



NYTT INOM FOLKHÄLSA

APRIL 2017

ALLMÄNT

STIMULANSMEDEL FÖR PSYKISK HÄLSA

SKL och Socialdepartementet fortsätter sin satsning med stöd till riktade insatser inom psykisk hälsa. De vill med detta öka tillgängligheten till stöd och behandling av god kvalitet samt förebygga och motverka psykisk ohälsa. Sveriges kommuner och landsting får sammanlagt 780 miljoner kronor i stimulansmedel.

De fem fokusområdena är:

- Förebyggande och främjande insatser
- Tillgängliga och tidiga insatser
- Enskildas delaktighet och rättigheter
- Utsatta grupper
- Ledning, styrning och organisation

Läs mer [på](#)

I Nacka använder vi delar av stimulansmedlen för att ge ökad service till unga vuxna med behov av stöd. Under 2017 pågår pilotprojektet Case Manager. Målgruppen är personer som är 18–30 år med en komplex livssituation som nu snabbare kan få hjälp med information, råd eller vård- och stödsamordning.

Detta är en insats för de som snabbt behöver få stöd och lotsas till rätt hjälp utan att behöva ansöka hos Socialtjänsten. Med tidig hjälp ökar möjligheterna att förebygga psykisk ohälsa eller andra försvärande hälsotillstånd.

Läs mer [på](#)

LÄTT FYSISK TRÄNING OCKSÅ BRA MOT DEPRESSION

Att fysisk träning kan motverka depression är känt sedan länge, men det har varit svårt att avgöra vilken intensitet av träning som ger bäst effekt. Regasastudien har undersökt hur hård träningen måste vara för att ge effekt på mild till måttlig depression.

Läs mer [på](#)



VÅLD STARKT KOPPLAT TILL OHÄLSA HOS UNGA KVINNOR

Utsatthet för våld är vanligt och är starkt kopplat till psykisk ohälsa hos unga kvinnor. Det visar en undersökning vid ungdomsmottagningarna i Västernorrland. Här kan du ta del av studien i sin helhet.

Läs mer [på](#)

HUSKURAGE

Polisen i Nacka, Värmdö och Tyresö tog förra året beslut om att arbeta med våldsprevention och då använda sig av metoden Huskurance. Huskurance är en metod för att förebygga våld i hemmet, medvetandegöra och sprida kunskap.

Huskurances policy och rutin innebär att man vid oro för våld:

1. Att du ringer på hos den du är orolig för och hör efter hur det är.
2. Att du tar hjälp av någon annan i huset om du behöver stöd.
3. Att du ringer polisen (kontakta alltid polisen i första hand om det är en akut eller hotfull situation).

I början av april får samtliga hushåll i Nacka en folder om Huskurance och om var du kan vända dig som våldsutsatt eller våldsutövare.

Läs mer [på](#)



WEBBPLATS OM SUICIDPREVENTION

Alla som arbetar med att förebygga självmord (suicid) hittar nu samlad information och material på en särskild webbplats som Folkhälsomyndigheten har tagit fram.

Läs mer [på](#)

Vi får en mängd information inom folkhälsoområdet som kan vara bra för många att känna till. Vi har därför samlat den information som vi tror kan vara intressant för olika målgrupper i detta nyhetsbrev.

PRENUMERERA:

Om du vill anmäla eller avanmäla dig för detta nyhetsbrev kan du göra det på www.nacka.se/folkhalsa

KONTAKT:

Om du har förslag på innehåll eller har frågor, kontakta Nina M Granath på tel. 08-718 93 98 eller e-post: nina.m.granath@nacka.se



STUDIECIRKEL GER BÄTTRE HÄLSA PÅ GRUPPBOSTÄDER

Personer med utvecklingsstörning är en utsatt grupp, med ökad risk för både fysisk och psykisk ohälsa. En utvärdering visar att med programmet Hälsofrämjande gruppbostad kan personalen få förbättrade hälsofrämjande arbetsrutiner och de boende bättre hälsa.

Läs mer på

BARN OCH UNGA

NACKA MOT DROGER – SE FILMEN

I Nacka kommun arbetar vi för att främja hälsa och förebygga ohälsa främst bland barn, ungdomar och unga vuxna, men även vuxna. Vi vill ge barn och ungdomar i Nacka förutsättningar att få en bra uppväxtmiljö och erbjudas en meningsfull fritid i trygg miljö.

I vårt drogförebyggande arbete riktat mot unga är föräldrar mycket viktiga och vi arbetar på olika sätt med att informera och engagera föräldrar.

Undersökningar visar att engagerade och stöttande föräldrar är det bästa sättet att få tonåringar att låta bli droger och det har stor betydelse att föräldrar har en tydlig och restriktiv hållning mot tobak, alkohol, narkotika och andra droger.

Se filmen för att få tips och svar på en del frågor kring unga och cannabis.

Läs mer på

Se filmen [här](#)

BRIS NÄTVERK

Bris nätverk möjliggör möten, dialog och samverkan mellan professionella från olika delar av samhället, den ideella, privata eller offentliga sektorn.

Träffarna innehåller föreläsningar, presentation av aktuella rapporter och erfarenhetsutbyte. Bris nätverk är till för de som aktivt arbetar för och med barn.

Läs mer och anmäl dig [här](#)



BARNOMBUDSMANNEN LANSERAR PODCAST

Barnombudsmannen har lanserat en podcast som handlar om barn och barns rättigheter.

I det första avsnittet förs ett samtal om nyanlända barns hälsa.

Nya uppgifter från

Barnombudsmannen visar

att det vanligaste problemet hos nyanlända barn är psykisk ohälsa och att ohälsan riskerar att förvärras under asylprocessen i Sverige. Varför är det så och vem har ansvar för att hjälpa dessa barn?



Lyssna på avsnittet om nyanlända barns hälsa

på [Barnombudsmannens webbplats](#)

WEBBUTBILDNING OM MIGRATION OCH FAMILJ

Webbutbildningen Migration och familj riktar sig till dig som arbetar med eller kommer i kontakt med barn som har anhöriga med migrationsbakgrund.

Under utbildningen lär du dig hur du kan främja dessa barns psykiska hälsa. Utbildningen är skapad av Transkulturellt Centrum, Stockholms läns landsting, i samarbete med Socialstyrelsen.

Läs mer om webbutbildningen [Migration och familj](#)



FOKUS PÅ UNGA

I NYTT KUNSKAPSTÖD OM SPEL

Andelen unga som spelar om pengar har minskat under de senaste tio åren, men de unga som spelar ägnar sig i hög grad åt riskfyllda spel. Det visar statistik från befolkningsstudien Swelogs 2015 och kunskapsstödet Förebygg spelproblem.

Läs mer på



KONFERENSER OCH UTBILDNINGAR ÄLDRE

NESTORS REFLEKTIONSMATERIAL OM ÄLDRE OCH ALKOHOL

”När blir alkohol ett problem – och för vem?” är ett reflektionsmaterial, avsett främst för äldreboenden och hemtjänsten, som underlag för att diskutera, lära mer, öka medvetenhet och kunskap kring alkoholmissbruk.

Läs mer [på](#)



RAPPORT KRING ÅNGEST OCH DEPRESSION HOS ÄLDRE

Befolkningen i Sverige blir allt äldre och snart kommer var fjärde person i Sverige vara över 65 år. Depression och ångestillstånd är vanliga i alla åldersgrupper men de har fått mindre uppmärksamhet än demensjukdomar inom forskningen om äldre personer. Rapporten ger en kort överblick av kunskapsläget inom området ångest och depression hos äldre personer. Kunskapsstödet är utgivet av Forskningsrådet för hälsa, arbetsliv och välfärd, Forte.

Läs mer [på](#)



FYSISK TRÄNING KAN MINSKA DEPRESSION HOS ÄLDRE

Fysisk träning kan göra så att äldre personer med depression mår bättre. Allra bäst effekt gav träningsformer som också innehåller mental träning, som Tai chi och Qi gong. Det framkommer i ett faktablad som Folkhälsomyndigheten har gjort.

Läs mer [på](#)

