

Handlingsplan för Hälsolots 2024

Stadsområde Centrum

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

1	INLEDNING	2
2	BAKGRUND.....	2
3	INSTRUKTIONER.....	3
4	GRUNDUPPDRAG	3
4.1	MÅLGRUPP/ER.....	3
4.2	MÅLOMRÅDE	4
4.2.1	<i>Anordna kostnadsfria aktiviteter som utformas för att underlätta fortsatt aktivitet i ordinarie verksamhet</i>	<i>4</i>
4.2.2	<i>Tillhandahålla behovsanpassad och lättillgänglig hälsoinformation, exempelvis genom uppsökande verksamhet för att nå spridning i grupper som kan vara svåra att nå</i>	<i>6</i>
4.2.3	<i>Främja samverkan, kommunikation och förståelse mellan invånare och aktörer som verkar på lokal nivå</i>	<i>7</i>
4.2.4	<i>Samverka inom området fysisk aktivitet på recept (FaR©)</i>	<i>9</i>
4.2.5	<i>Samverka med övriga Hälsoverk/Hälsolots i staden för att ta tillvara erfarenhet, kunskap och resurser</i>	<i>10</i>
5	LOKALT UPPDRAG.....	11
6	ÖVRIGT	13
7	BUDGET	14

1 INLEDNING

Det övergripande målet med Hälsolots Centrum är att minska skillnader i hälsa i stadsområdet. Hälsolots Centrum är en främjande och förebyggande verksamhet, med syfte att förbättra befolkningens levnadsvanor och välbefinnande samt minska risken för livsstilsrelaterade symptom och sjukdomar. Verksamheten ska bygga på ett salutogent förhållningssätt och helhetsperspektiv på hälsa som inkluderar fysisk, psykisk och social hälsa. FN:s konvention om mänskliga rättigheter ska ligga till grund för arbetet. Handlingsplanen är en uppföljning av samverkansavtal om Hälsolots Centrum mellan Göteborgs Hälso- och sjukvårdsnämnd och Socialnämnden i Göteborgs Stad 2023–2025.

2 BAKGRUND

Ett annat syfte med Hälsolots Centrum är att skapa möjligheter för människor att ta eget ansvar för sin hälsa. Hälsolots Centrum bygger på samverkan mellan lokala aktörer inom bland annat stadsområdet, hälso- och sjukvården samt civilsamhället och är ett komplement till stadsområdets ordinarie hälsofrämjande samt förebyggande utbud. Samverkansparterna bidrar med kunskap om lokala behov i syfte att prioritera grupper som kan vara svåra att nå i ordinarie verksamhet.

De ska:

- Anordna kostnadsfria aktiviteter som utformas för att underlätta fortsatt aktivitet i ordinarie verksamhet.
- Tillhandahålla behovsanpassad och lättillgänglig hälsoinformation, exempelvis genom uppsökande verksamhet för att nå spridning i grupper som kan vara svåra att nå.
- Främja samverkan, kommunikation och förståelse mellan invånare och aktörer som verkar på lokal nivå.
- Samverka inom området fysisk aktivitet på recept (FaR©).
- Samverka med övriga Hälso- och sjukvård/Hälsolots i staden för att ta tillvara erfarenhet, kunskap och resurser.

3 INSTRUKTIONER

Beskriv kortfattat verksamhetens insatser som bidrar till måluppfyllelse för avtalets grund- och lokala uppdrag. I matrisen går det bra att infoga eller ta bort rader om så önskas, detta görs genom att på sista raden höger klicka och välja ”Infoga” eller ”Ta bort celler”. Handlingsplanen skickas till Koncernkontoret, Västra Götalandsregionen via hsn.goteborg@vgregion.se senast den **1 december** årligen.

4 GRUNDUPPDRAK

4.1 Målgrupp/er

Hälsolots Centrum verkar utifrån ett livsloppsperspektiv, men riktar verksamheten främst mot den vuxna befolkningen (18–100 år). I syfte att minska skillnader i hälsa i stadsområdet inriktas verksamheten främst mot unga vuxna, föräldralediga, sjukskrivna, arbetssökande och seniorer. Utifrån behovsanalysen ser vi att målgruppen unga vuxna utan sysselsättning och studenter ska prioriteras särskilt, främst med anledning av den stora andelen unga med nedsatt psykiskt välbefinnande. Ensamstående föräldrar är också en prioriterad målgrupp samt personer som känner sig ofrivilligt ensamma och/eller lever i social isolering.

