

Örebro läns bildningsförbund ingick i mars 2009 ett avtal med Örebro läns landsting för perioden 2009-2011 avseende insatser för en god och jämlik hälsa för länets befolkning.

Örebro läns bildningsförbund vill via studieförbund och folkhögskolor i Örebro län öka folkbildningens roll som aktör och resurs i det lokala folkhälsoarbetet för en jämlik hälsa genom:

- ♦ Att sprida kunskap om faktorer som medverkar till en jämlikare hälsa samt vad var och en kan göra för att påverka sin egen hälsa
- ♦ Att utveckla metoder med natur- och kulturinslag för att nå dem med störst risk för folkhälsa
- ♦ Att verka för att integrera kunskap om hälsan och dess fördelning i folkbildningens ordinarie arbete
- ♦ Att verka för att finna arbetsformer för ett kontinuerligt samarbete mellan folkbildningen och det lokala folkhälsoarbetet i länet
- ♦ Att verka för att mötesplatser utvecklas för inflytande och delaktighet bland dem som har störst risk för ohälsa
- ♦ Att utarbeta en modell för hälsofrämjande folkhögskola

Målgrupp:

Barn, ungdomar, äldre, föräldrar samt personer med psykisk ohälsa, övervikt och fetma

Aktörer:

Studieförbund och folkhögskolor



Kontakt och information

Mariana Flodman
Örebro läns bildningsförbund
mariana.flodman.lbf@folkbildning.net
019 – 760 79 51 070 – 628 95 98
www.olbf.org

Lisbet Omberg
Örebro läns landsting, Samhällsmedicin
lisbet.omberg@orebroll.se
019 - 602 74 87 070 - 206 82 26
www.orebroll.se

Folkhälsoavtal

2009 – 2011

Örebro läns bildningsförbund
Örebro läns landsting

Bilda startade 2010 ett projekt för långtidssjukskrivna, *Skapa dig ett gott liv*. Det är en gruppverksamhet som bedrivs i Karlskoga kommun i samverkan med arbetsförmedling, försäkringskassan, kommunen och FRIS (Försäkringstagarnas rätt i samhället) De erbjuder gruppverksamhet utifrån ett material sk ”Hela livet” och ”Tikva”, en metod för att motivera till ökad fysisk aktivitet.
Kontakt: Jonas Hult 054 – 19 61 61, 070– 276 56 99
jonas.hult@bilda.nu



Sensus startade ett tvåårigt projekt 2009 *Naturen som kraftkälla*, där de utvecklar ett program i studiecirkeform för att öka medvetenheten om naturens inverkan på människors hälsa. Målgrupp är långtidssjukskrivna. Åtta personer deltog pilotprojekt i Örebro under perioden september 2009 till augusti 2010. Ett koncept utvecklades i cirkeform och fortsatte under hösten 2010 som en självhjälpsgrupp.

2011 fortsatte projektet i steg 2 med *Läkande landskap-att följa sin inre väg*, som erbjuder deltagarna från steg 1 att vara med i en förstudie till en modell för förebyggande friskvård& rehab med natur & kultur som verktyg
Kontakt: Annelie Jansson 019– 19 27 50, 070– 288 95 77
annelie.jansson@sensus.se



Studieförbundet Vuxenskolan startade 2009 ett treårigt projekt *Hälsokörkortet* där de utvecklar ett arbetssätt i studiecirkeform för att stimulera målgruppen funktionsnedsatta till en bättre livskvalitet och hälsa. Inriktning är mat, fysisk aktivitet, kultur och hälsa. Efter genomgången cirkeform får deltagarna ett hälsokörkort med namn och fotouppgifter.

Kontakt: Ingrid Gustafsson 019-611 94 80
070– 855 39 02 ingrid.gustafsson@sv.se



Studieförbundet Kumla

Kumla: har under året genomfört två ettåriga projekt. Det första projektet är en *Må Bra Kör* för daglediga i Kumla kommun. Kören fortsatte sin körverksamhet i studieförbundets ordinarie verksamhet.

Kontakt: Anders Ekstrand 0585– 260 21 anders.ekstrand@telia.com

Det andra är *Livskällans folkhälsa* där invandrarkvinnor deltagit i två cirklar om hälsa, en verksamhet för invandrare i samarbetet med Kumla kommun.

