EN BOK OM SAMVERKAN
FÖR STÖD TILL ÅTERHÄMTNING

Om oss i följande kommuner

Simrishamn

Sjöbo

Skurup

Tomelilla

Ystad

BISAM i samarbete med Socialpsykiatri och Psykiatri 2014 - 2020

INNEHÅLL

BISAM HAR ORDET 3
ARBETET FÖR PSYKISK HÄLSA I SYDOST 4
BAKGRUND 9
Lokal samverkansöverenskommelse 9
INFLYTANDEARBETET 10
Brukar- och Anhörigrådet 10
Informationsguide för psykisk hälsa och informationsspridning 13
BISAM - Brukarinflytandesamordnaren 14
Framtidstänk som kanske inte blir av 17
Inflytandedagar 2015 18
Samverkan BISAM och ISAM, dvs kommun och region (Psykiatri Skåne) 20
Inflytandeplan för psykisk hälsa 21
Kompetensgruppen 38
Brukarrevisorerna 40
FESTLIGHETER 42
AKTIVITETER OCH MÖJLIGHETER I ÅTERHÄMTNINGSPROCESSEN 44
Att skriva i läkande syfte 44
En KONSTig bok 46
Fokus Anhöriga 68
Gå för psykisk hälsa 77
Häng med oss ut 80
Kooperativet bredvid 82
Matbok 83
Basvaror – bra att ha hemma 83
Bengts Makaronpudding 89
Medborgarakademi – öppna föreläsningar 90
Psykbussen 91
Skåneveckan för psykisk hälsa vecka 41, 2014 - 2020 94
Squaredans 101
Återhämtningscaféer 102
Återhämtningsutbildningar 115
Älskade Ångest 116
NSPHiGs HANDBOK FÖR BRUKARINFLYTANDE 127
AVVIKELSER I ÖVERENSKOMMELSE 128
FÖRLOPPET AVVECKLING AV BISAM-FUNKTIONEN 131
BISAM KNYTER IHOP SAMVERKANSBOKEN 144

BISAM HAR ORDET

Du har en unik skrift framför dig.

En skrift som är skapad tack vare att människor valt att ta plats i sin återhämtningsprocess och att vara en aktiv deltagare på sin egen återhämtningsresa.

En skrift som är skapad för att belysa olika aktiviteter som bidragit till ökat psykiskt välmående och som gett en känsla av sammanhang, meningsfull sysselsättning och livsglädje för så många.

En skrift som spänner över de fem sydostskånska kommunerna Simrishamn, Sjöbo, Skurup, Tomelilla och Ystad. Den spänner över det arbete som gjorts av enskilda individer för att tillsammans med professionella öka möjligheterna till inflytande för alla som på olika sätt berörs och påverkas av psykisk ohälsa.

En skrift som sammanfattar och belyser vikten av samordning, sammanhang, gemenskap, ärlighet.

Det är en skrift som jag, Maria Samuelsson, i min roll som BISAM (brukarinflytandesamordnare i sydöstra Skåne) har sammanställt när det är dags att avsluta det nästan sju år långa arbetet med att sätta brukarinflytande på dagordningen på verksamhets-, lednings- och individnivå inom socialpsykiatri och psykiatri och i samhället i ovan kommuner.

Mycket har blivit gjort och det är jag oerhört nöjd och stolt över. Vi har tillsammans skapat, utfört och utvärderat våra aktiviteter. Vi har tillsammans arbetat på individ-, verksamhets- och samhälls-/systemnivå. Vi har gjort allt detta utan att ha en manual. Vi utgick från det man alltid måste utgå från, det behov som finns och de mål och delmål som sätts upp för att nå livstillfredställelse och återhämtning.

Jag har brunnit för mitt arbete och det viktiga, men så otroligt stora och komplexa uppdraget att stärka och öka möjligheterna till inflytande för alla som lever med psykisk ohälsa och deras anhöriga/närstående i sydöstra Skåne. Jag har i princip fått utveckla funktionen helt på egen hand och där jag förväntats ta hjälp av min egen erfarenhet av psykisk ohälsa. Utifrån detta har jag ofta fått ta kritik för de strider och konflikter det innebär när omgivningen inte kan möta de behov som uppmärksammats och de förändringar som behöver ske för att nå en jämlik nivå för alla.

