# Veiledning til karakterkort

## Formål

Aktiviteten har flere mål:

* Komme i kontakt med politikere i kommunen. Politikerne som blir valgt til høsten vil prege kommunepolitikken de neste 4 årene. Ved å treffe dem før valget så er det en god anledning til å fortelle dem om NRF, tilbudet lokalt og bevisstgjøre dem om saker vi er opptatt av.
* Kartlegge og sammenligne partienes vilje og holdninger til sentrale NRF-saker.
* Bruke sammenstillingen av svarene under valgkampen for å påvirke velgere.
* Skape et grunnlag for videre personlig oppfølging etter valget.

## Gjennomføring

### Forberedelser:

1. **Les det vedlagte bakgrunnsnotatet** og diskutér i lokallaget hvilke saker som er viktige for dere. Bakgrunnsnotatet skisserer tre saker: frisklivssentraler, fysioterapi og varmtvannsbasseng. For at notatet skal være brukervennlig i hele landet er det en generell beskrivelse av hver enkelt sak. Det kan være nyttig å prøve å være mer konkret på hvilke saker dere ønsker å arbeide med. For eksempel hvis dere ønsker å arbeide med varmtvannsbasseng: er det et nytt varmtvannsbasseng dere ønsker? Er det bedre tilgang? Lavere pris?
2. **Forbered spørsmålene.** Vi har laget et utkast til spørsmål som dere kan stille, som dere finner på neste side. Her kan det være nyttig å diskutere i lokallaget hvile spørsmål dere ønsker svar på og om dere skal stille mer spesifikke spørsmål.
3. **Invitér til møte.** Ta kontakt med politikerne på telefon og avtal møte for å bli kjent og for å få stille noen spørsmål. Møtet bør helst være ansikt-til-ansikt. Fortell i forkant at svarene kan bli brukt i NRFs kommunikasjon under valget. Dersom dere ikke får møte ansikt-til-ansikt med politikerne så ta det per telefon.

### Møtet

Still gjerne flere fra NRF på møtet. Forbered dere på spørsmålene og ha gjerne noen oppfølgingsspørsmål klare. Selv om dere har noen spørsmål klare er det viktig at møtet bærer preg av å være en dialog. Ingen liker å bli belært.

Start møtet med en presentasjon av NRF. Denne bør inneholde generell informasjon om hva revmatiske sykdommer er og ikke minst skryt av det lokale tilbudet dere har i regi av organisasjonen! Likepersonstilbudet og treningstilbudet er kjempebra og noe som imponerer politikerne.

### Etterarbeid

Husk å notere ned hva politikerne svarer underveis i samtalen. Spesielt hvis det kommer konkrete lovnader om økt støtte, satsinger eller lignende. Skriv gjerne en sak til nettsiden om møtet og legg ut på facebook. Fremhev det positive og fokuser på det som er viktigst for dere.

Gi partiene en vurdering ut fra svarene om de har god politikk for personer med revmatisk sykdom med

eller 

Når vurderingsskjemaet er fylt ut kan det trykkes opp og omdeles under valget slik at andre kan få vår vurdering av de ulike partienes politikk.

## Spørsmål:

Her er forslag til spørsmål med oppfølgingsspørsmål. Vi anbefaler at spørsmålene blir tilpasset hvert enkelt lokallag. Videre er det viktig å ikke stille spørsmål som er uforpliktende og lett å svare ja på.

De spørsmålene dere finner på denne siden er de samme som står i selve vurderingsskjemaet. Her er det store muligheter til å tilpasse til lokale forhold. Det som er markert med gult må tilpasses lokale forhold, resten kan tilpasses lokale forhold.

1. Vil dere arbeide for å etablere frisklivssentral i vår kommune? // Vil dere arbeide for å utvide tilbudet til personer med muskel- og skjelettplager ved frisklivssentralen?

Begrunnelse: Frisklivssentraler er viktig for å sikre et godt forebyggende helsetilbud. Gjennom lavterskeltilbud om tilpasset trening, kostholdsveiledning, røykesluttkurs og mestringskurs er det mulig å forebygge sykdom og legge til rette for at personer med kroniske sykdommer lever så gode liv som mulig. NRF ønsker en frisklivssentral med et tilbud tilpasset personer med muskel- og skjelettplager.

Forslag til oppfølgingsspørsmål:

1. Hva slags tilbud ønsker dere å prioritere ved frisklivssentralen?
2. Hvordan skal de sørge for at tilbudet blir mer tilgjengelig? (pris/åpningstider)
3. Vil dere øke tilgangen og kvaliteten på kommunens fysioterapitilbud?

Begrunnelse: Tilgang til fysioterapi er viktig i både behandling og rehabilitering av muskel- og skjelettsykdommer. Vi opplever lange ventetider. NRF ønsker flere fysioterapeuter med spesialisering i muskel- og skjelettsykdommer.

Forslag til oppfølgingsspørsmål:

1. Hvordan skal dere gjøre fysioterapitilbudet mer tilgjengelig?
2. Hvordan sørge for bedre kvalitet på fysioterapitilbudet? (for eksempel ansette flere fysioterapeuter med spesialisering i muskel- og skjelettsykdommer)
3. Vil dere arbeide for å øke kapasiteten og tilgangen til varmtvannsbasseng med 34 grader i kommunen?

Begrunnelse: Trening i varmtvannsbasseng er viktig for personer med revmatisk sykdom. Regelmessig trening i varmtvannsbasseng gir mindre smerter, mindre tretthet, redusert stivhet og økt daglig aktivitet. NRF arbeider for at trening i varmtvannsbasseng skal være tilgjengelig for alle til en rimelig pris.

Forslag til oppfølgingsspørsmål:

1. Vil dere prioritere å gi pasient- og brukerorganisasjonene økt tilgang til bassengtrening?
2. Vil dere prioritere å redusere prisen på trening?
3. Vil dere støtte treningstilbud i regi av pasient- og brukerorganisasjonene økonomisk slik at det kan bli tilgjengelig for alle?