



Min Säkerhet genomför säkerhetsutbildningar för personer med intellektuell funktionsnedsättning och/eller neuropsykiatrisk funktionsnedsättning (NPF). Kurserna är anpassade för målgruppen och skapar en ökad trygghet och egenmakt. Kurserna tar upp olika typer av risker som man kan råka ut för i vardagen och hur man hanterar dessa.



ALLMÄNNA  
ARVSFONDEN



Studieförbundet  
Vuxenskolan

[sv.se/min-sakerhet](https://sv.se/min-sakerhet)



## Rätt till kunskap

Alla har rätt till ett livslångt lärande anser vi. Det spelar ingen roll vilken bakgrund man har. Personer med intellektuell funktionsnedsättning och/eller NPF behöver också få information och kunskap om olika risker som finns i samhället. Utifrån varje deltagares förutsättningar erbjuder vi kurser i säkerhet med fokus på olika teman för varje kurstillfälle. Målet är att deltagarna efter avslutad kurs ska känna en ökad delaktighet i samhället. Deltagarna bidrar till en ökad säkerhet både för sig själva och andra och därmed till ett säkrare samhälle.

Min Säkerhet startade våren 2018. Med hjälp av projektmedel från Allmänna Arvsfonden har vi kunnat ta fram ett unikt kursmaterial med tillhörande app, utbilda kursledare och göra det möjligt för cirka 900 personer att ta del av kurserna. Totalt kommer det att genomföras 233 kurser i Min Säkerhet under åren 2018–2020.





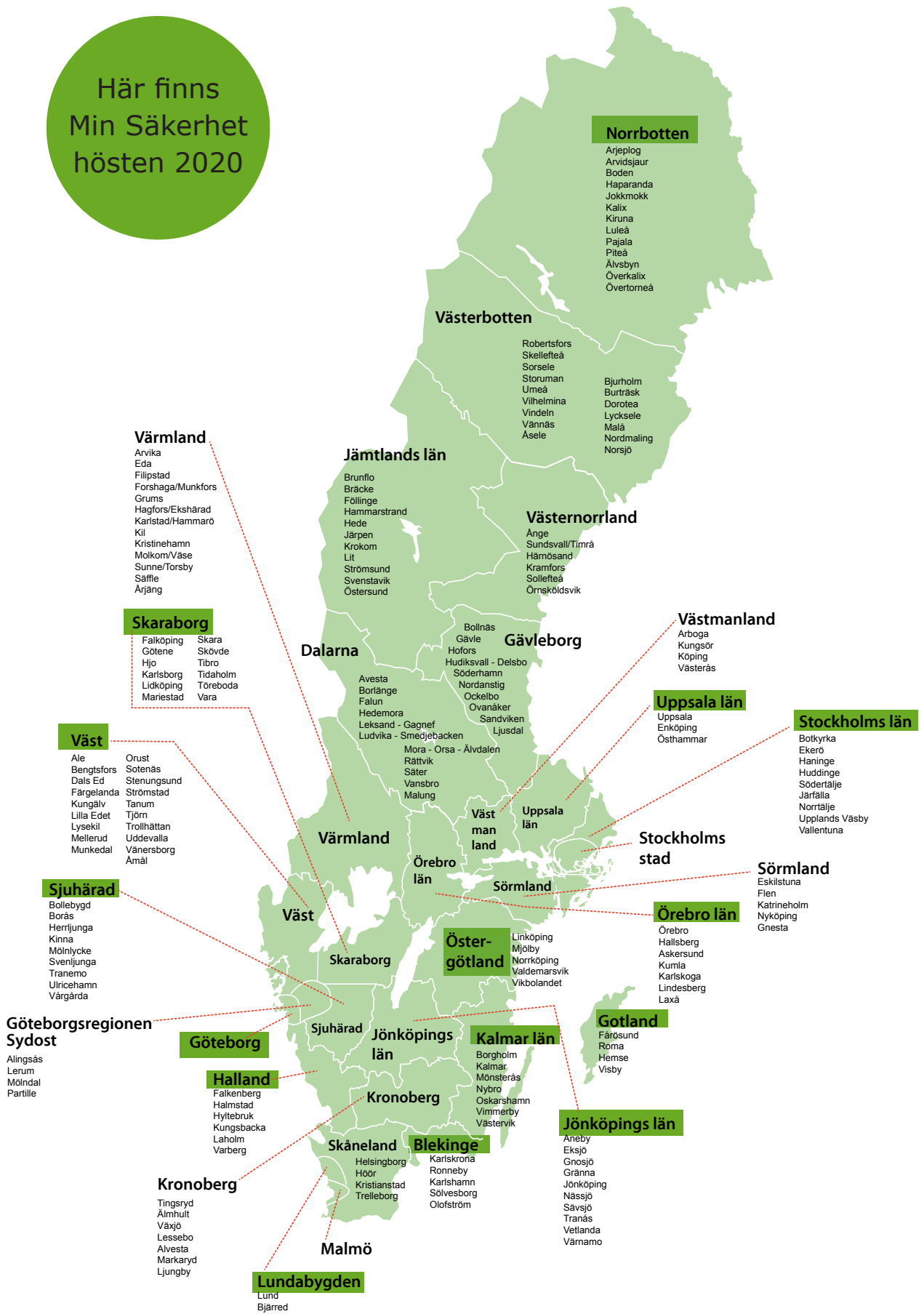
## Kurstillfällena i studiecirkelform

Utbildningen är uppdelade på 11 tillfällen. Varje kurstillfälle har ett tema och är 4 studietimmar. Kurstillfällena anpassas efter deltagarna och sker i studiecirkelform med 4-5 personer. Under kursen varvas information från kursledaren med diskussioner, filmer, spel, kunskapsfrågor och praktiska övningar. Det finns även tid för fika och under sista kurstillfället får deltagarna utvärdera Min Säkerhet. Med hjälp av deltagarna kan Min Säkerhet ständigt förbättras och utvecklas.

