



Uppföljning av avtal för Hälsotek/Hälsolots i Örgryte-Härlanda 2020

Göteborgs hälso- och sjukvårdsnämnd (HSNG) har avtal om Hälsotek och Hälsolots med stadsdelsnämnder i Göteborg. HSNG har avtal om Hälsotek i Väster (Västra Göteborg och Askim-Frölunda-Högsbo), Örgryte-Härlanda, Östra Göteborg samt Angered. HSNG har även avtal med stadsdelsnämnden Centrum (som på uppdrag även representerar Majorna-Linné) om Hälsolots. Avtalen för Hälsotek i Väster, Angered och Hälsolots sträcker sig till den 31 december 2021 och för Hälsotek i Östra Göteborg och Örgryte-Härlanda sträcker sig avtalen till den 31 december 2020. Avtalen kan förlängas 12 månader.

Det övergripande målet med Hälsotek/Hälsolots är att minska skillnader i hälsa i stadsdelarna. Det är en främjande och förebyggande verksamhet, med syfte att förbättra befolkningens levnadsvanor och välbefinnande samt minska risken för livsstilsrelaterade symptom och sjukdomar. Hälsotek/Hälsolots bygger på samverkan mellan lokala aktörer inom bland annat respektive stadsdelsförvaltning, hälso- och sjukvården, civilsamhället och är ett komplement till ordinarie hälsofrämjande och förebyggande utbud. Verksamheten bygger på ett salutogent förhållningssätt och helhetsperspektiv på hälsa som inkluderar fysisk, psykisk och social hälsa. FN:s konvention för mänskliga rättigheter ska ligga till grund för arbetet. Hälsoteken vänder sig till invånare i alla åldrar. Hälsolots vänder sig till alla vuxna invånare från 18 år.

Utgångspunkten är Sveriges nationella folkhälsopolitiska mål *att skapa samhälleliga förutsättningar för en god och jämlik hälsa i hela befolkningen och sluta de påverkbara hälsoklyftorna inom en generation* och utgör grunden för arbetets inriktning.

Inriktning ska också utgå från följande styrdokument:

- Göteborgs Stads styrdokument för folkhälsoarbete (budget, Jämlik stad med flera)
- Västra Götalandsregionens styrdokument för folkhälsoarbete (budget, VG 2020 med flera)
- Mål och inriktningsdokument för HSNG respektive SDN

Instruktioner

Beskriv kortfattat verksamhetens insatser som bidrar till måluppfyllelsen för avtalets grund- och lokala uppdrag.

Uppföljningen skickas till Koncernkontoret, Västra Götalandsregionen genom hsn.goteborg@vgregion.se senast den 1 februari årligen.



1. Grunduppdrag

Måluppfyllelse: anordna kostnadsfria aktiviteter som utformas för att underlätta fortsatt aktivitet i ordinarie verksamhet

Insatser

Hälsoteket i Örgryte-Härlanda bedriver komplementär verksamhet, vilket innebär en ambition att fylla luckor av verksamhet som inte finns i ett annat hälsofrämjande eller förebyggande forum i stadsdelen utifrån de behov som kan iakttas hos målgrupperna. Året med pandemi har krävt snabba omställningar och stor flexibilitet. Det har varit utmanande att tolka riktlinjer och att jobba målgruppsinriktat. När det började införas restriktioner stängde flera andra aktörer och samarbetspartner ner sina verksamheter, t ex stadsdelens två frivilligcentraler, Kyrkan, Kulturhuset Kåken och träffpunkterna. Därför upplevdes behovet av att upprätthålla aktivitet som stort för Hälsotekets del, med fokus på utomhusaktivitet och omställning till online verksamhet.

