

Mål Antistigma utvecklingsarbete

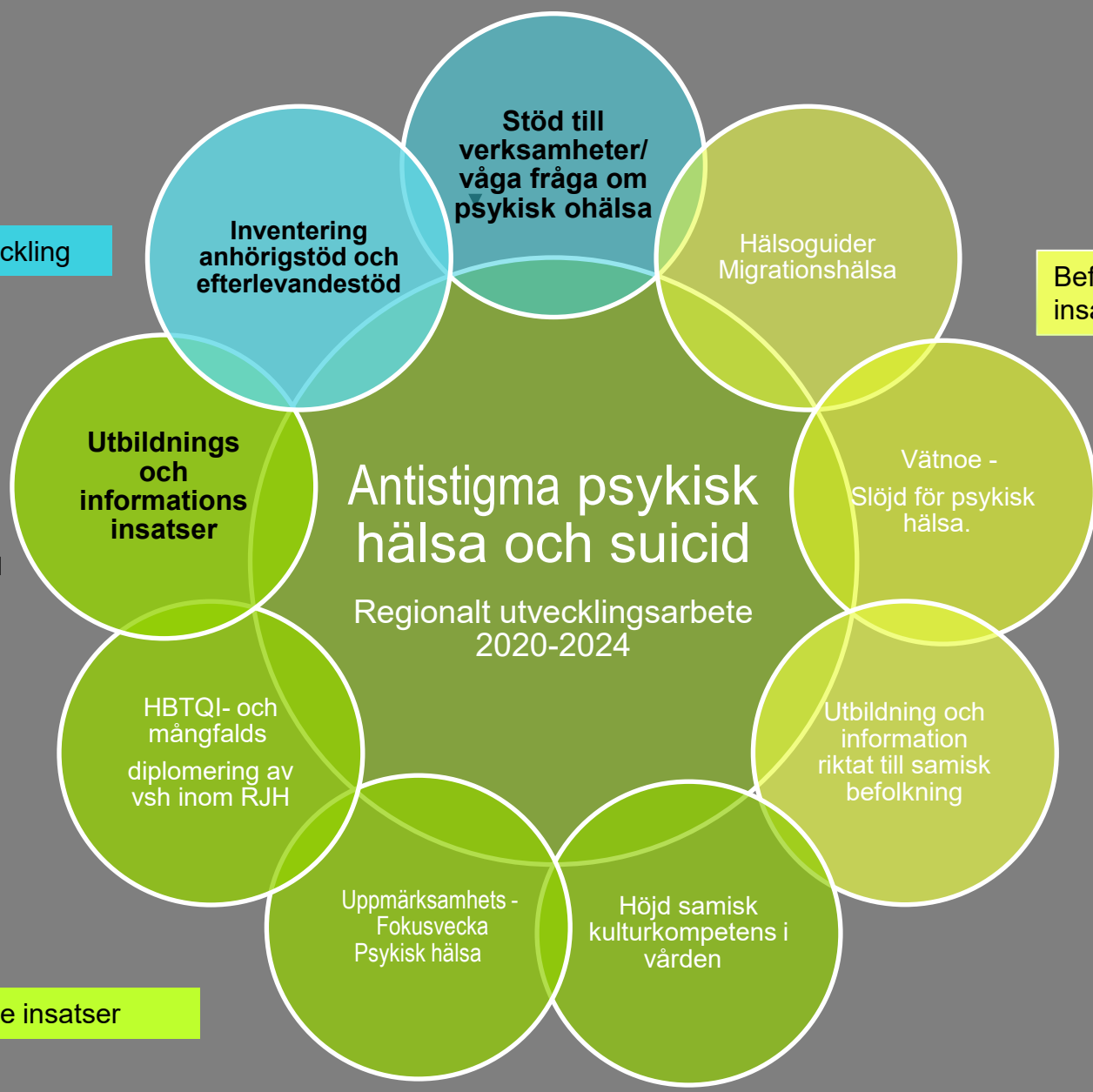
Minska stigmatiserade attityder, självstigma och diskriminering kopplat till psykisk ohälsa och suicid i Region Jämtland Härjedalen

Verksamhetsutveckling

Befolkningsinriktade insatser (riktade insatser)

