



fortgang i denne overgangen. I Norge har vi gode forutsetninger for en slik overgang. Vi har samarbeid om forlagsavtalene og kanalregisteret i NSD der forskere kan sjekke hvilke publiseringskanaler som holder høy kvalitet, sier Røttingen.

Deltagerne i den europeiske plattformen for åpen publisering er: EU, det europeiske forskningsrådet (ERC) og så langt 11 nasjonale forskningsråd i henholdsvis Frankrike, Irland, Italia, Luxembourg, Nederland, Polen, Slovenia, Storbritannia, Sverige og Østerrike og Norge.

Opp av sofaen



FOTO: VAV IMAGES

Tre millioner mennesker i Norge fyller ikke helsemessige anbefalinger om fysisk aktivitet og faller under kategorien fysisk inaktive – blant dem er over 300 000 barn og unge. Målet er å endre dette, gjennom en handlingsplan for fysisk aktivitet. Den skal legges fram våren 2019 og vil gjelde i ti år. Målet er å skape et aktivitetsvennlig samfunn,

hvor alle kan være fysisk aktive som en del av sin hverdag.

– Fysisk aktivitet er en av de viktigste faktorene for å forebygge sykdom og for tidlig død av ikke-smittsomme sykdommer. Å kartlegge befolkningens fysiske aktivitet, og hvordan den endres over tid, er viktig for å planlegge målrettet helseinnsats på befolkningsnivå, sier Ulf Ekelund, forsker ved Folkehelseinstituttet og professor ved Norges idrettshøgskole.

For å nå målet om et aktivitetsvennlig samfunn må flere samfunnsområder og arenaer trekkes inn i arbeidet, for eksempel barnehage, skole, arbeidsplass, eldreomsorg, transport, nærmiljø og fritid. Partene i arbeidslivet, Norges idrettsforbund og friluftslivets organisasjoner skal trekkes aktivt med i arbeidet.

Målet om ti prosent reduksjon i fysisk inaktivitet innen 2025 skal videreføres. Dette er i lys av at Norge har forpliktet seg til WHO's globale mål om 25 prosent reduksjon i for tidlig død av ikke-smittsomme sykdommer (NCD- Noncommunicable Chronic Diseases) innen 2025 og norske forpliktelser for FNs bærekraftsmål, jfr. Agenda 2030. I et mer langsiktig løp for en handlingsplan vil det være aktuelt å heve ambisjonsnivået til 15 prosent mindre fysisk inaktivitet innen 2030.

Fysisk inaktivitet påfører samfunnet store kostnader. Kunnskapsgrunnlaget

antyder at anslaget som ligger til grunn for kostnadsberegninger om fysisk inaktivitet antagelig er svært konservativt, og at den virkelige summen er høyere.

– Dersom vi klarer å flytte fysisk inaktive til å bli fysisk aktive er helsegevinstene store, både for den enkelte og samfunnet. Det kan redusere forekomst av diabetes 2, hjerte- karsykdommer, noen krefttyper, høyt blodtrykk og sannsynligvis også overvekt – og det vil bedre den mentale helsen, sier Ulf Ekelund.

På nett

Kan du nettvettreglene?

Nettstedet nettvett.no har laget ni nettvettregler. Her er en av dem:

Tenk før du klikker.

Klikk aldri på lenker i e-post og SMS for å legge inn personopplysninger på siden du kommer til. Gå heller inn på virksomhetens nettside. Sjekk at forbindelsen er kryptert når du legger inn personlig og sensitiv informasjon på nett (i nettbanken, nettbutikker og andre sider hvor du har en brukerkonto). Adressen til nettstedet skal da starte med «https» i stedet for http, og ha en grønn hengelås i adressefeltet.