4.2 Målområde

4.2.1 *Anordna kostnadsfria aktiviteter som utformas för att underlätta fortsatt aktivitet i ordinarie verksamhet*

Kort beskrivning av Insats	Aktör/er	Förväntad effekt/resultat
Fysiska drop in-aktiviteter i grupp, på enkel nivå och på neutrala arenor, både inomhus och utomhus. Aktivitetserna förläggs på olika arenor i hela stadsområdet med extra hänsyn till demografi och behov samt med syfte att underlätta fortsatt aktivitet.	Ledare genom privata och/eller offentliga rehabmottagningar. Lokaler genom Kulturförvaltningen och samverkan med kommunala bostadsbolag samt inbjudna kompletterande professioner.	Att fler ur de prioriterade målgrupperna bryter sitt stillasittande och kommer i gång med rörelse och rutiner. Ökad vuxennärvaro på ex. Gröna Vallen kan öka känslan av trygghet och tillit i ett prioriterat område. Stärkt lokal social samhörighet.
Promenader på enkel nivå. Till exempel mindfulnesspromenader och olika tematiska barnvagnspromenader – varav en enbart för ensamstående mammor.	Privata och offentliga vårdgivare, föräldrastödjare och bibliotekarier.	Stärkt social samhörighet och nätverksbyggande. Att personer med smärta och stressproblematik tillsammans med andra får verktyg att hantera sin vardag. Ett upplevt stärkt föräldraskap och en ökad kunskap om kvinnans kropp efter graviditet och bättre lotsning vid upplevda besvär.

Kurser för alla åldrar Stresshantering, sömnkurs, Shared Reading, existentiella samtalsgrupper etc. Kurser för åldrarna 16–66 år Avspänningsträning Kurser för unga vuxna Dansa utan krav, Böcker, snack & fika.	Ledare genom privata och/eller offentliga rehabmottagningar, Ungdomsmottagningen Centrum, bibliotek mm. Lokaler och arenor i samverkan med Fritid, ÄVO, Botaniska Trädgården och Kulturförvaltningen.	Ökad kunskap och fler verktyg inom fysisk, psykisk, existentiell och social hälsa. Ett större ansvarstagande för den egna hälsan och ett underlättande av aktivitet på egen hand. Unga vuxna/studenter får verktyg för att lättare hantera oro, stress och prestationskrav genom dans och rörelseglädje. Unga vuxna/studenter som i grupp blivit stärkta av samtal kring livsfrågor. Ökad social tillhörighet.
Rådgivning T.ex. Fluorbar med ”bartänder” på bibliotek 300m.	Aktör från Folktandvården. Lokal i samverkan med Kulturförvaltningen.	Målgrupperna får på en neutral arena ökad information och kunskap om tand- och munhälsa, och en ökad möjlighet för Hälsolots att lotsa till övrigt utbud utifrån besökarnas behov.
Föreläsningar Hälsa på Lunchen-föreläsningsserien på Stadsbiblioteket Götaplatsen under våren (teckentolkade, filmade och textade föreläsningar). Teman: Vejp, vitt snus och lustgas, AI och hälsa, samt Utmattningsyndrom.	Föreläsare via Socialförvaltning Centrum, RISE, ISM samt kompletterande inbjudna verksamheter. Lokal genom Kulturförvaltningen.	Ökad tillgänglighet till den senaste forskningen och aktuell hälsoinformation. Möjliggjort möten mellan professioner och invånare.

4.2.2 *Tillhandahålla behovsanpassad och lättillgänglig hälsoinformation, exempelvis genom uppsökande verksamhet för att nå spridning i grupper som kan vara svåra att nå*

Kort beskrivning av Insats	Aktör/er	Förväntad effekt/resultat
Riktad marknadsföring och relationsbyggande med vårdcentraler, rehabmottagningar, ungdomsmottagningar och andra särskilt prioriterade aktörer/verksamheter. Vid behov, uppdatering av plexiglasställ.	Klicka här för att ange text.	Ökad kännedom om Hälsolots Centrums utbud och effektivare lotsning av och information till prioriterade målgrupper.
Vidareutveckla kontakten med verksamheter som riktar sig till vuxna personer med psykisk ohälsa.	Funktionsstödsförvaltningen, Friskvårdsklubben med flera.	Fler ur målgruppen tar del av det hälsofrämjande utbudet.
Utforska möjligheten att i samverkan utbilda bovärdar i kommunala bostadsbolag kring att bli sociala ambassadörer.	Kompletterande samverkanspartners.	Ökad inkludering för personer som lever med ofrivillig ensamhet eller risk för social isolering.

