

Utvecklingspotten 2025-2026

Vårdcentral	Namn på utvecklingsarbete	Kort förklaring av projekt	Kontaktperson
Berga (Capio)	Samtal för bättre hälsa och vård – medborgardialoger och likarättsarbete	Genom medborgardialoger lära av varandra för att skapa bättre vård och hälsa för befolkningen. Inför 2025 fortsätta arbetet med medborgardialoger men bredda/växla målgruppen. Utgångspunkten att rikta sig till fler grupper som spontant inte kommer lika lätt till tals som människor som tillhör normen. Bland annat genom att bjuda in utlandsfödda män.	Jenny Berggren
Brinken	Existentiell hälsa hos ungdomar	Föreläsningar på högstadieskolor med syfte att uppnå en medvetenhet hos högstadieungdomar kring psykisk ohälsa. Öka medvetenhet om utmaningar som hör till livet och ge verktyg att hantera dessa för att kunna motverka framtida ohälsa.	Pia Ek, Elin Frank, Peter Lindstedt
Cityhälsan Centrum	Psykisk hälsa hos äldre i närområdet utifrån ett IBH-perspektiv (fortsättning)	Fortsätta utveckla och förbättra arbetet med äldres psykiska hälsa. Bland annat: Terminsvisa möten med relevanta aktörer i närområdet i syfte att bibehålla vårt samarbete och hålla varandra uppdaterade om pågående projekt och hur vi kan hjälpas åt. Delta på frukostseminarier som Träffpunkt anordnar. Genomföra föreläsning samt gruppdiskussioner.	Linnéa Atterfors Daun
Cityhälsan Söder	Utvecklad medborgardialog vid "Hälsotorg"	Skapa dialog om levnadsvanor och vad patienten kan göra själv för att främja hälsa. Erbjuder egenvårdsskola inom fotvård, öron och hud. Arrangera hälsotorg i i samverkan med intresseföreningar samt kommunens verksamhet Fixartjänst och Träffpunkten	Monika H Wilhelmsson Camilla Babic
Ekholmen	Samverkan för att minska ofrivillig ensamhet hos äldre – Äldrekontakt.	Samverka med seniormottagningen Linköpings kommun och den ideella samhällsorganisationen Äldrekontakt med syfte att minska ofrivillig ensamhet hos äldre. Delmål att ordna gemensamma informationsträffar i närområdet för att sprida kännedom om både verksamheten och ingången till seniormottagningen Linköpings kommun men även kännedom om hur man kan komma i kontakt med Äldrevårdskontakt som enskild individ utan att behöva gå via vårdcentralen.	Anne-Lie Rehnström Anna Segernäs
Familjeläkarna Mjölby	Öka kunskapen kring urininkontinens, utredning och behandlingsalternativ.	Arrangera informationsträffar gällande urininkontinens. Öka medborgarnas medvetenhet kring olika behandlingsalternativ, "att det finns hjälp att få" och öka kunskap kring åtgärder som man kan göra själv.	Johanna Forselius
Geria City, Norrköping	Hälsosamtal för föräldrar till barn från 8 månader upp till 18 månader	Alla föräldrar bjuds in till Hälsosamtal från att barnet är 8 månader i samband med 8 månaders hembesök samt under tematräff på den närliggande öppna förskolan. Alla föräldrar som finns med på denna tematräff erbjuds ett Hälsosamtal oavsett ålder på barnet. Hälsosamtalet leder till en inventering av livstil. Utifrån dessa resultat sätter föräldrar upp mål till förändring.	Chef Petra Bernin Utförare Lotta Josefsson
Johannelund (Capio)	Stärka medborgares digitala kunskap gällande 1177	Öka den digitala tryggheten att som patient använda sig av 1177. Bjuda in medborgare för genomgång av 1177 och visa medborgare hur 1177 fungerar och vinsterna med 1177.	Josefine Svantesson
