

Handlingsplan för psykisk hälsa och suicidprevention 2023-2025



Dokumentets giltighet och beslut

Dokumentnamn: Handlingsplan för psykisk hälsa och
suicidprevention Tierps kommun
Gäller för: Kommunens verksamheter
Gäller fr o m: 2023-01-01
Gäller t o m: 2025-12-31
Fastställd av: Kommunledningsgruppen
Fastställd: 2024-01-24
Diarienummer: KS/2024:111

Dokumentansvar och handläggning

Dokumentansvarig: Helena Carlsson kommundirektör,
Handläggare: Helena B Jansson, samordnare
psykisk hälsa och suicidprevention

Dokumenthistorik

Tidigare beslut: 2021, KS/2022:823

Innehållsförteckning

Inledning	4
Statistik.....	4
Nationella åtgärder	5
Kommunala åtgärder	6
Syfte	7
Omfattning	7
Ansvar	7
Genomförande.....	7
Bilaga 1 Planerade utbildningsinsatser	9
MHFA	9
Stör döden	10
Förebygg suicid	11
Våga fråga	12
Bilaga 2 Planerade aktiviteter	13
Kommunövergripande	13
Tillväxt och samhällsbyggnad, Tierpsbyggen AB och TEMAB.....	15
Socialtjänst (IFO och VoO).....	15
Kultur och Fritid	19
Utbildning.....	19

Inledning

WHO definierar psykisk hälsa som ett tillstånd av psykiskt välbefinnande där varje individ kan förverkliga sina egna möjligheter, klara av vanliga påfrestningar, arbeta produktivt och bidra till det samhälle som hen lever i. Psykisk hälsa är alltså inte detsamma som frånvaron av psykisk sjukdom.

Rätten till hälsa är en mänsklig rättighet enligt FN:s standardregler.

Statistik

Ur *Underlag till nationell strategi för psykisk hälsa och suicidprevention - Slutredovisning av regeringsuppdrag 2023*:

”Upprepade undersökningar visar att den svenska befolkningens hälsa generellt sett är god och utvecklas positivt i många avseenden. Allt fler skattar sitt allmänna hälsotillstånd som gott eller mycket gott, medellivslängden fortsätter att öka och skillnaden i medellivslängd mellan kvinnor och män minskar. I den *nationella folkhälsoenkäten 2022* uppgav 86 procent av befolkningen att de har ett gott psykiskt välbefinnande. Andelen är ungefär lika stor bland kvinnor och män, men högre bland de som är 65 år och äldre och lägre bland de som är mellan 16 och 29 år. I enkätundersökningen *Skolbarns hälsovanor för 2022* framgår att 70 procent av de 11-åriga flickorna och 80 procent av pojkarna i samma ålder har ett högt eller mycket högt psykiskt välbefinnande.” (sid 20)

”Samtidigt är det allt fler som uppger att de har återkommande psykiska besvär, till exempel känslor av oro och ångest, stress och sömnbesvär. År 2022 svarade 36 procent av befolkningen att de har lätta besvär av ångslan, oro eller ångest medan 8 procent angav svåra besvär. Andelen med psykiska besvär har ökat under de senaste decennierna, bland både vuxna och barn. Ett exempel är andelen personer 16–29 år som uppger svåra besvär med ångslan, oro eller ångest som ökade från 9 till 23 procent för tjejer och från 4 till 9 procent bland killar mellan 2006 och 2022.” (sid. 20-21)

”En god psykisk hälsa byggs i stor utsträckning upp under barndomen och ungdomen. Under denna period utvecklas förmågor såsom att uttrycka och reglera känslor, att forma trygga sociala relationer och att utforska och lära sig saker. Barn och unga som växer upp med goda levnadsförhållanden har bättre förutsättningar för att utveckla psykiskt välbefinnande och minskad risk för psykisk ohälsa och suicid senare i livet. Därför är det viktigt att investera i barn och unga och ge dem bästa möjliga förutsättningar att få en trygg uppväxt och utvecklas, lära och må bra genom hela livet.” (s 42)

