

**Regionstyrelsen****§101****Avslutande av Fysisk aktivitet på recept nivå 1**

RS200242

**Beslut**

Regionstyrelsen beslutar att

- ge Hälso- och sjukvårdsavdelningen i uppdrag att fortsätta utveckla arbetet med Fysisk aktivitet på recept i Region Halland
- avsluta arbetet med nivå 1 gällande Fysisk aktivitet på recept i Region Halland från och med 31 december 2020

**Ärendet**

Fysisk aktivitet på recept (FaR) är en evidensbaserad medicinsk behandlingsmetod inom hälso- och sjukvården. FaR erbjuds till patienter som identifierats ha en otillräcklig fysisk aktivitet. Utifrån grundmodellen för FaR har varje region utvecklat olika arbetssätt anpassade till de specifika förutsättningar som gäller lokalt.

I Halland finns sedan 2003 en särskild struktur (FaR nivå 1, 2 och 3). Detta innebär bland annat att lokala aktörer erbjuder extra stöd och motivation till vissa patienter för att skapa bättre förutsättningar för att dessa ska öka sin fysiska aktivitet – detta kallas för FaR nivå 1. Region Hallands lokala nämnder har sedan 2007 betalat ut ersättning till de lokala aktörerna för att täcka deras ökade kostnader i samband med FaR nivå 1. Eftersom de lokala nämndernas förutsättningar i form av uppdrag och resurser har förändrats sedan insatsen inleddes, har de lokala nämnderna beslutat att från och med den 31 december 2020 inte betala ut ersättning till aktörerna.

Region Hallands övergripande riktlinjer för FaR följer nationella rekommendationer. FaR nivå 1 är hallandspecifikt, och det finns i dagsläget ingen grund för att arbetet ska fortsätta. FaR har kontinuerligt utvecklats i Region Halland, bland annat vad gäller kompetensutvecklingsinsatser med stöd från Västra Götalandsregionen. Detta utvecklingsarbete kommer att fortsätta även efter att nivå 1 avslutats. Målet är ett välanpassat stöd och motivation som varje patient behöver, utan att FaR har olika nivåer.

Ordförandes sign

Justerares sign

Utdragsbestyrkande

## Regionstyrelsen

### Förslag till beslut

Regionstyrelsens arbetsutskott föreslår regionstyrelsen besluta att

- ge Hälso- och sjukvårdsavdelningen i uppdrag att fortsätta utveckla arbetet med Fysisk aktivitet på recept i Region Halland
- avsluta arbetet med nivå 1 gällande Fysisk aktivitet på recept i Region Halland från och med 31 december 2020

### Beslutsunderlag

- Tjänsteskrivelse Avslutande av Fysisk aktivitet på recept nivå 1

### Expedieras till

Lokala nämnder

Driftnämnden Närsjukvård

Driftnämnden Psykiatri

Driftnämngen Hallands sjukhus

Driftnämnden Ambulans, diagnostik och hälsa

Privata vårdcentraler

---

Ordförandes sign

Justerares sign

Utdragsbestyrkande

**Regionkontoret**  
Hälso- och sjukvård  
Eva Jadeling Persson  
Strateg

**Tjänsteskrivelse**

<b>Datum</b>	<b>Diarienummer</b>
2020-05-19	RS200242

**Regionstyrelsens arbetsutskott****Tjänsteskrivelse Avslutande av Fysisk aktivitet på recept nivå 1****Förslag till beslut**

Regionstyrelsens arbetsutskott föreslår Regionstyrelsen att besluta att

- ge Hälso- och sjukvårdsavdelningen i uppdrag att fortsätta utveckla arbetet med Fysisk aktivitet på recept i Region Halland
- avsluta arbetet med nivå 1 gällande Fysisk aktivitet på recept i Region Halland från och med 31 december 2020.

**Sammanfattning**

Fysisk aktivitet på recept (FaR) är en evidensbaserad medicinsk behandlingsmetod inom hälso- och sjukvården. FaR erbjuds till patienter som identifierats ha en otillräcklig fysisk aktivitet. Utifrån grundmodellen för FaR har varje region utvecklat olika arbetssätt anpassade till de specifika förutsättningar som gäller lokalt.

I Halland finns sedan 2003 en särskild struktur (FaR nivå 1, 2 och 3). Detta innebär bland annat att lokala aktörer erbjuder extra stöd och motivation till vissa patienter för att skapa bättre förutsättningar för att dessa ska öka sin fysiska aktivitet – detta kallas för FaR nivå 1. Region Hallands lokala nämnder har sedan 2007 betalat ut ersättning till de lokala aktörerna för att täcka deras ökade kostnader i samband med FaR nivå 1. Eftersom de lokala nämndernas förutsättningar i form av uppdrag och resurser har förändrats sedan insatsen inleddes, har de lokala nämnderna beslutat att från och med den 31 december 2020 inte betala ut ersättning till aktörerna.

Region Hallands övergripande riktlinjer för FaR följer nationella rekommendationer. FaR nivå 1 är hallandspecifikt, och det finns i dagsläget ingen grund för att arbetet ska fortsätta. FaR har kontinuerligt utvecklats i Region Halland, bland annat vad gäller kompetensutvecklingsinsatser med stöd från Västra Götalandsregionen. Detta utvecklingsarbete kommer att fortsätta även efter att nivå 1 avslutats. Målet är ett välanpassat stöd och motivation som varje patient behöver, utan att FaR har olika nivåer.