## Våra säkerhetsteman

- Säkerhet i hemmet och på jobbet
- Brandsäkerhet del 1
- Säkerhet i stadsmiljö och stadstrafik
- Säkerhet i skogar och vid sjöar
- Personlig säkerhet - Så undviker jag att bli lurad
- Ekonomisk trygghet och säkerhet på internet
- Samhällskriser och extrema väder
- L-ABCDE - Omhändertagande av akut sjuk eller skadad person
- HLR - Omhändertagande av akut sjuk eller skadad person
- Brandsäkerhet del 2

Här finns  
Min Säkerhet  
hösten 2020



## Vi finns i flera kommuner

Min Säkerhet har genomfört kurser sedan 2018 och finns i flera kommuner. Vi har utbildade kursledare runt om i Sverige. Under 2020 pågick totalt 135 kurser i 40 kommuner och 667 deltagare fick möjlighet att få den senaste informationen kring säkerhet. Vi önskar att alla med IF och/eller NPF ska kunna gå utbildningen och arbetar hårt för att nå det målet.

## Vem får gå Min Säkerhet?

Vi anpassar kurserna efter deltagarnas förmåga. Vi riktar oss först och främst till personer med lindrig till måttlig intellektuell funktionsnedsättning och/eller NPF. Under åren har vi fått möjlighet att testa Min Säkerhet i olika åldersgrupper och anser att den lämpar sig bäst från 16 år och uppåt. Vi samarbetar med gymnasiesärskolor, daglig verksamhet som drivs kommunalt eller privat samt företag. Kurserna sker under dagtid på vardagar. En gång i veckan ses deltagarna under 11 tillfällen i sin studiecirkel. Alla har rätt till ett livslångt lärande.



## Kurser under corona

Vi genomför fysiska träffar utifrån Folkhälsomyndighetens råd och anvisningar. Vi informerar våra kursledare och deltagare i pågående och kommande kurser hur verksamheten fortlöper. Vi städar våra lokaler kontinuerligt, tillhandahåller tvål och handsprit samt uppmanar till att hålla avstånd. Vi uppmanar deltagare som känner sig sjuka med symptom som snuva, hosta eller feber att avstå från att fysiskt delta i vår verksamhet.





## Kursmaterial

Studieförbundet Vuxenskolan Jönköpings Län är projektägare och ansvarar för kurserna och materialet.

Kursmaterialet tas fram i samarbete med:

- Högländets Räddningstjänstförbund
- Polisen
- MSB (Myndigheten för samhällsskydd och beredskap)
- Brottsofferjouren
- Kvinnojouren
- SOS Alarm
- Missing People
- PTS (Post och telestyrelsen)
- MTM (Myndigheten för tillgänglig media)

De är med och granskar och godkänner materialet. Det är ett levande kursmaterial som kontinuerligt uppdateras för att ständigt vara aktuellt. Därmed får deltagarna alltid den senaste informationen inom varje säkerhetstema.

## Säkerhetsapp

Förutom kursmaterial i tryckt form finns det en tillhörande säkerhetsapp som är speciellt framtagen för Min Säkerhet som vi under kurstillfällena återkopplar till. Appen är en hjälp för deltagarna som använder mobil i vardagen. Via appen kan de se hur man kan förebygga risker, vart man kan vända sig och hur man agerar om en kris uppstår. Appen är anpassad för målgruppen och lätt att navigera i. Även efter avslutad kurs har deltagarna tillgång till appen och kan använda den. Den finns att ladda ner från App Store och Google Play och är kostnadsfri.



## Utbildade kursledare

För att hålla kurser i Min Säkerhet krävs det att ledarna går en tre veckor lång utbildning. Ledarna utbildas i studiematerialet Min Säkerhet av SV. De får även utbildning i grundläggande brandkunskap, L-ABCDE och blir instruktörer i vuxen HLR genom Höglandets Räddningstjänstförbund. Den gemensamma utbildningsinsatsen säkerställer att kvalitén på kursen Min Säkerhet hålls. Våra kursledare är lyhörda och anpassar utbildningen efter deltagarnas förmåga. Alla kan inte lära sig allt, men alla kan lära sig något.



**Madeleine Svärd**  
Projektledare/ Materialutvecklare  
Telefon: 0704-31 39 36  
Epost: madeleine.svard@sv.se



**Camilla Karlsson**  
Projektledare/ Materialutvecklare  
Telefon: 0720-76 85 64  
Epost: camilla.karlsson@sv.se



**Viktoria Blomén**  
Kommunikatör  
Telefon: 0704-31 39 26  
Epost: viktoriamblomen@sv.se



**Anette Forssander**  
Materialutvecklare  
Epost: anette.forssander@sv.se



**Annelie Rådefjäll**  
Huvudkursledare  
Epost: annelie.radefjall@sv.se