

Nyhetsbrev från Sydnärkes folkhälsoteam Nr 47, december 2023



En summering av aktiviteter under 2023

Överenskommelserna firar 20 år! Ny överenskommelseperiod 2024-2029

Fredagen den 15 december firade Örebro län att länets kommuner, Region Örebro län, RF-SISU Örebro län och Örebro läns bildningsförbund under 20 år skrivit samverkansavtal och överenskommelse för en stärkt folkhälsa. Det firades i samband med årets uppföljningsdag, en uppföljningsdag som var den sista under den nuvarande överenskommelseperioden 2018–2023. Detta innebär att vi som län går in i en ny period av överenskommelser kring samverkan för en god, jämlik och jämställd hälsa. Överenskommelseperioden sträcker sig från 2024–2029.

I söder innebär det att bland annat att Sydnärkes folkhälsoteam finns som resurs i arbetet och vi i teamet är redo för att ta oss an sex nya år av arbete med målsättningen att uppnå en god, jämlik och jämställd hälsa i länets befolkning!

En vecka fri från våld, vecka 47

En vecka fri från våld infaller varje år under v.47, och syftar till att uppmärksamma det förebyggande arbetet mot mäns våld mot kvinnor och våld i nära relationer. Detta år uppmärksammades veckan genom att erbjuda korta morgonföreläsningar inom temat "*alla barn har rätt till en uppväxt fri från våld*". Bland annat föreläste BRIS, ungarelationer.se och Maskrosbarn. Deltagande under denna vecka var tjänstepersoner och politiker från hela länet, med fokus på Sydnärke och norra Örebro län. Under föreläsningar deltog cirka 50 personer, och intrycket av föreläsningarna var mycket gott.

Under veckan genomfördes även en kompetenshöjande insats till familjecentralerna i Sydnärke, med temat våld i nära relationer. Dagen inleddes med en kunskapshöjande föreläsning, därefter presenterade Region Skåne ett gott exempel på arbete med våld i nära relationer på familjecentraler och dagen avslutades med diskussioner. Dagen blev mycket uppskattad och alla familjecentraler i Sydnärke fanns representerade.

Projekt mäns våld mot kvinnor, våld i nära relationer

Under 2023 har Sydnärkes folkhälsoteam arbetat med ett projekt gällande mäns våld mot kvinnor, våld i nära relationer. Projektet har finansierats av Länsstyrelsen, och samverkanspart har bland annat varit folkhälsoteamet i norra Örebro län. Under 2023 har bland annat dessa insatser genomförts:

- Utbildning i porr och samtycke till tjänstepersoner som möter barn och unga
- Kompetenshöjning genom bok till förskolan
- Konferens med tema våldsutövare med fokus på socialtjänsten
- Kompetenshöjning och material inom sexualitet, samtycke och relationer med fokus på skola

Vill du veta mer kontakta hanna.bjorkman@lekeberg.se.

Seniorkraft

Under 2023 har vi genomfört fyra grupper med Seniorkraft. Ungefär 50 seniorer har under 15 veckor fått prova på olika aktiviteter, tagit del av föreläsningar om kost, fysisk aktivitet och andra viktiga delar för att främja ett hälsosamt åldrande. I aktivitetsprogrammet har det tillkommit ett flertal nya föreningar som har aktiviteter för målgruppen 65 år eller äldre, vilket varit uppskattat bland deltagarna. Vi har fått fin respons från de som varit med under året och kanske det finaste av allt var att få se Sigrid, 90 år rida igen, vilket hon inte gjort på 70 år. Den länsdelsgemensamma styrgruppen har som planerat träffats två gånger under året för att byta erfarenheter och fokusera på utvecklingsmöjligheter. Vi har

även under detta år tagit fram ett nytt marknadsföringsmaterial och ändrat anmälningssätt, vilket har minskat tröskeln för att anmäla sig.

Den 8 december bjöds vi in till Örebro universitet för att prata om hur vi främjar ett hälsosamt åldrande genom Seniorkraft. Detta gjordes för de studenter som läser termin fem på Tränarprogrammet.

