

Hälsa i Jämtlands län

Nyhetsbrev i folkhälsofrågor

Folkhälsoenheten
Mars 2024

Innehåll:

Sid 1
Recept på social
aktivitet på G

Sid 2
Nu har regionens
folkhälsosida fått
ett ansiktslyft

Sid 2
Kulturaktiviteter
kan bidra till
bättre folkhälsa
(del 2 av 2)

Sid 3
Rekordmånga
ansökningar till
Årets folkhälso-
insats

Sid 3
Hälsa på lika
villkor - på
kommunnivå

Sid 3
Konsultationslag -
Samers rätt till ...

Sid 4
Kurs och
utbildningar

- Sexuell hälsa i patientmötet
- Dipl tobaksavv
- FaR[®] Fysisk aktivitet på recept



Besväras du av ensamhet? Den frågan kan vara ingång till ett recept på social aktivitet.

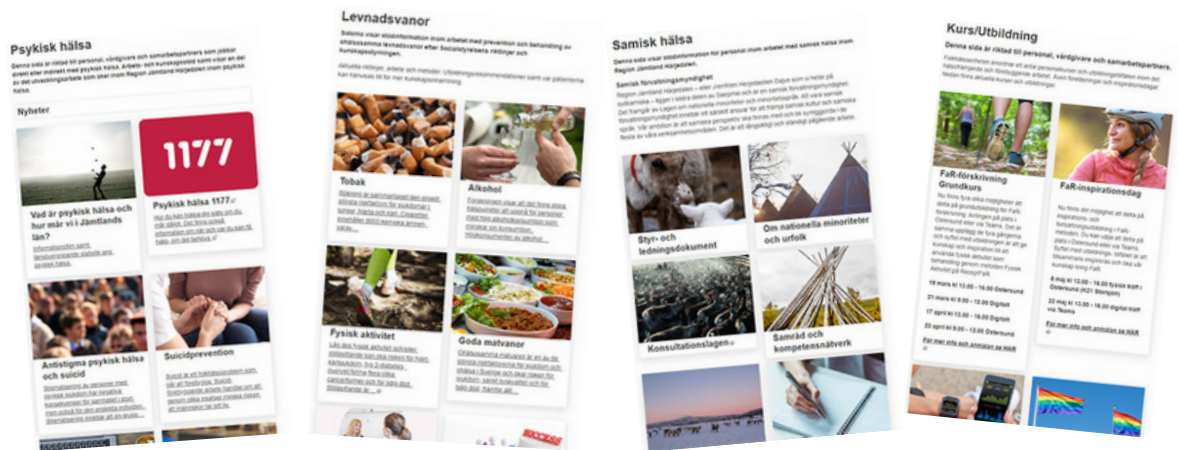
Arbetsterapeuter i verksamhetsområde Östersund deltar just nu i ett forskningsprojekt för att testa arbetsmetoden Social aktivitet på recept (SaR). Efter ett fördjupat samtal om patientens förutsättningar och önsknings söker man tillsammans efter lämpliga aktiviteter i närområdet. Till sin hjälp har de hemsidan **Hälsofrämjande Östersund**, som har tagits fram i samverkan mellan Östersunds kommun, Destinationsbolaget samt regionens Folkhälsoenhet.

Hemsidan Hälsofrämjande Östersund beskriver aktiviteter som man kan göra själv i närområdet såsom utegym, promenadvägar och skidspår med mera.

Den länkar även till föreningar, studieförbund och mötesplatser. -Det finns ett stort utbud av aktiviteter men många har svårt att hitta till dem. Även vårdpersonal har uttryckt behovet av att samla aktörer och aktiviteter dit de kan hänvisa patienter, för att få ett socialt sammanhang, återuppta en hobby eller komma i gång att röra på sig mer, berättar Elisabeth Strömblad, Folkhälsoenheten.

Hemsidan kommer att testas och utvärderas av SaR-förskrivare. Längre fram kommer även FaR-förskrivarna, Kultur för Hälsan med flera att kunna använda sidan i sitt arbete.

www.visitostersund.se/halsoframjande-ostersund/



Exempel på sidor

www.regionjh.se/folkhalsa 2.0 Nu har regionens folkhälsosidan fått ett ansiktslyft

Arbetet med att gå igenom folkhälsoinformation på både regionens webbsida samt Insidan för att samla den information som finns som berör arbetet med det hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande arbetet börjar ta form. Den ligger idag under "För vårdgivare" på regionjh.se men kommer att flyttas över i sin helhet till vårdgivarwebben när den kommer igång under året.

Målet med sidan är att den ska kunna fungera som en stödfunktion och ett nav av information som är aktuellt i regionens hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande arbete. Från fakta, bakgrundsinformation och statistik till beslut, vårdprogram, kurser/utbildningar och pågående arbeten med mera.

www.regionjh.se/folkhalsa



Kultur för att stärka individens hälsa (del 2 av 2)

Kulturaktiviteter kan bidra till bättre folkhälsa

I förra nyhetsbrevet presenterades "Kultur på recept". I detta nummer handlar det om projektbidraget "Kultur för hälsa".

