

# VÄLKOMNA TILL LÄNSKONFERENS PSYKISK HÄLSA OCH SUICIDPREVENTION

*Nya*  
**perspektiv**

*en del av*  
**VÄRMLAND**

# Agenda för förmiddagens konferens

**NATIONELL STRATEGI  
FÖR PSYKISK HÄLSA OCH  
SUICIDPREVENTION**

**ÖVERENSKOMMELSE  
PSYKISK HÄLSA OCH  
SUICIDPREVENTION 2024**

**ARBETE I LÄNET**



en del av  
**VÄRMLAND**

# Nationell strategi

”Ett samhälle som främjar en god och jämlik psykisk hälsa i hela befolkningen och där ingen bör hamna i en situation där den enda utvägen upplevs vara suicid”.

- Folkhälsomyndigheten och Socialstyrelsen har tillsammans med 24 andra myndigheter tagit fram underlag och ett förslag till en ny nationell strategi för psykisk hälsa och suicidprevention.
- Förslaget är en tioårig strategi för området som integrerar arbete med att **främja** psykiskt välbefinnande, **förebygga** psykisk ohälsa och suicid, och **förbättra livsvillkoren** för personer som lever med olika psykiatriska tillstånd.

## Fyra mål som utgör strategins samlade målsättningar

- En förbättrad psykisk hälsa i hela befolkningen
- Färre liv förlorade i suicid
- Minskad ojämlikhet i psykisk hälsa
- Minskade negativa konsekvenser på grund av psykiatriska tillstånd.



# Sju delmål som bidrar till de övergripande målen

1. Psykisk hälsa ses som en resurs för individen och samhället
2. Ökade investeringar i barn och unga för en god psykisk hälsa genom hela livet
3. Ett inkluderande och hållbart arbetsliv som främjar psykisk hälsa
4. Ett inkluderande samhälle med delaktiga invånare
5. Vård och omsorg som möter individens behov
6. Stärkt suicidpreventivt arbete
7. Stärkt kunskapsutveckling inom området psykisk hälsa och suicidprevention



en del av  
**VÄRMLAND**

# Sammanfattning

Överenskommelsen för 2024 omfattar 1 560 000 000 kronor varav 1 527 000 000 kr fördelas till kommuner, regioner och länen

Inga större förändringar i målsättningen och inriktningen jämfört med 2023 och tidigare år

Förstärkt satsning på barns och ungas psykiska hälsa

Riktade medel till ungdomsmottagningar och för fortsatt utvecklingsarbete utifrån handlingsplaner utgår

Utökning av medel till länsgemensamma insatser



[Insatser inom området psykisk hälsa och suicidprevention 2024 \(skr.se\)](#)

Nya  
perspektiv

en del av  
VÄRMLAND



# Överenskommelsen psykisk hälsa och suicidprevention 2024

## Psykisk hälsa barn och unga 6 310 578kr

- Inom ramen för det prioriterade området ska kommuner och regioner **gemensamt** arbeta för att **stärka och utveckla arbetet med att främja psykisk hälsa och förebygga psykisk ohälsa och suicid** bland barn och unga.
- Det kan finnas skäl att vidta åtgärder för en mer **strategisk styrning, uppföljning och utvärdering**.
- Stödja utvecklingen av primärvårdsnivån som ingång vid psykisk ohälsa för barn och unga. 1:a linje verksamhet för **barn och ungas psykiska hälsa införlivas i primärvårdsuppdraget**.
- Stimulera en **mer sammanhållen vård och smidigare övergångar** mellan verksamheter och mellan barn – och vuxenvård. (Bla. användande av SIP)
- Stärka **barn- och ungdomskompetensen** i 1:a linjens vård och metoder och arbetssätt för att göra barn och unga delaktiga.

# Överenskommelsen psykisk hälsa och suicidprevention 2024

## En mer sammanhållen, behovsanpassad och personcentrerad vård och omsorg för personer med samsjuklighet eller omfattande behov 8 895 822kr.

- Barn, unga vuxna och äldre. Personer med omfattande behov av vård och stöd insatser som inte sällan behöver flera insatser från flera huvudmän.
- Inom ramen för det prioriterade området ska kommuner och regioner arbeta för att skapa **förutsättningar** för att insatserna till personer med samsjuklighet blir mer **sammanhållna, flexibla och individanpassade**
- Utveckla långsiktiga samverkansformer inom och mellan verksamheter liksom arbetssätt, metoder och samverkansverktyg för att stödja såväl det förebyggande och främjande arbetet, och arbetet med suicidprevention, som arbetet med samordning av komplexa vårdbehov.
- Anhöriga- stöd till familjer och närstående.
- Vidare finns skäl att **stödja kompetensutveckling i verksamheterna avseende olika former av samsjuklighet** då detta kan öka förmågor hos personalen i vården och omsorgen att upptäcka och behandla samsjuklighet.
- Vägledande i arbetet är slutsatser i samsjuklighetsutredningen.

# Överenskommelsen psykisk hälsa och suicidprevention 2024

## Brukarmedverkan 1 000 000 kronor

- Inom ramen för prioriterade området ska kommuner och regioner arbeta för att **skapa förutsättningar för ett ökat patient-brukar- och anhöriginflytande** på såväl individuell nivå som på verksamhetsnivå och systemnivå.
- Behov av att **stärka barn och ungas roll** inom inflytandearbetet.
- Särskilt **angeläget är att utveckla former för praktiskt brukarinflytande och att användningen av utarbetade konkreta metoder och arbetssätt för brukardelaktighet ökar.**
- Att åstadkomma ett ökat brukar- och anhöriginflytande kräver, för att bli framgångsrikt, **en struktur och en långsiktig strategi som involverar planering, genomförande och uppföljning, såväl på individnivå som på de mer övergripande nivåerna**

# Överenskommelsen psykisk hälsa och suicidprevention 2024

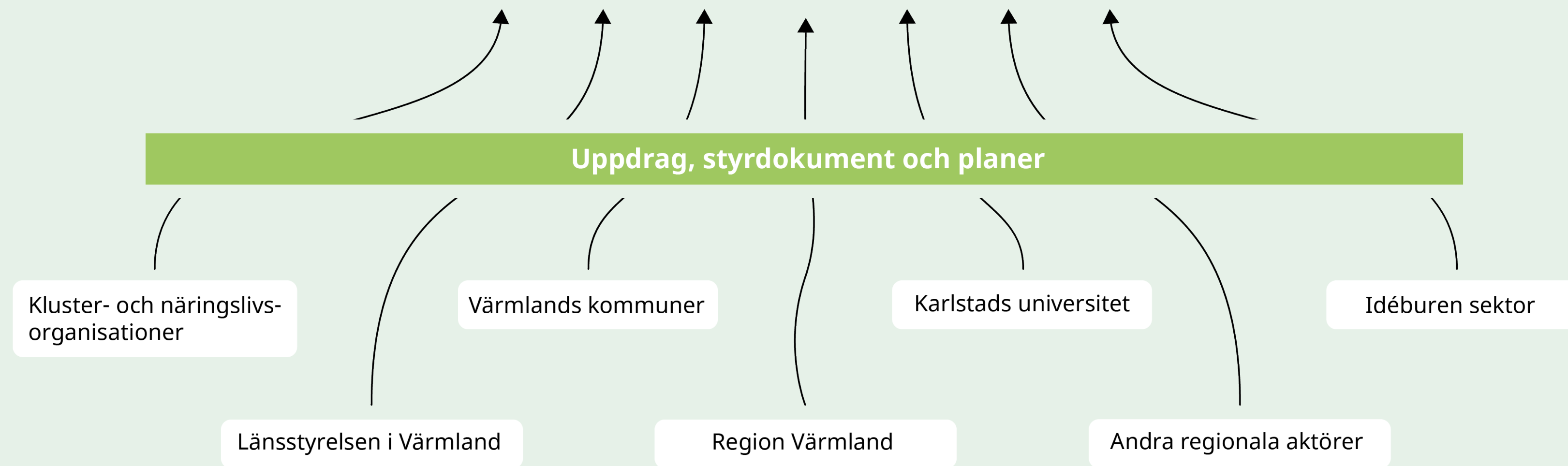
## Suicidprevention 5 373 547kr

- Integrera strategiska arbetet med psykisk hälsa och suicidprevention.
- Inom ramen för det prioriterade området ska kommuner och regioner arbeta för att **utveckla det strategiska suicidpreventiva arbetet på lokal och regional nivå** genom individ- och befolkningsbaserade insatser
- **Insatser som riktas direkt till personer med suicidalitet** behöver öka och vidtas redan i patientens möte med hälso- och sjukvården och omsorgen. Te.cx genom suicidriskbedömningar.
- **Uppföljningen av patienter med suicidalitet** bör tex vara en självklar del av vård- och omsorgsprocessen men också att utveckla det suicidpreventiva arbetet inom ramen för arbetet med **patientsäkerhet** i syfte att skapa ett systematiskt förbättringsarbete.
- Särskilt angeläget att stärka insatser till grupper med särskild risk för suicid samt att **identifiera arbetet med stöd för efterlevande.**
- **Kompetensutveckling förbättra samverkan** i behandlingen av personer med suicidalitet.

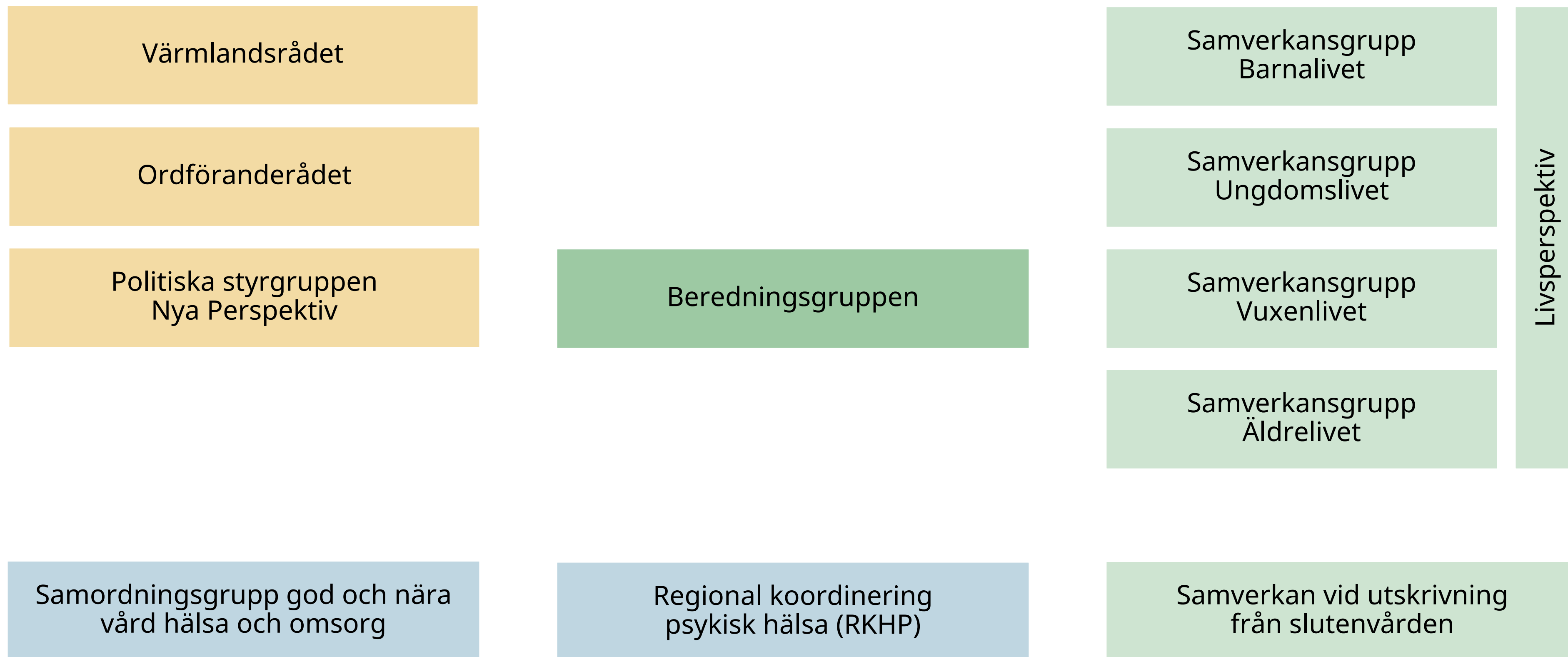


Vision 2040

# Ett hållbart Värmland som förändrar världen

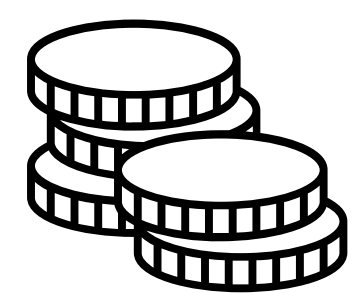


# Nya perspektivs organisering



■ Finansieras av statliga bidrag

# Värmlands stimulansmedel, fördelning 2024



Ca 42 mkr



21,5 mkr

Länsgemensamma



## Länsgemensamma medel

- Suicidprevention
- Brukarmedverkan
- Samsjuklighet & personer med komplex problematik
- Barn & unga