Kisa	M O F E (Motverka Och Förebygga ofrivillig Ensamhet)	Nå ut till medborgare med information om vart man kan vända sig vid ofrivillig ensamhet men även en ökad kunskap hos den enskilde om vilka hälsoeffekter en minskad ofrivillig ensamhet kan leda till.	Ann-Louise Karlsson Sundberg och Sophie Larsson
Kneippen (kry)	Ökad kunskap och medvetenhet i Norrköping om kronisk Obstruktiv Lungsjukdom	Öka kunskap och medvetenhet om Kronisk obstruktiv lungsjukdom (KOL) i befolkningen i Norrköping. Öka kunskapen gällande behandling och risker med rökning samt erbjuda enklare testning med COPD-6 mätare samt rekommendera de med avvikande resultat genomföra utredning	Martin Tyrholm
Kolmården	Stärka psykisk hälsa med hjälp av gruppverksamhet	Genomföra öppna gruppföreläsningar om stress för allmänheten.	Cecilia Hawborn Lars Nilsson

Kungsgatan	Psykisk hälsa för årsrika	Uppnå en medvetenhet om hur årsrika kan bibehålla eller förbättra psykisk hälsa genom att ge råd och tips av vårdcentralens psykoterapeut och psykolog. Genom samverkan med lokalt gym/idrottsförening och närliggande trygghetsboende informera om vikten av fysisk aktivitet för att bibehålla eller förbättra sin psykiska hälsa.	Sonja Perlinger
Kärna	Nätverk för livsstil och levnadsvanor 2.0	Öka invånarnas kunskap och möjlighet till förändring gällande livsstil och levnadsvanor för att erhålla ett friskare liv. Sprida information genom deltagande vid arrangemang i civilsamhället ex Västerlösa dagen eller Ulrika marknad samt genomföra föreläsningar inom stress vardagsbalans.	Maria Söderlund
Linghem	Stöd och Hälsa för Ungdomar i Närområdet: Alkohol, Droger och Ångest	Genom dialog och information öka kunskapen hos våra ungdomar för att på ett proaktivt sätt motverka riskbeteenden, missbruk och psykisk ohälsa. Arrangera utbildningstillfällen och utforma enklare broschyr.	Anna Grönberg Malin Glännfjord
Ljungsbro	Seniorträffar "kom och gå med oss"	Bjuda in seniorer i vårt närområde för gemensamma träffar med olika lokala aktörer som presenterar sin verksamhet alternativt pratar om ett relevant ämne utifrån projektets syfte. I samband med dessa tillfällen kan de som vill delta i promenadgrupp.	Sofie Levin
Mantorp	Tillsammans för ett bättre mående.	Tillsammans med biblioteket, skapa ett forum för medborgare att träffas och kunna prata om upplevelser och dela erfarenheter samt kunna öka förmåga att hantera livets utmaningar. Syfte att förbättra psykisk, fysisk och social hälsa bland våra invånare. Öppna upp möjligheter att kunna prata med öppet om ämnen som kan ses som "tabu" men är väldigt vanligt förekommande, till exempel inkontinens och klimakteriebesvär.	Anne Wågbrant Marie-Thérèse Överström
Mirum (Doktor.se)	Komma igång och arbeta efter sjukskrivning (fortsättning)	Walk and Talk med miniföreläsningar med fokus på bland annat psykisk ohälsa, kost, motion och levnadsvanor. Fikagrupp för sjukskrivna med tema.	Sofia Eriksson Limesdal
Mjölby	Samverkan med nya öppna förskolan i Mjölby	Skapa ett forum där föräldrar kan lyfta sina olika frågor och ges stöd vid behov. Erbjuder temadagar och föräldrautbildning som är intressanta och värdefulla för att locka besökare.	Tove Liljegren Susanne Wallon
