



# Suicid

– vad är det som händer  
och vad kan du göra?

Internationella suiciddagen 10 september 2021

Radisson Blu Scandinavia,  
Södra Hamngatan 59, Göteborg eller via länk

## Målgrupp

Vi vänder oss till personal inom kommun och sjukvård för att ge kunskap om psykisk ohälsa, lära sig att fråga efter suicidtankar och att få rutiner för hur de hanterar personer som är självmordsnära.

### Så påverkas kursen av Corona/covid-19

GR genomför alla utbildningar i enlighet med Folkhälsomyndighetens rekommendationer för evenemang och sammankomster. Denna utbildning kan vid behov komma att ställas om till digital distansutbildning.

Ett samarrangemang mellan  
Göteborgsregionen (GR)  
och Kommun och sjukvård  
Samverkan i Göteborgsområdet



GÖTEBORGS  
REGIONEN

Kommun  
och sjukvård  
Samverkan i Göteborgsområdet

# Suicid – vad är det som händer och vad kan du göra?

## Inledning

Många kommer i sin yrkesroll i kontakt med personer som har allvarliga tankar på att ta sitt liv. Men rutiner om hur man bör agera behöver tränas in.

I Västra Götalands handlingsplan för suicidprevention 2020-2025 har vi ett gemensamt mål: Antalet suicid i Västra Götaland ska minska med 40 procent till år 2025. Vi behöver alla mer kunskap om hur vi kan agera i livsfarliga situationer men också vad är det som gör att det vänder och att hen väljer livet.

I suicidtrappan beskrivs skeendet och de första stegen på väg mot suicid såsom nedstämdhet/hopplöshet, man känner sig "deppig" för det mesta. Allt känns hopplöst och tron på förbättring finns inte. Nästa steg är att dödstankar börjar komma, att det vore skönt att slippa leva, till slut upplevs suicid som enda utvägen.

---

## TID OCH PLATS

10 september 2021 kl. 09.00–15.30.

Radisson Blu Scandinavia Hotel i Göteborg.

## AVGIFT

För deltagande på plats 600 kr exkl moms och för att deltagande på länk 300 kr exkl moms.

Avgiften är subventionerad med medel från Kommun och sjukvård, samverkan i Göteborgsområdet och Göteborgsregionen.

## ANMÄLAN

Anmälan för att vara på plats: [klicka här](#)

Sista anmälningsdag: 23 aug 2021.

Anmälan för att vara med via länk: [klicka här](#)

Sista anmälningsdag: 5 sept 2021.

Vid frågor kring anmälan kontakta [kurs@goteborgsregionen.se](mailto:kurs@goteborgsregionen.se)

Anmälan är bindande och vid återbud efter sista anmälningsdag debiteras full avgift.

Anmäld plats kan alltid överlåtas till annan person.

## UPPLYSNINGAR OM INNEHÅLL

Karin Westberg, GR, [karin.westberg@goteborgsregionen.se](mailto:karin.westberg@goteborgsregionen.se)

Agneta Bergqvist, [agneta.bergqvist@aldrevardsomsorg.goteborg.se](mailto:agneta.bergqvist@aldrevardsomsorg.goteborg.se)

## INTEGRITETSPOLICY

När du anmäler dig till en kurs registreras dina personuppgifter i våra administrativa program. Läs mer om hur vi behandlar personuppgifter: [www.goteborgsregionen.se/integritetspolicy](http://www.goteborgsregionen.se/integritetspolicy)

Program på nästa sida

---

Ett samarrangemang mellan  
Göteborgsregionen (GR)  
och Kommun och sjukvård  
Samverkan i Göteborgsområdet



GÖTEBORGS  
REGIONEN

Kommun  
och sjukvård  
Samverkan i Göteborgsområdet

# Program Internationella suiciddagen 10 september

## 09.00 Inledning

Susanne Rolfner Suvanto, omvårdnadsinstitutet Fil.mag/leg sjuksköterska, författare och utredare. Dagens moderator.

