

Kriterier og retningslinjer for tilskudd:

ABC for god psykisk helse og rusforebygging

Bakgrunn for ordningen:

ABC for god psykisk helse er en landsdekkende helseopplysningskampanje for å bygge og å styrke den psykiske helsa i befolkningen. Helsedirektoratet står bak kampanjen, som bygger på den australske ABC-modellen (act, belong, commit). På norsk er ABC oversatt til «gjør noe aktivt», «gjør noe sammen» og «gjør noe meningsfylt». Dette er tre enkle grep for god psykisk helse, som viser seg å gi resultater ([Forskning og teori - ABC for god psykisk helse](#)).

I Vestfold skal vi sammen mobilisere for befolkningens psykiske helse og for rusforebygging. Det er mange og komplekse sammenhenger mellom rus og psykisk helse og naturlig å se dette i sammenheng.

Vestfold fylkeskommune har fått tilskudd fra Helsedirektoratet til å delta i ABC-kampanjen og søker etter lokale samarbeidsaktører som kan ta i bruk ABC både i teori og i praksis. Samtidig som hele befolkningen skal bli mer bevisst på de tre grepenes betydning (aktiv-sammen-meningsfylt) for egen og andres psykiske helse, skal mulighetene for helsefremmende aktivitet styrkes og synliggjøres lokalt. Det betyr å legge til rette for deltakelse i aktivitet og meningsfulle fellesskap som er åpne for alle – i foreninger og nabolag, i skolehverdagen, i menigheten, på jobben og ellers.

Målsetning

Det overordnede målet med ABC for god psykisk helse er at hele befolkningen skal forstå hvilke grep som skal til for å styrke egen og andres psykiske helse, og at vi klarer å gjør mer av disse grepene i hverdagen. Det er tre grep som står sentralt for å styrke den psykiske helsa:

Disse kan søke

Frivillige og humanitære lag og organisasjoner i Vestfold med eget organisasjonsnummer kan søke om midler til ABC-arrangement.

Dette kan det søkes om

Det kan søkes om tiltak som sprer informasjon om ABC (ABC-HØRE) og å gjennomføre ABC-aktivitet (ABC-GJØRE).

Materiell som er utviklet skal benyttes [Verktøy og materiell - ABC for god psykisk helse](#)

- ABC HØRE handler om å formidle hva som gir god psykisk helse. Det kan være foredrag, informasjonsmateriell etc.
- ABC GJØRE handler om aktiviteter som oppfyller målene med ABC.

Mål og målgruppe

Målsettingen for arrangementet det søkes om tilskudd med må være i overensstemmelse med målsettingen for ABC-kampanjen. Målgruppen er hele befolkningen.

Beskrivelse av tiltaket. Forklar hva dere ønsker å gjøre, når og hvordan aktiviteten vil gjennomføres

Det må komme tydelig fram i søknaden hva det søkes midler til og hvordan arrangementet bidrar til ABC for god psykisk helse. Her er noen eksempler:

A (aktivt) - gjør noe aktivt (fysisk, mentalt, kreativt)

B (sammen) - gjør noe sammen (sosiale møteplasser, samarbeid, inkludering)

C (meningsfylt) - gjør noe meningsfylt (prøve noe nytt, lære, mestre, gjøre noe for andre)

Tilskuddet det søkes om skal benyttes til aktivitet i 2025.

Det må søkes om tilskudd minst 3 uker før arrangementet skal gjennomføres.

Søknadssum

Det kan søkes om inntil kr 5 000.

Forpliktelser

Søker skal rapportere på gjennomført resultat og aktivitet innen 1. februar 2026.

Budsjettramme i Vestfold fylkeskommune

Det er avsatt totalt kr 100 000 til denne tilskuddsordningen.

Vestfold fylkeskommune vil i behandling av søknadene legge vekt på:

- At søknaden beskriver hvordan ABC-budskapet skal formidles gjennom ABC HØRE og/eller ABC GJØRE og har en tydelig sammenheng med kunnskap og materiell som ligger til grunn for kampanjen
- En geografisk spredning i fylket av tiltak som mottar tilskudd
- At arrangementene samlet sett når hele befolkningen
- At søknaden har en tydelig gjennomføringsplan

Søknadsfrist: 30. september 2025.

Svar kan forventes senest 13. oktober 2025.

Kontaktperson i Vestfold fylkeskommune: Anne Slåtten anne.slaatten@vestfoldfylke.no og Maria Wahl Gran maria.wahl.gran@vestfoldfylke.no