

Hälsofrämjande skolutveckling



Kraftsamla för ungas hälsa - gymnasiesatsning

Gymnasieelever rör sig mindre i dag än före pandemin. Nu är eleverna tillbaka i skolorna och just nu pågår en kampanj för att kraftsamla för ungas hälsa. Flera myndigheter och organisationer har gått samman för att gemensamt [stödja skolor för att öka den fysiska aktiviteten](#).

Barn vill ha fler alternativ till fysisk aktivitet

En avhandling från Karlstads universitet visar att barnen själva efterlyser [andra former av aktiviteter än idrott](#). Mer alternativa aktiviteter kan bidra till att nå dem som rör sig minst.

Psykisk hälsa och ohälsa

- [For A Better Day](#). Unga uppmanas dela med sig av vad hen har upplevt, känt och anser måste förändras. Tim Bergling Foundation.

- [Psykisk hälsa hos unga](#). Temanummer. Flera artiklar handlar om skolan möjligheter att främja hälsa. Socialmedicinsk tidskrift.

- [Psykiskt välbefinnande, psykiska besvär och psykiska tillstånd hos barn och unga – begrepp, mätmetoder och förekomst](#). Kunskapsöversikt från Forte.

- [Långsiktiga konsekvenser av att få depression eller ångestsyndrom som ung](#). Rapport, Socialstyrelsen.

- [Kvinnor ska följas från 15 års ålder och livet ut](#). Målet är att kunna svara på vad som bidrar till och skyddar mot psykisk ohälsa. Uppsala universitet.

- [Påverkad av pandemin?](#) Studie. Gymnasieelevers upplevelser av covid-19-pandemin och kopplingen till psykosomatiska besvär samt erfarenheter av alkohol, narkotika, tobak och spel. Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning, CAN.

Alkoholkonsumtionen och daglig rökning fortsätter minska, användandet av snus ökar

CAN visar i [sin årliga nationella skolundersökning 2021](#) att andelen alkoholkonsumenter bland elever är på fortsatt historiskt låga nivåer. Rökningen fortsätter också att minska. Snusningen har däremot ökat. Särskilt tydlig var uppgången bland flickor. Det är dock fortfarande betydligt vanligare att pojkar snusar.

Många använder vitt snus

I CAN:s [nationella skolundersökning 2021](#) inkluderades frågor om det vita snuset. Resultatet visar att fler flickor än pojkar använder vitt snus. Eleverna fick uppge om de hade använt någon annan tobaks- eller nikotinprodukt innan de använde vitt snus. Det vanligaste var att pojkar hade använt traditionellt snus och att flickor hade rökt cigaretter. Samtidigt var det en förhållandevis stor grupp som inte använd någon produkt alls innan de provade vitt snus.

Nystart för drugsmart.se

Webbplatsen [Drugsmart](#) som drivs av CAN är en säker källa för unga som letar efter svar på frågor om alkohol och andra droger. Nu har Drugsmart fått ett helt nytt utseende och ett fylligare innehåll och kompletterats med fakta om spel om pengar.

Information till föräldrar om droger

Länsstyrelserna har tagit fram [broschyrer riktade till tonårsföräldrar](#) med information, råd och tips om alkohol, cannabis, tobak och nikotin samt tramadol. Broschyrerna finns på nio olika språk. Materialet kan användas av exempelvis skola, ungdomshälsa, socialtjänst, föräldraskapsstödjare, föreningar med flera.

Barndom utan baksmälla

Alla barn har rätt till en trygg uppväxt. Ändå far 320 000 barn i Sverige illa av sina föräldrars drickande. Systembolaget, IQ och barnrättsorganisationer gått samman för att gemensamt arbeta för att färre barn ska fara illa av alkoholens andrahandseffekter. I guiden "[Avgörande ögonblick](#)" finns konkreta råd om hur vuxna kan agera. Vill du samverka kring budskapet finns kontaktuppgifter på [webbplatsen](#).

