

# HA hälsan

HälsoAkademikernas medlemsblad • Nr 3 – juli 2016

## Ordföranden har ordet...

Det är i skrivande stund ett par veckor innan midsommar och strålande väder = att sitta vid datorn och jobba kräver disciplin. Jag vill ju bara ut och vara ledig i det varma vädret!

När du läser detta har det blivit juli månad och då kommer i alla fall jag att vara ledig sedan ett par veckor tillbaka. Skönt!

Den nya styrelsen har börjat komma igång. Vi har organiserat oss och fördelat ansvarsområden, och planerat ett par nya spännande projekt som vi drar igång under sommaren/hösten.

Det ena har fokus på er studerandemedlemmar. Vi vill utveckla medlemsnyttan för studenter under studietiden. Detta kommer att ske i nära samarbete med SRAT som också har ett projekt under hösten att utveckla studentverksamheten. Projektledare är Malin Pähls, logopedstudent, som också har en adjungerad plats i SRATs styrelse.

Det andra projektet syftar till att utveckla informationen om var en hälsovetare kan jobba. Vi kommer beskriva vilka arbetsplatser/tjänster hälsovetare har idag med ett brett perspektiv.

Inom båda projekten behöver vi dig medlem som vill hjälpa oss, exempelvis med att du som är student talar om vad du skulle vilja ha ut av medlemskapet och att du som är yrkesverksam berättar var du arbetar och vad du gör i ditt arbete.

*Ha en bra sommar!*

*Andreas Lövdahl  
ordförande*

## Fyra hälsovetarnätverk igång runt om i landet

**Sedan februari 2014** har ett hälsovetarnätverk funnits lokalt i Göteborg. Nätverket har träffats flera gånger sedan dess, med allt ifrån två till fem gånger/år. Träffarna har varit mycket uppskattade för att träffa andra hälsovetare samt för att få stöd och inspiration i sin roll. Tanken från föreningen har hela tiden varit att få igång nätverk även på andra orter. Under våren har detta blivit verklighet på flera orter.

**Först ut var** en nätverksträff i Uddevalla i april dit flera engagerade hälsovetare kom. Deltagarna på denna träff bildade en planeringsgrupp och har därefter haft ytterligare ett möte för att planera hösten. Nästa träff är planerad till den 4 oktober.

**Under maj månad** så hölls en nätverksträff i Stockholm, där tre engagerade hälsovetare har hållit i trådarna och planerat för starten av nätverket. Det var en väldigt lyckad träff där delaktighet låg i fokus. Deltagarna uppskattade att få kontakt med andra hälsovetare samt att få inspiration.

**Även i Dalarna** finns stort intresse av ett lokalt hälsovetarnätverk. Där har ett första

möte mellan tre hälsovetare i regionen hållits. Tanken är att ha nästa träff till hösten och totalt under ett år hålla cirka fyra träffar. Tanken och ambitionen är att nätverket ska vara, *enkelt, tydligt och inspirerande*.

### Mentorskap

Yrkesverksamma hälsovetare inom nätverket i Göteborg har väckt intresse om mentorskap. Föreningen ställer sig väldigt positiva till att de som har yrkeserfarenhet med sig kan anmäla sig som mentorer inom det lokala nätverket. Tanken är att detta kan vara en god hjälp för att stärka oss hälsovetare genom att erfarna hälsovetare fungerar som mentorer för de som studerar eller nyligen kommit ut på arbetsmarknaden.

**Om du är** intresserad av att vara med i något av nätverken eller bli mentor hör av dig till mig som är ansvarig för hälsovetarnätverken i styrelsen.

*Agneta Mattiasson,  
agneta.mattiasson@halsoakademikerna.se*

## Hälsovetardagen 2017

Boka redan nu in nästa **Hälsovetardag** i din kalender. Det blir den tredje officiella branschdagen för hälsovetare och den andra i rad som vi genomför i samarbete med Prioritet Serneke Arena.