Min förhoppning framöver, för alla berörda brukare, patienter, anhöriga, personal och chefer, är att varje enskild individ klarar av att själv stå upp för det som är rätt och riktigt. Att själv våga höja sin röst och att bli lyssnad på och komma till tals och det viktigaste av allt, bli tagen på allvar.

Arbetet med att bryta de föreställningar och den stigmatisering som finns kring psykisk ohälsa är allas ansvar och ett arbete som inte låter sig göras utan medverkan från dem det drabbar. Inflytande handlar inte om att bli tillfrågad/delta, utan om att aktivt kunna medverka och påverka.

Styrgruppen för samverkan har enväldigt fattat beslut om att BISAM som funktion inte längre behövs i sydöstra Skåne och i skrivande stund är det fortfarande oklart på vilket sätt cheferna i verksamheterna ska driva inflytandearbetet vidare efter årsskiftet.

Min förhoppning är att allt det som byggts upp får leva vidare och fortsätta drivas 2021 och framåt. Denna skrift är en summering av det som skett under min tid som BISAM i sydöstra Skåne. Jag vill avsluta med ett STORT VARMT OCH INNERLIGT TACK till alla er som kämpat, och kämpar, för att BISAM-funktionen ska finnas kvar och som varit mina ovärderliga samarbetsparter under år.

Maria Samuelsson

Maria Samuelsson

Järrestad 2020-12-21

ARBETET FÖR PSYKISK HÄLSA I SYDOST

Ända sedan en Psykiatrisamordnare, sedermera Utvecklingsledare, anställdes i Ystad Kommun har det arbetats för psykisk hälsa i sydost. I den här skriften är fokus på det inflytandearbete och de aktiviteter kring psykisk hälsa i sydost som skett från 2014 då BISAM-funktionen infördes. Först milstolpar per år och längre fram i denna skrift finns aktiviteterna mer detaljerat beskrivna.

2006 startade det tvååriga Milton-projektet för samverkan. I sydost startades en ”Samverkansgrupp kring vuxna med psykiska funktionsnedsättningar”. Påföljande år, 2007, hölls utbildningar kring Återhämtning. Då anställdes också två medarbetare med brukarerfarenhet för två år. Milton-projektet avslutades 2008. Samma år startade Psykiatrisamordnaren upp Brukar- och Anhörigrådet här i sydost. Inventering ”Upplever brukarna att kommunernas sysselsättning matchar deras behov och intresse?” gjordes av Mats Adrian och Susanne Rosenthal. 23 brukare intervjuades i fem kommunerna. Rapport skrevs. Kommentarerna från denna rapport 2008 är överensstämmande med resultat från brukarrevisionerna som genomförts 2016-2020. Man önskade att kunna delta i olika kommuner utifrån vad kommunens verksamhet erbjuder och om det matchar individen, inte bara där man är folkbokförd. Tolv år senare är fortfarande varje individ hänvisad till sin kommuns verksamhet, förutom projektet Häng Med Oss Ut och några sociala aktiviteter som skapats mellan kommunerna.

2009 bildades ett lokalt ”nätverk” för utveckling av möjligheter till arbete/sysselsättning. Man höll bemötandeutbildningar. Det gjordes också en översyn av möten mellan psykiatri och kommun. Regionen har börjat formulera ett ramavtal för samverkan Finns behov av lokal samverkansöverenskommelse?

2010 skrevs en ”Lokal samverkansöverenskommelse” under av socialchefer, verksamhetschefer inom regionen. Utbildning av personal och införandet av Case management/Strengths model (styrkemodellen) påbörjades. Även Supported Employment (ISA – Individuellt stöd till arbete) och Samverkansmöten med psykiatri slutenvård (SVPL). Medarbetare med brukarerfarenhet anställdes för studiecirkelaktivitet.