Nygatan	Att mötas i samtal	Regelbundna träffar med diakoner från Svenska kyrkan. Genom dialog få ökad förståelse för hur diakoner möter människor med psykisk ohälsa, vilka utmaningar de möter och få ökad förståelse för hur samarbetet kan utvecklas kring målgruppen. Erbjuder utbildningstillfällen för diakonerna. Eventuellt öppna föreläsningar som arrangeras i samband med de sammankomster som Svenska kyrkan redan anordnar med teman kring psykisk ohälsa, ex. hur vi hanterar oro i oroliga tider eller ofrivillig ensamhet.	Elise Sörliden Hanna Tarkian Tillgren
Ryds VC	Fortsatt satsning på kvinnor och män samt unga med såväl psykisk som fysisk ohälsa inom upptagningsområdet	Syftet är att minska ohälsan hos bland annat hos studenter. Ge information om vilka kanaler man bör använda för att söka vård, vad man kan få hjälp med på vårdcentralen men även kunna på bättre sätt hänvisa till andra instanser när det behövs mer vård/mindre vård än vad VC ger. Tillsammans med civila samverkanspartner öka befolkningens förmåga att känna sig delaktig och vad de kan göra för att påverka sin hälsa/ohälsa.	Helene Hult, Johanna Thérén, Jenny Söderström
Sandbyhov	Stödja föräldrar, stärka familjer – tillsammans för en tryggare framtid	Öka kunskapen hos föräldrar och familjer och främja hälsosamma levnadsvanor, främja en god hälsa och tillväxt, förebygga övervikt- obesitas. Erbjuder stöd till familjer genom ökat samarbete mellan regionen (BVC) och kommunen (öppna förskolan)	Louise Persson
Skarptorp (kry)	Ökad diagnostik av kronisk Obstruktiv Lungsjukdom (KOL)	Öka kunskap och medvetenhet om Kronisk obstruktiv lungsjukdom (KOL) i befolkningen i Norrköping. Öka kunskapen gällande behandling och risker med rökning samt erbjuda enklare testning med COPD-6 mätare samt rekommendera de med avvikande resultat genomföra utredning	Madeleine Spenning Christer Casselsjö
Skäggetorp	Utveckla föräldrautbildning på familjecentralen	Genom samverkan på familjecentralen och föräldraföreningar i Skäggetorp stärka föräldraskap, öka kunskapen om egna kroppen, kommunikation förälder-barn, infektioner, egenvård och familjeliv.	Hammadi Neffati

Skänninge	Utveckla vårt samarbete på öppna förskolan	Preventivt arbete med aktiviteter, information och dialog tillsammans med föräldrar som besöker öppna förskolan med syfte att få trygga föräldrar och stärka upp föräldrarollen. Bland annat uppstart av babysmassage och tematiserade möten med inbjudna gäster från civilsamhället.	Lotta Rapp
Spiran (kry)	Ökad kunskap och medvetenhet i Norrköping om kronisk Obstruktiv Lungsjukdom	Öka kunskap och medvetenhet om Kronisk obstruktiv lungsjukdom (KOL) i befolkningen i Norrköping. Öka kunskapen gällande behandling och risker med rökning samt erbjuda enklare testning med COPD-6 mätare samt rekommendera de med avvikande resultat genomföra	Madeleine Spenninge, Medeleine Andersson, John Brauns
Söderköping (Geria)	Riktade hälsobesök på BVC för nyblivna föräldrar	Erbjuda hälsosamtal till föräldrar med barn mellan 8 månader till 1,5 års ålder med syfte att hjälpa föräldrarna att tidigt i livet lägga grunden för en hälsosam livsstil för barnen.	Petra Bernin
Tannefors	Tannefors Vårdcentral informerar	Forsatt arbete med information och föreläsningar till befolkningen med syfte att öka kunskap och autonomi hos befolkningens kring till egenvård och förebyggande insatser. Bredda målgruppen jämfört med tidigare genomfört arbete och öppna fler vägar kring samverkan. Sträva mot utvecklad samverkan med ex kyrkan och skolor i närheten.	Inez Borgenback
