

Ansökan om Folkhälsobidrag för 2017

Utveckling av samarbete mellan HjärtLungs Läns- och Lokalföreningar i Västerbotten och Primärvården mfl

Bakgrund och organisation

Riksförbundet HjärtLung arbetar för att förbättra villkoren för alla som insjuknat i någon hjärt eller lungsjukdom och deras anhöriga samt de personer som befinner sig i riskzonen för att drabbas. Riksförbundet HjärtLung är en demokratiskt uppbyggd organisation som bygger på aktiva lokala föreningsverksamheter.

Länsföreningen i respektive län har en samordnande funktion för lokalföreningarna.

I Västerbotten finns det idag tio lokalföreningar, Dorotea, Jörn, Lycksele, Norsjö-Malå, Skellefteå, Storuman, Umeå, Vilhelmina, Vindeln och Åsele. Dessa föreningar har tillsammans ca 3000 medlemmar idag. Varje lokalförening arbetar hälsofrämjande och vill därför engagera människor på den egna orten att delta i HjärtLungs verksamhet.

Syfte med samarbete

Syftet med samarbetet är att HjärtLungs Läns- och Lokalföreningar i Västerbotten och primärvården ska öka möjligheten för personer i länet att bli delta i hjärt- och lungskolan och därigenom bli medvetna om vilka riskfaktorer de bör förändra för att minska risken för hjärt- och lungsjukdomar.

Mål med samarbetet

Målet med samarbetet är att finna ett gott samarbete så att så många personer som möjligt slussas över till HjärtLungs verksamhet i lokalföreningarna. Därigenom ges möjlighet att fler personer i Västerbotten får ökad kännedom om riskfaktorer för hjärt- och lungsjukdomar och om hur man själv kan påverka sin livsstil genom adekvat information, stöd och motivation till att förändra sin livsstil. En sundare livsstil ger ett längre och friskare liv.

Aktiviteter som ger en social gemenskap och som dessutom kan förebygga psykisk ohälsa.

Riksförbundet HjärtLung har en kampanj: Ljuset på! Fokus är på de dolda folksjukdomarna förmaksflimmer, hjärtsvikt och KOL samt Känn pulsen, känn din puls och minska risken för stroke. Information om dessa satsningar skall ske både i Läns- och lokal-föreningar.

Detta vill vi göra

Utifrån folkhälsomålen vill vi tillsammans med Hälsocentraler utveckla ett samarbete för att sprida information om livsstilsförändringar, samt även informera om att leva med hjärt- och lungsjukdomar. Vi vill att fler personer i Västerbotten ska få kännedom om våra aktiviteter och att fler skall delta i HjärtLungs verksamhet. Förslagsvis genom ett ökat samarbete med Hälsocentraler, där personal på respektive Hälsocentral kan hänvisa patienter till vår verksamhet. Vi vill fortsätta utveckla och bredda verksamheten över hela Västerbottens län. Verksamheten kommer att anpassas efter varje lokalförenings möjlighet på orten. Ett samarbete mellan föreningen på orten och Hälsocentralen kan tex vara spirometritest.

En snabb lungfunktionstest har erbjudits på flera orter i länet i samarbete med KOL-sköterskor. Flera fall med dåliga värden har upptäckts vid dessa undersökningar. De har fått rådet att söka Hälsocentralen för att ta en spirometritest. Fortsättningsvis kommer denna typ av gratis undersökning att genomföras i Länsföreningens regi och där möjlighet finns, även tillsammans med Hälsocentraler.

Vi vill även utveckla kontakter med andra organisationer som arbetar med hälsofrämjande aktiviteter. Vi erbjuder allmänheten och andra organisationers medlemmar att delta i vår

verksamhet. Våra aktiviteter för medlemmar är subventionerade och ibland helt avgiftsfria. Genom att tidigt uppmärksamma livsstilsrelaterade beteenden som inverkar menligt på hälsan så förbättras livskvaliteten på längre sikt. Våra lokalföreningar är positivt inställda till att ta emot patienter som fått ”fysisk aktivitet på recept” (FAR). Vi arbetar på att komma igång med flera grupper gällande fysisk aktivitet, så att utbudet blir ännu bredare. De som tidigare varit inaktiva kanske vågar komma med i lättare fysisk aktivitet för att sedan pröva sig vidare till det som kräver lite mera.

Ambitionen är bland annat att starta flera qigong-grupper. I dessa grupper tränas bland annat balansen, vilket är viktigt för att undvika fall. Att starta och stimulera bildandet av gå-grupper ”gå för hälsan” med regelbundna gå-tider varje vecka i våra lokalföreningar är också en ambition. Bra motion inklusive social gemenskap. Detta som komplement till sittgympa och vanlig golvgympa.

Att utbilda och skapa ännu flera alternativ till medlemmar och allmänhet gällande förebyggande åtgärder och fysisk aktivitet planeras som sittyoga och dansa loss (rörelser till musik).

Länsföreningen och alla lokalföreningar arbetar med att stimulera till deltagande i olika gympa-grupper samt även pröva handikapp-ridning där sådant utbud finns.