Från *Folkhälsomyndighetens hemsida*:

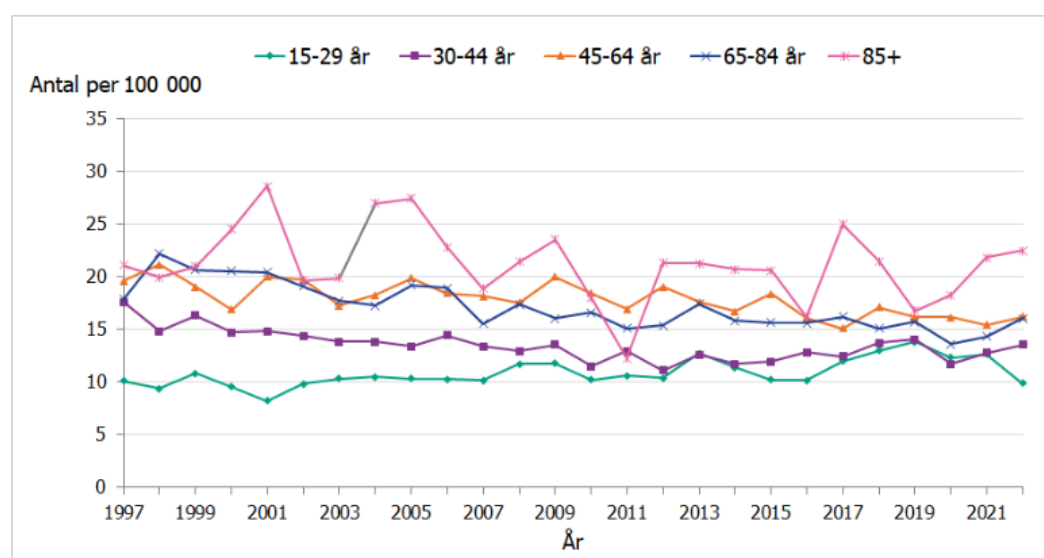
”Under 2022 dog 1 254 personer av säkert fastställda suicid i Sverige. Av dessa var 897 män och 357 kvinnor, 10 var barn under 15 år. Ytterligare 315 fall registrerades

där det fanns misstanke om suicid, men där avsikten inte kunde styrkas. Två tredjedelar av de som avled i suicid 2022 var män. I befolkningen 15 år eller äldre var suicidtalet (antal suicid per 100 000 invånare) 21 för män och 8 för kvinnor. Suicidtalet för män och kvinnor tillsammans var 14. Skillnaden mellan könen ökar med stigande ålder. Det högsta suicidtalet fanns bland män som var 85 år eller äldre. I denna grupp var suicidtalet 40 vilket är dubbelt så högt som bland män i de yngre åldersgrupperna. Det lägsta suicidtalet 2022 fanns bland kvinnor 15–29 år (5 suicid per 100 000 invånare). Bland barn och unga (under 18 år) är det däremot ungefär lika många flickor som pojkar som dör i suicid.

Suicidtalet i Sverige var som högst under 1970-talet och har sedan dess minskat. Under de senaste åren har minskningen emellertid mattats av. I samband med covid-19-pandemin var det många som befarade att suicidtalerna skulle öka, men 2020 registrerades färre antal suicid än året innan. Även om suicidtalet ökat något under 2022 så är siffran fortfarande lägre än innan pandemin.

Under den senaste 20-årsperioden har suicidtalet (antal suicid per 100 000 invånare) i befolkningen minskat i de flesta åldersgrupper, utom bland unga.”¹

Figur 1. Antal suicid per 100 000 invånare, fördelat på åldersgrupper. Källa: Socialstyrelsen, Dödsorsaksregistret.