17,9mkr

Region Värmland



## Medel till regionen

- Barn & unga
- Förstärkt traumavård
- Kunskapsbaserad och säker hälso- och sjukvård och omsorg

2,7 mkr

Kommunerna

## Medel till Kommun

- Kunskapsbaserad och säker hälso- och sjukvård samt omsorg

Plan för god  
psykisk hälsa  
i Värmland  
2021–2024

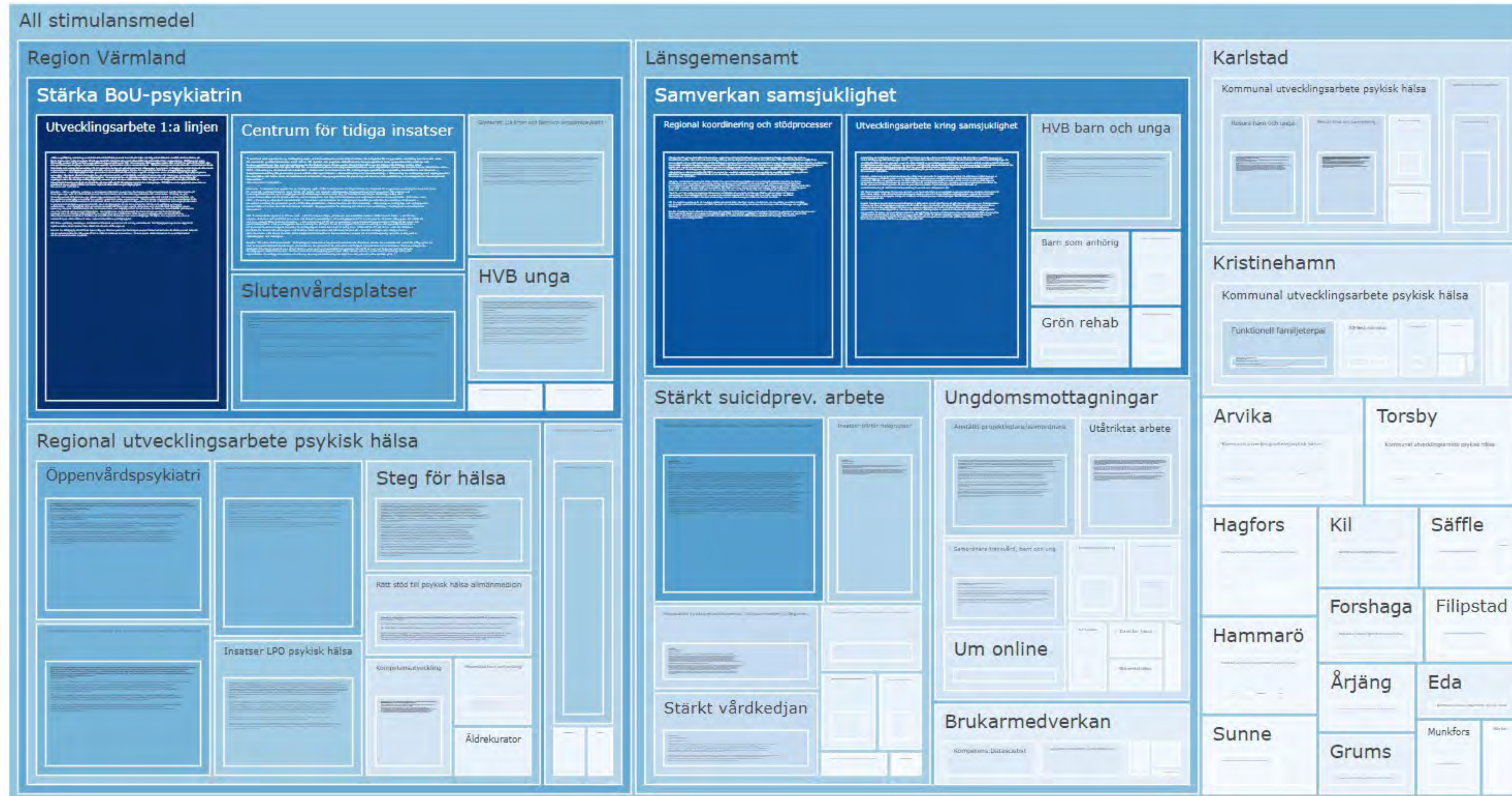


Länsgemensam  
strategisk plan  
Suicidprevention i  
Värmland

Ska vara ett stöd för alla som  
bidrar i det suicidpreventiva  
arbetet i Värmland.



# Visualisering använda stimulansmedel 2022





# System i vårt löpande arbete för transparens och synliggörande

	Aktiviteter	Ansvarig verksamhet	Samverkansparter	Faktura	Använda stimulansmedel	Budget	Målgrupper	Mål	Resultat Prestation	Resultat Effekt

## Principer för prioriteringen av stöd till olika utvecklingsarbeten i länet

### Länsgemensamma medel

- Suicidprevention
- Brukarmedverkan
- Samsjuklighet & personer med komplex problematik
- Barn & unga

- Ska gå i linje med överenskommelsens intentioner.
- Utvecklingsarbete för att testa "nytt"/nytänk.
- Kan det gagna fler i länet i ev. uppskalning?
- Samverkan kommun/region och gärna någon/några föreningar inom området
- Gärna fokus på främjande arbete, förbyggande perspektiv.

## Länsgemensamma medel

- Suicidprevention
- Brukarmedverkan
- Samsjuklighet & personer med komplex problematik
- Barn & unga

# Länets gemensamma arbete - viktiga delar

- Stort fokus på inflytande, delaktighet och medverkan för alla åldrar och i alla verksamheter.
- Barn och unga
- Personer med omfattande behov och samsjuklighet
- Stärkt suicidpreventivt arbete.

## Uppföljning av stimulansmedel under 2023.

Hälsofrämjande och förebyggande arbete

Systematiskt utvecklingsarbete (fokus på behovsanalyser- grund för fortsatta insatser)

Stärka förutsättningar för samverkan.(nationell styrning med mer pengar till länsgemensamt arbete)

*Nya*  
**perspektiv**

*en del av*  
**VÄRMLAND**



**Paus  
Tillbaka 10.10**

*en del av*  
**VÄRMLAND**



# Brukarinflytande

# Samverkan med NSPH

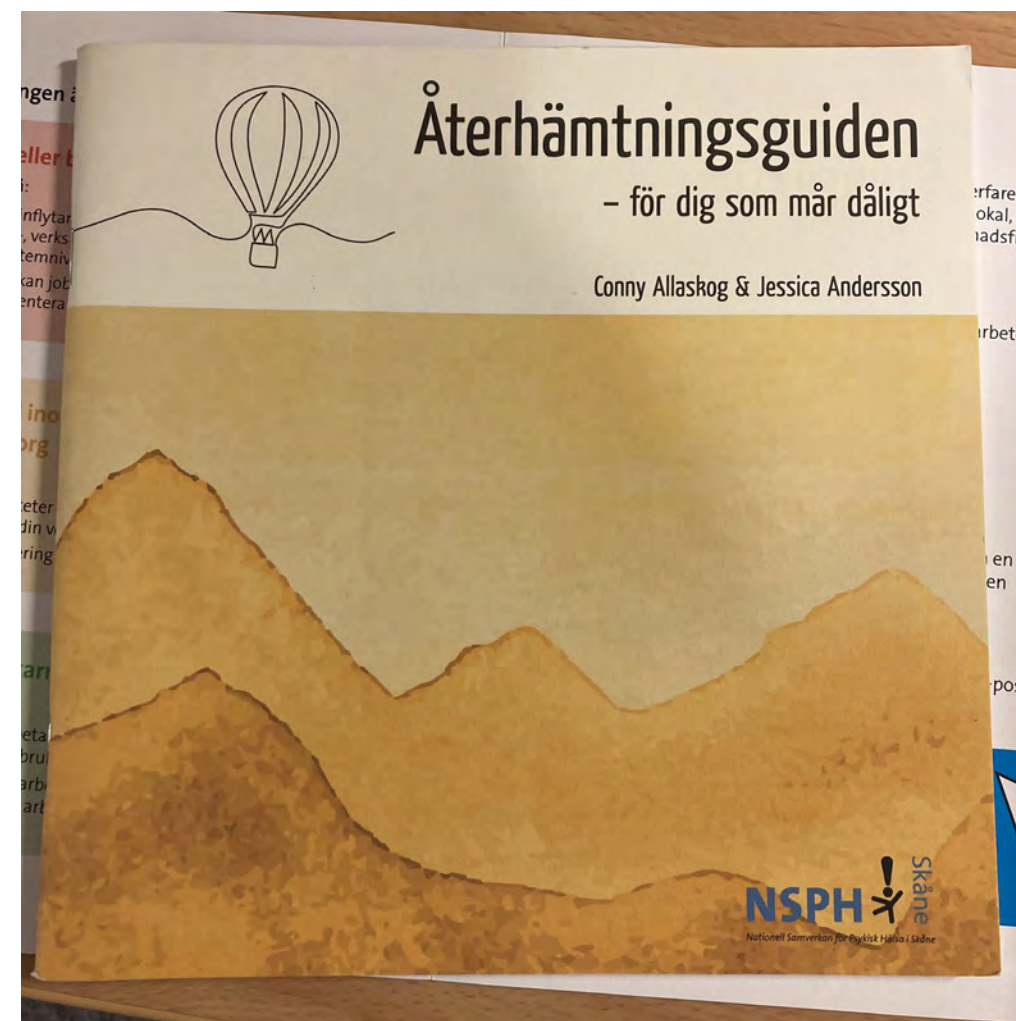
- **Historia och varför**
- **Inflytande, metoder och erfarenheter**



# Insatser, aktiviteter och metoder

- **Patientforum och brukarforum (samtalsledare med egen erfarenhet)**
- **Peer-support kompetens**
- **Olika arbetsgrupper**
- **Kompetensutveckling och processtöd metoder och material**
- **Föreningskvällar**
- **Bemötandeutbildning**
- **Utvecklingsteam**
- **Brukarorganisationsråd**
- **Antistigmaarbete med antistigmaprojektet**
- **Fokusmånad för psykisk hälsa**
- **Föreläsningar av egnerfarna**
- **Återhämtningssguiden**
- **Forskning kopplat till arbetet genom kau**
- **MHFA med suicidpreventiva arbetet**






## Webbutbildning i brukarinflytande

Här har vi samlat all vår erfarenhet och kunskap i tre utbildningar om brukarinflytande. Vill du skapa en bättre vård i nära samverkan mellan egnerfarna, professionen och vetenskapen? Då har du hittat helt rätt!

### För dig som är chef eller beslutsfattare

Du kommer få lära dig:

- Vad brukarinflytande är.
- Brukarinflytande på individ-, verksamhets- och systemnivå.
- Hur du kan jobba systematiskt för att implementera brukarinflytande.

