

## Fundur með heilbrigðisráðuneytinu 16.02.2024

Yfirlit og ítrekun á þeim tillögum sem fyrri barna- og ungmennaráð heimsmarkmiða Sameinuðu þjóðanna hafa sett fram

### Ungmennráð 2018 – 2019



#### Andleg líðan ungmenna

Ungmenni á örorku/Fötluð ungmenni finna fyrir miklum fötlunarfordómum frá öðrum ungmennum.

- Auka þarf stuðning við öryrkja.
- Það þarf að efla sjálftraust ungmenna og byrja í leikskóla.
- Vera með fræðslu um andlega heilsu og koma því inn í námsskrá.

#### Brotthvarf úr skóla er of hátt

- Skortur er á fyrirmyndum og hvatningu í námi.
- Bregðast þarf fyrir við skorti á sjálfstrausti og vanlíðan.
- Koma þarf fræðslu um andlega líðan inn í námsskrá.

### Ungmennráð 2019 – 2020

Almennt – til allra ráðherra

#### Fjölbreytt fræðsla

- Auka þarf alla kynfræðslu. Það er ekki nóg að fá einn tíma um þessi mál og ungmennum vantar að fá að fræðast og ræða þau. Líka um kynsegin málefni.
- Kalla þarf eftir upplýsingum frá ungu fólki um hvaða fræðslu þau vilja sjálf fá.
- Fræða þarf um geðheilbrigði og kynna þarf hvert maður getur leitað til að fá aðstoð
- Fötlunarfræðsla er nauðsynleg til þess að auka þátttöku barna og ungmenna með fatlanir. Sömuleiðis til þess að vinna á móti fordómum og mismunun
- Ungt fólk ætti að hafa aðgengi að fjölbreyttri fræðslu um viðkvæma hópa til þess að geta unnið gegn fordómum og mismunun. Jafnrétti fyrir alla.
- Ungt fólk sem býr utan höfuðborgarsvæðisins eiga að fá aðgang að allri fræðslu sem er í boði. Það er ekki nóg að hafa bara fræðslu í borginni og ekki úti á landi.

Áherslupunktur frá ungmennaráðinu til heilbrigðisráðherra

Vandamál:

- Geðheilbrigði barna og ungs fólks hefur farið hrakandi síðastliðin ár og er mikilvægt að spyrna við því.
- Rannsóknir sýna að hlutfall þunglyndra unglinga fari hækkandi. Unglingum með kvíða fara



Stjórnarráð Íslands  
Forsætisráðuneytið



UMBOÐSMAÐUR  
BARNA

## Fundur með heilbrigðisráðuneytinu 16.02.2024

fjölgandi. Lægra hlutfall ungmenna metur andlega heilsu sína góða. Fleiri ungmenni segjast vera einmanna. Ungmenni sofa mun minna en ráðlagt er. Atvinnuleysi getur haft slæm áhrif á líðan ungs fólks.

Hvernig náum við lausninni:

- Fjölga verður sérfræðingum innan menntastofnanna til að hlúa að og meta stöðu ungmenna.
- Mikilvægt er að ítarlegt mat verði lagt á andlega heilsu ungmenna í kjölfar Covid-19 faraldursins.
- Mikilvægt er að efla sálfræðipjónustu í grunn- og framhaldsskólum um land allt.
- Ungmennaráðið hefur grun um að staðan af Covid-19 faraldrinum loknum sé slæm og að mikilvægt sé að leggja mat á andlega líðan nemenda um land allt.
- Sálfræðing í alla almenningskóla (grunnskóla og menntaskóla) á landsvísu, ekki bara á höfuðborgarsvæðinu-sérstaklega útaf Covid-19 og frekari erfiðum tímum þá sést hversu mikilvæg sálfræðiaðstoð í skólum er.
- Almenna geðheilsufræðslu, tala um ýmsa algenga geðheilsukvilla og hvernig á að dýla við þá sýna að þetta er ekki tabú eða óeðlilegt.
- Ungt fólk þarf að fá fræðslu og leiðbeiningu í að takast á við lífið (hægt að nota lífsleikni)
- Sálfræðingar eiga að hafa allavega einhverja getu hvernig á að koma að námsmanni með geðheilsuvandamál svo það sé hægt að hafa það í huga við kennslu og í námi hjá þeim einstaklingi.
- Umburðarlyndi gagnvart geðheilsuvandamálum, nemendur geta ekki endilega fylgt námsplani á meðan þeim líður illa.
- Skólastarf virkar best þegar það er gert í samstarfi við nemendur.

