



## Nyhetsbrev från Sydnärkes folkhälsoteam Nr 50, oktober 2024

### Generation Pep i Sydnärke

Generation Pep-arbetet fortsätter att utvecklas i Sydnärke, med målet att främja hälsosamma matvanor och mer rörelse för barn och unga. Under hösten erbjuds även temagruppsträffar för att inspirera och stötta kommuner i arbetet. Är er kommun intresserad av att starta upp nya initiativ eller vill ni veta mer om vad som redan pågår? Kontakta Emma Sjöberg för mer information och för att delta i höstens träffar.

### Rapport från Elevriksdagen 23 maj, skapad av feriejobbare

Feriejobbare i Lekebergs kommun har sammanfattat diskussionerna från Elevriksdagen 23 maj. Deltagarna på Elevriksdagen diskuterade tre teman: framtidens föreningar, ungas psykiska hälsa samt miljö och klimat. Läs kortversionen av feriernas rapport i bifogad bilaga.

### Elevskyddsombudsutbildning

Den 5 september deltog 15 elever från fyra skolor i en kostnadsfri utbildning för elevskyddsombud, med stöd av Länsstyrelsen (se tidigare nyhetsbrev för mer information). Utbildningen genomfördes i samarbete med Joel Sjövall från Visionsfabriken. Eleverna fick utvärdera dagen och utbildningen och gav den ett fint, och ett mycket väl godkänt betyg. En kommentar från utvärderingen löd *"Jag tycker faktiskt den var bra. Vi lärde oss om våra möjligheter att påverka skolan och vilka rättigheter vi har så vi kan se till att förändring faktiskt händer."* Vill du ta del av utvärderingen i sin helhet eller veta mer? Kontakta Lisa Max.

### Utbildning i bemötande av ungas psykiska ohälsa på kvällstid - MHFA

I höst erbjuds MHFA-utbildning med inriktning ungdom på kvällstid för att personer som möter ungdomar på fritiden ska kunna delta, exempelvis personer som är aktiva i idrottsföreningar eller kyrkosamfund. MHFA står för Mental Health First Aid och kallas även Första hjälpen till psykisk hälsa. MHFA kan jämföras med hjärt- och lungräddning och är viktigt för alla. Se mer information om MHFA och datum för utbildningarna [här](#).

### Erbjudande till högstadiet: föreläsning om normer och värderingar

Under hösten 2024 har erbjudande gått ut till alla högstadieskolor i Sydnärke gällande en föreläsning med Andreas Jonsson. Skolorna har chansen att ta del av föreläsningen *"Vad händer när bollen inte är rund?"* som handlar om normer och värderingar samt hur man är en god medmänniska. Att erbjuda föreläsningarna är en del av arbetet med våld i nära relationer, vilket är finansierat av Länsstyrelsen. Är du skolpersonal eller rektor och vill veta mer? Kontakta Emma Sjöberg.

## Föräldraskapsstöd på 1177.se

I länet har det pågått ett arbete med att utveckla 1177.se med information om föräldraskapsstöd, och nu har hemsidan lanserats! Syftet med detta är att göra det enklare för föräldrar att ta del av vilket stöd som finns att tillgå i kommunen samt regionalt i länet. Utvecklingsarbetet har skett i samverkan mellan Region Örebro län, Länsstyrelsen i Örebro län samt länets folkhälsoteam. Klicka dig gärna in på hemsidan och sprid till vårdnadshavare och verksamheter som möter vårdnadshavare: [Föräldraskapsstöd i Örebro län - 1177](#).

## Seniorfestivalen

Under vecka 40 genomfördes Seniorfestivalen i samtliga fem kommuner i Sydnärke. Festivalen har sitt ursprung i Socialstyrelsens tidigare fallförebyggande kampanj "Balansera mera", som lades ner under pandemin. Efter det tog kommunerna och civilsamhällesorganisationer över ansvaret och erbjöd ett varierat och gediget program för alla personer som är 65 år och uppåt. Tack till alla som deltog! För mer information, besök respektive kommuns hemsida.

