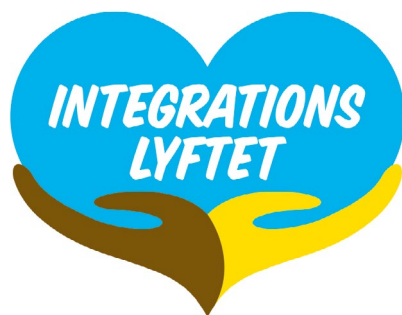


## Kontakt

För mer information kontakta projektledaren Anthony Ericson,  
telefon **070-544 30 85**  
e-postadress [anthony@rarsormland.se](mailto:anthony@rarsormland.se)

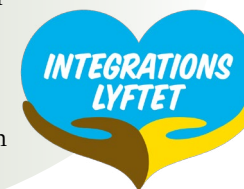


November 2017 Foto: iStock [www.istockphoto.com](http://www.istockphoto.com)



Hälsoskola är ett utbildningsprogram för nyanlända ungdomar och vuxna. Bland dessa finns många med problematik där orsakerna ofta är komplexa.

Att tvingas fly från sitt land, bevittna eller utsättas för våld och kanske förlora anhöriga skapar en livskris som inte försvinner bara för att man kommer i säkerhet. Man behöver tid för att sörja, bearbeta och anpassa sig till sin nya situation och kanske en ovisshet om framtiden. Ibland kan stressen ta sig fysiska uttryck. Genom utbildning får deltagarna medvetenhet om sig själva och bättre fysisk och psykisk hälsa och blir därmed mer anställningsbara. De får också en ökad kunskap om det svenska samhället.



### *Vad är syftet med hälsoskola?*

Vinsterna med verksamheten har varit att personer med allvarlig sjukproblematik upptäcks och kan få rätt hjälp. Så stor andel som 30 % av de som tvingats lämna sitt land lider av allvarligare sjukdomar och ohälsa och har hög vårdkonsumtion och tyvärr ofta lågt förtroende för vården. Störst är problemet för nyanlända kvinnor.

Hälsoskola kan avstyra sjukvårdsbesök som inte är nödvändiga genom att deltagarna får lära sig egenvård. Detta frigör resurser till andra patienter. Personer med funktionsnedsättning blir identifierade så att de kan få rätt stöd och hjälp av Arbetsförmedlingen. Dessutom förbättrar deltagarna sitt hälsotillstånd och blir därmed mer anställningsbara.

### *Var finns hälsoskola idag?*

Hälsoskola har bedrivits och bedrivs på flera håll i landet, bland annat i Sörmland genom Europeiska socialfondens (ESF) projekt IBIS (Integrationsbygget i Sörmland), i Eskilstuna, Flen, Katrineholm och Oxelösund. IBIS hälsoskola vänder sig till vuxna, men vi vill nu även överföra konceptet till elevhälsan och ungdomar. Integrationslyftet ska underlätta för ett införande av hälsoskola i den ordinarie verksamheten i kommuner och landsting.

### *Hur går hälsoskola till?*

När det gäller hälsoskola för vuxna träffas deltagarna vid tio utbildningstillfällen à tre timmar. Varje tillfälle har sitt eget tema där sakkunniga som läkare, sjuksköterska, sjukgymnast, dietist och kurator blir inbjudna för att prata om sin profession. Utbildningsledaren håller även i undervisning själv. Temana kan vara till exempel basal kroppskänedom (BK), psykisk ohälsa, tandhälsa, sexuell hälsa, det svenska sjukvårdssystemet och egenvårdsråd. När det gäller ungdomar träffas deltagarna vid fem utbildningstillfällen. Hälsoutbildningen sker på svenska med tolk närvarande. Samma tolk används vid alla tillfällen.

### *När ska utbildningarna starta?*

25 personer ska utbildas till utbildningsledare i hälsoskola. Den första utbildningen startar i februari 2018. Landstingsledningens målsättning är att hälsoskolor ska inrättas som en permanent verksamhet 2019.

Utbildningsledare typ	Antal utbildningsdagar
Utbildningsledare för vuxna	5 dagar (kl. 9-16 en dag/vecka i 5 veckor)
Utbildningsledare för ungdomar	3 dagar (kl. 9-16 en dag/vecka i 3 veckor)

### *Vem kan bli utbildningsledare för hälsoskola?*

Anställda inom kommuner och landsting. Det kan till exempel vara sjuksköterskor, sjukgymnaster, skolsköterskor och skolkuratorer. De anställda får anmäla intresse och arbetsgivaren utser vilka som får delta.

### *Vad kostar det?*

Det är gratis att gå utbildningen. Arbetsgivaren betalar bara lön för dig som ska bli utbildningsledare eftersom du går på din arbetstid.

### *Vill du bli utbildningsledare?*

Anmäl ditt intresse till projektsekreterare Karin Sandberg, e-postadress [karin.sandberg@dll.se](mailto:karin.sandberg@dll.se)