Ett flertal aktiviteter ändrade snabbt form i mars månad till följd av Covid-19 pandemin. Terminsprogrammet ersattes av månadsprogram resp. sommarprogram. En del föreläsningar ställdes in, kurser flyttade utomhus när det var möjligt. Betydligt mindre deltagare tog del av aktivitetsutbudet, i snitt 7 deltagare per träningspass på utomhuspassen. Aktivitet erbjöds som vanligt på sommaren, men vissa blev inställda på grund av lågt deltagarantal. Det låga deltagarantalet berodde på tre saker:

- Restriktionerna som rådde gjorde att vi införde maxantal deltagare på aktiviteter
- En betydande del av Hälsotekets deltagare på drop in-pass är 65 år och över, den grupp som i störst mån slutade ta del av gruppaktiviteter
- Allmän försiktighet, t ex för att man inte ville åka kollektivtrafik eller bidra till ökad smittspridning.

Nedanstående sammanställning rör enbart de aktiviteter Hälsoteket bedrivit i egen regi- ej de aktiviteter som står med i programmen i extern regi från våra samarbetspartners sida. Det har varit i snitt 5 personer på de olika aktiviteterna sammantaget under året, en stark prägel av pandemin och restriktionerna. Fram till 1/3 låg deltagarfrekvensen på normal nivå förutom FaR och hälsosamtal som minskade redan i januari. Den enda föreläsningen som genomfördes inför publik var fullsatt, med 45 platser. De extrainsatta online aktiviteterna nådde även de ett snitt på 5 personer.

Ordinarie planlagd verksamhet som genomförts

- Core/bålstabilitet, 22 tillfällen
- Enkel stationsträning, 16 tillfällen
- Mediyoga, 15 tillfällen
- Kom igång- gympa, 5 tillfällen
- Ordinarie utomhusträning, 5 tillfällen
- Föreläsning Skogsbad 24/9
- Kurs ACT- livskompassen- våren 2020, 6 ggr
- 1 Drop in-rådgivning på Kulturhuset Kåken med: Skatås motionscentrum, Hjärt-Lung föreningen, reumatikerdistriktet, Anhörigstöd
- Återhämningsgrupp, 5 tillfällen
- Mindfulness, 2 tillfällen
- Kom igång med gymträning, 1 tillfällen



- 9 FaR samtal/Hälsosamtal

Inställda aktiviteter

- Kom igång-gympa, Lunden hallen mars-april 2020
- Kurs ACT- livskompassen hösten 2020, avbröts mitt i pga. nya restriktioner och tidsbrist inför att ställa om kursen online.
- Kurs: Kom igång med träning, hösten 2020
- Föreläsning och workshop Självmedkänsla 2 tillfällen, hösten 2020
- Kom igång med gymträning, 3 tillfällen
- Träningsgenomgång för seniorer, 4 tillfällen

Ersättningsaktiviteter utomhus/online

- Föreläsning Stress, online 9/3
- Prova på-ute gym, 1 tillfälle, utomhus
- Träning till skogs, 3 tillfällen sommar
- Cirkelträning 5 tillfällen, utomhus
- Picknickpromenader, 3 tillfällen
- Mediyoga online 6 tillfällen
- Basgympa 3 tillfällen i november, utomhus
- Mindfulness promenad 2 tillfällen

Aktörer

Det har varit utmanande att nå ut med tillfälliga program då de i stor grad bygger på lotsning och marknadsföring via t ex vårdgivare och mötesplatser som under pandemin har varit fokuserade på det mest basala i sitt uppdrag eller varit nedstängda. Många av samverkansparterna i programutbudet har haft andra direktiv än Hälsoteket. Till exempel har det planerade samarbetet med IOFF/ Skatås motionscentrum fått skjutas upp på grund av olika direktiv inom staden. Det har också varit problematiskt att i ett kortsiktigt perspektiv kunna lotsa människor vidare.

Vilka är de viktigaste effekterna (resultat/lärdomar) av insatserna?

Det funkade okej med anpassade åtgärder, men det var svårt att nå dem som var isolerade, att lotsa vidare plus att det var akut brist på träningsutrustning som ej behövde delas.

I inledningen av denna pandemi var många bland Hälsotekets målgrupper ovana vid att ta del av aktivitetetsutbud online och kommunicera digitalt. Vi upplever stor skillnad på det allmänna kunskapsläget i början av pandemin i mars 2020 jämfört med december 2020 bland presumtiva deltagare. Deltagare har också blivit mer beredda att ställa om och delta i digitala aktiviteter ju längre tiden gått.

Måluppfyllelse: tillhandahålla behovsanpassad och lättillgänglig hälsoinformation (exempelvis genom uppsökande verksamhet)

Insatser

Under 2020 har stort fokus lagts på informationsutbyte och underhåll av nätverk för att med gemensamma krafter nå de som är riskgrupper för dålig psykisk och fysisk hälsa under pandemin. Under pandemin har även extra uppmärksamhet riktats mot seniorer som är isolerade och riskerar både fysisk och psykisk ohälsa.



Hälsoteket skickade under 2020 6 stycken brevutskick till seniorer som inte är bekanta/bekväma med internet och därigenom kunde ta del av ett online-utbud. Detta skedde i samarbete med Träffpunkterna i Örgryte-Härlanda, som förmedlade breven hem till seniorerna. 120 seniorer prenumererade på utskicken. Syftet var att förmedla hälsoinformation och inspiration till seniorer som var isolerade på grund av pandemin. Exempel på teman och innehåll: enkla träningsprogram att göra hemma, att hitta nya rutiner i en begränsad vardag, naturens återuppbyggande egenskaper- för att inspirera till att gå ut i naturen, sommaruppdrag- bingobricka med olika uppdrag att göra dagligen i syfte att få tiden att gå lite fortare, Existentiellt tema- vad är egentligen viktigt för oss människor. Det spelades också in 6 filmer med leg. psykolog kring Corona-oro och att hantera en ny vardag. samt 5 olika livesända träningspass och avspänningspass med Hälsotekets fysioterapeut. Det erbjöds FaR och hälsosamtal online. Hälsoteket anordnade nätverksträff online gällande psykisk hälsa bland unga och unga vuxna under pandemin tillsammans med utvecklingsledare i folkhälsa och ungdomsrådet.

Aktörer

Förebyggande och hälsofrämjande enheten, Samordningsgruppen för psykisk hälsa, Psykolog Torpavallens VC, ungdomsrådet, utvecklingsledare i folkhälsa

Vilka är de viktigaste effekterna (resultat/lärdomar) av insatserna?

Det är utmanande med uppsökande arbete under en oförutsägbar Pandemi. Många människor har varit rädda och många samarbetspartners har haft totalstängt. Stor passivitet sammantaget trots god vilja på grund av spretande direktiv från olika uppdragsgivare/arbetsgivare och kortsiktiga förändringar i regionala/nationella riktlinjer för att exempelvis minska smittspridning.

Måluppfyllelse: främja samverkan, kommunikation och förståelse mellan invånare och aktörer som verkar på lokal nivå

Insatser:

Hälsoteket har ett stort kontaktnät och många etablerade samverkanspartners i Örgryte-Härlanda. Under pandemin har stor kraft ägnats åt att upprätthålla de viktiga kanalerna för informationsutbyte och operativ samverkan. Det har varit viktigt att ta del av andras erfarenheter och söka kunskap kring invånarnas ändrade behov i en utmanande och föränderlig tid. Hälsoteket har tillsammans med Hälsofrämjande och förebyggande enheten, och utvecklingsledare i folkhälsa ökat antal nuläges-avstämningar under året. Hälsoteket har sammankallat två möten med samordningsgruppen för Psykisk ohälsa. Där har aktörer ifrån vitt skilda professioner deltagit utifrån det gemensamma intresset i att förbättra den psykiska hälsan. Flera samarbeten har initierats och följts upp under året och samverkansgruppen har också blivit tilldelade folkhälsomedel, administrerade genom Hälsoteket, för att kunna göra operativa insatser gemensamt för att stärka hälsan. Då Hälsoteket numera har ett 0–100, livsloppsperspektiv tydligt formulerat i avtalet har flera avstämningar ägt rum med förebyggande socionom och koordinator för familjecentrerat arbets sätt för att undersöka behov av samarbeten gällande barn/ungdomar/föräldrar. Idag har Hälsoteket och IOFF ett välfungerande samarbete med flera samarrangemang och avstämningar under året, även om några tillfällen fick läggas på is under pandemin. Samverkan med Centrum för fysisk aktivitet är också mycket viktigt. Hälsoteket initierade flera avstämningar med Centrum för fysisk aktivitet under 2020 för att förbättra och utveckla samarbetet.



