



Selvordsfare og forebygging av selvmord

Vi vet gjennom undersøkelser, som Studentenes Helse- og Trivselsundersøkelse, at mange studenter oppgir at de er ensomme og en god del har psykiske symptomplager. I den nye hverdagen, med begrenset kontakt og mye usikkerhet, er det ekstra viktig å jobbe forebyggende på ulike måter.

Selvordsforebygging har vært et etterspurt tema fra mange læresteder, som har erfaringer med studenter som har tatt livet sitt. Vi har jobbet med dette tema siden i høst, og det har resultert i to nye knapper: *forebygging av selvmord* (sort) og *selvordsfare* (rød). Både studenter, ansatte, studentsamskipnader og studentprester har vært involvert i arbeidet og vi har fått god bistand fra NSSF ved UiO, både til diskusjoner underveis og kvalitetssikring.



Fadderspill – opplæring av alle før studiestart!

Nå får alle faddere tilbud om å spille seg til kunnskap om hvordan man blir en god fadder. Vi testet ut spillet i 2019, og vet at dette vil studentene ha! Det var tydelig da pilotene på 6 studiesteder ble evaluert:

«Vi lærte nyttige ting på en morsom måte!

Vi vil ha mer 😊.

Alle studenter burde få tilbud om dette»

Fadderspillet trener studentfaddere i å legge til rette for en trygg og inkluderende studiestart for alle, og gir trening i hvordan de skal forebygge og håndtere vanskelige situasjoner. **Spillet oppdateres med aktuelle restriksjoner og smittevernråd knyttet til koronasituasjonen.** Les mer om fadderspillet og sørg for at fadderstyrene ved ditt universitet/høgskole melder seg på! Ønsker dere å teste spillet, eller har dere spørsmål? Kontakt oss på post@sikresiden.no.



Personvernspill

Vi jobber med et personvernspill, som blir ferdig til høsten. Det gir trening for ansatte og studenter i grunnleggende problemstillinger knyttet til personvern. I tillegg inneholder spillet egne moduler for forskere, og for studenter som skal skrive oppgaver. Send mail til post@sikresiden.no hvis din virksomhet eller deler av den, som et instutt, et fakultet, en forskergruppe eller en utdanning, vil være blant de første som tester ut spillet.



Webinar for sikresiden-kontakter 11.juni

Vi lager et webinar 11.juni, i stedet for samlingen i mai, som ble avlyst p.g.a koronasituasjonen. Hold av dagen fram til kl.12.00. Mer informasjon kommer i løpet av mai.

Temaer vil være:

- Ny knapp om selvordsforebygging
- Forberedelse til studiestart 2020 og bruk av fadderspillet
- Personvernspill og forberedelse til sikkerhetsmåned 2020.



Koronasituasjonen, ny hverdag og delvis gjenåpning av campus

Fra mai er det delvis gjenåpning av mange campus. I den forbindelse er det en del som lager smittevernkurs. Junglemap sitt smittevernkurs kan brukes som utgangspunkt for tilpassing til egen virksomhet. Hvis dere har spørsmål til dette, kontakt oss på post@sikresiden.no. Mange arbeider med retningslinjer og opplegg for delvis gjenåpning av campus. Her er et par eksempler fra UiB og OsloMet.



Sosiale medier

I løpet av en ukes tid lager vi en undermeny under Ny hverdag, som heter «Dele» på sosiale medier. Vi legger ut historier som hvem som helst kan bruke og dele i de kanalene dere vil på sosiale medier.