



Partnerskap Skåne

FRÄMJANDE AV PSYKISK HÄLSA OCH FÖRÄLDRARSKAP

GENOM FÖRDJUPAD SAMHÄLLS- OCH
HÄLSOKOMMUNIKATION FÖR NYANLÄNDA

PS - PARTNERSKAP SKÅNE

är en holistisk plattform och stödresurs där lokala, regionala och nationella parter samarbetar för nyanlända flyktingars möjligheter till jämlik hälsa och delaktighet i samhället. Arbetet, som bedrivs både regionalt och nationellt, koordineras av Länsstyrelsen Skåne.

SHK - SAMHÄLLS- OCH HÄLSOKOMMUNIKATÖRER

erbjuder kvalitetssäkrad samhälls- och hälsoinformation till nyanlända i dialogform på nyanländas modersmål. SHK är en grund för nyanländas möjligheter till egenmakt, delaktighet och jämlik hälsa.

NAD - NÄTVERK - AKTIVITET - DELAKTIGHET

NAD är en metod som underlättar för nyanlända att delta i olika typer av aktiviteter i idéburna organisationer och på så sätt få träffa andra människor som man delar intressen med.

MILSA - KUNSKAPSBASERAD STÖDPLATTFORM FÖR MIGRATION OCH HÄLSA

I MILSA arbetar olika universitet och forskare i nära samarbete med praktiker med att ta fram kunskap och stödja metodutveckling i arbetet med att främja nyanlända flyktingars möjligheter till jämlik hälsa och etablering i det svenska samhället.





FATIMA & RAMI - 5 ÅR I SVERIGE

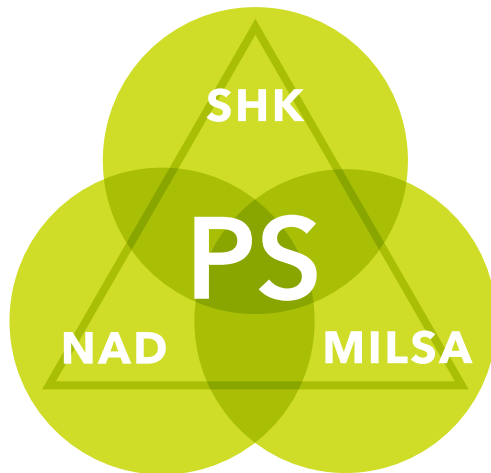
“När vi kom hit så tänkte vi att vi bara behövde lära oss språket. Men när barnen började på förskolan och skolan så upptäckte vi att vi saknade kunskap om det svenska samhället, vilka lagar som gäller och vilka traditioner som finns.”

“Mina föräldrar och jag har helt kommit i otakt med varandra. Jag säger någonting och de förstår inte alls vad jag menar...

Och de säger saker som är svårt för mig att acceptera men samtidigt vill jag respektera dem. Det är inte lätt... jag har förändrats mycket utan att märka det.”



MUSTAFA - 3 ÅR I SVERIGE



PSYKISK HÄLSA OCH VÄLMÅENDE

Forskning och erfarenheter visar att flyktingar har sämre psykisk hälsa än befolkningen i allmänhet. De bakomliggande orsakerna är flera, såsom traumatiska upplevelser före och under flykten, oro för säkerheten för den familj och släkt som lämnats, samt de många socioekonomiska utmaningar som följer av att bosätta sig och etablera ett liv i ett

nytt hemland. Den dagliga interaktionen med nyanlända flyktingar inom Partnerskap Skånes ramverk bekräftar detta. I syfte att bemöta dessa utmaningar utvecklar PS nya initiativ och verktyg som stöd för stärkt psykisk hälsa och välmående. Verktøygen inkluderar även föräldraskapsstöd. Målet är att öka nyanländas egenmakt och tillgängligheten till olika samhällsresurser.



RAHEBE - 14 ÅR I SVERIGE

"Jag var inte alls förberedd på hur jag skulle bli bemött när jag kom till Sverige. Jag kunde inte föreställa mig att mitt tidigare liv skulle betyda så lite."

"Jag kände mig ofta väldigt ensam, och idag önskar jag att människor runtomkring mig hade vågat fråga. Att prata lite öppnare om hur vi mår hade hjälpt oss alla."

"Den första tiden i Sverige hade jag mardrömmar. Jag var tillbaka på gatorna, drömde att vi sprang och blev beskjutna bakifrån. Och jag vaknade med bultande hjärta, i riktig panik. Men jag tänkte att det viktigaste nu är att jag pratar om det, att jag inte håller det inom mig. Och det hjälpte mig verkligen att gå vidare."



