



VEGÅRSHEI
KOMMUNE

Handlingsplan for forebygging av selvmord 2024-2028

Ingen å miste



TEMA: Forebygging	Versjon: 1	Godkjent dato:	Revisjon dato:
Utarbeidet av: GKS	Dato	Sign.:	Sign.:



Innhold

1. Innledning.....	2
2. Status og fakta	3
2.1 Nasjonale data om selvmord	3
Fakta om selvmord	3
Forekomst.....	3
2.2 Selvmordsforsøk	4
2.3 Selvskading	4
2.4 Risikofaktorer for selvmord	4
2.5 Beskyttelsesfaktorer	5
3. Forebygging	6
4. Opplæring og kompetanse	7
5. Hvilke tiltak har vi i kommunen og hos samarbeidene tjenester	8
6. Samhandlingsfora	11
7. Tiltak under planlegging/oppstart	11
8. Behov fremover	12
9. Kartlegging og håndtering	13
10. Rullering av planene	13



1. Innledning

Selv mord er en alvorlig folkehelseutfordring som berører hele samfunnet. For hvert selvmord som skjer berøres mange mennesker. Regjeringen la i 2020 frem «Handlingsplan for forebygging av selvmord 2020-2025. Ingen å miste». I denne handlingsplanen ble det innført nullvisjon for selvmord i Norge. Nullvisjonen skal bidra til at selvmordsforebygging prioriteres høyere, og at dette er et ansvar som ligger både hos helse- og omsorgstjenestene og i samfunnet ellers. Mye av selvmordsforebyggingen skjer utenfor helse- og omsorgstjenestene. Inkluderende lokalsamfunn, trygge arbeidsplasser og skoler er viktig for at vi trives og har det bra (Regjeringens handlingsplan for å forebygge selvmord 2020-2025)

Helsedirektoratet anbefaler kommunene å utarbeide en plan for forebygging, tidlig identifisering og oppfølging av selvskading og selvmordsforsøk. I planen skal det komme tjenestenes eller enheter som har ansvar for dette. (Helsedirektoratet, 2020)

Handlingsplan for forebygging av selvmord må sees i sammenheng med flere av kommunens eksisterende planer. Disse planene er Vegårshei kommune sin kommuneplan, samfunnsdelen, Plan for psykisk helse og rus, Plan for å forbygge omsorgssvikt og atferdsvansker, folkehelseplanen, Handlingsplan mot vold i nære relasjoner, boligsosial handlingsplan samt beredskapsplan mot vold og trusler i skolen.

Planen er utarbeidet med innspill fra seksjonsleder og andre ansatte i kommunen. Planer har vært på høring hos kommunenes ledergruppe, ungdomsrådet, foreldreutvalg for skole og barnehage, hovedtillitsvalgte i Vegårshei kommune, Oppvekstforum, Vegårshei frivilligsentral, råd for personer med funksjonsnedsettelse og eldreråd.

Planen beskriver først fakta og status knyttet til selvmord og selvskading. Deretter beskrives eksisterende tiltak i kommunen fordelt på primær-, sekundær, og tertiærforebyggende tiltak. Til slutt vises hvilke tiltak det er behov for.

Vegårshei kommune har ikke hatt handlingsplan for å forebygge selvmord tidligere. Vi har sett behovet for å få en oversikt over hva som gjøres knyttet til tema, samt hva som kan gjøres bedre. Oppfølging og behandling ligger i helsetjenestene, men andre ansatte i kommunen og kommunens innbyggere kan møte mennesker som har tanker om å ta sitt i eget liv. Å se tegn på selvmordsfare, og å tørre å spørre om selvmord kan bidra til å forebygge selvmord.

Tørre å se – våge å spørre.



2. Status og fakta

I denne planen er det ikke tatt med lokal fakta knyttet til selvmord, da disse tallene er for små for offentlig statistikk. For lokal fakta knyttet til psykisk helse og lignende vises det til Plan for psykisk helse og rus 2024-2028.

