

KANDIDATNUMMER \_\_\_\_\_

Sidetall \_\_\_\_\_ av \_\_\_\_\_

*Husk å skrive kandidatnummer og sidetall på hver side av besvarelsen!*

**ISSN 0130**

**Intensivt mellomkurs i norsk, trinn III**

**Skriftlig eksamen**

**4 timer**



**Den internasjonale sommerskole**

Universitetet i Oslo

2011

## I. LYTTEPRØVE

**Svar på spørsmålene med fullstendige setninger. Skriv på eget ark.**

1. Hvorfor ble det på slutten av 1700-tallet reist krav om å opprette et universitet i Norge?
2. Hvorfor regnes 2. september for å være UiOs fødselsdag?
3. Hvilke tre oppgaver bestemte kongen at universitetet skulle ha?
4. Hvilke to fagområder var det som ekspanderte de første femti årene av universitetets historie?
5. Hvilket fag forsket og underviste Norges første kvinnelige professor i?
6. Hva skjedde med universitetet, studentene og professorene under andre verdenskrig?
7. På hvilken måte fikk oppbyggingen av velferdsstaten etter andre verdenskrig positive konsekvenser for studentene?
8. Hva skjedde under studentopprøret rundt 1970?
9. Hvorfor har studenttallet ved UiO gått ned de senere år?
10. Foredraget peker på fem aspekter som viser UiOs betydning for det norske samfunnet. Nevn tre av dem.

## II. Grammatikk

### *Tekst med oppgaver.*

### **Et sosialt liv viktig for å redde livet**

Tine Dommerud, *Aftenposten*. 12. mai 2011

Ensomhet kan være like farlig som røyking

- Forebygging er mer enn å snakke om overvekt og tobakk, sier allmennlegene. Nå vil de konsentrere seg mer om hvordan folk har det.

- Av og til kan det være viktigere at en person styrker sine sosiale nettverk enn at vedkommende stumper røyken, sier Gisle Roksund, leder i Norsk forening for allmennmedisin.

Han mener at legene må vurdere den samlede risiko for fremtidig sykdom, og ikke ensidig fokusere på tobakk, overvekt og trim.

Flere hundre allmennleger er i disse dager samlet i Kristiansand for å bli enige om hvordan de kan møte samhandlingsreformens krav om forebygging. Roksund mener at samfunnet i større grad må betrakte det enkelte menneskes helse i et livsløpsperspektiv, hvor en ser på sosiokulturelle, relasjonelle og personlige forhold.

#### **Viktige venner**

Legene støtter seg til en stor undersøkelse publisert i det anerkjente, internasjonale tidsskriftet *PLOS* for noen måneder siden. Den viser at sosiale forbindelser, familie, vennekrets og arbeidskolleger øker sjansene til å leve lenge med 50 prosent.

Forskerne bak undersøkelsen konkluderer med at det å ha få venner, og ha lite kontakt med andre mennesker er like risikabelt som:

- Å røyke 15 sigaretter om dagen
- Å være alkoholiker
- Å ikke trené
- Å være overvektig

Forskerne analyserte data fra 148 tidligere publiserte studier som målte frekvensen av menneskelig samhandling, og sammenlignet dette med helsemessige konsekvenser for en periode på sju og et halvt år i gjennomsnitt.

**Meningsfylt**

- Å være en del av en gruppe, føle ansvar for andre mennesker, fører til at man opplever det meningsfylt å ta vare på seg selv, og ta mindre risiko, sier forskeren Julianne Holt-Lundstad i studien.

Ragnhild Heggen, kommunikasjonsjef i Rådet for psykisk helse, mener det lenge har vært kjent at ensomhet og psykisk helse henger tett sammen.

- Man kan bli deprimert av å være alene, og mange som er deprimerte blir ensomme. Det er derfor viktig at legene ser at det er mange veier ut av depresjon og en sosialt passiv tilværelse. Det finnes ikke piller mot ensomhet. Leger bør bli flinkere til å motivere og veilede pasientene til å stå i jobb, oppsøke møteplasser, delta på aktiviteter, gå på kurs for å mestre angst og depresjon og andre ting som gjør at man blir bedre til å håndtere sosiale settinger, sier hun.

**Motivasjon**

Heggen mener legene gjennom samtaler kan motivere pasienten til å opprettholde eller skape sosiale bånd.