### För dig som jobbar inom vård och omsorg

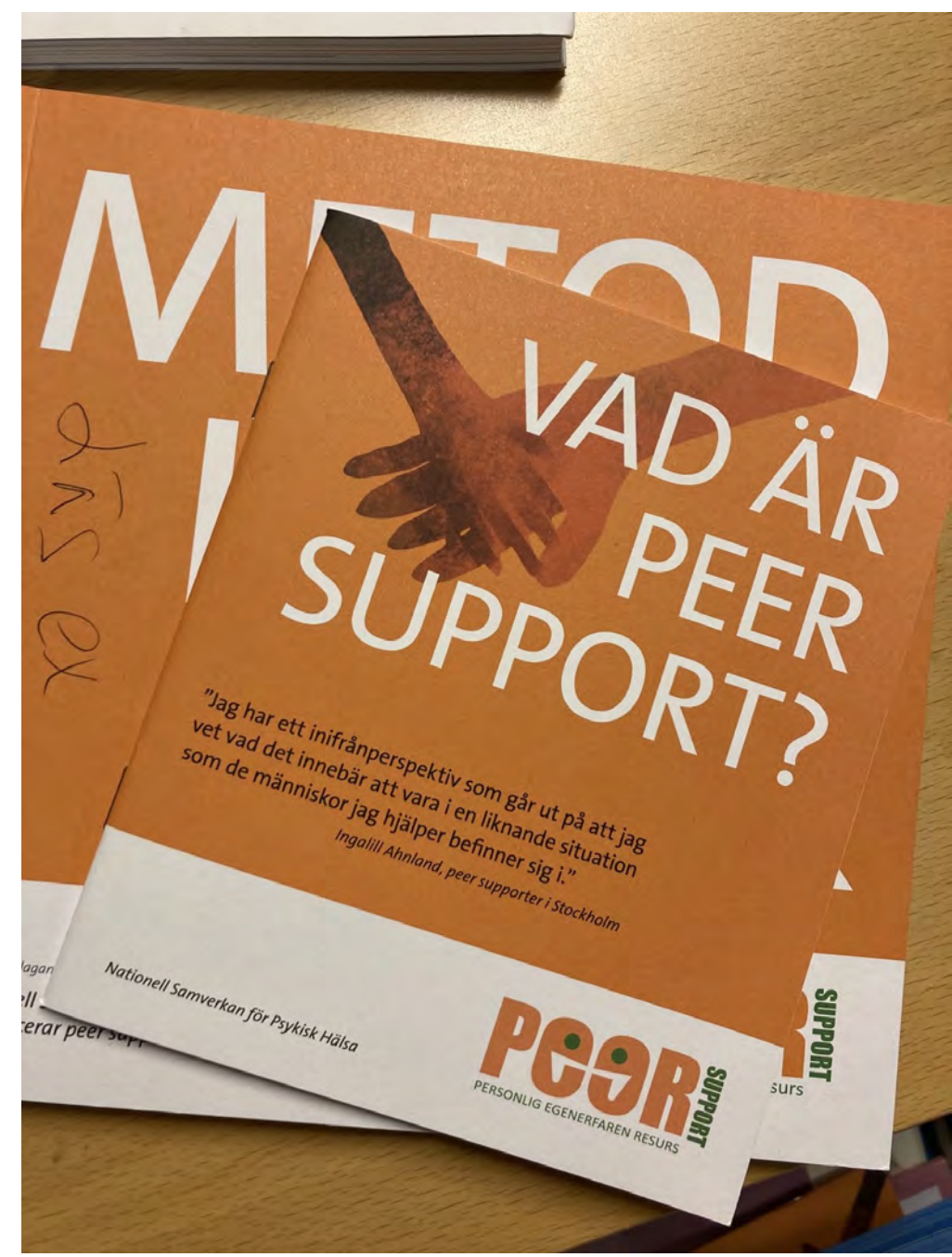
Du kommer få lära dig:

- Vad brukarinflytande är.
- Vilka aktiviteter för att stärka brukarinflytande som kan användas i din verksamhet.
- Implementering av brukarinflytande i en verksamhet.

### För dig som är aktiv inom brukarrörelsen

Du kommer få lära dig:

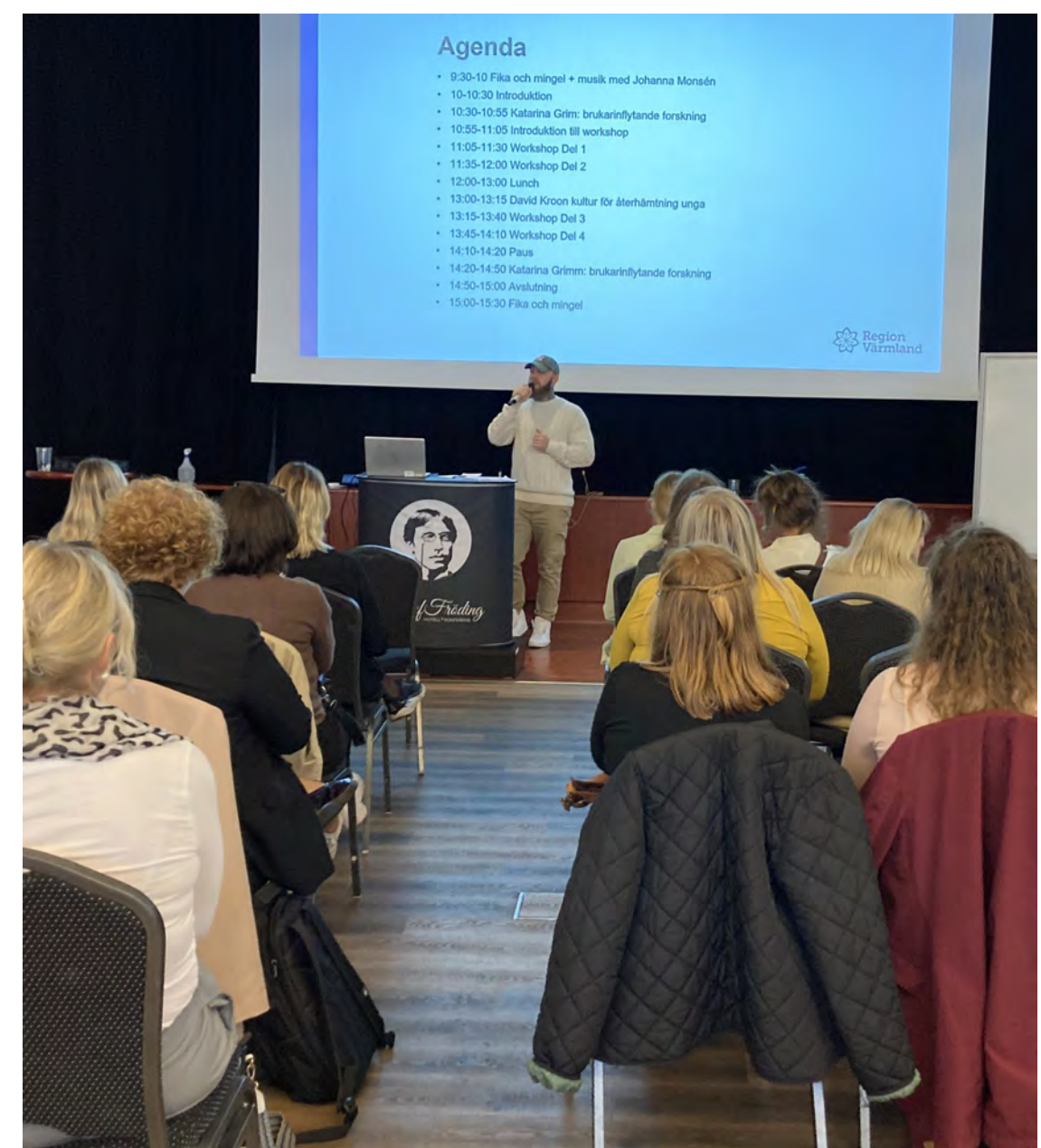
- Vad brukarinflytande är.
- Hur du kan arbeta systematiskt för att implementera brukarinflytande.
- Aktiviteter och arbetssätt för att stärka den lokala brukarrörelsens arbete med brukarinflytande



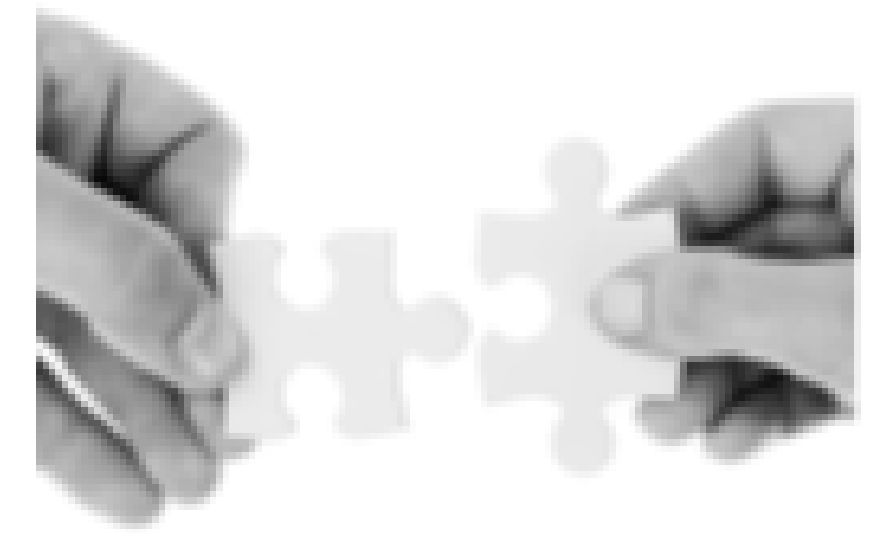
## Forum UserInvolve

Forskning om brukarinflytande

[katarina.grim@kau.se](mailto:katarina.grim@kau.se)



Agenda	
• 9:30-10 Fika och mingel	• musik med Johanna Morén
• 10-10:20 Introduktion	
• 10:30-10:55 Katarina Grim: brukarinflytande forskning	
• 10:55-11:05 Introduktion till workshop	
• 11:05-11:30 Workshop Del 1	
• 11:35-12:00 Workshop Del 2	
• 12:00-12:00 Lunch	
• 13:00-13:15 David Kivon kultur för återhämtning unga	
• 13:15-13:40 Workshop Del 3	
• 13:45-14:10 Workshop Del 4	
• 14:10-14:20 Pausa	
• 14:20-14:50 Katarina Grim: brukarinflytande forskning	
• 14:50-15:00 Avslutning	
• 15:00-15:30 Fika och mingel	



## PATIENTFORUM

”En metod för patientinvolverad verksamhetsutveckling och ökat brukarinflytande”



# Tack för att ni lyssnade!

Johanna Monsén

Representant från föreningen Attention i NSPH  
Värmland, Hjärnkollsambassadör mm.

Lina Larhult

Samordnare brukarmedverkan  
010-8316304, 072-4576704  
[lina.larhult@regionvarmland.se](mailto:lina.larhult@regionvarmland.se)

# Stärka samverkan för personer med samsjuklighet eller annan komplex problematik

*Nya*  
**perspektiv**

*en del av*  
**VÄRMLAND**



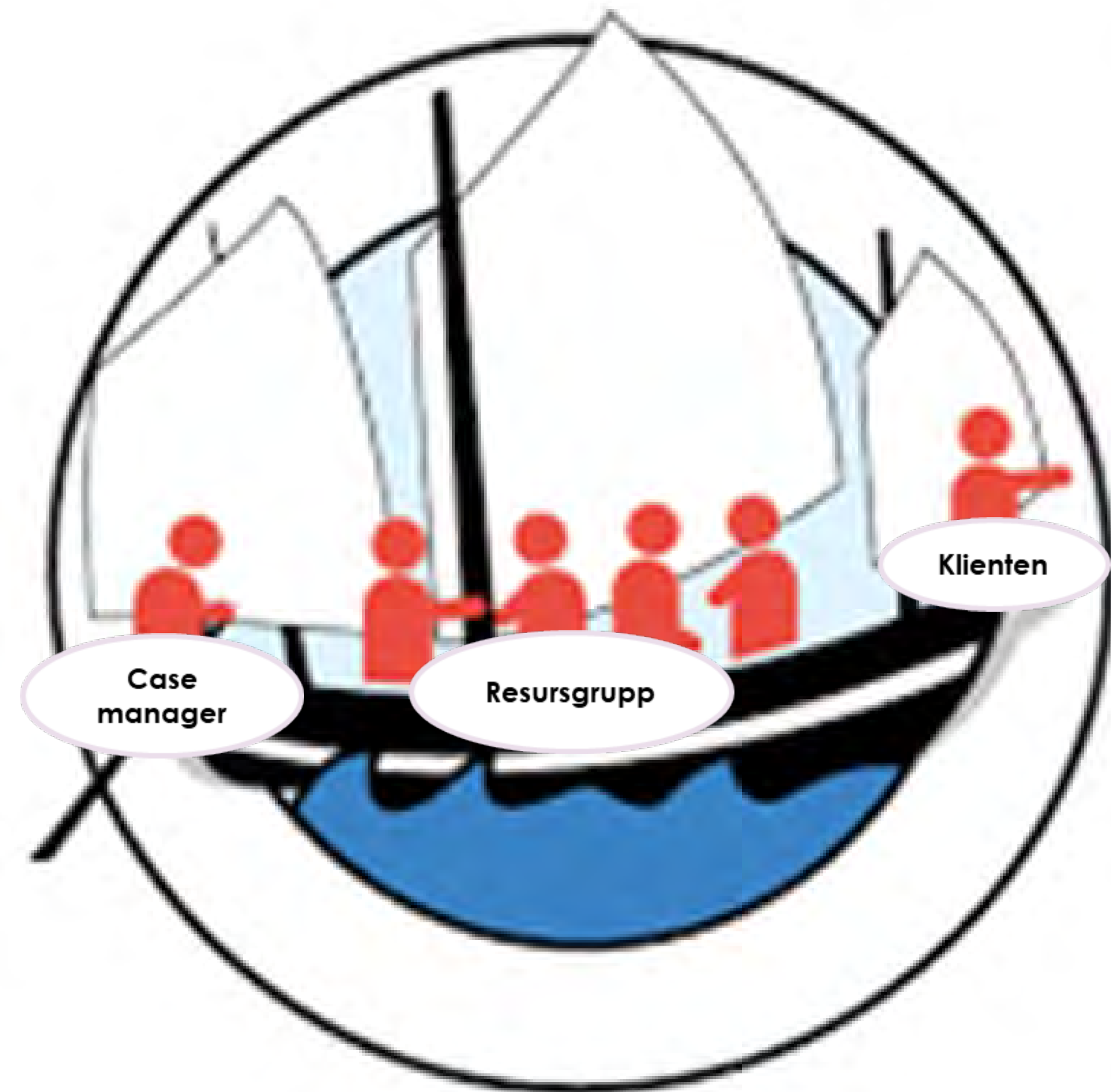
# R-ACT

Ett samordnat flexibelt och integrerat  
arbetsätt

för personer med komplexa behov







R-ACT är ett samhällsbaserat program för behandling och rehabilitering av alla former av **psykiska sjukdomar** som exempelvis depression, schizofreni, andra psykosor, ångesttillstånd **och beroendetillstånd**. Programmet omfattar strategier som är tillämpningsbara i primärvård, specialiserad psykiatri och socialtjänst. Det bygger på forskning och praktiska erfarenheter från Sverige och från andra ställen runt om i världen.