Kom och kompetensutveckla dig av våra föreläsare och nätverka med alla andra medlemmar. Vi arbetar på ett upplägg med en gemensam huvudföreläsare och två-tre parallella temaföreläsare.

Vi tar tacksamt emot synpunkter på innehållet inför nästa år.

För att veta hur intresset ligger för Hälsovetardagen 2017 så får ni gärna "gilla" evenemanget på Facebook och/eller skicka oss en "tumme upp".

**Plats:** Prioritet Serneke Arena i Göteborg

**Datum:** 9 februari 2017



**Som representanter för** HälsoAkademikerna, HA åkte vi till Malmö för att ta del av synen på, och resonemanget kring, barn- och ungdomsidrottens 2016. Ett högklassigt arrangemang av Skåneidrotten med företrädare från Riksidrottsförbundet, RF, elitklubbar och breddidrott. Detta kryddat med Kajsa Bergqvists resa från breddidrottare – och nära att sluta i 13-14 årsåldern – till att bli en frid elitidrottare med många VM- och OS-medaljer.

**Som en stark** representant för breddidrotten inledde SVT:s sportkommentator Chris Härenstam, som också var moderator för dagen. Detta handlade dock inte om hans roll i TV, utan hans brinnande engagemang för barn- och ungdomsidrott. Detta som tidigare ordförande och numera klubbchef i Ingarö IF. Föreningen utsågs till årets barn- och ungdomsförening 2014. Han driver också en sommaridrottskola under devisen "Allas rätt att vara med".

**Efter Chris intressanta** uppstart kom Anders Wahlström som är RFs chef för barn- och ungdomsfrågor. Han tog oss med på en resa under 40 år hur idrottens villkor har förändrats fram till idag. Under årens lopp och även nu har det visat sig att tidig specialisering till en idrott, toppningar av lag och selektion gör att merparten av dessa aktiva slutar tidigare, får en ökad risk för skador och också har

en högre fysisk inaktivitet som vuxen. Med hänvisning bland annat till P G Fahlströms forskning vid Växjö Universitet säger den att det är större chans att bli framgångsrik i sin idrott om man väljer vid 15-16 års ålder. "Att hålla på med flera idrotter är bra för att det ger utövarna en chans att finna "sin" idrott, dessutom utvecklas en mängd färdigheter som inte tränas på de grenspecifika passen men som är bra för den fysiska och motoriska verktygslådan". Att få fler att hålla på längre med att idrotta är alltså ett övergripande mål då fler ungdomar nu slutar tidigare. Kopplat till dagens samhälle visar också forskning att dagens ungdomar har sämre fysisk status än tidigare generationers, vilket alla förstår vidden av i ett hälsoperspektiv.

**I Skåne finns** ju Malmö FF som är en av Sveriges största fotbollsföreningar, både historiskt och i nutid. Anders Georgson presenterade *Den himmelsblå vägen* på ett mycket intressant sätt. Från att ha varit barn- och ungdomsansvarig jobbar han nu med scouting och som U17-tränare i MFF. Deras ambition är att få fler att hålla på med fotboll upp i åldrarna, trots att man driver elitverksamhet och väljer spelare redan från nio års ålder. Detta har ju att göra med att MFFs varumärke är så starkt att man helt enkelt inte har möjlighet att ta emot spelare. Ett samarbete med breddföreningar i omgivningen är viktigt,

för att få aktiva att utvecklas i sin egen takt i lugn och ro. Det svåra, enligt Anders, är också att försöka ta bort fokuseringen på resultat och istället jobba med utveckling och prestation.