Uppmärksamhetsveckan Spela roll - vecka 7

Veckan arrangerad av organisationer riktar ett brett fokus på situationen för barn som växer upp i familjer där någon vuxen dricker för mycket. Vad finns det för risk- och skyddsfaktorer? Hur kan omgivningen i form av till exempel skola, civilsamhälle eller socialtjänst spela roll? Under veckan hålls fyra kostnadsfria seminarier på zoom. Föranmälan sker via denna länk: [Alla barn har rätt till en trygg uppväxt](#).

Svartsjuka är inte romantiskt

Med kampanjen "[Svartsjuka är inte romantiskt](#)" vill Jämställdhetsmyndigheten, länsstyrelserna och [ungarelationer.se](#) uppmärksamma och synliggöra våld i ungas partnerrelationer. Materialet innehåller information om vart unga kan vända sig om de vill ha råd och stöd samt stödmaterial för yrkesverksamma.

Demokratipaket till skolan

MUCF tagit fram ett [demokratipaket](#) med verktyg och material som kan underlätta att prata demokrati med unga i skolan och på fritiden. Syftet är att unga ska tränas i att vara aktiva, delaktiga och engagerade i verkliga frågor. Några av rubrikerna är demokrati, mänskliga rättigheter och barnkonventionen. Materialet vänder sig främst till elever på gymnasienivå, men funkar också till grundskolans senare årskurser.

Kontaktuppgifter

Katarina Gustafson, strateg folkhälsa Region Sörmland katarina.gustafson@regionsormland.se
Elin Schelin, ANDT-samordnare Länsstyrelsen i Södermanlands län elin.schelin@lansstyrelsen.se
Tipsa oss gärna om nyheter och händelser i Sörmland!



Vad händer i Sörmland?

Nytt från Liv & hälsa ung

Nu finns [flera nya publikationer](#) publicerade på Region Sörmlands samverkanswebb som vi hoppas du finner intressanta. Rapporten *Ungdomars liv och hälsa i Sörmland* – kapitel 3 om levnadsvanor och rapporten *Läget bland Eskilstunas ungdomar innan, i början och under pågående covid -19 pandemi* är två exempel.

Undersökningen Liv & hälsa 2022

I undersökning [Liv & hälsa 2022](#) kommer närmare 15 000 slumpmässigt utvalda personer i åldern 18 år och äldre att få möjlighet att svara på frågor om sin hälsa, sina levnadsvanor och livsvillkor samt om sina vårdkontakter. Årets undersökning innehåller några nyheter, till exempel frågor om coronapandemin. Undersökningen påbörjas under vecka 7 och pågår under våren.

"Prova-på biljett" – främja fysisk aktivitet bland barn och unga i Katrineholm

Under 2021 har ett koncept kring prova på biljetter för fysisk aktivitet arbetats fram i Katrineholm i samverkan mellan kommunledningsförvaltningen, elevhälsan, Föreningen idrott för alla samt RF-SISU Sörmland. Prova-på biljetter är för barn som har en önskan att vara mer fysiskt aktiva på fritiden, men inte hittat någon organiserad fritidsaktivitet, och har inledningsvis delats ut av elevhälsan. Med en prova-på biljett får man delta kostnadsfritt på aktiviteten Supersportis, där barnen får prova på olika typer av sporter. Biljetten har i uppstartsfasen vänt sig till barn i 4–12 år och konceptet har varit efterfrågat och spridit sig till fler verksamheter såsom Familjecentralen och BVC. Nu pågår arbete med att utveckla konceptet med prova-på biljetter för äldre barn! Vill du veta mer kontakta [Karin Nordén](#).

Prenumerera på nyhetsbrevet? Nyhetsbrevet skickas ut fyra gånger per år. [Anmälan sker via denna länk](#).
Du får gärna tipsa andra om detta nyhetsbrev!

Detta nyhetsbrev finns också publicerat på [Samverkanswebben Region Sörmland](#)