## Bakgrund

FaR är en evidensbaserad medicinsk behandlingsmetod inom hälso- och sjukvården som erbjuds till patienter som identifierats ha en otillräcklig fysisk aktivitet. Den svenska FaR-modellen omfattar fem delar, vilka utgör själva behandlingen samt stöd i processen. FaR utgår från ett personcentrerat rådgivande samtal där nuvarande aktivitetsnivå, beredskap och motivation till förändring samt behov av stöd kartläggs. I samråd med patienten formuleras en konkret målsättning som är möjlig att uppnå och en överenskommelse görs om aktiviteter som är lämpliga för att uppnå målet, vilken tydliggörs i en skriftlig ordination. Den skriftliga ordinationen individanpassas utifrån individens förutsättningar och det anges på receptet när uppföljning ska ske. Även uppföljningen individanpassas utifrån patientens behov och är en viktig del för att kunna justera ordinationen, erbjuda ytterligare motivationsstöd samt utvärdera effekten av behandlingen. Den överenskomna aktiviteten kan utföras på egen hand eller som en organiserad aktivitet. Som stöd vid förskrivningen av FaR använder hälso- och sjukvården handboken Fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och sjukdomsbehandling (FYSS) och samverkar med lokala friskvårdsorganisationer.<sup>1</sup>

Utvecklingsarbetet kring FaR påbörjades 2001 i Region Halland, i samband med den nationella kampanjen ”Sätt Sverige i rörelse”, och har sedan dess utvecklats på olika sätt. Idag är det en rekommenderad åtgärd med hög prioritet i Socialstyrelsens *Nationella riktlinjer för prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor*, och därför en obligatorisk åtgärd i Region Halland som ska erbjudas patienter med otillräcklig fysisk aktivitet på alla vårdcentraler i länet. FaR förskrivs också till patienter på Hallands sjukhus, inom psykiatri och i Kvinnohälsövården. FaR har kontinuerligt utvecklats i Region Halland, bland annat vad gäller kompetensutvecklingsinsatser med stöd från Västra Götalandsregionen.

## FaR nivåer i Halland

Utifrån grundmodellen för FaR har varje region utvecklat olika arbetssätt anpassade till de specifika förutsättningar som gäller lokalt. I Halland finns sedan 2003 en särskild struktur som består av tre nivåer. Nivå 1 innebär att lokala aktörer erbjuder individer extra stöd och motivation för att skapa förutsättningar för att dessa ska öka sin fysiska aktivitet. Patientens recept skickas till den lokala aktören. Nivå 2 innebär deltagande på aktivitet utifrån ordinarie aktivitetsutbud hos förening/privat aktör och nivå 3 innebär egen träning. På FaR nivå 2 och 3 ansvarar patienten själv för sitt recept.

Region Hallands lokala nämnder har sedan 2007 betalat ut ersättning till aktörerna för att täcka deras ökade kostnader i samband med FaR nivå 1. Eftersom de lokala nämndernas förutsättningar i form av uppdrag och resurser har förändrats sedan insatsen inleddes, har de lokala nämnderna beslutat att från och med den 31 december 2020 inte betala ut ersättning till aktörerna.

---

<sup>1</sup> <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/nationella-riktlinjer/2018-6-24-kunskapsunderlag.pdf>

## **Fortsatt arbete och utveckling av FaR i Region Halland**

Arbetet med FaR nivå 1 i Region Halland utgår ifrån att vissa patienter har större behov av stöd och motivation än andra. FaR som behandlingsmetod bygger på att arbeta personcentrerat och individanpassat, och det kräver patientens delaktighet. Region Hallands övergripande riktlinjer för FaR följer nationella rekommendationer, och arbetet med de olika nivåerna i Halland kan därför anses vara omotiverat.

Utveckling av arbetet med FaR kommer att fortsätta i samarbete med Västra och Södra Sjukvårdsregionen, och inom ramen för det nationella nätverket för Hälsofrämjande Hälso- och Sjukvård. Målet är ett välanpassat stöd och motivation som varje patient behöver, utan att FaR har olika nivåer.

Region Halland har under en lång period samarbetat med RF-SISU som inom hela Halland samordnar de olika lokala aktörernas deltagande i FaR. Denna samverkan har kontinuerligt utvecklats under åren och det gemensamma arbetet kommer att fortsätta även framöver. Detta för att de lokala aktörerna ska kunna erbjuda ett brett utbud av aktiviteter till patienterna utifrån deras motivationsgrad, hälsotillstånd och behov.

## **Ekonomiska konsekvenser av beslutet**

Beslutet har inga ekonomiska konsekvenser.

### **Regionkontoret**

Jörgen Preuss  
Regiondirektör

Martin Engström  
Hälso- och sjukvårdsdirektör

### **Styrelsens/nämndens beslut delges**

Lokala nämnder  
Driftnämnden Närsjukvård  
Driftnämnden Psykiatri  
Driftnämngen Hallands sjukhus  
Driftnämnden Ambulans, diagnostik och hälsa  
Privata vårdcentraler