



Närhälsan Hälsoenhet Hisingen
2025-01-28

Projekt Riktade hälsosamtal Hisingen

Delrapport 2024

Datum: 2025-01-28

Dokumentnamn: Projekt Riktade hälsosamtal för 50, 60 och 70-åringar

Delrapport 2024

Ärende: OSN 2023-01502

Uppdrag från Operativa hälso- och sjukvårdsnämnden

Rapporteras till Operativa hälso- och sjukvårdsnämnden och styrelsen för
Närhälsan

Projektledare/kontaktperson:

Carolina Svensson, Närhälsan Hälsoenhet

E-post: carolina.svensson@vgregion.se

Projektsamordnare: Caroline Johansson, Närhälsan Hälsoenhet

Samverkanssamordnare: Camilla Vikander, Närhälsan Hälsoenhet

Bakgrund

I december 2022 tog Göteborgs hälso- och sjukvårdsnämnd och styrelsen för Närhälsan beslut om att teckna en vårdöverenskommelse om ett pilotprojekt mellan 2023-2025 med Riktade hälsosamtal för 60- och 70-åringar ([Överenskommelse om pilotprojekt med riktade hälsosamtal](#)).

Projektet genomförs av Närhälsans Hälsoenhet på Närhälsans vårdcentraler i Backa, Kärra och Tuve. Se [Projektplan](#) för mer utförlig bakgrund och genomförande.

Detta är delrapporten för projektåret 2024. En delrapport för uppstartsåret 2023 har tidigare sammanställts: [Delrapport 2023 riktade hälsosamtal Hisingen](#).

2022 genomförde en oberoende expertgrupp inom Nationella programområdet för levnadsvanor (NPO Levnadsvanor) en systematisk kunskapsgenomgång av *den svenska modellen för riktade hälsosamtal*. I slutrapporten framkom att metoden bland annat har effekt på total dödlighet och dödlighet i hjärt-kärlsjukdom och att ”både hälsosamtal och samhällsinriktade åtgärder bör ingå” ([Slutrapport avseende den svenska modellen för riktade hälsosamtal](#), sid 5).

Syfte

- Förlänga den friska tiden och minska den sköra tiden för äldre
- Främja hälsosamma levnadsvanor bland äldre, samt förebygga och tidigt upptäcka sjukdom (hjärt-kärlsjukdom och diabetes typ 2)
- Bidra till god och jämlik hälsa

Verksamhet under 2024

Nedan sammanfattas nuläget utifrån ansvarig tjänstepersons frågeställningar.

Arbetet genomförs i två parallella spår under hela projektiden:



Utökad samverkan

Tidigt i projektet etablerades kontakt med ett antal strategiska verksamheter:



- *Folkhälsoutvecklare, Göteborgs Stad:* Återkommande avstämningar kring Göteborg Stads folkhälsoarbete i förhållande till projektets syfte och mål. Har bidragit till att det varit möjligt att utforska flera nya vägar för samverkan.
- *Hälsofrämjande och förebyggandeenheten, Vård och omsorgsförvaltningen, Göteborgs Stad:* En skriftlig överenskommelse och en struktur för samverkan har utarbetats. Med utgångspunkt i denna överenskommelse har flera samverkansinsatser genomförts på träffpunkter riktade till seniorer runt om på norra Hisingen.
- *Hälsolots Hisingen, Göteborgs Stad:* Hälsolots ([Hälsolots Hisingen - Göteborgs Stad](#)) påbörjade sitt uppdrag ungefär samtidigt som projektet inleddes och under projektiden har ett flertal samverkansinsatser genomförts.

