

Snorkel

Östhammars kommun



Välkommen

till

Snorkel



Lotte Borgström och Ingrid Nylund Olsson

5 februari 2010



Syfte

- Sprida kunskap om verksamma metoder
- Bli bättre på att upptäcka och arbeta med ungdomar med oro, ångest och nedstämdhet
- Förebygga ohälsa
- Samverkan



Samarbete

- Uppsala län
- Alla kommuner, Östhammar sedan 2007
- BUP, skolhälsovård och socialtjänst



Snorkels olika delar

- Styrgrupp
- Teamgrupp
- Handledning
- Utbildning
- Telefonrådgivning
- **Hemsida**
- **Material**
- **Det praktiska arbetet med ungdomar**



Material

- Frågeformulär , kartlägga och lyssna
- Checklista, fortsatt kartläggning inom aktuellt område, strategier, metoder, problemlösning, förslag till aktiviteter och rutiner samt uppföljning
- Handbok, kunskapsbank, problemlösningssmodellen, matdagbok, aktivitetschema, övningar m.m.



Snorkel i skolan

- Kartlägga
- Lyssna
- Validera
- Strategier
- Informera / Utbilda
- Verksamhetsmetoder
- Uppföljning
- Remisser

Emma 16 år





Hemsida

- Information
- Frågor och svar
- Problemlösning
- Spel
- Mindfullness och avslappning

Andningsankaret



En övning i Mindfulness

Snorkel i Östhammar



Samverkan Närhet Arbetsglädje Framtidstro

