

Vart du som personal kan vända dig i olika frågor kopplade till Sexit frågeformulär

Detta är ett komplement till Sexit-handboken med kompletteringar med det som finns att erbjuda i länet och nationellt. Uppdaterat 2023-06-20

Fråga 2-3 Könsidentitet och sexuell orientering

Könsidentitet: en persons självupplevda kön, det vill säga det kön en känner sig som (exempelvis kvinna, man, genderqueer eller ickebinär).

Hbtqi: ett samlingsnamn för homosexuella, bisexuella, transpersoner, queera och intersexpersoner. H:et och b:et handlar om sexuell läggning, alltså vem en blir kär i eller attraherad av. T:et handlar om hur en definierar och uttrycker sitt kön. Queer kan röra sexuell läggning, könsidentitet, relationer och/eller sexuell praktik men kan också vara ett uttryck för ett kritiskt förhållningssätt till rådande normer. I:et handlar om att kroppen bryter mot normer kring kön.

Åtgärder Sexit	Kontakter och stöd i länet	Nationell information och stöd
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Bedöm behov av uppföljning och återbesök. ➤ Erbjud återbesök till kurator, psykolog, psykiater vid behov. ➤ Informera om sexologmottagning/könsidentitets- och könsutredningsteam vid behov. ➤ Rekommendera hepatit B vaccination till män som har sex med män (MSM), ej kostnadsfritt i Region JH. 	<p><u>Ungdomsmottagningen Jämtland Härjedalen</u> Tel: 063-14 24 55 Ungdomsmottagningen Jämtland Härjedalen har sin mottagning i Östersund. Filialer finns i Sveg och Strömsund vissa dagar i veckan. Ungdomsmottagningen riktar sig till alla i åldern 13-22 år, oavsett bostadsort och könsidentitet. Alla besök är gratis. Mottagningen har tystnadsplikt. Verksamheten är hbtqi-certifierad.</p> <p><u>Barn- och ungdomspsykiatri (BUP)</u> Tel: 063-15 40 10 BUP möter barn- och ungdomar upp till 18 år med psykisk ohälsa, som är i behov av stöd, behandling och utredning.</p> <p><u>Könsidentitetsmottagningen (KIM)</u> Tel: 063-15 32 50 KIM tillhör psykiatriska akutmottagningen och hjälper personer som söker vård eller information om könsdysfori, transsexualism och könsidentitet. Gäller det barn och unga under 18 år kontaktas BUP.</p> <p><u>RFSL Jämtland Härjedalen</u> En av RFSL:s lokalföreningar i Sverige. RFSL står för Riksförbundet för homosexuella, bisexuella, transpersoners, queeras och intersexpersoners rättigheter och arbetar för att samma rättigheter, möjligheter och skyldigheter ska gälla för hbtqi-personer som för alla andra i samhället.</p> <p><u>Transammans</u> norr@transammans.se Förbundet för transpersoner och närstående. En ideell förening som arbetar för transpersoners rättigheter och skapar förändring genom att stödja, påverka och bilda.</p>	<p><u>UMO</u> UMO är en webbplats för alla som är mellan 13 och 25 år. På UMO finns information och fakta om sex, hälsa och relationer.</p> <p><u>Youmo.se</u> En webbsida med information om kroppen, sex och hälsa på olika språk för personer 13-20 år.</p> <p><u>Transformer.se</u> Information om trans och könsidentitet; begrepp, rättigheter, relationer samt hur den könsbekräftande vården fungerar.</p> <p><u>Gender Unicorn</u> En modell som kan användas för att prata om olika aspekter av könsidentitet m.m.</p> <p><u>RFSL</u> Riksförbundet för homosexuella, bisexuella, transpersoners, queeras och intersexpersoners rättigheter, är en ideell organisation som arbetar för att samma rättigheter, möjligheter och skyldigheter ska gälla för hbtqi-personer som för alla andra i samhället. RFSL arbetar lokalt, nationellt och internationellt.</p> <p><u>Newcomers youth</u> RFSL:s ungdomsprojekt riktat till unga hbtqi-personer som ska eller har ansökt om asyl mellan 15 och 30 år.</p> <p><u>RFSU-chatten</u> I chatten kan en ställa frågor som handlar om kroppen, sex och relationer.</p> <p><u>Srhr.se</u> Sexuell och reproduktiv hälsa och rättigheter i skolan. Här finns inspiration, fakta och verktyg för dig som arbetar i skolan.</p> <p><u>Indrajour.se</u> Till oss är du som definierar dig som ung tjej, queer och/eller transperson, 10-25 år, välkommen med alla dina frågor och funderingar. Du kan vara helt anonym och vi har tystnadslöfte.</p>

Vart du som personal kan vända dig i olika frågor kopplade till Sexit frågeformulär

Detta är ett komplement till Sexit-handboken med kompletteringar med det som finns att erbjuda i länet och nationellt. Uppdaterat 2023-06-20