B
R
U
K
A
R
M
E
D
V
E
R
K
A
N

B
R
U
K
A
R
I
N
F
L
Y
T
A
N
D
E



Kunskapshöjande insatser

Folkhälsoenheten, www.regionjh.se/psykiskhalsa

Namn/Arrangör	Huvudsakliga innehåll	Målgrupp Region JH	Hur genomförs utbildningen?	Omfattning/Kostnad	Info/kontakt
AOSP Akut omhändertagande av självmordsbenägen person, KI/NASP	AOSP är en utbildning som ges i två varianter: En endagskurs för att öka kunskapen om hur man kan agera i en akut situation där en person är i risk att ta sitt liv. En två dagar lång instruktörsutbildning där den utbildade har behörighet att utbilda i endagskursen AOSP. Utbildningen ger ökad kunskap i självmordsprevention. Utbildningen vänder sig främst till personer som är aktiva inom eller samarbetar med blåljusorganisationerna.	Ambulans, Akutpsykiatri, Akutmottagning, PV	Instruktörsutbildning: 2 st heldagar (16 h) via KI i Stockholm/alt. KI-utbildare tas till regionen. <u>Förkunskaper</u> för instruktörsutbildning: MHFA utb./utb. i psykiatri/"grundutbildning psykiska besvär och sjukdom" via KI Kurs AOSP: 1 dags (8h) utbildning: Fysisk träff regionalt	Instruktörsutbildning: 7000 kr exkl. moms för två dagar. Kurs AOSP: utbildaren bestämmer själv kostnaden för en dags utbildning. Kurs kan erbjudas avgiftsfritt utifrån tid och möjlighet via Regionens instruktörer	Länk: AOSP KI Kontakt inom Region JH: rickard.sahlin@regionjh.se Kontakt för länets kommuner: jan.persson@regionjh.se
Hjärnkolls ambassadör Hjärnkoll Nationellt/regionalt	Ambassadör kan användas för en föreläsning, där hen berättar och samtalar utifrån sin egen erfarenhet av psykisk ohälsa och/eller som anhörig. Exempelvis utifrån: - riktad till vårdpersonal, bemötande och stigmatiserande attityder vid vårdkontakter - hur det är att leva med psykisk ohälsa, till exempel utmattningssyndrom, bipolär sjukdom, ADHD, posttraumatiskt stressyndrom (PTSD), psykos och autismspektrumdiagnos - hur medarbetare och chefer kan bemöta och stötta en person som har psykisk ohälsa - hur det är att vara ung och leva med psykisk ohälsa	Alla verksamheter inom Region JH. Viktigt att tänka igenom syfte samt målgrupp till föreläsningen för att kunna efterfråga passande ambassadör i kontakt med Hjärnkoll.	Fysisk eller digital föreläsning.	Ca 1h föreläsning: 4200 kr/föreläsning. Vid fysisk föreläsning kan ev. kostnader för resa tillkomma.	Länk, Hjärnkoll regionalt: Hem - Hjärnkoll Jämtland (hjärnkoll.se)

och
ns

/n
a

LUP Långsiktig utvecklingsplan för arbetet med psykisk ohälsa (RS juni 2022)

