

Riksförbundet Hjärnkoll och Tim Bergling Foundation förebygger psykisk ohälsa i skolan

Riksförbundet Hjärnkoll och Tim Bergling Foundation inleder ett samarbete för att förebygga den psykiska ohälsan i skolan. Syftet är att minska stigma och öka kunskapen om psykisk hälsa och ohälsa bland ungdomar.

Samarbetet innebär att Tim Bergling Foundation möjliggör föreläsningar om psykisk hälsa under hösten 2024 i Värmland och Halland. Skolorna erbjuds därmed kostnadsfria föreläsningar av Hjärnkoll.

Enligt statistik från Folkhälsomyndigheten uppger 19 procent av 15-åringarna i Halland att de mår dåligt eller ganska dåligt. I Värmland uppger 22 procent av 15-åringarna att de mår dåligt eller ganska dåligt.

- Vi är glada över att Tim Bergling Foundation ser möjligheten att minska stigma och förebygga psykisk ohälsa bland ungdomar tillsammans med oss på Hjärnkoll, säger Maria Sundström, verksamhetschef på Riksförbundet Hjärnkoll.
- Vi är övertygade om att tidiga samtal om psykisk hälsa och aktivt motverkande av stigma är avgörande för att främja det psykiska välmåendet hos unga. Skolan är en viktig plats där vi kan nå många ungdomar samtidigt, och genom att stötta Hjärnkolls ambassadörer vill vi skapa hopp, framtidstro och en trygg plats där unga kan delta i öppna diskussioner om deras välmående, säger Alexandra Björnsson projektledare skolan på Tim Bergling Foundation.

Hjärnkoll har över 300 ambassadörer över hela landet som föreläser på arbetsplatser, myndigheter och skolor om psykisk hälsa och ohälsa. I skolsatsningen som möjliggörs av Tim Bergling Foundation genomförs föreläsningarna av Hjärnkolls ungdomsambassadörer.

- Forskning visar att social kontakt, det vill säga att möta personer med egen erfarenhet av psykisk ohälsa är effektivt för att minska stigma kring psykisk ohälsa. Därför är ambassadörerna grunden i Hjärnkoll verksamhet, säger Maria Sundström.

Tre dagar lång utbildning

Hjärnkolls ambassadörer har gått igenom en tre dagar lång utbildning för att kunna berätta om sina erfarenheter och alla är återhämtade. De berättar om vändpunkter och delar med sig av sina bästa må-bra tips för att förmedla hopp till alla som lyssnar. Ambassadörerna fungerar som förebilder och inspirerar eleverna till samtal om psykisk hälsa. Det kan öka sammanhållningen och gemenskapen i skolorna.

För mer information, vänligen kontakta:

Annika Möllström

Presskontakt

E-post: annika.mollstrom@hjarnkoll.se

Mobil: 073-588 41 45

Om Riksförbundet Hjärnkoll

Riksförbundet Hjärnkoll är en ideell förening som arbetar med psykisk hälsa. Vi strävar efter att minska stigma och öka kunskapen om psykisk hälsa och ohälsa. Vår vision är att alla har lika rättigheter oavsett psykiska olikheter. Hjärnkoll startade 2009 som en attitydkampanj på uppdrag av regeringen, och med 15 regionala föreningar runt om i landet är vi idag rikstäckande.

Om Tim Bergling Foundation

Tim Bergling Foundation arbetar för ett samhälle där barn och unga mår bra, känner trygghet och framtidstro samt får möjlighet att nå sin fulla potential. Genom både egna projekt, till exempel inom skolan och meningsfull fritid samt genom att stödja andra organisationer arbetar de med förebyggande insatser för ungas psykiska hälsa och välmående. Stiftelsen grundades av Klas Bergling och Anki Lidén till minne av deras son Tim Bergling, även känd som Avicii, som tragiskt gick bort genom självmord år 2018.