AHMAD - 4 ÅR I SVERIGE

PREMO - PSYKOSOCIAL PREVENTIONSMODELL

Logiken bakom modellen PREMO är kunskap om hur otillräckliga resurser, individuella och strukturella, i kombination med höga stressnivåer leder till en sämre förmåga att upprätthålla den psykiska hälsan. Detta påverkar i sin tur andra områden i livet, såsom exempelvis det egna föräldraskapet. En individs förmåga

att hantera krav och olika stressfaktorer är beroende av individens inneboende och sociala resurser, tillgängligt socialt stöd och sociala nätverk samt tillit till andra. Modellen utgörs av förebyggande och stödjande insatser i syfte att stärka individuella resurser och den sociala integrationen av nyanlända flyktingar.

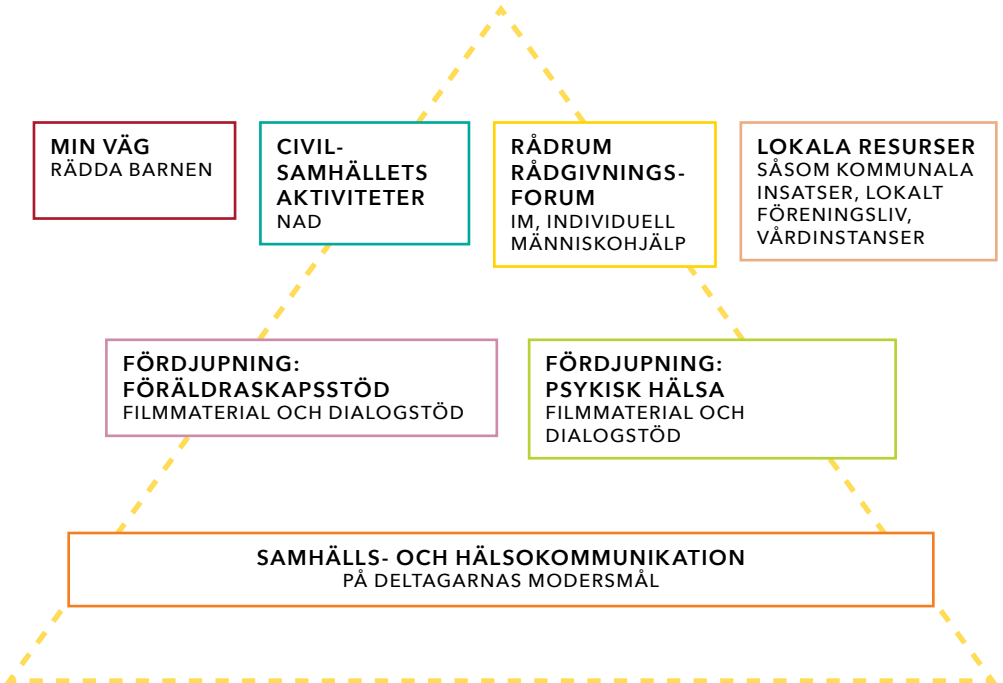
SHK - DISKUSSIONSGRUPPER MED SÄRSKILT PRODUCERADE FILMER FÖR ATT UNDERLÄTTA SAMTAL OM KÄNSLIGA ÄMNER

Samhälls- och hälsokommunikatörerna (SHK) möter regelbundet nyanlända flyktingar, mestadels i klassrumsmiljö, och förmedlar information om olika ämnen. I anslutning till detta erbjuds ett fördjupat program av informella forum för samtal med fokus på psykosocial hälsa och välmående samt föräldraskap. Fördjupningarna leds av vidareutbildade SHK. Fem korta filmer som skildrar nyanländas upplevelser, olika perspektiv från experter parallellt med

en fiktiv berättelse, utgör basen för samtals-cirklar som genomförs med stöd av olika verktyg för dialog och reflektion. Genom kommunikatörerna kopplas deltagare vidare till lokala stödsatser och resurser. I Skåne drivs SHK av kommuner och Länsstyrelsen i samverkan med Region Skåne och Arbetsförmedlingen. Fördjupningarna i andra delar av landet genomförs utifrån lokala förutsättningar där sammansättningen av samverkansaktörer kan se olika ut.

