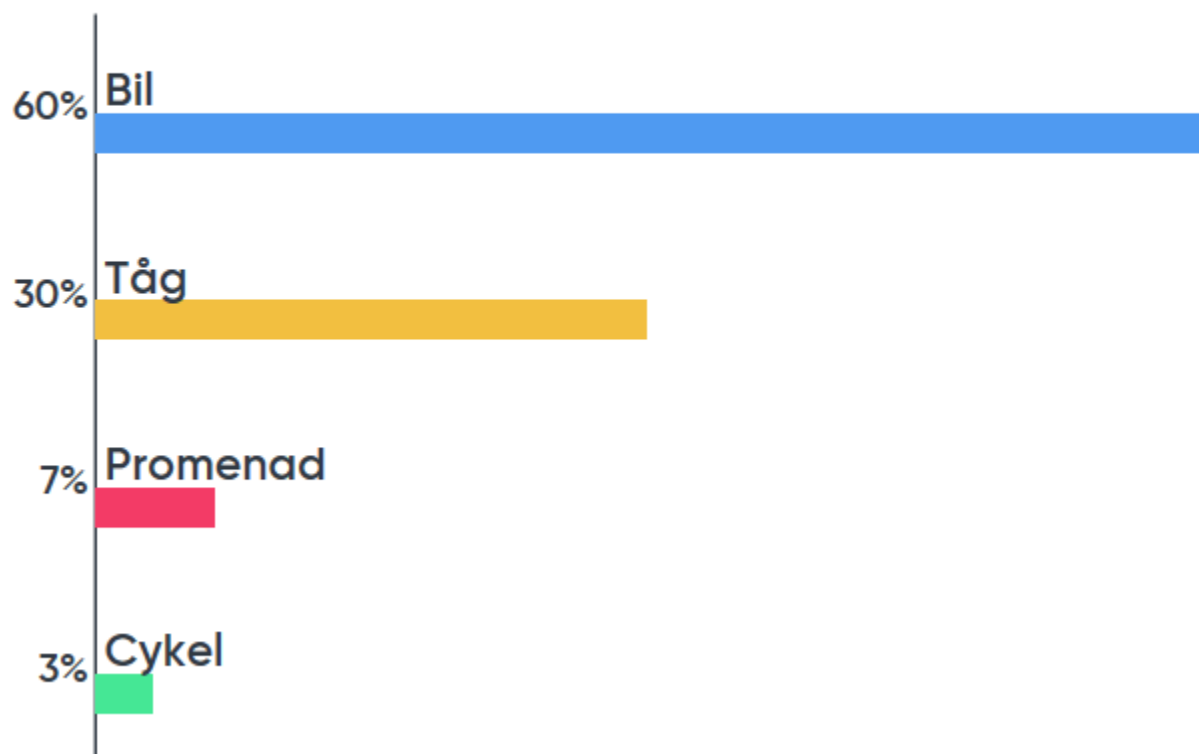


Möjligheter och utmaningar i Östergötland – hur går vi vidare?



Hur tog du dig hit idag?





Vad har du för förväntningar på dagen?

Mentimeter

Energi	En inspirerande dag	Glada kontakter och mycket utbildning och inspiration
Inspiration	Inspiration	Kunskap
Erfarenhetsutbyte	Kunskapspåfyllnad	Ny kunskap Samverkan Engagemang

Vad har du för förväntningar på dagen?

Mentimeter

Inspiration för framtida arbete.	Mer kunskap, inspiration	Inspiration
Inspiration	Kunskap om strategier	Inspiration
Inspiration	Inspiration för framtida arbete	Inspiration och ny kunskap. Nätverka



Vad har du för förväntningar på dagen?

Mentimeter

Information ny kunskap
inspiration

Inspiration

Fördjupning av tobaksarbete

Ökad kunskap

Inspiration och nätverkande

inspirera mig och får bra
verktyg

Att lära mig så mycket som
möjligt!

Mer kött på benen med info
om tobak.

Bli inspirerad och få ny
värdefull kunskap

Vad har du för förväntningar på dagen?