Nationella åtgärder

Regeringen antog år 2008 ett nationellt handlingsprogram för suicidprevention. Handlingsprogrammet är alltjämt vägledande för arbetet med suicidprevention. Den övergripande visionen är att ingen människa ska behöva hamna i en sådan utsatt

¹ [Statistik om suicid — Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](https://www.folkhalsomyndigheten.se/Statistik/om-suicid/)

situation att suicid ses som den enda utvägen. Handlingsprogrammet innehåller följande nio åtgärdsområden:

1. Främja goda livschanser för mindre gynnade grupper
2. Minska alkoholkonsumtionen i befolkningen och i högriskgrupper för suicid
3. Minska tillgängligheten till medel och metoder för suicid
4. Se suicid som psykologiska misstag
5. Förbättra de medicinska, psykologiska och psykosociala insatserna
6. Spridning av kunskap om evidensbaserade metoder för att minska suicid
7. Höj kompetensen hos nyckelpersoner
8. Gör händelseanalyser efter suicid
9. Stöd till frivilligorganisationer

Under 2023 har *Underlag till Nationell Strategi psykisk hälsa och suicidprevention* lämnats över av Folkhälsomyndigheten och Socialstyrelsen till regeringen för fastställande². Där sammanförs nu psykisk hälsa och suicidprevention. Strategin föreslår sju nya delmål:

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.

Kommunala åtgärder

Kommunen har, parallellt med regionen, ett lagstadgat ansvar för folkhälsan genom förebyggande och hälsofrämjande insatser för invånare, men även ett ansvar som arbetsgivare utifrån arbetsmiljölagstiftning.

Denna handlingsplan tas fram som stöd för arbetet med att öka psykiska hälsan och stödja det suicidpreventiva arbetet i Tierps kommun utifrån flera delmål under Agenda 2030 mål 3 "Hälsa och välbefinnande".

² [Underlag till nationell strategi för psykisk hälsa och suicidprevention – Slutredovisning av regeringsuppdrag 2023 — Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](#)

Syfte

Handlingsplanen ska tydliggöra kommunens strävan att arbeta med förebyggande insatser vad gäller psykisk hälsa. Målet är att arbetet på sikt ska bidra till att psykisk hälsa ökar och antal suicid minskar.

Kommunen som organisation har ansvar för många insatser som kan påverka invånarnas hälsa och välbefinnande samt för den miljö som dessa befinner sig i. Därför är det av stor vikt att alla medarbetare inom kommunen är medvetna om hur de kan bidra till ökad psykisk hälsa och minskad suicidrisk i sitt arbete samt via den fysiska³ och psykosociala miljön i samhället.

I planen finns planerade utbildningar som syftar till att ge kommunens medarbetare förutsättningar att agera på ett professionellt sätt när de i sitt arbete möter personer med förhöjd suicidrisk.

I planen finns åtgärder och aktiviteter, både enligt lagkrav men främst som särskilda satsningar, för att öka den psykiska hälsan hos kommuninvånare. Aktiviteter som både riktas brett men främst särskilt utsatta grupper och individer.

Omfattning

Planen omfattar alla kommunens verksamheter.

Ansvar

Det folkhälsofrämjande och suicidpreventiva arbetet finns i kommunens mål enligt Agenda 2030 och berör i olika omfattning kommunens olika verksamheter och bolag samt finns med i det systematiska arbetsmiljöansvaret (SAM) som åligger varje chef.

Genomförande

Aktiviteter och insatser sker utifrån ordinarie mål- och budgetarbete.

Insatser som genomförs med statliga stimulansmedel ska utvärderas, för att vid påvisade goda resultat ingå i ordinarie verksamhet med befintlig budget.

Arbetet planeras årligen utifrån handlingsplanen, uppdelad i utbildningsinsatser och aktiviteter. Planen revideras och fastställs årligen av kommunledningsgruppen. Uppföljning av insatserna ingår i den årliga verksamhetsuppföljningen.