Aktörer:

Kyrkorna i Örgryte-Härlanda, frivilligcentralen Knuten, frivilligcentralen Pärlan, Vårdcentralerna i Örgryte-Härlanda, Ungdomsmottagningen, Föreningslivet, SSPF-koodinator, Koordinator för familjecentrerat arbetssätt, förebyggande socionom, IOFF, Centrum för fysisk aktivitet

Vilka är de främsta effekterna (resultat/lärdomar av insatserna)?

Det har blivit uppenbart att det är en styrka att Hälsoteket står på tre ben, dvs att vi arrangerar egna aktiviteter utifrån grunduppdraget, att vi marknadsför och samverkan med externa aktörer om aktiviteter och att Hälsoteket är en spindel i nätet gällande samverkan. Erfarenheten ifrån året är att just den funktionen fått en extra stor betydelse i en allmänt osäker tid.

Måluppfyllelse: ingå i den lokala processen av fysisk aktivitet på recept, FaR[®]

Insatser:

Hälsoteket har hållit i egna FaR-samtal fram tills 2021. Invånarna har kunnat boka tid hos Hälsotekets fysioterapeut och kunnat gå vidare i Hälsotekets utbud eller lotsas vidare i ordinarie friskvårdsutbud. Efterfrågan har under tidigare år varit stor, då det inte funnits en ordinär FaR-mottagning i Örgryte-Härlanda. Under 2019 minskade efterfrågan på samtal och Hälsoteket tog kontakt med nya FaR-organisationen Centrum för fysisk aktivitet för att ta reda på varför behovet minskat. Det framkom att förskrivningen kraftigt gått ned i Örgryte-Härlanda, men också att man prioriterat att marknadsföra de officiella FaR-mottagningar som finns i staden. Hälsoteket tog upp frågan med styrgruppen som beslutade att Hälsoteket ej längre ska bedriva FaR- samtal, men istället erbjuda invånarna Hälsosamtal med i stort sett samma funktion. Hälsoteket deltar varje år i flera nätverksträffar arrangerade av Centrum för fysisk aktivitet där information kan spridas vidare till vårdgivare. Det pågår också en diskussion om hur rollerna kan tydliggöras och samarbetet stärkas i syfte att kunna möta behovet av stöttning att börja motionera och ökad kunskap om fysisk aktivitet bland invånarna. Hälsoteket är idag en väldigt viktig samverkansaktör för FaR då det är ett rimligt första steg att söka sig till Hälsoteket för den som fått ett FaR- man får genom Hälsoteket möjlighet att delta i pass ledda av fysioterapeut som är kostnadsfria och på mycket enkel nivå.

Aktörer:

IOFF, Centrum för fysisk aktivitet, receptförskrivare

Vilka är de viktigaste effekterna (resultat/lärdomar) av insatserna?

Det var viktigt att direkt börja problem söka och nå samförstånd när förskrivningen av FaR och efterfrågan på samtal hos Hälsoteket minskade. Det finns fortfarande en oro över vart personer tar vägen som inte får ett FaR idag trots behov och det vore intressant att kunna följa upp vart personer som får utskrivet FaR i delar av staden som inte tillhandahåller FaR-mottagningar tar vägen. Denna fråga följer vi under 2021.



Måluppfyllelse: Samverka med övriga Hälsotek/Hälsolots i Göteborg

Insatser:

Hälsotek/-lots har ett gemensamt nätverk. Utgångspunkten för nätverket är att dela med sig av erfarenheter, diskutera framtida program, målgrupper samt vilka metoder som kan vara användbara. Målsättningen är att stärka verksamheterna och professionerna. Hälsotek/lots- nätverket har under året haft nio möten och avstämningar tillsammans. Ett möte har skett fysiskt hos Hälsoteket Östra Göteborg och resterande träffar har skett via Teams. Beslut avseende anpassningar av verksamheterna har under hösten skapat ett stort behov av att stämma av oftare än tidigare. Tillgängligheten med Teams har också gjort det möjligt att hålla tätare avstämningar vilket setts som positivt. Punkter som har stått på agendan har varit: hur arbeta förebyggande med alkoholfrågan, existentiell hälsa, hur nå fler manliga deltagare, samarbetet med Centrum för fysisk aktivitet samt förändringar i samband med omorganisationen i Göteborgs Stad 2021.

