

Helse- og omsorgsdepartementet  
Postboks 8011 Dep  
0030 Oslo

Dato  
07.04.2026

## Hørings svar - forslag til ny lov om helsemessig og sosial beredskap (helseberedskapsloven)

Mental Helse er Norges største bruker- og medlemsorganisasjon innen psykisk helse. Med over 11.000 medlemmer fordelt over hele landet bidrar vi til å skape gode møteplasser og drifter relevante tjenester og prosjekter som bidrar til bedre psykisk helse. Vi drifter landets største døgnåpne hjelpetelefon (116 123) og chat som mottar 300 000 henvendelser i året. Våre 300 brukerrepresentanter bidrar til høy brukermedvirkning i helsetjenestene. Våre lokallag drifter over 100 møteplasser over hele landet. Mental Helse er også ansvarlig for Norges største folkehelsekampanje om psykisk helse – Verdensdagen for psykisk helse.

Mental Helse støtter behovet for et oppdatert og helhetlig lovverk for helseberedskap. Samtidig vil vi minne om at beredskap ikke bare handler om kapasitet i helsetjenestene eller håndtering av smitte og akutte hendelser. Erfaringene fra pandemien viste tydelig at krisetiltak også kan få store sosiale og psykiske konsekvenser.

Evalueringer fra Folkehelseinstituttet peker på at barn og unge i liten grad ble systematisk involvert i vurderingen av tiltakene under covid-19, til tross for at de i stor grad bar de sosiale og psykiske konsekvensene. Når erfaringene til en gruppe som rammes så direkte ikke inngår i beslutningsgrunnlaget, øker risikoen for tiltak som treffer dårligere enn de kunne gjort. Manglende involvering av unge kan derfor også ha bidratt til svakere beslutningsgrunnlag og tiltak som i ettertid har vist seg å ha større negative konsekvenser enn forutsatt.

Både FHI, Pårørendealliansen og Regjeringens ekspertgruppe for livskvalitet, psykisk helse og rus under Covid-19 konkluderte med at pårørende på lik linje med barn og unge bar de største (psykiske) belastningene under pandemien. Om pårørende knekker sammen under en krise, blir det dobbelt opp for tjenestene.

I tillegg viste pandemien oss at en del styrende føringer ble ulikt fulgt opp i forskjellige foretak, fylker og kommuner. Plikter og forskriftskrav må være operativt gjennomførbare og finansiert. Det er vanskelig for kommuner å pålegges økonomisk ansvar uten klare finansieringsmekanismer og forutsigbar kompensasjon. Når staten beslutter tiltak som i praksis gjennomføres av kommunene, må styringslinjer, ansvar og ressursmekanismer være tydelig avklart før iverksetting. Om man ikke gjør det, vil det bli som under pandemien hvor befolkningen fikk ulik tilgang til tjenester.

Ett nytt lovverk må sikre innbyggerne lik tilgang til tjenester over hele landet (uavhengig av hvor man bor).

Dette er en viktig lærdom for fremtidig beredskap. Brukermedvirkning er ikke bare et demokratisk prinsipp eller «myk» verdi. Det er også en praktisk ressurs som kan bidra til bedre beslutninger. Når erfaringene til dem som berøres av tiltakene blir en del av kunnskapsgrunnlaget, øker sjansen for mer treffsikre og forholdsmessige tiltak. Denne feilen bør vi unngå ved neste krise.

Kriser rammer ikke likt. Mennesker som allerede står i psykiske belastninger, lever med trang økonomi, er alene, eller har lite støtte rundt seg, vil ofte rammes hardest. Derfor må beredskap også handle om sosial trygghet, tilhørighet og tilgang til rask psykososial støtte.

Finland har i sin nasjonale Security Strategy for Society lagt stor vekt på lokale møteplasser og frivillighet som del av samfunnets beredskap. Vi mener Norge bør gjøre noe lignende ved å kartlegge frivillighetens møteplasser og utvikle lokale resilienssentre som kan fungere som psykososiale støttepunkter i kriser. Erfaringene fra Ukraina viser hvor viktig slike steder er for å skape samhold og praktisk støtte i lokalsamfunn. Slike sentre kan tilby varme, informasjon og sosiale møteplasser, legge til rette for barnepass, og være utstyrt med en enkel psykososial plan, satellitt-wifi og aggregat.

Erfaringene fra covid-19-pandemien viste hvor viktig lavterskel, døgnåpne samtaletjenester er i kriser. Mental Helses hjelpetelefon (116 123) og chat-tjenesten Sidetmedord / Mental Helse chat er Norges største landsdekkende samtaletjeneste for psykisk støtte. Tjenesten er også den eneste av sitt slag i Norge med fast ansatte fagpersoner, noe som sikrer høy faglig kvalitet, stabil drift og kontinuitet også under større kriser. Under pandemien økte behovet betydelig, og tjenesten fungerte som et viktig sikkerhetsnett for mennesker som opplevde ensomhet, uro og psykiske belastninger. Ved større kriser bør det derfor foreligge en nasjonal plan for hvordan denne typen samtaletjenester raskt kan skaleres opp, slik at befolkningen har tilgang til lavterskel psykososial støtte når behovet er størst.

#### **Mental Helse vil særlig peke på fire forhold:**

- Erfaringene til berørte grupper og brukerorganisasjoner bør systematisk inngå i kunnskapsgrunnlaget i krisesituasjoner.
- Vi må ha en nasjonal plan for resilienssentre i tett samarbeid med frivilligheten
- Det bør foreligge en nasjonal plan for rask oppskalering av døgnåpne samtaletjenester i krisesituasjoner.
- Psykisk helse må inngå tydelig i beredskapsvurderinger. Tiltak bør vurderes med tanke på psykiske og sosiale konsekvenser.

Et godt beredskapssystem må ikke bare håndtere akutte hendelser, men også ta vare på befolkningens psykiske helse og sosiale livsvilkår.

Med vennlig hilsen

**Ole-Marius Minde Johnsen /s/**

Landsleder

**Linda Berg-Heggelund /s/**

generalsekretær