2.1 Nasjonale data om selvmord

Fakta om selvmord

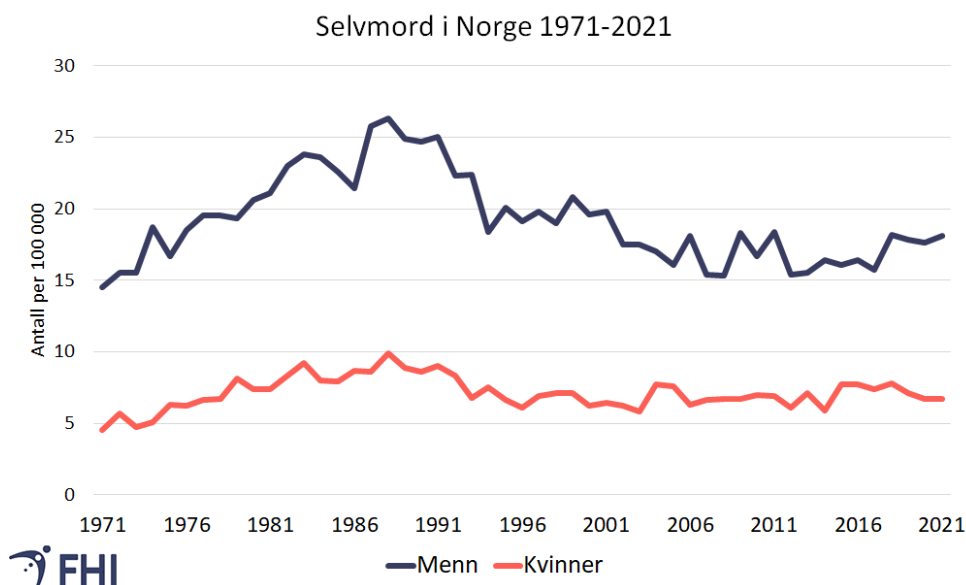
Verdens helseorganisasjon (WHO) definerer selvmord som en aktiv, villet handling som fører til døden. Årsakene til selvmord er komplekse og resultat av ulike faktorer.

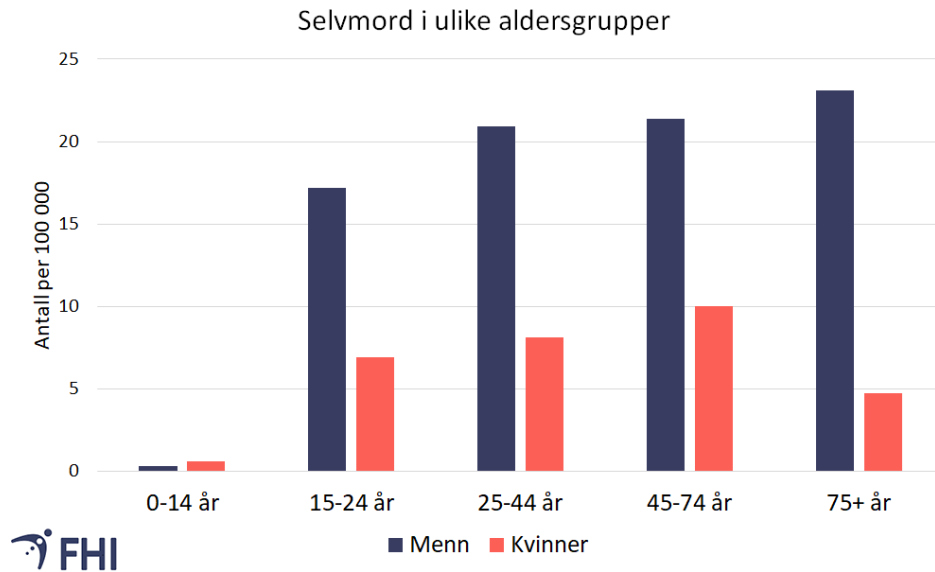
Forekomst

Mellom 1960 og 1980 doblet selvmordsraten seg i Norge, men siden 1988 har det, med noen variasjoner, vært en årlig nedgang i selvmordsraten. Den vanligste metoden for selvmord er henging, etterfulgt av forgiftning, skyting og sprang fra høyt sted.

