

Tillsammans stärker vi hälsosamma levnadsvanor

Forum för folkhälsa i Västerbotten hälsar er välkomma till en regional
folkhälsokonferens 28 maj 2024 i Lycksele, Hotell Lappland

Syftet med konferensen är att stärka samverkan i folkhälsoarbetet med fokus på förutsättningar för hälsosamma levnadsvanor och att skapa möjligheter till nätverkande, erfarenhetsutbyte och att sprida kunskap om pågående folkhälsoarbete i Västerbotten.



Länsstyrelsen
Västerbotten

 region
västerbotten

Tillsammans stärker vi hälsosamma levnadsvanor



Moderator:
Jenni Bark, Region Västerbotten

Tid	Programpunkt
8.30–09.00	Registrering och kaffe/fika
9.00–09.15	Moderator Jenni Bark hälsar välkomna Inledning, Peter Olofsson, regionstyrelsens ordförande
9.15–10.15	Hur kan vi skapa förutsättningar för hälsosamma beteenden? Niklas Laninge, psykolog och expert på beteendedesign
10.15–10.45	PAUS
10.45 –11.45	Tema matmiljö: Vi äter det vi skapar förutsättningar för? Pia Lindeskog, Folkhälsomyndigheten Kulturanpassad mat inom äldreomsorgen, Lena Maria Nilsson, Umeå universitet
11.45–12.45	LUNCH
12.45–13.15	Hur kan forskning och innovationer hjälpa folkhälsan i Västerbotten, Fredrik Nilbrink, RISE
13.15–14.00	Västerbottenssvepet, korta presentationer av insatser & arbetsprocesser i länet
14.00–14.45	Hur lyckas vi med folkhälsoarbetet? Övning utifrån Folkhälsomyndighetens implementeringsverktyg, Karin Guldbrandsson, Utredare, Folkhälsomyndigheten
14.45–15.15	PAUS
15.15–15.45	Tema rörelserikedom: 60 minuter av vadå? Om rörelse som räknas. Grim Jernudd, Change the game
15.45–16.00	Summering av dagen, Lars Lustig, länsråd Länsstyrelsen Västerbotten Avslut

PROGRAM

9.00–9.15

Inledning

Moderator Jenni Bark hälsar välkomna

Inledning av Peter Olofsson, regionstyrelsens ordförande



9.15–10.15

Hur kan vi skapa förutsättningar för hälsosamma beteenden?

Niklas Laninge, psykolog och expert på beteendedesign

I det här passet får du höra mer om hur du kan arbeta med storskalig beteendeförändring. Du får en introduktion till ämnet och insikter om metodernas roll i förändringsarbete. Niklas går igenom en metod som hjälper dig förstå din målgrupp och varför denne inte alltid gör som du vill att de ska göra. Avslutningsvis får du en rad inspirerande exempel hur du kan arbeta för att skapa den beteendeförändring du önskar se.



10.45–11.45

Tema matmiljö:

Vi äter det vi skapar förutsättningar för?

Pia Lindeskog, Folkhälsomyndigheten

Matmiljö handlar om faktorer i den fysiska och sociala miljön som påverkar våra val och konsumtion av mat, vilket har betydelse för vår hälsa och även miljön. Pia berättar om hur olika faktorer i vår matmiljö, såsom utbud, pris, marknadsföring och tillgänglighet, men även kultur, socio-ekonomi och sociala normer, påverkar vad vi äter och kan öka risken för ohälsa.



Kulturanpassad mat inom äldreomsorgen

Lena Maria Nilsson, Umeå universitet

Lena Maria Nilsson är doktor i folkhälsovetenskap och engagerad i forskargruppen Lávuo - forskning och utbildning för samisk hälsa vid Institutionen för Epidemiologi och Global Hälsa vid Umeå universitet. Sedan 2023 har hon ett särskilt fokus på äldre samers behov av kulturanpassad mat genom ett forskningsprojekt som leds av SLU i Uppsala och som får stöd av forskningsfinansiären FORTE. Nilsson presenterar och diskuterar vad hon och hennes forskargrupp hittills har sett i olika kommuner inom biosfärområdet Vindelälven-Juhtátahkka.



PROGRAM

12.45–13.15

Hur kan forskning och innovationer hjälpa folkhälsan i Västerbotten?

Fredrik Nilbrink, Senior Software Developer, RISE

RISE (Research Institutes of Sweden) är ett statligt forskningsinstitut som har som uppdrag att hjälpa och samverka som innovationspartner för hela samhället. Fredrik ger en kort presentation av RISE, en del exempel på projekt och initiativ som genomförs kopplat till bland annat folkhälsa och levnadsvanor samt diskussion om möjligheter till samarbete som finns tillgängliga.



13.15- 14.00

Västerbottenssvepet

Korta presentationer av insatser och arbetsprocesser i länet
Fler presentationer kan tillkomma

Frukostklubben

Sara Ghazi, Rädda Barnen

Motionskampanj för Seniorer 65+

Daniel Burman, Storumans kommun

Tillsammans är vi Vindeln - möjliggöra möten mellan människor

Ellinor Gustavsson, Projekt aktivitetslots, Vindelns kommun

Anhörighet för personer som lever/har levt nära någon med beroenden

Ann-Marie Lindgren, Blå Bandet

Må bra grupper

Skellefteå kommun

Prevention av tobak och nikotin

Jeanette Carlsson, Region Västerbotten

Idrott och positiva rörelseupplevelser som gör skillnad hela livet

Niklas Lindmark, RF-SISU Västerbotten

Bryta barriärer: att stärka individer genom språk och kunskap

Amanda Källmark och Mya Grönlund, RFSU Umeå



PROGRAM

14.00–14.45

Hur lyckas vi med folkhälsoarbetet? Övning utifrån Folkhälsomyndighetens implementeringsverktyg

Karin Guldbrandsson, Utredare, Folkhälsomyndigheten

I det här passet kommer du att få testa Folkhälsomyndighetens nya implementeringsstöd, antingen med ett eget exempel eller med förberedda förslag. Innan konferensen, botanisera gärna på sidan [Att lyckas med implementering inom folkhälsoområdet](https://www.folkhalsomyndigheten.se/om-folkhalsomyndigheten/utredning-och-utveckling/utredning-och-utveckling-2022/att-lyckas-med-implementering-inom-folkhalsoomradet). En kort trailer på LinkedIn beskriver de olika delarna i materialpaketet: <https://www.linkedin.com/feed/update/urn:li:activity:7135204200275189760>, dvs. rapporten Från nyhet till vardagsnytta, Checklista för implementering med kvalitet, E-guide implementering och fem inspirationsfilmer från olika områden.



15.15–15.45

Tema rörelserikedom:

60 minuter av vadå? Om rörelse som räknas

Grim Jernudd, Utbildare & metodutvecklare, Change the game

Folkhälsomyndigheten rekommenderar 60minuters rörelse om dagen för barn och unga. Den här programpunkten handlar om hur vi genom att sätta fokus på kvaliteten i rörelseupplevelser kan skapa samverkan, aktiviteter och miljöer som passar fler människors intressen och förmågor. Användning av rörelserikedom (physical literacy) som socialt innovationsverktyg innebär dessutom mer lokal och cirkulär användning av kompetens och resurser så att både individen, ledaren och samhället kan växa och frodas på ett hållbart sätt.



15.45–16.00

Avslutning:

Summering av dagen, Lars Lustig, länsråd Länsstyrelsen Västerbotten

Tack för ditt deltagande!

