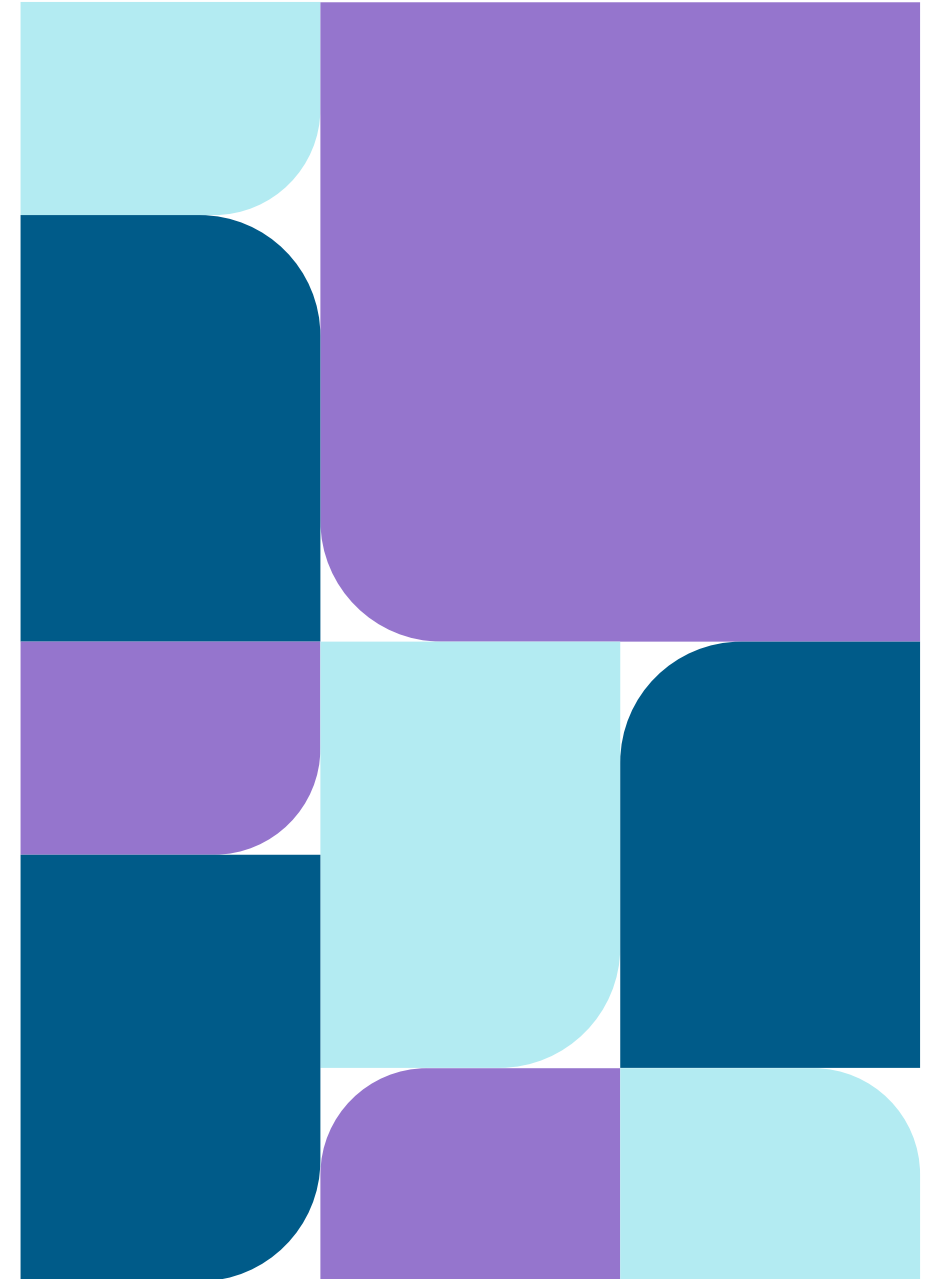


Välkomna!

**Dialogmöte med delregionala
vårdsamverkansgrupperna**

2026-09-01



Agenda

- Kort presentationsrunda
- Statsbidrag för FaR, nu och framåt
- Presentation från varje projekt – max 10 min/projekt med tid för frågor
- Paus
- Dialog i breakout rooms
- Summering och avslut



Vilka är här idag?