Fråga 5-6 Alkohol och droger

Åtgärder Sexit	Kontakter och stöd i länet	Nationell information och stöd
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Bedöm behov av uppföljning och återbesök. ➤ Riskbedömning med <u>AUDIT</u>. ➤ Samverkan med andra: alkohol och drogenhet för unga/vuxna, socialtjänst, vårdnadshavare/närstående m.fl. ➤ Konsultera ev. socialtjänsten gällande orosanmälan och information till vårdnadshavare. ➤ Riskbedömning med <u>DUDIT</u>. ➤ Rekommendera hepatit B vaccination till personer i injektionsmissbruk (kostnadsfritt för personer inom sprututbytesprogrammet) ➤ Vid injektionsmissbruk, informera om sprututbytesverksamhet. 	<p>Socialtjänsten/IFO, se respektive kommuns kontaktuppgifter längst ner i dokumentet. Länk:#kontaktuppgifter</p> <p>Fjärilen är en gruppverksamhet för dig som lever eller har levt i en familj där psykisk ohälsa hör till vardagen, eller där någon är beroende av alkohol och/eller andra droger. Kontakta Socialtjänsten i respektive kommun.</p> <p>Beroendeenheten vänder sig till personer över 18 år som har ett beroende eller missbruk av droger och känner behov av stöd för att uppnå drogfrihet. Tel: 063-15 42 60, mån-fre kl. 14-16 samt röstbrevlåda.</p>	<p><u>Alkohol och narkotika</u> Tidskrift utgiven av Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning (CAN).</p> <p><u>Drugsmart</u> Fakta och information om alkohol, andra droger och spel.</p> <p><u>UMO</u> Information till unga om tobak, alkohol och droger.</p> <p><u>Youmo.se</u> En webbsida med hälsoinformation på olika språk för personer 13-20 år.</p> <p><u>Tonårsparlören</u> <u>Tänk om</u> Information om alkohol riktat till vårdnadshavare.</p>

Vart du som personal kan vända dig i olika frågor kopplade till Sexit frågeformulär

Detta är ett komplement till Sexit-handboken med kompletteringar med det som finns att erbjuda i länet och nationellt. Uppdaterat 2023-06-20

Fråga 7-10 Erfarenhet av våld, kontroll och begränsning

Socialtjänsten i hemkommunen har en skyldighet att erbjuda stöd till barn och vuxna våldsutsatta samt den som utsätter någon för våld i nära relationer. Socialtjänsten har en skyldighet att erbjuda stöd till alla brottsoffer oavsett relation. Centrum mot våld (CMV) erbjuder och ger insatser för de som utsätter någon för våld i nära relation. Läs mer om olika former av våld.

Åtgärder Sexit	Kontakter och stöd i länet	Nationell information och stöd
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Berätta att dessa handlingar kan vara brottsliga. Bekräfta samtidigt det positiva i att besökaren berättat om sina erfarenheter, vilket tyder på en förändringsvilja ➤ Berätta att våld är ett brott. ➤ Erbjud återbesök/uppföljning. ➤ Informera om vilket stöd som finns att få i närområdet eller på nätet. ➤ Om under 18 år och pågående våld: informera igen om anmälningsplikten och gör en orosanmälan till socialtjänsten. Orosanmälan kan även beaktas vid tidigare utsatthet. Vid behov kan du informera andra inom verksamheten att anmälan är gjord. ➤ Konsultera ev. socialtjänsten gällande anmälan och information till föräldrar. ➤ Vid misstanke om brott, gör en polisanmälan. Om under 18 år, informera inte vårdnadshavare eller annan släkt om anmälan. ➤ Dokumentera dina iakttagelser och de åtgärder som vidtagits. 	<p>Socialtjänsten i respektive kommun ska ge stöd och skydd till våldsutsatta. Länk: #kontaktuppgifter</p> <p><u>Barnahus</u> Tel: 076-119 71 93 Barnahus är en samverkan mellan Åklagarmyndigheten, Polismyndigheten, Region Jämtland Härjedalen och länets kommuner för vård och stöd till barn som utsatts för våld och sexuella övergrepp.</p> <p><u>Centrum mot våld</u> Vardagar 08.00-17.00 på telefon 0200-120 145 Centrum mot Våld i Jämtlands län (CMV) är en samverkan mellan alla kommuner i Jämtlands län. Erbjuder stöd och behandling till våldsutsatta och våldsutövare samt konsultation till yrkesverksamma. Operation Norrsken är en myndighetssamverkan kring vuxna personer med erfarenhet av våld som behöver stöd från flera myndigheter. För mer information, kontakta CMV. KAST (Köpare av sexuella tjänster) är en verksamhet för de som köper sexuella tjänster eller funderar på det, upplever att de har ett sexmissbruk, porrsurfar och vill ha hjälp att sluta. För mer information, kontakta CMV.</p> <p><u>Kvinnojouren Jämtlands län</u> Tel: 063-13 25 00 Erbjuder stöd och hjälp till våldsutsatta kvinnor och barn i Jämtlands län.</p>	<p><u>Välj att sluta</u> Tel: 020-555 666 vardagar 8.30–16.00 Stöd för den som vill förändra ett våldsamt beteende.</p> <p><u>PrevenTell</u> Tel: 020-66 77 88 Hjälplinje vid oönskad sexualitet.</p> <p><u>Dags att prata om</u> Information för barn och vuxna om våld mot barn, sexuella övergrepp mot barn, barn till skilda föräldrar samt information om krig.</p> <p><u>Ungarelationer.se</u> Chatten är öppen varje kväll kl. 20-22. Ungarelationer.se ger stöd och information till unga upp till 20 år som blir utsatta i sin relation, är kompis till någon som blir det, eller är den som utsätter. Det kan vara pågående eller ha hänt tidigare.</p> <p><u>hedersförtryck.se</u> Stödtelefon för yrkesverksamma: 010-223 57 60 Webbplats med information kring hedersrelaterat våld och förtryck till både utsatta personer och yrkesverksamma.</p> <p><u>Terrafem</u> Tel: 020-52 10 10 Rikstäckande jourtelefon för kvinnor med utländsk härkomst, erbjuder joursamtal på ett 70-tal olika språk.</p> <p><u>Kvinnofridslinjen</u> Tel: 020-50 50 50, öppen dygnet runt (samtalet är kostnadsfritt och syns inte på telefonräkningen) En nationell stödtelefon som ger stöd till personer som utsatts för våld och hot. De som bemannar Kvinnofridslinjen har tystnadsplikt och den som ringer kan vara anonym.</p> <p><u>Brottsofferjouren</u> Tel: 116006 Kostnadsfritt stöd till dig som är brottsutsatt, vittne eller anhörig.</p> <p><u>RFSL Stödmottagning</u> Tel: 020 – 34 13 16 (kostnadsfritt)</p>