De viktigste fakta om selvmord i Norge (2022):

- Om lag 650 mennesker tar livet sitt i Norge hvert år. To av tre er menn.
- Selvmord var årsak til 24 dødsfall (14 gutter og 10 jenter) blant unge i aldersgruppen 10-19 år
- 195 personer døde av selvmord i aldersgruppen 20-39 år, 221 selvmord i aldersgruppen 40-59 år, 129 selvmord i aldersgruppen 60-79 år, og 41 selvmord blant aldersgruppen 80 år og oppover.





2.2 Selvmordsforsøk

Selvordsforsøk defineres som selvpåført forgiftning eller selvpåført skade med intensjon om å dø. Det brukes om non-fatale handlinger av villet egenskade og der det kommer frem et ønske om å dø. Forekomst av selvmordsforsøk i Norge finnes ingen systematisk registrering av selvmordsforsøk, men i en landsomfattende norsk undersøkelse av ungdom sier om lag 3-4 prosent av ungdommene at de har forsøkt å ta livet sitt. Anslagene på forekomst viser at flere kvinner enn menn oppgir at de minst én gang i livet har forsøkt å ta livet sitt. Forekomsten er høyest blant unge kvinner i overgangen mellom sen ungdom og tidlig voksen alder. Det er antagelig om lag 4–6000 personer som behandles i helsevesenet for selvmordsforsøk årlig. (Universitetet i Oslo, 2017)

2.3 Selvskading

Selvskading defineres som skade en person har påført seg med vilje, men uten intensjon om å dø. Det kan være kutting, brenning, overdosering, forgiftning og annet. De som selvskader kan bruke en eller mange metoder, og den medisinske farlighetsgraden varierer fra overflatiske småskader til livstruende skade. (Universitetet i Oslo, 2020)

2.4 Risikofaktorer for selvmord

Risikofaktorer kan påvirke individer eller miljøet og kan assosieres med sannsynlighet for negative hendelser i fremtiden. Selvmordsatferd er sammensatt og ofte resultat av et samspill mellom flere faktorer fra psykiske lidelser til sosioøkonomiske faktorer. Risikofaktorer for selvmord kan påvirke alle, men noen grupper av mennesker har høyere tilbøyelighet til å bli påvirket av risikofaktorene enn andre. Risikofaktorer kan variere med alder, kjønn eller etnisk gruppe og kan forekomme i kombinasjon med hverandre og endres over tid. De følgende er utvalgte viktige risikofaktorer for selvmord.



Individuelle risikofaktorer

- Psykiske lidelser (særlig depresjon, schizofreni og andre psykoselidelser, rusmisbrukslidelser og personlighetsforstyrrelser)
- Tidligere selvmordsforsøk eller selvskading
- Somatisk sykdom
- Sosioøkonomiske problemer
- Belastende livshendelser (f.eks. tapsopplevelser, vold, seksuelt misbruk eller andre traumer)
- Familiehistorie med selvmord eller selvmordsatferd

Miljørisikofaktorer

- Tilgang til selvmordsmidler som ved bruk fører til høy dødsrisiko (f.eks. skytevåpen, husholdningsprodukter med høy giftighet, høye bygg og broer, legemidler som virker giftig ved overdosering)
- Eksponering for negative sosiale faktorer som f.eks. mobbing, arbeidsledighet og sosial isolasjon
- Dramatisk og sensasjonspreget rapportering om selvmord i massemedia, hvor det gis detaljert beskrivelse av selvmordsmetoder, tid og sted for konkrete tilfeller av selvmord.