**Som avslutande föreläsare** kom höjdhopperskan Kajsa Bergqvist. Hon berättade på ett engagerat sätt om sin väg till elitidrottare. För henne var den sociala delen i föreningen viktig, att träna ihop, att umgås med kompisar och att då också hålla på med flera idrotter. Hon tävlade bland annat i kula och längdhopp utan framgångar resultatmässigt. I 13-15 årsåldern ville hennes kropp inte det som hennes huvud ville, hon var en gänglig tonåring med bristande motorik och ont både här och där. Hade hon inte tillåtits fortsätta utifrån sina egna förutsättningar i föreningen hade hon slutat helt eftersom hon hade sin trygghet där. När hon utvecklats fysiskt och valt höjdhopp så kom resultatet, inte omedelbart på något sätt, men senare med ett genombrott i form av guld i ungdoms-VM.

**Eftermiddagen avslutades med** paneldebatt ledd av Chris Härenstam, där föreläsarna ställdes till svars av åhörarna. Detta ger också en delaktighet för deltagarna.

**Sammanfattningsvis en givande** dag, som också gav tankar till hur HA och våra medlemmar ska bli en större del av idrotten på alla nivåer med vår breda kompetens. På samhälls- och organisationsnivå borde vi kunna påverka som facklig-/yrkesorganisation. Vi alla som individuella medlemmar borde också kunna påverka på ett positivt sätt på grupp- och individnivå i det vardagliga arbetet.

*Leif Gustafsson & Andreas Lövdahl*

## Konsortiet för Folkhälsovetenskapliga utbildningar

**Andreas Lövdahl och** Leif Gustafsson representerade HälsoAkademikerna på årets träff den 21-22 april i Halmstad.

Konsortiet för Folkhälsovetenskapliga utbildningar är ett samarbetsnätverk för alla utbildningar med program och/eller kurser inom området folkhälsa.

Syftet med konsortiet är att utbyta erfarenheter om folkhälsovetenskapliga utbildningar. Frågor som diskuteras är exempelvis grundutbildningarnas innehåll, masterkurer, samarbete mellan lärosäten och på senare är inte minst frågan om studenternas anställningsbarhet.

Den sista frågan är den absolut viktigaste frågan för oss i HA att diskutera på dessa konsortieträffar.

Vi har senaste åren diskuterat antalet utbildningar, antal platser, programmets inriktningar, om programmen behöver nischas sig tydligare, praktik, balansen mellan teori och praktik och inte minst frågan om utbildningarna ska vara så kallade ämnesutbildningar eller yrkesutbildningar.

En *yrkesutbildning* har en tydlig inriktning på ett specifikt yrke, exempelvis de legitimerade yrkena som finns inom SRAT; tandhygienist, optiker, kiropraktor med flera.

En *ämnesutbildning* har ett vetenskapligt ämnesområde som de utbildar kring med lite olika inriktningar, exempelvis folkhälsovetenskap, idrottsvetenskap, hälsopromotion etc.

Det finns för och nackdelar med båda. En yrkesutbildning ger tydlighet gentemot arbetsmarknaden men riskerar samtidigt att bli snäv. Risken finns också att det kan vara svårt att få andra jobb om ens eget intresse ändras eller om arbetsmarknadspolitiken ändras.

En ämnesutbildning är ju betydligt otydligare gentemot arbetsmarknaden då det inte finns något tydligt yrke, men fördelen är att man har en ofta både bred och djup kunskap om ett specifikt ämnesområde. Det gör att man kan söka jobb med många olika inriktningar inom många branscher och samtliga sektorer.

Dessa träffar med konsortiet är ett av de viktigaste sammanhang att delta i för HälsoAkademikerna. Vi ser fram emot nästa års träff!

*Andreas Lövdahl & Leif Gustafsson*

## Karin Lindelöf



*Utbildning:*  
Kandidatexamen inom kostvetenskap via Hälsopromotionsprogrammet på Göteborgs universitet, 2009.

