

FOLKHÄLSONYTT maj 2017

Krönika

Idrott alla dagar i veckan

Jag gick på lekis när jag började längta efter att få börja spela fotboll. Killarna i klassen hade redan börjat. Jag var målmedveten, - fotboll ville jag spela. Jag förberedde mig genom att ställa ut hinkar att "dribbla" mellan på ängen bakom huset. När jag var 10 år åkte vi på vår första cup, den var i Katrineholm och alla sov på luftmadrasser och en kväll fick vi gå på disco.

När jag var åtta år fick jag följa med pappa och storebror till luftgevärsbunkern inne i stan. Jag hade precis vuxit till mig så pass mycket att jag nu äntlig nådde fram till avtryckaren och lyckan var total. När jag var nio år fick jag åka ända till Eskilstuna för att vara med på en tävling. Jag minns att jag fick en chokladboll efter att jag skjutit och att det fanns hela sex toaletter. I min luftgevärsbunker fanns inte en enda.

När jag skulle börja högstadiet inne i Nyköping hade jag hört talas om att det fanns en fotbollsinriktning på en av högstadieskolorna. Där ville jag gå! Till hösten började jag i 7A, en fotbollsklass. På fotbollslektionerna var vi 20 killar och fem tjejer. På somrarna jobbade jag på den lokala fotbollssommarskolan som ledare.

När det blev dags för gymnasieval var det givet att jag ville gå samhälls- och idrottsprogrammet. Då skulle jag få träna skytte på lektionstid. Under gymnasiet blev jag invald i min förenings styrelse som utbildningsansvarig och företrädare för ungdomsfrågor. I slutet av gymnasiet utbildade jag mig till förbundstränare inom skyttesporten, - jag ville bidra till att fler skulle hitta glädjen inom sporten.

Nu 10 år efter min avslutade "skytte- och fotbollskarriär" arbetar jag med idrott alla dagar i veckan på Örebro läns Idrottsförbund och i Sydnärke folkhälsoteam. Jag arbetar med

"För mig är idrott folkhälsa, om den bedrivs på barnens villkor där det viktigaste är att få gå på disco."

att få fler att hitta glädjen inom idrotten. För idrott är inte bara att sparka på en boll eller träffa mitt i prick. Det är att sitta med i styrelsen, att åka på cup med vännerna, att vara ledare, att lära sig vem man är, att åka till nya platser, att lära sig passa tider, att träffa nya människor, att skratta och att gråta tillsammans, att mötas över generationsgränser, att vara fotbollsspelare eller skytt och inte bara vara pojke eller flicka. För mig är idrott folkhälsa, om den bedrivs på barnens villkor där det viktigaste är att få gå på disco. Idrotten existerar tack vare alla engagerade föräldrar, glädjespridande ledare och kioskbeväringar far- och morföräldrar. Den drivs av ideella krafter, av alla oss medlemmar utan ekonomiskt vinstsyfte. Just det ska vi ta tillvara på och främja för att idrotten gör Sverige starkare, - på fler vis än ett.

Maria Ståhl
Hälsoutvecklare



Nyheter

Det handlar om jämlik hälsa

Kommissionen för jämlik hälsa har i uppdrag att föreslå åtgärder som kan bidra till att minska hälsoklyftorna i Sverige och att föra en bred dialog med relevanta aktörer om jämlik hälsa. Nu har Kommissionen kommit med ett delbetänkande.

Utifrån de resonemang som redovisas i delbetänkandet har Kommissionen identifierat tre principiellt olika typer av åtgärder för att åstadkomma en mer jämlik hälsa. Detta sammantaget utgör utgångspunkterna för Kommissionens fortsatta arbete med att ta fram förslag på hur hälsoskillnaderna i Sverige kan minska.

- Åtgärder som handlar om att stärka människors egna möjligheter att agera och generera resurser.
- Åtgärder som innebär att göra mer av sådant som verkar fungera. Här kan kommande diskussioner exempelvis komma att handla frågor som täckningsgrad och ersättningsnivåer i socialförsäkringar eller andel barn inskrivna i förskolan.
- Åtgärder som innebär att göra saker bättre eller annorlunda för att på så sätt få ut mer nytta för brukare av olika välfärdstjänster. Här kan mer strategisk styrning, ledning och uppföljning vara centrala element.

[Klicka här](#) om du vill läsa delbetänkandet i sin helhet.

Källa: Regeringen



Nationell kvalitetsplan för vård och omsorg för äldre

Regeringen gav i juni 2015 Susanne Rolfner Suvanto i uppdrag att ta fram förslag till en nationell kvalitetsplan för äldreomsorgen med utgångspunkt i jämlikhet, inflytande och valfrihet för äldre.

Utredningen har tagit fram ett förslag till en nationell kvalitetsplan för äldreomsorgen. Syftet är att genom långsiktiga insatser inom strategiskt viktiga områden säkra utvecklingen av god kvalitet i den framtida äldreomsorgen.

Källa: Regeringen

För att äldre personer ska få vård och omsorg av god kvalitet krävs insatser både från äldreomsorgen enligt socialtjänstlagen och från landstingens och kommunernas hälso- och sjukvård. [Utredningen](#) föreslår åtgärder som syftar till:

- Högre kvalitet och effektivitet
- Bättre förebyggande och rehabiliterande insatser
- Tryggad personalförsörjning
- Användning av välfärdsteknologi

Folkhälsan i Sverige – årsrapport 2017

Folkhälsomyndigheten har regeringens uppdrag att årligen lämna en rapport om utvecklingen av folkhälsan och dess bestämningsfaktorer. Folkhälsan i Sverige är god sett ur ett globalt perspektiv och i flera avseenden blir den bättre. Samtidigt är hälsan inte jämnt fördelad i befolkningen och ojämlikheten i hälsa mellan vissa grupper ökar. Detta är de övergripande resultaten i [årets rapporter](#):

- Det finns en social gradient i hälsa som innebär att människors hälsa i allmänhet är sämre ju lägre socioekonomisk position de har. Resultaten tyder på att den sociala gradienten har vuxit under de senaste tio åren, framför allt när det gäller olika mått på dödlighet. Ohälsan är nästan genomgående större bland personer med förgymnasial utbildning som högsta utbildningsnivå än bland personer med eftergymnasial utbildning.
- Det finns tecken på att den psykiska ohälsan ökar, framför allt bland unga och bland personer med högst förgymnasial utbildning.
- Övervikt och fetma är ett växande folkhälsoproblem. Ungefär hälften av befolkningen i åldern 16–84 år har i dag övervikt eller fetma.

Källa: Folkhälsomyndigheten