Affischer och flyers på engelska kring aktiviteter riktade till studenter och andra unga vuxna i stadsområdet som inte förstår svenska.	Chalmersbostäder, SGS, Chalmers och Göteborgs universitet.	Ökad tillgänglighet för fler utländska studenter och andra unga vuxna i stadsområdet som inte förstår svenska.
---	--	--

4.2.3 *Främja samverkan, kommunikation och förståelse mellan invånare och aktörer som verkar på lokal nivå*

Kort beskrivning av Insats	Aktör/er	Förväntad effekt/resultat
Delta i uppstart och utveckling av grannskapsarbete.	Socialförvaltning Centrum, civilsamhällesaktörer, invånare, bostadsbolag med flera.	Genom att arbeta med lokalt fokus är förhoppningen att kunna bidra till att skapa länkar mellan samhällets olika lokala aktörer och invånare i områden där organiseringen inte redan är så utbredd.
Vidareutveckla kontakten med föreningslivet.	Föreningar i stadsområdet.	Klarlagt vilka kostnadsfria aktiviteter som finns att lotsa till.

Sammanhålla, upprätthålla och utveckla befintliga lokala generella nätverk.	Representanter från staden, vården samt civilsamhället.	Stärkt samverkan med lokala aktörer som är viktiga för uppdraget när det gäller att utjämna skillnaderna i hälsa. Bättre förutsättningar för aktörer som vanligtvis inte möts att göra detta och ökad kännedom om varandras verksamheter och underlätta lotsning.
Sammanhålla, upprätthålla och utveckla nätverket för existentiella samtal. Stödja professioner som genom Hälsolots utbildat sig i att leda existentiella samtal.	Representanter från staden och vården samt civilsamhället.	Ökad tillgänglighet till existentiella samtal.
Undersöka vidareutveckling av temat inkludering och gemenskap till exempel genom att tillsammans gå utbildning i användardriven innovation.	Representanter från staden, vården samt civilsamhället.	Ökad inkludering av grupper och individer som upplever bristande social tillhörighet.
Utveckla samarbetet med Finsam med fokus på dagledigas behov, i synnerhet arbetssökande och sjukskrivna.	Finsam Göteborg.	Underlättad anpassning av aktiviteter och utbud så att det matchar deltagares behov och ökad chans att nå rätt målgrupp.

4.2.4 *Samverka inom området fysisk aktivitet på recept (FaR©)*

Kort beskrivning av Insats	Aktör/er	Förväntad effekt/resultat
Regelbundna träffar i syfte att utbyta erfarenheter och vidareutveckla metoder i samverkan.	Centrum för fysisk aktivitet och samtliga lots/tek i respektive stadsområde.	Ett effektivt nyttjande av resurser och bättre samarbete.
Hälsolots deltar i FaR-samordnarnätverken för både vårdcentraler och rehab.	Centrum för fysisk aktivitet, privata och offentliga vårdgivare i Göteborg, lots/tek över staden.	Ökade lotsningsmöjligheter för vårdcentraler och rehabmottagningar.
Bidra med innehåll till Aktivitetskatalogen inom Centrum för fysisk aktivitet.	Centrum för fysisk aktivitet, lots/tek över staden samt alla som bidrar till katalogen och lotsar genom den.	Nå personer som fått fysisk aktivitet på recept (FaR) förskrivet och som vill stärka sin fysiska och psykiska hälsa.

4.2.5 *Samverka med övriga Hälso- och vårdstaden i staden för att ta tillvara erfarenhet, kunskap och resurser*

Kort beskrivning av Insats	Aktör/er	Förväntad effekt/resultat
Gemensamt nätverk med regelbundna träffar 5 gånger per år, enligt framtaget årshjul, där vi delar erfarenheter, behov, målgrupper och metoder.	Samtliga lots/tek i staden.	Bättre samarbete och ett förenklat arbete i vardagen för ett effektivt nyttjande av resurser. Bättre förutsättningar för metoder som främjar jämlik hälsa över hela staden.
VGR-representant bjuds in vid två heldagar för gemensam dialog kring avtalsspecifika frågor så som handlingsplan, årsrapport samt avtalstecknande.	VGR och samtlig lots/tek i staden.	Ökad delaktighet och transparens mellan avtalsparterna.
Marknadsföring och informationsspridning av varandras aktiviteter där vi kompletterar varandra.	VGR och samtliga lots/tek i staden.	Bättre spridning av aktiviteterna till målgrupper utanför det aktuella stadsområdet.