- Namn
- Yrkestitel
- Skriv i möteschatten din mailadress & vilket projekt du tillhör.



Centrum för fysisk aktivitet – ett regionalt kunskapscentrum



Vårt
uppdrag

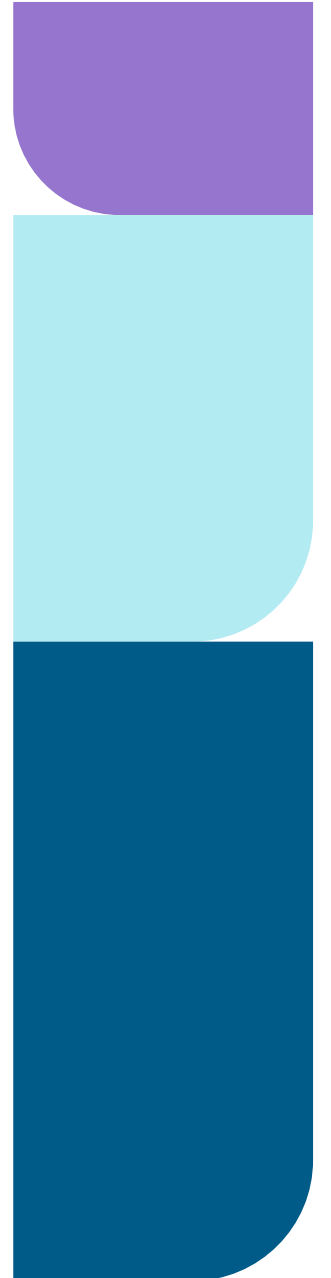
Vad
vi gör

För/med
vem/vilka

Syfte

Statsbidrag för FaR 2023-2026

- **Syfte:** Att öka förskrivning och följsamhet till FaR
- Regionen söker om statsbidragen och fördelar medlen
- Beslut om fördelning fattas genom koncernkontoret
- Delregionala vårdsamverkansgrupper kan söka sedan 2026
- VGR har säkrat finansiering för statsbidraget under 2027
- Prioriteringar och fördelning för 2027 är ännu inte beslutade
- Vi kommer att be om återkoppling i början på 2027



Genomgång av vardera projekt

- Södra Älvsborg
- SIMBA
- SAMLA
- Fyrbodal
 - Fyrbodal Vänersborg
 - Fyrbodal Backa Barnet Dalsland
- Skaraborg