Utöver samhällsaktörerna ovan har samverkanssamordnare i projektet även etablerat och vidareutvecklat kontakten med följande samhällsaktörer:

- Centrum för fysisk aktivitet - CFFA
- Idrott och föreningsförvaltningen, Göteborgs Stad
- Familjebostäder Hisingen
- Samordningsförbundet FINSAM
- SPF Seniorerna, pensionärsförening
- Åldersvänligt Göteborg, Göteborgs Stad
- PRO, pensionärsförening
- House of Possibilias, kulturhus
- Community center Brunnsbo, Göteborgs Stad
- Demokrati och medborgarservice, Göteborgs Stad
- Fritidsbanken

Samverkan har inneburit ett ömsesidigt erfarenhets- och kunskapsutbyte. Ökad kännedom och kontakt med olika samverkansaktörer har lett till att det varit möjligt att delta i flera olika former av befolkningsinriktade hälsofrämjande och förebyggande insatser riktade till olika målgrupper.

Samtliga samverkansinsatser planeras och utvärderas systematiskt med stöd av *Helhetsmetodiken* som är Sjukhusen i Västers metodik för folkhälsoarbete ([Helhetsmetodiken – Sjukhusen i Väster](#)).

Under projektåren 2023-2024 har 852 individer (68% kvinnor och 32% män) nåtts av samverkansinsatser som genomförts inom ramen för projektet.

Exempel på hälsofrämjande befolkningsinriktade insatser som genomförts i samverkan med andra samhällsaktörer under 2024:

- Dialogföreläsningar om hälsosamma levnadsvanor
- Promenader
- Rörelsepass
- Kostevent med matlagning
- Utställare på olika former av event

En sammanställning över samtliga insatser som genomförts presenteras i bilaga 1.

Under 2023 utarbetades en första version av [Närhälsan Hälsoenheten - Aktivitetskatalog Norra Hisingen](#). I aktivitetskatalogen presenteras ett urval

av hälsofrämjande aktiviteter och stödjande verksamheter som finns i närområdet och digitalt, med särskilt fokus på personer om är 60 år och äldre. Närhälsans Aktivitetskatalog är framtagen som ett lokalt komplement till den regionala Rörelseguiden som hanteras av *Centrum för Fysisk aktivitet* i Göteborg. Aktivitetskatalogen finns tillgänglig externt för alla via webben och har uppdaterats under projektåret 2024.

Riktade hälsosamtal

2021-2022 genomfördes ett pilotprojekt vid Närhälsans Hälsoenhet i Alingsås och Lerums kommuner med en variant av riktade hälsosamtal. Vid uppstart av pilotprojektet på norra Hisingen 2023 genomfördes ett omfattande arbete för att helt gå över till *den svenska modellen för riktade hälsosamtal*.

Enligt vårdvalshandboken kostar hälsosamtal inklusive provtagning 230 kr för patienten och frikort gäller inte. Majoriteten av de regioner som idag arbetar systematiskt med riktade hälsosamtal erbjuder ett kostnadsfritt deltagande.

Det första hälsosamtalet på Hisingen kunde genomföras i juni 2023 på Närhälsan Tuve vårdcentral. I oktober 2023 var projektet bemannat enligt plan med hälsosamtalsledare på samtliga tre vårdcentraler.

Under projektets första år bjöds enbart 60 och 70-åringar in i enlighet med överenskommelsen. I mitten av 2024 ansökte projektansvarig om att även få möjlighet att bjuda in 50 åringar. Från och med september 2024 bjuds både 50, 60 och 70-åringar in till riktade hälsosamtal.

Digitala arbetssätt har varit primära inom projektet och hälsosamtalen har erbjudits både digitalt och fysiskt. Inbjudan till ett hälsosamtal, frågeformulär, uppföljningar och digitala lästips har skickats till invånare via 1177 e-tjänster. Om e-tjänster inte varit aktiverade har invånare i stället blivit kontaktade via post.

Fram till och med 2024-12-23 hade totalt 1507 enskilda invånare mottagit en inbjudan via 1177 e-tjänster eller post och 387 invånare hade genomfört ett hälsosamtal inom ramen för projektet.