(Universitetet i Oslo, 2022)

2.5 Beskyttelsesfaktorer

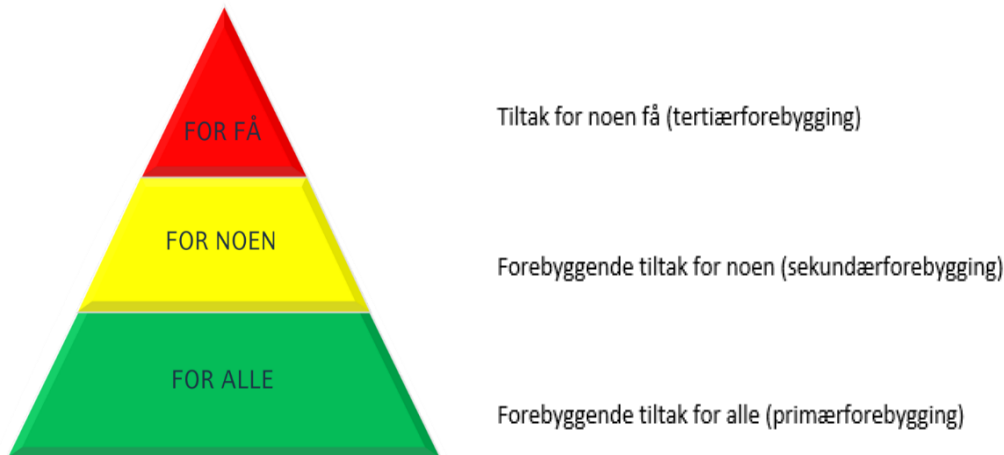
- tidlig identifisering av psykiske lidelser
- god behandling for psykiske lidelser
- sosial tilhørighet, betydningsfulle relasjoner
- god selvfølelse, problemløsningsferdigheter og konfliktløsningsevne
- begrenset tilgang til metoder for selvmord
- evne og vilje til å søke hjelp for sine problemer
- tilgjengelige tjenester med riktig kompetanse

Enkelte beskyttelsesfaktorer kan opptre med ulik styrke gjennom livsløpet. For eksempel kan sosial tilhørighet, betydningsfulle relasjoner og selvfølelse variere gjennom livet. (Helsedirektoratet, 2021)



3. Forebygging

Forebygging er en betegnelse på tenkning og tiltak som spanner vidt fra forsøk på å eliminere eller begrense en uønsket utvikling til tiltak som fremmer livskvalitet og mestring. Forebygging dreier seg altså både om å "vanne roser" (helsefremmende) og "luke ugress" (sykdomsforebyggende). (forebygging.no)



Primærforebygging:

Begrepet brukes om det generelle forebyggende arbeidet. Innsatsen rettes mot alle og skal hindre at problemer eller negativ utvikling oppstår.

Sekundærforebygging:

Innsats som retter seg mot grupper hvor det finnes høy risiko for at vansker kan oppstå eller hvor det er tendenser til vansker.

Tertiærforebygging:

Innsats som forsøker å hindre, snu eller begrense konsekvenser av et etablert problem eller negativ utvikling som har oppstått. Problemet er identifisert.

(Forebyggende innsats for barn og unge, Rundskriv Ø – 16/2018)

Helsefremmede arbeid er tiltak som iverksettes før det har oppstått et problem og i hovedsak utvikles og drives av andre sektorer enn helse. Forebyggende arbeid er tiltak som bygger på identifisering av problemer, minimering av risikofaktorer og fremme beskyttelsesfaktorer.

(Folkehelsedag; Statsforvalteren i Agder, 2024)

Ser vi forebyggingstrekanten inn i disse definisjonene blir primærforebygging helsefremmende tiltak, og sekundær og tertiærforebygging forebyggende tiltak.



4. Opplæring og kompetanse

I [nasjonalfaglige råd fra Helsedirektoratet](#) fremkommer det at kommunen skal sikre at ansatte har nødvendig kompetanse til å identifisere og følge opp personer som trenger hjelp. Kommunen skal ha kompetanse som sikrer avdekking, diagnostisering og behandling av depresjon og selvmordsatferd. Helsepersonell yter helsetjenester, og vil dermed oftest være i kontakt med og være i behov for å kartlegge selvmordsrisiko. Innbyggere og øvrige ansatte vil likevel også kunne være i behov for tilstrekkelig kompetanse i å avdekke og samtale med mennesker i selvmordsrisiko. Noe av opplæringen vil derfor kunne være aktuell for flere, og også være nyttig å ha felles.