Det finns i huvudsak fyra områden där kommunen behöver initiera insatser:

³ [Förebygga suicid i fysisk miljö](#)

1. Insatser riktade till hela befolkningen (universella insatser)
2. Insatser riktade till grupper i utsatthet (selektiva insatser)
3. Insatser riktade till individer (indikerade insatser)
4. Insatser för medarbetare

Bilaga 1 Planerade utbildningsinsatser

MHFA

Syfte att ge kursdeltagaren kunskap för att kunna och våga ge *första hjälpen – psykisk hälsa* tills den drabbade fått professionell hjälp. Avsikten är även att sprida kunskap om psykisk ohälsa och sjukdom för att på så sätt minska fördomar och stigmatisering. Utbildningen är vetenskapligt granskad och utvärderad. MHFA-konceptet (Mental Health First Aid) är ursprungligen från Australien och ägs i Sverige av NASP (Nationellt Centrum för Suicidforskning och Prevention (NASP)). Utbildningen finns i tre inriktningar: Vuxen, Äldre och Ungdom.

Utbildningen omfattar 12-14 timmar och ges av en utbildad instruktör. F n finns tre (en reserv) tillgängliga inom kommunen.

Utbildningen ges som 2 dagars-utbildning, men kan även ske i annat format, t.ex. fyra halvdagar, för att möta verksamhetens behov.

Varje kurs får bestå av max 20 deltagare.

Inriktning	Prioriterade verksamheter	Antal planerade grupper HT-23	Antal planerade grupper VT- 24	Antal planerade grupper HT-24
Vuxen	Boendestöd (IFO) Funktionshindreomsorg (VoO)	1	1	1
Äldre	Äldreomsorg (VoO) Funktionshindreomsorg (VoO)	2	1	1
Ungdom	Elevhälsa Skola Kultur och fritid		1	1 (höstlov)

Uppföljning för alla tidigare utbildade "Första hjälpare – psykisk hälsa" ordnas en halvdag två gånger per år, under tidig höst och vår.

Stör döden

Stör döden [webbutbildning](#) är framtagen av Suicide Zero, Mind och SPES tillsammans med NASP och riktar sig till lärare på högstadiet och gymnasiet och andra yrkesgrupper som möter ungdomar i sitt arbete. Syftet med utbildningen är att stötta lärare i arbetet med elevernas psykiska hälsa. Fokus ligger på att skapa trygghet i de samtal man som lärare ofta utför med sina elever, samt ge större kunskap kring psykisk ohälsa och självmord/suicid.

Utbildningen genomförs individuellt och följs upp på medarbetarsamtal. En kort presentationsfilm finns att visas på exempelvis en arbetsplatsträff (APT) som inledning till utbildningen. Utbildningen är självinstruerande och består av fem delar och utgår från intervjuer, interaktiv film samt tips- och checklistor. Den tar cirka 60 minuter att genomföra. För skolpersonal finns utbildningen tillgänglig i Giggla (skolans utbildningsportal).

	Prioriterade verksamheter
1	Högstadium och gymnasium
2	Fritidsgård
3	Ungdomsenhet (IFO)

Förebygg suicid

Socialstyrelsen tillhandahåller [webbutbildning](#) *Förebygg suicid – om bemötande i socialtjänsten* som vänder sig till alla inom socialtjänsten (IFO och VoO) både utförare, handläggare och chefer. Utbildningens syfte är att ge ökad trygghet i att hantera svåra samtal med personer som kan ha tankar på att ta sitt eget liv. Lämplig att tas upp på APT tillsammans med medföljande diskussionsunderlag. Utbildningen tar ca 60 minuter och består av tre kapitel:

1. **Ett möte kan göra skillnad** - om hur socialt arbete kan vara suicidpreventivt.
2. **Samtala och motivera** – exempel i filmer om hur du kan bemöta någon med suicidal tankar och hur motiverande samtal skulle kunna vara ett verktyg att använda för att du ska känna dig trygg i ditt möte med personer som överväger självmord.
3. **Individens behov och förmågor i centrum** – vikten av att samverka med hälso- och sjukvården och hur ett SIP-möte går till.

	Prioriterade verksamheter
1	Individ- och familjeomsorg
2	Vård och omsorg
3	Medborgarservice

Våga fråga

Årligen sprida information till både medarbetare och invånare att ta del av Suicide Zeros webbutbildning "Våga Fråga " (1,5 tim).

