



Uppföljning av avtal för Hälsolots Centrum och Majorna-Linné 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

Hälsolots ska arrangera kostnadsfria aktiviteter, i så stor utsträckning som möjligt genom samverkan, och förlägga dem på dagtid för att i första hand nå de grupper som har störst behov av hälsofrämjande insatser och på så vis medvetet utjämna skillnaderna i hälsa. Aktiviteter Hälsolots har arrangerat under året är uppdelat utifrån fem kategorier;

- **Fysisk aktivitet** (Avspänningsträning, Starta Upp, Gymintroduktion inomhus, Gymvisning utomhus)
- **Promenader** (Barnvagnspromenader, Prat & Promenad, Hitta ut, Filosofiska barnvagnspromenader)
- **Rådgivning** (Drop in rådgivning – Hälsa)
- **Föreläsningar** (Hälsa på Lunchen, Hälsa i Kvadrat)
- **Kurser** (Existentiella samtalsgrupper fysiskt och online, Sömnkurs fysiskt och online, Skogsbad)

I normala fall, utan covid-19, förläggs Hälsolots aktiviteter på neutrala lågtröskelarenor (företrädesvis bibliotek), lokaler som är lättillgängliga, generationsöverskridande och alltid anpassade för personer som använder rullstol samt i stadens gröna rum där det har varit lätt att ta sig till. Under större delen av året har Hälsolots aktiviteter påverkats av restriktionerna som Covid-19 inneburit, men målsättningen har varit att i största mån inte ställa in aktiviteter utan att ställa om och anpassa ex. arrangera utomhusaktiviteter, begränsa antalet deltagare för att kunna hålla avstånd samt erbjuda kurserna online.

* Hälsolots ska tillgängliggöra verksamheten, särskilt för personer med psykisk ohälsa.

* Fortsätta arbetet med anpassad träning för personer med funktionsnedsättning.

Aktörer

Idrotts- och föreningsförvaltningen/Slottsskogsvallens idrottscentrum, Närhälsan Gibraltar rehabmottagning, biblioteken i Majorna, Linné och Guldheden, Capio Gårda BVC, Centrum för fysisk aktivitet, Folkandvården Järntorget, Din Klinik BVC, Filoprax, Oscar Fredriks församling, Rent a Philosopher, Sense in Nature, Göteborgs universitet med flera.

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

Samtliga aktiviteter har varit kostnadsfria och förlagda till dagtid. Hälsolots har för aktiviteterna använt sig av olika professioner såsom; fysioterapeut, arbetsterapeut, filosof, präst, BVC-sköterska, tandhygienist, bibliotekarie och psykolog för att nämna några. 75 % av aktiviteterna har skett i samverkan. Totalt har 1 003 personer deltagit i Hälsolots aktiviteter under 2020, detta är en avsevärd minskning från tidigare år, detta är på grund av corona-pandemin och dess restriktioner. 2019 års siffror i jämförelse var totalt 2 592 antal deltagare i programverksamheten. Trots pandemin har fördelningen mellan könen följt samma mönster som tidigare år, 84 % kvinnor och 16 % män. Snittbetyget för aktiviteterna är högt värderat av deltagarna; 5,5 av 6 möjliga.

Samtliga föreläsningar har teckenspråktolkats och höstens *Hälsa i Kvadrat* som anpassats till filmade miniföreläsningar har även textats för ökad tillgänglighet. Alla Hälsolots framtagna filmer sparas och finns att hitta via webbplatsens filmarkiv med möjlighet att se när som helst och hur ofta en vill. Den ökade mängden av filmade föreläsningar och digitala aktiviteter kan ha tillgängliggjort verksamheten i större utsträckning för personer med psykisk ohälsa (ex. social ångest, utmattning, sömnbesvär etc.).



Hälsolots har tillämpat generell och riktad marknadsföring i syfte att nå målgrupper som vanligtvis är svåra att nå. Exempelvis har 15 % av deltagarna fått information om Hälsolots utbud via vården och 21 % via biblioteken. I programverksamheten har vi sett en ökning bland yngre och deltagare mitt-i-livet (18–50 år) under de senaste åren, samt en minskning av andelen seniorer, så även under 2020.