# Aktivt uppsökande

Enligt **Socialstyrelsens rekommendation** bör **hälso- och sjukvården samt socialtjänsten erbjuda Case management** i form av integrerade eller samverkande team **till personer med;**

**missbruk eller beroende** av alkohol och narkotika och **samtidig svår psykisk sjukdom**

åtgärden **minskar antalet dagar på sjukhus** och **ökar boendestabilitet**

positiv effekt på livskvalitet, psykiska symtom samt substansmissbruk och beroende

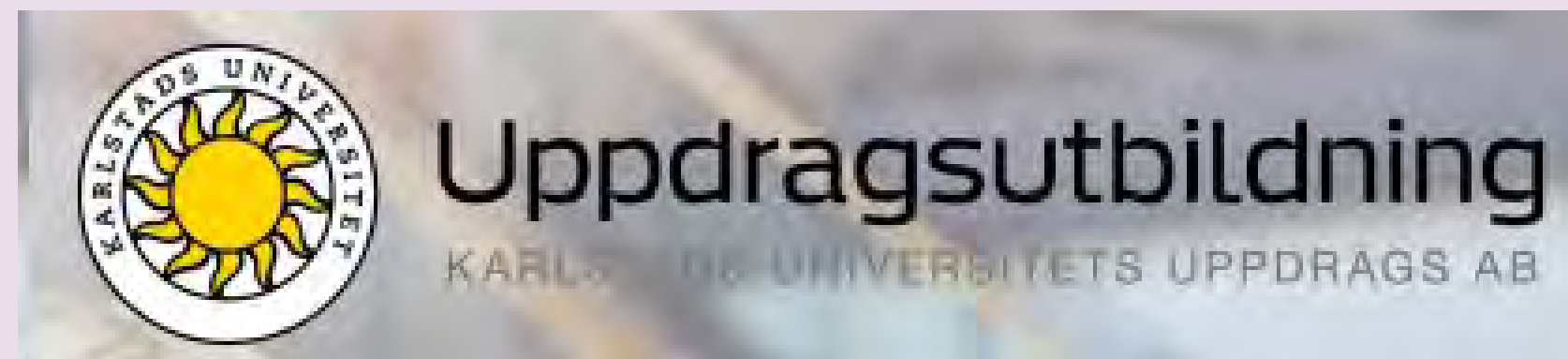


**schizofreni** och **schizofreniliknande tillstånd**

tillståndet har en stor till mycket stor svårighetsgrad

åtgärden har en positiv effekt på patienters och klienters nöjdhet med vården och stödet jämfört med dem som inte fått åtgärden

6 st från  
region



17 st från  
kommun

**Efter avslutad utbildning ska deltagarna kunna:**

- reflektera kring livssituationen för brukare och utifrån det värdera behandlings- och stödinsatser, -  
med fokus på samsjuklighet
- tillämpa analysmetoder i form av beteendeanalys, analys av psykiska funktionsnedsättningar samt tillämpa färdigheter enligt metodiken  
**RACT**
- beskriva, utvärdera och problematisera insatser för brukare och resursgrupp enligt metodiken  
Resursgrupps-ACT
- visa kunskap i planering, ledning och samordning av vård och stöd för individer med samsjuklighet enligt RACT metodiken
- redogöra för relevant lagstiftning som SoL , LVM och LPT

# Implementering av R-ACT i Värmland

Petra Andersson Hammarö Kommun får uppdraget att, i samverkan med utsedda personer inom Region Värmland, implementera metoden i Värmland.

Detta innebär att:

- ta fram likvärdigt material, både pappersvarianter och digitalt, som går ut länsgemensamt, det vill säga till regionala och kommunala verksamheter.
- undersöka möjligheten att göra en förenklad metodpärm att använda sig av.
- ta fram länsgemensam riktlinje för hur man arbetar med metoden R-ACT i Värmland utifrån huvudmännens olika grunduppdrag inklusive roller (i samverkan med region)
- eventuellt tydliggöra samverkan med Nationellt kunskapscentrum för Case management, NKCM.
- bilda en chefsgrupp för nätverk och samverkan –i första skedet tillsammans med de medarbetare som har RACT kompetens/CM utbildning (för att alla ska höra/se samma saker.)
- i möjligaste mån bygga på befintliga samverkans forum.



Tack!



# Ett stärkt och utvecklat suicidpreventivt arbete

*Nya*  
**perspektiv**

*en del av*  
**VÄRMLAND**

# Framsteg länsgemensamt 2023

- Länsgemensam plan
  - Kultur- och bildningsnämnd, hälso- och sjukvårdsnämnd, regionfullmäktige, och 16 av 16 kommuner
- Ökad förutsättningar för det suicidpreventivt arbete i kommunerna och i regionen (årlig uppföljningsenkät)
- Fokus på kunskapshöjande insatser i kommunerna och länsgemensamt
  - Föreläsningskatalog
  - Mer än 400 personer har deltagit Värmlands kommuner
  - Öppna föreläsningar till allmänheten gällande existentiella samtal samt maskulinitetsnormer, psykisk hälsa, och våld
  - MHFA utbildningar
- MHFA (mental health first aid) instruktörsnätverket

# Framsteg strukturerad, samordnad samverkan inom hälso- och sjukvården 2023

- Alla verksamhetsområden inom hälso- och sjukvården har deltagit i den kliniska suicidpreventions gruppen samt några andra verksamheter i det regionala nätverket för suicidprevention
- Ökad samverkan mellan olika verksamheter
- Ökad kompetens genom föreläsningar och utbildningar
- Strukturer för samverkan är en del av den ordinarie verksamheten



# Framsteg stärkt vårdkedja 2023

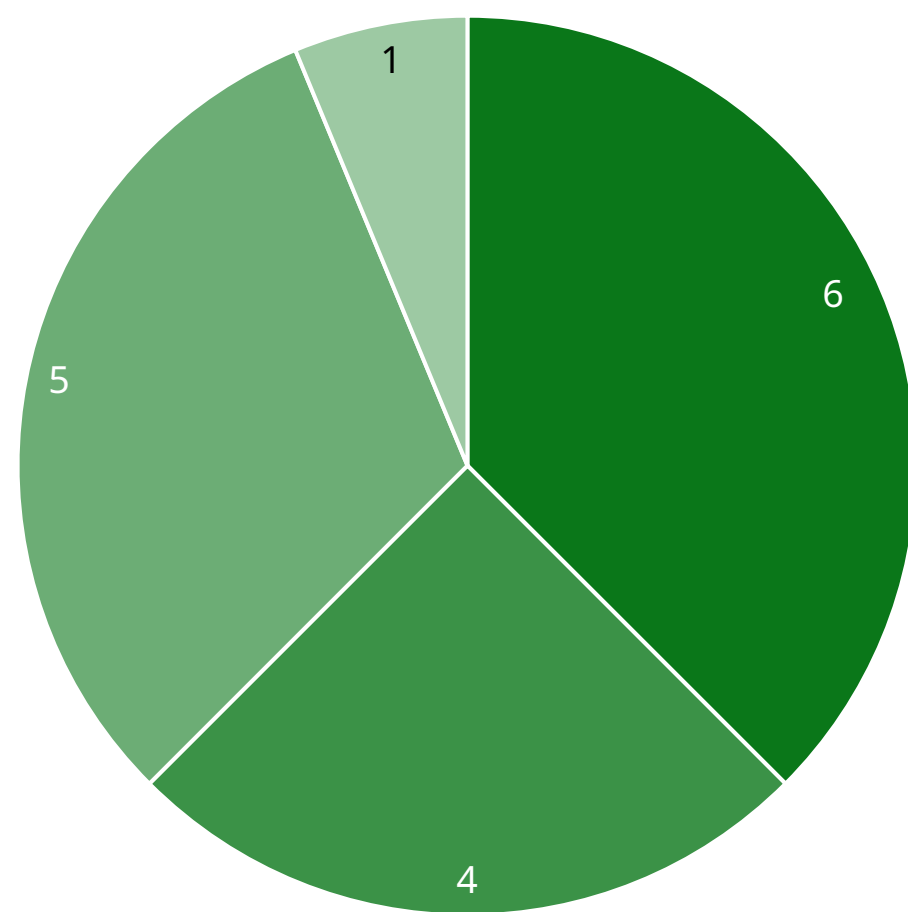
- Arbetet med Region Värmlands övergripande riktlinje för suicidprevention och tillhörande rutiner (vuxna och barn/unga)
  - Kopplade utbildningsmaterial,
  - Intranätssidan
  - APT material
  - Strukturerat implementerings- och kommunikationsarbete kopplat till riktlinjen
- Utvecklat en ny struktur för att tillse efterlevandestöd i samverkan med polisen
- Arbete med en ny transportsrutin (samverkan med polis) för suicidnära personer
- Utveckling av arbete med säkerhetsplaner för hela hälso- och sjukvården
  - mer information tillkommer

# Kommunernas arbete

Baseras på en enkät för uppföljning som genomförs och sammanställs varje år sedan 2019.

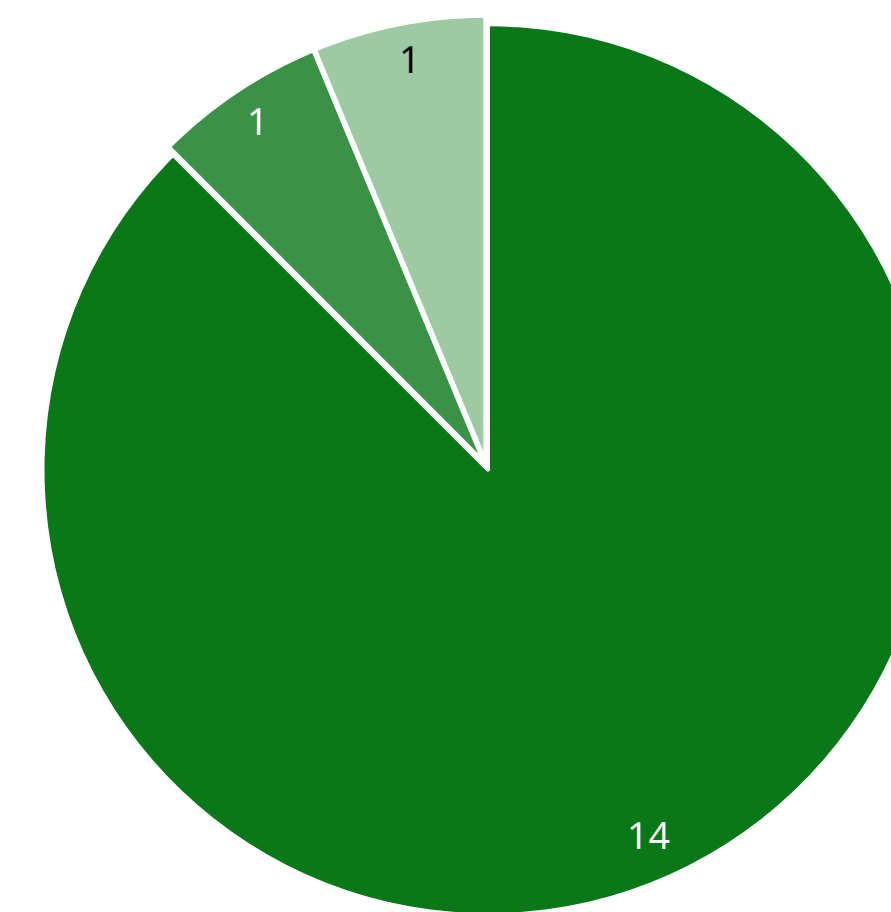
# Arbetar kommunen med suicidprevention?

