

Dokumenttyp:

Rutin

Fastställt/upprättad av

22-05-16/MLA

Senast reviderad:

Giltighetstid:

Tills vidare

Detta dokument gäller för:

Elevhälsans medicinska insats

Dokumentansvarig:

Verksamhetschef EMI

Rutin för Fysisk aktivitet på Recept – FaR

Metoden Fysisk aktivitet på Recept – FaR kan användas för unga som är otillräckligt fysiskt aktiva och som utvecklat ohälsa eller som tillhör riskgrupp för att utveckla ohälsa till följd av en fysiskt inaktiv livsstil. All hälso-och sjukvårdslegitimerad personal får förskriva FaR.

FaR som metod består av tre delar:

- Rådgivande samtal
- Individanpassad skriftlig ordination
- Individanpassad uppföljning

Samtalet bör anpassas utifrån barnets/ungdomens ålder och mognad. Vid ordination av FaR till unga 6 – 12 år rekommenderas ett familjecentrerat förhållningssätt. Vid ordination till ungdomar från 13 år kan ungdomen oftast ta ett större ansvar, men vårdnadshavare bör informeras.

Ordinationsblanketten bör fyllas i tillsammans med ungdomen/familjen och ge en tydlig bild av vilka förändringar som ska genomföras. Det är viktigt att det finns en tydlig plan för var, när och med vem aktiviteten ska genomföras. Receptet fungerar som en gemensam överenskommelse mellan barnet/ungdomen, vårdnadshavare och vårdgivaren. Receptet är ungdomens/familjens dokument och kan behöva visas upp hos en aktivitetsarrangör.

Som förskrivare av FaR ansvarar du för uppföljning av ordinationen.

Länk till manual för ordinationsblankett Fysisk aktivitet på Recept – FaR:

<https://mellanarkiv-offentlig.vgregion.se/alfresco/s/archive/stream/public/v1/source/available/sofia/rhs5818-1875176193-1310/surrogate/Manual%2c%20FaR%20ordinationsblankett%20Unga%2c%202022.pdf>

Länk till ordinationsblankett Fysisk aktivitet på Recept – FaR:

<https://mellanarkiv-offentlig.vgregion.se/alfresco/s/archive/stream/public/v1/source/available/sofia/hs7968-1433484055-48/native/FaR%20ordinationsblankett%20unga%20I%3a4tt%20svenska.pdf>

