

Närvårdssamverkan Södra Älvsborg

Senast uppdaterad: 2024-01-03

Projektplan

FaR, Fysisk aktivitet på Recept

Södra Älvsborg

2023-2025

OBS!

Godkänd finansiering av projektet enligt projektplan till och med 2024-12-31.

Beslut om fortsatt finansiering för 2025 tas under 2024.

Innehållsförteckning

1.	Bakgrund.....	4
1.1	FaR – Fysisk aktivitet på recept.....	4
1.2	Behov	4
1.3	Uppdrag Hälsa - Närvårdssamverkan Södra Älvsborg	5
2.	Syfte och mål	5
2.1	Syfte	5
2.2	Mål	5
2.3	Mottagare av resultatrapporter	6
3.	Bemanning och resursbehovsplan.....	6
3.1	Projektkalkyl	7
4.	Genomförandeplan och tidplan.....	7
5.	Uppföljning och utvärdering.....	9
6.	Kommunikationsplan.....	9
7.	Riskhantering	9
8.	Källor	9
1.	Bakgrund.....	4
1.1	FaR – Fysisk aktivitet på recept.....	4
1.2	Behov	4
1.3	Uppdrag Hälsa - Närvårdssamverkan Södra Älvsborg	5
2.	Syfte och mål	5
2.1	Syfte	5
2.2	Mål	5
2.3	Mottagare av resultatrapporter	6
3.	Bemanning och resursbehovsplan.....	6

3.1 Projektkalkyl	7
4. Genomförandeplan och tidplan.....	7
5. Uppföljning och utvärdering	9
6. Kommunikationsplan	9
7. Riskhantering	9
8. Källor	9

1. Bakgrund

Arbetet med levnadsvanor är en viktig hörnsten i att möta de utmaningar som vi står inför inom hälso- och sjukvården och ute i befolkningen. Andelen äldre personer i befolkningen ökar, fler har livsstilsrelaterade sjukdomar och hälsoklyftorna blir allt större. En avgörande faktor när vi tar oss an dessa utmaningar är att vi gör det med gemensamma krafter och samverkar över organisationsgränserna. I Södra Älvsborg har vi sedan ett par år tillbaka en uppdragsgrupp inom Närvårdssamverkan med fokus på de hälsofrämjande och förebyggande frågorna, Uppdrag Hälsa. Från start har fysisk aktivitet funnits med högt upp på agendan och i uppdragsgruppens aktivitetsplan för 2023 är FaR ett av tre prioriterade samverkansområden. Med detta projekt kommer vi tillsammans under 2023-2025 att arbeta för att bygga en stark och aktiv struktur för ett framgångsrikt FaR-arbete i Södra Älvsborg.

1.1 FaR – Fysisk aktivitet på recept

Fysisk aktivitet främjar en god hälsa, men den är också en viktig del i att förebygga och behandla sjukdomar. Fysisk aktivitet på recept (FaR) är en medicinsk behandlingsmetod med syfte att ge hälso- och sjukvårdens medarbetare ett evidensbaserat och strukturerat sätt att stödja patienter till ökad fysisk aktivitet. FaR-metoden består av: individuellt rådgivande samtal, skriftlig ordination, individanpassad uppföljning samt användande av FYSS som evidensbaserat kunskapsstöd och samverkan med aktivitetsarrangörer. Svensk FaR är beforskat och har visat sig vara en effektiv metod för att öka fysisk aktivitet och förbättra hälsa och livskvalitet.

1.2 Behov

Nedan beskrivs behovet inom Hälso- och sjukvården (HoS) samt i samverkan mellan HoS och kommun för att utveckla ett framgångsrikt arbete med Fysisk aktivitet på recept (FaR).

- Ökad kunskap kring sambandet mellan ökad fysisk aktivitet och positiva hälsoeffekter.
- Ökad tilltro till Fysisk aktivitet och FaR som behandlingsmetod.
- Säkerställa tillgång till utbildning och kompetenshöjande insatser.
- Öka samarbetet mellan professioner och samverkan med till exempel FaR-samordnare/lots/coach inom HoS.
- Ökad samverkan kring fysisk aktivitet och FaR mellan HoS, kommun och civilsamhälle.
- Öka samverkan med aktivitetsarrangörer utanför HoS.
- Kartläggning och sammanställning av aktivitetsarrangörer.

1.3 Uppdrag Hälsa - Närvårdssamverkan Södra Älvsborg

Pilotprojektet kommer att projektledas av en arbetsgrupp inom Uppdrag hälsa Närvårdssamverkan i Södra Älvsborg med stöd av Centrum för fysisk aktivitet.

Uppdragsgrupp Hälsa består i dagsläget av representanter från sjukhus, vårdcentral, tandvård och kommun. Uppdrag ges av och återrapporteras till Styrgruppen för närvårdssamverkan i Södra Älvsborg.

Uppdraget syftar till att:

- Identifiera gemensamma mål att samverka kring
- Bidra till en jämlik hälsa i befolkningen
- Förbättra och utveckla samverka kring det hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande arbetet i Södra Älvsborg
- Skapa bättre och effektivare samarbeten mellan, kommun, region och civilsamhälle

2. Syfte och mål

2.1 Syfte

Att tillsammans med kommun, primärvård, sjukhus och civilsamhälle bygga upp en tydlig, fungerande och hållbar samverkan för att öka förskrivning och följsamhet av FaR i Södra Älvsborg.

