

Bakgrund

Hälsa för livet/Hälsocafé är att stärka invånarens förmåga utifrån sina egna förutsättningar. Att i högre utsträckning erbjudas möjligheter att själv kunna påverka och hantera sin hälsa och livskvalitet.

Detta gör vi genom att:

- Erbjuda digitala och fysiska mötesplatser, digitala tjänster samt personliga möten med resurspersoner.
- Stödja vården i arbetet med att utveckla nya arbetssätt och koncept i riktning mot en god och nära vård.
- Identifiera samverkanspartners i samhället (företag, samfund, organisationer mfl.) och tillsammans utveckla koncept för att stärka invånarna till ett hälsofrämjande liv.



Mål

Nedan mål kopplas till aktivitetsplan.

- 80% av personerna som deltagit i Lärcafé/självhjälpsgrupp har fått högre tilltro till sin egen förmåga att hantera sin vardag med fokus på hälsa och välmående.
- Under 2021 - erbjuda två återkommande Lärcafé i kroniska sjukdomar efter behov på respektive sjukvårdsområde.
- 2020 - uppstart av en digital självhjälpsgrupp
2021 - uppstart av tre digitala självhjälpsgrupper
2021 - uppstart av två digitala lärcafé.
- Under 2021 breddas Hjärtats hus för att vara tillgängligt inte bara för personer med cancer, utan även för andra med långvariga sjukdomstillstånd. Hjärtats hus vänder sig också till närstående. För ökad tillgänglighet kommer det erbjudas fler aktiviteter, både digitalt och fysiskt.
- Målet är att 70% av personerna i Levande bibliotek ska erbjudas minst ett uppdrag under 2021. Detta görs genom ett proaktivt arbetssätt med matchning mellan verksamhet och bok.
- Öka antalet peer-uppdrag med 30% under 2021.
- För att öka kännedom om rollen som patientstödare etablerar respektive patientstödare 2021 kontakt med en ny enhet /månad inom specialistvården/primärvården.
- Paketera/marknadsföra de olika mötesplatserna/resurspersonerna för ökad kännedom, både internt och externt.



Hälsocafé – en del av Hälsa för livet

Tillsammans stärker vi invånarens förmåga att själv kunna påverka och hantera sin hälsa

Kontakt

Birgitta Ekberg, Louise Nordlund Johansson, version 2021-09-02



Genomförda förändringar

- Hjärtats hus – arbete pågår för att bredda för fler långvariga sjukdomar än cancer.
- Ca 100 ledare (lärcafé/självhjälpsgrupper) är utbildade. På Högländet finns även utbildade ledare inom primärvården.
- Koordinatorfunktion inrättad på respektive sjukvårdsområde med uppdraget att samordna och initiera Lärcaféer/självhjälpsgrupper som en integrerad del av vården.
- Samverkan har påbörjats gällande gemensam administration för Levande bibliotek och Peer. Grundutbildning för Levande bibliotek/peer/volontärer är under planering.
- Under våren 2020 utbildades sju storytellers, sammanlagt finns nu 13 i länet.
- Under hösten 2020/vinter2021 genomfördes en digital peer-utbildning som främst vände sig till invånare inom GGVV. Ytterligare 11 person med egen erfarenhet av psykisk ohälsa tillhöra nu peernätverket.
- Patientstödare har genomfört en kompetenshöjning i existentiell hälsa för att vara ett stöd i patientmötet.

Resultat

- Hjärtats hus - arbete pågår på de fyra orterna (Tranås, Eksjö, Värnamo, Jönköping) för att bredda mot fler långvariga sjukdomar än cancer.
- Volontärer på Hjärtats hus har ökat från 9 pers 2016 till 46 pers 2020, fördelat på fyra orter i länet. Under 2019/2020 var det ca 60 besökare/vecka. Besöksantalet gick ner 2021 pga pandemin.
- Ledare för Lärcafé och Självhjälpsgrupper har utbildats som kan skapa förutsättningar för att starta nya grupper.
- En koordinatorfunktion är tillsatt för att initiera och samordna lärcafé/självhjälpsgrupper. Pga. pandemin har inga fysiska grupper startats upp men digitala självhjälpsgrupper och Lärcafé har startats upp under denna tidsperiod.
- Peer/Levande bibliotek arbetar nu tillsammans med bemanningsverket LeanLink. Utbildning för volontärer mfl är planerad till september.
- Personer i Levande bibliotek har utbildats i storytelling och är nu redo att dela sina berättelser.
- Totalt har 46 peeruppdrag genomförts under 2020, en minskning från 2019, förmodligen orsakad av pandemin. Uppdragen har genomförts av 25 unika peers.
- Kompetenshöjning för patientstödare i existentiell hälsa för att möta patienters existentiella behov.

Vad har fungerat bra?

En väl fungerande arbetsgrupp med stor vilja att se helheten.

Samarbetet att knyta ihop med de olika delarna inom Hälsa för livet.

Intresset för olika mötesplatser är stort, både de fysiska men det finns också en nyfikenhet på det digitala.

De mindre arbetsgrupperna som finns för varje del av Hälsocafé gör det effektivt och vi arbetar på det sättet snabbare.

Vad har varit svår?

- Att få primärvården att bära och hänvisa invånaren till digitala tjänster och mötesplatser.
- Att få till ett större genomflöde av personer i t.ex. Hjärtats hus och att locka yngre personer.
- Att sprida och förankra de olika delarna i Hälsocafé i verksamheterna och externt.
- Att erbjuda den bästa möjliga informationen till medborgare för att sprida de olika delarna inom Hälsocafé.
- Påverkan av corona – alla delar.

Hälsocafé – en del av Hälsa för livet

Tillsammans stärker vi invånarnas förmåga att själv kunna påverka och hantera sin hälsa

Kontakt

Birgitta Ekberg,

Louise Nordlund Johansson version 2020-10-20



Viktiga milstolpar

Under arbetets gång har aktiviteterna som vi jobbat med formerat sig vilket gjort att vi nu kan se att Hälsocafé och Meny för invånare går upp i Hälsa för livet med digitala och fysiska mötesplatser, resurspersoner och digitala tjänster.

Personcentrering blir en del av Tillsammansarbetet.

Sammanförande av olika delar, mötesplatser och resurspersoner som kan ge synergieffekter.

Hjärtats hus startade.

Gemensam utbildning för Lärcafé och självhjälpsgrupper.

Samverkan mellan levande bibliotek och peer.

