

Bilaga 7. Ungdomsmottagningarna och utvecklingsarbete antistigma psykisk hälsa och suicidprevention 2021-(2022)

När utbildningsinsatser inom psykisk hälsa och suicidprevention inte kunde genomföras pga pandemipåverkan fördes dialog med ungdomsmottagningarna som önskade genomföra aktiviteter riktade till unga och psykisk ohälsa under pandemin

Målet för ungdomsmottagningarna (UM) är att främja fysisk och psykisk hälsa med fokus på sexuell och reproduktiv hälsa och rättigheter bland unga. Arbetet ska utgå från en psykosocial, psykologisk och medicinsk helhetssyn samt rättighetsperspektiv där unga har rätt till information, kunskap stöd och behandling. Under pandemin har UM inte haft möjlighet att nå ut till unga i länet på samma sätt som tidigare med det utåtriktade förebyggande arbetet. Klassbesök, studiebesök och boende besök har blivit inställda. Den psykiska ohälsan har ökat bland unga och behovet av att nå ut med information om vilken hjälp och stöd som finns är av yttersta vikt.

En kartläggning av vad som gjorts på andra UM runt om i landet, visade på att film och podcast varit intressant för att nå ut när fysiska träffar inte var möjliga.

Tanken med både filmer och podcast är att på nya sätt nå unga i Regionen och tala om psykisk hälsa/ohälsa på ett inkluderande sätt. Korta filmer som är lätt-smälta och längre poddavsnitt(20 min) för den som önskar lite mer. Visa på minoritetsstress och risk för dubbelstigma utifrån ex samiskt ursprung/migration/hbtqi.

FILM

Kontakt togs med upphandlat filmbolag. Avtal skrevs med Swedish Mountain Film om 1 kort-film "var finns UM i länet" och 5 kortfilmer med olika teman kring psykisk hälsa/ohälsa. Filmerna publiceras på UMs Regionsida och Youtube. Länkas därifrån till andra plattformar vid olika happenings där UM deltar och i samband med skolbesök. Filmerna ska vara textade, inkluderande utifrån diskrimineringsgrunderna och varje film ska även publiceras i en version med samisk översättning

Processen: Det upphandlade filmbolaget var svår att nå och samarbetet kom igång först till sommaren och haltade de första månaderna. Två personal, en barnmorska och en kurator, avsatte 1 dag/v vardera för att skriva manus och delta vid inspelning. Då dessa personer har mottagningsverksamhet övriga dagar/veckan så var den avsatta tiden för detta arbete statisk och följsamhet från externa aktören mkt viktigt, men det fungerade inte enligt avtalat utan skapade en hel del mer-jobb med ändringar. Första filmen spelades in under våren, blev liggande hos filmbolaget hela sommaren för redigering. Ändringar efter redigering gjordes tillsammans under hösten med nya inspelningar och den färdiga produkten blev klar den här veckan (v47). Förväntas publiceras första veckan i december.

Den första av de fem tema-kortfilmerna spelades in v46 och redigering pågår. Film två planeras spelas in under december. Båda förväntas publiceras innan årsskiftet.

De tre kvarvarande filmerna förväntas spelas in under jan-feb-22. Manuskrivande pågår.

Filmerna:

Kort reklamfilm: Information om Ungdomsmottagningarna i länet, var vi finns och UM-känslan – inkluderande Kortfilmer/teasers med tema:

1. Social oro
2. Stress
3. Nedstämdhet/ensamhet

4. Våld i nära relation
5. Könsidentitet/trans

Samma personal som deltagit i filmarbetet (manuskrivande, inspelning och rekrytering av unga som skådespelare/statister) var också med i arbetet med UMs deltagande under Regionens Fokusvecka, antistigma psykisk ohälsa under hösten -21. Förinspelat avsnitt om UMs verksamhet och deltagande en paneldebatt.

PODCAST

[UM podden \(podbean.com\)](http://UM.podden(podbean.com))

Eftersom Regionen inte upphandlat något bolag som gör podcast fick UM göra en direktupphandling. UM valde att anlita "Poddverandan" som Regionen redan har ett samarbete med, genom Digitaliseringspodden.

Avtal skrivet om 20 avsnitt, publiceras 2 ggr/mån på iTunes, spotify och länkas till UMs Region-hemsida. 2 personal, en barnmorska och en kurator avsätter 1 dag/v för arbetet sedan augusti. Den sena starten berodde på att förarbetet var svårare/krångligare än vi förstått, och sommarsemestrar vilket betyder att all personal behövde bemanna mottagningsverksamheten under den perioden.

Personalen skriver manus, gör en sk transkribering som i det här fallet är en sammanfattning av avsnitten och är med vid inspelning. Foto för podcast taget.

Första avsnittet publicerades v 37. I samband med Fokusveckan v 44 publicerades avsnitt "Hur mår du egentligen? – att våga prata om att inte må bra".

Nya avsnitt publiceras varannan vecka, och samlas på samma ställe.

Rubriker på publicerade avsnitt:

- Måste man jämt vara glad och social?
- Hur mår du egentligen? – att prata om att inte må bra
- Sex som krånglar – hur tankar kan ställa till det
- "mensen"
- Ångest – kan vi prata om det?
- Kommande: Abort - mänsklig rättighet?
- Kommande: Unga med vuxna som missbrukar (Julavsnittet)
- Kommande: Minoritetsstress
- Kommande: HBTQI – mötesplats unga i glesbygd
- Kommande: Sexuell exploatering (samtal tillsammans med Länsstyrelsen under programmet)
- Kommande: Smärta vid sex
- Kommande: fler ej rubriksatta ännu

Mätetal:

Podcast:

Antal strömningar fram till 25/11 - 120 strömningar, d v s 120 lyssningar.

Detta gäller på 5 avsnitt.

Obs. Aktiv spridning och marknadsföring av podcasten kom igång v 47 vid avsnitt 5.

Prioritering är på att sprida info om podden i olika kanaler och att använda den i olika typer av aktiviteter med unga ex föreläsningar, skolbesök o s v. Ett nytt verktyg i det hälsofrämjande förebyggande arbetet.

Filmer:

Filmerna kommer att publiceras på Youtube och länkas till UMs Regionsida.

UMs Regionhemsida har sista året haft mer än 2000 besök/klick. Där kommer besökare att kunna se filmerna om de önskar.

På Youtube blir det möjligt att följa antal visningar. De amatörfilmer som tidigare producerats och publicerat där har haft god visningsfrekvens de senaste året.