Vart du som personal kan vända dig i olika frågor kopplade till Sexit frågeformulär

Detta är ett komplement till Sexit-handboken med kompletteringar med det som finns att erbjuda i länet och nationellt. Uppdaterat 2023-06-20

	<p><u>Kvinnojouren Åre</u> Tel: 079-100 90 97 E-post: kvinnojourenare@roks.se</p> <p><u>Brottsofferjouren i Jämtland</u> Tel: 063-51 24 00 och 073-801 45 64 E-post: info@jamtland.boj.se Brottsofferjouren ger stöd till brottsoffer, vittnen och anhöriga. Brottsoffer utsatta kan vara anonyma och stödet är kostnadsfritt. Brottsofferjouren har avgett tystnadslofte och ingen polisanmälan krävs för att få stöd.</p> <p><u>Regionskoordinator i Jämtlands län</u> Tel: 063-14 45 52 Ger stöd och konsultation i ärenden som rör människohandel och/eller prostitution i hela norra regionen. Stödtelefon: 020-390 000</p> <p>Trappan innebär individuella samtal för barn mellan 4-18 år som sett eller upplevt någon form av våld i nära relationer eller som också själv blivit slagen. Sökes via hemkommunen. #kontaktuppgifter</p>	<p>E-post: stod@rfsf.se Stödmottagning för hbtq-personer som blivit utsatta för trakasserier, hot och våld. Även närstående och yrkesverksamma som möter våldsutsatta hbtq-personer är välkomna att kontakta mottagningen.</p> <p>jagvillveta.se Åldersanpassad information till barn och unga om rättigheter vid utsatthet för brott.</p> <p><u>Kärleken är fri</u> Kärleken är fri är en del av Rädda Barnens förebyggande arbete mot hedersrelaterat våld och förtryck. På sidan finns information till unga och vuxna om rättigheter, hedersrelaterat våld och förtryck och vilket stöd som finns att få. Sidan har en stödchatt.</p> <p><u>Killar.se</u> Stödchatt för alla som identifierar sig som killar och unga män mellan 10-25 år.</p> <p><u>Somaya stödjour</u> Tel: 020-81 82 83 E-post: stodjouren@somaya.se Somaya är en ideell förening som stöttar kvinnor och HBTQ-personer med utländsk bakgrund som lever i en hederskontext och/eller är utsatta för våld i nära relation.</p> <p><u>Mina rättigheter</u> Barnombudsmannens webbplats om barn och ungas mänskliga rättigheter.</p> <p><u>Ditt ECPAT</u> Ditt ECPAT är en plats för alla under 18 år. Här kan du få information om dina rättigheter, stöd och hjälp om nakenbilder, sexuella kränkningar, hot och övergrepp på nätet eller IRL. Vi kan också – i vissa fall – hjälpa dig att ta ner nudes som har spridits på nätet.</p> <p><u>Informationsfilmer om kvinnlig könsstympning - Kunskapsguiden</u></p>
--	---	---

Vart du som personal kan vända dig i olika frågor kopplade till Sexit frågeformulär

Detta är ett komplement till Sexit-handboken med kompletteringar med det som finns att erbjuda i länet och nationellt. Uppdaterat 2023-06-20