- Fastlegene må ikke reduseres til en kontrollør av kropp og livsstil. Denne og andre studier konkluderer med at folks relasjoner, familie, vennekrets og arbeidskolleger er av stor betydning for folks helse og utvikling av sykdommer, sier Gisle Roksund. Han sier de senere års forskning innen medisin og tilgrensende fagfelt har bidratt til en langt dypere forståelse av de grunnleggende sammenhengene mellom livsbetingelser, levekår og helse.

- Menneskenes relasjoner må få langt større oppmerksomhet i det forebyggende helsearbeidet enn hva tilfellet har vært til nå.

**Oppvekst**

Roksund trekker fram at et av de viktigste forebyggende tiltak er å sikre at alle barn får en trygg oppvekst i nærvær av ansvarlige voksne.

Rådet for psykisk helse er glade for at allmennlegene tar forebygging og psykisk helse på alvor.

- Vi håper allmennlegenes fokus på psykisk helse vil føre til færre sykemeldinger og mindre bruk av antidepressiva. Akkurat som overvekt er en risikofaktor for hjerte- og karsykdommer, er sosial isolasjon en risikofaktor for dårlig psykisk helse.

Foreløpig er det for få politikere og helsearbeidere som har tatt dette på alvor.

Derfor er vi glade for at allmennlegene vil gjøre noe med det, sier Heggen.

Hun er enig med allmennlegene om at det viktigste man kan bidra til innen forebygging, er å gi barn og unge en trygg og god oppvekst, og mener det finnes gode forebyggende tiltak som kan være med på å sikre at både foreldre og barn får et støttende nettverk rundt seg fra start.

- Barselgrupper er et eksempel på et enkelt kommunalt tilbud som har betydning for mange. Mange har knyttet varige vennskap gjennom slike grupper eller fått nye bekjente og tilhørighet i nærmiljøet. Kanskje kan man tenke på lignende måte for andre grupper?

## OPPGAVE A

**Fullfør setningene slik at det blir god sammenheng og samme innhold som i teksten:**

1. Sjansene til å leve lenge \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
2. Hvis man røyker femten sigaretter om dagen, \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
3. Eppersom man kan bli deprimert av å være alene, \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
4. Det er viktig for legene \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
5. Gjennom møter i barselgrupper \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**OPPGAVE B**

**Parsetninger. Fullfør setning B slik at meningen blir den samme som i setning A:**

**A. Forskerne analyserte data fra 148 tidligere publiserte studier.**

**B. Data fra 148 tidligere publiserte studier \_\_\_\_\_**

\_\_\_\_\_

**A. Mange har knyttet varige vennskap gjennom barselgrupper.**

**B. Det er mange \_\_\_\_\_**

\_\_\_\_\_

**A. Mange har ingen venner. Derfor får de psykiske problemer.**

**B. Mange får psykiske problemer \_\_\_\_\_**

\_\_\_\_\_

**A. Det er en uke siden hun snakket med et annet menneske.**

**B. Hun har ikke snakket med et annet menneske \_\_\_\_\_**

\_\_\_\_\_

**A. Overvekt er farlig. Det er ensomhet også.**

**B. \_\_\_\_\_ er farlig.**

Kandidatnummer \_\_\_\_\_

**OPPGAVE C****Ordlaging. Fyll ut de åpne feltene:**

<b>verb</b>	<b>substantiv</b>	<b>adjektiv/partisipp</b>
		belastende
	forebygging	
å konsentrere		
å styrke		
å henge sammen		
	aktivitet	
å motivere		
	oppvekst	

**OPPGAVE D****Bøy substantivene og adjektivene:**

<b>Ubestemt form</b>	<b>Bestemt form</b>	<b>Ubestemt form</b>	<b>Bestemt form</b>
	den store undersøkelsen		
		publiserte studier	
		helsemessige konsekvenser	
		forebyggende tiltak	
			de støttende nettverkene
et enkelt tilbud			
	det varige vennskapet		
		nye bekjente	



Kandidatnummer \_\_\_\_\_

## OPPGAVE E

**Setningsbinding. Knytt sammen de to setningene ved hjelp av ordene som står i parentes. Du kan bytte om på rekkefølgen av setningene, men det logiske innholdet må være det samme:**

Ensomhet kan ofte være like farlig som en belastende livsstil.  
Allmennlegene må ha fokus på forebyggende helsearbeid.