Mentimeter

Ny kunskap, motverkande,
inspiration

Att lära mig något nytt. Hur
kan lagen användas så
effektivt som möjligt?

Hämta inspiration till att
arbeta med tobaksprevention.

Inspiration

Att få inspiration till
tobakspreventin

Information

Få goda idéer

Ny kunskap

Bra verktyg



Vad har du för förväntningar på dagen?

Mentimeter

Att få med lite nytt till våra yngsta invånare. Inspiration

Tips på arbete framåt med våra ungdomar. Vad fungerar?

Tips o råd ang hur vi ska kunna arbeta med tobaksfri skoltid

Tips

Inspiration

Inspiration

Kunskapspåfyllnad inspiration

Spännande med föreläsning om E-cigarettor!

Få ökad information om hur ungdomars vanor ang rökning.

Vad har du för förväntningar på dagen?

Mentimeter

Inspiration ny kunskap

Kunskap lära nytt

Inspiraten Ökad kunskap

inspirerande dag

Inspiration metoder

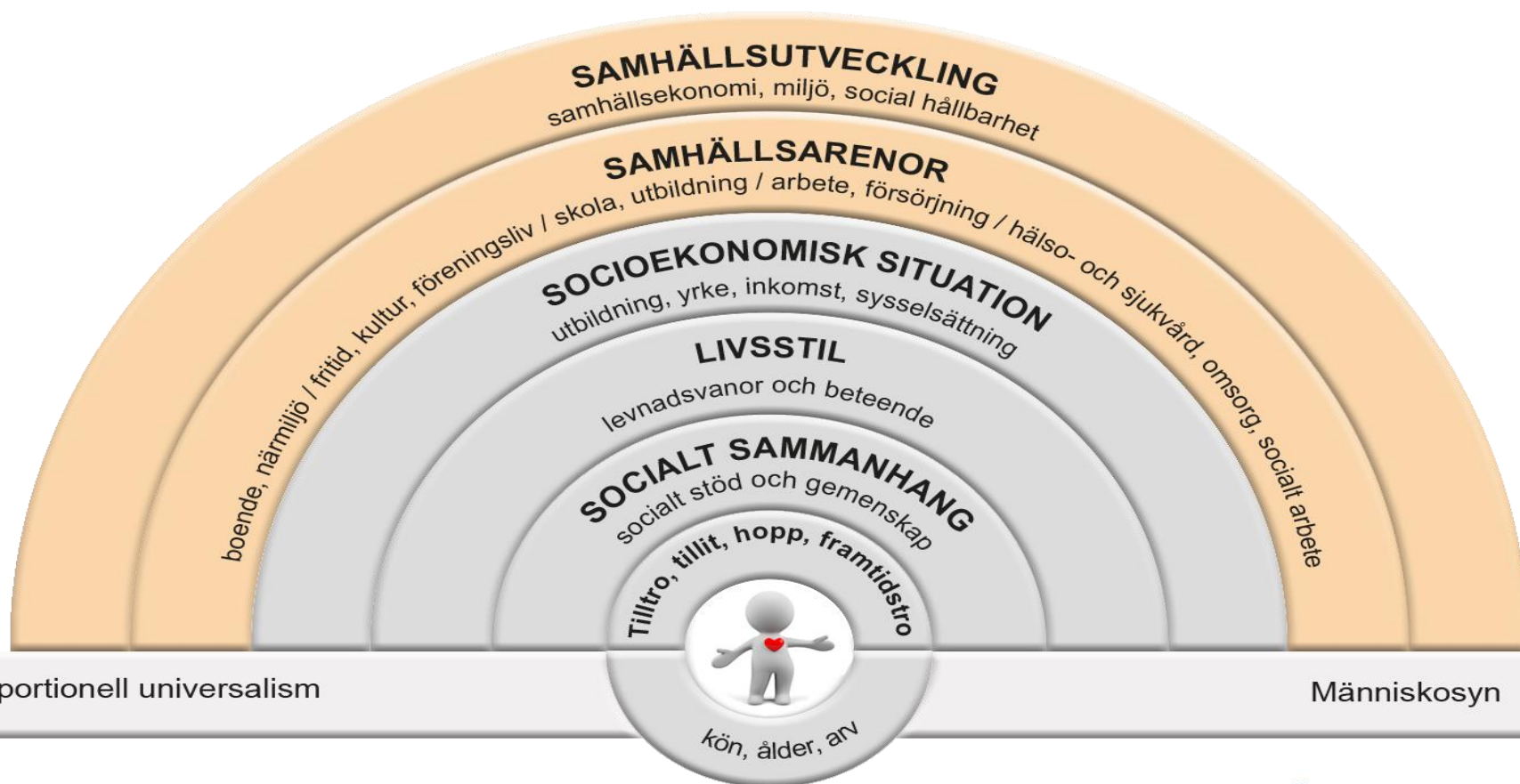
Att det ska inspirera mig! Få mera verktyg så jag kan hjälpa våra ungdomar utan pekpinne!