Bilaga 2 Planerade aktiviteter

	Aktiviteter	Målsättningar (inkl. mätmetod och målvärde)	Ansvarig för aktiviteten	Start för aktiviteten	Slut för aktiviteten
Kommunövergripande					
	Utveckla rutinerna kring suicidpreventionsarbetet i SAM och lägga in det i Stratsys så att området psykisk hälsa tas upp i medarbetarsamtalet fr o m 2024.	För att stötta kommunens chefer i arbetsmiljöarbetet läggs stöd för suicidprevention in som en del i det systematiska arbetsmiljöarbetet, SAM. I kommunens personalhandbok, kapitel 16 finns handledning för krishantering.	HR-konsult	Hösten 2023	Hösten 2023
	Informera om arrangemang i länet i samband med Internationella suicidpreventionsdagen 10 september.	Inbjuda till webbutbildning för allmänheten. Föreläsningen erbjuds som en del i Uppsalas läns gemensamma arbete (nätverket) med att förebygga självmord och anordnas i samverkan mellan Region Uppsala och kommunerna Uppsala, Heby, Håbo, Tierp, Älvkarleby och Knivsta.	Kommunens samordnare i samarbete med länsnätverket för suicidprevention.	Årligen i augusti	Årligen 10 september

	<p>Utveckla och beskriva arbetet på hemsidan Se andra kommuner: Så arbetar vi med: Psykisk hälsa - Uppsala kommun</p> <p>Psykisk ohälsa - var vänder jag mig? Välkommen till Heby kommun</p> <p>https://www.habo.se/omsorg-och-hjalp/familj-barn-och-ungdom/suicidprevention.html</p>		Samordnare för suicidprevention (KSU) och Kommunikationsenheten	Januari 2024	Juni 2024
	Utveckla ett systematiskt arbetssätt för att analysera <i>Liv Hälsa Ung</i> och göra ungdomar delaktiga i processen med att ta fram åtgärder/aktiviteter.	Målet är att hitta adekvata åtgärder för ökad folkhälsa och samtidigt känsla av delaktighet hos ungdomar.	Förändringsledare, Närvårdsstrateg och utredare (KSU)	2023	Våren 2024
	Representation i Region Uppsalas arbete för <i>Barn och ungas psykiska hälsa</i> .		Närvårdsstrateg	Pågående	
	Ung i Tierp Appen, lanserad 2023, uppdateras regelbundet. Utveckla avsnittet om stöd vid psykisk ohälsa.	Ge information om aktiviteter, stöd vid ohälsa samt öka aktivitet och delaktighet bland ungdomar.	Arbetsgruppen för Ung i Tierp App	Pågående	
	Påverka arbetet i länet med att ta fram efterlevandestöd till alla efter dödsfall bland närstående, i skolan inom äldreomsorg o s v. Exempel: Efterlevandestöd vid suicid - Vårdgivare Region Kalmar län	Denna livssituation är en riskfaktor för psykisk ohälsa och suicid. Andra underlag att använda; Efterlevandestöd vid självmordVGR - 1177 Riksförbundet för SuicidPrevention och EfterlevandeStöd (spes.se)	Närvårdsstrateg via HSVO och/eller LPO Psykisk hälsa	Hösten 2023	2024