Andleg heilsa á tímum Covid-19 Mörg ungmenni fundu fyrir mikilli vanlíðan í samkomubanninu þar sem það er nauðsynlegt fyrir ungt fólk að hafa rúttínu. Námi í grunn- og menntaskólum var gjörbreytt næstum yfir nótt og olli það miklu stressi. Aldrei yfir þetta tímabil var athugað hvernig nemendum leið eða hvernig samkomubann og breytingar í samfélaginu hafði áhrif á líðan þeirra. Áhrifin eftir veiruna Hefur ungt fólk haft það andlega gott í ástandinu, svarið er hreinlega það að vitum það ekki þar sem að þau hafa ekki verið spurð út í þeirra heilsu og gæti það farið á tvenna vegu, þess vegna er virkilega mikilvægt að einbeita sér að því að vera komin með þjónustu fyrir hvert einasta barn á Íslandi, já líka á landsbyggðinni til þess að tryggja öryggi þess þegar skólinn byrjar aftur.



# Fundur með heilbrigðisráðuneytinu 16.02.2024

## Ungmennaráð 2021-2022

### Heilbrigðismál

#### Andleg Heilsa

Aðaláhersla: Minnka fordóma og auka aðgengi að sálfræðipjónustu til að tryggja að andlegri heilsu ungs fólks sé sinnt vel og örugglega.

1. Stöðva fordóma í kringum andlega heilsu. Fordómar sem haldið er uppi í kringum andlega heilsu valda því að það er erfitt fyrir fólk sem er með andlega sjúkdóma að fá aðstoð þar sem það er hrætt við fordóma. Ríkisstjórnin gæti sýnt öðrum gott fordæmi í þessari erfiðu stöðu með því að áberandi stjórnarmenn styðji opinberlega málefni tengd andlegri heilsu og vekji athygli á málefninu í samfélaginu.
2. Innleiða fræðslu um andlega heilsu í bæði grunn- og framhaldsskólum. Fræðsla um andlega heilsu er mikilvægur þáttur í því að berjast gegn fordómum á þessu sviði. Best væri að koma þessu að sem aðalviðfangsefni í lífsleikni, sem og að flétta þetta inn í önnur fög.
3. Hafa sálfræðipjónustu aðgengilega fyrir alla, sama hvernig fjárhagsleg staða fólks er. Það er nauðsynlegt að hafa aðgang að faglegri aðstoð á öllum sviðum lífsins, og þar er andleg heilsa engin undantekning. Mörg ungmenni upplifa miklar breytingar á stuttum tíma og er því aðstoð við utanumhald heilsu og tilfinninga mikilvægur þáttur. Þar er meðal annars hægt að nefna hvernig hægt er að takast á við tilfinningar og álag sem kann að valda vanlíðan. Að hafa sálfræðipjónustu aðgengilega í skólum myndi til dæmis hjálpa við þessar aðstæður og stuðla að heilbrigðu umhverfi fyrir alla. Heilbrigðismál og réttindi fólks
4. Styttu tímann sem það tekur fyrir innflytjendur til að komast inn í heilbrigðiskerfið. Í dag er biðtíminn 6 mánuðir og getur verið enn lengri. Á þessum tíma er fólk að vinna og borga skatta til landsins en getur aðeins nálgast lækna og heilbrigðisþjónustu með því að borga stórar upphæðir. Þetta er ekki sanngjörn framkoma við þetta fólk.
5. Auka fjármögnun í heilbrigðiskerfið. Heilbrigðiskerfið virðist ekki vera nógu vel fjármagnað þar sem starfsfólk vantar og sjúklingar þurfa enn, í mörgum tilvikum, að borga hátt verð fyrir aðgerðir, jafnvel með bótum sem ríkið veitir. Aukið fjármagn mun fara langt með að leysa þessi vandamál, ef rétt er farið að.
6. Auka fræðslu til öryrkja um réttindi sín í heilbrigðiskerfinu. Öryrkjar þurfa sérstaklega á því að halda að vita hvernig kerfið virkar, hvaða valkosti og hvaða réttindi þau hafa. Með fólki sem hefur meiri þekkingu á heilbrigðiskerfinu væri minni misskilningur, betri samskipti milli sjúklinga og lækna og orðspor og álit heilbrigðiskerfisins myndi aukast. Til dæmis mætti hanna einfalda vefsíðu með svona upplýsingum og auglýsa vel.
7. Tryggja jöfnuð á heilbrigðisþjónustu milli landshluta. Auka þarf gæði heilbrigðisþjónustu á landsbyggðinni þar sem fólk sem býr þar er stór og mikilvægur hluti samfélagsins. Fólk þar ætti að hafa fleiri hjúkrunarfræðinga og lækna nær sér svo það þurfi síður að fara til