2.2 Mål

- Bidra till en ökad förskrivning av FaR i Södra Älvsborg
- Bidra till en ökad följsamhet till FaR i Södra Älvsborg
- I samverkan mellan kommun, vårdcentral, sjukhus och civilsamhälle bygga upp en tydlig samverkan kring FaR
- Skapa strukturer och en tydlig ansvarsfördelning kring FaR
- Pröva och utveckla digitala arbetsätt kopplade till FaR
- Testa och utvärdera en lotsfunktion

2.3 Mottagare av resultatrapporter

Resultatet tas emot av Styrgruppen för Närvårdssamverkan i Södra Älvsborg samt den Operativa Hälso- och sjukvårdsnämnden.

Efter projekttiden är målsättningen att de nya arbetssätten och strukturerna som utvecklats inom pilotprojektet ska förvaltas vidare inom samverkan i Södra Älvsborg samt kan bidra till att utveckla FaR-arbetet i VGR.

3. Bemanning och resursbehovsplan

Uppdragsgivare: Lena Ek, Strateg, Avdelning Primärvård och regionövergripande verksamheter

Styrgrupp: Styrgruppen för Närvårdssamverkan, Södra Älvsborg

Projektkoordinator: Martin Johansson

Projektledning: FaR-arbetsgrupp kopplad till Uppdrag Hälsa

Referensgrupp: Uppdrag Hälsa, Närvårdssamverkan Södra Älvsborg

Resurs	Kompetens	Namn, kompetens och organisationstillhörighet	När resursen behövs
Projektkoordinator (20%)	Koordinator/Samordnare	Martin Johansson	Hela projekttiden
Projektledare (inom befintliga uppdrag)	Projektledning	Arbetsgrupp FaR (Uppdrag Hälsa, Närvårdssamverkan Södra Älvsborg) Mattias Fehling, SÄS Spiros Lappas, Närhälsan Erika Till, Svenljunga kommun Kristina Nyberg Smahel, Borås kommun Carolina Svensson, Närhälsan Sofia Nankler, Centrum för fysisk aktivitet	Hela projekttiden
Referensgrupp (inom befintliga uppdrag)	Samverkan, Hälsofrämjande och förebyggande	Uppdrag Hälsa, Närvårdssamverkan Södra Älvsborg Åsa Andergrand, Folk tandvården Malin Yderhag, Ulricehamns kommun Lotti Klug, Vårgårda kommun Robert Almqvist, Vårgårda kommun Li Johansson Nyström, Herrljunga kommun Kristina Sunebrand, Bollebygd kommun Julia Eriksson, Tranemo kommun Lina Sjöstrand, Marks kommun Erika Till, Svenljunga kommun Kristina Nyberg Smahel, Borås kommun Lars Gelander, Södra Älvsborg central	Hela projekttiden

		barnhälsovård Carolina Svensson, Närhälsan Mattias Fehling, SÄS	
Utbildning och samordning	Utbildning FaR	Centrum för fysisk aktivitet	Hela projektiden
Hälsocoach/lots (100%)	Hälsovetare, MI	Ev. tjänsteköp av redan befintlig personal. Kan delas på flera personer.	Hela projektiden
Kommunikatör	Kommunikation utforma material.		Delar av projektiden. Vid behov.

Lokaler: Projektet kommer primärt att bedrivas i befintliga lokaler kopplade till kommun, hälso- och sjukvård samt civilsamhället.

Lokalkostnad för samverkansmöten eller gruppaktiviteter kan eventuellt tillkomma.

Teknisk utrustning: Primärt kommer befintlig utrustning inom respektive organisation att användas. Eventuellt tillkommer kostnad för dator eller mobil i projektet.

Utbildning och kurser: FaR

Tolk: Bokas vid behov.

3.1 Projektkalkyl

Projektet finansieras via stadsbidrag 2023-2025.

År	2023	2024	2025
Personal, löner (1,2 tjänster)	600	1200	1200
IT	15	30	30
Resor	25	50	50
Kompetensutveckling, kurser	25	50	50
Köp av tjänster för utbildning/samordning	25	0	0
Lokaler	30	60	60
Övriga kostnader	40	80	80
Totala projektkostnader	760	1470	1470

4. Genomförandeplan och tidplan

I samverkan bygga en struktur för och genomföra:

- Utbildning och samordning

- Utbilda kommun, hälso- och sjukvård samt civilsamhället i FaR-metoden
- Kartlägga och sammanställa digitala och fysiska stödfunktioner och aktivitetsarrangörer.
- Stötta föreningar och friskvårdsanläggningar för tryggt FaR-mottagande
- Involvera pågående projekt

Projektet kommer att arbeta för att ta in kunskap och erfarenhet från andra projekt och arbetssätt kring FaR såväl lokalt som regionalt och nationellt. För att säkerställa att vi inte arbetar i parallella processer kommer projektet att samverka med pågående projekt och initiativ i det geografiska området.

Fas 1

Kartlägga FaR-processen och beskriva flödet från förskrivare till mottagande och uppföljning av FaR och ta fram en gemensam plan för samverkan kring FaR i Södra Älvsborg.

Uppstart i två kommuner under hösten 2023.

Fas 2

Utvärdera och stegvis införa strukturer och arbetssätt i övriga kommuner under 2024.

Fas 3

Projektet omfattar samtliga kommuner i Södra Älvsborg.

Utvärdera och vidmakthålla strukturer och arbetssätt.

Planera för ordnat införande och en långsiktig plan för finansiering.

2023	Jan	Feb	Mar	Apr	Maj	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dec
								Projektstart Fas 1				
2024	Jan	Feb	Mar	Apr	Maj	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dec
						Delrapport för 2023	Fas 2					
2025	Jan	Feb	Mar	Apr	Maj	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dec
	Delrapport	Fas 3										Slutrapport