Ungas delaktighet och inflytande/Sydnärkes ungdomsråd

Under året har vi arbetat med att stärka och förbättra ungas delaktighet och inflytande genom Sydnärkes ungdomsråd. Syftet är att öka intresset för demokratiska processer, öka ungas delaktighet i beslutsprocesser, att politiker får ta del av ungas åsikter och att skapa ett erfarenhetsutbyte. En digital uppstart genomfördes tidigt under hösten, där målet var att sätta agendan för kommande års Sydnärkes ungdomsråd, där eleverna i elevråden fick berätta vad de vill fokusera på under kommande år.

Under maj månad arrangerade vi Elevriksdagen där cirka 130 elever, tjänstepersoner och politiker från samtliga fem kommuner deltog. Tillsammans lyssnade de på gemensamma föreläsningar för att sedan i grupper diskutera teman som eleverna fått rösta fram. De teman som diskuterades var hälsa, trygghet och hur man kan vara med och påverka i kommunen. Vi har även under året tagit fram och erbjudit skolornas elevråd en elevrådsutbildning. Detta i syfte att öka elevernas kunskap i att leda och bli mer bekväma i rollen att sitta med i ett elevråd. Detta fortsätter vi att erbjuda även under 2024. Under året har vi också tagit fram en film gällande Sydnärkes ungdomsråd, ta del av den [här](#).

Fördjupad utbildning suicidprevention

[Mobil resurs- suicidprevention](#) har genomfört två utbildningar inom suicidprevention och suicid för personer inom kommun och region i Sydnärke. Utbildningen innehöll fördjupning inom suicidprevention och suicidnära samtal och ses som ett komplement till utbildningar som exempelvis Mental health first aid (MHFA) eller Suicidprevention i svensk sjukvård (SPiSS). 50 personer från Askersund, Kumla, Hallsberg och Lekeberg deltog på utbildningarna. På frågan *vad är ditt helhetsintryck av utbildningen* svarar 78 % högsta betyg och 82 % svarar att de i mycket hög grad skulle rekommendera utbildningen till andra.

MHFA

Under 2023 utbildades 149 personer i Sydnärke i MHFA och nu finns möjligheten att anmäla sig till Sydnärkes kostnadsfria MHFA-utbildningar som genomförs under våren 2024. Mental Health First Aid (MHFA) kallas även för Första hjälpen till psykisk hälsa och är ett standardiserat utbildningsprogram om bland annat bemötande av personer som mår dåligt. Se mer information om målgrupp, inriktningar och datum på [denna länk](#) (under rubrik MHFA).

ANDTS-coacher

Under året har cirka 20 personer i Sydnärke utbildats till ANDTS-coacher. Coacherna har blivit stärkta inom ANDTS frågorna och ska framåt fungera som utbildare eller bollplank för sina kollegor. Utbildningen var två dagar, och deltagarna var efter utbildningen nöjda med sin nya kunskap. Flera av coacherna har redan nu börjat utbilda och höja kunskapen hos sina kollegor. Vill du läsa mer om ANDTS-coach, kika in [här](#). Har du ytterligare frågor, kontakta hanna.bjorkman@lekeberg.se.

Sydnärkes suicidpreventionsnätverk

Sydnärkes suicidpreventionsnätverk har öppnats upp och är till för alla som vill veta mer om suicidprevention och är verksamma i Sydnärke. Syftet med nätverksmötena är att dela idéer och hämta inspiration till arbetet med suicidprevention. Träffarna kan innehålla föredrag från gäster så som Suicide Zero, aktuell statistik, goda exempel och tips på utbildningar. Vill du också delta? Kontakta sofie.hedberg@lekeberg.se eller julia.olsson@lekeberg.se.

Save the date! Elevriksdag 2024

Torsdag den 23 maj 2024 går årets Elevriksdag av stapeln! Mer information kommer inom kort men reservera dagen redan nu. Syftet med Elevriksdagen är att unga och politiker diskuterar aktuella frågor som rör ungas liv och omgivning. Ungas åsikter är viktiga och bidrar till en förbättrad ungdomspolitik. Vill du ta del av 2023 års resultat, kika [här](#).

