

Inflytande och delaktighet – psykisk hälsa

2020

Bakgrund

- Under projektet Inflytande och delaktighet – psykisk hälsa 2018/2019 har Region Dalarna valt att lägga de riktade medlen för brukarinflytande till att i projektform utforska hur samordning av brukarmedverkan kan utvecklas.
- En Brukarinflytandesamordnare (BISAM) projektanställdes med uppdraget att t.ex. sprida kunskaper om betydelsen av brukarinflytande och delaktighet till kommuner och region samt att stötta och samordna intresseföreningar.
- Aktiviteter som genomfördes 2019 ser ni i sammanfattningen som skickats ut.

Resultat 2019 och fortsättning 2020

- Inflytandesamordnaren har visat sig vara en framgångsrik och viktig funktion för att stärka och samordna brukare och intresseorganisationer.
- I det fortsatta arbetet 2020 fortsätter arbetet med utveckling av metoder för att inhämta brukarerfarenheter och särskilt fokus kommer ges till att stärka **brukarrådens** inflytande och delaktighet.
- Projektet fortsätter att rikta sig till patienter/brukare med psykisk sjukdom och/eller psykisk funktionsnedsättning från 18 år och uppåt.
- Projektet bedrivs även fortsatt från Avdelningen för hälsa och välfärd på Region Dalarna och även 2020 med de riktade medlen från staten.

Vad tycker brukarrörelsen efter första året med BISAM som funktion?

- Ökat samarbete och en gemensam plattform.
- Bättre struktur och information kring brukarsamverkan.
- Mer kunskap om vad som finns i länet och vi kan nå ut i samhället.
- Vi har någon som lyfter våra frågor och någon att bolla tankar och idéer med.
- BISAM håller ihop Nätverket och utan BISAM skulle nätverket falla samman. Det finns nu en sammanhållande kraft hos de föreningar som inte är med i nätverket.
- Bevakningen av intressepolitiken har ökat och vi har en dörröppnare till regionen.
- Utan BISAM skulle det bli väldigt mycket oreda. Kaos! Ingen som håller i trådarna.
- Mer brukarinflytande gentemot kommuner och Region Dalarna i förlängningen en bättre vård i psykiatri och ett bättre anhörigstöd i kommunerna.
- BISAM ska finnas permanent. Då vi får arbetsro att jobba och fokusera på det vi ska.

Varför brukarinflytande och delaktighet?

Delaktighet och inflytande för patienter/brukare och anhöriga är när det ses som en självklar väg till kvalitetsutveckling av vård- och stödinsatser.

- **Maktutjämning:** Brukarinflytande förskjuter maktbalansen mellan de som beslutar om insatser eller utför dem, och de personer som får insatserna.
- **Anpassning:** De som beslutar om eller utför vården och de sociala insatserna får mer kunskap om målgruppernas behov och erfarenheter.
- **Effektivitet:** Det är mer effektivt att utgå från målgruppens faktiska behov än att utgå från behov tolkade av andra.
- **Legitimitet:** Personerna som erhåller insatser får större förståelse och acceptans för hur vården och socialtjänsten fungerar om de är med och påverkar insatserna.
- **Egenmakt:** Att medverka och få makt över beslut och insatser som rör det egna livet ökar självförtroendet och förändrar självbilden. Även de professionella får då en annan syn på brukarna.
- **Återhämtning:** För möjligheten att återhämta sig från psykisk ohälsa, anses makt och ansvar att påverka beslut som rör den egna livssituationen vara viktiga faktorer.

Brukarinflytande inom psykiatri och påverkansmöjligheter inom psykisk hälsa i Dalarna

- BISAM (Brukarinflytandesamordnare)
- Dalarnas nätverk för psykisk hälsa
- Brukarråd, psykiatri, missbruk/beroende och BUP
- Levande bibliotek
- FRID (Funktionshinderrådet i Dalarna)
- Lokala frunktionshinderråd
- Patientråd
- Tillgänglighetsråd
- Lokala brukarråd
- Peer Support
- Medverkan i olika arbetsgrupper

Fortsatta aktiviteter 2020

- Fortsätta samverka med föreningar, Dalarnas nätverk för psykisk hälsa, Nätverket för suicidprevention, anhörigstödarna, personliga ombud, samordningsförbunden (Finsam) samt studieförbunden i länet.
- Fortsätta att vara en del i arbetet med att införa PEER support.
- Fortsätta göra och sprida månadsbrev och regelbundet uppdatera facebooksidan med aktuell information.
- Fortsätta och utveckla arbetet med brukarråden– Psykiatri, Missbruk/beroende och BUP, samt lokala brukarråd, patientråd och funktionshinderråd.
- Fortsätta med nationell samverkan genom NSPH och nätverksträff för BISAM (Brukarinflytandesamordnare)
- Fortsätta medverka vid mässor och andra forum för att sprida kunskap om inflytandefrågor.
- Fortsätta att erbjuda föreläsningar om projektet och om psykisk hälsa till olika grupperingar.
- Anordna inspirations- och temakvällar för brukarrörelsen.
- Utveckla och förbättra Hearingen.

