

Mer information om konferensen samt anmälan: [Tillsammans stärker vi hälsosamma levnadsvanor | Länsstyrelsen Västerbotten \(lansstyrelsen.se\)](#)

## Västerbottenssvepet

När vi träffas i Lycksele på årets regionala Folkhälsokonferens den 28 maj så finns en punkt som heter Västerbottenssvepet. Tanken med denna punkt är att olika aktörer ska få berätta mycket kortfattat om aktiviteter eller processer i länet kopplat till hälsosamma levnadsvanor.

Förhoppningen är vi ska få en inblick i varandras aktiviteter och en överblick av vad vi gemensamt åstadkommer i länet. En känsla inspiration och

bredd kring hur vi tillsammans skapar förutsättningar för hälsosamma levnadsvanor i Västerbotten.



### Förberedelse

För att denna punkt ska bli så bra som möjligt är det viktigt med en god förberedelse och att vi alla håller tiden. Du kommer inte kunna berätta om allting och du måste verkligen prioritera det du vill lyfta fram.

Du har säkert hört om "Hisspitch, hisspresentation eller "hisstal" – kärt barn har många namn – en minnesvärd 30-sekunders beskrivning av vad du gör och varför. En "hisspitch" ska inte vara längre än 30 sekunder, så att det du säger måste vara kärnfullt och enkelt. När du förbereder dig för Västerbottenssvepet kan du gärna inspireras av detta sätt att presentera kort och kärnfullt, men du kommer att ha 2 minuter att förfoga över.

### Steg 1: Intresseanmälan

Skicka din insats/aktivitet/ process i formuläret via forms. -länk [Intresseanmälan till Västerbottenssvepet \(office.com\)](#)

### Steg 2: Skicka PowerPoint bild

De insatser/arbetsprocesser som valts ut till svepet skall förbereda endast en ppt bild som du ska skicka till Anna-Karin senast måndag den 20 maj. Anna-Karin sätter sedan ihop alla bilder till ett bildspel.

(Vi kommer att göra ett urval för att få en variation i svepet)

### Stödfrågor

Som stöd till din presentation kan du försöka svara på frågorna:

1. **Vad gjorde ni?** (typ av insats/process?)
2. **Vilka deltog?** (målgrupp: medborgare, äldre, barn, kommunala tjänstepersoner, beslutsfattare, representanter för civilsamhälle etc.?)
3. **Vad har arbetet lett till?** (Lyft fram något positivt)
4. **Vad är nästa steg?**
5. **Vad hoppas du på inför framtiden?**

### Avslutningsvis

Mer information om konferensen samt anmälan: [Tillsammans stärker vi hälsosamma levnadsvanor | Länsstyrelsen Västerbotten \(lansstyrelsen.se\)](#)

Tänk igenom det du vill förmedla och förbered så att du i lugnt tempo kan delge din berättelse för dina kollegor i nätverket. Det ska inte vara stressigt för dig att hinna med att berätta din berättelse. Om det är så att du kommer förbereder ett talmanus kan du ha ett riktmärke på ca 200 ord, det tar ca 2 minuter och motsvarar ungefär en tredjedels A4-sida.

Om du inte tycker att frågorna ovan passar dig, kan du välja ut det du tycker känns relevant och det du vill förmedla konferensdeltagarna.

Kontakt:

Sofia Elwér,  
Jämställdhetsstrateg  
Folkhälsoenheten  
Region Västerbotten  
Telefon: 070-5248365  
[sofia.elwer@regionvasterbotten.se](mailto:sofia.elwer@regionvasterbotten.se)  
[regionvasterbotten.se](http://regionvasterbotten.se)

Anna-Karin Waenerlund  
Folkhälsostrateg  
Social hållbarhet  
Länsstyrelsen Västerbotten  
Telefon: 010-225 43 12, 070-662 71 70  
[anna-karin.waenerlund@lansstyrelsen.se](mailto:anna-karin.waenerlund@lansstyrelsen.se)  
Besöksadress: Storgatan 71 B, 901 86 Umeå  
[www.lansstyrelsen.se/vasterbotten](http://www.lansstyrelsen.se/vasterbotten)