# Barn och ungas välmående

## - vår prioritet

- Att uppdrag på Barnhälsor- och Ungdomsmottagningar förstärks
- Att barn ges kunskaper om hållbar hälsa
- Att vi inrättar elevambassadörer
- Att digitala stöd för främjande av fysiskt och psykiskt välmående förstärks
- Att vi inrättar volontärsamarbeten med fokus på samtal
- Att rätt person hamnar i rätt vårdkö
- Att väntetiden mellan utredning, diagnos och behandling inom BUP förkortas

Liberalerna vill förstärka det förebyggande arbetet som ger barn och unga hjälp och kunskap så att psykisk ohälsa inte börjar bita sig fast. Ju mer utbredd kunskapen är om hur psykisk ohälsa förebyggs desto snabbare skulle många hitta tillbaka till en mer hållbar och fungerande tillvaro.

Barn och unga behöver snabbt få stöd och verktyg så de kan tackla sina utmaningar och återta kontrollen över sitt mående. De behöver redskap för att hitta den egna förmågan (empowerment) och de behöver lära sig hur de får kontroll på knepiga känslor och situationer i livet (aktiva copingstrategier). Helt enkelt hjälp för att återta kontrollen i tillvaron och livet. Egenmakt ger framtidstro.

## Förstärkt uppdrag på Barnhälsor och Ungdomsmottagningar

Barn och unga behöver tidiga insatser och verktyg för att möta livets stress och svackor. Därför vill vi utöka uppdraget till Barnhälsor och Ungdomsmottagningar. Med rätt stöd och verktyg ökar den egna förmågan att vända en negativ trend. Liberalerna vill att alla barn och unga får rätt förutsättningar för att må bra och att kunna återta kontrollen i tillvaron och livet när det kommer en svacka. Egenmakt ger framtidstro.

## Barn behöver kunskap om hållbar hälsa

Alla barn behöver kunskap om vad man behöver för att må bra och verktyg för att skapa positiva förändringar. Enkäten Om Mig visar att många östgötska ungdomar upplever negativ stress och mår dåligt. Den trenden måste vändas och det kräver en bredd av insatser, både på lång och kort sikt.

## Elevambassadörer för hållbar hälsa

För att stödja ett hälsofrämjande arbete riktat mot ungdomar vill vi införa Elevambassadörer, som ges utbildning om hållbar hälsa och hur de kan bidra till en skolmiljö som främjar elevers fysiska och psykiska välmående.

## Digitala stöd för hållbar hälsa

Vi vill förstärka digitala stöd och digitala plattformar riktade till barn och unga, med syfte att främja fysiskt och psykiskt välmående. Digitala stöd har visat sig vara ett effektivt verktyg som vi vill utveckla inom området hållbar hälsa specifikt anpassat till barn och unga som ett komplement till andra kanaler och stödformer.

## Volontärer för ett snack

Många ungdomar saknar någon vuxen att bolla sina tankar med. Liberalerna vill sätta in ett flertal förebyggande insatser, bland annat volontärsamarbeten och förbättrad information om hållbar hälsa, både fysisk och psykisk.

## En väg in – rätt stöd för rätt behov

Det är viktigt att snabbt hamna på rätt vårdnivå och den som inte är i behov av specialistpsykiatri ska snabbt få rätt hjälp utan att belasta den kön.

## Förkortade väntetider till BUP

Väntetiderna måste förkortas mellan utredning diagnos och behandling inom Barn- och Ungdomspsykiatrin (BUP).