

Det pågående arbetet med stöd av läns gemensamma medel, ÖK - psykisk hälsa 2023:

- Ungdomsmottagningar
- Ungdomshälsa
- Suicidprevention
- Brukarinflytande

Ungdomsmottagning/ Ungdomshälsa 2023

Förslag till handlingsplan

Statliga stimulansmedel

- För arbete med psykisk hälsa och ohälsa på Dalarnas ungdomsmottagningar
- Årligen sedan 2016
- Samverkansmedel region-kommun

Regionalt arbete

- Tagit fram och jobbat efter handlingsplaner varje år
- Röd tråd
- Utvecklat e-hälsa, statistik och redovisning, likvärdighet, tillgänglighet, kvalitetssäkring, kunskapsutveckling/styrning, implementering av nya arbetssätt, Sammanhållen ungdomshälsa, HBTQI-certifiering
- LPO BoU - beredande
- Styrgrupp LCHNV - beslutande

Förslag 2023

- UMD online (enhet/team med regionalt ansvar). Komplement till fysiska mottagningar.
 - *Bekostas med statliga stimulansmedel. Ingå i lokal ordinarie budget för varje UM fr.o.m. 2024.*
- Breddinförande/bemanning av appen.
- Marknadsföring av UMD online.

..fortsättning

- Uppföljning/delaktighet/brukarmedverkan. ORS/SRS.
- Verksamhetsutvecklare BoU. Säkerställande av utveckling, likvärdighet, samverkan, kvalitetssäkring.
- Övriga kostnader (lokaler, utbildningar, It-teknik, licenser utrustning etc.).

Övrigt regionalt utvecklingsarbete

- Öppna, korta digitala möten. Kring relevanta teman. 2 fokusområden 2023: Skadligt bruk/beroende, HBTQI
- Systematisk uppföljning av Sammanhållen ungdomshälsa
- Statistik, redovisning, rapportering. Regionalt och nationellt.
- Implementering av Sammanhållen ungdomshälsa i Dalarna. Facilitering, stöd. Ska ägas och drivas lokalt.