Varje lokalförening har också många sammankomster som studiecirklar, resor och trevliga medlemsträffar. I denna gemenskap möter man personer som kan delge utifrån egen erfarenhet. Många av våra medlemmar uttrycker ofta ensamhet och tråkiga dagar, om de inte hade vår verksamhet att gå till. Många studier visar på vikten av social gemenskap för att förebygga psykisk ohälsa och bibehålla en god hälsa.

Våra föreningar erbjuder också utbildning i Hjärt-lung-räddning. Lokalföreningarna gör och har gjort satsningar för att utplacera hjärtstartare och utbilda ansvariga personer i samband med detta.

Lycksele 2016-09-21



Ulla Frank

Ordförande, Länsförening Västerbotten HjärtLung

Sven Duvas väg 5

92132 Lycksele

Tel 070- 564 03 31

Inlämnas senast 30 september i 2 exemplar (varav ett original)

Till
Västerbottens läns landsting
Diariet
901 89 Umeå

Länsorganisation/motsvarande Hjärt- och Lungsjukas Länsförening i Västerbotten

Mindre förening.....

Föreningen är registrerad hos Skatteverket.

Adress c/o Ulla Frank, Sven Duvas väg 5.....

Postnummer...921 32..... Ort ...Lycksele.....

Postgiro....29 60 77-1.....

Telefon...070-564 03 31.....

UPPDRAGETS NAMN – beskrivning (se baksidan)

....” En bättre framtid”.....

Sökt 200.000..... kronor

ANSVARIG

Namn...Ulla Frank, ordförande.....

Telefon.....

Mobiltelefon...070-564 03 31.....

Datum..2016-09-21.....Namnunderskrift.....
Ulla Frank

BESKRIVNING (sammandrag)

Vad ska göras

Förebyggande och hälsofrämjande verksamhet, information, trygghet och social gemenskap.

Ge information, våra medlemmar anser att de får för lite information om sina sjukdomar och riskfaktorer vid kontakter med sjukvården

.....
Sprida information om riskfaktorer och erbjuda hjälp att förändra livsstilen genom att erbjuda deltagande i föreläsningar och gruppaktiviteter i våra lokalföreningar. I denna gemenskap möter man personer som kan delge utifrån egen erfarenhet.

.....
Öka och förbättra informationen till hjärt- och lungsjuka, anhöriga samt allmänheten.

.....
Utbilda och skapa flera alternativ till medlemmar och allmänhet gällande förebyggande åtgärder och fysisk aktivitet, bla qigong, yoga och dansa loss (rörelser till musik)

.....
Starta och stimulera bildandet av gå-grupper "gå för hälsan" med regelbundna gå-tider varje vecka i våra lokalföreningar. Bra motion inklusive social gemenskap. Detta som ett komplement till sittgympa och vanlig golvgympa.

Erbjuda snabb lungfunktionstest vid vissa utåtriktade aktiviteter och blodtryckstagning vid andra utåtriktade aktiviteter.

Målgrupp

Hjärt- och lungsjuka, anhöriga samt allmänheten

Tidplan

fortlöpande under året.....

Vilka nationella målområden berörs? 1, 6, 9, 10,11, 12.....

Hur följer ni upp ert arbete?

Görs årligen.....

.....
Samverkan med/samarbetspartners

ABF, hälsocentraler, sjukstugor, sjukhus, folktandvård och kommuner i bla hälsoveckor

.....
Bidrag från andra aktörer? (kommuner, stiftelser etc.)

Inte sökt från annat håll.....

Ekonomisk kalkyl

Intäkter	Kronor	Kostnader	Kronor
		Lokalkostnader	20.000
		Resor, arvoden	30.000
		Föreläsningar	20.000
		Material	30.000
		Marknadsföring	50.000
		Utbildning/fortbildning	50.000
Summa		Summa	200.000

Kryssa i de påståenden som stämmer med er förening:

- | | |
|---|-----------|
| Föreningen har en demokratisk uppbyggnad | <u>Ja</u> |
| Föreningen har en styrelse med minst tre medlemmar | <u>Ja</u> |
| Föreningen har revisor/revisorer som granskar föreningen | <u>Ja</u> |
| Ansökan avser INTE partipolitiska eller religiösa aktiviteter | <u>Ja</u> |
| Föreningen har redovisat eventuella tidigare beviljade bidrag | <u>Ja</u> |
| Föreningen har tagit del av gällande riktlinjer för folkhälsobidrag | <u>Ja</u> |

Kontaktuppgifter:

Namn Ulla Frank
Telefon 070-564 03 31
Mobiltelefon 070-564 03 31
e-mail ulla.frank@brinet.nu

Jag intygar på heder och samvete att lämnade uppgifter i ansökan är riktiga



.....
Namnunderskrift

Ansökan inlämnas senast 30 september

Via mail till:

Märk ansökan "Folkhälsobidrag"

Via post:

Västerbottens läns landsting

Diariet

Köksvägen 11

901 89 Umeå