## Välkommen till Årets folkhälsokonferens: Vikten av ett gemensamt brottsförebyggande arbete!

Under dagen kommer vi beröra både social och situationell prevention med betoning på hur vi kan arbeta brottsförebyggande med fokus på barn och unga. Konferensen är kostnadsfri och hålls på Sjöängen i Askersund den 6 december. [Klicka här](#) för att läsa mer och anmäla dig.

## Personal

Vi vill gärna uppmärksamma några förändringar i vårt team:

**Cathrine Bohlin**, vår nya folkhälsochef, har nu tillträtt sin tjänst. Vi är glada över att ha henne med oss och ser fram emot det arbete vi kommer att göra tillsammans. Läs en mer personlig presentation av Cathrine på nästa sida när vi kör "fyra snabba" med henne.

**Hanna Björkman** gjorde sin sista dag hos oss den 20 september, efter fyra år i Sydnärkes folkhälsoteam. Hanna går vidare till nya utmaningar på Länsstyrelsen i Örebro län, och vi önskar henne stort lycka till. Hanna säger:

*"Jag vill passa på att tacka er alla för ett bra samarbete, inspirerande tankar och trevliga möten!"*

## Kontaktuppgifter

Cathrine Bohlin, folkhälsochef	0585-489 52 <a href="mailto:cathrine.bohlin@lekeberg.se">cathrine.bohlin@lekeberg.se</a>
Lisa Max, folkhälsoutvecklare	0585-489 26 <a href="mailto:lisa.max@lekeberg.se">lisa.max@lekeberg.se</a>
Emma Sjöberg, folkhälsoutvecklare	0585-489 51 <a href="mailto:emma.sjoberg@lekeberg.se">emma.sjoberg@lekeberg.se</a>
Julia Olsson, samordnare psykisk hälsa	0585-482 42 <a href="mailto:julia.olsson@lekeberg.se">julia.olsson@lekeberg.se</a>
Kristin Roswall, folkhälsosamordnare	019-17 55 44 <a href="mailto:kristin.roswall@rfsisu.se">kristin.roswall@rfsisu.se</a>

Trevlig höst!

Önskar vi i Sydnärkes  
folkhälsoteam



## Lär känna vår nya folkhälsochef - Cathrine Bohlin!

### **Vad är det som lockar dig mest med den här tjänsten och med folkhälsoarbetet i Sydnärke?**

Jag gillar att kunna påverka samhällsutvecklingen. Genom arbetet i Sydnärkes folkhälsoteam hoppas jag att vi tillsammans med samverkanspartners skapar ett mer jämställt och jämlikt samhälle att leva i på längre sikt. Varje individ är viktig för samhället och en god hälsa är en resurs för att man ska kunna bidra. Därför är ett brett folkhälsoarbete så viktigt.

### **Vilka frågor inom folkhälsa brinner du särskilt för?**

Det är svårt att välja då så många faktorer påverkar individen och folkhälsan. Men måste jag välja så ser jag det som otroligt viktigt att våra barn får den uppväxt de behöver för att bli välfungerande vuxna i samhället.

### **Vad får dig att känna glädje och motivation i ditt dagliga arbete?**

Jag kan känna verklig glädje när jag ser att det finns vilja och prestigelöshet i samverkan mellan verksamheter och mellan organisationer för att i ett gemensamt arbete kunna förbättra förutsättningarna för en god hälsa hos befolkningen. Att tillsammans nå små framsteg som gör stor nytta skapar stor tillfredställelse hos mig.

### **Vad gör du helst på fritiden för att balansera arbetet?**

Min familj och vänner är det viktigaste jag har, jag ägnar därför gärna tid tillsammans med dem. Att vara ute i naturen och påta i trädgården är också något som gör att jag kan koppla av och bara vara i nuet.

*Cathrines kontaktuppgifter finner ni på föregående sida.*