Det påbörjade samverkansarbetet med att utveckla anpassad träning för personer med funktionsnedsättning har med anledning av covid-19 pausats under året, detta på grund av att majoriteten av målgruppen kan misstänkas tillhöra riskgrupp samt att Idrott- och föreningsförvaltningens lokaler delvis varit stängda under året.

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

Insatser

- * Hälsolots har samordnat lokal hälsoinformation och spridit samverkansparternas kostnadsfria aktivitetsutbud via Hälsolots webbsida och via sociala medier.
- * Hälsolots program (7000 exemplar/termin) har skickats ut till samverkansparterna för spridning.

Aktörer

Biblioteken Majorna Linné, Stadsmissionen Unga forum, Frivilligcentralen Oscar, Anhörigcentrum Centrum, Förebyggande verksamheten SDF Majorna-Linné (Mariaträffen), Förebyggande verksamheten inom äldreomsorg SDF Centrum (Mötesplats Kulturhus, Träffpunkten Guldheden, Verket), Svenska kyrkan, Idrott- och föreningsförvaltningen med flera.

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

Hälsolots webbplats har varit välbesökt under 2020, men med en minskning i jämförelse med förra året (22 284 besök under 2019 och 14 951 besök under det gångna året). Könsfördelningen har dock varit densamma som tidigare år, 54 procent män och 46 procent kvinnor. Även antal besökare via Hälsolots sociala medier (Instagram och Facebook) har ökat under året.

Med anledning av pandemin så har det varit än viktigare att kunna lotsa till andras verksamheter och anpassade insatser. Exempelvis har Hälsolots lotsat i än större utsträckning till Idrott- och föreningsförvaltningens utegym och gratis uteträning, Hälsocoach online, digitala självhjälsgrupper via föreningen Solkatten, olika stödlinjer med flera. Genom att samla all information under ett och samma tak så som Hälsolots webbsida, underlättar vi för både professioner och deltagare att hitta till allt utbud som erbjuds.

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

Insatser:

- * **Hälsolots nätverk** - Hälsolots har arrangerat två nätverksträffar med professioner inom både staden, vården och ideella organisationer. En fysisk träff i början av året, där inspirationstemat var *Skogsbad och naturen som läkande kraft* samt en digital träff där fokus var på inspiration kring att bryta stillasittandet och Centrum för fysisk aktivitet presenterade sin verksamhet.



* **Kompetensutveckling och nätverk kring utvecklande biblioterapi** - Hälsolots har arrangerat en *biblioterapi-workshop* med bibliotekspersonal främst från Stadsbiblioteket men även bibliotekarier från stadsdelsbiblioteken. Syftet med workshopen var att initiera samverkan och nätverk kring biblioterapi och inspirera fler bibliotekarier till att starta samtalsgrupper med fokus på att främja psykisk hälsa bland medborgarna.

* **Existentiella samtalsgrupper** - Hälsolots har även arrangerat en utbildning i existentiella samtal, *Öppna Kort*, för professioner inom Hälsolots nätverk. Utbildningen har genomförts under 9 tillfällen under ledning av filosofisk praktiker/ leg. psykolog Ida Hallgren. Utbildningen erbjöds både fysiskt och digitalt, både på grund av restriktioner men också i syfte att testa på samtalsmetoden digitalt. Majoriteten av deltagarna planerar att börja erbjuda existentiella samtalsgrupper i sina egna verksamheter exempelvis Ungdomsmottagningen Centrum.

Aktörer:

Vårdcentraler, rehab-mottagningar och bvc (både offentliga och privata), Folkvandvården, Ungdomsmottagningen Centrum, Samordningsförbundet Finsam Centrum, Frivilligcentralen Oscar, Svenska kyrkan, Centrum för fysisk aktivitet, stadens verksamheter så som bibliotek, anhörigstöd, förebyggande äldreomsorg, fixartjänst, frivilligsamordnare, familjecentraler, generationsmöten samt föreningarna Mind och Självhjälphuset Solkatten, Göteborgs universitet med flera.

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

Genom ovanstående nätverk och initiativ tagna av Hälsolots kan vi åstadkomma effekt på både den fysiska, psykiska, sociala och existentiella hälsan för våra medborgare. Genom samverkan och nätverkande över organisationsgränserna kan vi öka chanserna att nå målgrupper som vanligtvis är svåra att nå. Genom att skapa forum för nätverkande möjliggör också Hälsolots för relevanta aktörer att mötas och som kan dra nytta av varandra.

