1. mai

- Del innlegg 3 på Facebook og Instagram

* Ekstraveka vert aktivert dersom svarprosenten er under 30 prosent etter del 3 av kampanjeperioden. Fylkeskommunen gir tydeleg beskjed om dette vert aktuelt.



Tips for å nå målgruppa

Målgruppa for kampanjen er alle innbyggjarar i Vestland frå 18 år, med ein ekstra innsats retta mot:

1. **unge i alderen 18–29 år**
2. **menn i alderen 18–49 år**
3. **innvandrarar**

Korleis nå best mogleg ut?

- Sprei informasjon breitt i befolkninga, både fysisk og digitalt. Det kan bidra til at personar får kjennskap til undersøkinga både direkte og gjennom andre.
- Gjer kampanjen synleg med plakatar og infoskjermbilde på møteplassar og stader i kommunen med mykje folk t.d. bibliotek, seniorsenter, legekontor, tannlegekontor, apotek, nærmiljøsender, frivilligsentralar, flyktningteneste, norskopplæring og servicekontor.
- Ta kontakt med store arbeidsplassar i kommunen og be dei om å dele infoskjermbilde eller plakat 1 hjå seg.
- Avtal at enkelte stader i kommunen tilbyr hjelp til å fylle ut undersøkinga (bruk plakat 2).
- Informer tilsette i kommunen som har innbyggjarkontakt, til dømes heimesjukepleie, sjukeheimar o.l., om undersøkinga, slik at dei kan hjelpe.
- Prøv å få lokalavisa til å skrive ei sak om undersøkinga.
- Bruk stories på Facebook og Instagram. Dersom de lagar egne innlegg, bruk emojiar og korte, direkte setningar i sosiale medium.

Rettleiar for tilbod om hjelp til å svare på folkehelseundersøking

Hjelp til å svare på undersøkinga kan vere å

- tilby innbyggjarane å låne PC
- rettleie i korleis ein loggar inn på helsenorge.no
- hjelpe med å finne spørjeskjema på helsenorge.no

Det er viktig å understreke at autonomi og konfidensialitet for respondenten alltid må vere ivareteke.

- Den som hjelper **skal ikkje diskutere svara** med respondenten og heller ikkje sjå svara.
- Den som hjelper skal berre **legge til rette** for at respondenten kan svare.

Vestland fylkeskommune lagar ein manual for innlogging i helsenorge.no, som blir sendt til alle bibliotek. Manualen blir også tilgjengeleg for nedlasting på nettsida til fylkeskommunen når han er klar.



Informasjon og
nedlasting av filer på
vestlandfylke.no/fhus



Informasjon og
nedlasting av filer på
vestlandfylke.no/fhus

Foto: Julia Farsund Storvik og Morten Wanvik / Vestland fylkeskommune. Illustrasjoner: Shutterstock.



Vestland
fylkeskommune

vestlandfylke.no