2011 gjordes gemensam utveckling i sydöstra Skåne (GUSS). Man satsade på Vardagsstöd, Hälsa och livsstil. Marianne Stellin spred kost-/hälsokunskap via MatPrat.
2012 startade PRIO-satsningen. Nu uppmärksammades också äldres psykiska hälsa. Att förebygga metabolt syndrom/uppmärksamma fysisk hälsa påbörjas. Deltagare går utbildning till kooperatörer.
2013 skrevs Ramöverenskommelse om samverkan för Skåne. Det sociala kooperativet öppnade butiken ”kooperativet bredvid" i Tomelilla

2014 konstituerar sig en ”Styrgrupp för samverkan” utifrån ”Lokal samverkansöverenskommelse”. För att lägga fokus på inflytandefrågor skapas BISAM-uppdraget.

- Brukarinflytandesamordnare Maria Samuelsson anställs. Uppdraget är tidsbegränsat på nio månader.
- BISAM uppdaterar ”Informationsguiden för vuxnas psyskiska hälsa”.
- BISAM arrangerar ”Skåneveckan för psykisk hälsa”, för första gången i sydost, men femte året i Skåne. Varje kommun har en dag med två aktiviteter.

2015 arrangeras Inflytandedagar för Brukare respektive Anhöriga hålls på Ystad Saltsjöbad. Här läggs grunden till Inflytandearbetet utifrån brukares och anhörigas ”fem-i-topp”-listor. Brukarna skapade film https://www.youtube.com/watch?v=au5BJXosWAw

Under året arrangerar BISAM tillsammans med egenerfarna och profession öppna föreläsningar dit alla är välkomna – Medborgarakademi. För att nå ut med information startar BISAM sidan Brukarinflytandesamordnare i sydost på Facebook. www.facebook.com/bisamsosk

På hösten börjar BISAM samverka med Anhörigkonsulenterna från kommunerna och Anhörigombuden i Psykiatrin i arbetsgruppen Fokus Anhöriga. Skåneveckan i sydost arrangeras vecka 41 och vi har föreläsningar i Ystad och Tomelilla.

Tio stycken Brukarrevisorer utbildas under hösten 2015/våren 2016. En brukarrevisor är personer med egen erfarenhet av, eller som anhörig till någon med, psykisk ohälsa

2016

Inflytandearbete

- Medborgarakademin med föreläsningar för allmänheten fortsätter på Österlens Folkhögskola
- Första brukarrevisionen görs under utbildningen. Boendestödsverksamheten Tomelilla.
- Utv.ledare och BISAM turades om att leda Brukar- och Anhörigrådet. Detta övergick sedan till att BISAM och ISAM leder Brukar- och Anhörigrådet
- Brukarrevision Boendestödsverksamheter påbörjas i Ystad och Simrishamn.
- SAMSAS-dag 3 mars 2016. Arbetade vidare med resultatet från Inflytandedagarna. Samarbete inleds nu med Psykiatri Skåne VO Kristianstads ISAM (inflytandeansvarig) Marie Gassne.

Aktiviteter

- Jubileum 10 år av Återhämtningsinriktat arbete – Ystad Teater
- Skåneveckan i sydost arrangeras vecka 41 och vi har föreläsningar i Skurup och Tomelilla.

2017

Inflytandearbete

- 1 januari - BISAM-funktionen blir en tillsvidaretjänst i Ystad Kommun.
- BISAM och ISAM ledde fem stycken Brukar- och Anhörigråd under året
- SAMSAS-dag 26 mars, Hotell Svea, Simrishamn tillsammans med ISAM
- Brukarrevision på övriga kommuner genomförs och samlad rapport om Boendestödsverksamheten görs och lämnas till enhetschefer och Styrgrupp.
- Utvecklingsledaren samlade Brukar- och Anhörigråd och Samverkansgrupp Vuxna på Mossbylund. BISAM hade dragning huruvida brukarinflytandet inte får genomslag i organisationerna/verksamheterna. Föreningsrepresentanterna framhöll SIP som en av de viktigaste punkterna för individuellt inflytande. Beslöt att ha Brukar- och Anhörigråd två gånger per termin för att garantera deltagande från verksamheterna. Vi beslöt också att förmötena med föreningar, BISAM och ISAM skulle utgöra underlag för nästa Brukar- och Anhörigråd.

