



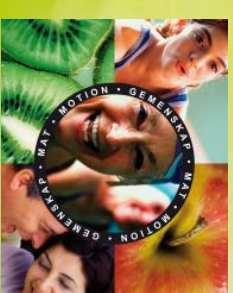
Göteborgs  
Stad



VÄSTRA  
GÖTALANDSREGIONEN

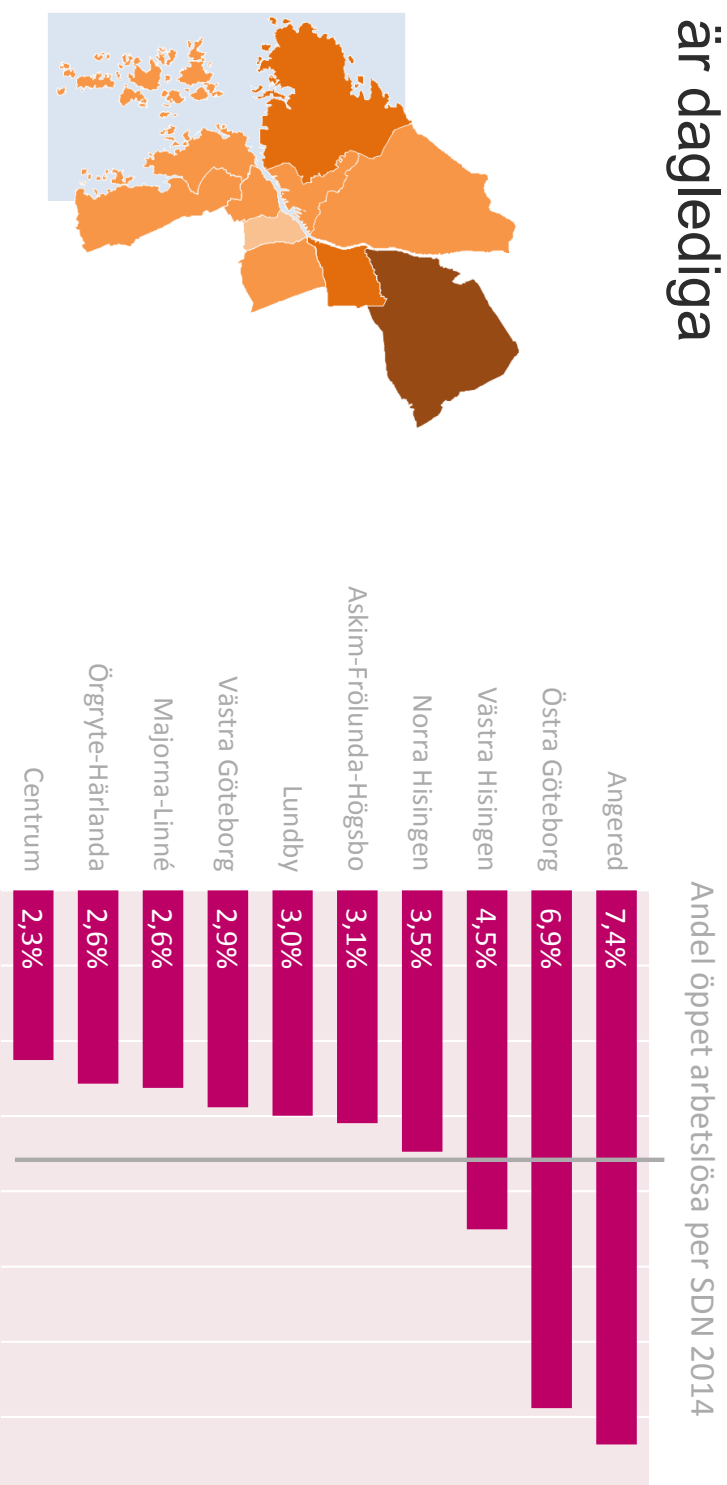
# Hälsotek Östra Göteborg/Angered

## - Hur gör vi?



# Samfinansiering Sdf och HSN Göteborg

- Politiskt styrt uppdrag/folkhälsosavtal
- Komplement till befintliga verksamheter.
- Målgruppen är daglediga



# Mål

**Att stärka och förbättra hälsan och välbefinnandet hos invånarna genom:**

1. Att **skapa möjligheter** för människor att ta ett större **eget ansvar** för sin hälsa och göra hälsosamma val
2. Att göra hälsoinformation **lättillgänglig** och **förståelig** i ett mångkulturellt samhälle
3. Att bedriva **uppsökande verksamhet** för att sprida hälsoinformation till befolkningsgrupper som är svåra att nå
4. Att skapa **möjligheter för andra aktörer** att aktivt bidra och delta med olika **hälsofrämjande** aktiviteter

# Vad finns det för aktiviteter på Hälsoteken?

- Sociala träffar/Tematräffar
- Föreläsningar
- Kurser
- FaR®, - (fysisk aktivitet på recept) och hälsosamtal
- Gruppträning