MODELL PREMO

INSATSER FÖR EN STÄRKANDE MILJÖ



NAD - FRÄMJAR TILLGÅNG TILL FÖRENINGSLIVET OCH NÄTVERK

Delaktighet i aktiviteter inom föreningslivet skapar möjligheter för social interaktion, att träna det svenska språket och även för återhämtning och bättre hälsa.

NAD drivs av Nätverket - Idéburen sektor Skåne.

RÅDRUM - ETT RÅDGININGSFORUM FÖR NAVIGERING I DET SVENSKA SAMHÄLLET

RådRum erbjuder frivilligbaserad, gratis, opartisk och konfidentiell rådgivning för nyanlända migranter som behöver hjälp med att navigera i det svenska samhället. RådRum är en öppen mötesplats som

erbjuder råd kring vardagliga ämnen i det svenska samhället och stöd i kontakt med svenska myndigheter. RådRum drivs av IM, Individuell Människohjälp.



"Jag började jobba som tolk efter knappt två år i Sverige. Det var en stor utmaning och en dag fick jag yrsel och hjärtklappning. Jag tänkte att det var något fel på mitt hjärta men läkaren förklarade att mitt hjärta fungerade perfekt, att jag istället behövde lära mig att hantera min stress. Jag fick hjälp och problemen försvann. Idag kan jag känna igen varningssignalerna om jag blir stressad igen och vet vad jag ska göra."

"I min kultur är det svårt att erkänna att man mår psykiskt dåligt - att man är deprimerad, utbränd eller trött - det är jättesvårt. Många pratar hellre om att man har ont i huvudet, ont i magen eller ont i bröstet, det finns en rädsla för att bli stämplad med psykiska problem."



FAUZIA - 20 ÅR I SVERIGE



LOUY & RAHME - 6 ÅR I SVERIGE

"Våra första sex månader visste vi ingenting om barnens skola. Det kom papper, men vi hade ingen aning om vad vi förväntades göra, och vi vågade inte gå till föräldramöten."

RÄDDA BARNEN - MIN VÄG

Min Väg är ett individuellt stöd som är utformat ur barnets perspektiv. Genom Min Väg får familjer tillgång till vägledning och råd genom individuella samtal, gruppdiskussioner eller gruppmöten. Egenmakt står i fokus och processledaren bidrar framförallt till att stärka individens

eller familjens egen förmåga att hitta lösningar. Eftersom individers behov ofta är komplexa samverkar Min Väg därför med olika aktörer inom utbildning, föreningsliv och frivilligorganisationer samt med vården. Min Väg drivs av Rädda Barnen.



RAMA & HANI - 6 ÅR I SVERIGE

"Vi tänkte på barnen när vi bestämde oss för att fly - de kunde inte fortsätta leva så mitt i kriget, bland bomber och död. De måste kunna studera, ha en framtid."

"Det är viktigt att man inte glömmer var man kommer ifrån. Där har man sina rötter och en grund. Men man måste också fatta något beslut om att blicka framåt. Det är nya steg som man tar, ett nytt land som man ska komma in i, nya kontakter och nya sociala sammanhang."



CHRISTOPHER - 15 ÅR I SVERIGE



Partnerskap Skåne

Arbetet med psykisk hälsa, välmående och föräldraskap finansieras av AMIF och Socialdepartementet, och utvärderas av Uppsalas samt Lunds universitet. Projektet är kopplat till MILSA utbildningsplattform för samhälls- och hälsokommunikation, som finansieras av den Europeiska Socialfonden. Projektet drivs i samarbete med Conference of Peripheral Maritime Regions of Europe (CPMR) och EU-projektet REGIN. Citaten och fotona är hämtade ur filmer som producerats av projektet.

Hemsida: www.partnerskapskane.se

Ziad Jomaa,

Processledare samhälls- och
hälsokommunikation
samt modell PREMO
ziad.jomaa@lansstyrelsen.se

Henrik Nilsson

Processledare NAD
henrik@natverket.org

Adriana Aguilar

Projektledare Min Väg
adriana.aguilar@rb.se

Ayman Adel Amin

Projektledare RådRum
ayman.amin@imsweden.org

Katarina Carlzén

Projektansvarig
katarina.carlzen@lansstyrelsen.se



EUROPEISKA UNIONEN
Asyl-, migrations- och
integrationsfonden



CPMR
CRPM

NÄTVERKET
Idéburen sektor Skåne

sensus



Länsstyrelsen
Skåne



Rädda Barnen

im



HÖGSKOLAN
SKÅNE



LUNDS
UNIVERSITET



UPPSALA
UNIVERSITET



MALMÖ
UNIVERSITY

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS