

Hälsolots i Högsby

Pilotprojekt inom social förskrivning i Sverige
Ett samarbete mellan Region Kalmar län och Högsby kommun



HÖGSBY
KOMMUN



Region Kalmar län

Socialt stöd och sammanhang

Social Science & Medicine 198 (2018) 14–21

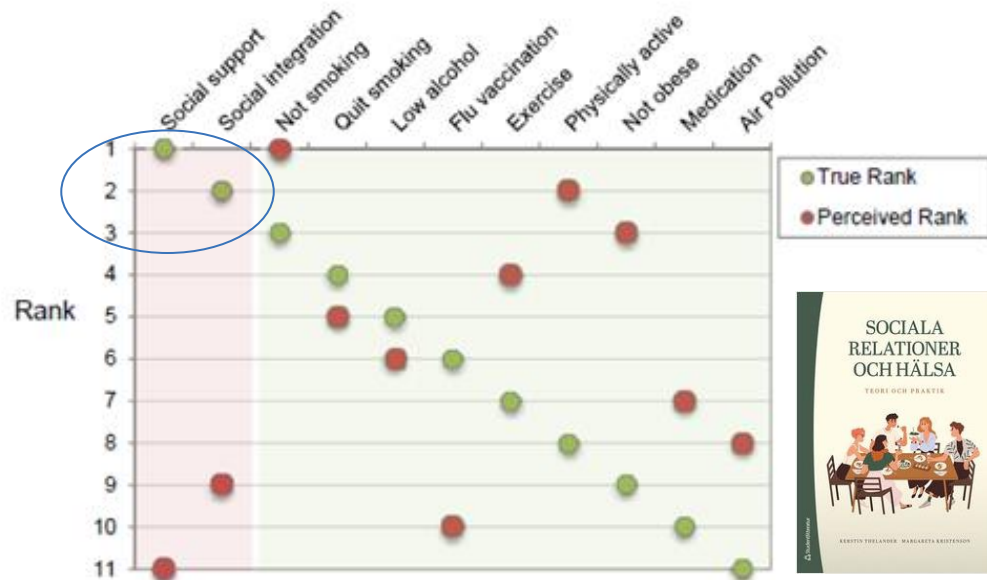
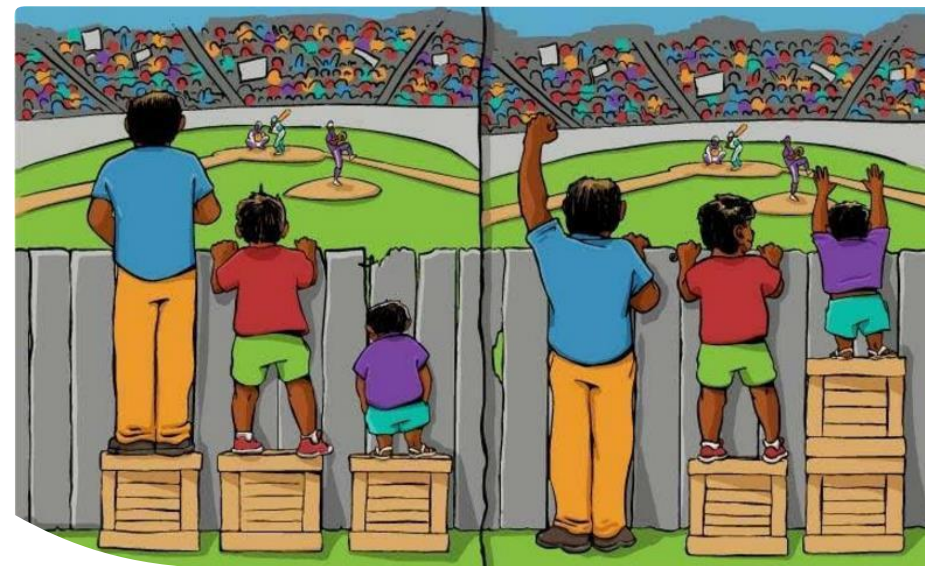


Fig. 2. Plot of rankings of the perceived importance of social and behavioural risk factors for health against actual rankings reported by Holt-Lunstad et al. (2010).

Skapa förutsättningar för en god hälsa på lika villkor för kommunens invånare.