Aktiviteter

- Två Medborgarakademi-tillfällen hölls på Österlens Folkhögskola.
- Familjedag i Nybrostrand tillsammans med föreningarna Attention och RSMH Österlen
- BISAM pratar för Simrishamns Socialnämnd
- BISAM och ISAM arrangerar årets BISAM-nätverksträff som hålls i Ystad.
- Skåneveckan i sydost arrangeras vecka 41 och vi har föreläsningar i Ystad, Skurup och Simrishamn.
- VI har vårt första ”Run for mental health” och en av deltagarna var kommande konferencier som höll i Kristianstads Världsdag, Anne Lundberg.
- På Världsdagen i Kristianstad deltog våra squaredansare från Tomelilla och Ystad på Stora Scenen i Kulturkvarteret.

2018

Inflytandearbete

- Förmöten inför Brukar- och Anhörigrådet införs av BISAM och ISAM. Detta för att samla ihop frågor och synpunkter och sätta tema för kommande Brukar- och Anhörigråd och ge enhetschefer och övriga funktioner möjlighet att förbereda sig inför rådet. Tre förmöten och fyra Brukar- och Anhörigråd.
- Kompetensgruppen bildas av BISAM med ISAM och nyckelpersoner, dvs brukare och personal från socialpsykiatrin i alla fem kommunerna och patienter och inflytandeombud från vuxenpsykiatrimottagningarna i Simrishamn och Ystad. VI hade kick off för dessa nyckelerpsoner på Lite Mer i Ystad 3 september. Föreläsare och inspiratör var Mårten Jansson, NSPH.
- SAMSAS-dag 31 maj i Brösarp. En heldag med föredrag från Psykiatrin, dels av enhetschefen Öppenvård Ystad och från tillförordnad verksamhetschef i verksamhetsområde Kristianstad. Mycket diskussioner i grupper, som kunde göras utomhus i strålande sol ☺
- BISAM och Camilla Bogarve tog fram och höll en pilot av Återhämtningsutbildning i september med inriktning på den egna återhämtningen. En kurs kommer hållas per termin.
- BISAMarna Ewa och Maria närvarade vid en Hälsomässa i Simrishamn. Många sökte kontakt och samtalade. Vi delade ut många Informationsguider och annat som kan behövas för att hitta rätt vid psykisk ohälsa.
- Föreningsrepresentanterna från sydost inbjöds till arvoderat deltagande i ISAMs Inflytanderåd VO Kristianstad.
- PRIO-medel per kommun fördelas från och med i år med att hälften stannar i respektive kommun och hälften läggs i gemensam pott som Utvecklingsledaren sköter utifrån Styrgruppens direktiv.
- Styrgruppen kallade till dialogmöte i september i Bjärsjölagård. Bland annat kring ”enskildas delaktighet, inflytande och rättigheter”. Här tänkte man om avseende organisation och styrning kring samverkan. Nu skulle vi arbeta på bredden över samverkansgrupperna och inte i stuprör. Här lyfte flera grupper fram vikten av att involvera BISAM och föreningarna för att ge ett bredare perspektiv i arbetet framöver.
- 26 oktober Mossbylund – BISAM och ISAM föredrag inflytandearbetet för Styrgrupp och samverkansgrupperna
- www.ystad.se/psykiskhalsa börjar struktureras av BISAM

Aktiviteter

- ”Låt hjärtat vara med” 14 februari i Surbrunnsparken, Ystad. Anhörigfokus och Ingrid Lindholm från Anhörigprojektet, Marie-Louise Kvist, barnombud Psykiatrin och Hasse Brontén, komiker med uppväxt med en pappa som var bipolär.
- Medborgarakademi: Käthe Ivarsson föreläste på Österlens Folkhögskola
- Heldag i Tomelilla om ”funktionsvariationer” med Bo Hejlskov om lågaffektivt bemötande och ADHD-Jojje om sin resa. På kvällen var det anhörigfokus på Bos föreläsning. Totalt deltog 1 100 personer under dagen på de olika passen. BISAM arrangerade tillsammans med Fokus Anhöriga.
- Skåneveckan i sydost arrangerades vecka 41 och vi har en stor aktivitet tillsammans med Psykiatri Skåne VO Kristianstad på Ystad Teater. VI firar Världsdagen för psykisk hälsa 10 oktober.