Fysisk aktivitetslots

Södra Älvsborg 2026

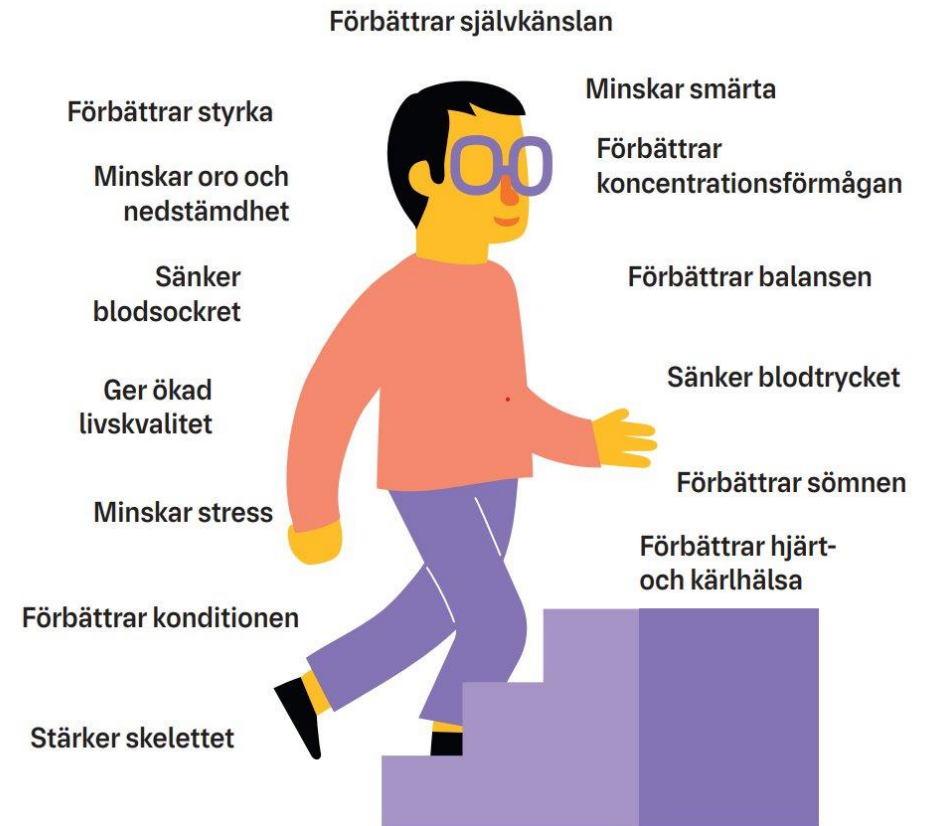


2026-08-26

Bakgrund till Fysisk aktivitetslots

- Fysisk aktivitet har många positiva hälsoeffekter
- Samverkansprojekt 2026 mellan region och kommuner i Södra Älvsborg
- Stöd för invånare som har fått Fysisk aktivitet på Recept (FaR) av sin vårdgivare, samt för invånare utan FaR som vill bli mer fysiskt aktiva.
- I åldersgruppen 25–85 år uppger 33% att de inte når upp till rekommendationerna om fysisk aktivitet. Ojämlig fördelning i befolkningen.

[Folkhälsan i Sverige 2026 – Ojämlighet i hälsan och dess förutsättningar](#)





Fysisk Aktivitetslots

Är du 16 år eller äldre och vill vara
mer fysiskt aktiv?

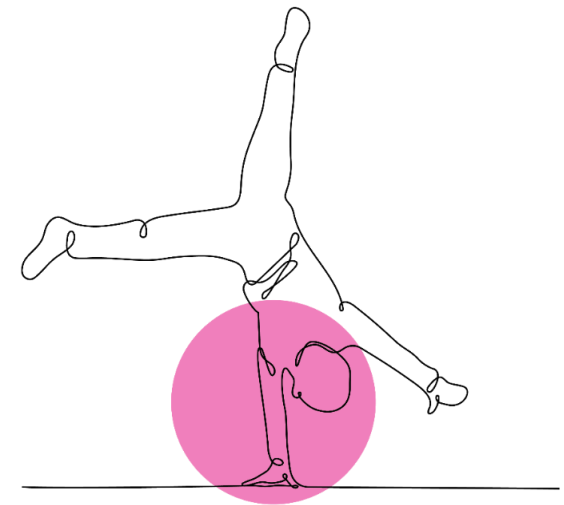
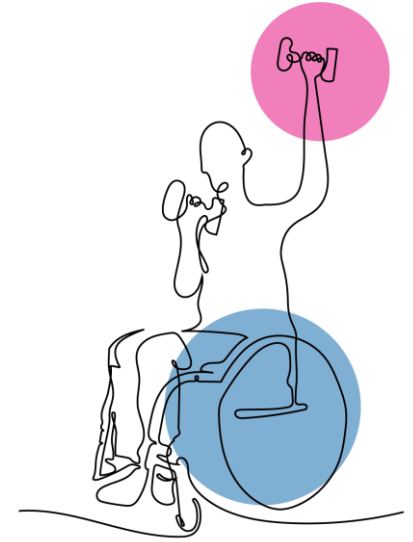
Fysisk aktivitetslots ger dig individuell och
gratis vägledning för att hitta en aktivitet.



Skanna QR-koden, ring 070-279 59 96
eller mejla farlots.sodra.alvsborg@vgregion.se
för mer information och tidsbokning.

Hur går det till?

- En invånare har en önskan om att få in mer rörelse i vardagen.
- Invånaren kontaktar Fysisk aktivitetslots direkt via telefon eller via digitalt anmälningsformulär. Vårdgivare kan hjälpa till.
- Tid bokas för digitalt eller fysiskt möte.
- Samtal kring tidigare erfarenheter, behov och önskemål.
- Fysisk aktivitetslots har god kännedom om lokalt aktivitetsutbud och kan vägleda till olika aktiviteter.
- Motiverande stöd vid behov. Uppföljning vid 3 och 6 månader.
- Fysisk aktivitetslots = Hälsovetare. Dokumenterar inte i journal.