		Suicid och efterlevandestöd Nationellt kompetenscentrum anhöriga (anhoriga.se)			
	Använda affischer från Folkhälsomyndigheten att använda och sprida runt psykisk hälsa och suicidtankar.	Finns i mappen hos KSU-enheten på Gemensam service.	Respektive verksamhet	Regelbundet	
Tillväxt och samhällsbyggnad, Tierpsbyggen AB och TEMAB					
	Implementera skriften <i>Förebygga suicid i fysisk miljö 2019</i> , ett inspirationsmaterial från SKR för kommuners arbete att inventera riskfyllda miljöer och åtgärda dem.	Medvetandegöra berörda parter i kommunen och kommunala bolagen om uppdraget i befintlig bebyggelse och utemiljö.	Samordnare för suicidprevention (KSU)	Våren 2024	Våren 2024
Socialtjänst (IFO och VoO)					
	Implementera Suicide Zero, beslutsstöd till socialtjänsten (mall på rutin för att möta självmordsrisk, allvarlig självskada/självmordsförsök och fullbordat självmord). Beslutsstöd till socialtjänsten (suicidezero.se)	Verktyg för medarbetare.	Verksamhetsutvecklare (IFO & VoO)	Våren 2024	Våren 2024
	Föräldrautbildning Familjestödsenheten (IFO) erbjuder regelbundet riktade och öppna -utbildningar såsom <i>COPE</i> och <i>Barnsäkert II</i> -enstaka föreläsningar till alla föräldrar	Bättre uppväxtvillkor för barn och skyddsfaktor genom en god föräldra-/barnrelation.	Enhetschef, Familjestöd IFO	Pågående	

	Familjecentralen (Öppna förskolan Kråkan) Familjestödsenheten (IFO) samt BVC och MVC inom Region Uppsala är till viss del samlokaliserade för tidig upptäckt och psykosocialt behandlings- och förändringsarbete.	Bättre uppväxtvillkor för barn och skyddsfaktor genom en god föräldra-/barnrelation.	Enhetschef, Familjestöd IFO	Pågående	
	SUF, Samverkan- Utveckling – Föräldraskap Samverkan mellan Habiliteringen, MVC, BVC, Ungdomsmottagningen samt kommunens IFO och Utbildning.	Bättre uppväxtvillkor för barn och skyddsfaktor genom en god föräldra-/barnrelation. Preventiva insatser med information inom anpassade gymnasieskolan samt vid behov stöd i föräldrarollen.	Verksamhetschef IFO	Pågående	
	Familjestödsenheten - Socialtjänst (IFO) Erbjuder; <ul style="list-style-type: none"> - samtalsstöd med föräldrar och föräldrar/barn, - barngrupp <i>Skilda världar</i>, 7 - 15 år, med separerade föräldrar. - gemensamt hembesök av BVC och familjestödets medarbetare, - <i>föräldracafé Cope</i> (pk1 LSS), - boendestöd/hemmahosare hos nyanlända respektive familjer. - Familjerådgivning 	Bättre uppväxtvillkor för barn och skyddsfaktor genom en god föräldra-/barnrelation. <i>I Skilda världar, ge barnen ett eget forum där de kan prata om sina tankar och känslor.</i>	Verksamhetschef, enhetschef IFO	Pågående	
	Anhörigstödsverksamhet inom VoO och Beroendeenheten (IFO).	Råd, samtal och aktiviteter för att stötta anhöriga som har omsorg om närstående.	Anhörigkonsulent och respektive behandlare, IFO	Pågående	

	Använda och sprida information om Digital kunskapsguide för anhöriga vars närstående har psykisk ohälsa Nationellt kompetenscentrum anhöriga (anhoriga.se)	Stötta anhöriga att hantera sin situation och må bra efter omständigheterna.	Anhörigkonsulent, VoO	Pågående	
	IOP med Kvinnojouren Liljan. Lokala kvinnofridsteamet.	Samordning av stödinsatser för utsatta kvinnor samt förebyggande arbete.	Enhetschef, beroendeenheten och familjestödsenheten, IFO	Pågående	
	Krismottagning för män, familjestödsenheten (IFO).	Stöd och stöd till män och förövare i våld i nära relation.	Enhetschef, IFO	Pågående	
	Personligt Ombud, finansierat av statliga medel via Länsstyrelsen.	Stöd till personer med psykisk ohälsa att få kontakt med myndigheter/vården eller stöd att samordna de kontakter som redan finns.	Enhetschef, Administration och service, IFO	Pågående	
	Dela ut broschyr <i>Psykisk hälsa</i> och broschyrer runt levnadsvanor under hälsosamtalet som genomförs inom projekt <i>Uppsökande bland 80 år och motverka ofrivillig ensamhet bland äldre</i> .	Öka psykisk och fysisk hälsa och motverka ensamhet bland äldre.	Projektledare, Biståndsenheten VoO	2023	2024
	Integrationsprojekt <i>Tidiga insatser i samverkan i Uppsala län 2023-2025</i> .	Främja nyetableringen av 3:e landsmedborgare genom individuella kontakter och ge stöd.	Projektledare/projektmedarbetare, IFO	2023	2025
	<i>Supported Employment - SE och Individual Placement and Support – IPS</i> . SE riktar sig till personer med funktionsnedsättning medan IPS riktas speciellt till personer med psykisk funktionsnedsättning.	Ett individanpassat stöd i arbetsträning med målet att finna och behålla ett arbete på den öppna arbetsmarknaden.	Enhetschef, AME	Pågående	