Parallella aktiviteter

- ”Återhämtningsguide för heldygnspsykiatrin” togs fram av NSPH Skåne och Psykiatrin. Den finns på våra kommuners psykiatriavdelningar i Malmö, Lund och Kristianstad.
- ”Återhämtningsguide för dig som mår dåligt” lanserades och finns hos Anhörigkonsulenterna och på Träffpunkterna i kommunerna. Beställ gratis via http://www.aterhamtningsguiden.se/

2019

Inflytandearbete

- Tre förmöten och tre Brukar- och Anhörigråd.
- Kompetensgruppen har fem möten.

- BISAM och ISAM börjar med Återhämtningscaféer utifrån förlag från Kompetensgruppen. Vi använder Återhämtningsguiden som stöd för samtal. Alla som berörs av psykisk ohälsa bjuds in.
- Brukarrevisioner
    - Boendestödsverksamheten omgång 2 påbörjas
    - Vuxenpsykiatrimottagningen Simrishamn genomförs
    - Vuxenhabiliteringen Ystad slutförs
    - Häng med oss ut (HMOU 2.0) genomförs. Intervjuer med brukare och personal i de tre kommunerna Sjöbo, Tomelilla och Ystad.
- SAMSAS-dag 14 maj på hotell Svea, Simrishamn. Dels hade vi Workshop ”Våra framtidsvisioner” - vad ska vi jobba vidare med? Hur?. Dels diskuterades vad hittills utförts och vad som kvarstod att utföra i Inflytandeplanen på alla nivåer. Representanter från föreningarna och Kompetensgruppen berättade om pågående verksamhet. Vi avslutade dagen med Brukar- och Anhörigråd.
- MiniSAMSAS-dag 26 november på Byavången i Tomelilla. Vi gick igenom vad vi gjort, vad vi inte fått svar på från Styrgruppen, vad vi ska fokusera på. Tyvärr närvarade endast en enhetschef, dock ny – Skurups. Vi beslöt om femårsjubileum för Inflytandedagarna till våren 2020 på Mossbylund och nu en för Personal respektive en gemensam med Styrgrupp, Brukar- och Anhörigråd och Kompetensgruppen.

Aktiviteter
- Medborgarakademi – Marie S Hermansson föreläste om Högkänslighet, Österlens Folkhögskola
- Två föreläsningar av Nåkkve Balldin i Ystad arrangerades av Fokus Anhöriga
- Arbetsgrupp för DB - Delat beslutsfattande bildades av utvecklingsledaren. BISAM deltog.
- Informationstillfällen med Arbetsförmedlingen och Försäkringskassan arrangerades av utvecklingsledaren.
- Skåneveckan i sydost arrangerades vecka 41 i Simrishamn och Tomelilla.
- Run For Mental Health i Ystad Sandskog
- Filmvisning och samtal kring ”Kungen av Atlantis” arrangerades av Fokus Anhöriga och BISAM.
- Inflytandefest arrangeras av BISAM och ISAM med ”livsreseberättelser” och musik av och dans till Nya Stup i Teaterhallen, Tomelilla.

2020
Corona drabbade världen och all verksamhet förändrades och begränsades från februari och året ut.

Inför sommaren beslutar Styrgruppen att avveckla BISAM-funktionen till årsskiftet. Detta beslut, som inte förgåtts av någon dialog, ingen utvärdering av själva funktionen eller konsekvensanalys, kommer prägla 2020. Främst oro kring hur pågående aktiviteter kommer leva vidare, aktiviteter såsom Kompetensgruppen, Återhämtningscaféer, SAMSAS-dagar, Skåneveckan-arrangemang mm.

Inflytandearbetet
- Ambitionen var att förändra Brukar- och Anhörigrådet till ett öppnare forum där allmänheten fick möjlighet att delta. Detta genomfördes dessvärre bara vid ett tillfälle i februari, p g a restriktionerna runt Corona
- Styrgruppen beslöt att arvodera brukarmedverkan som de anser är ”särskilda uppdrag”. Hit anses t ex nyckelperson i Kompetensgruppen eller representation i PO Ledningsgrupp inte tillhöra. Så deras beslut hade ingen verklig effekt för den enskilde 2020.
- Styrgruppen lade Samverkansgrupp Vuxna vilande då man inte ansåg att denna genererade något. Enhetscheferna har således inte längre något gemensamt forum för samverkan.
- Brukarrevision av Häng med oss ut (HMOU 2.0) påbörjades. Intervjuer med brukare och personal i de tre kommunerna Sjöbo, Tomelilla och Ystad och nya deltagare från Skurup.
- Styrgruppen beslutar att inte stötta kooperativet bredvid i Tomelilla ekonomiskt efter maj 2021. ”Medel ska användas bredare inom kommunerna”. Fyra kooperatörers sysselsättning försvinner.

