



Til Rådet for psykisk helse,

Takk for et godt møte og for muligheten til å gi innspill til neste års statsbudsjett i samarbeid med dere. Her følger våre planlagte innspill etterfulgt av noen notater vi gjorde oss underveis.

Vi håper dere har anledning til å lese gjennom.

Forberedte innspill

1 – Selvmordsforebygging

Ved forrige statsbudsjett for 2025 ble det satt av 18,1 mill. kr. til forebygging av selvmord. Våren etterpå ble det slått fast at minst 727 personer døde av denne årsaken i 2024. Til sammenligning døde 101 personer i trafikken, mens det ble det bevilget 108 mill. kr. til forebygging av trafikkulykker.

Sammenligningen er først og fremst symbolsk for å sette statens prioriteringer i perspektiv: Selvmordsforebygging fikk bare 17% av tilsvarende sum til forebygging av trafikkulykker, til tross for at over syv ganger flere dør av selvmord enn i trafikken.

Bipolarforeningen mener:

- Det bør bevilges *minst* 100 millioner til selvmordsforebygging. Hadde det blitt bevilget like mye som til trafikken per dødsfall, ville summen vært på over 750 millioner.
- Det trengs bedre oppfølging etter utskriving. Halvparten av selvmordene i Norge skjer innen ett år etter man har fått helsehjelp.
- Det evidensbaserte undervisningsprogrammet YAM (Youth Aware of Mental Health) bør inn i skolen.
- Det trengs flere sikkerhetstiltak slik som sikring av broer
- Det trengs bedre kvalitet på risikovurderinger ved selvmordsfare

Se andre konkrete forslag til selvmordsforebyggende tiltak [her](#).

Se også til Danmark.



2 – Et arbeidsliv for alle

I år lanserte Bipolarforeningen en [rapport](#) om bipolar lidelse og psykisk helse. Blant de med lidelsen som stod utenfor arbeidslivet ønsker flertallet å arbeide, men fikk av ulike årsaker ikke muligheten til dette. Dette viser at vi trenger et arbeidsliv med bedre tilrettelegging for å få flere med psykiske lidelser ut i arbeid. En person sin 30% stilling kan være en annens 100%, i kapasitet.

Vi ønsker at Rådet jobber for midler til **et kompetansesenter for psykisk helse** og arbeid, tilsvarende AKAN for rus og avhengighet, men som også inkluderer forebyggende policyarbeid, samt informasjon og veiledning om hvordan man tar vanskelige samtaler.

3 – Økt driftstilskudd til bruker- og pårørendeorganisasjoner

Den sammenlagte potten til bruker- og pårørendeorganisasjoner må økes. Dette dreier seg spesielt om lavterskeltilbudene i organisasjonene og sikring av brukermedvirkning til brukerens beste. Per i dag flyttes pengene fra tilskudd til tilskudd, uten at den totale potten økes.

Innspill fra møtet

Bipolarforeningen stiller oss bak mange av innspillene som kom fra ulike organisasjoner i møtet 24.09.25, og vil trekke frem 10 av dem:

1. Styrking av lavterskeltilbudene slik som Rask psykisk helsehjelp, ACT og FACT
2. Tidlig innsats, diagnose og tilgang på spesialisert hjelp
3. Flere døgn/sengeplasser i spesialisthelsetjenesten
4. Likestilte trygdeytelser for somatikk og psykiske lidelser
5. Tiltak mot fattigdom og tiltak for hjelp ifbm. gjeldsproblematikk
6. Tverrfaglig samarbeid mellom aktører slik som helse- og omsorgstilbud, Nav, barnevern, arbeidsgivere og skole ved behov
7. Mer fokus på ivaretagelse og oppfølging av pårørende, blant annet gjennom psykoedukasjonskurs og bruker- og pårørendestyrte hus
8. Sikring av brukermedvirkning og samvalg i behandling, tjenester og systemnivå

26. september 2025



9. Sikring av oppfølging av opptrappingsplan for psykisk helse og handlingsplanen for selvmordsforebygging
10. Øremerking av midlene til kommunene på psykisk helse- og lavterskeltilbud

Avslutningsvis vil vi også gjenta forslaget vårt om at Rådet for psykisk helse benytter **avstemninger** for hjelp til prioriteringer i fremtidige prosesser som disse. I en runde rundt bordet der alle får gi sine innspill, er det ikke gitt at det kommer frem hvem som støtter de andres innspill.

Med vennlig hilsen

Bipolarforeningen

v/ Liv Aarberg Lilleengen og Ingeborg Tiltvik