Närvårdssamverkan
Södra Älvsborg

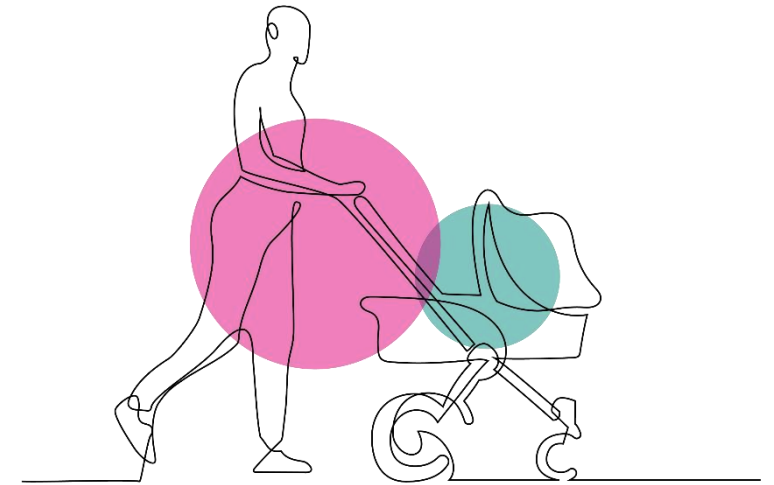
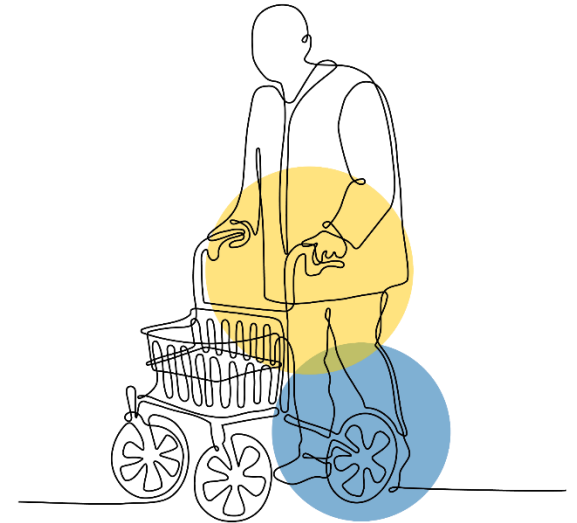
Kontaktvägar

Webbsida:

[Fysisk aktivitetslots - Södra Älvsborg](#)

Telefonnummer:

070-279 59 96



Närvårdssamverkan
Södra Älvsborg

Genomgång av vardera projekt

- Södra Älvsborg
- SIMBA
- SAMLA
- Fyrbodal
 - Fyrbodal Vänersborg
 - Fyrbodal Backa Barnet Dalsland
- Skaraborg



SIMBA

- Vill starta en lotsfunktion som brygga mellan utfärdare av FaR och aktivitetsarrangör, i syfte att öka följsamheten till FaR
- Målgrupp är personer mellan 18-45 år som fått FaR på grund av lätt till måttlig psykisk ohälsa.
- Lotsen ska vara fysiskt verksam i alla SIMBA-kommuner (Ale, Kungälv, Stenungsund, Tjörn) med lotsning och eventuellt även hålla aktivitetsgrupper.
- Man har haft tre rekryteringsomgångar med önskemål om tjänsteköp, ännu inte lyckats rekrytera någon person.



Genomgång av vardera projekt

- Södra Älvsborg
- SIMBA
- SAMLA
- Fyrbodal
 - Fyrbodal Vänersborg
 - Fyrbodal Backa Barnet Dalsland
- Skaraborg





**Lerums
kommun**

Fysisk aktivitet på recept Lerums kommun



Samverkan – internt/externt

- Barn- och ungdomsmedicinska mottagningen i Lerum (BUMLE)
- Elevhälsa (kurator, specialpedagog mfl.)
- Närvaroteamet

Ungdomspsykiatri Alingsås



1

FAR-lots får information om behov av stöd till ett barn.