Aktiviteter

- ”På tur med BISAM” – Corona-anpassad verksamhet - utflykter under sommaren:
  Skurup – Svaneholms Slott
  Sjöbo – Öveds Kloster och Kulturens Östarp
  Tomelilla – Skåne Tranås och Tryde
  Ystad – Skåne Tranås och man hade egna träffar vid Marinan och i Norra Promenaden
  Simrishamn stängt hela sommaren och svårt samordna då inte nådde brukarna
- BISAM gjorde ansats kring ”Det digitala” och genomförde två träffar i varje kommun utomhus under juni och juli.
- Kooperativet bredvid genomförde några ZnickZnack – gemensamma promenader för samtal.
- Sommarcafé ihop med PO Skåne 20-årsjubileum
- Ystad påbörjar arbetet med en Matbok
- Simrishamn påbörjar arbetet med skriften Älskade Känslor
- Skrivkurs hålls gemensamt för kommunerna och 20 personer vill anmäla sig. 12 deltar.
- Skåneveckan
- Skåneveckan för psykisk hälsa och här i sydost hade vi en marknadsföringskampanj genom att en dag per kommun stå vid buss-/tågstation och dela ut informationsmaterial under temat ”Kärlek och medmänsklighet”. Se avsnittet om Skåneveckan längre fram för att få bilder från dessa fantastiska dagar med stort engagemang i varje kommun.
- Run for Mental Health byter namn till Gå för psykisk hälsa. Tre startgrupper och totalt 115 deltagare.
- BISAM nomineras till ”Årets Känslovisionär 2020” på Känslogalan i Malmö i december

Inställda aktiviteter på grund av Corona 2020:

- Brukarrevision Boendestödsverksamheten omgång 2 slutförs inte, men Tomelilla, Skurup och Sjöbo är klara. Simrishamn och Ystad kvarstår.
- Inflytandedialog – det nya forumet baserat på Brukar- och Anhörigrådet. Kunde inte genomföras då restriktionerna inte tillät att man samlade människor i större grupper under 2020.
- Återhämtningscaféerna ställs in oktober, november och december
- Knoppen- och Kroppen-loppet som BISAM börjat samverka med Fritiden i Ystad kring.

Inställda aktiviteter på grund av Styrgruppens omorganisering 2020:

- Inflytandedag Brukare
- Inflytandedag Anhöriga
- SAMSAS-dag med Kompetensgruppen, Styrgruppen, enhetschefer och föreningsrepresentanter
- Inflytandefest som festligt avslut på Inflytandeplan 2017-2020 och våra Återhämtningscaféer

Parallella händelser:

- Simrishamn och Skurup blir också deltagare i HMOU
- Skurup Personligt Ombud tas tillbaka till kommunen efter att i 1,5 år anlitat PO Skåne.
- ”Återhämtningsguide för dig som står nära någon som mår dåligt” lanserades av NSPH Skåne och finns hos Anhörigkonsulenterna. Går att beställa via http://www.aterhamtningsguiden.se/
- BISAM-facebooksidan har 614 följare
- Styrgruppens kontaktpersoner till BISAM sammankallar brukarrepresentanter och anhörigkonsulenter till ”Samtal om delaktighet” 15 september för att planera inflytandearbetet 2020. BISAM är inte inbjuden. Närvarande brukarrepresentanter påpekar att det är väldigt sent att bjuda in dem när man redan beslutat att avveckla BISAM. Dessutom påpekar man det märkliga att Styrgruppen inte har någon plan för sin omorganisation innan man avvecklar BISAM.
- Vid dags dato 6 januari 2021 finns ingen Inflytandeplan eller Handlingsplan för 2021 i sydost. Styrgruppen har meddelat att de kommer lägga fram en sådan under början av 2021. Således utan varken brukarmedverkan eller brukarinflytande

BAKGRUND

Lokal samverkansöverenskommelse

Lokal samverkansöverenskommelse ligger till grund för allt arbete som utförs för psykisk hälsa i sydost. Skrevs första gången 2010 och en ny skrevs 2014. Denna lokala samverkansöverenskommelse bygger på ramöverenskommelsen från Region Skåne.