Kontaktuppgifter

Håkan Landpers

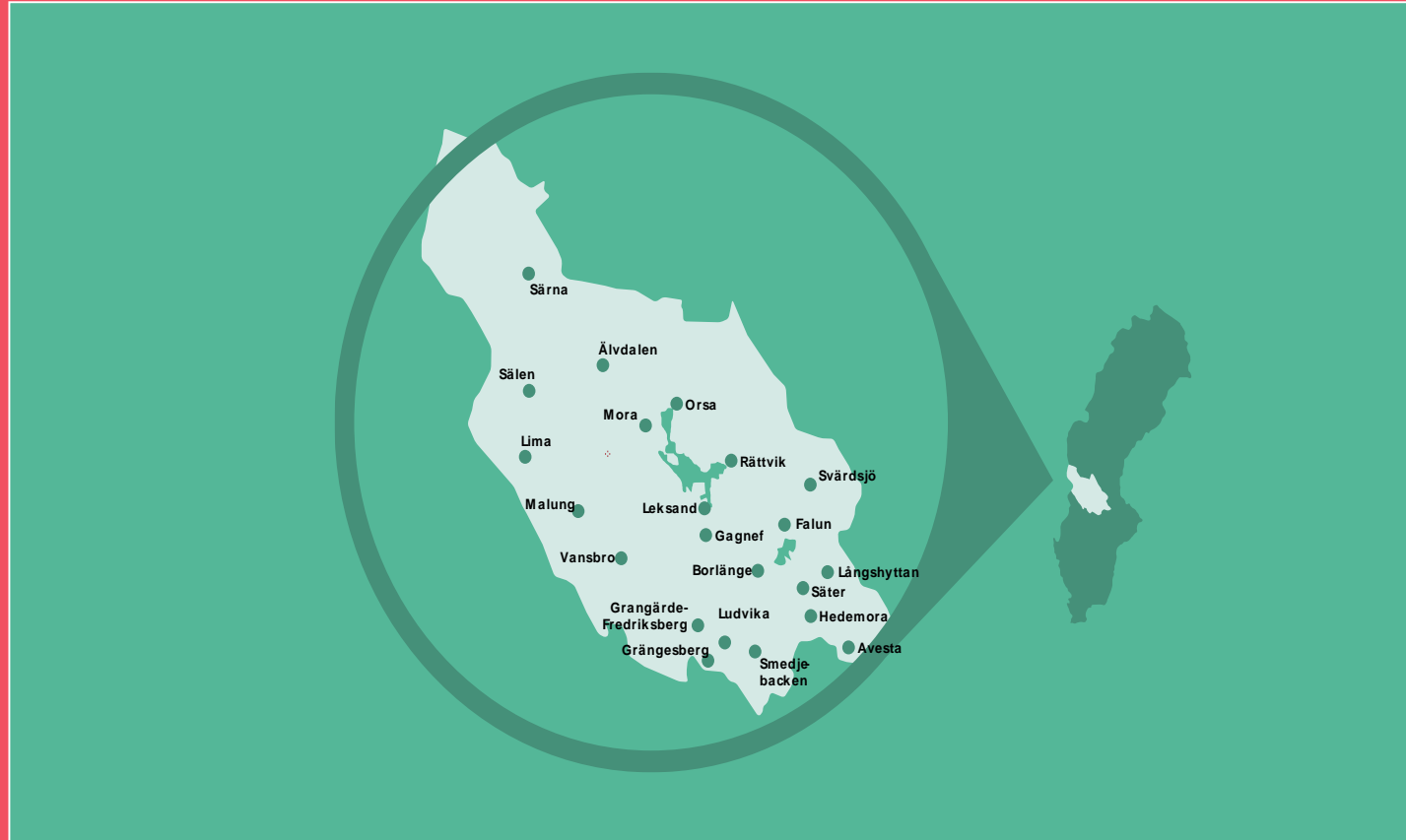
Verksamhetsutvecklare Barn och Unga

Region Dalarna – Primärvård

Telefon: 070-5598026

E-post: hakan.landpers@regiondalarna.se

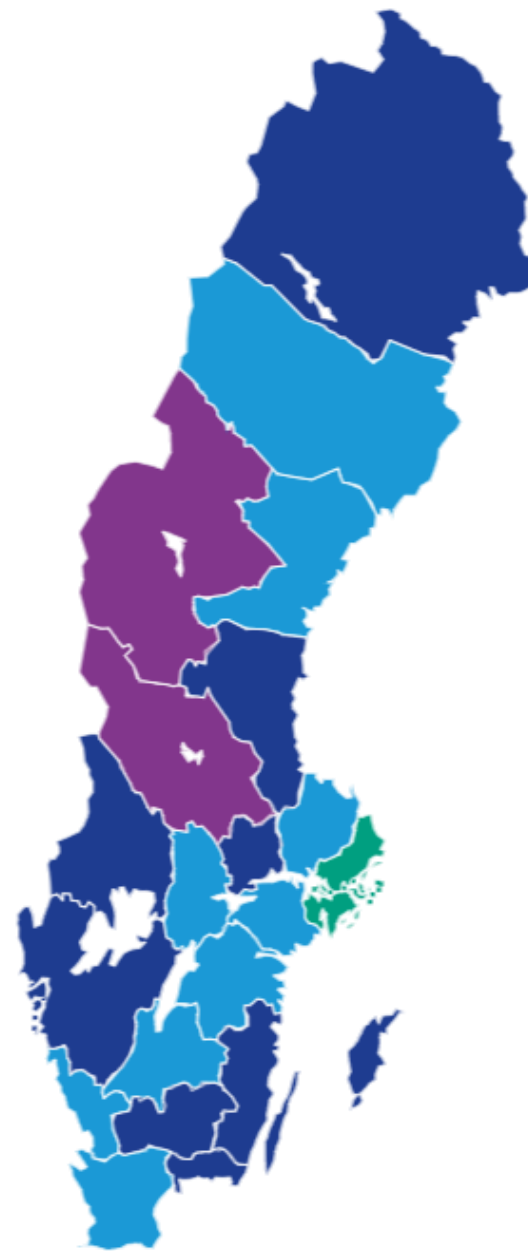
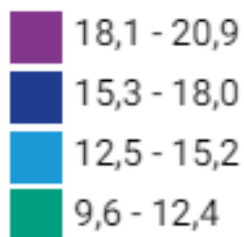
Suicidprevention



