

## Jämlik rätt till information om hälsa - Hälsoguiden stöttar migranter på sitt modersmål

Som ett led i antistigma projektet finns nu möjlighet för migranter i länet att få kostnadsfri hälsoinformation på sitt modersmål. Tre hälsoguiden med utlandsbakgrund är nu klar med sin utbildning och har påbörjat att vägleda, inspirera och stötta migranter till att bibehålla eller förbättra sin hälsa. **På 10 olika språk.**

Genom sina egna kulturella kompetenser kan hälsoguiderna möta migranterna i hela länet utifrån samma sociala och kulturella kontext.

- Med sina unika kunskaper är Akhaza Zekarias, Sonia Kayitaba Mwiza och Feven Tsegay en stor tillgång för vården. Arbetet som de nu kan utföra är ett av stegen bland annat till att minska stigma kring psykisk ohälsa och därmed skapa förutsättningar för en mer jämställd hälsa, säger Mirja Wedin, distriktssköterska på Folkhälsoenhetens Kompetensteam för migrationshälsa.

Det hälsofrämjande samtalet blir till en sjukdomsförebyggande insats på lika villkor.

- Hälsoguiden kommer att jobba främjande och proaktivt med att vägleda/lösa målgruppen till en god hälsa där fokus ligger på att stärka sin egenmakt. Att detta också sker på ett språk som individen förstår förstärker också att rätt information når fram, berättar Ida Berge, dietist på Folkhälsoenhetens Kompetensteam för migrationshälsa.

De hälsoteman som träffarna kommer att innehålla är hälsa och hälso- och sjukvård, munhälsa/tandvård, bra mat, fysisk aktivitet, tobak, alkohol och droger, stress, sömn, känslor och psykisk hälsa samt sexuell och reproduktiv hälsa. Träffarna kommer att ske i grupp både på fysisk och digital väg.

Hälsoguiderna kommer också att från och med nu vara behjälpliga att rätt information når ut till alla angående vaccination mot covid-19.

**För mer information kontakta Folkhälsoenhetens Kompetensteam för migrationshälsa:**

Ida Berge Tel: 073-029 89 25