5 LOKALT UPPDRAG

Hälsolots Centrum verkar utifrån ett livsloppsperspektiv, men riktar verksamheten främst mot den vuxna befolkningen (18–100 år). I syfte att minska skillnader i hälsa i stadsområdet inriktas verksamheten främst mot unga vuxna, föräldralediga, sjukskrivna, arbetssökande och seniorer. Utifrån behovsanalysen ser vi att målgruppen unga vuxna utan sysselsättning och studenter ska prioriteras särskilt, främst med anledning av den stora andelen unga med nedsatt psykiskt välbefinnande. Ensamstående föräldrar är också en prioriterad målgrupp samt personer som känner sig ofrivilligt ensamma och/eller lever i social isolering.

Hälsolots Centrum förfogar över en extern webbplats, halsolots.se, som riktar sig mot både befolkningen och professioner, i syfte att underlätta sökandet efter hälsoinformation och kostnadsfria aktiviteter inom stadsområdet. Webbplatsen tillhandahåller utöver kostnadsfria aktiviteter och tematiserad hälsoinformation även ett Filmarkiv med teckentolkande, textade och filmade föreläsningar.

Målsområde för lokalt uppdrag:

Kort beskrivning av Insats	Aktör/er	Förväntad effekt/resultat
Modernisering av webbplatsen halsolots.se.	Tillsammans med extern webbyrå.	En fullt ut tillgänglighetsanpassad, modernare och mer lättadministrerad webbplats som fungerar bättre för både befolkningen och professioner.
Vidareutveckla arbetet med Hälsolots Centrums styrgrupp/arbetsgrupp. Träffas 6 gånger per år varav ett tillfälle är en heldag.	Socialförvaltning Centrum (utvecklingsledare folkhälsa, enhetschefer från Försörjningsstöd och Uppsökande och civilsamhälle), enhetschefer från Kulturförvaltningen, Centrum för fysisk aktivitet, Capio Gårda Vårdcentral och rehab, Folktandvården, Finsam Göteborg.	Ett resurseffektivt arbete med synergieffekter mellan olika organisationer med folkhälsa som paraply.

6 ÖVRIGT

I och med inrättandet av politiska dialoger som enda forum för dialog och utbyte av information kring avtalsspecifika frågor (Handlingsplan, Årsuppföljning och avtalstecknande) begränsas kontaktytorna och relationsutbytet mellan VGR och Göteborgs Stad när det gäller folkhälsoavtalen.

Centrum för fysisk aktivitet genomgår från och med årsskiftet 2024 en organisationsförändring från lokalt till regionalt uppdrag. Detta påverkar Hälsolots Centrum men vid tidpunkten för Handlingsplanens författande står konsekvenserna ännu inte helt klara.

Utmaningen med tillgången till lokaler i samverkan kommer tillsammans med flera förvaltningar inom Göteborgs Stad att utforskas under 2024.

Verksamhetsutvecklarna inom Hälsolots Centrum planerar att genomföra minst två kompetensutvecklande insatser under 2024, den ena kopplad till Artificiell Intelligens (AI) och den andra till Användardriven Innovation. Hälsolots behöver verktyg att navigera kring både utmaningar och möjligheter kopplat till utbredningen av AI. Användardriven Innovation kommer bland annat användas i arbetet med att utveckla den nya webbplatsen.

7 BUDGET

	BUDGET		
	HSNG	SN	Övrigt
Lönekostnader (inkl. lönebikostnader)	970	970	
Omkostnader (administration, kostnader, resor, lokaler kurser etc.)	33	33	
Insatser enligt grunduppdrag:	239	239	
Insatser enligt lokalt uppdrag:	119	119	
SUMMA	1 361	1 361	

Kommentar:

Utöver budget, enligt ovan, flyttar vi enligt avtal med oss ett överskott, som i dag när handlingsplanen skickas in den 29 november 2023, landar på 150 000 kr från 2023 års budget. Detta skall användas till olika satsningar kopplade till webbplatsen halsolots.se.