

Årsrapport 2025

Regional handlingsplan suicidprevention



Innehållsförteckning

1. Inledning	3
2. Att främja det friska och minska stigma	4
3. Suicidprevention i fysisk miljö	6
4. Skolbaserad prevention	7
5. Kompetensutveckling	8
6. Stärkt vårdkedja och samverkan	9
7. Stöd till efterlevande	10
Exempel på planerade aktiviteter för Region Halland 2026	11

1. Inledning

Samordningsuppdraget har under 2025 fortsatt bedrivits i samarbete mellan Närsjukvården Halland och Psykiatri Halland, där regionala suicidpreventionssamordnare har anställningar inom Närsjukvården Hallands kvalitets- och utvecklingsavdelning (Pernille Jägerström) respektive Psykiatri Hallands öppenvård (Patrik Bäck).

Regionalt nätverk för suicidprevention i Halland har varit fortsatt aktivt under 2025 och samordnare har deltagit i såväl regionalt processteam (RPT) med Västra Götalandsregionen (VGR) och nationellt nätverk för regionala suicidpreventionssamordnare sammankallat av Folkhälsomyndigheten. Nätverk tillsammans med regionala samordnare från Region Skåne, Kalmar, Kronoberg och Blekinge har även det varit fortsatt aktivt.

Under 2025 har huvudsakligt fokus legat på revidering av Region Hallands regionala handlingsplan för suicidprevention, som löpt åren 2021-2025. Revideringsprocessen har hållits samman av Hallands regionala suicidpreventionssamordnare, som sammankallat en arbetsgrupp med representanter från samtliga hälso- och sjukvårdsförvaltningar, alla halländska kommuner samt intresseorganisationer för brukare, närstående och efterlevande.

Revideringen sammanfaller med antagandet av den nationella strategin för psykisk hälsa och suicidprevention, "Det handlar om livet", som gäller 2025-2034. Region Hallands suicidpreventionssamordnare har under 2025 deltagit i nationella strategiska forum med fokus på införandet av strategin i praktiken.

Suicid som dödsorsak minskade 2024 jämfört med 2023, en trend som gäller för samtliga åldersgrupper för vilka statistik presenteras nationellt (ålder 15+). Nationellt var det oförändrade mönster avseende genus, där män fortsatt står för två tredjedelar av fullbordade suicid, det högsta suicidtalet är för män 85+ och det högsta antalet dödsfall i suicid var bland män 45-64 år.

För Halland skedde en tydlig förändring i suicidtalerna mellan 2023 och 2024, då suicidtalet (antal döda/100.000 invånare) sjönk från 13,4 till 9,6. Sett till antal var det 13 personer färre som avled i säkerställda suicid i Halland 2024 jämfört med 2023. Det var en minskning för båda könen, dock tydligast för kvinnor där suicidtalet halverades, från 8,2 till 4,1 (siffror avrundade uppåt). Den sjunkande trenden för män stämmer med riket, medan samma markanta minskning för kvinnor inte är synlig nationellt. Även om trenden är positiv är det svårt att dra tydliga slutsatser av variationer i suicidtal, eftersom relativt små förändringar i antalet suicid påverkar suicidtalerna tydligt i regioner med Hallands befolkningsstorlek.



2. Att främja det friska och minska stigma

Mål:

- Att minska påverkbara skillnader i hälsa genom främjande och förutsättningsskapande insatser.
- Att stärka arbetet med att minska stigma och sprida kunskap om psykisk ohälsa och suicid till medborgare, civilsamhälle och näringsliv.

Indikatorer:

- Det hälsofrämjande arbetet följs i befolkningsinriktade enkäter på övergripande nivå.

Region Halland spred, i samband med nationella suicidpreventiva dagen, information om aktiviteter runtom i Halland, möjlighet till digitala föreläsningar samt om vilka kompetenshöjande insatser som finns tillgängliga inom regionen.

I Kungsbacka kommun genomfördes under hösten sedvanliga ljuständningar och föreläsningar i samband med nationella suicidpreventiva dagen.

Varbergs kommun har arbetat aktivt med att främja dialog med fler kommunala förvaltningar, då fokus tidigare legat mycket på prevention i den fysiska miljön. Föreläsningar i syfte att utbilda och minska stigma har anordnats, för både allmänheten och föreningslivet. En särskild kurs i drejning har anordnats för unga med psykisk ohälsa, där trygga vuxna funnits på plats för att stötta i samtal vid behov. Inom förskolan har man haft mycket fokus på samtal om identitet, vilket kan verka suicidpreventivt på sikt. Varbergs kommun har även bjudit in representant från Suicide Zero för dialog med politiker och förvaltningschefer

I Falkenbergs kommun har arbetet med en lokal handlingsplan påbörjats och en kommunal suicidpreventiv samordnare har rekryterats. Det finns nu även samordnare för psykisk hälsa, både med inriktning vuxna och äldre. Falkenbergs kommun har också uppsökande verksamhet för äldre, där det skickas brev och erbjuds samtal, både individuellt och i grupp via kommunens anhörigstöd.