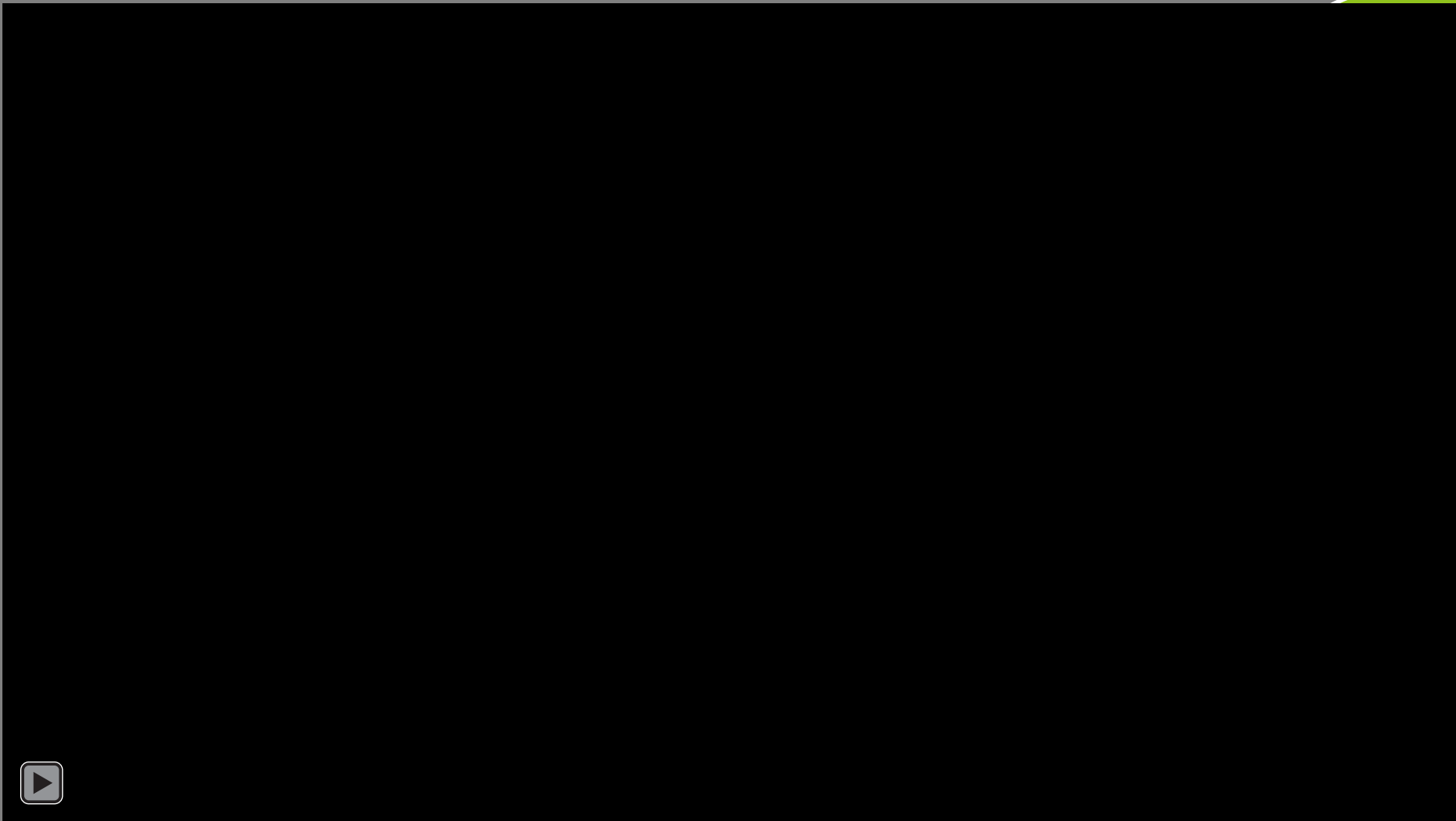
Inventering och workshop H-2022

Inriktningsbeslut SVOM feb 2023
Länsgemensam rutin

HS-ledning i Juni
2023

Arbetet påbörjas höst -23

Inventering
anhörigstöd och
efterlevandestöd



s och
ions
er

**östersunds
teaterverkstad**

REGION
JÄMTLAND
HÄRJEDALEN



Informationsfilm: Begränsning av medel och metoder - vapen



Polisen



Svenska Jägareförbundet

SUICIDE
ZERO



Bergs kommun
Bierjen tjielte



Bräcke
kommun



HÄRJEDALENS KOMMUN
HERJEDAELIEN TJIELTE



Krokoms
kommun
KROKOMEN TJIELTE

Ragunda
Kommun



Strömsunds
Kommun
Stracmjien tjielte

ÅRE
KOMMUN



ÖSTERSUNDS
KOMMUN
STAAREN TJIELTE



www.regionjh.se/psykiskhalsa

Informationsfilm: Begränsning av medel och metoder - vapen

- Definitiv
- Legala vapen
- Närstående/vårdpersonal
- Kamratskap
- Uppmärksamma
- Omhändertagande vapen



Checklista – våga fråga om självmordstankar och veta vad jag gör med svaret

Υ **Vågar jag fråga om självmordstankar?**

- Om inte, vilket stöd/information behöver jag?

Υ **Vet jag vad som är mitt ansvar utifrån min yrkesroll (leg. personal)?**

Υ **Hur agerar jag om en patient uttrycker självmordstankar?**

Υ **Finns rutin på vår enhet?**

- Suicidriskbedömning?

- Akutsituation?

- Insatser ej akut läge?

- Dokumentation

Υ **Finns förväntningar på mig som arbetskamrat?**

Υ **Hur agerar jag om en arbetskamrat uttrycker självmordstankar?**

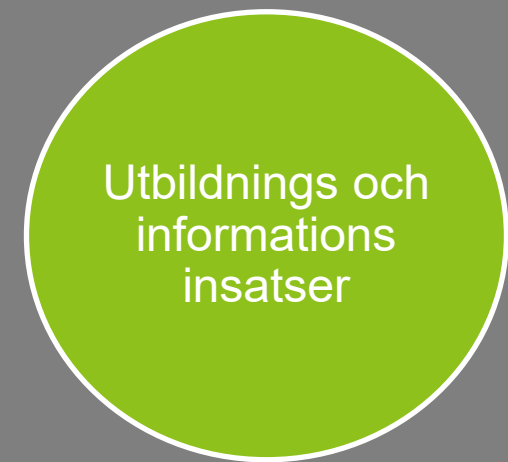
- Finns rutin?

- Är det tydligt för mig vad som är chefens roll/ansvar?

Υ **Vart kan jag vända mig för stöd kring dessa frågor?**

Stöd till
verksamheter/
våga fråga om
psykisk ohälsa

- Checklistan är tänkt som ett stöd till medarbetare att uppmärksamma och identifiera psykisk ohälsa och självmordstankar, samt att våga fråga om självmordstankar och ge stöd för att skapa eller uppdatera rutin på arbetsplatser



TACK

- www.regionjh.se/psykiskhalsa