



29/10 2015

Samordningsförbundet bjuder in till påfyllnad om hälsoskolor i "HAM-SAM"



Lisette Hall Rut Sannemo Lena Esbjörnsson Tina Eriksson-Sjöo
Hc Järpen Strömsunds kommun HC Strömsund Malmö Högskola

Första påfyllnadstillfället av tre 2015/16 som ingår i förbundets arbete med HAM-SAM. Tina Eriksson-Sjöo från Malmö Högskola besöker oss och arbetar med HAM-SAM- kopplade verksamheter denna dag. Tina har också skrivit avhandlingen "Utmaningar och bemötande i flyktningmottagandet" 2012 där erfarenheter och uppföljning av hälsoskola i Malmö beskrivs och analyseras.

Tina ledde ett seminarium om hälsoskolors specifika uppbyggnad och processer på förmiddagen. På eftermiddagen hade de som i "HAM-SAM" har uppdraget att genomföra modelluppbyggnaden av hälsoskolor i Jämtland handledning och erfarenhetsutbyte med Tina. Inblandade i att genomföra hälsoskolor/grupper enligt konceptet vi beslutat oss om; se bild ovan!

Exempel på innehåll av erfarenhets- och kunskapsförmedling under dagen.

Definition av Hälsa

Hälsa definieras i Hälsoskole-sammanhang som en process, ständigt föränderlig och påverkbar. Den påverkas i relation till individens handlingar och till omgivningen (Medin & Alexandersson, 2000, sid.70).

Interventioner bör:



- Hjälpa individen att använda sina resurser
- Minska känslan av hot eller stress
- Stärka individens hälsosystem