	<i>Projekt ISA - Insatser i samverkan för unga i Region Uppsala.</i> Målgrupp är unga kvinnor och unga män, och unga med annan könstillhörighet, i åldrarna 16 - 29 år.	Stöd för att fortsätta sina studier eller stöd för att återgå till studier.	Projektledare/projektmedarbetare, AME	2023	2025
	<i>Projekt Ung Framtid.</i> Stöd till personer 16-29 år för att komma vidare till arbete eller studier.	Stöd med samordnande och rehabiliterande insatser för att sätta upp mål för framtiden, mot arbete och studier. Från 1 november 2023 även hälsofrämjande aktiviteter för ungdomarna som behöver ta hand om sin hälsa för att må bättre.	Projektledare/projektmedarbetare, AME	2022	2024
	KBT-utbildade och ACT-utbildade inom Arbetsmarknadsenheten.	Används när problem uppstår och metoderna är bra att använda.	Enhetschef, AME	Pågående	
	MI - motiverande samtal används inom VoO och IFO.	Samtalsmetoden ska gynna motivationen hos individen att söka stöd och bidra till förbättringar i sin dagliga livsföring.	Verksamhetschef, IFO och VoO	Pågående	
	Handledning till medarbetare inom vård- och omsorg och administration kring utbildningen Första Hjälpen för psykisk hälsa (MHFA).	Stärka kompetensen runt psykisk ohälsa.	50% medarbetare med psykiatrikompetens, vård- och omsorg	Pågående	

Kultur och Fritid					
	<i>Dans för hälsa</i> , aktivitet två em i veckan under två terminer. Erbjuds elever som behöver stöd för att komma ur psykisk ohälsa. Aktualiseras av skolsköterskor.	Ökad psykisk hälsa.	Enhetschef, Kulturskolan	Pågående	
	Föreläsning för allmänheten den 10 okt - Världsdagen Psykisk hälsa.	Synliggöra psykisk ohälsa och minska stigmatiseringen.	Producent & Koordinator, Kulturhuset Möbeln	Oktober årligen	Oktober årligen
	Organisationen <i>Hjärnkoll</i> med själverfarna föreläsare, bjuds in att visa upp sig på Kulturhuset Möbeln.	Synliggöra psykisk ohälsa och minska stigmatiseringen.	Producent & Koordinator Kulturhuset Möbeln	En skärm, 16 bilder fr o m 12/10-17/10 Föredrag 17/10 kl 18	17 Okt 2023
Utbildning					
	Ombesörja att länsövergripande digitala enkäten <i>Liv Hälsa Ung</i> , genomförs i åk 7, åk 9 och åk 2 (gymn) år 2021, 2023, 2025 osv Regionen planerar att den ska omfatta även elever med <i>anpassad skolgång</i> .	Få underlag för adekvata åtgärder för ökad social hållbarhet och psykisk hälsa. Förbättra svarsfrekvens och betona vikten av ungdomars delaktighet i samhällets åtgärder.	Region Uppsala	Vartannat år, 2023 o s v	