*Yrke:* Cirkeldare inom ämnet hälsa och kost på Folkuniversitet

sedan 2014 vilket innebär både enstaka föreläsningar, kortare kurser och återkommande grupper varje vecka. Med ämnen från livsmedelshandling till hjärnjympa för strokepatienter. Är även egen företagare där jag i samarbete med andra hälso- och idrottsvetare leder träningspass för äldre med fokus på styrka, balans och rörlighet. Utformar även föreläsningar efter behov och har hittills fokuserat på bra och hälsosam mat som håller livet ut.

*Vision:* Vill bidra till att stärka hälsovetarnas roll på arbetsmarknaden och att vi ska bli en självklarhet på flera arenor och arbetsplatser. En yrkesgrupp som prioriteras av arbetsgivarna och ses som en viktig och självklar pusselbit på arbetsplatsen och i samhället. Jag anser att vi har en bit kvar dit men tillsammans kan vi påverka samhället och arbetsgivarnas syn på och vetskap om vår profession och sprida budskapet om att vi är en yrkesgrupp som har en viktig roll att fylla i samhället. Jag tror även på att vi hälsovetare behöver samlas, samarbeta och visa på våra likheter och olikheter i våra utbildningar för att kunna nå dit. Hela min karriär inom hälso- och kostbranschen har jag tacka mitt nätverk för, vi är så mycket starkare tillsammans än vad vi är som enskilda individer som slåss för vår plats på arbetsmarknaden.

Jag arbetar med cirklar på Folkuniversitetet inom hälsa på flera plan och har varje termin cirklar inom hjärnjympa för strokepatienter och sittjympa för äldre. Utöver det har jag haft kurs om livsmedelshandling för livsmedelsföretag, hälsa och kost för målgruppen långtidsarbetslösa och flera enstaka föreläsningar inom bakning, livsmedelshandling, diabetes etc samt en utbildningsdag om måltidsmiljö för personalen på ett boende.



Akademikernas  
a-kassa

[www.aea.se](http://www.aea.se)

## Agneta Mattiasson



Jag har sedan två år tillbaka jobbat på uppdrag av styrelsen med lokala hälsovetarnätverk och har nu även klivit in som ledamot. Till en början jobbade jag lokalt med hälsovetarnätverk i Göteborg och

sedan ett år tillbaka jobbar jag även med implementering av hälsovetarnätverk på andra orter. Jag kommer fortsätta mitt arbete med lokala hälsovetarnätverk även om rollen kommer vara mer strategisk än praktisk. Min funktion utåt kommer vara som stöd åt de som vill starta och driva nätverk runt om i landet.

Jag hoppas och tror att mitt arbete i styrelsen kommer göra hälsovetare mer synliga på arbetsmarknaden liksom att hälsovetare blir mer stärkta i sina roller både inom och utanför arbetsmarknaden. I detta arbete ser jag hälsovetarnätverken som en otroligt viktig pusselbit för att samla hälsovetare lokalt så att de kan vara ett stöd för varandra i arbetslivet och på vägen dit.

Som person är jag lyhörd och tycker om utveckling. Jag hoppas att med mina egenskaper och mitt engagemang kunna bidra till att vi ska bli än en starkare förening, med fler medlemmar och tydliga mål med vårt arbete.

Själv arbetar jag för närvarande som medlemsansvarig och projektledare inom studentbostadsbranschen. Jag driver också eget företag i hälsopromotion där jag arbetar både med individer och grupper. Min fritid spenderar jag gärna med en fysisk aktivitet ute i naturen. På vintern är det helst längdskidåkning och på sommaren cykling. Allra bäst trivs jag på mina smultronställen i Bohusläns skärgård.

## Natalie Namro



Jag bor i Ale kommun som ligger utanför Göteborg Kommun och är student i Högskolan Väst i Trollhättan. Jag tar min hälsopedagogiska kandidatexamen under augusti 2016. På min fritid vikarierar jag i äldreboende och på en grundskola och

umgås med familj. Mina intressen är sång, dans samt att samspele med människor.