2020 skulle en ny skrivas, men den finns ännu inte. Den lokala samverkansöverenskommelsen är inte utvärderad. BISAM har försökt få svar på vad konsekvenserna blir om överenskommelsen inte följs då det inte står i materialet. Inget svar har lämnats av varken Utvecklingsledaren eller Styrgruppen.

Dokumentationen ska ligga under faktadelen ”Samverkan psykisk hälsa” som Utvecklingsledaren sköter, på https://ystad.se/social-omsorg/psykisk-halsa/samverkan/. Det finns dock inget material länkat här i skrivande stund. Att observera är att

- Samverkansgrupp Vuxna har lagts vilande av Styrgruppen
- Styrgrupp för samverkan sydöstra Skåne - psykisk hälsa under 20202 vid avvecklandet av BISAM-funktionen är inte uppdaterad på sidan, utan följande ingår:

Dan Kjellsson	Socialchef Ystad
Stina Lundquist	Socialchef Simrishamn
Camilla Andersson	Socialchef Tomelilla
Eva Gustafsson	Förvaltningschef Sjöbo
Camilla Persson	Socialchef Sjöbo
Anna Palmgren	Förvaltningschef Skurup
Anders Wedin	Förvaltningschef Simrishamn
Peter Södergren	Verksamhetschef Psykiatri Region Skåne
Ingrid Thörn	Områdeschef BUP Region Skåne
Björn Widlund	Primärvården Region Skåne
Christina Nilsson	Verksamhetschef Capio Novakliniken Sjöstaden

INFLYTANDEARBETET

Brukar- och Anhörigrådet

Detta forum startade 2008 av Utvecklingsledaren. BISAM och ISAM tog över 2016. Genom åren har föreningsrepresentanter och enhetschefer deltagit på rådet. Man har haft en fast dagordning för information om pågående aktiviteter inom ramen för PRIO-medel i sydost. Föreningar, verksamehter, utvecklingsledare, BISAM och ISAM har rapporterat.

2017 i Mossbylund beslöt man att fokusera mindre på informationsspridning och mer på utvecklingsområden. Rådet lyfte att man saknar återkoppling från Styrgruppen. Således brister möjligheterna för rådsdeltagarna att synliggöra inflytandearbetet för målgruppen.

Förmöten några veckor före ordinarie Brukar- och Anhörigråd införde 2018. Detta för att föreningsrepresentanterna tillsmans BISAM och ISAM skulle diskutera aktuella punkter och sätta dagordning för kommande råd. Detta för att kunna lyfta aktuella behovsområden för utveckling.

Styrgruppen kallade till dialogmöte i september 2018 i Bjärsjölagård. Bland annat kring ”enskildas delaktighet, inflytande och rättigheter”. Här tänkte man om kring organisation och styrning kring samverkan. Nu skulle vi arbeta på bredden över samverkansgrupperna och inte i stuprör. Här tog flera grupper fram vikten av att involvera BISAM och föreningarna för att ge ett bredare perspektiv i arbetet framöver.

2020 var avsikten att vidga deltagandet i rådet och vi tänkte bjuda in bredare till Inflytandedialog.

Reglemente för Brukar- och Anhörigrådet i sydöstra Skåne

1. Allmänt

Brukar- och Anhörigrådet i sydöstra Skåne är ett forum för att möjliggöra brukare och anhöriga/närståendes rättigheter till delaktighet och inflytande. Brukar- och Anhörigrådet syftar till att tillvarata varandras kunskaper/erfarenheter och genom brukar/anhörig- och närståendemedverkan utveckla delaktighet och inflytande inom våra verksamheter.

