

## Nyhetsbrev 1-19 från Brännpunkten MittBpSamtal Dags att levla upp – för barns och ungas hälsa

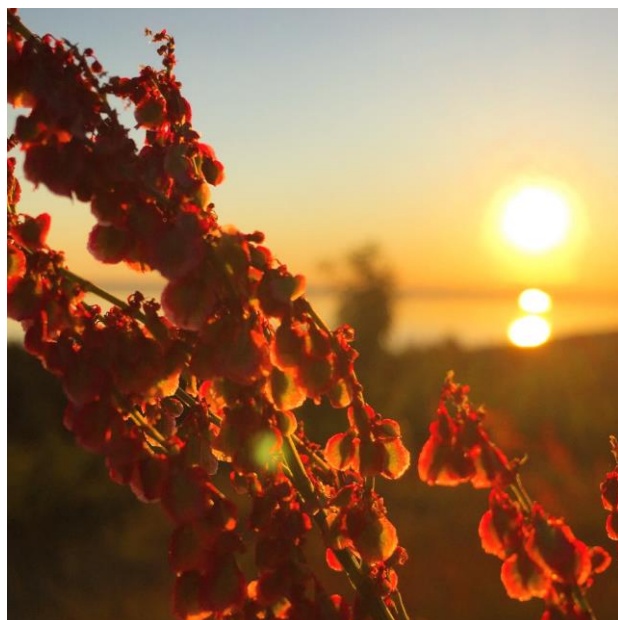
Det är försommar, solen värmer och mitt i denna härliga tid sker en massa spännande saker hos oss på Brännpunkten. Vi jobbar på hårt för att kunna gå vidare med nästa steg i spridningen av vårt viktiga arbete. Att vart femte barn och varannan vuxen i Sverige idag är överviktig borde ju få vilken beslutsfattare som helst att agera. NU! Och vi gör allt vi kan för att få fart på de som sitter på resurserna.



### Nyhet:

Nu kan DU bli BP-mentor för din personalgrupp i din kommun. Den som värnar lite extra om barnen med övervikt. Av oss och mentorsnätverket får du extra utbildning och det stöd just du känner och behöver för att kunna arbeta med de för tunga eleverna inom ditt/dina arbetsområden. Att vi tillsammans lyfter upp och skapar möjligheter för jämlik hälsa och rätten till en normalviktig kropp för de elever med övervikt/ diagnos fetma som i dag står i skuggan och utan stöd. **Intresserad av detta? Kontakta mig på [anette@mittbp.se](mailto:anette@mittbp.se)**

### Höstens datum – anmäl Dig nu:



Nu börjar många planera sin höst och redan nu kan du anmäla dig till (kostnadsfritt för Stockholm):

#### Grundutbildning skolsjuksköterskor:

22/8, 18/9, 16/10, 20/11

#### Grundutbildning BUMM:

24/9

Här hittar du länkar till alla utbildningar:

**LÄNK TILL UTBILDNINGAR: [Klicka här>>](#)**

### Ni som gått grundutbildningen:

Det kanske är dags för fördjupning, uppföljning och/eller handledning? Ni kan till exempel välja uppföljning på förmiddagen och handledning på eftermiddagen. Grupphandledning går också att ordna på plats hos er eller via telefon och Skype.

Ni kan också lära er mer om vårt webverktyg – BP IT – under en halvdag. För mer info och HUR vi kan skraddarsy era önskemål, kontakta Anette på [anette@mittbp.se](mailto:anette@mittbp.se)

## Pilotstudie visar att MittBpSamtal är intressant!

Vi som jobbar med MittBpsamtal vet sedan länge att metoden är omtyckt bland många barn och deras anhöriga. Nu visar även en pilotstudie att metoden har potential och det känns fantastiskt roligt och tryggt. Studien har publicerats i Folkhälsoguiden och det är CES, Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin, som står bakom den. I den kan man till exempel läsa att MittBpSamtal innehåller effektiva beteendeförändringstekniker och att alla elever som deltog i studien minskade i vikt. Det framgår också att de skolsköterskor som var med upplevde stöd och större säkerhet med hjälp av metoden. Dessutom kan man utläsa att det finns ett stort behov av våra verktyg och att elevhälsan/EMI behöver mer resurser om vi ska kunna jobba med detta fullt ut.

CES skriver också att ”den här rapporten är ett viktigt kunskapsunderlag i det fortsatta arbetet med Handlingsprogram övervikt fetma, HPÖ”.