Cecilia Tegelberg, Suicidpreventionssamordnare
Region Dalarna och länets kommuner

Regionala skillnader

Karta över suicid/själv mord per 100 000,
15 år och äldre, fördelat på län,
2016 - 2020



**Har insatser – som
behövs utvecklas**

Sätters kommun
Älvdalens kommun
Borlänge kommun
Ludvika kommun
Leksands kommun
Malungs kommun
Hedemora kommun
Smedjebackens kommun

**Viktiga förutsättningar
saknas**

Malungs kommun
Hedemora kommun
Smedjebackens kommun

Suicidprevention är HELA samhällets fråga

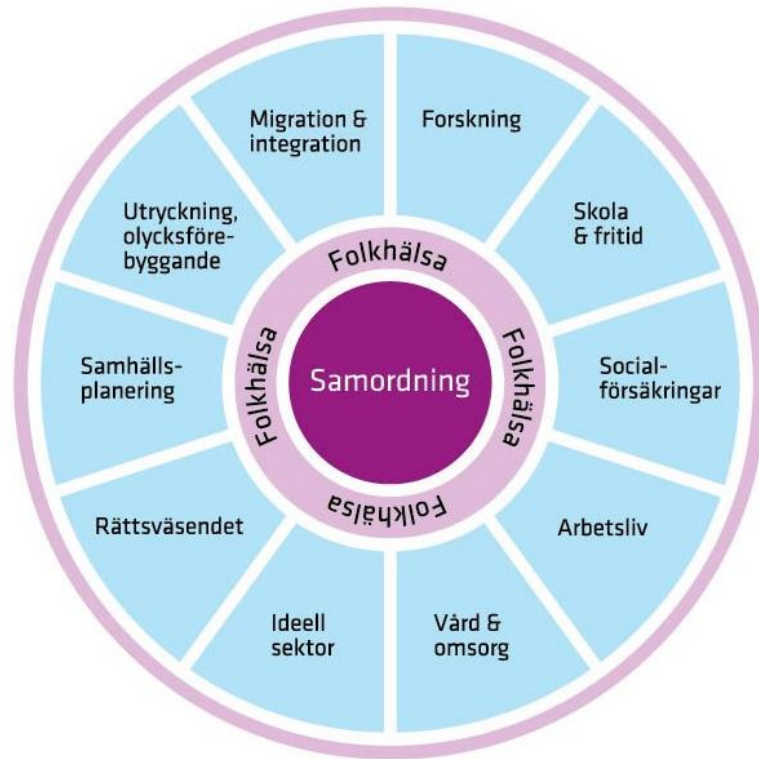


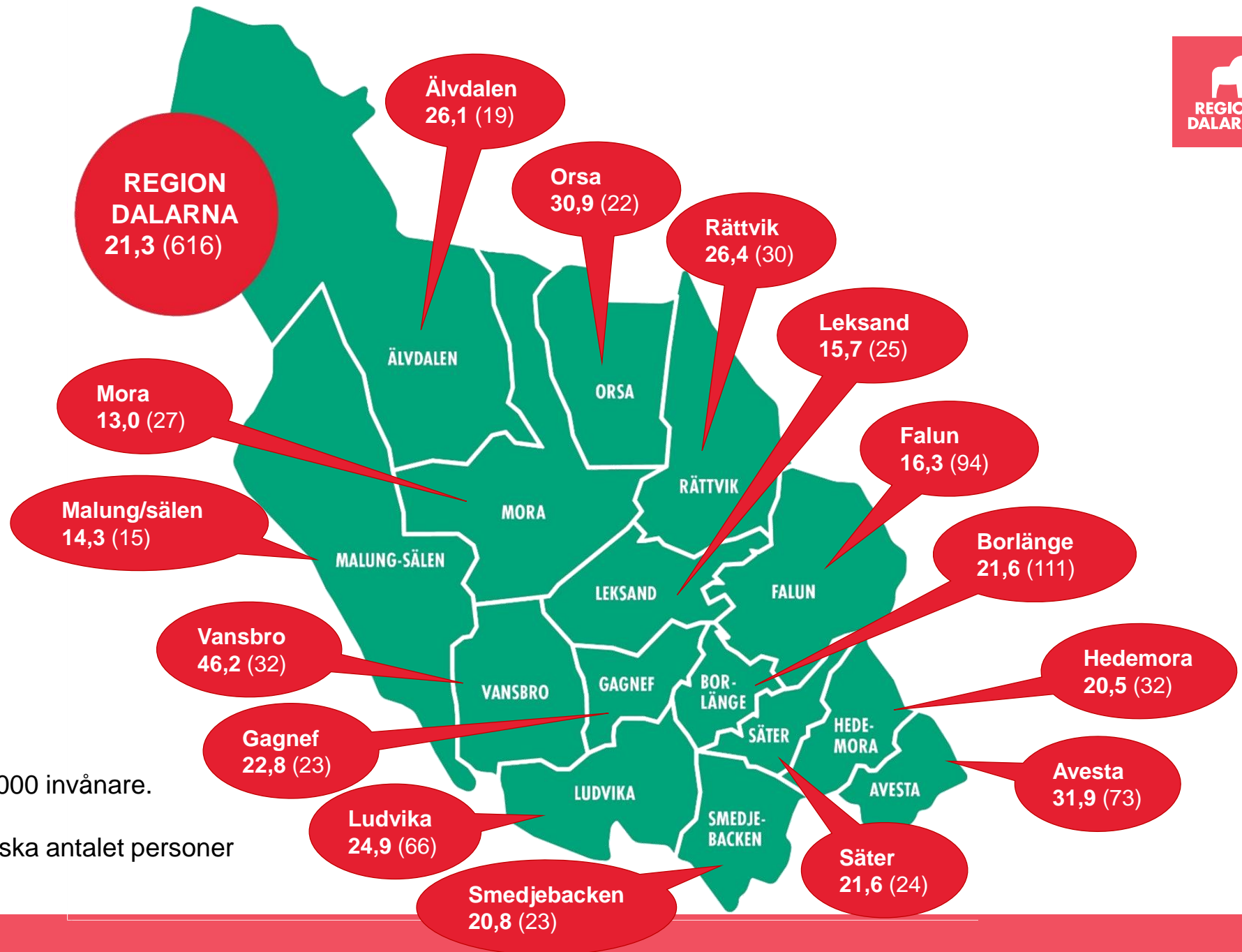
Bild som beskriver den nationella samordningen inom suicidprevention

Nationella
handlingsprogrammet

Suicidstrategin
för Hälso- och sjukvård

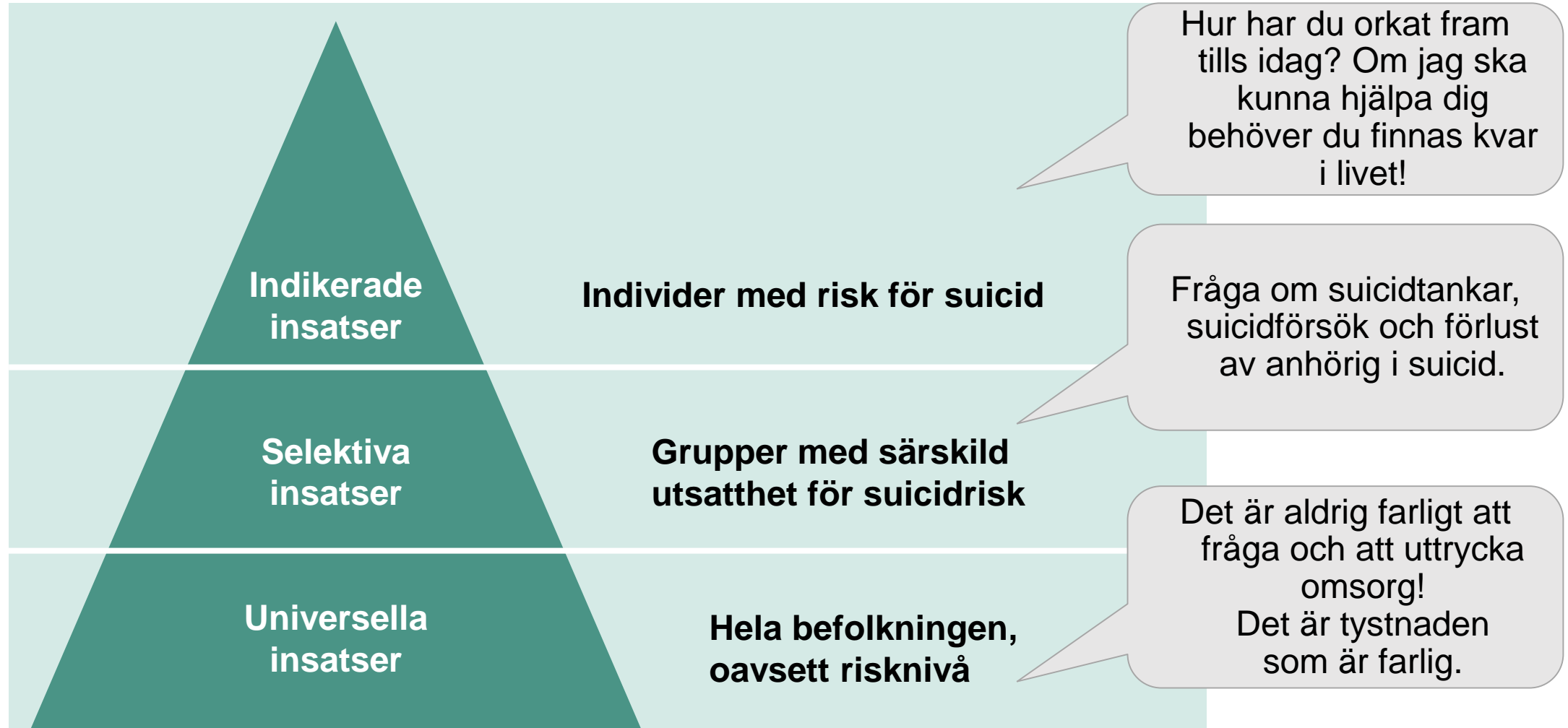
Vårdprogram/handlings-
planer

Suicid i Dalarna 2010-2021



- Det första talet är per 100 000 invånare.
- Talet i parentes är det faktiska antalet personer under perioden.

Suicidpreventivt arbete





SPARA GÄRNA
BROSCHYREN

Till dig som bor i Vansbro kommun



HANDLINGSPLAN

-En plan för att stärka den psykiska hälsan och motverka suicid i Vansbro kommun

-ett samarbete mellan Vansbro kommun, Vansbro vårdcentral, specialistpsykiatri, brandkåren norra Dalarna, ambulansen och polisen.