Personer som møter mennesker som har selvmordstanker eller selvskadende atferd vil kunne finne gode ressurser i nettsidene:

- [Snakk om selvmord](#)
- [Selvskading SoMe \(selvskading-some.no\)](#)
- [Ingen å miste - Helse \(ingenaamiste.no\)](#)

Utdanningsdirektoratet har en [læringsvideo](#) som kan være nyttig for flere, og spesielt inn i skole. Denne er laget av RVTS som er kompetansesenter for vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging.

[Psykologforeningen](#) har også en kort informasjonsvideo om selvskading som vil kunne være nyttig for å øke kunnskap om selvskadende atferd.

LEVE er en medlems- og interesseorganisasjon for alle som er rammet av selvmord og/eller som er engasjert i selvmordsforebygging. På deres nettsider finnes også informasjon og kunnskap som kan brukes av ansatte i kommuner og befolkningen ellers.

[LEVE | Landsforeningen for etterlatte ved selvmord](#)



5. Hvilke tiltak har vi i kommunen og hos samarbeidene tjenester

For grundigere beskrivelse av hvert enkelt tiltak vises det til Plan for psykisk helse og rus.

Primærforebyggende tiltak

Forebyggende tiltak som retter seg mot alle barn og unge kan også sees på som selvmordsforebyggende. I skole og barnehage er det mange forebyggende tiltak som retter seg mot språk og sosial kompetanse. I denne planen nevnes noen med, men disse tiltakene er beskrevet i «Plan for å forebygge omsorgssvikt og adferdsvansker», og det vises til denne.

Tjeneste	Tiltak
Barn og unge	
Helsestasjon	ICDP-foreldreveiledning, oppstart av barselgrupper
Jordmortjenesten	Kartlegging av alle gravide i forhold til rus, psykisk helse og vold. Bruker EPDS kartleggingsskjema for depresjon.
Skolehelsetjenesten og helsestasjon for ungdom	Samtale med råd og veiledning i forhold til psykisk helse. Helsesamtale med alle elever på 1. og 8. trinn.
Barnehagene	Jobber med SMART (styrke sosial kompetanse), Stine Sofie barnehagepakke, har barnesamtaler og foreldresamtaler. Jobber kontinuerlig med å hjelpe barna å regulere følelser og kjenne dem igjen.
Skolen	LINK (undervisningsopplegg livsmestring), SMART (styrke sosial kompetanse), markering Verdensdagen for psykisk helse. Skolen har også et eget miljøtema.
Oppsøkende team barn og unge	ICDP-foreldreveiledning, tilstede på arenaer barn og unge er for eksempel Villheia og skolen. Med på foreldremøter.
Fritidsaktiviteter	Frivillige lag og organisasjoner gjør en stor innsats i forebyggende arbeid. Kommunen er med i opplegget «Alle med» for å få flere med i fritidsaktiviteter. Utstyrsbank og lave kontingenter i lag og foreninger er med å forebygge utenforskap og dermed selvmordsforebyggende.
Politiet	Har opplegg for ungdomsskolen rundt bildedeling og seksuell trakassering (Delbart), forebygging av deling av voldsvideoer (Dele=delta) og om rus og holdninger.
Voksne og eldre	
Frivillige organisasjoner	Deltagelse i lag og foreninger er med å forebygge ensomhet, og dermed selvmordsforebyggende. Språkkafe er tilbud i kommunal regi.
Gruppetrening med fysioterapeut for eldre	Helsefremmende og forebygger ensomhet
Folkeopplysningskampanjer	Verdensdagen for psykisk helse. Vegårshei kommunen har satt søkelys på selvmord ved deltagelse i Helsedirektoratet sin kampanje «ingen å miste»

Sekundærforebyggende tiltak

I barnehage og skole finnes det også sekundærforebyggende tiltak rett mot språk, for beskrivelse av disse vises det igjen til «Plan for å forebygge omsorgssvikt og adferdsvansker».