Några ”nyheter” för 2020

Satsning på vecka 41

”Fokus på psykisk hälsa i Dalarna”

- En arbetsgrupp ska utses och jobba för att sprida psykisk hälsa under vecka 41.
- Goda exempel ska lyftas fram och vi ska visa upp bredden och mängden av verksamheter och aktiviteter som finns i Dalarna på temat psykisk hälsa.
- Tex. föreläsningar, teater, workshops, musik, öppet hus m.m.



MHFA - Mental Health First Aid *eller på svenska* Första hjälpen till psykisk hälsa

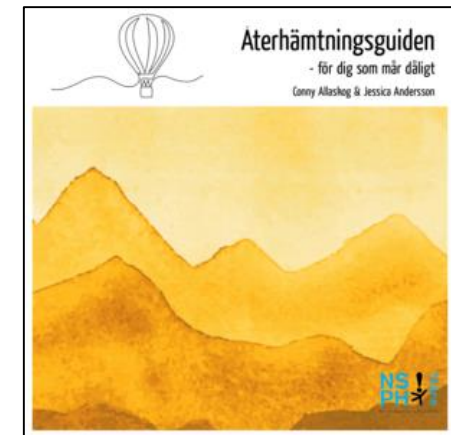
- Instruktörsutbildning för projektledare och en representant från brukarrörelsen.
- Utbildningar kommer erbjudas under 2020.

Tre versioner

- Ungdom, 14 timmar.
- Vuxen, 12 timmar.
- Äldre, 12 timmar.

Återhämningscafé

Bjuda in till öppna träffar, på någon plats i länet, för att prata om återhämtning efter psykisk ohälsa.



Några ”nyheter” för 2020

Patientforum

- En samtalsledare med egen erfarenhet av psykisk ohälsa leder mötet på en slutenvårdsavdelning och en chef för verksamheten för anteckningar.
- Patienter bjuds in för att kunna samla in synpunkter på vården.
- Forumen bjuder in varje eller varannan vecka för samtal.
- Detta samlas ihop till minnesanteckningar för att tas upp tex. på avdelningens APT för att förbättra och utveckla verksamheten.

Tematräffar på Fontänhuset i Falun



- Regelbundna möten med både Fontänhusets medlemmar och personer utanför verksamheten.
- Till en början en gång i månaden för att se behovet.
- Gruppen bestämmer tillsammans tema inför varje träff.
- ...och följa processen om att eventuellt starta Fontänhus i Borlänge

Peer Support Personlig Egen Erfaren Resurs



En person med egen erfarenhet av psykisk ohälsa utbildas till att arbeta som stödperson med återhämtning inom verksamheter som erbjuder vård, stöd eller rehabilitering.

**Professionell
kamratstödjare**

Samverkanspartners, arbetsgrupper m.m.

- ❖ RSMH
- ❖ Svenska OCD förbundet
- ❖ IFS
- ❖ Föreningen Balans
- ❖ Fisk & Fri
- ❖ Familjekällan
- ❖ nxtME
- ❖ Organiserade Aspergare
- ❖ Attention
- ❖ Autism och Aspergerföreningen
- ❖ SPES
- ❖ Spelberoendes förening
- ❖ Fontänhuset i Falun
- ❖ X-cons
- ❖ Verdandi
- ❖ Ria – hela människan
- ❖ AA
- ❖ Länkarna
- ❖ Dalarnas nätverk för psykisk hälsa
- ❖ NSPH
- ❖ Anhörigstödjare i kommunerna
- ❖ Personliga ombud
- ❖ Finsam
- ❖ Studieförbunden
- ❖ Nätverket om psykisk ohälsa i Ludvika/Smedjebacken.
- ❖ Brukarråd lokalt inom missbruk och psykiatri
- ❖ Brukarråd inom regionen inom missbruk och psykiatri och BUP
- ❖ Patientråd, Tillgänglighetsråd, Funktionshinderråd
- ❖ Läns Chefsnätverket
- ❖ Arbetsgrupp för PEER support till Dalarna
- ❖ Nätverk för BISAM i Sverige
- ❖ Länsstyrelsen
- ❖ Region och kommuner
- ❖ Orsa Besöksgrupp
- ❖ Kommande arbetsgrupp för v. 41 ”Fokus på psykisk hälsa”

Tips!

Nära vårdpodden, avsnitt 3

- Hur utvecklar vi hälso- och sjukvården tillsammans

Åsa Steinsaphir, BISAM i Region Stockholm i samtal med Emma Spak. Fokus i detta avsnitt är patientdelaktighet och kraften i att fundera över hur vi tillsammans med patienter kan utveckla och förbättra hälso- och sjukvården.

N Ä R A V Ä R D

P O D D E N

Åsa Steinsaphir

- Hur utvecklar vi hälso- och sjukvården tillsammans?



- en podcast från SKL

Kontaktuppgifter

Therese Olsson

BISAM/Projektledare, Inflytande och delaktighet – psykisk hälsa

Region Dalarna, avdelningen för hälsa och välfärd

Myntgatan 2 i Falun

Tel. 023 – 77 70 12

Sms: 072-200 12 59

therese.olsson@regiondalarna.se



Inflytande och delaktighet – psykisk hälsa

