

Hälsofrämjande skolutveckling



Reality Check – app mot rasism

Reality Check är ett applikationsspel för unga 13–19 år som utmanar fördomar och normer. Spelet har skapats utifrån ungas egna berättelser som porträtterar vardagsrasismen många unga idag utsätts för. Innehållet i spelet knyter an till skolans övergripande demokrati- och värdegrundsuppdrag genom att hjälpa elever att träna abstrakt och kritiskt tänkande, samt att koppla det till praktisk handling. Reality Check är ett samarbete mellan Teskedsorden, Mångkulturellt centrum och Anna-Lindh stiftelsens Svenska nätverk. Lärarhandledning och app är kostnadsfri. [Läs mer](#)

Filmer om tonårshjärnan och tonårsstress

Filmerna riktar sig till föräldrar med tonårsbarn. Filmerna bygger på beprövad erfarenhet och på forskning kopplad till föräldraskapsutbildningar och barns utveckling under tonårstiden. De är framtagna av Region Skåne, Landskrona stad och Helsingborgs stad för att ge föräldrar verktyg samt ökad kunskap och förståelse för tonårstiden. [Läs mer](#)

Föräldrapodd - fokus tonårstiden

Podd för vuxna som lever med tonårsbarn. Fokus på att skapa goda relationer mellan vuxna och tonåringar och varje avsnitt tar upp ett nytt tema. I den senaste säsongen har olika gäster fått berätta och diskutera kring sina expertområden. Hittills har teman varit sömn, grooming, porr, skilsmässa, psykisk hälsa m.m. Kristinehamns kommun driver podden. [Alla avsnitt av podden](#)

Är du orolig att någon du känner dras till en extrem rörelse eller ideologi?

Rädda Barnen driver en orostelefon som vänder sig till dig som är orolig över att någon i din närhet håller på att radikaliseras. Du kan också ringa om du själv befinner dig i en miljö du vill lämna. [Läs mer](#)

Ungas riskuppfattning och användning av alkohol, tobak och cannabis

Den 15 april släpper CAN en ny fokusrapport som beskriver utvecklingen av ungas riskuppfattning och användning av alkohol, tobak och cannabis 1995–2019. Rapporten presenteras i ett webinarium som livesänds onsdag den 15 april kl. 9.00 [Läs mer](#)

Tobaksfria dagen 31 maj

Den 31 maj varje år uppmärksammar WHO Tobaksfria dagen för att öka medvetenheten om tobakens skadeverkningar och förebygga tobaksbruk av alla slag. Tobaksfria dagen i år har ett särskilt fokus på att avslöja de myter och de marknadsföringsmetoder som tobaks- och nikotinindustrin använder för att locka barn att börja använda tobaksprodukter. [Läs mer](#)

Cannabis: Harmlös rekreation eller farlig drog?

I dag är cannabis en av världens mest använda droger. Användande av cannabis ökar risken för sjukdom i luftvägarna, trafikolyckor och lägre födelsevikt hos barn. Framför allt påverkar cannabis psykiska funktioner och bruket kan leda till nedsatt kognitiv funktion och koordination. Denna kunskapsöversikt redogör för vad aktuell forskning visar när det gäller cannabis och hälsa, cannabis och sociala förhållanden samt cannabis som medicin. [Läs rapporten](#)
[Se filmad och textad presentation](#)

Unga fortsätter får svar på Drugsmart

Stängningen av gymnasie- och andra skolor i landet innebär hemmasittande för många unga. Hur hemmasituationen ser ut och påverkas i denna tid är naturligtvis olika. På Drugsmart finns en anonym frågefunktion som besvaras ungas frågor om alkohol, droger och annat. [Läs mer](#)

Elever som lär sig om psykisk hälsa mår bättre

Folkhälsomyndigheten har i en litteraturoversikt studerat skolans betydelse för inåtvända psykiska problem bland skolbarn. Resultatet visar att när skolan lär barnen om psykisk hälsa och hur denna kan hanteras minskar inåtvända psykiska problem. Ett gott socialt stöd från lärarna minskar också risken för inåtvända psykiska problem, medan mobbning i skolan ökar risken. Likaså verkar en god samhörighet med skolan minska risken för inåtvända psykiska problem medan låga skolprestationer verkar öka risken. [Läs mer](#)

Ledare som lyssnar

På uppdrag av regeringen har Folkhälsomyndigheten tagit fram en webbaserad utbildning som ska hjälpa barn- och ungdomsledare att upptäcka och möta unga som mår psykiskt dåligt. Fokus är på att ledarna ska bli bättre på att fråga och lyssna på barn och unga. Utbildningen ger kunskaper om vad psykisk hälsa är, hur man kan upptäcka att någon mår dåligt och hur man hittar rätt stöd när det behövs. [Läs mer](#)

Tydlig koppling mellan ungas fritid och psykisk ohälsa

De flesta unga i Sverige upplever att de har lagom med fritid och bra tillgång till meningsfulla och utvecklande aktiviteter visar en ny rapport från Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor, MUCF. Unga som är nöjda med sin fritid har också mindre symtom på psykisk ohälsa. Det finns dock stora skillnader, både mellan olika grupper av unga och över tid. Utrikes födda och unga hbtq-personer har till exempel ofta inte råd med fritidsaktiviteter. Unga med funktionsnedsättning och unga hbtq-personer avstår oftare från att delta av rädsla för att bli dåligt bemötta. [Läs mer](#)

Kontaktuppgifter

Caroline Lundh, samordnare för sexualitet och hälsa Region Sörmland caroline.lundh@regionsormland.se
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!



Information till barn om coronaviruset

Svåra och skrämmande händelser väcker ofta tankar och känslor hos barn. Det är viktigt att barn får möjlighet att prata och stöd i sina tankar. Region Sörmland har samlat material om corona som kan användas i samtal med barn. [Informationsmaterial](#)

Vad händer i Sörmland?

Kampanj mot könsstymning av flickor och kvinnor i Sörmland

Region Sörmland arbetar under 2020 med riktade insatser mot hedersrelaterat våld och förtryck. Utbildnings- och utvecklingsinsatser är på gång för vårdens medarbetare. Uppmärksamhetskampanj mot könsstymning med målgrupp blivande föräldrar att gör ett annat val för din dotter har presenterats via sociala kanaler, ”Säg ja till ett liv utan smärta”. ”Prata med oss om det du inte annars pratar om. Vi är vana att prata om könsstymning” är budskapet för nästa kampanj som kommer att lanseras innan sommaren. Budskapet kommer även att presenteras på några andra språk och delvis finnas som affischmaterial. Ta del av affischer, [e-post](#).
I höst planeras för ännu en kampanj och vår förhoppning är att via fokusgruppsmöten fånga ungdomars, 13–20 år, tankar och åsikter kring hur en sådan kampanj kan genomföras och samtidigt informera och samtala om kvinnlig könsstymning. Vi samverkar gärna i denna insats med elevhälsan, gymnasie-/högstadieskolor.

[Information om könsstymning](#)

Regionen deltar i Pride

Region Sörmland deltar i alla Pride-evenemang som äger rum i länet och årets målgrupp är barn och unga med budskapet ”Du har rätt att vara dig själv”. Vi går under regionens flagga i samtliga parader. Kom och gå med oss i paraderna och bjud gärna in fler!

- 15 augusti Katrineholm
- 29 augusti Eskilstuna.

Har du frågor om regionens deltagande i länets Pride-evenemang kontakta carolin.holmblad@regionsormland.se

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](#)