



# Nyhetsbrev från Sydnärkes folkhälsoteam

Nr 38, september 2021

## Sydnärke

### Rörelsegruppen

Det är för sjätte terminen i rad som Rörelsegruppen äntligen starta upp igen med ett tjugotal barn anmälda från Askersund, Hallsberg, Kumla och för första gången erbjuds barn från Lekeberg att delta. Rörelsegruppen är för barn, 8-12 år med övervikt och fetma och syftar till att främja rörelseglädje och rörelseförståelse hos barnen. Fortsatt tillhandhåller Hallsbergs gymnastikförening med gruppledare och lokal.

### Liv och hälsa ung – ett år in i coronapandemin

Enkätundersökningen genomförs av Region Örebro län i samverkan med länets högstadie- och gymnasieskolor. I början av 2020 genomfördes undersökningen strax innan pandemin hade börjat eskalera, så för att följa upp om ungdomars livssituation såg annorlunda ut ett år senare med en världsomfattande pandemi genomfördes i början av 2021 en uppföljande undersökning i ett drygt tjugotal av länets skolor med elever i årskurs nio och gymnasiet år 2. Underlaget kan användas för att bättre förstå hur pandemin påverkar ungdomarnas vardag, vilket kan användas vid planering av hälso- och sjukvården, som ett stöd i det lokala folkhälsoarbetet samt i skolornas hälsofrämjande arbete. [Klicka här för att komma till undersökningen.](#)

### Digital dialog med Familjerådgivningen i Örebro län

Under 2020 medverkade representanter från Familjerådgivningen vid ett möte med länets familjecentralssamordnare, och som en följd av mötet genomförs informationsmöten mellan Familjerådgivningen i Region Örebro län och yrkesverksamma vid familjecentralerna i respektive länsdel med start under hösten 2021. Målgrupp för dialogen är för verksamma inom familjecentral, elevhälsa och socialtjänst i Sydnärke.

### MHFA

Mental Health First Aid (MHFA) kallas även Första hjälpen till psykisk hälsa och är ett utbildningsprogram för personal med människonära yrken där kursdeltagaren lär sig ingripa vid kriser och uppmuntrar människor att söka lämplig psykiatrisk hjälp. Arbetet med MHFA är ett regionalt arbete där Sydnärkes folkhälsoteam har fått i uppdrag av länsdelsgruppen att driva arbetet i Sydnärke. En behovsinventering av utbildningen har genomförts och visade att behovet finns. Nästa steg är att hitta personer som kan gå instruktörsutbildningen.

### YAM

Under november kommer tre personer utbildas till YAM-instruktörer från Sydnärke för att vi ska kunna erbjuda utbildningen YAM (Youth Aware of mental Health) till årskurs 8-elever i tre skolor i Sydnärke; Lekebergsskolan i Lekeberg, Sjöängsskolan i Askersund och Transtenskolan i Hallsberg. Instruktörsutbildningen sker under vecka 46 och YAM-lektionerna i skolorna planeras att påbörja under våren 2022.

## **Suicidprevention.**

Utifrån identifierat behov initierade Sydnärkes folkhälsoteam ett arbete med att ta fram en länsdelsgemensam mall för att underlätta arbetet för samtliga kommuner som står i startgroparna med suicidpreventionsarbetet. Nästa steg är att inventera insatser som görs på området psykisk hälsa och suicidprevention i kommunernas verksamheter för att respektive kommun sedan kan påbörja skapa sin suicidpreventionsplan. Arbetet förväntas vara klart våren 2022.

## **Askersund**

### **ANDTS-program.**

Askersund kommuns nuvarande ANDT-program gäller 2021 ut och har därför reviderats och ska gälla mellan 2022-2023. Beslut om den reviderade versionen av ANDTS (Alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel om pengar)-planen planeras under hösten 2021. Revideringarna handlar om tillägg för spel om pengar samt tillägg för jämlikhets-, jämställdhets- och barnrättsperspektivet.

### **Seniorkraft Askersund**

Nu har Seniorkraft Askersund äntligen startat upp med en grupp på 11 seniorer. 15 spännande veckor med en ny aktivitet per vecka väntar deltagarna. Seniorkraft är en samverkansmodell med Askersunds kommun, vårdcentralen i Askersund, RF-SISU Örebro län, Sydnärkes folkhälsoteam och civilsamhället. Syftet är att genom samverkan främja ett hälsosamt åldrande för personer över 65 år genom att erbjuda praktiska och teoretiska aktiviteter utifrån de fyra hörnparterna för ett hälsosamt åldrande (goda matvanor, fysisk aktivitet, social samvaro och meningsfullhet).

## **Hallsberg**

### **Seniorkraft Hallsberg**

Efter en 1,5 års lång paus på grund av pandemin kommer nu gruppen som startade 2020 återigen att starta upp. Deltagarna har åtta tillfällen kvar med aktiviteter som exempelvis boule, studiecirkel, stavgång, bokcirkel och gåfotboll. Seniorkraft är en samverkansmodell med Askersunds kommun, vårdcentralen i Askersund, RF-SISU Örebro län, Sydnärkes folkhälsoteam och civilsamhället. Syftet är att genom samverkan främja ett hälsosamt åldrande för personer över 65 år genom att erbjuda praktiska och teoretiska aktiviteter utifrån de fyra hörnparterna för ett hälsosamt åldrande (goda matvanor, fysisk aktivitet, social samvaro och meningsfullhet).

