

HÄLSOFRÄMJANDETS NYHETSREV 2/2020

Detta nyhetsrev är Finlands Röda Kors hälsofrämjande nyhetsrev till frivilliga som främjar hälsa, samt andra intresserade av verksamheten. Brevet finns även på RedNet, <https://rednet.punainenristi.fi/terveyspisteet> och skickas till avdelningarna via de personer som är ansvariga för hälsovården inom distrikten samt till de som deltagit i det hälsofrämjande webinariet.

Betydelsen av det stöd som frivilliga för hälsofrämjandet ger är stort under coronasituationen, och efter den särskilt för äldre och de som redan innan epidemin och undantagstillståndet haft föga resurser. Behovet av att främja hälsan har ökat: ju friskare och funktionsdugligare människorna är, desto bättre klarar de av ovanliga tider. Även behovet på hälsovårdstjänster minskar. Coronasituationen verkar vara rätt långvarig och orsakar oro och stress hos alla, även frivilliga och de som behöver deras hjälp. Rädsla och oro kan dämpas bland annat genom att hålla kontakten med vänner och närstående per telefon, genom att undvika att följa nyheterna ständigt och bara följa pålitliga informationskällor, såsom [THL:s uppdaterade webbplats](#) samt genom att hålla fast vid vardagsrutinerna.

På grund av coronavirusläget har man dragit ner människornas möten till ett minimum och Hälsopunktens verksamhet har tagit paus. Vi följer med situationen och följer myndigheternas anvisningar och rekommendationer. Tillsammans hittar vi nya – säkra – sätt att hjälpa. Tack för att du är med och hjälper!

RedNets Corona 2020-webbplats för frivilliga

Inom all frivilligverksamhet är tryggheten för både de som får hjälp och de som ger den orubbligt viktig: det lönar sig att besöka [Corona 2020-webbplatsen](#) och läsa Röda Korsets riksomfattande säkerhets- och verksamhetsanvisningar för de frivilliga. Dessa uppdateras ständigt då vi får mer information. Webbplatsen är de frivilligas databank under coronavirussituationen och där har vi samlat inte bara de regionala anvisningarna för frivilligverksamheten men även tips och kommunikationsmaterial.

Dessutom lönar det sig att följa de lokala myndigheternas, såsom sjukvårdsdistriktens, eventuella separata anvisningar till exempel om att uppsöka vård. Mer information om temat får du av distriktens ansvarspersoner för hälsovården.

Hälsofrämjande webb utbildningar våren och sommaren 2020

I slutet av mars ordnade vi ett webinarium för hälsofrämjandet, dvs. en webb utbildning där alla intresserade dock inte kunde delta. Temat var en inblick i corona- och undantagssituationen, psykosocialt stöd per telefon, hygienfrågor under coronatiden, den frivilligas egna ork och förebyggande av olyckor. Vi fick rikligt med bra respons, tack ska ni ha! Vi ordnar en ny webb utbildning med samma innehåll lördagen den 9 maj kl. 10–14.

Mer information: <https://rednet.punainenristi.fi/node/59782>

Anmälningslänk: https://www.lyyti.in/Terveysten_edistamisen_webinaari_2_20

Vi samlade in önskemål av deltagarna i de hälsofrämjande webinarier om önskemål på kommande utbildningar. Utifrån dessa beslöt vi ordna följande webinarier:

Att föra rusmedelsbruk på tal den 5 maj kl. 17–18.30.

Förebyggande av olyckor den 19 maj kl. 17–19.00.

Mentalhälsa den 2 juni kl. 17–18.30 Hur identifierar jag en självdestruktiv kund?

I alla webinarier ingår en kort översikt av aktuella frågor kring corona samt tips på hur vi kan öka hälsan och välfärden via internet.

Du kan anmäla dig till alla eller endast de du vill.

Mer information: <https://rednet.punainenristi.fi/node/59783>

Anmälan: https://www.lyyti.in/Terveysten_edistamisen_webinaari_3_20%20%20

Fortbildning för säkerhetscoacherna

Coachernas fortbildning ordnas den 25 april kl. 11–17. Fortbildningen ordnas via distansförbindelsen Teams. Anmäl dig via länken nedan senast den 23 april 2020

https://www.lyyti.fi/reg/Turvakoutsien_taydennyskoulutus_9026.

På programmet står inte bara aktuella ärenden utan även information om vattensäkerhet, brandsäkerhet, fallolyckor, åldringar och rusmedelstemat. Programmet finns under anmälningslänken.

Festivalarbete och utbildning för det

Just nu är det väldigt osannolikt att sommarens festivaler blir av. Trots det ordnar vi utbildning i teman som förekommer på festivaler. Informationen är säkert till nytta även i andra samband. Du kan även anmäla dig till alla dessa webinarier eller bara till en del av dem.

Måndag 11 maj

18.00 Barnskydd, Kaarina Aho, Ledande socialarbete, Vandas social- och krisjour

Paus

19.10 Verksamhetsanvisningar för tillnyktringspunkterna, Kati Laitila, rusmedelsarbetets planerar, FRK centralbyrå

Onsdag 13 maj

18.00 Akutvård + rapportering + rusmedel, Henri Backman, akutvårdare, PSHP

Lördag 16 maj kl. 12–16

12.00 Aktuella teman

13.00 Att föra utmanande saker på tal, Kati

Paus

14.00 Sexuella trakasserier, Marjo Pahkala, Brottsofferjouren

15.30 Avslutningsord

Mer information: <https://rednet.punainenristi.fi/node/57790>

Anmälan: https://www.lyyti.fi/reg/Festarikoulutus_2020

Följ Hälsopunkternas, rusmedelsarbetets och sexualhälsoarbetets webbplatser på RedNet

Det kommer att ordnas fler Webinarier och på webbplatsen hittar du alltid de nyaste uppgifterna.

På webbplatsen kommer det även att komma tips på var det finns stöd på webben i olika

livssituationer och för orken nu i dessa coronatider.