YAM

Under året har YAM genomförts i 14 klasser på högstadiet i Sydnärke (totalt 24 klasser från vt22-ht23). YAM planeras fortsätta kommande år. Läs mer om vad YAM är [här](#).

Statistikpresentationer för nämnder

Under hösten har vi erbjudit statistikpresentationer med resultatet från Liv och hälsa ung till alla nämnder i Sydnärke. Vi har besökt många nämnder och fått mycket intressanta frågor, inspel och tankar. Under hösten har teamet också arbetat med att sammanställa resultat och tagit fram illustrativa statistikblad, du hittar dem [här](#).

Exempel på arbeten för psykisk hälsa

Lekebergs kommun har skapat fliken ”Psykisk hälsa, ohälsa och självmord” på kommunens hemsida där allmänheten kan läsa om fakta och stöd, [länk](#). Ni får gärna *glo och sno* innehållet. Lekebergs kommun har även skapat affischer om stöd vid psykisk ohälsa riktat till olika målgrupper. Affischerna hittar du på följande [länk](#) under rubriken ”Om psykisk ohälsa”.

WS äldre LDG

Den 17/10 hölls en workshop i syfte att identifiera fortsatta eller nya samverkansbehov mellan verksamheter för att stärka arbetet riktat till äldre och skapa en målbild för arbetet framåt (likt den workshop som hölls under våren för målgruppen barn och unga). Under workshopen deltog ca 40 personer varav fler än en fjärdedel representerade pensionärsföreningar eller kommunala pensionärsråd. Resultaten har sammanställts och presenterats för Länsdelsgruppen Söder där diskussioner förs om fortsatt arbete.

Medel för främjande och förebyggande arbete inom omställningen Nära vård 2023-2025

Som en del i arbetet med omställningsarbetet till Nära vård har Örebro läns kommuner tillsammans fått 10 miljoner kronor i statliga stimulansmedel för att utveckla det hälsofrämjande och förebyggande arbete. Samtliga länsdelar har fått två miljoner där Länsdelsgrupperna har i uppdrag att fördela dessa och folkhälsoteamen i uppdrag att administrera medlen. Länsdelsgruppen Söder (med representanter från ledningsnivå i de fyra kommunerna Askersund, Kumla, Hallsberg och Lekeberg samt från Region Örebro län) har bland annat beslutat att satsa på att utveckla mötesplatser, starta rörelsegrupper, stödja hälsofrämjande arbete inom LSS och utredning kring hälsofrämjande samtal. Fler insatser och satsningar kommer framåt under åren 2024–2025.

Konferensen TSI Askersund

Den 6 oktober 2023 arrangerades årets folkhälsokonferens på Sjöängen i Askersund med fokus på tidiga samordnade insatser (TSI). På förmiddagen hölls presentationer om resultat från Liv och hälsa ung (kvantitativa och kvalitativa resultat) och vikten av tidiga insatser i samverkan med perspektiv från den senaste forskningen och praktiken. Under eftermiddagen fick gästerna välja seminarier där erfarenheter från kommunernas TSI-projekt presenterades, exempelvis Familjeträffen i Askersund, Bron och mini-bron i Kumla, Samordnad individuell plan (SIP) i Hallsberg och Dans för hälsa i Lekeberg. Under konferensen deltog ca 200 personer från kommunerna i Sydnärke. På utvärderingsfrågan *Vad är ditt helhetsintryck av konferensen?* Svarar 98 % svarsalternativen bra eller mycket bra.

Personal

Annika Karlsson Juliussen, folkhälsochef	0585-489 52	annika.karlsson.juliussen@lekeberg.se
Sofie Hedberg, folkhälsoutvecklare	0585-489 51	sofie.hedberg@lekeberg.se
Lisa Max, folkhälsoutvecklare	0585-489 26	lisa.max@lekeberg.se
Hanna Björkman, folkhälsoutvecklare	0585-488 47	hanna.bjorkman@lekeberg.se
Julia Olsson, samordnare psykisk hälsa	0585-482 42	julia.olsson@lekeberg.se
Kristin Roswall, folkhälsosamordnare	019-17 55 44	kristin.roswall@rfsisu.se

God jul och gott nytt år!

Önskar vi i Sydnärkes
folkhälsoteam