Kontakt: Ingalill Teljä 019-57 89 62 telja@telia.com

Karlskoga: Under 2011 startade *Friskvård för kvinnor som lever med hederskultur* i samarbete med kvinnoföreningen Khatoon. Kvinnorna ges en fristad och en mötesplats och erbjuds olika aktiviteter.

Kontakt: Sohelia Fors 070– 614 21 88 soheila_kurdistan@yahoo.se

Örebro: genomförde under 2010 kultur och naturaktiviteter för funktionsnedsatta ungdomar. *Vild, Vacker, Vuxen*. Ungdomar fick prova på olika kultur- och naturaktiviteter i syfte att inspirera dem till att fortsätta med lämpliga aktiviteter.

Kontakt: Jenny Eknor 019– 16 83 03
jenny.eknor@studieframjandet.se

2011 startade *Naturguidning för hälsan*, en vidareutbildning för naturguider i syfte att etablera det som hälsofrämjande aktivitet, öppen för alla med fokus på besökare på vårdcentraler och apotek.

Kontakt: Jonas Bilow 019 -16 83 12
jonas.bilow@studieframjandet.se



Medborgarskolan har under 2010–2011 genomfört studiecirklar i Cats-BMI och viktminskning till personer med övervikt .

Kontakt: Lena Hellström 019– 764 14 00
lena .hellstrom@medborgarskolan.se

2011 startade *Hälsa för gravida kvinnor* som erbjuder, i samarbete med VC gravidyoga och en halvdagskurs i psykoprofylax.

Kontakt: Anette Eriksson 019– 764 14 00
anette.eriksson@medborgarskolan.se



ABF Örebro län startade 2009 ett treårigt projekt *Hälsoraketten*, där de erbjuder föräldrar att delta i Familjeverkstan – ett föräldrastödsarbete. I samarbete med familjecentraler, medlemsorganisationer och folkhälsoteamen i västra och norra länsdelen.

Kontakt Carina Israelsson 0586– 501 40 070-588 49 55
carina .israelsson@abf.se

2011 startade ett nytt projekt *Tankarna trädgård kompetens* där de erbjuder sina medlemmar kunskap och redskap om vad de som enskild kan göra för sin hälsa, samt hur samhället och omvärlden påverkar hälsan. 20 pers. rekryteras till hälso-kultur och miljöombud inom sin org.

Kontakt Margareta Röstlund 019-601 54 06
070- 533 50 17 margareta rostlund@abf.se



NBV Örebro län driver sedan 2009 ett treårigt projekt *Livskvalitet - det viktiga valet* där de vänder sig till befolkningen med fokus på ungdomar, invandrare och äldre. De inventerar och diskuterar lokala resurser inom folkhälsoområdet i kommunerna och för sedan en dialog med politiker i respektive kommun. Utgångspunkten är Folkhälso rapporten 2004 och studiematerialet *Den goda men ojämlika hälsan..*

Kontakt: Mirjam Strand 019– 670 83 03 070– 632 91 55
mirjam.strand@nbv.se

2011 startade projektet *NBV Villan*, en mötesplats där förutsättningar för föräldrar att aktivt delta i föreningslivet tillsammans med familjen skapas. Studiecirklar kring alkohol & droger, levnadsvanor, föräldrarollen etc. och föreläsningar med kultur & hälso tema

Kontakt: Therese Hellström 019 670 83 18 070– 392 59 59
therese@nbv.se



Hälsofrämjande folkhögskola

Under läsåret 2009-2010 pågick ett utvecklingsarbete för en hälsofrämjande skolutveckling på Fellingsbro och Kävesta folkhögskolor. En strategi prövades med utgångspunkt i två spår, att utveckla goda lärmiljöer och fördjupa och utveckla olika hälsoområden. Genom att arbeta med lärmiljö och egen hälsokompetens ökade personalen och kursdeltagarna sin hälsomedvetenhet.

Kontakt :
Örebro läns bildningsförbund,
Jane Karlsson, jane.karlsson.lbf@folkbildning.net , 070-619 84 04

Fellingsbro folkhögskola,
Hans Nilsson, hans.s.nilsson@telia.com 070-6817680,

Kävesta folkhögskola,
Eva Egard, eva.egard.kavesta@folkbildning.net
070-6302039