Jag har valt att vara en del av styrelsen eftersom jag vill öka medvetenhet om hälsovetare och dess kompetens på arbetsmarknaden samt att stötta och stärka dem. Flera hälsovetarskursutbildningar läggs ned, just därför är det viktigt med marknadsföring av kompetensen som ägs av hälsovetare. Gör man små förändringar kan det ske större förändringar i framtiden och det blir då värdefullt då man arbetar hälsopromotivt. Självklart intresserar jag mig även för min egen utveckling och tycker att det ska bli intressant att samspele med arbetsmarknaden.

## Lotta Rahm



Jag är framförallt mamma åt mina tre barn samt matte åt vår hund Fido. Jag bor i Uddevalla och har ett härligt liv fyllt med ett arbete som hälsoutvecklare/kvalitetssamordnare på Hälsan och Arbetslivet

inom Västra Götalandsregionen, träning, läsning, fantastiska vänner och resor.

Som hälsoutvecklare/kvalitetssamordnare arbetar jag med strategiskt hälsofrämjande arbete och Hälsan och Arbetslivets verksamhetssystem. Jag gillar att arbeta mot ett mål och resultat och där tydliga strukturer finns med god systematik. Nyckelord i mitt arbete är glädje, tillsammans, effektivitet och värde/nytta. Jag har lång erfarenhet av hälsofrämjande arbete och har också arbetat som chef inom företagshälsan. Utbildning, föreläsa och att arbeta som konsult/stöd i verksamhetsutveckling är områden jag brinner för.

Jag tycker om att vara där det händer, gillar att vara delaktig samt att få en möjlighet att påverka. Utveckling och förbättring är viktigt för mig och det har alltid varit en röd tråd i livet. Utbildning och föreläsningar är också aktiviteter jag har arbetat med sedan många år tillbaka.

Mitt ansvarsområde i HälsoAkademikerna är Företagshälsa.

Min framtidsvision är att hälsofrågorna blir en strategisk fråga både inom arbetslivet och inom politiken. Med den utvecklingen får hälsovetare en naturlig arena för sin kompetens och blir också som yrkesgrupp starkare.

I det privata blir det mycket träning och läsning samt se på film, och då helst med mina barn.

# HA söker projektledare och projektdeltagare

Föreningen växer både i antalet medlemmar och verksamhetsområden. Behovet av fler som arbetar för föreningen är större än någonsin.

Ta chansen att både göra något för din förening, det vill säga för oss alla och vår bransch samt inte minst för dig själv.

Vi har en rad projekt som behöver både projektledare och projektdeltagare.

Som projektledare arbetar du i nära samarbete med en person i styrelsen som är ansvarig för projektet. Arbetsfördelningen är att personen i styrelsen har det formella ansvaret (exempelvis det ekonomiska) och du som projektledare arbetar operativt med projektet exempelvis upprätta/justera projektplanen, tillsätta projektgrupp, göra handlingsplan, ta alla eventuella externa kontakter, med mera.

Som projektledare erbjuds du även en webbaserad **Projektledarutbildning** som ger dig både kunskap och en formell utbildning att sätta på meritlistan.

Projekten varierar i omfattning och längd. Vissa är kortare, konkreta och andra fleråriga utvecklingsområden. Både som projektledare och deltagare så deltar man utifrån överenskommelse med styrelsen. Exempelvis en viss tid, exempelvis 1-2 år eller tills viss del av eller hela projektet är klart.