Detta motsvarar att i genomsnitt 26% av de inbjudna i samtliga åldersgrupper på samtliga vårdcentraler har tackat ja till erbjudandet. Dock

är den faktiska andelen som tackat ja något högre, då flera av de inbjudna invånarna även har bokade tider i början av 2025. Svarsfrekvensen varierar mellan åldersgrupperna på de olika vårdcentralerna med det är ännu inte möjligt att identifiera någon tydlig trend. Andelen som tackade ja till erbjudandet är något lägre än genomsnittet i andra regioner där arbetssättet är etablerat och väl känt befolkningen.

Fördelningen mellan män och kvinnor är i stort sett den samma i samtliga åldersgrupper; 42% män och 58% kvinnor.

Flexibilitet i projektet utifrån lokala förhållanden och rutiner har varit en nödvändig förutsättning för ett välfungerande samarbete med samtliga vårdcentraler.

BILAGA 1(1)

Sammanställning över hälsofrämjande befolkningsinriktade insatser som genomförts hittills under projekttiden

Hälsofrämjande samverkansinsatser 2023–2024		
Projektår 2023 samverkansaktörer	Kort beskrivning av hälsofrämjande insats	Antal deltagare
Hälsolots Hisingen, Demokrati och service- Göteborgs Stad	<i>Bostadsområde, Backa</i> Medverkar vid en av de promenader som regelbundet genomförs i bostadsområdet under ledning av så kallade "invånarguider". Syftet med medverkan var att lyfta temat hälsosamma levnadsvanor.	15 individer
Familjebostäder, Göteborgslokaler och Selmastad	<i>Selmadagen- Torgdag</i> Är med som utställare på Selmatorg. Syftet med medverkan var att främja hälsosamma levnadsvanor och informera om Närhälsan och berätta vad vi erbjuder invånarna kopplat till det hälsofrämjande arbetet. Var med och arrangerade en promenad för besökarna tillsammans med Hisingens "invånarguider".	115 individer
Idrott- och föreningsförvaltningen, Göteborgs Stad	<i>Bemannning av Utegymp Hisingsparken</i> Är på plats tillsammans med IOFF och Hälsofrämjande och förebyggandeenheten under ett av tillfällena där staden erbjuder genomgång för invånarna av utegym och cirkelpass. Närhälsan var på plats med syfte att framförallt inspirera till mer hälsosamma matvanor.	9 individer
Familjebostäder	<i>Bostadsområde- Gåsagången</i> Medverkar vid ett av tillfällena som familjebostäder erbjuder hyresgästerna lättgympa. Syftet med medverkan var att lyfta hälsosamma levnadsvanor och i det här sammanhanget var fokus på matvanor och lyfta fram att små förändringar gör skillnad.	11 individer

Projektår 2024 samverkansaktörer	Kort beskrivning av hälsofrämjande insats	Antal deltagare
SPF Pensionärsförening	<i>Hälsodag</i> Rörelsepass med gummiband och balansövningar tillsammans med medlemmar från SPF. Detta tillsammans med en kortare föreläsning om fysisk aktivitet.	22 individer
Hälsofrämjande och förebyggande enheten Hisingen	<i>Mötesplatser Norra Hisingen</i> Föreläsning om de positiva effekterna av fysisk aktivitet och prova på stavgång	24 individer
Närhälsan Vårdcentraler	<i>Norra Hisingen</i> Dialogföreläsning om fysisk aktivitet och rörelsepauser i vardagen	10 individer
Hälsofrämjande och förebyggande enheten Hisingen	<i>Minilopp för demensvänligt samhälle</i> Utställare med fokus på att möta individer för att skapa möjlighet att bolla sina tankar och ge inspiration till mer hälsosamma levnadsvanor. Höll även i ett kortare föredrag med fokus på positiva effekter av fysisk aktivitet utifrån fingerstudien.	100 individer
Hälsofrämjande och förebyggande enheten Hisingen	<i>Mötesplats Backa</i> Föredrag med fokus på att lyfta det som deltagarna redan gör bra och vad de ger för positiva effekter på hälsan. I gruppen fanns det många funderingar kring kosten där vi lyfte fram goda exempel på att små förändringar kan göra skillnad. Avslutade med att spela bordtennis tillsammans.	17 individer
Familjebostäder, Hälsoenhet Hisingen, Idrott och föreningsförvaltningen	<i>Hysesgäster hos familjebostäder</i> Dialogföreläsning om fysisk aktivitet och hälsosamma matvanor efter ett gympapass som IOFF höll i. Andra alternativet var att vara med på promenad tillsammans med invånarguiderna från demokrati och service.	13 individer
Idrott och föreningsförvaltningen	<i>Event Kärra centrum</i> Tillsammans med flera lokala aktörer anordnade IOFF tillsammans med Närhälsan ett event med fokus på rörelse och hälsa. Utställare: folktandvården, mötesplats Kärra, Fritidsbanken, capoiärförening, Flexibel friskvård och hälsa.	150 individer