Suicidprevention





Jag kan rädda ett hjärta



Råd vid egen psykisk ohälsa/självmordstankar

- Om orsaker till psykisk ohälsa
- Män och psykisk ohälsa
- Var öppen med hur du mår
- Vilka kan hjälpa?
- Vad du kan göra själv
- Stödlinjer och vårdkontakter

Att stödja någon som mår psykiskt dåligt

- Ta kontakt
- Våga fråga – lyssna
- Kontrollera säkerhet – självmordstankar/beteende
- Sammanfatta att du uppfattat situationen rätt.
- Planera och inge hopp.
- Stödlinjer och vårdkontakter

Stöd vid självmordstankar

- Kort om självmordstankar
- Våga fråga
- Kontrollera säkerhet – självmordstankar/beteende
- Stöd
- Hjälp till professionell kontakt
- Stödlinjer och vårdkontakter

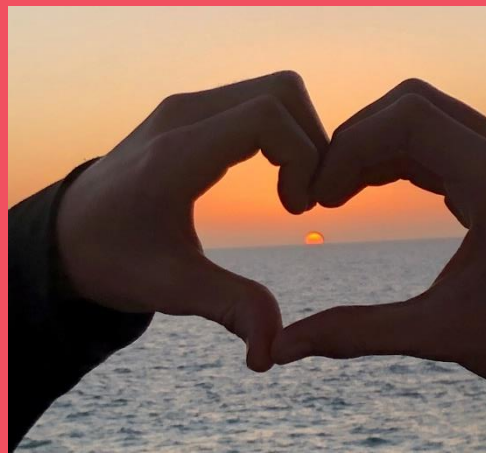
Cecilia Tegelberg, suicidpreventionssamordnare
cecilia.tegelberg@regiondalarna.se

**Så länge en människa
lever kan vi förebygga
suicid!**



Brukarinflytande och psykisk hälsa

Therese Olsson, brukarinflytandesamordnare
Region Dalarna och länets kommuner



Ett prioriterat område i ÖK:

En systematisk patient-, brukar- och anhörigmedverkan i vården och omsorgen

”Viktig för att säkerställa en god kvalitet på de insatser som ges inom vården och omsorgen men också för att identifiera strategiska utvecklingsbehov och bidra till personcentrering.”

Kort bakgrund

2018-2021 Projektet Inflytande och delaktighet – psykisk hälsa

En Brukarinflytandesamordnare (BISAM) projektanställdes

- med uppdraget att sprida kunskaper om betydelsen av brukarinflytande och delaktighet till kommuner och region samt att stötta och samordna intresseföreningar i länet.

Från 2022 Inte längre projekt – anställningen finns nu i psykiatrins utvecklingsenhet. Fortsatt kontor hos, och nära samverkan med RSS Dalarna.

Förstärks med egenerfaren utvecklingsledare

- som arbetar på verksamhetsnivå i psykiatri samt finns med i ledningsgruppen för divisionen.

Aktiviteter 2023

Inspirationsdag om brukarinflytande genomfördes i mars med ca 80 deltagare. Nu → ta kontakt med de som i utvärderingen har önskat fortsatt stöd i arbetet på hemmaplan.

Patientforum i Rättspsykiatri

Ser över möjligheten att starta upp på fler avdelningar samt i övriga psykiatri.

Dalarnas nätverk för psykisk hälsa

Temadag 12 oktober – temat i år är anhöriga.

Inspirations- och temakvällar

Levande Bibliotek

Föreläsningar om psykisk hälsa och suicidprevention sprider sig och nya förfrågningar kommer löpande.

Brukarråden i division psykiatri och habilitering samt lokala brukarråd.

BISAM – nätverket

MHFA & Fokus på psykisk hälsa



FÖRSTA HJÄLPEN
till PSYKISK HÄLSA



MHFA – Mental Health First Aid - Första hjälpen till psykisk hälsa

2020-2022 genomförde **31 utbildningar** (29 digitala och 2 fysiska)



**Karolinska
Institutet**

Karolinska Institutet utbildar fler instruktörer i Dalarna!

Under 2022 och 2023 har hittills ca 60 instruktörer till utbildats!
Ytterligare två utbildningar planeras till hösten (20 deltagare/utbildning)
Nätverk för instruktörerna har bildats.