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

Insatser:

- Hälsolots har deltagit vid de nätverksträffar som Centrum för fysisk aktivitet arrangerat för både vårdcentraler och rehabmottagningar.
- Hälsolots programutbud kring fysisk aktivitet har funnits med i Aktivitetskatalogen.
- Hälsolots har samverkat med Idrotts- och föreningsförvaltningen kring utlåning av deras gruppträningslokaler på Slottsskogsvallens idrottscentrum.
- Idrotts- och föreningsförvaltningen har lånat ut sin personal att hålla i ett pass som ersätter Hälsolots pass en gång/termin i syfte att deltagarna ska få upp ögonen och utmana sig med ordinarie friskvårdsutbud.
- Samverkat kring aktiviteterna *Gymvisning utomhus* vid Dalens utegym samt *Drop in rådgivning*.

Aktörer:

Centrum för fysisk aktivitet och Idrotts- och föreningsförvaltningen (genom Slottsskogsvallens idrottscentrum).

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

Samarbetet med Centrum för fysisk aktivitet och Idrott- och föreningsförvaltningen är mycket viktigt för Hälsolots verksamhet. Tillsammans utgör vi en röd tråd i det förebyggande och hälsofrämjande



arbetet med ökad fysisk aktivitet för medborgarna. Den röda tråden utgörs tex. genom att en patient med FaR-recept från någon vårdcentral blir rekommenderad att besöka någon av Hälsolots gruppträningsaktiviteter och deltar i någon av dem som sker på Slottsskogsvallens idrottscentrum. I mitten av varje termin kommer personal från Slottsskogsvallen in och informerar om deras utbud samt att ett tillfälle ersätts med ett lågröskelpass från det ordinarie utbudet på Slottsskogsvallen för Hälsolots deltagare att ta del av. Detta kan skapa en mersmak och inspiration och vilja hos deltagarna att avancera. På så vis blir det en slussning från att vara FaR-patient, till deltagare i Hälsolots program, till deltagare i den ordinarie friskvården. Samverkan enligt detta sätt är alltså en viktig del av FaR-processen och möjliggör för Hälsolots att få ett flöde av deltagare som också aktiverar sig på rätt nivå. När en deltagare, som aktiverat sig genom Hälsolots aktiviteter, ökar sin hälsa och vill avancera och utöka sin träning – då finns utbudet vid Idrott- och föreningsförvaltningen nära till hands och allt det praktiska kring lokalen, omklädningsrum, bemötande i receptionen mm. är inte längre en lika hög tröskel för individen. Samverkan på detta vis är därför nödvändigt både för Hälsolots men främst för individen att komma vidare i sin hälsa och friskvård.

Att Hälsolots deltar vid nätverksträffarna, som Centrum för fysisk aktivitet arrangerar, är ett effektivt sätt att nå ut brett med Hälsolots utbud i syfte att fånga upp nya deltagare som kan ta del av utbudet. Genom att öka kunskapen om Hälsolots utbud bland professionerna i nätverket ökar chanserna att fler deltagare/FaR-patienter söker sig till Hälsolots aktiviteter och på sikt ökar sin individuella hälsa.

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 och 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 digitalt via Teams. Med anledning av Covid-19 och dess restriktioner som påverkat våra verksamheter har nätverket haft ett större behov av att stämma av med varandra. Tillgängligheten med digitala möten 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, arbetet kring 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 Väster, Hälsoteket Östra Göteborg, Hälsoteket Angered samt Hälsoteket Örgryte-Härlanda har tillsammans med Hälsolots Centrum Majorna-Linné utgjort ett nätverk under året.

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.

Hälsolots bygger på samverkan mellan lokala aktörer inom staden, vården och civilsamhället och är ett komplement till stadsdelarnas ordinarie hälsofrämjande och förebyggande utbud. Verksamheten ska skapa mötesplatser och nätverksbyggande i syfte att bidra till ett mer effektivt nyttjande av befintliga resurser. Det mest effektiva sättet att göra detta är genom att Hälsolots samordnar lokal hälsoinformation och gör den känd via Hälsolots webbplats. En hel del aktiviteter som varit inställda på grund av covid-19, detta har påverkat att det inte funnits lika mycket aktiviteter att sprida via Hälsolots webb och kalender. Hälsolots webbplats har istället kunnat användas som informationssida kring aktuella restriktioner och hur olika verksamheter har fått ställa om. Hälsolots har även spridit och gett tips på hur en kan sysselsätta sig under corona-pandemin exempelvis Ut och njut, Cineasterna, Väst kuststiftelsen, Smarta Kartan, föräldrastöd, stödlinjer och samtalsstöd vid oro, Hälsocoach online med flera. Tips som på ett eller annat vis underlätta för besökaren att få inspiration och ny kunskap som kan påverka den individuella hälsan.