Tjeneste	Tiltak
Barn og unge	
Fastlege	Gir innbyggerne en kontinuerlig og langvarig oppfølging av fysisk og psykisk helse. Fastlegene gjennom sin spesialistutdanning ha grunnkurs i håndtering av selvmordsproblematikk.
Helsestasjon	Bruker EPDS kartleggingsskjema ved indikasjon på depresjon. Helsesykepleier kontaktperson for barn som er pårørende.
Skolehelsetjenesten	Oppfølging i form av samtale
Helsestasjon for ungdom	Oppfølging i form av samtale
Skolen	Ansatte på skolen har opplæring i metoden «å ta opp uro» for å ta tak i bekymring for barn og ungdom Skolen har et eget miljøteam.
Oppsøkende team barn og unge	Individuell foreldreveiledning, oppsøkende arbeid på kveld og helg.
Apup (Avdeling for barn og unges psykiske helse)	Tilbud om en times veiledning uten henvisning til foresatte/barn sammen med kommunalt ansatt (for eksempel helsesykepleier, sosiallærer, kontaktlærer) og kommunes ansatte
Familiekoordinator i NAV	Tilbud til familier med vedvarende lav inntekt. Koordinatoren jobber sammen med familien for å bedre helsen og den økonomiske situasjonen, og sikre akseptable boforhold og et stabilt oppvekstmiljø.
Voksne og eldre	
Fastlege	Gir innbyggerne en kontinuerlig og langvarig oppfølging av fysisk og psykisk helse. Fastlegene gjennom sin spesialistutdanning ha grunnkurs i håndtering av selvmordsproblematikk
Psykisk helse og rus	Deltar i samarbeidsforum, og kan invitere til å drøfte saker (med samtykke)
Frisklivssentralen	Tilbyr kurs for eksempel i hverdagsglede
NAV inkludert flyktning tjeneste	Individuelt oppfølgingsarbeid som økonomisk støtte, råd og veiledning, arbeidsutprøving, oppfølging av sykemeldte, karriereveiledning. NAV har egne rutiner ved trusler om selvmord og selvskading.
Husbankens virkemidler	Startlån og bostøtte
Politiet	Henviser videre til helsevesen/fastlege dersom de møter mennesker med ønske om å ta livet sitt/skade seg selv.



Tertiærforebyggende tiltak: (her nevnes både kommunalt og spesialisthelsetjenesten)

Tjeneste	Tiltak
Barn og unge	
Psykososialt kriseteam	Psykososiale tiltak og oppfølging ved uønskede hendelse og kriser.
Fastlege	Gir innbyggerne en kontinuerlig og langvarig oppfølging av fysisk og psykisk helse. Fastlegene gjennom sin spesialistutdanning ha grunnkurs i håndtering av selvmordsproblematikk
Abup (Avdeling for barn og unges psykiske helse, Sørlandet sykehus)	Poliklinisk behandling 0-18 år, innleggelse og akutt hjelp 13-18 år.
Psykisk helse og rus	Oppfølging i form av samtale, veiledning og samarbeid med andre, kan også være sekundærforebyggende. Har egen rutine for vurdering av selvmordsfare.
Skolehelsetjenesten og helsestasjon for ungdom	Oppfølging i form av samtale, kan også være sekundærforebyggende
Skolen	Oppfølging i form av samtale med sosiallærer, kan også være sekundærforebyggende
Barneverntjenesten Øst i Agder	Kompetanse og rutiner?
Støttekontakt	Tilbud til personer som trenger ekstra støtte og oppfølging for aktivitet i fritiden
Ansvarsgruppe, koordinator, barnekoordinator og individuell plan	Koordinering for å sikre det tverrfaglige tjenestetilbudet
Voksne og eldre	
Psykososialt kriseteam	Psykososiale tiltak og oppfølging ved uønskede hendelse og kriser.
Fastlegene	Gir innbyggerne en kontinuerlig og langvarig oppfølging av fysisk og psykisk helse. Fastlegene gjennom sin spesialistutdanning ha grunnkurs i håndtering av selvmordsproblematikk
Akutt ambulant team. Sørlandet sykehus	Kartlegging av selvmordsfare, individuell oppfølging og mulighet for å legge inn i psykiatrisk avdeling.
DPS (Distriktpsykiatrisk senter), Sørlandet sykehus	Behandling individuelt og i gruppe. Poliklinisk og innleggelse.
Psykiatrisk akuttavdeling, Sørlandet sykehus	Innleggelse.
Psykisk helse og rus	Oppfølging i form av samtale, veiledning og samarbeid med andre, kan også være sekundærforebyggende. Har egen rutine for vurdering av selvmordsfare.
Pleie og omsorg	Oppfølging på sykehjem og i hjemmet.
Støttekontakt	Tilbud til personer som trenger ekstra støtte og oppfølging for aktivitet i fritiden
Ansvarsgruppe, koordinator og individuellplan	Koordinering for å sikre det tverrfaglige tjenestetilbudet
Østre Agder krisesenter	Tilbud til kvinner, menn og barn som er utsatt for vold eller trusler om vold