Ungdom, Vuxen, Äldre

MHFA Instruktörer i Dalarna

REGION
DALARNA

Älvdalen

Orsa
1 st

Rättvik

Mora
2 st

ÄLVDALEN

ORSA

Leksand
2 st + 1 st

Region Dalarna 20 st

SÄTER/FALUN:

- Psykiatrins utvecklingsenhet 3 st

SÄTER Rättspsykiatri 2 st

FALUN:

- Akutmottagningen 2 st

- Palliativa teamet 1 st

- Beroendecentrum 3 st

- Arbetsterapi och kuratorsenheten 1 st

- Hållbarhetsavdelningen (samisk hälsa) 1 st

- NORRAVÄSTRA / Vuxenpsykiatri
(samisk hälsa) 1 st

ORSA – primärvården 2 st

RÄTTVIK – primärvården 2 st

AVESTA – akutmottagningen 2 st

Malung/sälen
3 st

MALUNG-SÄLEN

MORA

RÄTTVIK

Falun
Högskolan 2 st
Kommunen 9+1 st

Vansbro
3 st

VANSBRO

LEKSAND

FALUN

Borlänge
4 st

Gagnef

GAGNEF

BOR-LÄNGE

SÄTER

HEDE-MORA

Hedemora
+ 1 st

Ludvika
6 st

LUDVIKA

SMEDJE-BACKEN

AVESTA

Avesta
2 st

Smedjebacken
1 st + 3 st

Säter
2 st

Fokus på psykisk hälsa i Dalarna

Uppmärksamhetsveckan i samband med världsdagen för psykisk hälsa 10 oktober.



9-15 oktober 2023
vecka 41

Program kommer finnas
på www.regiondalarna.se

**Fokus på
psykisk hälsa
i Dalarna**



**OCH DALARNAS
KOMMUNER**

Mer information på
regiondalarna.se/psykiskhalsa

Samverkan, samverkan, samverkan

- ❖ RSMH
- ❖ Svenska OCD förbundet
- ❖ IFS
- ❖ Föreningen Balans
- ❖ Frisk & Fri
- ❖ Familjekällan
- ❖ nextME
- ❖ Organiserade Aspergare
- ❖ Attention
- ❖ Autism Dalarna
- ❖ SPES
- ❖ Spelberoendes förening
- ❖ Fontänhuset i Falun
- ❖ X-cons
- ❖ Verdandi
- ❖ Ria – hela människan
- ❖ AA,CA, NA och SLAA
- ❖ Länkarna
- ❖ Kvinno- och tjejjourerna
- ❖ Brottsofferjourerna
- ❖ Internationella Kvinnoföreningen
- ❖ Röda korset, Rädda barnen, Frälsningsarmén
- ❖ Dalarnas nätverk för psykisk hälsa
- ❖ YH Skötarutbildningen i psykiatri
- ❖ Nätverket för suicidprevention
- ❖ NSPH
- ❖ Anhörigstödjare i kommunerna
- ❖ Personliga ombud
- ❖ Finsam
- ❖ Studieförbunden
- ❖ Nätverket om psykisk ohälsa i Ludvika/Smedjebacken.
- ❖ Brukarråd lokalt inom division psykiatri och habilitering
- ❖ Brukarråd inom regionen inom missbruk och psykiatri och BUP
- ❖ Patientråd, Tillgänglighetsråd, Funktionshinderråd
- ❖ Läns Chefsnätverket, socialchefs nätverket, Valförbunden
- ❖ Arbetsgrupp för PEER support till Dalarna
- ❖ Nätverk för BISAM i Sverige
- ❖ Länsstyrelsen
- ❖ Region och kommuner
- ❖ Orsa Besöksgrupp
- ❖ LPO Psykisk hälsa

Kontaktuppgifter

Therese Olsson

Brukarinflytandesamordnare (BISAM) – psykisk hälsa

therese.olsson@regiondalarna.se

www.regiondalarna.se/inflytande-och-delaktighet



Inflytande och delaktighet – psykisk hälsa



*Tack för att
ni lyssnat!*