2019



- Ja, kommunen driver eller samordnar ett arbete med uttalat mål att förebygga suicid
- Ja, kommunen deltar i ett arbete med uttalat mål att förebygga suicid
- Nej, men kommunen har planer på att inom det närmaste året påbörja ett arbete med uttalat mål att förebygga suicid
- Nej, inget arbete med uttalat mål att förebygga suicid bedrivs (utanför den kliniska verksamheten)

2023

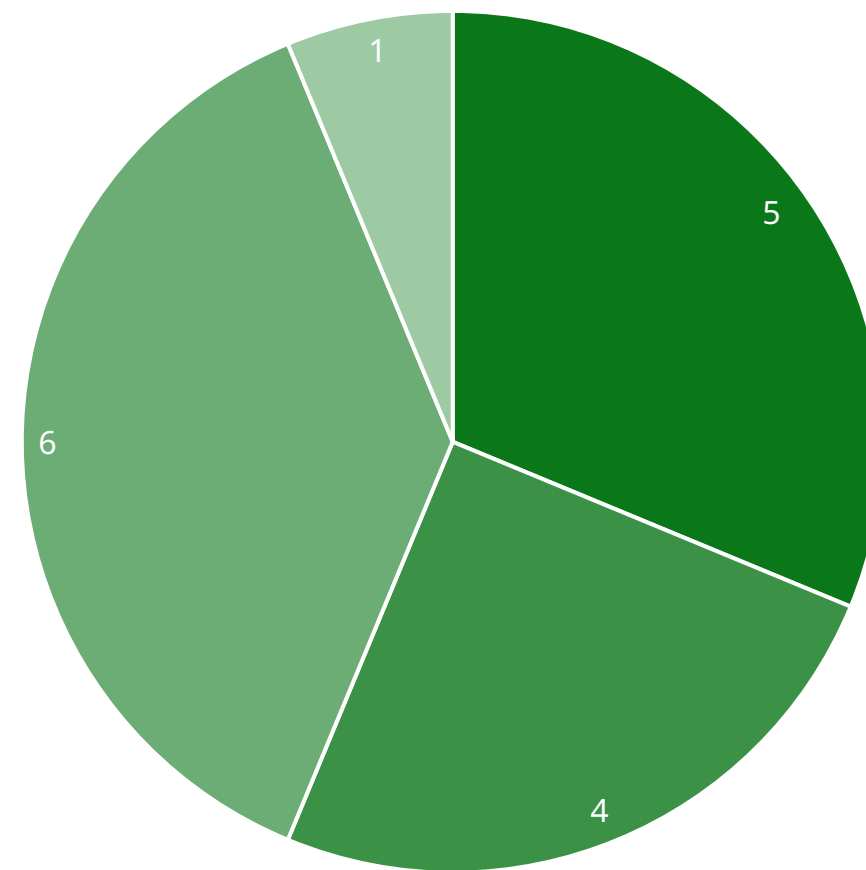


- Ja, kommunen driver eller samordnar ett arbete med uttalat mål att förebygga suicid
- Ja, kommunen deltar i ett arbete med uttalat mål att förebygga suicid
- Nej, men kommunen har planer på att inom det närmaste året påbörja ett arbete med uttalat mål att förebygga suicid
- Nej, inget arbete med uttalat mål att förebygga suicid bedrivs (utanför den kliniska verksamheten)



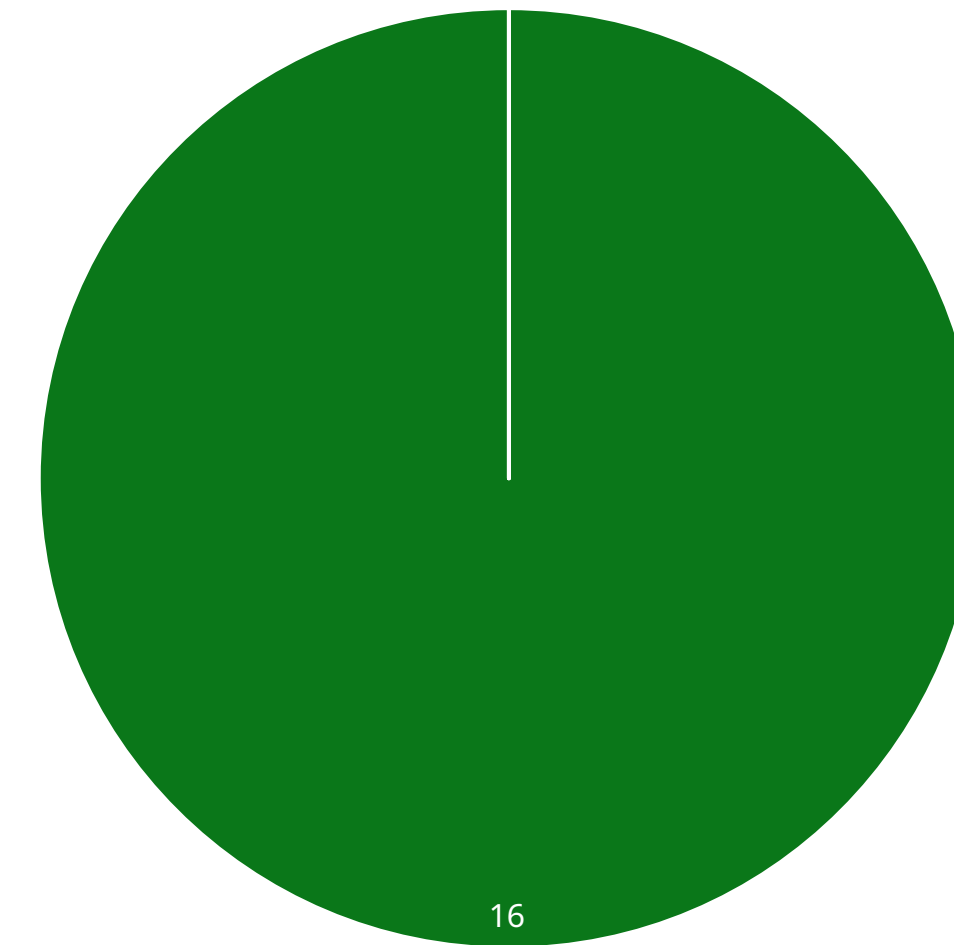
# Har kommunen en handlingsplan eller liknande policydokument med ett uttalat mål om att förebygga suicid?

2019



- Ja
- Nej, men vi har planer på att inom det närmaste året ta fram en handlingsplan eller liknande policydokument med ett uttalat mål att förebygga suicid
- Nej, men vi har tagit (genom en politisk process) Region Värmlands handlingsplan
- Nej

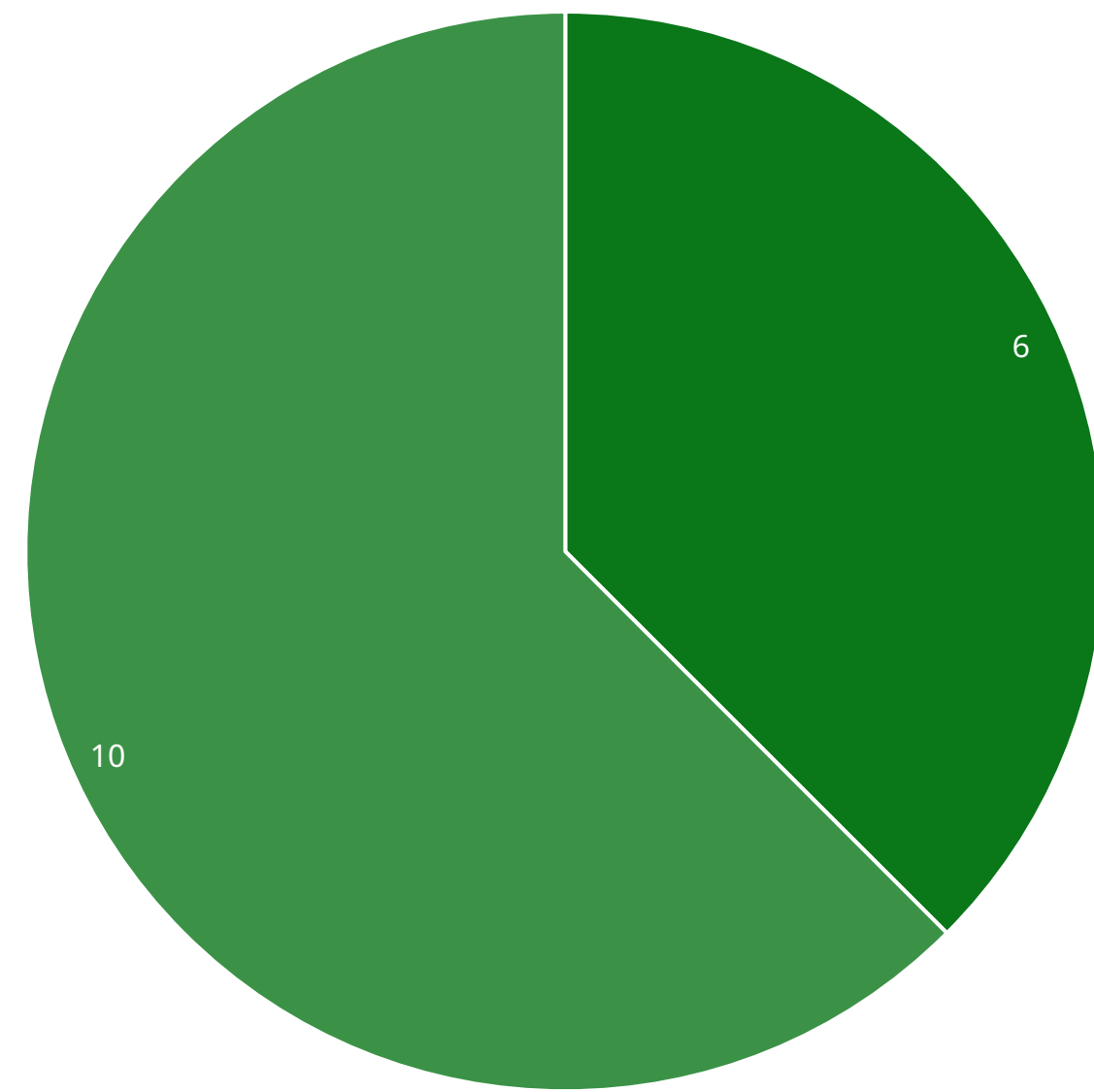
2023



- Ja
- Nej, men vi har planer på att inom det närmaste året ta fram en handlingsplan eller liknande policydokument med ett uttalat mål att förebygga suicid
- Nej, men vi har tagit (genom en politisk process) Region Värmlands handlingsplan
- Nej