Aktörer:

Hälsoteket i Örgryte/Härlanda, Hälsolots, Hälsoteket i Angered, Hälsoteket i Östra Göteborg, Hälsoteket i Väster.

Vilka är de viktigaste effekterna (resultat/lärdomar) av insatserna?

Kännedomen om varandras verksamheter och respektive lokala behov har ökat under de senaste två åren. Hälsoteken/-lots har stått inför liknande situationer under året och det har varit värdefullt att kunna diskutera olika lösningar tillsammans.

2. Lokalt uppdrag

Beskriv kortfattat verksamhetens lokala uppdrag.

Hälsoteket köper fysioterapeutttjänst ifrån Närhälsans rehab mottagning på 50 %. Fysioterapeutens roll är att leda träningspass, kurser, grupper samt att ha individuella samtal.

Hälsoteket beviljades 2020 75 000 i folkhälsomedel för arbetet med att minska den psykiska ohälsan. Dessa medel var i sin ur uppdelade på följande poster:

40 000 kr: Hälsotekets lokaler

20 000: För samverkansinsatser efter beslut av den lokala samverkansgruppen för psykisk hälsa. 2020 lades pengarna på föreläsningar, filmer med psykolog etc.

15 000: Utbildning inom området psykisk hälsa. År 2020 var utbildningen en fördjupning inom ACT.

Övrigt: Hälsoteket beviljades 20 000 kr för att kunna ställa om sin verksamhet digitalt.



3. Organisation

Beskriv den lokala styrgruppens arbete och sammansättning under året

Styrgruppen för Hälsoteket 2020 har varit styrgrupp även för det övergripande folkhälsoarbetet. Utvecklingsledare i folkhälsa har varit sammankallande. Stadsdelsdirektören har varit mötesordförande. En representant ifrån koncernkontoret Västra Götaland ingår. Styrgruppens former är reglerade i avtalet om Hälsoteket. Styrgruppen har haft två sammankomster 2020.

Styrgruppen har varit sammankallande för folkhälsoarbetet, trygghetsarbetet och Hälsoäventyret utöver Hälsoteket vilket inneburit att frågorna avhandlats på en generell nivå. Hälsoteket efterfrågar tydligare ledning och mer lika organisatoriska förutsättningar som övriga Hälsotek och framför allt Hälsolots som från 2021 har samma organisationstillhörighet.

4. Övrigt

Om det är relevant, redogör för reflektioner eller iakttagelser gällande exempelvis organisatoriska förändringar i stadsdelen eller förändringar i samhället som kan komma att påverka verksamheten.

Stadsdelsförvaltningarna upphörde 1/1 2021. Det betyder att Hälsoteket Örgryte-Härlanda numer tillhör Socialförvaltning centrum. Hälsoteket behöver få en ny styrgrupp enligt avtalet som under 2021 ska hinna genomföra minst två styrgruppsmöten. Hälsoteket är nu i samma sektor, dock ej enhet, som Hälsolots och önskar jämlika organisatoriska förutsättningar för att kunna bedriva verksamhet. Hälsoteket Örgryte-Härlandas förlängda avtal går ut 31/12 vilket känns något oroande då inte organisationen satt sig, och därför finns oro för en tryggad process. Det behövs också framförhållning i denna process, både med avseende på verksamhetens programläggning och inköpet av fysioterapeutjänst. Tveklöst kommer behovet att främjande och förebyggande insatser vara extra stort under kommande år kopplat till det år av Pandemi som 2020 var. Det behövs ett starkt stadsövergripande samarbete när det gäller fysisk, psykisk, social och existentiell hälsa och det är i nuläget svårt att bedöma hur detta kommer att vara påverkat utan den stora organisationsförändring Göteborgs Stad genomgår.