## Fundur með heilbrigðisráðuneytinu 16.02.2024

Reykjavíkur í hvert skipti sem þörf er á lækniaðstoð. Betri aðstoð á landsbyggðinni gæti haft þær afleiðingar að fólki líði enn betur þar.

8. Auka fjármagn til bótaþega Samkvæmt því sem við getum best séð eru öryrkjabætur í mesta lagi 240.680 krónur á mánuði. Samkvæmt okkar útreikningum má reikna með að lágmarkskostnaður til að lifa af mánuðinn sé um 338.790 krónur\* á mánuði og engin leið til að vinna sér inn meiri pening þar sem sama upphæð er þá tekinn af bótunum.

\*Lauslegir útreikningar okkar gera ráð fyrir þessum lágmarkskostnaði: - Leiguíbúð: 235.000 krónur - Ódýrt fæði og uppihald: 60.000 krónur - Lyf (með niðurgreiðslu): 30.000 krónur - Netsamband: 9.440 krónur. - Sjúkraþjálfun: 4.350

### Ungmennaráð 2022-2024

#### Tillaga undir skóla- og menntamálum

Sálfræðiþjónusta innan veggja skólans

Of mörg börn eru á biðlistum eftir sálfræði þjónustu. Við myndum vilja hafa sálfræðing starfandi í skólum minnst einu sinni í viku. Mikilvægast er að hann sé mentaður og aðgengilegur.

#### Tillaga undir jafnréttis- og mannréttindamál

Rauði pokinn – tíðarvörur aðgengilegar á sem flesta staði

Okkur langar, í samstarfi við ykkur, að veita stofnunum styrk til þess að koma verkefni að stað. Rauði pokinn er box, kassi eða karfa sem er full að túrbindum og túrtöppum, eitthvað sem ætti að vera til staðar í skólum, tómstundarstarfi íþróttamannvirkjum, söfnum og verslunarkjörnum. Túrvörur eru nauðsynjarvörur sem þurfa að vera til staðar, þá sérstaklega ef einhver byrjar óvænt á túr eða hefur ekki tök á því að kaupa vörurnar.

### Ungmennaráð 2024-2026

Afhendir heilbrigðisráðherra þessar tillögur sem hafa komið síðustu ár frá börnum og ungmennum sem brenna fyrir þáttöku barna og aðgerðum stjórnvalda í takt við sjálfbæra þróun og heimsmarkmið Sameinuðu þjóðanna. Við, barna- og ungmennaráð heimsmarkmiða Sameinuðu þjóðanna munum hitta ríkisstjórn vorið 2025 og afhenda okkar tillögur.

#### Heimildir:

Fyrri skýrslur þeirra fjögurra ungmennaráða heimsmarkmiða Sameinuðu þjóðanna sem hafa lokið sínu tímabilu og öll afhent ríkisstjórn Íslands tillögur.



Stjórnarráð Íslands  
Forsætisráðuneytið



UMBOÐSMAÐUR  
BARNA