Fråga 11-12 Sex mot sin vilja

Åtgärder Sexit	Kontakter och stöd i länet	Nationell information och stöd
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Berätta att dessa handlingar är brottsliga om det inte fanns uttryckt frivillighet, även kallat "samtycke", till alla handlingar. ➤ Erbjud återbesök, samtalskontakt. ➤ Om mindre än 10 dagar sedan övergrepp, ombesörj rättsmedicinsk undersökning med DNA-spårsäkning, även om polisanmälan inte är aktuell just nu. ➤ Graviditetstest eller akut preventivmedelsmetod inom 5 dygn (akut p-piller eller kopparspiral). ➤ Hiv/STI/hepatit-provtagning. ➤ Informera om jourtelefoner, organisationer eller andra instanser som erbjuder stöd vid sexuella övergrepp. ➤ Samverkan med andra: skola, specialiserade mottagningar, psykolog, socialtjänst, vårdnadshavare/närstående m.fl. ➤ Om yngre än 18 år och pågående våld; informera igen om anmälningsplikten och gör en orosanmälan till socialtjänsten. Orosanmälan kan även beaktas vid tidigare utsatthet. Vid behov kan du informera andra inom verksamheten om att anmälan är gjord. ➤ Vid misstanke om brott, gör en polisanmälan. ➤ Dokumentera dina iakttagelser och de åtgärder som vidtagits. ➤ Information om Preventell.se eller andra instanser som erbjuder stöd kring oönskad sexualitet. 	<p>Socialtjänsten i respektive kommun och/eller Polisen tel 114 14.</p> <p><u>Barnhus Jämtlands län</u> Tel: 076-119 71 93 Barnhus är en samverkan mellan Åklagarmyndigheten, Polismyndigheten, Region Jämtland Härjedalen och länets kommuner för vård och stöd till barn som utsatts för våld och sexuella övergrepp.</p> <p><u>Ungdomsmottagningen Jämtland Härjedalen</u> Tel: 063-14 24 55 Ungdomsmottagningen Jämtland Härjedalen har sin mottagning i Östersund. Filialer finns i Sveg och Strömsund vissa dagar i veckan. Ungdomsmottagningen riktar sig till alla i åldern 13-22 år, oavsett bostadsort och könsidentitet. Alla besök är gratis. Mottagningen har tystnadsplikt. Hela verksamheten är hbtqi-certifierad.</p> <p><u>Barn- och ungdomspsykiatri (BUP)</u> Tel: 063-15 40 10 BUP möter barn- och ungdomar upp till 18 år med psykisk ohälsa, som är i behov av stöd, behandling och utredning.</p>	<p><u>Sexualmedicinskt Centrum-Pilen</u> Tel: 073-721 94 42 SMC Pilen är en mottagning i Västra Götalandsregionen specialiserad på sexuell hälsa och utsatthet bland unga. Hit kan du som personal vända dig oavsett var i landet du är verksam för rådgivning om du möter unga med erfarenhet av sex mot din vilja, sex mot ersättning, sex som självskadebeteende och internetrelaterad sexuell utsatthet.</p> <p><u>Stödefterövertagare.se</u> Här finns olika verksamheter samlade som kan vara till stöd efter ett sexuellt övergrepp.</p> <p><u>Storasyster.org</u> Stödorganisation för den som utsatts för sexuella övergrepp. Erbjuder olika stödfunktioner riktat till alla oavsett könsidentitet från 13 år och uppåt som utsatts för våldtäkt eller andra sexuella övergrepp samt stöd till anhöriga.</p> <p><u>Låt oss prata om sex</u> Metodmaterial som föreningen Storasyster har tagit fram inom projektet "Hela mig" med fokus på sexualitet kopplat till erfarenheter av sexuellt våld.</p> <p><u>Novahuset</u> Ideell förening som erbjuder stöd och rådgivning till personer, oavsett ålder och könsidentitet, som har blivit utsatta för någon form av sexuellt övergrepp, både online och offline. Erbjuder även stöd och rådgivning för anhöriga.</p> <p><u>Fatta.nu</u> Ideell medlemsförening för alla som vill engagera sig mot sexuellt våld och för samtycke i praktik och lagstiftning.</p> <p><u>Foreningentillsammans.se</u> Erbjuder en plattform av och för människor med erfarenhet av sexuellt våld.</p> <p><u>Paraply.org</u> En politiskt och religiöst oberoende organisation som jobbar för alla barns rättigheter till ett tryggt liv fritt från sexuella övergrepp.</p> <p><u>Rise-sverige.se</u> För dig som blivit utsatt för sexuella övergrepp i barndomen.</p> <p><u>Killar.se</u> Stödchatt för alla som identifierar sig som killar och unga män mellan 10-25 år.</p> <p><u>frivilligtsex.se</u> Brottsoffermyndighetens webbsida om samtycke och samtyckeslagstiftningen. Information till unga, till dig som möter unga samt undervisningsmaterial.</p>

Vart du som personal kan vända dig i olika frågor kopplade till Sexit frågeformulär

Detta är ett komplement till Sexit-handboken med kompletteringar med det som finns att erbjuda i länet och nationellt. Uppdaterat 2023-06-20

Fråga 13 Bevittnat våld

Den nya lagen om barnfridsbrott från 1 juli 2021 innebär att det blir det straffbart att utsätta barn att bevittna brott i nära relation. Ett barn som bevittnar våld blir nu målsägande och har då rätt till målsägandebiträde och skadestånd.