### **Suicid och suicidprevention – den senaste forskningen inom äldresuicid**

Margda Waern, överläkare, professor i allmän psykiatri med speciellt fokus på suicidologi och Stefan Wiktorsson, leg psykolog, forskare.

## 09.55 Kaffe och smörgås

## 10.15 **Varför tänker en ung människa att hen inte orkar leva?**

Britta Alin Åkerman, leg. psykolog och leg. psykoterapeut och arbetar sedan 1997 vid NASP, (Nationellt centrum för Suicidforskning och prevention) vid Karolinska Institutet. Hennes huvudsakliga uppgift är forskning kring ungdomars och äldres psykiska hälsa och risk för självmordshandlingar inom vilket hon också ansvarar för viss utbildning .

### **Varför tänker en gammal människa att hen inte orkar leva?**

Susanne Rolfner Suvanto

Samtal mellan Britta och Susanne om livet, livsnöjdhet, livströtthet och vad vi kan göra när någon inte längre vill leva.

## 11.05 Bensträckare

## 11.15 **Handlingsplan för suicidprevention 2020–2025 inom vårdsamverkan Västra Götaland**

Varje år tar cirka 200 personer i Västra Götaland sitt liv. Målet är att suicid ska minska med 40 procent till år 2025.

Malin Frisk, länssamordnare suicidprevention inom vårdsamverkan Västra Götaland.

### **Handbok för Livskämpar – ett stöd till dig som inte vet om du orkar leva**

Filippa Gagnér Jeneteg, författare och utvecklingsledare för brukarinflytande på Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa i Göteborg/Västra Götaland (NSPHiG), samt aktiv inom Suicidprevention i Väst (SPIV).

## 11.50 Lunch

## 12.45 **Vi borde vara lyckliga men vi mår ändå inte bra!**

Ett samtal mellan Ida Höckerstrand och Sofie Hallberg som driver Ångestpodden.

Att vara en plattform och upplevas som kompis fast men aldrig träffats.

### **Att leva med självmordstankar och självskadebeteende!**

Cecilia Ingard, doktorand i socialt arbete vid Högskolan i Gävle. I samarbete med NASP (Nationellt centrum för Suicidforskning och prevention) huvudinstruktör i utbildningen "första hjälpen till psykisk hälsa".

### **Att hantera och kunna leva vidare när man förlorat en närstående genom suicid**

Margit Ferm, aktiv inom SuicidPrevention och Efterlevandes Stöd (SPES) tidigare förbundsordförande. Socionom, Samhällsvetare, MSc in Quality Improvement and Leadership in Health and Welfare Services.

## 13.50 Kaffe

## 14.10 **Ungas psykiska hälsa**

Niklas Långö, psykolog Mölnlycke vårdcentral med fördjupat uppdrag. Vad erbjuder man på VC och hur upplever de unga vården.

### **Att hantera motgångar i livet ur ett friskt perspektiv**

Bengt Brülde, professor i praktisk filosofi vid Göteborgs universitet, författare och föreläsare.

### **Tankar om dagen**

Susanne Rolfner knyter samman säcken.

## 15.20 Dagen avslutas



Göteborgsregionen (GR) består av 13 kommuner som har valt att jobba tillsammans. Vi driver utvecklingsprojekt, har myndighetsuppdrag, forskar, ordnar utbildningar och är storstadsregionens röst i Västsverige, bland mycket annat. I våra nätverk träffas politiker och tjänstepersoner för att utbyta erfarenheter, bolla idéer och besluta om gemensamma satsningar. Allt för att regionens en miljon invånare ska få ett så bra liv som möjligt.



[www.goteborgsregionen.se](http://www.goteborgsregionen.se)



### NOSAM - Närområdessamverkan

NOSAM står för närområdessamverkan. I Göteborgsområdet arbetar NOSAM-grupperna på lokal nivå inom kommun eller stadsdel. Här når du respektive NOSAM-grupp, kontaktuppgifter, mötesanteckningar och viktiga dokument med mera.



[www.vardsamverkan.se/goteborgsomradet](http://www.vardsamverkan.se/goteborgsomradet)