- BUMLE
- Digitalt formulär

2

FAR-lots tar kontakt med VH till barnet via telefonsamtal, sms eller mejl. Diskussion kring specifika behov. Uppföljning beslutas av VH.

3

Efter avslutat samtal skickas sms till VH om den information som vi kommit fram till gemensamt.

4

FAR-lots återkopplar till personen som informerat om barnets behov.



Utveckling

Informera om möjligheter att vara fysiskt och socialt aktiv

Aktiviteter i samband med skoldagens slut

Bredare samverkan inom kommunen

Nya former av samverkan med föreningslivet



Aktivitet för barn och ungdomar

Lågströskelverksamhet

First flow - Torpskolan

För barn 6-11 år.
Seniorer som ledare
mot en ersättning.

Aktivitet för barn
som behöver höja
sitt självförtroende i
fysisk aktivitet.

Next flow - Hjällsnäs

För barn 12-16 år.
Fritidsgård ansvarar
för aktiviteten.

Aktivitet för barn
som behöver höja
sitt självförtroende i
fysisk aktivitet.

Night flow - Förbohallen

Föreningar får stöd
för att bedriva
kvällsaktiviteter i
idrottshall som
komplement till
nattvandringen.
Förbohallen har
lämplig placering.

Para flow

Skapa en
inkluderande och
kravlös aktivitet där
barn och unga med
funktionsnedsättning
får möjlighet att
uppleva
rörelseglädje.

Rörelsepaus



Genomgång av vardera projekt

- Södra Älvsborg
- SIMBA
- SAMLA
- Fyrbodal
 - Fyrbodal Vänersborg Senior
 - Fyrbodal Backa Barnet Dalsland
- Skaraborg



- **I Vänersborg** finns etablerade samverkansstrukturer genom Lokal vårdsamverkan och Senior i Vänersborg. Projektet ska bygga vidare på dessa strukturer för att utveckla arbetet med FaR för seniorer.
- **Syftet** är att stärka samverkan kring FaR i Vänersborg för att öka användningen av FaR och skapa bättre förutsättningar för seniorer att vara fysiskt aktiva.
- **Målet är att:**
 - Öka kunskapen om FaR hos berörda aktörer.
 - Identifiera vilka grupper av seniorer som särskilt kan ha nytta av FaR.
 - Utveckla samverkansformer mellan vårdcentraler, kommun och andra aktörer.
 - Skapa bättre förutsättningar för seniorer att genomföra fysisk aktivitet (efter FaR).



Barnets bästa rörelse

med barnets bästa i fokus utifrån Backa barnet



Med stöd från

**Vi vill genom projektet stärka och
utbilda föreningar att stödja barns
bästa rörelse utifrån Backa barnet-
modellen och FaR.**

Med stöd från

Fem Dalslandskommuner implementerar en gemensam tvärprofessionell modell med barnets bästa i fokus - Backa barnet.

Att säkerställa varje barns rätt till bästa möjliga start i livet är en viktig uppgift och under implementeringen har professionerna ringat in att samverkan med fritidsdelen för barn behöver utvecklas.

I Backa barnets stödprocess kan det identifieras barn som behöver extra stöd för en trygg aktiv fritid

Målet är att bredda Backa barnet modellen att bli en del av civilsamhället. Backa barnet har barnets bästa i fokus och utgår från Barnkonventionen och barnrättsperspektivet