- Det blir straffbart att utsätta ett barn för att se eller höra vissa brottsliga gärningar, såsom vålds-, frids- och sexualbrott, i en nära relation.
- Den person som står för exempelvis våldet i en nära relation riskerar att misstänkas även för barnfridsbrott om barnet på något sätt bevittnat våldet.
- Man räknas som barn upp till 18 års ålder
- Straffet blir fängelse i upp till två år. Grovt brott ger fängelse i lägst nio månader och högst fyra år. Särskild straffskala för ringa brott.
- Den särskilda rätt till brottsskadeersättning som funnits för barn som bevittnat brott ersätts med samma rätt till skadestånd som alla andra barn har vilka utsatts för brott.

Åtgärder Sexit	Kontakter och stöd i länet	Nationell information och stöd
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Erbjud återbesök/uppföljning. ➤ Informera om vilket stöd som finns att få i närområdet eller på nätet. ➤ Om under 18 år och pågående våld i hemmet; informera igen om anmälningsplikten och gör en orosanmälan till socialtjänsten. Orosanmälan kan även beaktas vid tidigare utsatthet. ➤ Vid behov kan du informera andra inom verksamheten att anmälan är gjord. 	<p>Socialtjänsten i respektive kommun <u>#kontaktuppgifter</u> Ex på insatser som kan erbjudas är Trappan innebär individuella samtal för barn mellan 4-18 år som sett eller upplevt någon form av våld i nära relationer eller som också själv blivit slagen.</p> <p><u>Barnahus Jämtlands län</u> Tel: 076-119 71 93 Barnahus är en samverkan mellan Åklagarmyndigheten, Polismyndigheten, Region Jämtland Härjedalen och länets kommuner för vård och stöd till barn som utsatts för våld och sexuella övergrepp.</p> <p><u>Brottsofferjouren i Jämtland</u> Tel: 063-51 24 00 och 073-801 45 64 E-post: info@jamtland.boj.se Brottsofferjouren ger stöd till brottsoffer, vittnen och anhöriga. Brottsoffer kan vara anonyma och stödet är kostnadsfritt. Brottsofferjouren har avgett tystnadslofte och ingen polisanmälan krävs för att få stöd.</p>	<p><u>BRIS</u> - Barnens rätt i samhället Tel: 116111 (gratis och öppen dygnet runt) En barnrättsorganisation som arbetar för ett samhälle där alla barn känner till sina rättigheter och har möjlighet att tillgodogöra sig dem. Barn under 18 år kan anonymt ringa, chatta och maila dygnet runt med Bris.</p> <p><u>Brottsofferjouren</u> Tel: 116006 Kostnadsfritt stöd till dig som är brottsutsatt, vittne eller anhörig.</p> <p><u>Barnafrid.se</u> Ett nationellt centrum för kunskap om våld mot barn. Riktat sig till yrkesverksamma som i sitt arbete möter barn och unga som utsatts för våld och andra övergrepp.</p> <p><u>Maskrosbarn</u> En barnrättsorganisation som erbjuder stödchatt för dig som är mellan 13-19 år och har det jobbigt hemma. Här kan du ta upp det som du tycker är viktigt och du kan vara helt anonym.</p>

Vart du som personal kan vända dig i olika frågor kopplade till Sexit frågeformulär

Detta är ett komplement till Sexit-handboken med kompletteringar med det som finns att erbjuda i länet och nationellt. Uppdaterat 2023-06-20

Fråga 14-18 Sexuellt risktagande

Smittskyddslagen är till för att minska spridningen av allvarliga sjukdomar, bland annat vissa sexuellt överförda infektioner. Du måste testa dig om du kan ha fått en av de sjukdomarna, men du behöver inte betala för att göra det eller för att få behandling. Lagen omfattar ungefär sextio sjukdomar. Några av dem är sexuellt överförda infektioner (STI, eller könssjukdomar som de ofta kallas, exempelvis Hepatit B, Hiv och aids, Klamydia, Syfilis och Gonorré. Du måste berätta för vårdpersonal vilka du har haft sex med, om du har en könssjukdom som står i smittskyddslagen. De personerna får inte veta att det är du som har gett mottagningen deras namn.