# Finns det en särskild funktion eller tjänst inom kommunen för att samordna arbetet med att förebygga suicid?

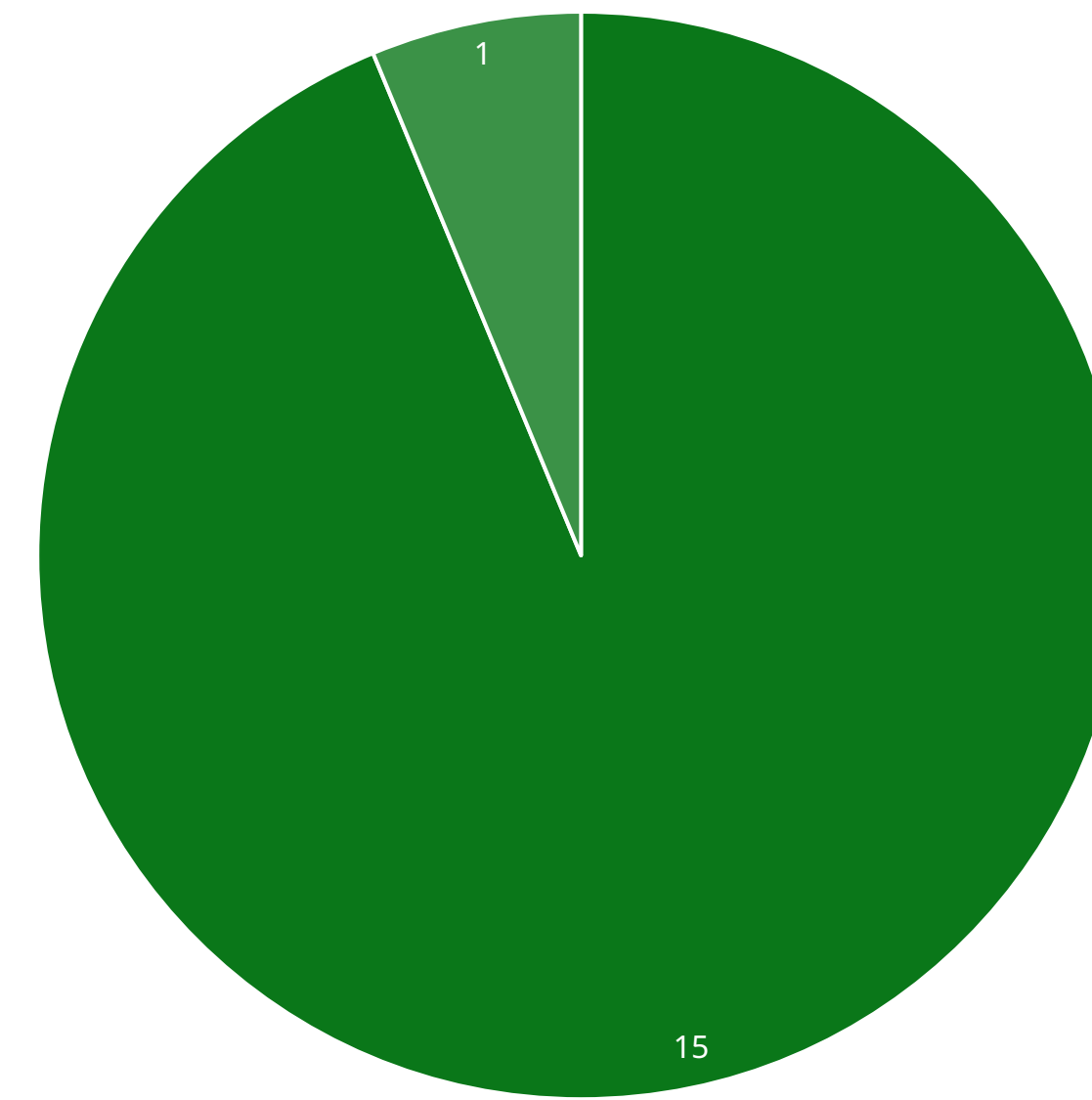
2019



■ Ja

■ Nej

2023



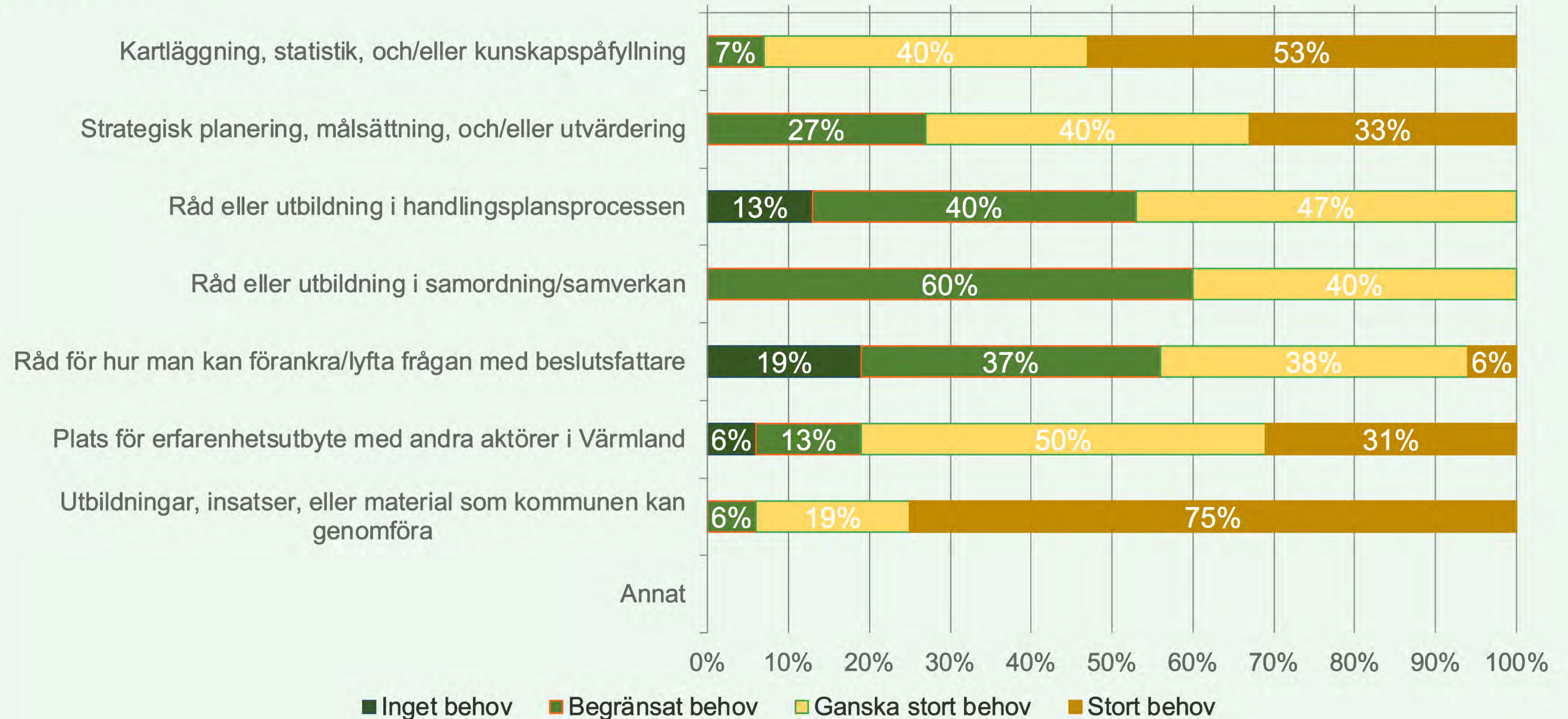
■ Ja

■ Nej



# Vilket typ av stöd behöver din kommun från regional koordinering psykisk hälsa och den regionala nätverket för suicidprevention i Värmland när det gäller suicidprevention?

Antal svar: 16





# Stimulansmedel - stärkt och utvecklat suicidpreventivt arbete

## Förslaget är

- 2 036 062 fördelas till kommunerna
- 1 650 000 kr fördelas till Region Värmland område vårdkvalitet
- 1 650 000 kr fördelas för gemensamma insatser kopplat till det regionala suicidpreventionssamordning

## Stimulansmedel kommuner

- 1,8 miljoner fördelat med 70/30 fördelningsnyckel  
Ca 230 000kr till de 3 största kommuner som förlorar pengar under 70/30 fördelning för att justera upp dem till samma nivå som 30/70 fördelningsnyckel

För att öka hela Värmlands förutsättningar att driva ett suicidpreventivt arbete och öka handlingsberedskapen att förebygga och uppmärksamma suicid och suicidhandlingar i Värmland

## Prioriteringar länsgemensamma insatser 2024

- Strukturerad, samordnad samverkan
  - Stärka kommunernas suicidpreventivt arbete
  - Stärka Regionens suicidpreventivt arbete
- Suicidprevention i Värmland konferens 9 september
- Efterlevandestöd
- Föreläsningar till allmänheten under fokusmånad
  - Existentiell hälsa
  - Maskulinitetsnormer
- Insatser till utsatta grupper
- Första hjälpen till psykisk hälsa
- Brukar inflyttande
- Hälsöfrämjande och suicidpreventiva fysiska miljöer
- Stärkt vårdkedja



# Barn och unga

*Nya*  
**perspektiv**

*en del av*  
**VÄRMLAND**



Utvecklingsarbete i Värmland  
Region Värmland RKPH - Munkfors kommun

# GODDAG HÄLSA

**Barn och ungas hälsa i fokus**

Ett undervisningsmaterial för skolan  
Föräldrastöd

Anna Appel Skolchef/Socialchef  
Munkfors kommun







## Varför?

Barn och unga mår allt sämre

Köerna till specialistvård (BUP) är  
alldeles för långa

Levnadsvanor behöver förbättras

Och.....



Munkfors  
kommun  
MUNKFORS | RANSÅTER

en del av  
**VÄRMLAND**



...jag satt på den årliga konferensen Nya Perspektiv, för några år sedan.

Talare var en ung pojke som berättade om sina två, nästan fullbordade självmordsförsök.

Han var duktig i skolan, presterade högt, han var social, men han mådde inte bra. Det var oerhört gripande.

Men det han sa på slutet.....

...det var som en käftsmäll!

- Ingen gång har psykisk ohälsa lyfts i skolan.....

Jag är skolchef, jag har mandat att göra skillnad, eller åtminstone försöka.

Året efter hade Munkfors ett nytt politiskt mål, att undervisa i psykisk hälsa.

## **Goddag Hälsa- utbildningsmaterial för skolan om psykisk hälsa ur ett holistiskt perspektiv**

**Det måste vara enkelt att utbilda i de svåra frågorna!**

Länsgemensamma stimulansmedel har avsatts för att ta fram undervisningsmaterial som stöd till lärare gällande hälsa och resiliens med utgångspunkt, undervisning i psykisk hälsa ur ett holistiskt perspektiv.

Det är viktigt att eleverna ges möjlighet att få livsvals kompetens genom utbildning i hälsa och resiliens för att möjliggöra goda livsval.

Ett stort material har nu producerats. Nu återstår ett arbete med att testa.



## **Samverkan Region Värmland och Munkfors kommun**

Anna Appels ledningsgrupp i Munkfors tillsammans med filosofie doktor/projektledare Sara Göransson driver arbetet.

Arbetet sker tvärprofessionellt, då ledningsgruppen består av skolchef/socialchef, rektorer, elevhälsochef, IFO-chef och öppenvårdschef.

Detta är extra intressant i och med den nya socialtjänstlagens fokus på det förebyggande, främjande arbetet i samverkan och samarbete över verksamhetsgränser ( skola, socialtjänst, region, kommun, forskning)