Med stöd från



Backa barnet modellens Behovskompass

Omsorg - Jag har någon som bryr sig om mig

Trygghet - Jag känner mig trygg

Må bra - Jag mår bra

Fritid - Jag trivs med min fritid

Tillhörighet - Jag får vara med

Ansvar - Jag tar ansvar för mig själv och andra

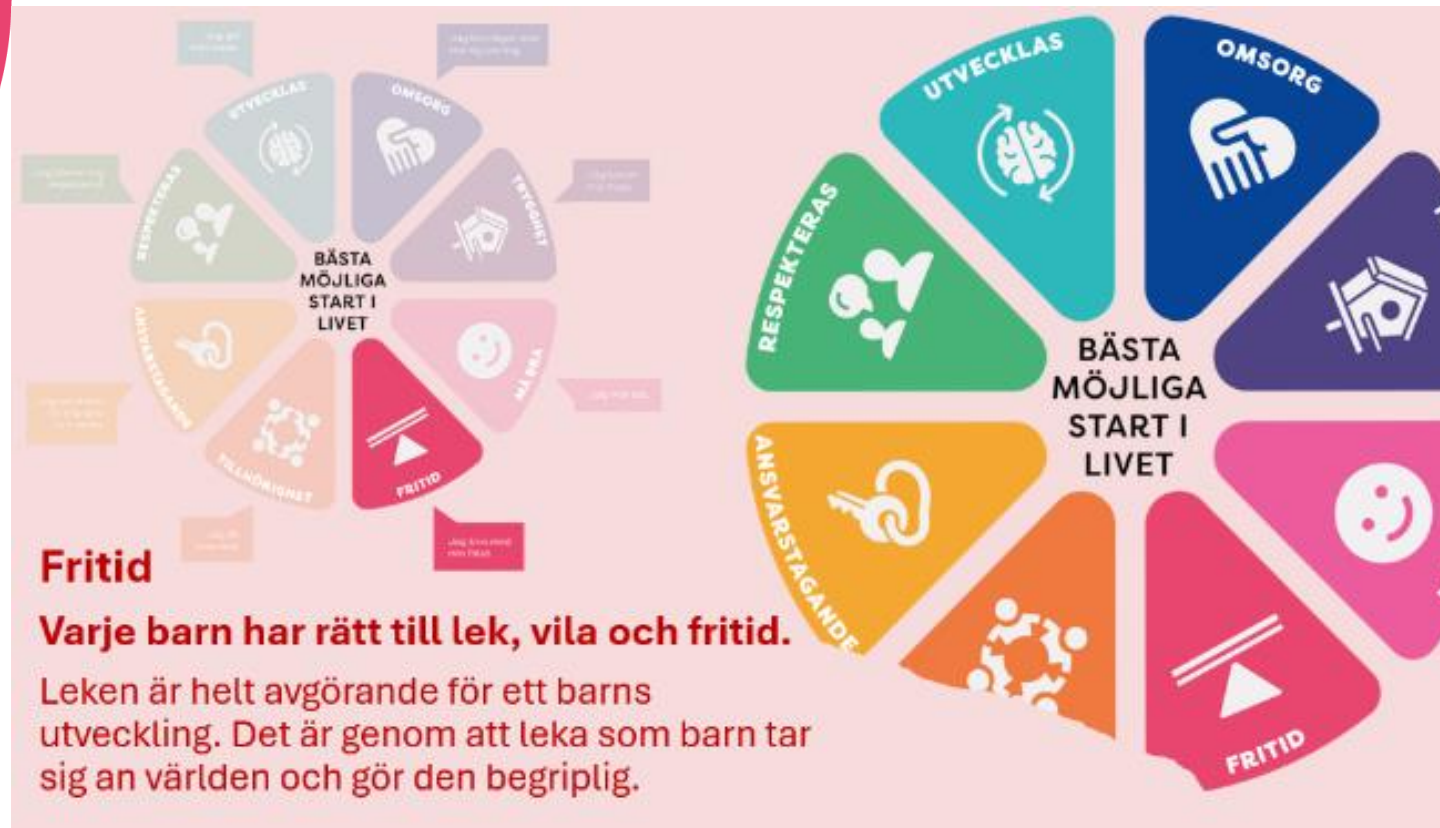
Respekteras - Jag känner mig respekterad

Utvecklas - Jag gör mitt bästa



Med stöd från





Med stöd från

Tack för att ni lyssnat!



- Frågor eller tankar ?