Hälsolots

Syfte

Att motverka ensamhet och utanförskap genom att stötta individer ut i sociala sammanhang, gemenskap och aktiviteter.

Genom stärkt socialt stöd/socialt nätverk förbättra hälsan.

Mål

Att stärka individers förutsättningar att använda sin hälsa till sådant de värdesätter och bättre kunna ta del av sociala sammanhang.

Skapa förutsättningar för en god hälsa på lika villkor för kommunens invånare. Ökad upplevelse av sammanhang och självskattad hälsa hos invånare som erbjudits stöd av hälsolots.



Hälsolotsens uppdrag

- Ge stöd till att hantera sin livssituation genom att hitta kontakt med andra & gemenskap. Bryta ensamhet och känslan av att vara utanför.

- Glädje & mening.

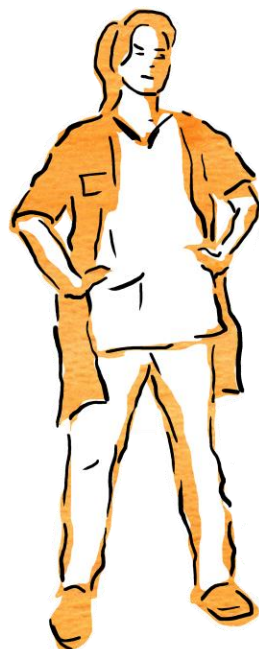
- Länk mellan deltagarna och aktörer i samhället.

Samarbetar med kommunens verksamheter, primärvården, föreningar, organisationer, näringsliv och myndigheter.

- Anordnar vissa aktiviteter



Individen i centrum



Vad är viktigt för dig?

Förutsättningar, önskemål,
behov.

Hjälp att nysta i vilka
aktiviteter eller grupper
deltagaren skulle gilla och
må bra av att delta i.

Träffa Hälsolots

Kostnadsfritt!

- Ta kontakt själv
- Be en vän om hjälp
- Hänvisning via primärvården eller kommunens verksamheter

- Träffas t.ex. hos hälsolotsen, på biblioteket eller ute
- Börjar med 1-5 träffar, kan anpassas efter behov

Hälsolotsen ersätter inte en kurator, psykolog eller annan medicinsk personal. Den är heller inte ett permanent stöd i vardagen som t.ex. en boendestödjare.



INGEN SKA LÄMNAS
UTANFÖR



Region Kalmar län



HÖGSBY
KOMMUN

Träffa Hälsolots



INGEN SKA LÄMNAS
UTANFÖR

Steg 1 **Kartläggning** - Behov och/eller önskemål identifieras.

Steg 2 **Genomförande**

- Samtal med fokus på att stärka individens egenkraft & motivation.
- Kontakter utåt tas.

Steg 3 **Avslut**

- Deltagaren har hittat en grupp, aktivitet eller sammanhang som hen nu fortsätter att delta i.
- Deltagaren känner sig stärkt att hantera sin situation självständigt.
Individuellt utformat välmåenderecept.



Region Kalmar län



HÖGSBY
KOMMUN

Exempel

Hälsolotsen har tillsammans med en deltagare i projektet identifierat att hen är intresserad av att läsa och tala om texter.

Hälsolotsen kan då ta kontakt med t.ex. biblioteket. Kanske finns det inom biblioteksorganisationen en bokgrupp eller möjlighet att starta en "shared reading grupp" som deltagaren kan vara med i och på så sätt hitta gemenskap.



INGEN SKA LÄMNAS
UTANFÖR



Region Kalmar län



HÖGSBY
KOMMUN

Tack!

Malin Johansson, Hälsolots, Högsby kommun

E-post: malin.johansson@hogsby.se

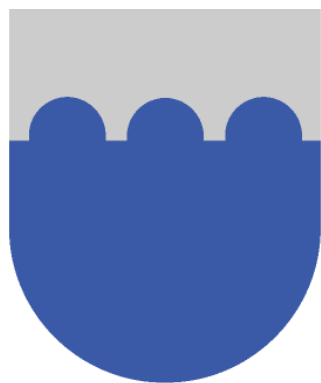
Telefon: 010-356 51 25



HÖGSBY
KOMMUN



Region Kalmar län



HÖGSBY
K O M M U N



Region Kalmar län