# Varför just dessa aktiviteter?

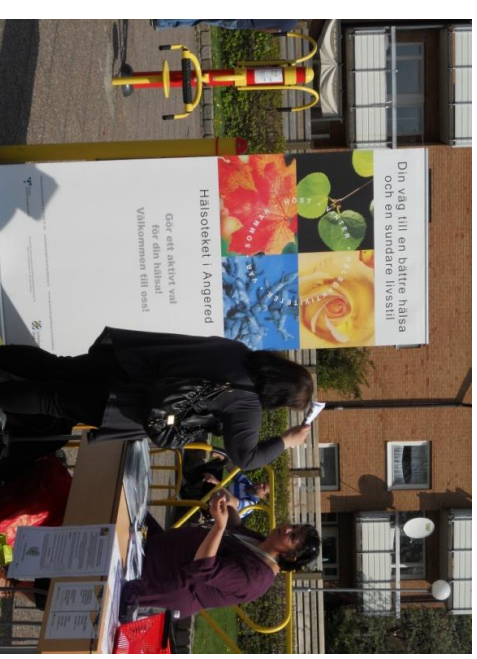


# Framgångsfaktorer

- Fast verksamhet
- Hälsöfrämjande helhetssyn
- Alla är välkomna, frivilligt, kostnadsfritt och anonymt
- Enkelt språk
- Ingen anmälan, vi finns i närområdet, enkelt att komma
- Deltagandet ger känsla av ökad hälsa - socialt, psykiskt och fysiskt
- Konstant dialog med målgrupp & flexibel organisation
- Personalfaktorer
- Samverkan/samarbeten

# Hur når vi målgruppen?

- Uppsökande föreläsningar (föreningar och verksamheter i lokalsamhället)
- Folder, hemsida, Facebook
- Mun till mun
- Aktiviteter på torg och allmänna platser
- Events
- Arbetsplatsträffar
- Samverkan åt alla håll !!!



**Ständigt arbete - gäller att aldrig sluta!**

# Kontinuerlig utveckling och utvärdering

- Extern utvärdering
- Självutvärdering
- Hälso guider

# Hälsoguidar – för en god hälsa i Nordost



# Hälsoguider - uppdraget

- Utveckla samarbetet med ideella organisationer och nätverk
- Involvera nyckelpersoner i grupper som stadsdelens hälsofrämjande aktörer traditionellt haft svårt att nå.
- Utveckla en modell för arbetet, börja rekrytera och utbilda hälsoguider.
- Uppdraget bidrog till arbetet med Hälsoletteracitet



# Målgrupp

Uppdraget omfattar samtliga befolkningsgrupper som vi haft svårt att nå med hälsobudskap. Språk kan vara en barriär för att ta del av stadsdelens hälsofrämjande arbete.

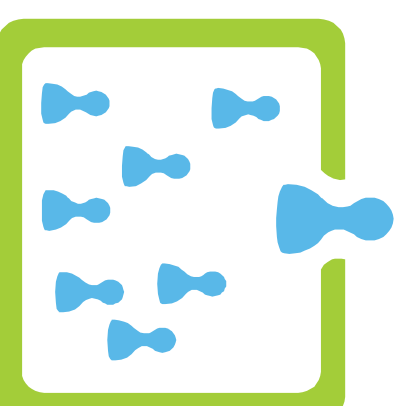
- Språkgrupper – vilka når vi idag, vilka når vi inte?
- Grupper/föreningar/samfund/verksamheter
- Ålder
- Genus

## **VARFÖR VILL VI NÅ MÅLGRUPPEN?**

- Kunskap – ämnesområden (få enkla budskap)
- Lokalkännedom
- Behovsanalys

# Hälsoguider

- Vara informationsbärare - samt förmedla lokalkännedom
- Inspirera och motivera
- Fånga upp behov utifrån målgruppen
  - + dokumentera argument/motstånd/hinder/fördomar/myter/ kring hälsa och hur vi kan bemöta dem
- Handplockade
- Brett kontaktnät
- Intresserade



# Hälsoguider



Ca 55 personer

Varav 8 st män

18 upp till 50+ år

Pratar ca 20 olika språk.

Fokus höst 2015 är fortbildning och återträffar.

# Utbildning

## Steg 1 och steg 2

Interaktivt, reflektion, diskussion, kunskapsutbyte, lokalkännedom

- Vad är hälsa?
- Kost
- Fysisk aktivitet/sömn/äterhämtning
- Tobak
- Hälsoundersökningar
- Goda samtal

Hur förmedla kunskap

Lokalkunskap/studiebesök, Erfarenhetsutbyte, Dokumentation





Göteborgs  
Stad



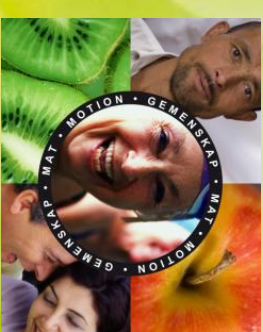
VÄSTRA  
GÖTALANDSREGIONEN

Kontaktperson: Anna Laursdotter Garpvall

Tel: 031-3654470

[Anna.laursdotter.garpvall@ostra.goteborg.se](mailto:Anna.laursdotter.garpvall@ostra.goteborg.se)

[www.goteborg.se/halsoteketostragoteborg](http://www.goteborg.se/halsoteketostragoteborg)



Kontaktperson: Lina Goncalves  
Tel: 0736-651092/ 031-365 11 44

[Lina.goncalves@angered.goteborg.se](mailto:Lina.goncalves@angered.goteborg.se)

[www.goteborg.se/halsoteketangered](http://www.goteborg.se/halsoteketangered)