## Förebyggande/främjande - det ska börja tidigt!

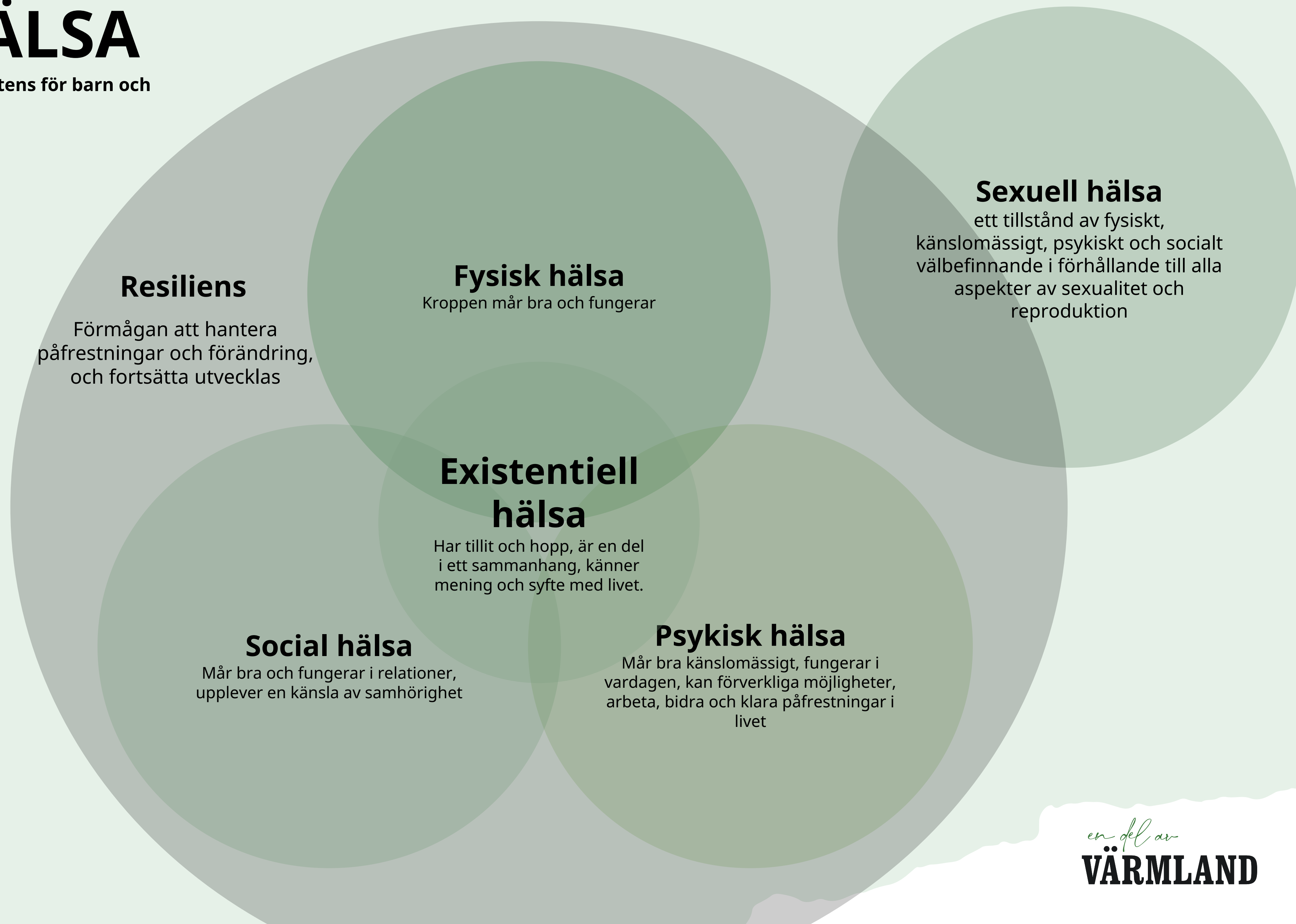
- Folkhälsopolitiska mål – hälsans bestämningfaktorer
- Nationell strategi för psykisk hälsa och suicidprevention
- Hur dåligt måste man må egentligen (BO:s årsrapport 2024)
- God och nära vård
- Det börjar med barnet
- Brottsförebyggande arbete
- Agenda 2030
- Barnkonventionen
- Barnrättsperspektivet
- Levnadsvanor
- Livsvalskompetens
- Föräldrastöd
- mfl

# Saknas program som...

- ... fokuserar på olika aspekter av hälsa
- ... inte kräver certifiering och utbildning
- ... är enkla att använda
- ... vänder sig till flera viktiga målgrupper "runt" barn och unga

# GODDAG HÄLSA

Undervisningsmaterial för livsvalskompetens för barn och unga





# Syftet är att främja psykisk hälsa ur ett holistiskt perspektiv!

Barn och unga går  
starka in i framtiden

## Mål

En högre andel som mår bättre och har ...

... fått förståelse för livets olika delar, hur de påverkar varandra och  
hur de kan påverkas av de livsval du gör!

... fullföljd skolgång

... egenförsörjning

Tillsammans  
för barn och  
ungas hälsa



**Munkfors  
kommun**  
MUNKFORS | RANSÄTER

en del av  
**VÄRMLAND**

# Ett utbildningsmaterial växer fram

Status feb 2024

- AG Svåra samtal och styrkor
- F3 Byggstenar för hälsa
- F3 Du är stark - om att hantera jobbigheter
- F3 En bra vän
- F3 Kroppen är toppen
- F3 Känsloppet
- F3 Lika och olika - starka tillsammans
- F3 Mobil och skärm
- F3 Tankebobblan
- Fritidshemmet

- Åk 4-9 Jag och mina val i vardagen
- Åk 4-9 En bra vän
- Åk 4-9 Kroppen är toppen
- Åk 4-9 Jag och min framtid
- Åk 4-9 Självmedkänsla
- Åk 4-9 Meningen i livet
- Åk 4-9 Min potential
- Åk 4-9 Skärmkunskap 1-4
- Åk 4-9 Tankebobblan
- Åk 4-9 Acceptans
- Åk 6-9 Hem- och konsumentkunskap
- Åk 4-9 Känsloppet
- Åk 4-9 Kommunikation
- Åk 7-9 Matematik
- Åk 3-9 Musik och känslor
- Åk 4-9 Medveten närvaro
- Åk 4-9 Bli stark av din stress
- Åk 4-9 Psykisk ohälsa
- Åk 4-9 Medkänsla
- Åk 4-9 Skapa en vana
- Åk 4-9 Tacksamhet
- Åk 4-9 Lika och olika - starka tillsammans
- Åk 4-9 Du är stark - om att hantera jobbigheter
- Åk 4-9 Byggstenar för hälsa

# Exempel på material

 Arbetsblad\_relationer och känslor

 En bra vän åk 4-9


 Uppgift\_Dela glädjen

 Uppgift\_Dela med dig










 Uppgift\_En bra kompis

 Uppgift\_En bra vän

 Uppgift\_Ett ögonblick jag kände närhet


 Uppgift\_lindra eller trygga någon

 Uppgift\_Säg något positivt

Namn	Status
 Att må dåligt - om psykisk ohälsa	 
 Skrivuppgift_psykisk ohälsa	 
 Arkiv	 

 Flera tack, mera glädje\_presentation

 Uppgift\_Leverera tacksamhetsmeddelande

 Uppgift\_Situation tacksamhet

 Min kropp

 Test och självreflektion om kroppen

 Uppgift svenska\_skriv om din idealbild av en kropp



**Munkfors  
kommun**  
MUNKFORS | RANSÄTER

*en del av*  
**VÄRMLAND**



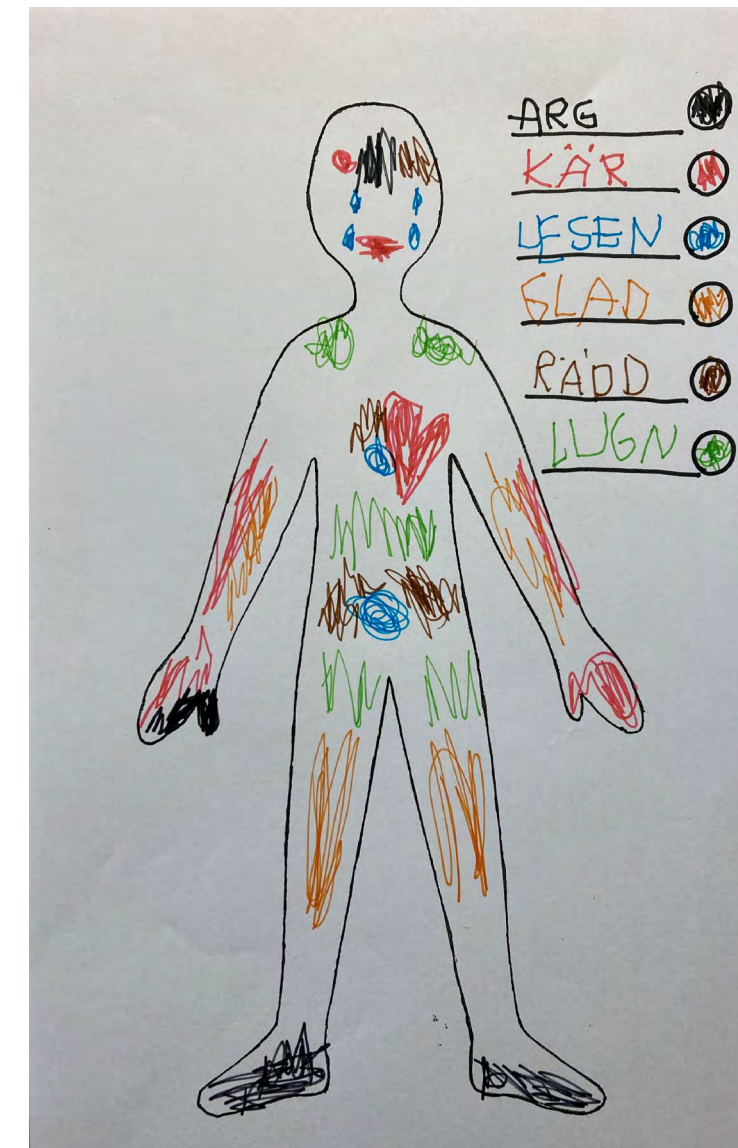
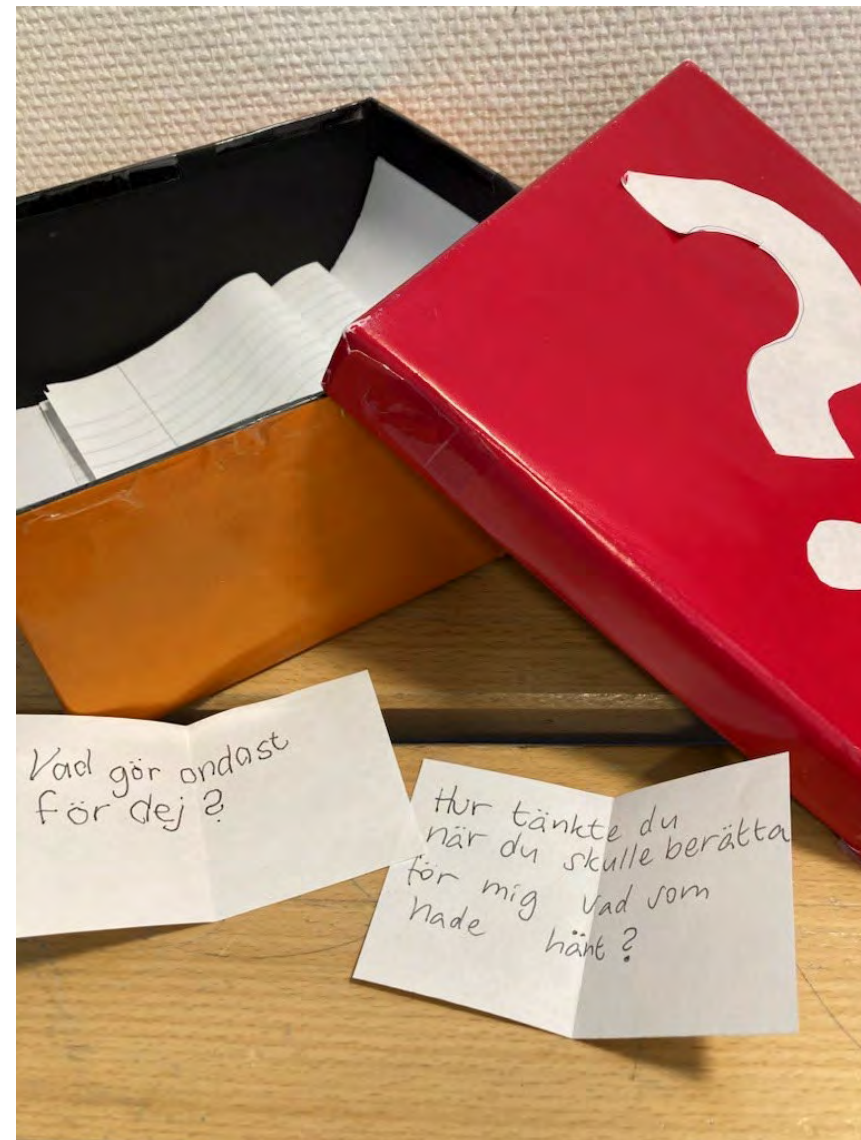
Vision

Barn och unga  
ska gå starka  
in i framtiden!