Tips inspiration goda idéer

Tips



Östgötamodellen för jämlik hälsa – ett samspel mellan individ, miljö och samhälle





Individens hälsa - samhällets ansvar?

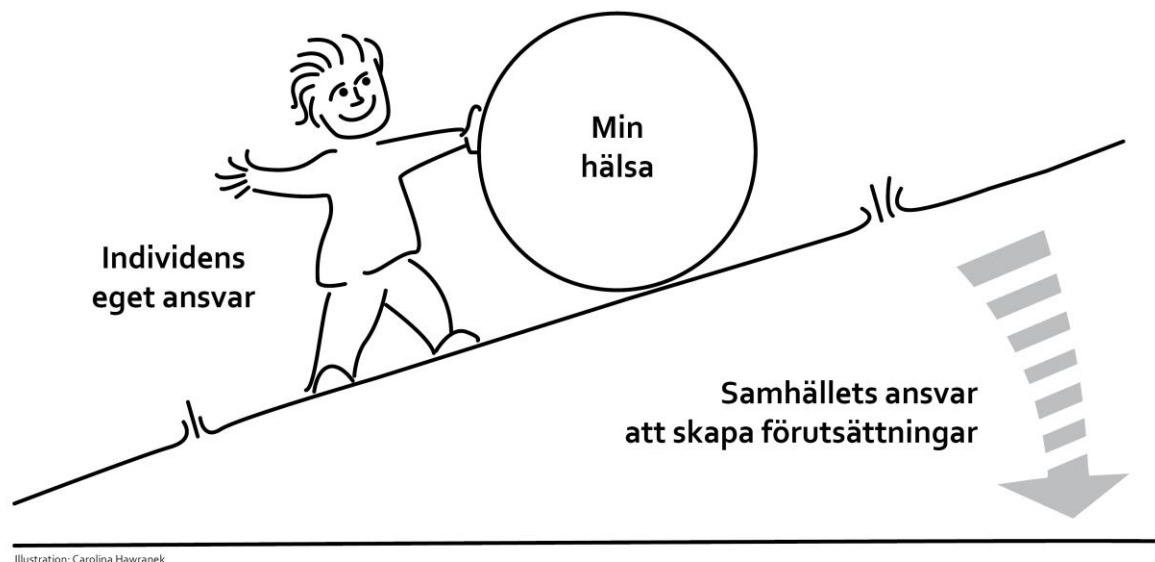


Illustration: Carolina Hawranek



Rökfria utomhusmiljöer

inom hälso- och sjukvården i Region Östergötland

- Från 2016 är alla hälso- och sjukvårdens utomhusmiljöer rökfria.
- Inget förbud mot rökning, men rökare hänvisas utanför hälso- och sjukvårdens områden till "Fimpa här" stolparna.

*Det handlar inte om att förbjuda rökning...
...det handlar om hänsyn och hälsa
Vi har ett gemensamt ansvar,
Tillsammans kan vi erbjuda alla en helt rökfri miljö.*

Med rökfria miljöer minskar den sociala acceptansen för rökning - särskilt viktigt när det gäller att stärka ungdomar så att de inte börjar röka.