6. Samhandlingsfora

Gruppe	Kort beskrivelse
SLT	Samordningsmodell for lokale forebyggende tiltak mot rus og kriminalitet. Her deltar SLT-koordinator, rektor, barneverntjenesten, politikontakt, skolehelsetjenesten, Oppsøkende team og fagansvarlig Psykisk helse og rus
BTI	Arbeidsgruppe for Bedre tverrfaglig innsats. Gruppen består av skolehelsetjenesten, saksbehandler Tjenestekontoret, spesialpedagogisk koordinator skolen, seksjonsleder barnehage, Oppsøkende team og fagansvarlig Psykisk helse og rus
Ressursteam for skolen	Tverrfaglig drøftingsmøter. Består av PPT, barneverntjenesten, skolehelsetjenesten, rådgiver, sosiallærer, rektor, spesialpedagogisk koordinator, andre ved behov
Ressursteam for barnehagene	Tverrfaglige drøftingsmøter. Består av PPT, barneverntjenesten, helsesykepleier, fysioterapeut, spesialpedagog, styrere, andre ved behov
Koordinerende team	Skal sikre at nødvendig helsetjenester gis og at krav til samhandling ivaretas. Gruppen består av saksbehandler tjenestekontoret, sektorleder Helse og mestring, fysioterapeut og ergoterapeut
Politiråd	Samhandling mellom politi og kommune. Gruppe består av ordfører, lensmann, politikontakt for Vegårshei og SLT-koordinator
Oppvekstforum	Samarbeidsforum bestående av rektor, styrer kommunal barnehage, SFO-leder, seksjonsleder Oppvekst, hovedtillitsvalgt Fagforbundet og hovedtillitsvalgt Utdanningsforbundet.
Boligsosialt team	Pådriver for det boligsosiale arbeidet. Gruppen består av Sektorleder Samfunn og infrastruktur, NAV, seksjonsleder Helse og mestring, saksbehandler husbankens virkemidler og fagansvarlig Psykisk helse og rus

7. Tiltak under planlegging/oppstart

Tiltak	Kort beskrivelse	Ansvar
Forebyggende program i skolen	Frem til 2021 har det forebyggende programmet «kjærighet og grenser» vært brukt i skolen, dette er under revurdering, og Vegårshei med som pilotkommune for nytt opplegg.	Seksjonsledere Helse og mestring og Oppvekst
Kommunepsykolog	Budsjett fra 2023	Seksjonsleder for Helse og mestring
Etablering av psykisk	Forprosjekt fra 01.12.2024	Seksjonsleder friskhet og mestring



helsetjeneste til barn og unge		
Miljøterapeut i skolen/skolelos	Stilling lyst ut februar 2025	Sektorleder Oppvekst
Aktivitetstilbud Psykisk helse og rus	Planlagt en dag pr uke fra februar 2025	Seksjonsleder friskhet og mestring
Mini-Risk	Mini-Risk er et lavterskel mestringskurs for engstelige barn og ungdom, og som tilbys elever på mellomtrinnet og på ungdomsskoler.	Sektorleder Oppvekst

