

## Bakgrund

- ❖ Syftet är att utifrån språkliga och kulturella skillnader skapa förståelse för hälsa vård och behandling.
- ❖ Efter flyktingvägen 2015 anställdes 2016 fyra Hälsokommunikatörer i Region Jönköpings Län.



Alla fyra Hälsokommunikatörer har sjukvårdsutbildning.



## Mål

- ❖ Målgruppen är utrikesfödda invånare i Region Jönköpings län.
- ❖ Målet är att öka kunskapen och uppmuntra till egenvård och därmed förbättra hälsotillstånd och en jämlik hälsa.
- ❖ Bidra till ökad empowerment och Hälsoletteracitet hos utrikesfödda invånare
- ❖ Under våren 2021 har vi nått ut till 1159 utrikesfödda invånare i länet med olika insatser som Hälsokola, Föräldraskapsstöd och NTF trafiksäkerhet .



# Modersmålsbaserad Hälsokommunikation

## En lyckad väg till integration

Jag har minskat intag av socker i maten och äter regelbundna måltider  
Ökat motion med gym 2ggr/vecka + promenader.

Spelar pingis varje dag ökat antalet gånger/vecka  
Jag har fått kunskap om vad som höjer blodsocker välja nyckelhålmärkt

Nu har jag börjat äta nyttigt och promenera nästan varje dag.

## Kontakt

Helena Linder

helena.linder@rjl.se



## Genomförda förändringar

- ❖ Utökad samverkan med :
- ❖ Civilsamhället och vårdcentraler samt familjecentraler
- ❖ Sociala Företag ( arbetsintegrerande)
- ❖ Påbörjat enkätuppföljningar av Hälsokolan.
- ❖ Utveckling av Hälsokolan med nya ämnen som tandvård, FaR, Patientkontrakt, Suicid prevention, Heders relaterat våld, Diabetes skolan och KOL skolan
- ❖ Anpassat undervisning till digital . Informationsfilmer om Covid -19. Ökad fokus på Äldre utrikesfödda



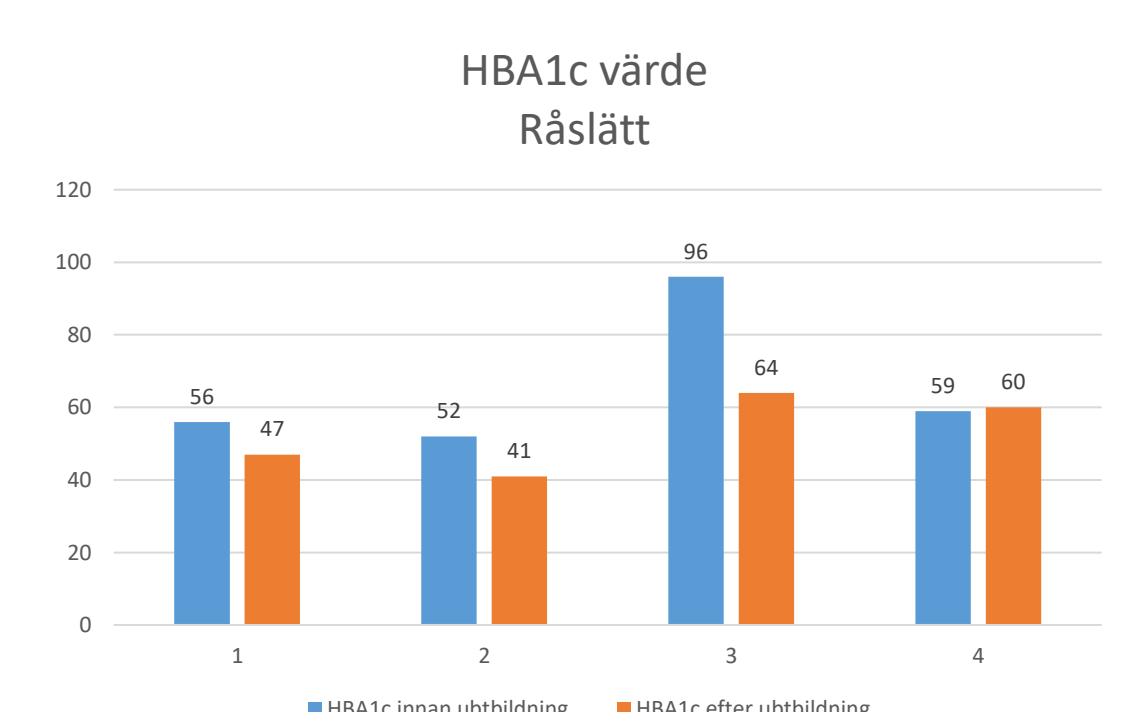
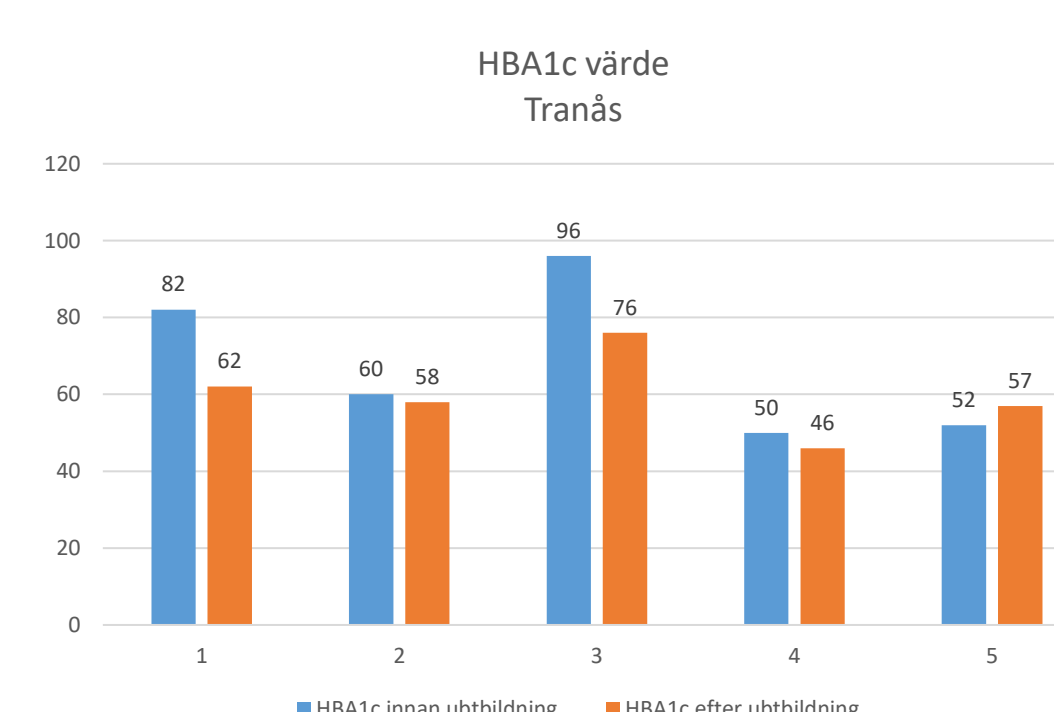
## Resultat

- ❖ Hälsokolan

50 % har börjat med någon form av fysisk aktivitet.

50 % har förändrat sin levnadsvanor som minskat socker intag.

- ❖ Genom enkät uppföljning visar resultat på förbättrade levnadsvanor hos deltagare i Diabetes skolan. Såväl ökad fysisk aktivitet som ändrade kostvanor. När det gäller rökning har några deltagare förändrat sina levnadsvanor. Sänkt HbA1c efter tre månader. .





## Vad har fungerat bra?

- ❖ Stor efterfrågan på Hälsokommunikatörernas insatser både i kommuner, vårdcentraler och i civilsamhället. Fin samverkan
- ❖ Flexibilitet och framåt anda hos Hälsokommunikatörerna. Snabb omställning till digital undervisning.
- ❖ Uppdrag översättning Folkhälso enkät Ung, Covid uppföljning, Förlossning enkät mm.
- ❖ Samverkan med Kommunikationsavdelningen.
- ❖ Samverkan med Regional Utveckling och Kommunal Utveckling.

## Vad har varit svår?

- ❖ Att inte kunna undervisa för utsatta grupper under våren 2020.
- ❖ Nedstängning av SFI , Arbetsmarknadsavdelningar drabbar utsatta människor som står långt ifrån Arbetsmarknaden.
- ❖ Det har också fått konsekvenser för barn som lever i familjerna .
- ❖ Barnen har hållits hemma , då föräldrar inte kunnat gå på SFI under våren .
- ❖ Under pandemin har vi fått pausa Diabetesskolan och KOL skolan.

# Modersmålsbaserad Hälsokommunikation

## En lyckad väg till integration

Jag började gå till skolan istället för att åka buss.

Jag fick uppmuntran att röra på mig och bli mer fysiskt aktiv Jag upplevde att fysisk aktivitet kan minska stress.