3. Organisation

Beskriv den lokala styrgruppens arbete och sammansättning under året

Hälsolots styrgrupp har under året bestått av följande representanter; utvecklingsledare i folkhälsa SDF Centrum och SDF Majorna-Linné, sektorchef Samhälle och Kultur SDF Centrum, bibliotekschef Majorna-Linné, enhetschef Närhälsan Gibraltar rehabmottagning, enhetschef Centrum för fysisk aktivitet, representant för Koncernkontoret Västra Götalandsregionen, samordnare Samordningsförbundet Göteborg samt klinikchefer Folk tandvården Järntorget och Folk tandvården Majorna. Styrgruppen har haft sex möten inplanerade under året, varav fem har kunnat genomföras. Ett möte har blivit inställt på grund av covid-restriktioner samt att två möten har skett via Teams. Personal inom Hälsolots har deltagit vid samtliga möten.

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.

Coronapandemin har påverkat Hälsolots verksamhet på så vis att vi fått begränsa antalet deltagare utifrån gällande restriktioner, gruppträningsaktiviteterna har flyttats utomhus, föreläsningarna har filmats utan publik för att publiceras via Hälsolots filmarkiv samt att kurserna/samtalsgrupperna har anpassats till att ske online. När någon aktivitet har tvingats ställas in på grund av restriktionerna har Hälsolots ersatt dessa med korta filmklipp och information via Hälsolots webbsida och sociala medier. Då Hälsolots inte har någon föransmälning till många av aktiviteterna har det varit svårt att hålla kontakten med deltagarna för att föra fram information. Webb, sociala medier, telefon och kontakterna i nätverket har varit än viktigare under denna tid. När deltagare har hört av sig via telefon eller email med frågor avseende verksamheten så har Hälsolots samtidigt passat på att stämna av med dem hur deras vardag fungerar och hur de mår, något som uppskattats av



deltagarna, att någon bryr sig. Hälsolots uppfattning är att många av deltagarna ändå hanterat situationen väl, de förstår att det är en extraordinär situation. Frågan är bara om denna hanterbarhet bland deltagarna kunnat hålla i sig under hela hösten, något som vi kanske kommer se effekt av i början av det nya året. En utmaning som Hälsolots ser är att lyckas få tillbaka deltagarna som tidigare deltagit i Hälsolots aktiviteter framförallt de fysiska gruppträningsaktiviteterna. Samtidigt ser vi att nya deltagare har hittat till Hälsolots, bland annat deltog fler yngre deltagare i den digitala sömnkursen än när kursen erbjöds fysiskt.

5. Ekonomisk redovisning

	Budget			Utfall		
	HSNG	SDN	Övrigt	HSNG	SDN	Övrigt
Ingående saldo från föregående år	25	25	0	25	25	0
Lönekostnader (inkl. lönebidrag)	493	493	0	495,5	495,5	0
Omkostnader (administration, kostnader, resor, lokaler kurser etc.)	34	34	0	12	12	0
Insatser enligt grunduppdrag:	166,5	166,5	0	148	148	0
Insatser enligt lokalt uppdrag:	31	31	0	33,5	33,5	0
SUMMA	749,5	749,5	0	741	741	0
Medel som överförs till nästkommande år	35	35				

Överskott 2020:

Hälsolots webbsida är i behov av en uppdatering framförallt då mycket av tillgänglighetsarbetet utvecklats de senaste åren och ställer nya krav på webbplatser idag än vad som gjordes 2013 när Hälsolots webbplats byggdes. Att utveckla en webbsida kräver ekonomiska resurser som sällan Hälsolots har utrymme för. Överskottet från 2020 ska därför användas till en del av detta utvecklingsarbete av webbsidan och främst utifrån ett tillgänglighetsperspektiv.