# Stödgrupper för barn och unga i sorg - genom samverkan mellan Region Värmland, Sjukhuskyrkan, Karlstad stift och kommuner i Värmland






$$2+3+6+12+18+24+31=$$

**Stöd till barn som närstående**



# Varför?



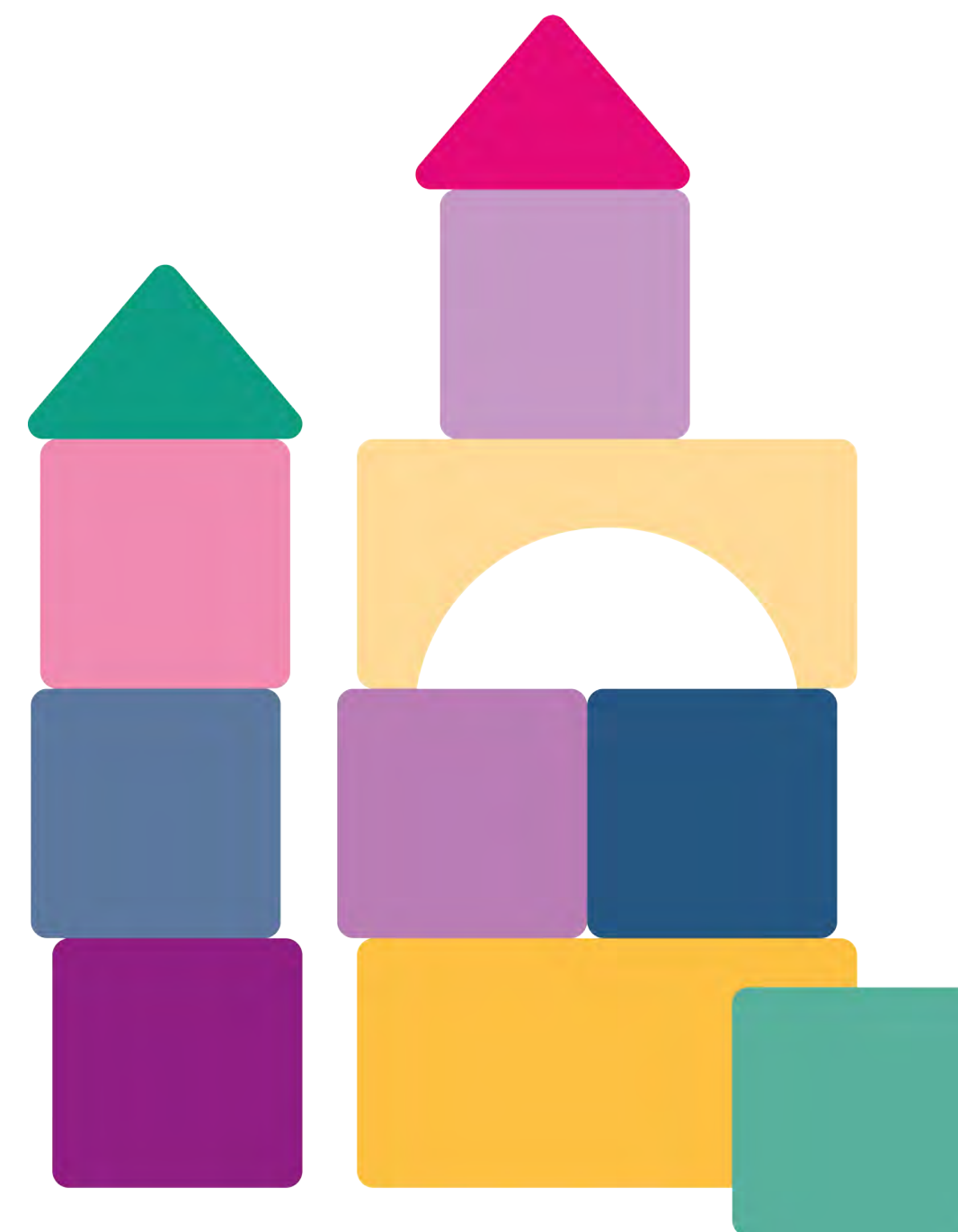
# Stödgrupper för barn och unga i sorg



- Projekt 2017 Onkologen och Svenska Kyrkan
- Stödgrupper för barn och unga
- Parallella grupper för viktiga vuxna
- Utbildade stödgruppsledare
- 8 träffar 1 gång/vecka (eftermiddag/kvällstid)
- Åldrarna 7-20 år (åldersindelade grupper)
- Stödgruppsledare finns i centrala, västra och östra Värmland. Vi saknar norra i nuläget.

# Temat på träffarna

1. Lära känna varandra och berätta vem som dött.
2. Vad hände?
3. Begravning och minnesstund.
4. Om känslor och sorgens många uttryck och Vad är annorlunda.
5. Minnen.
6. Vad hjälper när jag sörjer eller saknar den som har dött.
7. Viktiga personer för mig/ mitt nätverk.
8. Framtid och Att gå vidare.





## **Anmälan:**

[Intresseanmälan till stödgrupp Barn och unga i sorg | PortalBas Tjänster \(regionvarmland.se\)](#)

## **Frågor och anmälan:**

Lisa Lyckborn [lisa.lyckborn@regionvarmland.se](mailto:lisa.lyckborn@regionvarmland.se) eller Anna-Karin Berglind 010-8315804

## **Mer information:**

- [Sorg hos barn och unga – 1177](#)
- [Stödgrupper för barn och unga i sorg - Region Värmland \(regionvarmland.se\)](#)





**Paus  
Tillbaka 11.10**

*en del av*  
**VÄRMLAND**

# Regionalt utvecklingsarbete stigma



## Bakgrund

Stärka arbetet för att minska stigma och öka kunskap om psykisk ohälsa. En viktig del i att förstärka och komplettera pågående utvecklingsarbete och andra insatser som sker inom området.

Regionen ingår tillsammans med tre andra regioner under perioden 2022-2024.

Huvudsakliga spår i denna satsning :

- **Utveckla en struktur för ett långsiktigt och systematiskt arbete för att minska stigma.**
- **Kunskapshöjande insatser.**
- **Riktade insatser till män.**







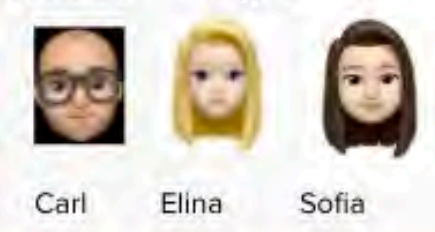


# Processtöd i utvecklingsarbete



2024

Innovationsenheten  
stödet Region Värmland

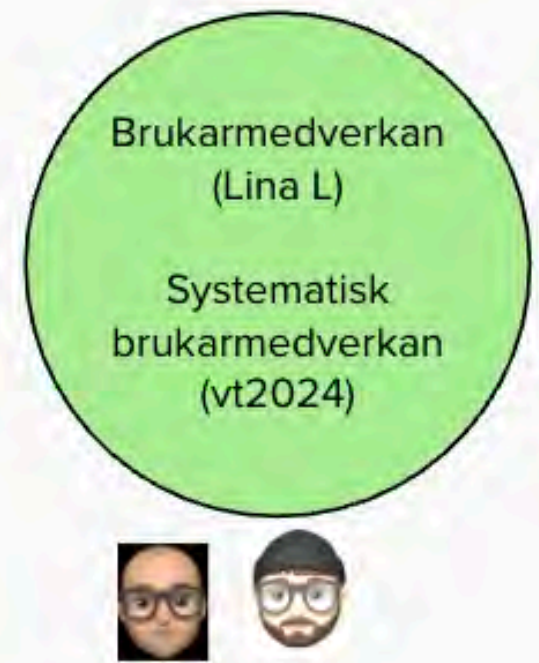
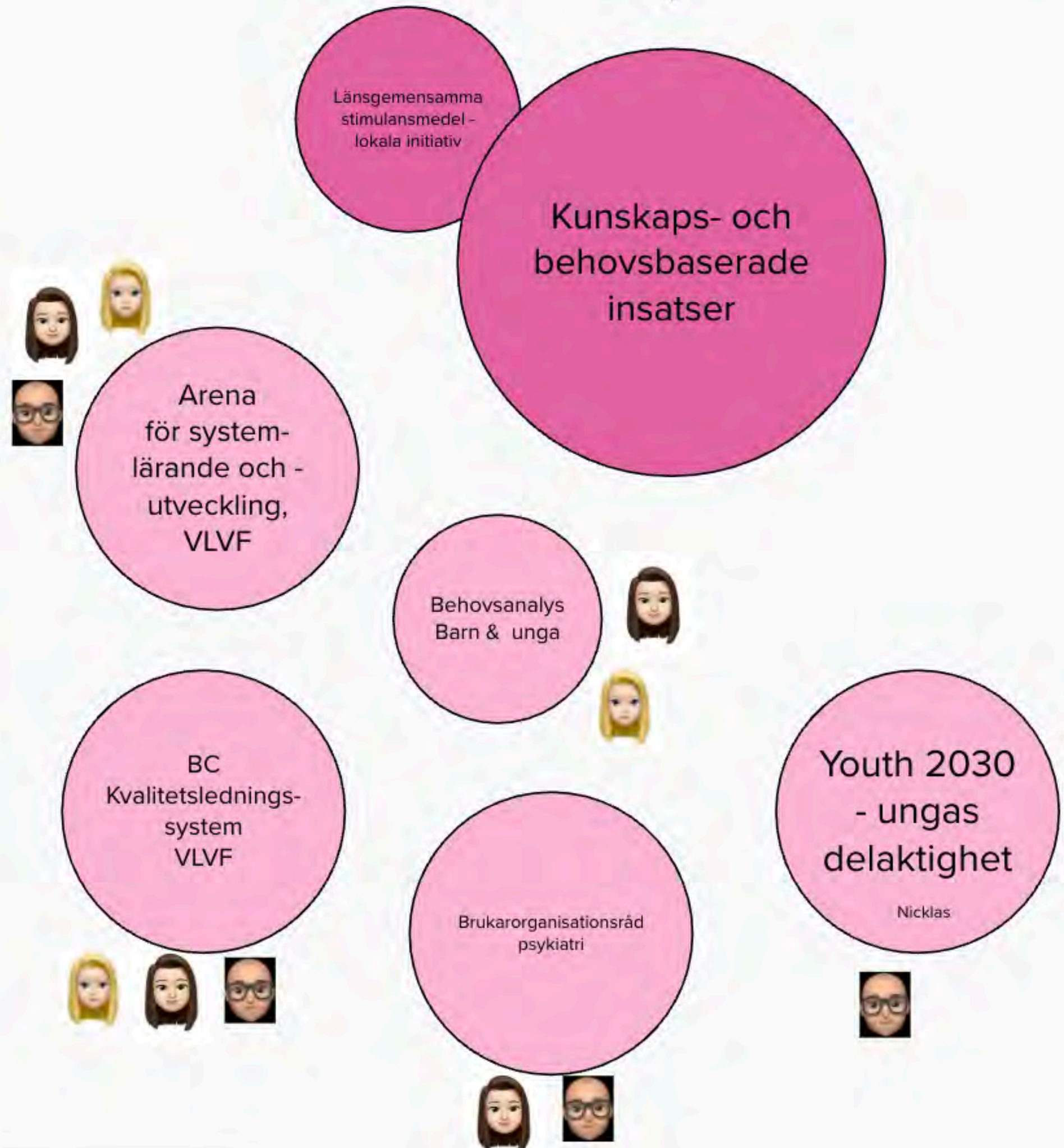


- Stödjer
- Involverar
- Frågar
- Skapar
- Analiserar
- Krokar arm
- Testar
- Synliggör lärande genom reflektion



# Plan för god psykisk hälsa i Värmland

- Tidig hjälp med psykisk ohälsa och missbruk
- Blir lyssnad på, är försäkrat och blir behandlad med samma respekt som andra
- Sädd och vård som är till att hålla kontakten i kontakt med och som är tillgänglig när jag behöver den
- Blir stärkt i min egen förmåga att hantera min situation och ha inflyande över min vård och omsorg
- Tillgång till fungerande behandling och möjlighet att välja utifrån det som passar mig
- En fungerande vardag och ett meningfullt samhälle
- Sädd och vård som håller ihop som en helhet
- En person som jag kan lita på och som följer med i hela processen
- Inne bli utvärderad från stöd och vård och så ihop med både berörande och psykisk hälsa
- Alla värden och omsorgen lyssnar på, involverar och ger stöd till mitt närvarande





# Information och material m.m.

God psykisk hälsa är en förutsättning för ett fungerande vardagsliv, god livskvalitet och balans i livet. Region Värmland och Värmlands kommuner arbetar med psykisk hälsa på många olika sätt - ofta tillsammans med andra organisationer och föreningar.

Här finns samlad information om psykisk hälsa, suicidprevention med mera.

[Psykisk hälsa - Region Värmland \(regionvarmland.se\)](https://regionvarmland.se/psykisk-halsa)

## **Utbildningar om psykisk hälsa och suicidprevention**

Flera filmer och e-utbildningar om psykisk hälsa, suicidprevention, stigmatisering och ensamhet finns på vårdgivarwebben. Utbildningarna är anpassade för bland andra chefer och medarbetare i region och kommuner samt ledare och medarbetare i ideella organisationer.

[Utbildningar om psykisk hälsa och suicidprevention - Region Värmland \(regionvarmland.se\)](https://regionvarmland.se/utbildningar-om-psykisk-halsa-och-suicidprevention)

Tack för idag!

*Nya*  
**perspektiv**

*en del av*  
**VÄRMLAND**