

## Referat fra møte i Lillehammer Rotaryklubb

Møtetidspunkt	Tirsdag 27.09.22 kl 19.00 – 20.00
Møtested	Scandic Victoria
Møteleder	President Finn Olsen
Antall med gjester og observatører	29 medlemmer
Presidenten	Presidenten orienterte før møte om Distriktskonferansen. Heder ble tildelt Lillehammer rotatryklubb for måloppnåelse i fjorårets rotaryår (12 av 50 klubber hadde klart måloppnåelsen). 8 medlemmer fra vår klubb deltok. Bra. Dato for årsmøte ble også kunngjort. Det blir 25. oktober.
Hovedtema	Ungdom og psykisk helse.
Foredragsholder	Stine Tøndevold, Lillehammer kommune og Karin Boson, førsteamanuensis Høgskolen Innlandet.
Kort om foredraget	<p>Stine er SLT (Samordning av Lokale rus- og kriminalitetsforebyggende Tiltak) koordinator i kommunen.</p> <p>Lillehammer kommune er med på en undersøkelse, ungdatabasen, som gjennomføres i de fleste kommuner i landet hvert tredje år. Første gang var i 2012. Det er ca. 200 spørsmål som de unge må svare på. Målgrupper er elever i ungdomsskolen og på videregående skole.</p> <p>Undersøkelsen sier at 90% er fornøyd med livet, og 80% fornøyd med sine foreldre. 9 av 10 føler de har noen å snakke med og nesten like mange sier de har noen å være sammen med.</p> <p>De aller fleste unge har god helse og er fornøyd – flere jenter som er misfornøyd enn gutter og det er flere jenter enn gutter som har psykiske utfordringer. Det er også målt en nedgang i ungdoms alkoholforbruk.</p> <p>Noen sier de er ensomme selv om de er i klasserommet.</p> <p>Flørte ansikt til ansikt viktig. – ikke bare på sosiale medier.</p> <p>Bekymringer innen videregående om bruk av rusmidler Mye stress hos ungdommen – mer hos jenter enn gutter Stine understreket at det er viktig å ha ressurser til å følge opp den enkelte over tid.</p> <p>Kan se mere om undersøkelsen på <a href="http://www.ungdata.no">http://www.ungdata.no</a></p> <p>Karin startet med å definere begrepet psykisk helse. <i>«Helse er definert som en tilstand av fullstendig fysisk, psykisk og sosialt velvære og ikke bare fravær av sykdom eller lidelser.»</i></p> <p>Hun stilte seg spørrende til at de fleste ungdommene rapporterer at</p>

	<p>de har det bra (høgt velvære og trivsel), men at en samtidig ser en større grad av uhelse hos de samme ungdommene.</p> <p>Hun snakket om forebyggende og helsefremmende arbeid og at man her kan se de negative konsekvensene av risikofaktorer før de oppstår, og dermed redusere sannsynligheten for at uønsket sykdom inntreffer. Helsefremmende arbeid er å fremme prosesser og styrke beskyttelsesfaktorer som fører til god helse.</p> <p>Hun påpekte også at det er viktig at normalreaksjoner ikke sykkeliggjøres.</p> <p>Det ble behandlet flere pasienter i psykisk helsevern (barne- og ungdomspsykiatrien BUP) i 2021 enn i 2020.</p> <p>Etter møte var det samling på Heim for de som ønsket og hadde muligheter til det. 15 medlemmer var innom.</p>
Referent	Arlil Bjørkøy
Neste møte	Moelven Industrier – Internasjonalt konsern med røtter i Innlandet. v/konsernsjef Morten Kristiansen. Dette er et intercitymøte.