Minskat cigarett intag från 1 paket/dag till 5 cigarett dagligen Bytt ut från vitt bröd till mindre kolhydratrik bröd och ökat grönsaker intag och minskat läsk och juice

## Kontakt

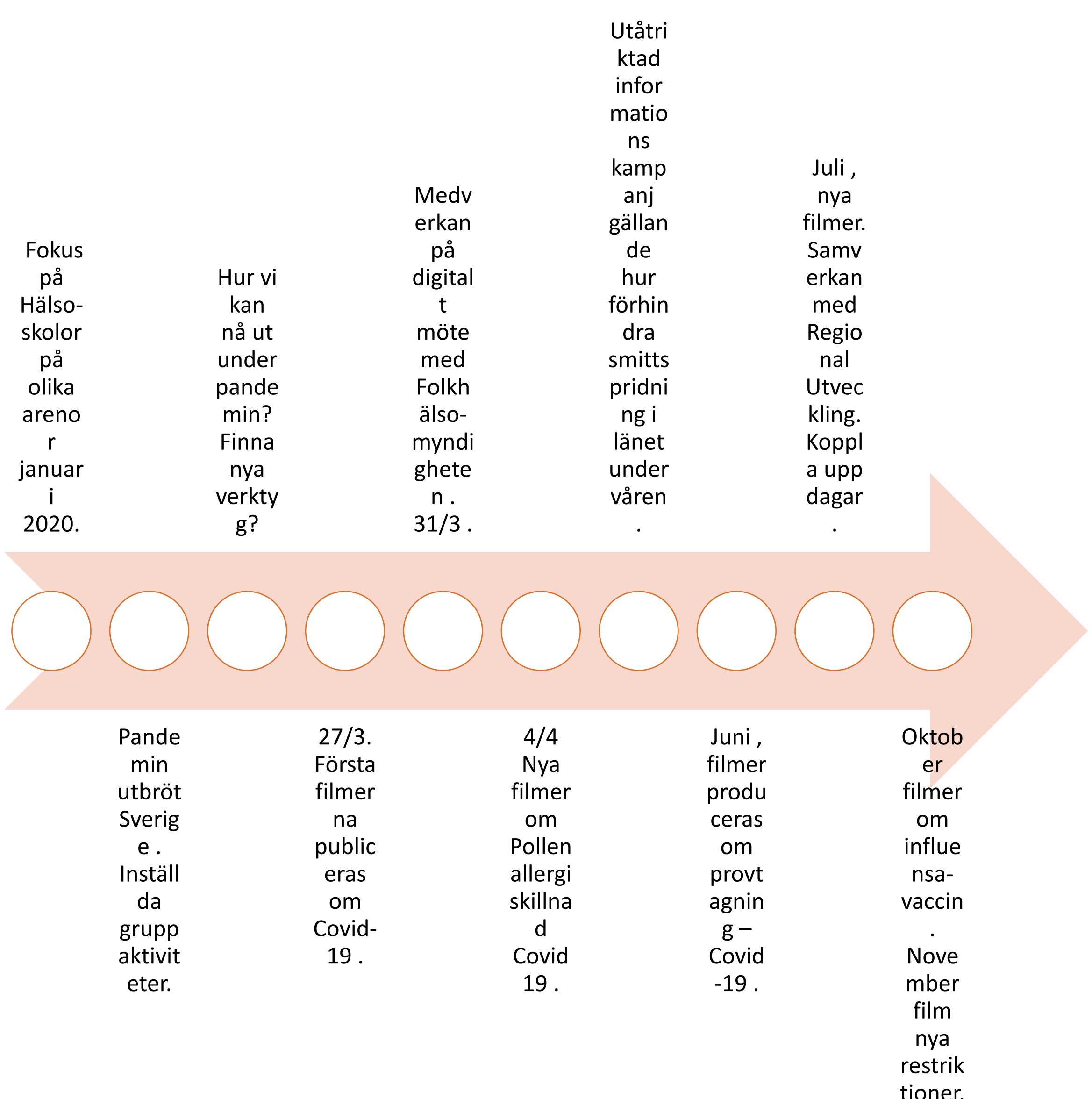
Helena Linder

helena.linder@rjl.se



## Viktiga milstolpar

- ❖ Samverkan med Rehabiliteringsenheten i Tranås.
- ❖ TRT hösten 2020 i samverkan med två gymnasieskolor i Jönköping. Följeforskning från Upsala Universitet.
- ❖ Digital utveckling , livesändningar, digital undervisning .
- ❖ Samverkan med Ungdomsmottagningar.
- ❖ På gång KOL skola på arabiska och somaliska.
- ❖ Utvecklingskraft
- ❖ Utökat fokus på Föräldraskapsstöd
- ❖ Vägledande samspel
- ❖ Mitt Barn i den svenska skolan
- ❖ Pappagrupper på gång
- ❖ Samverkan med Qulturum om Kulturmedvetenhet , på sikt föreläsning för personal.
- ❖ Samhällsorientering undersöka möjlighet



**Vad har fungerat bra?**

**Vad har varit svår?**

**Kontakt**



**Viktiga milstolpar**