Åtgärder Sexit	Kontakter och stöd i länet	Nationell information och stöd
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Bedöm behov av uppföljning och återbesök, mer relevant om yngre besökare, samt om sexdebuten varit ofrivillig/skrämmande/ smärtsam. ➤ Väg in tidig sexdebut i helhetsbedömningen. ➤ Vid behov informera om sexualbrottslagstiftning. ➤ Bedöm behov av uppföljning och återbesök. ➤ Informera om överföringsrisk vid olika sexuella praktiker: vaginalt, analt och oralt. ➤ Graviditetstest eller akut preventivmedelsmetod inom 5 dygn (akut p-piller eller kopparspiral.) ➤ Hiv/STI/hepatit-provtagning. ➤ Preventivmedelsrådgivning. ➤ Säkrare sex- och kondomsamtal. ➤ Vid misstanke om tvångsmässig användning av sex, remiss till exempelvis sexologmottagning/psykiatrisk mottagning. ➤ Om sex används i ångestlindrande syfte eller som självskada, se fråga 20. ➤ Individuellt anpassat kondomsamtal relaterat till typ av relation och sexuell praktik. 	<p><u>Ungdomsmottagningen Jämtland Härjedalen</u> Tel: 063-14 24 55</p> <p>Ungdomsmottagningen Jämtland Härjedalen har sin mottagning i Östersund. Filialer finns i Sveg och Strömsund vissa dagar i veckan.</p> <p>Ungdomsmottagningen riktar sig till alla i åldern 13-22 år, oavsett bostadsort och könsidentitet. Alla besök är gratis. Mottagningen har tystnadsplikt. Verksamheten är hbtqi-certifierad.</p> <p><u>STI-mottagningen</u> På Köpmangatan 7 A i Östersund tar emot patienter som har, eller kan ha fått, sexuellt överförda infektioner (STI är en förkortning av det engelska begreppet sexually transmitted infections).</p> <p><u>1177.se</u> - beställa klamydia- och gonorrétest via nätet.</p>	<p><u>1177.se</u> – om sexuellt överförda infektioner.</p> <p><u>Sexualmedicinskt Centrum-Pilen</u> Tel: 073-721 94 42</p> <p>SMC Pilen är en mottagning i Västra Götalandsregionen specialiserad på sexuell hälsa och utsatthet bland unga. Hit kan du som personal vända dig oavsett var i landet du är verksam för rådgivning om du möter unga med erfarenhet av sex mot din vilja, sex mot ersättning, sex som självskadebeteende och internetrelaterad sexuell utsatthet.</p> <p><u>UMO.se</u> En webbsida om sex, hälsa och relationer.</p> <p><u>Youmo.se</u> En webbsida med information om kroppen, sex och hälsa på olika språk för personer 13-20 år.</p> <p><u>RFSU</u> – om säkrare sex</p> <p><u>RFSU-chatten</u> I chatten kan en ställa frågor som handlar om kroppen, sex och relationer.</p> <p><u>Kondomhandboken</u> Stöd i samtalen kring kondomer och säkrare sex, bland annat utifrån samtalsmetoden och förhållningssättet Motiverande Samtal, MI.</p>

Vart du som personal kan vända dig i olika frågor kopplade till Sexit frågeformulär

Detta är ett komplement till Sexit-handboken med kompletteringar med det som finns att erbjuda i länet och nationellt. Uppdaterat 2023-06-20

Fråga 19 Oplanerat gravid

Åtgärder Sexit	Kontakter och stöd i länet	Nationell information och stöd
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Bedöm behov av uppföljning och återbesök. ➤ Graviditetstest eller akut preventivmedelsmetod inom 5 dygn (akut p-piller eller kopparspiral). ➤ Preventivmedelsrådgivning (rekommendera långtidsverkande preventivmedel). ➤ Säkrare sex- och kondomsamtal. ➤ Samverkan med andra: abortmottagning m.fl 	<p><u>Ungdomsmottagningen Jämtland Härjedalen</u> Tel: 063-14 24 55 Preventivmedelsrådgivning och samtalsstöd.</p> <p>Vid graviditet kan du kontakta barnmorskemottagningen via din hälsocentral. <u>Graviditet - 1177</u></p> <p>Om du blivit oönskat gravid bör du så fort som möjligt kontakta en barnmorskemottagning via din hälsocentral eller gynekologiska mottagningen i Östersund för rådgivning. <u>Abort - 1177</u></p>	<p><u>1177.se</u> Webbsida med hälsoinformation.</p> <p><u>UMO.se</u> En webbsida om sex, hälsa och relationer.</p> <p><u>Youmo.se</u> En webbsida med information om kroppen, sex och hälsa på olika språk för personer 13-20 år.</p>

Vart du som personal kan vända dig i olika frågor kopplade till Sextit frågeformulär

Detta är ett komplement till Sextit-handboken med kompletteringar med det som finns att erbjuda i länet och nationellt. Uppdaterat 2023-06-20