(for) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

(så) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

(siden) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

(derfor) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

(fordi) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## OPPGAVE F

**Sett inn et ord som passer, både grammatikalsk og logisk.**

### **Trening og helse**

Myndighetenes råd om 30 minutter trening hver dag er avskrekkende på inaktive personer.

- Tren heller litt enn ingenting, sier forsker Dorthe Stensvold

Kandidatnummer \_\_\_\_\_

- Du trenger ikke å trene hardt \_\_\_\_\_ dag for å få helsegevinst. Her er de enkle tipsene som kan \_\_\_\_\_ liv. Det er ikke slik at inaktive må trene så \_\_\_\_\_ for å få en helsegevinst, sier forsker Stensvold.

Sammen med Senter for hjerteforskning ved NTNU har hun \_\_\_\_\_ en doktoravhandling som ser på sammenhengen \_\_\_\_\_ fysisk aktivitet og helse. Dataene er hentet fra helseundersøkelsen i NordTrøndelag, en database med informasjon om 65000 nordtrøndere.

Undersøkelsen viser at det farligste er å \_\_\_\_\_ trene. Om man bare beveger seg \_\_\_\_\_, har man større sjanse for å leve lenger. De som var litt fysisk aktive hadde faktisk 30 prosent \_\_\_\_\_ risiko for å dø tidlig, sammenlignet med dem som er inaktive.

- Jeg synes dette er et veldig \_\_\_\_\_ budskap til alle sofasliterne, ikke bare til de som har helseproblemer, sier Stensvold.

- Det kan \_\_\_\_\_ vanskelig å gå fra ingen fysisk aktivitet til sju økter i uken. Det er lett \_\_\_\_\_ miste motet før man har begynt, sier hun.

Hun etterlyser \_\_\_\_\_ nyanserte råd fra helsemyndighetene.

### **1-2 ganger i uka**

- 30 minutter fysisk aktivitet hver dag er supert, men det er viktig å få frem \_\_\_\_\_ du har helsegevinst med mindre \_\_\_\_\_. I tillegg syns jeg det er på høy tid at fysisk \_\_\_\_\_ blir inkludert i de norske anbefalingene, \_\_\_\_\_ forsker Stensvold.

Kandidatnummer \_\_\_\_\_

Personer som er fysisk aktive, er \_\_\_\_\_syke sammenlignet \_\_\_\_\_  
personer \_\_\_\_\_ er inaktive.

- Vi er \_\_\_\_\_til aktivitet, og vi må bevege \_\_\_\_\_for å holde oss friske. For  
de \_\_\_\_\_er myndighetenes anbefalinger mulige å nå, og for de inaktive  
er det viktig å ha noe å strekke seg \_\_\_\_\_.

- Det er veldig viktig å være klar \_\_\_\_\_at anbefalingene ikke  
\_\_\_\_\_at man må trene en \_\_\_\_\_time hver dag. Den anbefalte  
mengden trening kan \_\_\_\_\_over hele uken , sier avdelingsdirektør  
Myrberg \_\_\_\_\_ Helsedirektoratet.

Noen eksperter mener at 30 minutter er for lite, men alle er \_\_\_\_\_ om  
at alt er bedre \_\_\_\_\_ ingenting.

### III. Stil

**Skriv én av oppgavene. Skriv minst 300 ord.**

#### 1. Ytringsfrihet

I en erklæring fra FN står det: "Alle skal ha rett til å si sine meninger. Denne retten betyr at man, uten innblanding, kan vise sine meninger på alle mulige måter — i alle land."

**Hva mener du om dette? Bør man alltid ha rett til å si eller skrive det man vil, eller er det noen grenser? Forklar hvorfor du mener dette.**

#### 2. Pappapermisjon

Vi ser stadig flere fedre som triller barnevogner, tar pappapermisjon og er hjemme med barna.

**Synes du dette er en positiv utvikling? Hva tror du dette betyr for likestilling mellom kjønnene?**

#### 3. Språk

I Norge har vi to skriftspråk og mange dialekter som har høy status og brukes av de fleste. **Hvordan er språksituasjonen i hjemlandet ditt? Finnes det mer enn ett språk der? Er det mange dialekter — og hvordan er dialektenes status i samfunnet?**

#### 4. Ibsen

**Hvilke tanker gjør du deg om denne dialogen fra *Et dukkehjem*?**

Nora: *Hva regner du for mine helligste plikter?*

Helmer: *Og det skal jeg behøve å si? Er ikke det pliktene dine imot mann og barn?*

Nora: *Jeg har andre like hellige plikter.*