



**”Så mycket pengar
för att röka.
Jag skulle nästan
kunna köpa en bil!”**

Ett projekt för bättre hälsa bland nyanlända flyktingar

Detta är en av tre foldrar om pilotprojektet ”Minskat tobaksbruk för jämlikare hälsa” som har genomförts i Västra Götaland. I den här foldern får du en kort sammanfattning av vilka metoder och arbets sätt som vidareutvecklades. Projektet utgick från en bred hälsoansats med syfte att minska rökning och belysa riskerna med passiv rökning bland nyanlända flyktingar vid en integrationsenhet.

Vilka deltog?

Målgruppen var nyanlända flyktingar vid integrationsenheten i Skara. I projektet deltog personal vid integrationsenheten samt personal från Hälsoäventyret Oasen Vara.

Vad gjordes?

Projektet hade en bred hälsoansats. Exempel på aktiviteter som genomfördes var undervisning i vad som påverkar hälsan samt i tobakskunskap, fysisk aktivitet i form av gymnastik och promenader samt matlagning. Undervisningen i tobakskunskap fokuserade på tobaksfrihetens vinster ur ett ekonomiskt perspektiv såväl som ett hälsoperspektiv men också på tobakens påverkan ur ett samhälls- och miljöperspektiv. Personal från Hälsoäventyret Oasen Vara var med i Skara, där deltagarna fick ta del av rökningens effekter med hjälp av pedagogisk rekvisita. Personal på integrationsenheten utbildades till tobaksavvänjare.

Hur upplevdes det och hur gick det?

Deltagarna var överlag positiva till satsningen. Med Hälsoäventyret Oasen Varas pedagogiska rekvisita åskådliggjordes tobakens effekter på kropp och omgivning på ett tydligt sätt. Information kring passiv rökning väckte särskilt intresse, liksom vilka risker tobaksbruk medför. Den ekonomiska aspekten uppfattades som ett starkt argument för att sluta röka. Att deltagarna fick laga och äta mat tillsammans var mycket uppskattat och gav en bra ingång till samtal kring vad som påverkar hälsan.

Resultatet av insatsen var ökad kunskap kring tobak och passiv rökning. Motivationen till rökstopp ökade och vid projektets slut hade tobakskonsumtionen minskat bland deltagarna.

Vilka slutsatser kan dras?

- Att betrakta tobak ur ett samhälls- och miljöperspektiv bidrog till att budskapet inte uppfattades som moraliserande.
- Då språkförståelsen utgjorde ett hinder var det en fördel att i största möjliga utsträckning använda bilder och rekvisita för att visualisera rökningens skadliga inverkan. Dessutom gav det en intressehöjande effekt.
- Att lägga fokus även på passiv rökning skapade engagemang och väckte intresse.
- Det ekonomiska argumentet för att sluta röka vägde relativt tungt hos målgruppen.
- För ökad trygghet och uppslutning bland deltagarna sågs fördelar med att använda verksamhetens egen personal och att personalen fick utbildning i rökavvänjning.
- Att laga och äta mat tillsammans ökade gemenskapen och inbjöd till engagerande diskussioner kring vad som påverkar hälsa.



Minskat tobaksbruk för jämlikare hälsa

Under 2007-2009 genomfördes på uppdrag av Folkhälsokommittén, Västra Götalandsregionen, ett pilotprojekt för att vidareutveckla arbets-sätt som kan bidra till minskad tobaksanvändning. Insatserna hade en bred hälsoansats. I syfte att uppnå en jämlikare hälsa riktades insatserna mot målgrupper med en förhållandevis hög andel tobaksbrukare. Målgrupperna var elever på yrkesinriktat gymnasieprogram, personal inom äldreomsorg samt nyanlända flyktingar.

Fler exemplar av foldrarna om projektet samt av projektrapporten Minskat tobaksbruk för jämlikare hälsa, kan beställas från:
Adress och Distributionscentrum, Regionens hus, 542 87 Mariestad
Telefon 0501-620 84, e-post: adress.distributionscentrum@vgregion.se

Minskat tobaksbruk för jämlikare hälsa

Ett projekt med bred hälsoansats

NYANLÄNDA FLYKTINGAR