## **Kumla**

### **ANDTSL- utbildning**

Som en del av kultur- och fritidsnämndens handlingsplan för ANDTSL (Alkohol, narkotika, dopning, tobak, spel om pengar och läkemedel) i Kumla ska kultur- och fritidsförvaltningen utbildas inom området. Utbildningens fokus är strategiskt arbete med ANDTSL i offentliga miljöer och det är Sydnärkes folkhälsoteam tillsammans med kultur- och fritidsförvaltningen som håller i utbildningen.

---

## Laxå

### CHERRIES

CHERRIES är ett EU-finansierat pilotprojekt med syfte att bryta ofrivillig ensamhet hos äldre i Laxå kommun och nu har arbetet kommit igång! En projektsamordnare är anställd genom RF-SISU och arbetet med att planera uppsökande verksamhet har inletts. Projektet genomförs i samverkan mellan Laxå kommun, Laxå vårdcentral, Medborgarskolan Örebro Värmland, RF-SISU Örebro län, Finnerödja IF och Sydnärkes folkhälsoteam, fler civilsamhällesorganisationer har och kommer att kopplas på i arbetet för att nå ut till målgruppen samt för att stärka samverkan kring frågan lokalt.

## Lekeberg

### ANDTS-program

Lekeberg kommuns nuvarande program ska revideras främst utifrån tillägg för spel om pengar samt tillägg för jämlikhets-, jämställdhets- och barnrättsperspektivet. Beslut om den reviderade versionen planeras under hösten 2021

### Boosta Lekeberg

Den 4–10 oktober kommer RF-SISU tillsammans med Lekebergs kommun, Örebro läns idrottshistoriska sällskap, Fjugesta IF, Lekebergs IF och Mullhyttans IF att Boosta Lekeberg. Veckan kommer att fyllas med flera roliga evenemang och prova-på aktiviteter. Hoppas vi ses där! [Klicka här för mer info!](#)

## Viktiga datum

### 4 oktober. Kunskapslyft barnkonventionen som lag för förtroendevalda.

Utbildningen genomförs tillsammans med Barnrättskonsulterna och ger kunskap om barnkonventionen och innebörden av konventionen som svensk lag. Utbildningen innehåller även konkreta exempel på barnkonventionens betydelse i kommunens olika verksamheter. [Klicka här för att komma till anmälan!](#) Sista dagen för din anmälan är den 29 september.

### 4 -10 oktober. Boosta Lekeberg

För mer info om programmet och om Boosta [Klicka här!](#)

### 7 oktober. Digital dialog med Familjerådgivningen i Örebro län.

Syftet med dialogen är att Familjerådgivningen informerar om sin verksamhet till yrkesverksamma i Sydnärke. Det kommer finnas utrymme för frågor samt diskussion och avser dig som är verksam inom familjecentral, elevhälsa och socialtjänst i Sydnärke. Maila din anmälan till [lisa.max@lekeberg.se](mailto:lisa.max@lekeberg.se)

### 13 okt, 28 okt, 18 nov, 8 dec. Utbildning cannabis och ungdomar.

Länets narkotikaförebyggande arbetsgrupp i samverkan med Maria ungdom/Skolverksamheten bjuder under hösten in till en kunskapshöjande utbildningsinsats i fyra delar inom området cannabis och ungdomar. Innehåll: grundläggande fakta om cannabis, tecken på användning, olika påståenden samt stöd för att bemöta ungas argument om cannabis. Målgrupp: personer som arbetar med ungdomar i verksamheterna skola, elevhälsa, fritidsgård, förening, socialtjänst eller liknande i Örebro län. Anmälan görs på [Länsstyrelsens webbplats](#) senast den 8 oktober.

---

## Personal

Annika Karlsson Juliussen, folkhälsochef	0585-489 52	<a href="mailto:annika.karlsson.juliussen@lekeberg.se">annika.karlsson.juliussen@lekeberg.se</a>
Lisa Max, folkhälsoutvecklare	0585-489 26	<a href="mailto:lisa.max@lekeberg.se">lisa.max@lekeberg.se</a>
Sofie Hedberg, folkhälsoutvecklare	0585-489 51	<a href="mailto:sofie.hedberg@lekeberg.se">sofie.hedberg@lekeberg.se</a>
Kristin Roswall, folkhälsosamordnare	019-17 55 44	<a href="mailto:kristin.roswall@rfsisu.se">kristin.roswall@rfsisu.se</a>
Hanna Holmgren, folkhälsoutvecklare (Föräldraledig)	0585-488 47	<a href="mailto:hanna.holmgren@lekeberg.se">hanna.holmgren@lekeberg.se</a>

---