	Ombesörja att nationella digitala enkäten <i>Skolbarns hälsovanor</i> via Folkhälsomyndigheten med slumpmässigt urval bland 11-, 13- och 15-åringar genomförs var 4:e år, 2019, 2023, 2027 osv. Om livsvillkor, levnadsvanor och hälsa som har genomförts i Sverige vart fjärde år sedan 1985/86 samt i drygt 50 länder i Europa, Nordamerika och Asien.	Rapporten vänder sig till beslutsfattare på nationell, regional och lokal nivå, skolpersonal, forskare och andra som på olika sätt arbetar med att främja barns och ungas livsvillkor, levnadsvanor och hälsa.	Folkhälsomyndigheten	Vart fjärde år, 2023 o s v	
	IBIS (integrerat beteendestöd i skolan) i alla grundskolor, utom Aspensskolan som använder PAX och Bruksskolan som arbetar med eget utvecklingsarbete i samma syfte.	IBIS - stödjer skolans arbete för positiva lärmiljöer med ökad trygghet, trivsel och studiero.	Respektive rektor	Pågår	
	Om Livsviktiga snack – Suicide Zeros bok skickas till vårdnadshavare till 9-åringar. Livsviktiga snack (suicidezero.se)	Verktyg för föräldrar att prata om livsviktiga samtal med sina barn.	Organisationen Suicide Zero		
	ViS-dokumentet med händelseanalys vid suicid hos personer under 18 år används. Implementera Suicide Zeros beslutsstöd till skolpersonal (mall på rutin för att möta självmordsrisk, allvarlig självskada / självmordsförsök och fullbordat självmord). Stöd och akuta åtgärder för skolpersonal (suicidezero.se)	Verktyg för medarbetare.	Ledningsansvarig skolsköterska Ledningsansvarig skolsköterska	Pågående Våren 2024	Våren 2024

	<p>Elevhälsan använder materialet "Snorkel" (Digital BUP, Region Uppsala) i insatser med klasser/ hälsosamtal.</p> <p>Möte med Maria Torsner, Region Uppsala 2- 3 ggr/termin där skolsköterskor, kuratorer och psykologer får fortbildning/ handledning i psykisk ohälsa.</p> <p>Appar ingår i materialet för att ungdomar skall förstå, och lära sig hantera psykisk ohälsa.</p>		Ledningsansvarig skolsköterska	Pågående	
	Skolklassbesök på Hälsoäventyret.	<p>En halv/hel skoldag i</p> <p>åk 2 – kroppen</p> <p>åk 4 – sömn & stress</p> <p>åk 6 – tobak</p> <p>åk 7 - alkohol</p> <p>åk 9 – kärlek</p>	Hälsoäventyret, Region Uppsala	Pågående	
	Kvinnojouren Liljan besöker åk. 7 en lektion.	Informera och föra dialog om våld, grooming, hot, hat, porr och att det "aldrig är barns fel".	Kvinnojouren Liljan, Tierp	Pågående	
	Ungdomsmottagningen besöker åk. 8 en lektion.	Information om vad de erbjuder för stöd.	Ungdomsmottagning, Region Uppsala	Pågående	
	Inbjudna Barn – och ungdomshälsan att besöka en årskurs en lektion på högstadiet.	Information om vad de erbjuder för stöd.	Barn- och ungdomshälsan, Region Uppsala	Pågående	
	Beroendeenheten besöker en årskurs en lektion på högstadiet.	Information och dialog om sunt spelande och dess risker.	Beroendeenheten, IFO	Pågående	

	<p>Skolsköterska genomför hälsosamtal i fsk, åk 2, 4, 7 & åk 1 (gymn.) med lite olika fokus i olika årskurser. Efter alla hälsosamtal görs en individuell uppföljning och åtgärder sätts in vid behov.</p> <p>En sammanställning görs per årskurs som analyseras med lärare m fl och åtgärder planeras tillsammans.</p>	<p>Syftet är att fånga upp behov av vård och stöd.</p> <p>Genom att sammanställa resultat och analysera det kan åtgärder på övergripande nivå sättas in.</p>	<p>Skolsköterska på respektive skola</p> <p>Skolsköterska på respektive skola</p>	<p>Pågående</p> <p>Fr o m våren 2024</p>	
--	---	--	---	--	--