De projekt vi arbetar med/vill starta upp är följande:

- Hälsovetare inom hälso- och sjukvården: vad kan vi hälsovetare tillföra och hur ska vi bli en naturlig del av den svenska vården?
- Ta fram en presentations- och prova-på-aktivitet (exempelvis konditionstest eller motsvarande) till Saco Studentmässan och gärna även delta på mässan i Stockholm den 17-18 november.
- Arbetsmarknadsenkät: branschen är i stort behov av att få en samlad statistik på hur många som får jobb/är arbetsökande, vilka jobb får vi, hur länge behöver vi söka, med mera. Arbetet sker i samarbete med högskolorna.
- Barn- och ungdomsidrott: vi arbetar på bred front med att granska barn- och ungdomsidrotten och främja en salutogen idrott för barn och unga. Skapa kontakter/bygga nätverk med idrottsforskare, lyfta fram positiva exempel från idrotts-Sverige, dialog med beslutsfattare, med mera. Syftar även till att skapa fler jobb tillfällen inom idrotten.
- IT-projekt – vi har hemsida, Facebook, LinkedIn. Vi behöver någon/några som är intresserade att jobba med samordning av

hur vi strategiskt/praktiskt ska arbeta med dessa verktyg. Men även om någon vill jobba med något av dessa medier separat så är det välkommet.

- E-Hälsan: vi vill utveckla dagens medlemsblad Hälsan till ett elektroniskt nyhetsbrev med naturlig koppling till vår hemsida och sociala medier.
- Egen-företagar-stöd: Att utveckla vårt stöd till medlemmar som vill driva eller driver företag.
- LHN – Lokala Hälsovetarnätverk: Har vi skrivit mycket om i de senaste numren och även i detta. Lokala projektledare/grupper som med styrelsens stöd skapar nätverk där du bor.

Hör av dig du som nu blev intresserad av att arbeta med ett utvecklande projekt som även kommer ge en fin referens på din meritlista.

Andreas Lövdahl

HälsoAkademikerna finns på LinkedIn & Facebook!



Anmäl din e-postadress på MIN SIDA på [srat.se](http://srat.se)



## KONTAKTA HÄLSOAKADEMIKERNA

Föreningen för akademiker inom idrott, friskvård, hälsa och folkhälsa

### ORDFÖRANDE

Andreas Lövdahl  
Stockholm  
[ordforande@halsoakademikerna.se](mailto:ordforande@halsoakademikerna.se)

### LEDAMÖTER

Daniel Ainestrand  
Kiruna  
[daniel.ainestrand@halsoakademikerna.se](mailto:daniel.ainestrand@halsoakademikerna.se)

Linda Behrmann  
Göteborg  
[linda.behrmann@halsoakademikerna.se](mailto:linda.behrmann@halsoakademikerna.se)

Leif Gustafsson  
Vänersborg  
[leif@halsoakademikerna.se](mailto:leif@halsoakademikerna.se)

Josefin Klöfvermark  
Stockholm  
[josefin.k@halsoakademikerna.se](mailto:josefin.k@halsoakademikerna.se)

Karin Lindelöf  
Göteborg  
[karin.lindelof@halsoakademikerna.se](mailto:karin.lindelof@halsoakademikerna.se)

Agneta Mattiasson  
Göteborg  
[agneta.mattiasson@halsoakademikerna.se](mailto:agneta.mattiasson@halsoakademikerna.se)

Natalie Namro  
Göteborg  
[natalie.namro@halsoakademikerna.se](mailto:natalie.namro@halsoakademikerna.se)

Lotta Rahm  
Uddevalla  
[lotta.rahm@halsoakademikerna.se](mailto:lotta.rahm@halsoakademikerna.se)

HEMSIDA  
[www.halsoakademikerna.se](http://www.halsoakademikerna.se)

Ansvariga förhandlare SRAT

Maria Yngvesson  
08-4424461  
[maria.yngvesson@srat.se](mailto:maria.yngvesson@srat.se)

Emil Pettersson  
08-4424475  
[emil.pettersson@srat.se](mailto:emil.pettersson@srat.se)

SRATs KANSLI  
SRAT  
Box 1419  
111 84 STOCKHOLM  
[kansli@srat.se](mailto:kansli@srat.se)  
[www.srat.se](http://www.srat.se)

SRAT