Fråga 20-22 Sex som självskada

Åtgärder Sextit	Kontakter och stöd i länet	Nationell information och stöd
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Berätta att personen kan ha varit utsatt för sexualbrott. ➤ Erbjud återbesök, samtalskontakt. ➤ Vid misstankar om posttraumatisk stress (mardrömmar, flashbacks, höga ångestnivåer och undvikande): läkarbedömning, remiss till vårdcentral eller psykiatrisk mottagning för traumabearbetning. ➤ Vid höga ångestnivåer eller självmordstankar: läkarbedömning, remiss till vårdcentral eller psykiatrisk mottagning. Akut remiss. ➤ Terapi för känslohantering för att hitta ett mindre destruktivt sätt att hantera jobbiga känslor och händelser (Dialektisk beteendeterapi, DBT). ➤ Samverkan med andra t.ex. vårdnadshavare, skolkurator, socialtjänst. ➤ Om under 18 år och pågående problematik; informera igen om anmälningsplikten och gör en orosanmälan till socialtjänsten. Orosanmälan kan även beaktas vid tidigare utsatthet. Vid behov kan du informera andra inom verksamheten att anmälan är gjord. ➤ Konsultera ev. socialtjänsten gällande anmälan och information till vårdnadshavare. ➤ Vid misstanke om brott, gör en polisanmälan. Dokumentera dina iakttagelser och de åtgärder som vidtagits. 	<p><u>Barn- och ungdomspsykiatri (BUP)</u> Tel: 063-15 40 10 BUP möter barn- och ungdomar upp till 18 år med psykisk ohälsa, som är i behov av stöd, behandling och utredning.</p> <p><u>Barnahus Jämtlands län</u> Tel: 076-119 71 93 Barnahus är en samverkan mellan Åklagarmyndigheten, Polismyndigheten, Region Jämtland Härjedalen och länets kommuner för vård och stöd till barn som utsatts för våld och sexuella övergrepp.</p> <p><u>Ungdomsmottagningen Jämtland Härjedalen</u> Tel: 063-14 24 55 Ungdomsmottagningen Jämtland Härjedalen har sin mottagning i Östersund. Filialer finns i Sveg och Strömsund vissa dagar i veckan. Ungdomsmottagningen riktar sig till alla i åldern 13-22 år, oavsett bostadsort och könsidentitet. Alla besök är gratis. Mottagningen har tystnadsplikt. Verksamheten är hbtqi-certifierad.</p>	<p><u>Stiftelsen 1000 möjligheter</u> Arbetar för barns och ungas rättigheter och mot våld. Erbjuder bland annat stöd via chatt.</p> <p><u>Ellencentret</u> Stöd för unga mellan 15-25 år med erfarenheter av sex mot ersättning, sex som självskadebeteende, sugardejting eller att bli såld av andra. Gratis hjälp och stöd oavsett kön eller könsidentitet. Erbjuder kontakt bland annat via chatt.</p> <p><u>Pegasus</u> E-post: pegasus@rfslungdom.se För unga 15-25 år, hbtqia-person (eller funderar på om du är det) och som har erfarenhet av, eller funderingar kring, sex mot ersättning oavsett var du bor i landet. Du kan vara anonym. Du som arbetar med unga och har funderingar kring sex mot ersättning kan också höra av dig via e-post.</p> <p><u>Shedo</u> En ideell förening vars syfte är att sprida kunskap om ätstörningar och självskadebeteende samt stödja drabbade och anhöriga. Erbjuder kontakt via chatt och e-post.</p> <p><u>Killar.se</u> Stödchatt för alla som identifierar sig som killar och unga män mellan 10-25 år.</p> <p><u>Tjejzonen</u> Stödorganisation för tjejer. Stödchatt för alla som definierar sig som tjejer mellan 10 och 25 år. Hit kan du vända dig med det som känns viktigt för dig, du kan dela med dig av dina problem, känslor och funderingar. Allt är anonymt och kostnadsfritt.</p> <p><u>Mind</u> <u>Självordslinjen</u> är till för dig som har tankar på att ta ditt liv eller har en närstående med sådana tankar. Tel: 90101 och <u>chatt</u> (båda är öppna dygnet runt) <u>Livslinjen</u> är till för dig som är ung och vill chatta med en vuxen. Chatta anonymt om saker i livet som känns jobbiga, stora som små</p> <p><u>Spes</u> Riksförbundet för suicidprevention och efterlevandestöd finns för alla som mist en familjemedlem, släkting, partner eller god vän genom suicid. Tel: 020 -18 18 00 och <u>chatt</u></p> <p><u>Suicidzero</u> En organisation som arbetar för att minska självmorden. Här finns fakta och råd om självmord.</p>

Vart du som personal kan vända dig i olika frågor kopplade till Sexit frågeformulär

Detta är ett komplement till Sexit-handboken med kompletteringar med det som finns att erbjuda i länet och nationellt. Uppdaterat 2023-06-20