Halmstads kommun har fortsatt arbeta med digital nano-learning i suicidprevention, vilket dels fungerar kompetenshöjande, men även aktualiserar suicidalitet som fenomen vilket kan minska stigmatisering.

I Laholms kommun har man satt upp särskilda gula bänkar för att uppmärksamma psykisk ohälsa och ofrivillig ensamhet. Det är stort fokus på just ofrivillig ensamhet i Laholm. Kommunen har erbjudit samtal om psykisk hälsa till alla 73-åringar i kommunen och en broschyr har tagits fram till stöd för personer som kan behöva hjälp med psykisk ohälsa. Laholms lokala handlingsplan har reviderats under 2025. Ett samarbete har initierats mellan Laholms kommun och Lantbrukarnas Riksförbund (LRF), med fokus på psykisk hälsa bland kommunens lantbrukare, där planen är att under 2026 se hur samverkan kan utvecklas.

I Hylte kommun har man under 2025 börjat erbjuda hälsosamtal till alla invånare som är 80 år och äldre och inte har hemtjänst. Syftet är ökad livskvalitet och att motverka ofrivillig ensamhet. Kommunen arrangerar årligen temamånaden Psyklyftet som syftar till att uppmärksamma psykisk hälsa samt öka kunskap och minska stigma kring psykisk ohälsa. Under Psyklyftet anordnade bland annat biblioteket en föreläsning öppen för allmänheten.

3. Suicidprevention i fysisk miljö

Mål:

- Att alla kommuner har ett känt arbetssätt för att förebygga suicid i fysisk miljö.

Indikator:

- Antal kommuner som har ett känt arbetssätt för förebygga suicid i fysisk miljö.

I de halländska kommunerna har få kända, nya insatser specifikt inriktade mot prevention i fysisk miljö, genomförts under 2025.

I Hylte har dock räddningstjänst tillsammans med barn- och ungdomsförvaltningen och samhällsbyggnadsförvaltningen genomfört trygghetsvandringar där ett fokusområde är riskmiljöer för suicid. I detaljplaneprocessens konsekvensanalys ingår även riskmiljöer för suicid som en faktor.

4. Skolbaserad prevention

Mål:

- Att skolbaserade suicidpreventiva program eller insatser implementeras.

Indikatorer:

- Andel skolor som implementerat skolbaserade preventionsprogram.

Regionala suicidpreventionssamordnare, Länsstyrelsen Halland och samtliga kommuner har utforskat möjligheten att införa en suicidpreventiv insats för samtliga elever på gymnasiet ett initiativ som kom från Länsstyrelsen. Regionala suicidpreventionssamordnare höll ihop arbetet och inhämtade underlag utifrån de insatser som erbjuds av ideella föreningar. En rektor från Torsby kommun gav en föreläsning för inspiration angående hur en kommunal gymnasieskola arbetar med Suicide Zeros material. Kommunerna bjöd in representanter för gymnasieskolornas elevhälsa och ledningsgrupper. Arbetet bidrog till gemensamma lärdomar om möjligheter och begränsningar i suicidpreventiva insatser. Framförallt bidrog det till att stärka samarbetet i Halland.

Kungsbacka kommun har valt att pausa arbetet med Youth aware of mental health (YAM), för att undersöka vilka andra möjliga insatser som är möjliga att genomföra.

Varberg har köpt in och arbetat med materialet Livsviktiga snack (framtaget av Suicide Zero) i skolorna.

5. Kompetensutveckling

Mål:

- Att det finns en regional struktur för kompetensutveckling.
- Att medarbetare erbjuds kompetensutveckling i enlighet med planen.

Indikatorer:

- Andel medarbetare som erbjuds kompetensutveckling i enlighet med planen.

Region Halland erbjuder fortsatt utbildningen SPISS för all personal. Barn- och ungdomspsykiatri har utbildningen Deplyftet där suicidriskbedömning och säkerhetsplanering ingår. Vuxenpsykiatri har studiecirkel utifrån Psyk-e bas, medan verksamheter inom området prehospital akutpsykiatri har utbildningen Akut omhändertagande av suicidal person (AOSP).

Regionala suicidpreventionssamordnare avslutade under 2025 som planerat utbildningen ”Att samtala om suicidtankar” för personal i Närsjukvården. Insatsen har summerats och utvärderats i en rapport. Utbildningen ”Att samtala om suicidtankar” har presenterats för Psykiatriens ledningsgrupp som överväger att ta in utbildningen till hela vuxenpsykiatri.