En kartläggande litteraturoversikt har nyligen publicerats av Folkhälsomyndigheten, Kulturens betydelse för hälsa och välbefinnande, den visar att kulturaktiviteter kan gynna både den fysiska och den psykiska hälsan, och därmed stärka folkhälsan. Det finns en politisk vilja att främja arbetet inom området och utveckla det strategiska arbetet mellan Kultur och Folkhälsa.

Vad innebär projektbidraget Kultur för hälsa?

Region Jämtland Härjedalen har sedan 2021 årligen avsatt särskilda medel för att stödja och stimulera kulturprojekt inom Jämtland Härjedalen som bidrar till en upplevd förbättrad hälsa hos länets invånare. Bidraget kan sökas av föreningar, juridiska personer och/eller enskilda firmor, i samverkan. De övergripande målen är att synliggöra och tillvarata kulturens hälsofrämjande aspekter för att bidra till god och jämlik hälsa samt främja samverkan mellan kommuner och andra aktörer. Ansökningsperioden för 2024 har precis avslutats och beslut kring beviljade projekt sker v14.

För mer info: www.kulturjamtlandharjedalen.se/sok-stod/kultur-for-halsa.html



För 30-de gången utlyste Region Jämtland Härjedalen en nomineringsomgång för årets folkhälsoinsats i länet. Under februari månad fanns möjligheten att nominera en eller flera personer, organisation, förening eller annan sammanslutning som under 2023 tagit initiativ som positivt påverkar folkhälsan i länet. Initiativ som främjar hälsa och förebygger ohälsa samt bidrar till att öka jämlika hälsan i samhället och ett ökat socialt, fysiskt och psykiskt välbefinnande därtill.

Prissumman är 20 000 kronor och kan ges till en eller flera pristagare.

För mer information:

www.regionjh.se/aretsfolkhalsoinsats



Resultat på kommunnivå

Nyfiken på hur det ser ut i länets kommuner när det gäller exempelvis fysisk aktivitet, hälsa, sociala relationer eller psykiska besvär? Geografiska skillnader i hälsa finns men också skillnader utifrån kön, ålder och utbildningsnivå. Då det nationella folkhälsomålet är en god och jämlik hälsa för alla och att minska hälsoklyftorna är det även viktigt att veta hur det ser ut i vårt län.

För mer information:

www.regionjh.se/halsapalikavillkor



Konsultationslagen

Konsultationsordningen är en ny lag sedan 2022 som trädde i kraft för regioner och kommuner den 1 mars 2024. Genom den ska den samiska befolkningen ges insyn i regionens processer och frågor i ett tidigt skede. Konsultationen ökar också samernas möjlighet att bidra med kunskap i frågor och närmare belysa konsekvenser av beslut för samernas del.

Behöver du/ni konsultationshjälp? Hör av er!

För mer information:

www.regionjh.se/samiskhalsa

Kurs och utbildning



Save the date Inspirationshalvdag om Samtal om sexuell hälsa i patientmötet

Datum: 12 september kl 8.00-12.00

Plats: Hörsalen "Snäcken" på Östersunds sjukhus samt möjlighet att delta digitalt.

Arrangör: Uroterapi- och Bäckebottenmottagningen, Arbetsterapi- och fysioterapienheten, Gynmottagningen, Kvinnohälsan samt Folkhälsoenheten.

För mer information och anmälan se **HÄR** eller scanna QR koden ovan.



Diplomeringsutb Tobaksavvänjning

Datum: 19-20 september samt 17 januari 2025

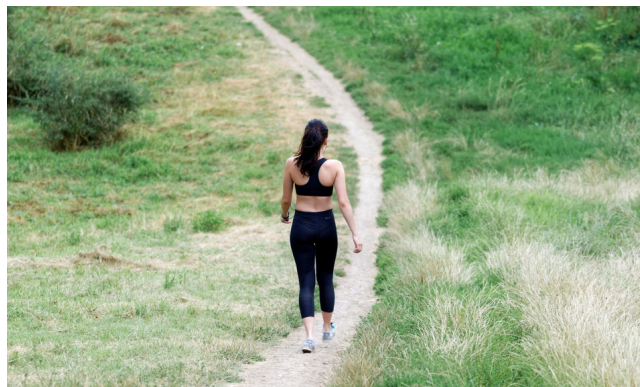
Plats: Digitalt

För mer information se:

www.regionjh.se/tobak

eller kontakta:

adam.edler@regionjh.se



Den evidensbaserade metoden fysisk aktivitet på recept (FaR[®]) får ny fart i Regionen

Under våren anordnas utbildnings- och inspirations tillfällen för legitimerad hälso- och sjukvårdspersonal inom såväl sluten- som öppenvården. Utbildningarna vänder sig till både nya förskrivare och mer vana förskrivare. Utöver det finns nu frågor och svar kring FaR[®], nya ordinationsblanketter och material riktat mot patient och väntrum rörande stillasittande, fysisk aktivitet och FaR[®]. Regionen kommer även arbeta för att införa FaR[®] för barn under året.

För mer information om FaR[®] se:

www.regionjh.se/far

www.regionjh.se/farutbildning

www.regionjh.se/farinspiration

För mer information om fysisk aktivitet se:

www.regionjh.se/fysiskaktivitet

Kontakt

Cecilia Andersson, FaR-samordnare

Folkhälsoenheten

E-mail: cecilia.andersson@regionjh.se