SPF Pensionärsförening <i>Backa/Tuve</i>	<i>Stavgångspromenad</i> Genomgång av stavgångsteknik och promenad tillsammans. Under promenaden samtal om vardagsmotion och fysisk aktivitet.	14 individer
Hälsofrämjande och förebyggandeenheten Hisingen	<i>Anhörigstöd</i> Få lärdom om anhörigstöds olika aktiviteter. Medverkade under aktivitet minneskör och samtalsgrupp.	29 individer
Hälsofrämjande och förebyggandeenheten Hisingen	<i>Mötesplats Backa</i> Hälsoenheten kommer till en redan planerad aktivitet och håller i en dialogföreläsning om hälsosamma levnadsvanor.	13 individer
Åldersvänligt Göteborg, Idrott och föreningsförvaltningen, Göteborgs friidrottsförbund	<i>Veteran VM</i> Medverkade vid 4 tillfällen under veteran VM med fokus på hälsosamma levnadsvanor. Stod i ett gemensamt tält som utställare tillsammans med flera aktörer i staden; Idrott och föreningsförvaltningen, Åldersvänligt Göteborg, Äldre och vård och omsorgsförvaltningen, Pensionärsrådet, pensionärsföreningar i Göteborg, Närhälsan rehab, judoförening, korpen, fritidsbanken.	110 individer
PRO-Pensionärsförening	<i>Medlemsdag för PRO</i> Föreläsning om hälsosamma matvanor utifrån livsmedelsverkets rekommendationer för seniorer. Fokus på att små förändringar kan göra stora skillnader för hälsan.	62 individer
Hälsofrämjande och förebyggandeenheten Hisingen	<i>Balansera mera mötesplats Backa</i> Medverkade under ett gympapass som hölls av äldrekonstulent på mötesplats backa. Efter detta höll Hälsoenheten i en workshop med fokus på fallförebyggande där deltagarna även fick prova på olika balansövningar tillsammans.	22 individer
Hälsolots Hisingen, Demokrati och service-Göteborgs Stad	<i>Promenad Bostadsområde Backa</i> Medverkar vid en av de promenader som regelbundet genomförs i bostadsområdet under ledning av så kallade "invånarguider". Syftet med medverkan var att lyfta temat hälsosamma levnadsvanor.	12 individer
Idrott och föreningsförvaltningen, Hälsofrämjande och förebyggandeenheten Hisingen	<i>Mötesplats Tuve</i> Hälsoenheten höll i en dialogföreläsning om hälsosamma matvanor och Idrott och föreningsförvaltningen höll i sittgympa.	5 individer

Hälsofrämjande och förebyggandeenheten Hisingen	<i>Mötesplats Kärra</i> Dialogföreläsning om Goda levnadsvanor där det även bjöds på några varianter på hälsosamma mellanmål som inspiration.	20 individer
Brunnsbo Communitycenter, Häloslots och medborgarkontoret	<i>Familjeevent</i> Brunnsbo communitycenter samordnade kvällen och stod för matlagningen och barnaktiviteter. Hälsoenheten höll i dialogföreläsning för de vuxna om hälsosamma matvanor för hela familjen och gav ut recept på det som bjöds på. Invånarguider var på plats som stöd till att hjälpa till att tolka vid behov.	79 individer
		TOTALT: 852 individer