Trädgårdstorget (Praktikertjänst)	Främjande av äldres fysiska aktivitet genom dans inom Trädgårdstorgets vårdcentrals geografiska område	Uppmuntra till, förbättra och utvärdera fysisk aktivitet för äldre. Samarbeta med dansföreningar i närområdet med målsättning att starta upp dansklasser för seniorer.	Jonas Persson
Valdemarsvik	Barnobesitas och kom igång med rörelse	Föreläsningar kring övervikt/barnfetma/hälsosamma matvanor till både förskola, och vårdnadshavare. Kort föreläsning om diabetes typ 2. Initiera dialog med lokalföreningar och efterhöra vad de kan bidra med pulsaktiviteter på fritiden till den yngre befolkningen och vårdnadshavare.	Åsa Lindberg Indira Ibragic Charlotte Kettle
Valla	Solkunskap bland unga	Utforma enkät med frågor om solvanor samt informationsfilm om solkunskap med efterföljande frågor. Utvärdera om informationsfilm ger effekt och får personerna att fundera över sina solvanor och en eventuell förändra beteende.	Sofie Nejdeby
Vasastaden (Cario)	Väck livsenergin-din hälsa, vårt mål	Främja hälsosamma levnadsvanor och livsenergi/meningsfullhet hos våra invånare genom att sprida kunskap och initiera aktiviteter som t.ex. föreläsningar/dialoger, fysiska aktiviteter, hälsodag, tipspromenader, visa upp olika aktörers verksamheter genom presentation i samband med olika aktiviteter. Dessutom kontrollera mätvärden som blodtryck och blodsocker.	Helene Nyberg Gabriella Hildebrand Helene Berglund
Vikbolandet	Mindfulness & mindful Qigong för småbarnsföräldrar på Vikbolandets öppna förskola.	Erbjuda föräldrastöd i grupp i form av mindfulness samt mindful Qigong till småbarnsföräldrar vid öppna förskolan. Syfte att minska föräldrastress samt ökat välbefinnande för både förälder och barn.	Ann Lindelöf
Vilbergen (Hierta)	Promenad,samtal, medicinsk yoga och träningsgrupper.	Vi utökar vår verksamhet med en yogagrupp med bäckenbottenträning. Vi utökar även med en grupp där man tränar styrka och balans genom att använda gummibandsträning. Initiera kontakt med frivilligcentralen där det finns många som är ofrivilligt isolerade som behöver hjälp att bryta detta.	Åsa Lindqvist
Åby	Äldregrupper med fokus på hälsa	Förbättra samarbete med andra aktörer i närområdet för att tidigt identifiera sköra äldre. Arrangera träffar med äldre på kommunens träffpunkt i för diskussioner och föreläsningar om tex fallprevention, kost, motion, munhälsa, hudhälsa och sår, social isolering osv.	Isabella Kellerman Veronica Fors
Åtvidaberg	Öka civilsamhällets egenvårdsförmåga och beredskap att kunna upprätthålla en god egenvårdsförmåga i händelse av kris.	Syftet är att öka medborgarnas egenvårdsförmåga och civila beredskap. Deltagande nationella bereskapveckan och ytterligare engagemang som planeras utifrån behov som identifieras under arbetets gång (genom enkät).	Frida Wärdig Linda Malmsten Forsén
Österbymo	Öka samarbetet med kommunens förskolor.	Öka kunskapen bland förskolornas personal om luftvägsstopp, HLR samt omhändertagande av sårskador, huvudtrauma etc.	Camilla Samuelsson

Östertull (kry)	Ökad kunskap och medvetenhet i Norrköping om kronisk Obstruktiv Lungsjukdom	Öka kunskap och medvetenhet om Kronisk obstruktiv lungsjukdom (KOL) i befolkningen i Norrköping. Öka kunskapen gällande behandling och risker med rökning samt erbjuda enklare testning med COPD-6 mätare samt rekommendera de med avvikande resultat genomföra utredning	Moa Fagerström Nyman Elsa Dahlén
-----------------	---	---	-------------------------------------