8. Behov fremover

Tiltak	Kort beskrivelse	Ansvar
Rutine Pleie og omsorg	Behov for utarbeidelse av rutine for kartlegging og oppfølging suicidalitet. Rutine vil også kunne brukes av Tjenestekontoret.	Seksjonsleder Pleie og omsorg
Rutiner skolen	Behov for utarbeidelse av rutine ved suicidalfare.	Seksjonsleder skole
Rutine Klokkekartun	Behov for utarbeidelse av konkret skriftlig rutine ved suicidalfare. Lett tilgjengelig for ansatte	Seksjonsleder Friskhet og mestring
Rutine helsestasjon og skolehelsetjenesten	Behov for utarbeidelse av rutine ved suicidalfare	Seksjonsleder Friskhet og mestring
Kompetanseheving	Behov for kompetanseheving knyttet til suicidalitet i seksjon for Pleie og omsorg	Seksjonsleder Pleie og omsorg
Klassemiljø og mobbing	Kontinuerlig søkelys på gode klassemiljø og mobbing	Seksjonsleder skole
Skole-hjem samarbeid	I samarbeid med FAU sette søkelys på skole-hjem samarbeid	Seksjonsleder skole
Digital oversikt over fritidsaktiviteter for voksne	Sikre samlet informasjon	Ikke avklart, men mulig folkehelsekoordinator eller mulig en oppgave for Frivilligsentralen
Selvmordsforebyggende dag	Vurdere om denne skal markeres årlig for eksempel med opplæring til ansatte eller folkehelseopplysning	Seksjonsledere
Digital oversikt over fritidsaktiviteter for barn og unge (finnes nå i Word)	Sikre bedre tilgjengelighet	Sektorleder Oppvekst Frivillighet
Gjøre selvmordsforebyggende plan kjent i tjenestene	Gjennomgang av plan i personalmøte	Seksjonsledere Helse og mestring Seksjonsledere i Oppvekst
Fokus på læringsmiljø	Alternative og praktiske læringsmedoder	Seksjonsleder skole



9. Kartlegging og håndtering

Faktakunnskap om selvsykdom og selvmord oppdateres jevnlig, og det vises derfor til [Selvsykdom og selvmord – veiledende materiell for kommunene om forebygging - Helsedirektoratet](#) sider for dette. For trinnvis veiledning ved selvsykdom og selvmordsatferd [som er kartlagt](#) og [som ikke tidligere er kartlagt](#) vises det til Helsedirektoratets veiledende materiell for kommunene.

Etterlatte etter selvmord får den første tiden tilbud om oppfølging fra kommunens psykososiale kriseteam, hvis det er behov for videre oppfølging gjøres det i tjenestene. Det kan også være behov for videre henvisning til spesialt helsetjenesten.

10. Rullering av planene

Planen rulleres høst 2028

Administrativ evaluering vår 2026



Kilder:

Forebyggende innsats for barn og unge, Rundskriv Ø – 16/2018

[Kommunen bør utarbeide en plan/delplan for forebygging, tidlig identifisering og oppfølging av selvskading og selvmordsforsøk - Helsedirektoratet](#)

[regjeringens-handlingsplan-for-forebygging-av-selv-mord-2020-2025.pdf](#)

[fakta-om-selv-mord-2022-1-med-dato.pdf \(uio.no\)](#)

[Om selvmordsforsøk - Helsedirektoratet](#)

[nssf fakta-om-selv-mordsforsok_web.pdf \(uio.no\)](#)

[nssf hva-er-selvskading.pdf \(uio.no\)](#)

[Selv-mord og selvmordsforsøk - Folkehelserapporten - FHI](#)

[Selvskading og selvmord – veiledende materiell for kommunene om forebygging - Helsedirektoratet](#)