Regionala suicidpreventionssamordnare har föreläst i olika sammanhang. Ett exempel är en halvdag med föreläsning och rollspel för psykologer som genomför sin praktiska tjänstgöring för psykologer (PTP).

I Kungsbacka kommun har man HBTQ-diplomerat Ung i Kungsbacka och där även fått handledning i suicidprevention av Suicidprevention i Väst (SPIV).

Falkenbergs kommuns tio MHFA-instruktörer är aktiva och har utbildat både chefer och kommunens kontaktcenter. Även kommunens särskilda boende (SÄBO) och hemsjukvård har fått utbildning i suicidprevention. Kommunens samordnare för äldres psykiska hälsa har handlett vid behov på alla typer av boenden och i hemtjänstgrupper vid komplexa fall och regelbundet för personligt ombud samt mötesplats för psykisk ohälsa. **Samordnare** har även utbildat alla i ansvarsgruppen för HSL i depression och suicidrisk för äldre utifrån psyk e-bas.

Halmstads kommun arbetar som nämnts ovan med nano-learning, korta digitala utbildningar som når ut brett.

I Hylte kommun genomgår alla anställda och nyanställda på omsorgsförvaltningen en kort digital utbildning.

6. Stärkt vårdkedja och samverkan

Mål:

- att stärka samverkan mellan kommun, närsjukvård och psykiatri genom lokala samverkansforum.
- att skapa gemensamt arbetssätt för bedömning, informationsöverföring och vårdövergångar av suicidnära personer, till exempel genom regional riktlinje eller sammanhållet vårdförlopp.
- att stärka samverkan mellan larmcentral, räddningstjänst, polis, och ambulans i suicidrelaterade ärenden genom att en gemensam handbok tas fram.

Indikatorer:

- Lämpliga indikatorer får utgå från de arbetssätt som tas fram.

Regionala suicidpreventionssamordnare har påbörjat en kartläggning av hur utredningar genomförs i Halland vid suicid och suicidförsök. Inledningsvis har samtliga hälso- och sjukvårdsförvaltningar inkommit med grundläggande information.

Prehospital akutpsykiatri har etablerat ett nytt arbetssätt för digital triagering som även har spridits nationellt.

Varbergs kommun har startat en styrgrupp med fokus på regionala överenskommelser, där suicidpreventionsarbetet i kommunen eventuellt kommer lyftas in framöver.

I Falkenberg har kommunens HSL-inriktade verksamheter startat en ansvarsgrupp psykisk hälsa/ohälsa där man träffas regelbundet och går igenom olika frågeställningar.

7. Stöd till efterlevande

Mål:

- Att en struktur för efterlevandestöd tas fram i samverkan mellan psykiatri, närsvård och andra berörda aktörer.
- Att tillgängliggöra information till efterlevande om de stödmöjligheter som finns i vården, hos kommuner och civilsamhälle.

Indikator:

- Antalet efterlevande som tagit emot stöd via primärvård eller specialistpsykiatri.
- Antal utdelade exemplar av broschyren ”Till dig som förlorat en närstående i suicid” inom regionala verksamheter.

Regionens suicidpreventionssamordnare arbetade under 2024 tillsammans med Suicidprevention och Efterlevandestöd (SPES) fram ett förslag till idéburet offentligt partnerskap i syfte att öka samarbetet mellan regionen och ideella organisationer med fokus på suicidprevention. Beslut fattades dock om att avtal inte var aktuellt i dagsläget.

Falkenbergs kommun har aktivt arbetat för samarbete med SPES, där kommunen bland annat erbjudit sig bistå med lokaler för samtalsgrupp, men SPES kunde tyvärr inte fullfölja det önskade samarbetet.

I Varberg finns önskemål från kommunens anhörigstöd om att bli mer delaktiga i det suicidpreventiva arbetet.

Exempel på planerade aktiviteter för Region Halland 2026

- Kartläggning av utredningar efter suicid och suicidförsök.
- Skapa strukturer för det suicidpreventiva arbetet utifrån indikatorer i den regionala handlingsplanen för suicidprevention.
- Beslut om huruvida utbildningen ”Att samtala om suicidtankar” skall införas i Psykiatri Hallands vuxenpsykiatriska verksamheter.
- Producera visitkort, med kort information och länkar till relevanta 1177-sidor och suicidprevention, att dela ut till patienter och närstående inom i första hand Psykiatri och Närsjukvården.



Regionala suicidpreventionssamordnare -kontaktuppgifter

Patrik Bäck – patrik.back@regionhalland.se

Pernille Jägerström – pernille.jagerstrom@regionhalland.se