

Hjemmelekse til samling 3

Samling 3 er første samling med tema aktivitet.

Til denne samlingen ønsker vi at dere **leser** punktet om fysisk aktivitet i kapittel 5 i veilederen - [Gode helse- og omsorgstjenester til personer med utviklingshemming](#).

5. Habilitering og bistand i dagliglivet

- > Kommunen skal legge til rette for god ernæring for personer med utviklingshemming
- > Kommunen skal legge til rette for fysisk aktivitet for personer med utviklingshemming

I punktet om fysisk aktivitet vises det til følgende eksterne linker som dere bør **kjenne til**:

- [Nasjonale faglige råd om fysisk aktivitet](#)
- [Frambu – temaside om fysisk aktivitet](#)
- [Aktivitetshåndboken - Nasjonal veileder om fysisk aktivitet i forebygging og behandling](#)
- [Nasjonal faglig retningslinje - Forebygging, utredning og behandling av overvekt og fedme hos barn og unge](#)

I tillegg vises det til følgende paragrafer i sentralt lovverk:

- [Helse- og omsorgstjenesteloven § 3-3 Helsefremmende og forebyggende arbeid](#)
- [Helse- og omsorgstjenesteloven § 4-1 Forsvarlighet](#)