Fråga 20-22 Sex mot ersättning

Åtgärder Sexit	Kontakter och stöd i länet	Nationell information och stöd
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Erbjud återbesök, samtalskontakt. ➤ Informera om att det inte är olagligt att ta emot ersättning för sex men att det är olagligt att ge ersättning. ➤ Graviditetstest eller akut preventivmedelsmetod inom 5 dygn (akut p-piller eller kopparspiral). ➤ Hiv/STI/hepatit-provtagning. ➤ Preventivmedelsrådgivning. ➤ Säkrare sex- och kondomsamtal. ➤ Samverkan med andra: vårdnadshavare, skolkurator, socialtjänst, BUP, vuxenpsykiatri m.fl. ➤ Information om Mika-mottagningen, Pegasus RFSL Ungdom eller andra verksamheter som erbjuder stöd till personer med erfarenhet av sex mot ersättning. ➤ Information om Preventell.se eller andra instanser som erbjuder stöd kring oönskad sexualitet/sexköp. ➤ Samverkan med andra: socialtjänst, specialmottagningar tex. KAST (köpare av sexuella tjänster), psykiatriska mottagningar m.fl ➤ Om under 18 år och pågående; informera igen om anmälningsplikten och gör en orosanmälan till socialtjänsten. Orosanmälan kan även beaktas vid tidigare utsatthet. Vid behov kan du informera andra inom verksamheten att anmälan är gjord. ➤ Konsultera ev. socialtjänsten gällande anmälan och information till vårdnadshavare. ➤ Vid misstanke om brott, gör en polisanmälan. ➤ Dokumentera dina iakttagelser och de åtgärder som vidtagits. 	<p><u>Regionskoordinator i Jämtlands län</u> Tel: 063-14 45 52 Ger stöd och konsultation i ärenden som rör människohandel och/eller prostitution i hela norra regionen. Stödtelefon: 020-390 000</p> <p><u>Ungdomsmottagningen Jämtland Härjedalen</u> Tel: 063-14 24 55 Ungdomsmottagningen Jämtland Härjedalen har sin mottagning i Östersund. Filialer finns i Sveg och Strömsund vissa dagar i veckan. Ungdomsmottagningen riktar sig till alla i åldern 13-22 år, oavsett bostadsort och könsidentitet. Alla besök är gratis. Mottagningen har tystnadsplikt. Verksamheten är hbtqi-certifierad.</p> <p><u>Centrum mot våld</u> Vardagar 08.00-17.00 på telefon 0200-120 145 Centrum mot Våld i Jämtlands län (CMV) är en samverkan mellan alla kommuner i Jämtlands län. Erbjuder stöd och behandling till våldsutsatta och våldsutövare samt konsultation till yrkesverksamma. KAST (Köpare av sexuella tjänster) är en verksamhet för de som köper sexuella tjänster eller funderar på det, upplever att de har ett sexmissbruk, porrsurfar och vill ha hjälp att sluta. För mer information, kontakta CMV.</p>	<p><u>NMT – Nationellt metodstöd mot prostitution och människohandel</u> (råd och vägledning i ärenden) Tel: 020-390 000</p> <p><u>Jämställdhetsmyndigheten</u> Stöd till yrkesverksamma i arbetet mot prostitution och människohandel.</p> <p><u>Pegasus</u> E-post: pegasus@rfslungdom.se För unga 15-25 år, hbtqia-person (eller funderar på om du är det) och som har erfarenhet av, eller funderingar kring, sex mot ersättning oavsett var du bor i landet. Du kan vara anonym. Du som arbetar med unga och har funderingar kring sex mot ersättning kan också höra av dig via e-post.</p> <p><u>Ellencentret</u> Stöd för unga mellan 15-25 år med erfarenheter av sex mot ersättning, sex som självskadebeteende, sugardejting eller att bli såld av andra. Gratis hjälp och stöd oavsett kön eller könsidentitet. Erbjuder kontakt bland annat via chatt.</p> <p><u>Ditt ECPAT</u> Ditt ECPAT är en plats för alla under 18 år. Här kan du få information om dina rättigheter, stöd och hjälp om nakenbilder, sexuella kränkningar, hot och övergrepp på nätet eller IRL. Vi kan också – i vissa fall – hjälpa dig att ta ner nudes som har spridits på nätet.</p>

Socialtjänsten/IFO kontaktuppgifter i respektive kommun

Berg vx 0687-161 00 - fråga efter socialtjänstens mottagningstelefon, telefontid måndag till fredag kl 8 - 12.

Bräcke vx 0693-161 00 fråga efter socialsekreterare, telefontid vardagar kl. 9.00 - 9.45 E-post [socialtjansten](mailto:socialtjansten@bracke.se) avläses en gång varje vardag

Härjedalen vx 0680-161 00 och be att få prata med mottagningen på socialtjänsten ifomottagningen@herjedalen.se

Krokom Individ- och familjeomsorg Telefon:0640 162 82, 0640 162 83 E-post:ifo@krokom.se

Ragunda 0696-68 20 00, knappval 2 för att komma till IFO socialsekreterare. Epost: ifo@ragunda.se

Strömsund Helgfria vardagar kl 8-12, 13-15 ring 0670-163 20 till exp IFO. Helgfria vardagar klockan 15-16 ring 0670-161 00 till kommunens vx.

Åre IFO expedition 0647-164 10 Öppettider expedition: 09.00 - 09.30, 10.00 - 11.45 och 13.00 - 14.30.

Östersund Kundcenter 063-14 30 00 kundcenter@ostersund.se

Vid akuta ärenden efter kontorstid ska du kontakta socialjouren. Socialjouren når du via SOS Alarm (112) vardagar mellan klockan 16:30 och 08:00 samt under helger (begär socialjouren i din kommun)