[LÄS HELA RAPPORTEN här>>](#)

## Viktig enkät som synliggör BARNETS perspektiv!

Det är dags att levla upp för våra barn och ungdomar som har det tufft med övervikt och fetma! Och vi undrar hur det går för Dig som har gått vår grundutbildning i samtalsmetoden MittBpSamtal. Vi vill undersöka om Du använder metoden och om Du känner att den ger Dig stöd i ditt arbete. Vi vill helt enkelt ta tempen på Sverigeläget efter att ha utbildat 900 fantastiska skolsköterskor! 😊 Därför vore det toppen om Du kunde avvara ett par minuter till att svara på 9 frågor. Svara så snart som möjligt, stort tack på förhand! Dina svar gör skillnad!



**LÄNK TILL ENKÄTEN: [KLICKA HÄR >>](#)**

## Tema: Hur går vi vidare?

Idag är det vart femte barn och varannan vuxen i Sverige som har övervikt. Många av barnen är väldigt utsatta och behöver hjälp, men deras behov faller ofta mellan strukturer och organisationer. Elevhälsan/EMI har svårt att hinna med och för lite resurser. På BUMM är det svårt komma in. Vem har egentligen ansvar för att barnen mår bra och får in goda vanor tidigt i livet? Vem för BARNENS talan? Som vi ser det är det ingen stark röst som riktigt hörs idag och det gör oss väldigt oroliga.

### Hur ser det ut på din skola/mottagning? Hur kan du synliggöra hälsoläget för fler?

Tänk dig en 4-åring som är för tung för att springa av sig vikten. Ett barn som sedan börjar skolan som en ännu tyngre 6-åring och som med tiden kanske också drabbas av psykisk ohälsa och utanförskap. Vem står upp för hen? Hur tänker du som jobbar nära barnen och deras familjer kring det här? Vad kan VI göra? Vad SKA vi göra? För inom Elevhälsan/EMI kommer vi inte undan.

Vi har ett uppdrag att förebygga övervikt och att förebygga fetma hos de som redan är överviktiga. Vi har barnen i 13 år, så det är klart att det finns saker vi kan göra. Men. Jag tror det är dags att dra i nödbromsen! Det är dags att se över hur vi jobbar idag med prevention och tillsammans fundera över hur vi kan bli bättre! Vi måste få till ett nytänk där vi förebygger så tidigt som möjligt i barnens liv. Ett arbete som på sikt får våra barn att känna sig glada i sina kroppar och som i förlängningen ger Sverige en starkare och friskare befolkning. Ett Sverige där alla har samma förutsättningar till jämlik hälsa, oavsett var man bor och hur mycket stöd man har hemifrån.

**Anmäl dig till MittBpSamtals Mentorsnätverk – för oss som vill lite till. För oss som gillar detta område och som på olika vis vill leda arbetet framåt. Utifrån våra förutsättningar på vår skola/mottagning och kommun/region.**

Visst, det kommer att kosta tid och resurser nu, men det kommer att betala sig senare. Inte bara i samhällsekonomisk vinst utan framför allt i barnaleenden! Vi är pionjärer och att förändra strukturer och förutsättningar är ett måste, det är min sanning. Jag har ju träffat 900 av er nu och jag hör så mycket röster om en längtan att få arbeta mer preventivt och att göra det på andra smarta sätt än vi gör idag. Ja jag vet, EMI kan inte lösa frågan och vi behöver vara fler såklart. Men! Det börjar ändå efter BVC och det är här vi behöver slå våra kloka huvuden och rika erfarenheter samman!



Nu tar vi det här ETT steg till. Ni vet hur. ETT BARN I TAGET är grunden och nästa är EN SKOLSKÖTERSKA/BARNSPECIALIST I TAGET – tillsammans är vi URSTARKA och gör STOR SKILLNAD.

Jag har nya välgrundade idéer på HURET och jag är övertygad om att VI är de som kan visa vägen. Att VI är de som kan hjälpa barnen att komma upp över ytan igen och börja gå på vatten. Skämt och sido, att kunna vara med och springa i kapp, klättra i klätterställningen, känna sig SKÖN och bekväm med kompisarna på Sveriges ALLA skolgårdar är gott nog och jämlik hälsa för mig!

Skön sommar nu och massor av vila och goa stunder önskar jag dig och de dina.

Varma hälsningar

Anette Ekqvist

*Du viktiga! Tillsammans är vi starka och visste du förresten att om vi räddar 1 barn från diagnos fetma tjänar samhället drygt 800.000 kr enligt professor Claude Marcus BUMM Martina i Stockholm. Här vet jag många slantar som är sparade tack vare ditt engagemang! DU ÄGER! ☺*