



Boka en hälsoguide

Det är viktigt att alla har samma rätt till information om hälsa! Region Jämtland Härjedalen har därför startat ett projekt med hälsoguides med syfte att vägleda, inspirera och stötta människor till att må bra. Hälsoguiderna är utbildad av personal från Folkhälsoenhetens Migrationshälsa och genomför kostnadsfria träffar och föreläsningar **på deltagarnas modersmål.**

Har ni deltagare, medlemmar eller elever som kan vara i behov av detta? Tveka inte att höra av er så hittar vi ett upplägg som passar er!

De hälsoteman vi kan erbjuda är:

- Hälsa, Hälso- och sjukvård
- Tandvård, munhälsa
- Bra mat
- Fysisk aktivitet
- Tobak, alkohol & droger
- Stress, sömn, känslor och psykisk hälsa
- Sexuell och reproduktiv hälsa

Vi kan erbjuda följande språk:

- Franska
- Kinyarwanda
- Swahili
- Engelska
- Lingala
- Kirundi
- Tigrinja
- Italienska
- Amhariska
- Arabiska
- och lätt svenska.

För frågor eller bokning kontakta:

Mirja Wedin
Mirja.wedin@regionjh.se
073-043 87 08

Ida Berge
Ida.berge@regionjh.se
073-029 89 25