Med stöd från





Om du vill veta mer

Projektledare Susanne Kinhult
Susanne.kinhult@bengtsfors.se

Processamordnare Benita Hansson
Benita.hansson@bengtsfors.se

www.backabarnetdalsland.se



Med stöd från



Genomgång av vardera projekt

- Södra Älvsborg
- SIMBA
- SAMLA
- Fyrbodal
 - Fyrbodal Vänersborg
 - Fyrbodal Backa Barnet Dalsland
- Skaraborg



Samverkan FAR De la Gardiegymnasiet ♥ Rehab

Projektplan

- 2 halvdagar/veckan
- Gym alternativt kroppsbärande träning
- Individuella samtal
 - Motiverande samtal
 - Rehabplan/FaR
 - Utvärderingsinstrument (Aktivitetsminuter, Jag tycker jag är-2, skolnärvaro).

Rekrytering

- Via elevhälsan
 - Remiss via Säker digital kommunikation (SDK) framöver initialt lapp i brevlåda.
- Målgrupp:
 - Elever med **psykisk ohälsa** där det finns en **oro** för, eller redan finns en **skolfrånvaro**. Eller **psykisk ohälsa pga stress/ångest**.
 - Elever med **otillräcklig fysisk aktivitet** och/eller **överviktsproblematik**.

Hur det har gått

- Kontaktuppgifter till 3 elever
- 1 elev har kommit på besök
- [VGRplayer - För dig som inte redan älskar träning](#)

Frågor?

Dialog i smågrupper - 10 min

- Möjlighet att ställa fler frågor till varann
- Hur vill ni samverka framåt?



Hur vill ni fortsätta? Forms-enkät



Svar på Forms-enkäten

Översikt över svar Aktivt

Svar

11



Genomsnittlig tid

02:14



Varaktighet

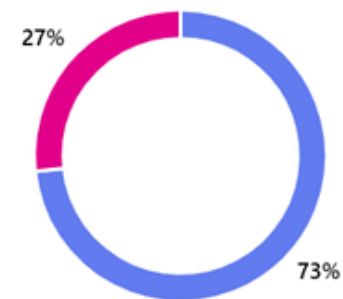
12

Dagar



1. Hur vill du att vårdssamverkansgrupperna samverkar med varandra kring FaR-projekten med statsbidrag i höst?

- | | |
|--|----|
| ● Träffas i den här konstellationen igen | 11 |
| ● Ha varandras kontaktuppgifter och kontakta vid behov | 4 |
| ● Annat | 0 |



2.

Om du vill att den här konstellationen träffas igen, har du några medskick angående upplägg och innehåll?

1	anonymous	Mer diskussion med varandra.
2	anonymous	Erfarenheter
3	anonymous	Tycker det var ett bra upplägg med helgrupp varvat med smågrupper
4	anonymous	Lite längre tid för dialog i smågrupper.
5	anonymous	Gillade upplägget, men absolut att utrymme bör finnas för dialog i "rummet".
6	anonymous	Jättebra med gruppdiskussion och att dela med sig av erfarenheter. Försöka få till mer tid för gruppdiskussion men kanske mer konkreta frågeställningar. Gör inget om samtalet är 2h om de krävs för att få mer tid för gruppdiskussion i mindre grupper.
7	anonymous	Tycker det är väldigt givande att få lyssna in andras projekt. Det enda som man skulle kunna fundera över att ändra är om dessa träffar och grupper ska vara i mindre format där konstellationen är mer baserad på målgrupp, exempelvis vi som har barn och unga träffas i ett nätverk. Då blir kanske också tiden för diskussion och utbytet av tips större.
8	anonymous	Det var första gången jag var med så svårt att veta hur det skulle bli. Ju fler gånger man träffas blir det lättare att hålla koll på de olika projekten och vad de handlar om. Kanske ett projekt får dra en längre presentation per träff?

3.

Hur kan Centrum för fysisk aktivitet ge annat stöd i er vårdsamverkansgrupps FaR-projekt?

1	anonymous	Tips med upplägg och komma "runt" kok-boken ;)
2	anonymous	Stöd o inspiration
3	anonymous	Vi har kontakt och stöd👍
4	anonymous	Erfarenhetsutbyte är värdefullt
5	anonymous	Tycker att ni har bidragit på ett bra sätt och stöttat utifrån det ni kan.
6	anonymous	Hjälpa oss nå ut till olika verksamheter . Vara bollplank vid behov.

Tack för idag!

Och passa på att fortsätta dialogen

Centrum för fysisk aktivitet: rh.cffa@vgregion.se