Arbetet framåt: Långsiktigt och hållbart!



Framgångsfaktor!
Uppdragsbeskrivning som ger mandat åt frågan.





Rökfria utomhusmiljöer inom hälso- och sjukvården i Region Östergötland



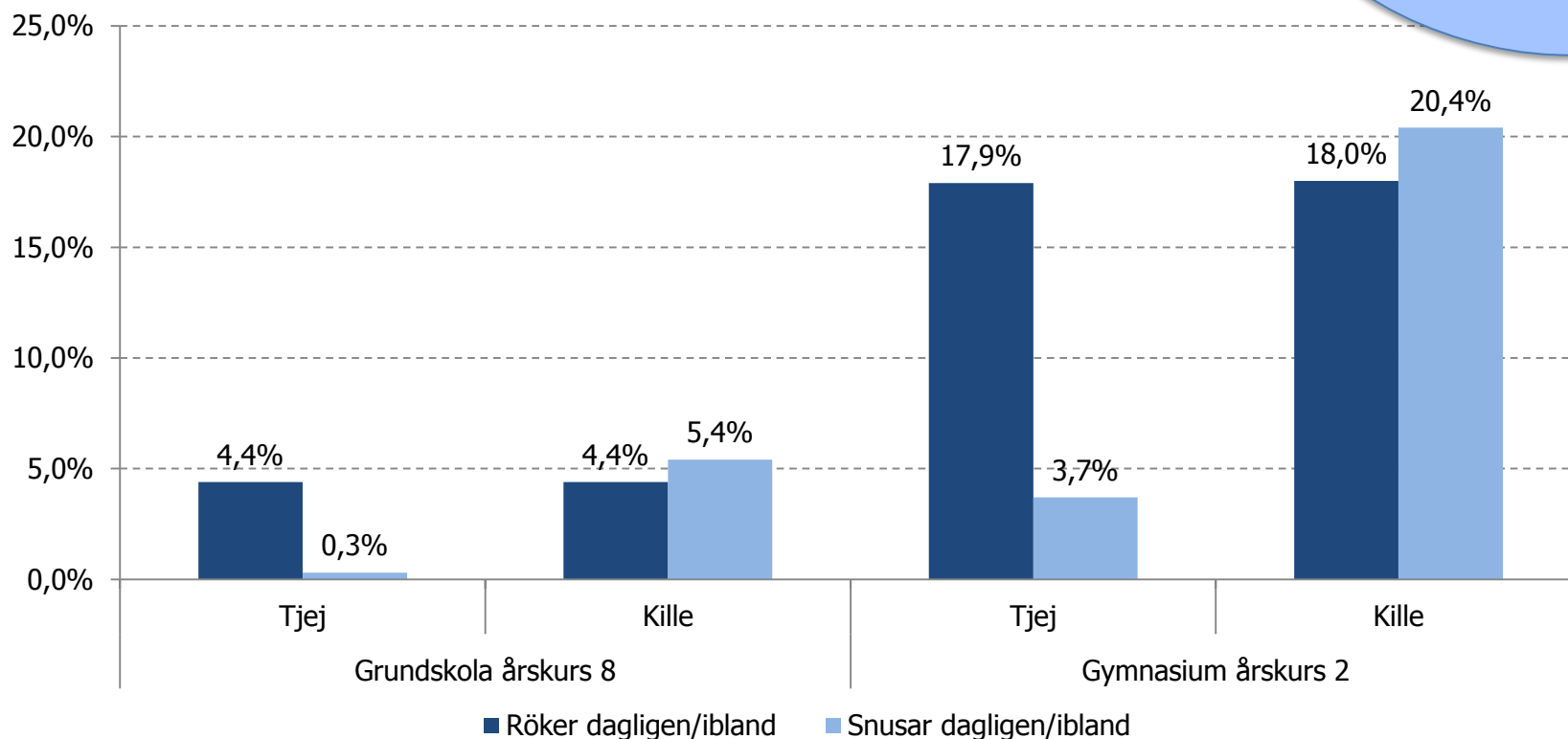
Här hittar du information och inspiration:

<http://vardgivarwebb.regionostergotland.se/Startsida/Verksamheter/Halso--och-vardutvecklingscentrum/Verksamhetsutveckling-Vard-och-Halsa/Halsoframjande/Tobak/Rokfria-halso--och-sjukvardsmiljoer-utomhus/>

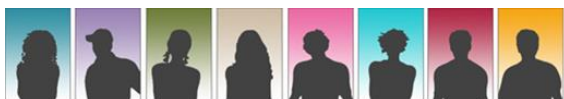


Tobaksbruk bland ungdomar i Östergötland 2017

67 % av rökarna vill sluta!
43 % av snusarna vill sluta!



Källa: Ungdomsenkäten Om mig 2017

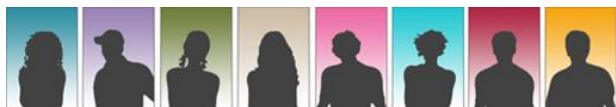




Röker du?



Källa: Ungdomsenkäten Om mig 2014-2017





Vilka ungdomar använder tobak?

- Dålig ekonomi
- Annan könsidentitet
- Bristande föräldrastöd
- Otrygga hemma/i skolan





Hur mår rökarna?

- Oftare värk (huvud, mage, nacke/axlar)
- Oftare oro, nedstämdhet och stress
- Sämre sömn- och matvanor
- Skolkar mer
- Mer utsatta för mobbning





Rökning = samhörighet?

Ungdomars förklaring: söker samhörighet snarare än påverkas av gruptryck

”Utsatta individer”

Gemenskap i riskbeteenden i brist på annat?

Vad kan vuxna ge för stöd?

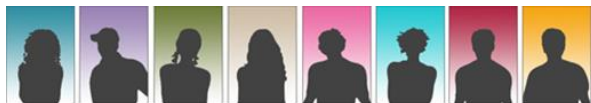
Källa: Ungdomsenkäten Om mig





Blandbruk

- Andelen ungdomar som använder tobak, dricker sig berusade **och** missbrukar narkotika är 3 % i länet (2017).
- Det är en högre andel:
 - killar och ungdomar med annan könsidentitet
 - ungdomar med funktionsnedsättning och dålig ekonomi.
- Andelarna varierar från 0 till 4,9 % mellan kommunerna (2017).
- Fler inom yrkesförberedande program, introduktionsprogram och gymnasiesärskolan jämfört med högskoleförberedande program.



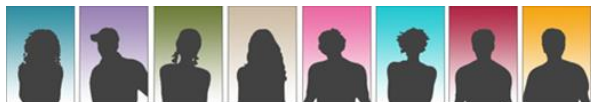
Källa: Ungdomsenkäten Om mig 2014-2017



Tobak som inkörsport

Provat narkotika	Icke- rökare	Rökare (dagligen/ibland)
Ja	2,1 %	31,3 %

Källa: Ungdomsenkäten Om mig 2017





Sprid rätt normbild



86 % av Östergötlands ungdomar är tobaksfria

93% av Östergötlands vuxna är rökfria

Sverige har en vision om ett rökfritt samhälle



Hälsofrämjande arbete





Vad gör vi idag

Folktandvården har dialog om tobakens påverkan med medborgarna vid:

- MVC
- BVC
- Låg-, mellan- och högstadiet

Tandvården registrerar och har dialog om tobaksbruk från 12 års ålder.

Hälsokommunikatörer ger information om tobak på modersmål.

Kvinnohälsan och barnhälsovården har dialoger kring tobak med föräldrar.



