

**HFS**

Nätverket Hälsofrämjande hälso- och sjukvård

HFS-nätverkets digitimmar våren 2024

HFS-nätverkets digitimmar är ett bra sätt att på kort tid fördjupa sina kunskaper inom ett område. Genom att delta i flera digitimmar får du ett helhetsperspektiv på hälsofrämjande hälso- och sjukvård.

Syftet med digitimmarna är att vi ska lära och inspireras av varandra, hitta nya kontakter, upptäcka gemensamma områden och starta nya samarbeten.

Anmälan

Du anmäler dig till digitimmarna via länken vid respektive timme. Direkt efter anmälan får du en anmälningsbekräftelse till din e-post. Spara den bekräftelsen, däri finns den länk som du sedan använder för att koppla upp dig till digitimmen.

Varmt välkomna!

Program

Hur samtalar vi om alkohol på ett bra sätt?

Datum: 11/1 kl. 15:00-16:00

Målgrupp: Personer som arbetar med alkoholprevention eller möter personer med ett högt alkoholintag.

I den här digitimmen samarbetar Elisabeth Risberg, sjuksköterska och sakkunnig inom alkoholområdet i Region Skåne och Nelleke Heinemans, beteendevetare och rådgivare på Alkoholhjälpen, Beroendecentrum Stockholm. Båda har mångårig erfarenhet av att prata med personer om deras alkoholvanor. Med anledning av Socialstyrelsens nya rekommendationer för riskbruk av alkohol berättar de i dagens föreläsning om sina erfarenheter och ger sina tips på hur du kan lyfta frågan och motivera personer till förändring. Vi får också en liten inblick i hur personer som söker hjälp för sina alkoholvanor formulerar sig och vad de söker hjälp för.

[Anmäl dig via denna länk.](#)

Jag kan rädda i psykisk kris!

Datum: 30/1 kl. 13:15-14:15

Målgrupp: Personal i region och kommun som kommer i kontakt med personer med psykisk ohälsa eller arbetar strategiskt med suicidprevention.

I Dalarna är det varje år drygt 50 personer som tar sina liv, merparten är män och 14 procent använder licensierade vapen som metod. Det var utgångspunkten för ett samarbete mellan Region Dalarna, Jägareförbundet Dalarna och Svenska rådet för hjärt-lungräddning, vilket resulterade i ett material som nu finns tillgängligt nationellt. Cecilia Tegelberg, suicidpreventionssamordnare i Region Dalarna medverkar och berättar om projektet och materialet.

[Anmäl dig via denna länk.](#)



Att planera för rörelseglädje

Datum: 5/3 kl. 11:00-12:00

Målgrupp: Personer som på strategisk nivå verkar för att öka befolkningens fysiska aktivitet.

I decennier har vi haft kunskap om effekterna av fysisk aktivitet. Liksom att våra livsmiljöer spelar en stor roll för hur mycket, och på vilket sätt, vi rör på oss. Trots detta ökar den stillasittande livsstilen.

I projektet FASiS (Fysisk Aktivitet i Samhällsplanering i Sörmland) har Region Sörmland tillsammans med länets nio kommuner undersökt vad styrande dokument säger om fysisk aktivitet och utforskat vilka verktyg som finns för att främja fysisk aktivitet. De har även lagt mycket tid på att utforska begreppet rörelseförståelse (physical literacy) och sett att en perspektivförskjutning kan vara till stor hjälp för att få fler att hitta glädjen i rörelse. Johannes Hedlund, strateg på Region Sörmland och projektledare för FASiS, berättar mer om projektets upplägg och resultat samt om perspektivförskjutningen mot rörelseförståelse.

[Anmäl dig via denna länk.](#)

Patientmedverkan inom styrning och ledning av hälso- och sjukvården

Datum: 8/4 kl. 14:00-15:00

Målgrupp: Personer som vill få ökad kunskap om patientmedverkan på systemnivå.

Hur är patient-, brukar- och närståendemedverkan som en del av styrningen och ledningen av regionernas hälso- och sjukvård organiserad? Vilka deltar och vem representerar de? Och hur ser målbilderna och erfarenheterna ut?

Det finns en stor kunskapslucka kring förväntningar på vad patientmedverkan konkret ska bidra till, vilken grad av patientinflytande som efterfrågas samt om bilden är samstämmig mellan olika intressenter eller inte.

Myndigheten för vård- och omsorgsanalys har undersökt erfarenheter av patientmedverkan på systemnivå hos både patient-, brukar- och närståendeföreträdare samt region- och verksamhetsföreträdare. Syftet med projektet är att bidra med kunskap om hur regionerna på ett systematiskt sätt kan arbeta med erfarenhetsbaserad kunskap i styrningen, ledningen och utvecklingen av hälso- och sjukvården. Sara Blume, analytiker på Myndigheten för vård- och omsorgsanalys deltar och berättar om resultaten från projektet.

[Anmäl dig via denna länk.](#)



HFS

Nätverket Hälsöfrämjande hälso- och sjukvård

Satsa på friskfaktorer – för en frisk och attraktiv arbetsplats

Datum: 16/5 kl. 10:00-11:00

Målgrupp: Personer som vill få kunskap om och arbeta för en mer hälsofrämjande arbetsplats.

Forskning visar att arbetsplatser med låg och stabil sjukfrånvaro ofta kännetecknas av väl utvecklade friskfaktorer. När det finns organisatoriska förutsättningar för att friskfaktorer fungerar väl i vardagen är det lättare att nå verksamhetens mål. Charlotte Jonzon, verksamhetsutvecklare på Suntarbetsliv delar med sig av praktiska erfarenheter och berättar hur de arbetar med att stärka friskfaktorer i praktiken.

Under föreläsningen får du:

- *kunskap om de åtta friskfaktorerna och hur de bidrar till att en arbetsplats blir frisk och attraktiv på sikt*
- *insikt om hur vi bättre klarar av utmaningar när vi integrerar ett främjande arbetssätt*
- *kännedom om vad olika roller och funktioner behöver göra för att stärka friskfaktorerna*

[Anmäl dig via denna länk.](#)

Vad är nyttan med patientrapporterade mått inom hälso- och sjukvården?

Datum: 3/6 kl. 14:00-15:00

Målgrupp: Personer som vill använda patientrapporterade mått inom hälso- och sjukvården.

Evalill Nilsson, docent i hälsoinformatik vid Linnéuniversitetet i Kalmar-Växjö medverkar och berättar vad patientrapporterade mått är och varför vi ska använda dem. Vi får ta del av ett regionalt exempel och information om SKRs nya nationella tjänst för datainsamling av patientrapporterade mått (NAFS).

[Anmäl dig via denna länk.](#)