

HÄLSA i Jämtlands län

Informationsbrev i folkhälsofrågor

Folkhälsoenheten

Nummer 4, sept 2017



Hej,

Här kommer en sammanfattning av kurser, utbildningar och föreläsningar som Folkhälsoenheten är med och arrangerar i höst.

Även några tips på andras evenemang som kan vara av intresse inom folkhälsan.

Väl mött!

/ Folkhälsoenheten

Sammanfattning

Sept

- 19 Förel. Sexuella problem
- 26 Utb.start. Livskunskap sexuell hälsa
- 27 Inspirationsdag tobak
- 28 Mat och cancer

Okt

- 5 Stöd vid ätstörning
- 17 Fysisk aktivitet och tobaksstopp
- 17 Utb. start. Goda matvanor
- 18 Samtala om tobak
- 25 Utb.start. tobaksprevention

Nov

- 14 Sexualitet, intellektuella funktionsnedsättning

Goda matvanor och tobak

Vi arrangerar två halvdagar om cancerprevention och cancerrehabilitering i samverkan med Regionalt cancercentrum norr. För personal inom hälso- och sjukvård.

Mat och cancer

28 september 2017 09:00 – 12:00

Plats: Länsman hus 2 Östersunds sjukhus (websänt). Möjlighet finns för HC att se websändningen lokalt.

Föreläsare: Emma Nisukangas från Dietisternas riksförbund.

Under denna förmiddag får du aktuell kunskap om hur maten kan påverka risken för att utveckla cancersjukdom, vilka kostrekommendationer som ges i preventivt syfte och hur du som hälso- och sjukvårdspersonal bemöter frågor från patienter om mat och cancer.

För mer info och anmälan: se bifogad inbjudan.

Senast den 22 september

”Det är aldrig för sent”

– om betydelsen av fysisk aktivitet och tobaksstopp vid cancer-sjukdom

17 oktober 13:00 – 16:15

Plats: Hörsalen Östersunds sjukhus (websänt). Möjlighet finns för HC att se websändningen lokalt.

RCC Norrs cancerpreventionsgrupper för fysisk aktivitet och tobak inbjuder till en gemensam eftermiddag om levnadsvanor som en del av sekundärprevention och rehabilitering.

För mer info och anmälan: se bifogad inbjudan.

Senast den 2 oktober

VÄLKOMNA !

Tobak

Samtala om tobak

18 oktober kl 9.00-15.00

Plats: Hotell Clarion (videosänds från Sundsvalls sjukhus)

Målgrupp: Hälso- och sjukvårdspersonal som möter patienter med tobaksberoende.

Välkommen till en kostnadsfri endagsutbildning i en kort evidensbaserad insats för tobaksbrukare samt i tobakskunskap. Vi bjuder på för-och eftermiddagsfika.

För mer info och anmälan se: www.regionjh.se/samtalaomtobak

Senast den 6 oktober



Grundutbildning i Tobaksavvänjning med diplomering

Steg 1 Grundkurs: 25/10 och 26/10.

Steg 2 Diplomering: 17/1- 2018

Plats: Lugnevägen, ingång 11,

Målgrupp: Personal inom Region Jämtland Härjedalen

För mer info och anmälan se:

www.regionjh.se/tobak

Inspirationseminarium ”STOP det är du värd!”

Motivation för all personal i det tobaksförebyggande arbetet.

Torsdag 27 september

Plats: Hörsalen Östersunds sjukhus

För mer info och anmälan se:

www.regionjh.se/stop

Goda matvanor

Rådgivande samtal om hälsosamma matvanor

17 oktober, 31 oktober samt 28 november 2017

Tid: 9:00 - 15:00

Plats: Kantarellen Hus 12 plan 3 Östers. sjukhus

Vi inbjuder till en utbildning om att arbeta med rådgivande samtal om hälsosamma matvanor. Utbildningen är baserad på och en vidareutveckling av Socialstyrelsens webbutbildning.

Målgrupp: Legitimerad personal inom region Jämtland Härjedalen som tidigare har gått utbildning inom Motiverande samtal (MI) eller liknande. I ditt arbete möter du patienter som vill ha stöd i att få mer hälsosamma matvanor.

Efter genomgången utbildning kunna stödja patienter till mer hälsosamma matvanor som bygger på evidens och vetenskap.

För mer info och anmälan se:

www.regionjh.se/matvanor

Samt bifogad inbjudan

Sexuell hälsa

Livskunskap - 2 dagars sex- och samlevnadsutbildning

26/9 kl 8.30-16.00 Länsman Köpmangatan 24 i Östersund. Föreläsningar av Hans Olsson, sakkunnig sexualundervisning och Pelle Ullholm, sakkunnig sexualupplysning, RFSU

29/11 kl 8.30-16.00 Samling i Hörsalen, Östersunds sjukhus. Studiebesök på Asylhälsan, Hud- och köns-mottagningen, Lustverket och RFSL.

Målgrupp: Personal på högstadiet, i gymnasieskolan, inom skolhälsovård/elevhälsa samt på fritidsgårdar.

För mer info och anmälan se:

www.regionjh.se/livskunskap

Sexualitet, intellektuella funktionsnedsättningar och professionellt bemötande

14/11 kl 10:00 - ca 16:00, lokal ”Länsman” på Köpmangatan 24

För personal som i arbete möter personer med intellektuella funktionsnedsättningar.

Mer info kommer inom kort på:

www.regionjh.se/sexofunkis

Folkhälsoenheten tipsar

Psykologiskt perspektiv på sexuella problem

- ibland behövs mer än goda råd

19:e september, klockan 15.00-17.00, Hus F, Campus Östersund

Info och anmälan görs till:

johanna.ekdahl@miun.se. O.S.A. 12/9.

Stöd vid ätstörningar

5:e oktober 13.00-17.00 Gamla Tingshuset Östersund

Fokus på kraften i att lyssna, hälsa, stöd på nätet, ätstörningar, graviditet och ätstörningar, samverkan.

För mer information kontakta Cecilia Brundin Pettersson, Nutritionist, Projektledare ”Viktiga Mam-mor Z-län”. E-mail: cecilia.pettersson@regionjh.se