Tobaksavvänjning för unga



Vi är många som bestämt oss att vara tobaksfria häng på du med!



tobaksFRI duo

Kontraktsmetoden består av tre steg och vilar på en grund med tydliga vuxna:



1. Föräldrar och elever som börjar högstadiet erbjuds att skriva kontrakt på att de tillsammans ska vara tobaksfria till och med elevens skolvslutning i år 9. Vuxenpartnern, t.ex. en förälder eller någon annan som kan ge eleven stöd, ska vara över 18 år.
2. Eleven uppmuntras att vara tobaksfri genom aktiviteter, utlottningar och tävlingar som arrangeras av Region Östergötland och deltagande kommun/skola. Vissa vinster sponsras av närings- och föreningsliv, medan andra finansieras av deltagande skola.
3. Varje år skriver duon på en försäkran om att de varit tobaksfria under året, vilket ger dem möjlighet att delta i utlottningen av ett större pris.

Sker i samverkan mellan kommun/skola och Region Östergötland

Läs mer om Tobaksfri duo på Regionens hemsida:
<http://vardgivarwebb.regionostergotland.se/tobaksfriduo>



Metodstöd kring tobaksfri skoltid

Möjlighet till
reflektion och stöd i
systematiskt arbete
för att nå tobaksfri
skoltid/fritid.





Utbildning i **SOTIS**



Spår 1

Tobaksfri/Testat

Stärk tobaksfriheten
– samtliga besök

Spår 2

Experimenterande/Tidigare regelbundet bruk

Stärk positiva tankar och beslut om tobaksfrihet
- samtliga besök

Spår 3

Röker/Snusar regelbundet

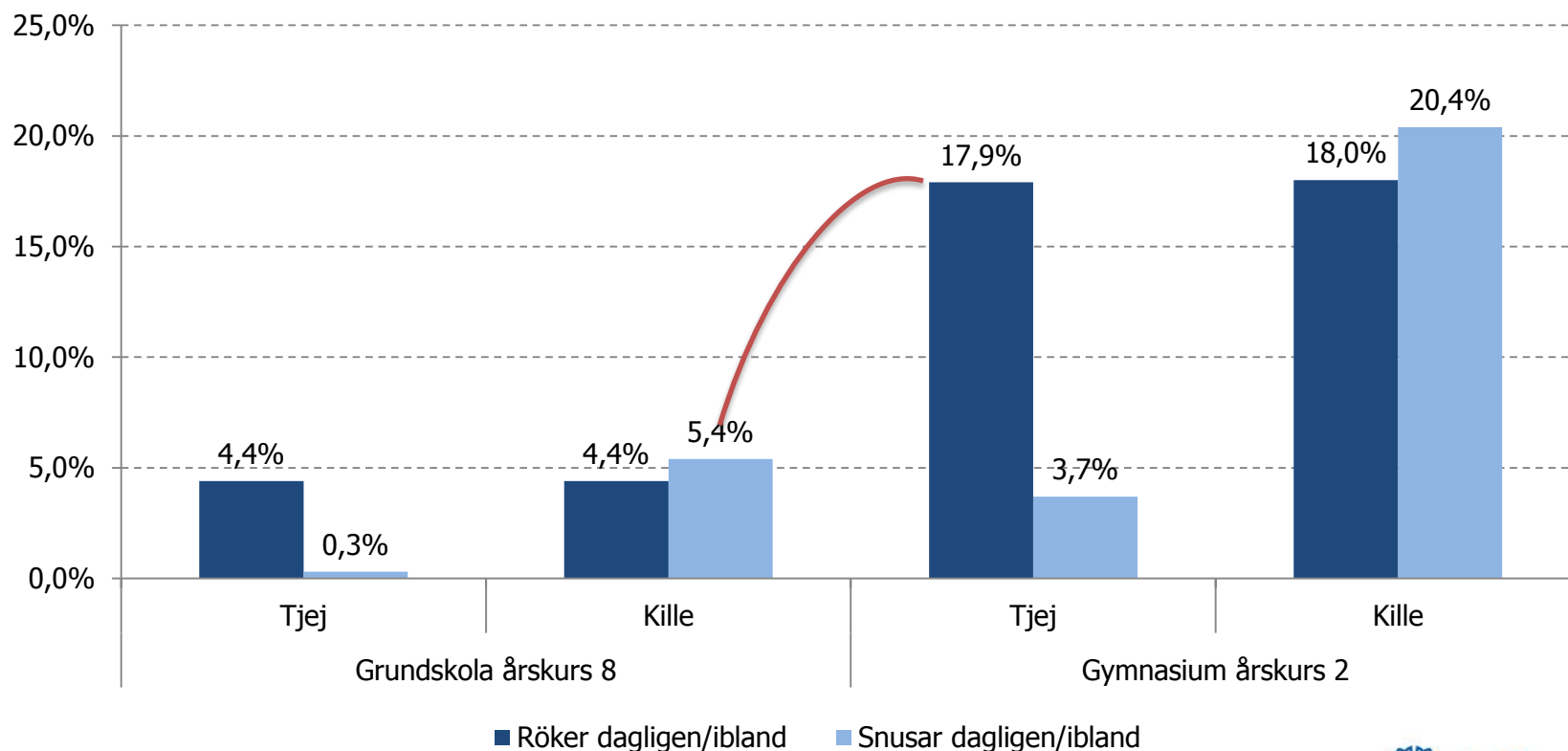
Lyft förändringstankar och positiva val
– erbjud stöd för tobaksavvänjning

* Regelbundet = minst 1 gång varje vecka under en fyra – veckors period



Framtida utmaningar

-Minska gapet mellan högstadiet till gymnasiet





Utvecklingsområden till 2025

Strategiskt förebyggande arbete i samverkan

- Fortsätta arbeta långsiktigt och brett i samverkan
- Tobaksriktlinje som omfattar all verksamhet i Region Östergötland
- Tobaksfri arbetstid som omfattar alla inom Region Östergötland, även upphandlad verksamhet

Tobaksavvänjning

- Tobaksavvänjning ska vara ett prioriterat uppdrag
- Öka antalet diplomerade tobaksavvänjare
- Utveckla e-tjänster
- Kostnadsfri tobaksavvänjning
- En kontaktväg in

Utveckla rökfria utomhusmiljöer

- Utveckla antalet rökfria arenor, exempelvis hållplatser och idrottsanläggningar

Uppföljning

- Enhetlig statistisk redovisning
- Konsekvent registrering i journalsystem inom hälso- och sjukvården



Vad tycker du är nästa steg i Östergötland för att minska tobaksbruket hos barn och unga?

Mentimeter





Vad tar du med dig från dagen?

Mentimeter





Vad kan du göra?

- Vad kan du göra i din profession?
- Vad kan du göra redan idag och nästa vecka?



Kommun & skola

- * ELEVHÄLSAN: SCREENING VIA HÄLSÖ-
ENKÄT
OCH HÄLSÖSAMTAL HOS SKOLSSK.
- * INFO/DIALOG OM ANDT HOS SKOLSSK
- * — II — GRUPPNIVÅ I SKOLAN/LEKTIONER
- * UTÖKA OCH FÖRBÄTTRA SAMVERKAN
MELLAN SKOLAN OCH TEX: FOLKTANDVÅRDEN
UNGDOMSHÄLSAN/MOTT.
REGION ÖSTERGÖTLAND

Polis

- FORTSATT TILLSYNET
"REAGERA" PÅ TOBAKSRÖK

Hälsa- & sjukvård

Tandvård

- Fler tobaksanvändare
- Samarbeta med skolan
- samverka VC - tandvård
- samverka SISU -
- Politiker viktiga infobärare
 - lagstiftning
- Tobaksfri utmaning - gymnasium

Tjänstemän

Politiker

- Tobacco Endgame - Handlingsplan-M
- Stöd till kommuner
- tobaksfri skolor
Hälsokommunikat.
- Riktade insatser gym.
- "Fimpar du fimpar jag"
kompendium till coacher (16-29 år)
Pilotstudie på Linnéuniv.
- Rev. handlingsplan - Tobaksfri
skolor



Tack för visat intresse!



Tillsammans gör vi skillnad!