Utgångspunkten för rådsarbetet är att alla parter möts i en dialog där målet är att öka kunskapen om olika gruppers erfarenheter och behov. Detta avser både individuella processer som aktiv brukar/anhörig/närståendemedverkan i verksamhetsutveckling.

Representanter i rådet är:

- Företrädare från brukar/anhörigföreningar för psykiskt funktionsnedsatta
- Företrädare från socialpsykiatrin i samtliga kommuner i sydöstra Skåne
- Företrädare för de psykiatriska öppenvårdsenheterna i sydöstra Skåne
- Företrädare för psykiatrisk heldygnsvård

En föreningsrepresentant ska vara utsedd av och representera endast en förening. Representanterna bidrar med sin egenupplevda erfarenhet och återkopplar föreningsmedlemmarnas brukar och anhörig/närståendeperspektiv.

Representanterna utgör ett värdefullt stöd med sin kompetens och erfarenhet av psykisk funktionsnedsättning samt anhörig och närståendeperspektiv vid planering och genomförande av övergripande mål och en långsiktig hållbar utveckling av verksamheterna.

Förmöten:

BISAM och ISAM samt intresseorganisationer/föreningar träffas i gemensamma förmöten där frågor bereds som sedan utgör basen för agendan vid kommande Brukar- och Anhörigråd. Förmöten är av informell karaktär och prioritering av frågor sker under mötet.

2. Brukar- och Anhörigrådets ansvar
Brukar- och Anhörigrådet i sydöstra Skåne har inte beslutsmandat och ärende som berör enskild person får inte hanteras i rådet.

Rådet utgör en referensgrupp till Styrgruppen för samverkansöverenskommelsen som finns i sydöstra Skåne. Rådet ersätter inte lokala referens-/fokusgrupper.

Ansvaret för mötesforumet delas mellan kommunernas brukarinflytandesamordnare (BISAM) och ISAM Vuxenpsykiatrin VO Kristianstad Sydost.

Representationen på mötena utgörs av den av verksamheten utsedde personen och/eller dennes ställföreträdare.

Representanterna ansvarar för förberedelser av frågor/information inför mötena.

Representanterna har ansvar för att de överenskommelser och avtal som fattas i rådet delges verksamheterna/föreningarna och att beslut efterlevs och följs upp.

3. Arvodering
Intresseföreningarnas representanter arvoderas av Vuxenpsykiatrin för sitt deltagande på råds- och förmötena enligt Region Skånes gällande riktlinjer för minimiersättning vid medverkan i Division Psykiatris utvecklingsarbete. Reseersättning utgår för resa med egen bil, allmänna kommunikationsmedel samt eventuella parkeringsavgifter. Underlag för resor/avgifter ska lämnas in till ISAM.

4. Sammansättning och representation
BISAM, ISAM samt utvecklingsledaren i sydöstra Skåne
Kommunal socialpsykiatri
Psykiatrisk öppen- samt heldygnsvård
Intresseföreningar för brukare/anhöriga/närstående

Verksamheterna utser själva sina representanter.

Vid votering röstar endast 1 representant från respektive förening/verksamhet.

Samtliga deltagare i brukar och anhörigrådet förväntas bidra med information, återkoppling kring pågående inflytandearbete inom respektive verksamhet/förening samt aktivt bidra till att Brukar och anhörigrådets syfte och mål efterlevs.

Intresseföreningar i sydöstra Skåne:
Anhörig Skåne
Attention Skåne län - Intresseorganisation för människor med neuropsykiatriska funktionshinder
Autism och Aspergerföreningen - Intresseorganisation för människor med autismliknande tillstånd, närstående och personal
IFP – Intresseföreningen för personer med psykoser
IFS - Intresseföreningen för schizofreni och andra psykoser
RSMH Österlen - Riksförbundet för Social och Mental Hälsa
Svenska OCD förbundet - Obsessive Compulsive Disorder/Tvångssyndrom

Till rådsmötena kallas ordinarie representanter. Föreningarna kan utse 2 (två) ordinarie ledamöter vardera. Ersättare ska utses för ordinarie ledamot och ersättaren deltar endast vid ordinarie ledamots frånvaro. Ordinarie ledamot ansvarar då för att ersättaren får kallelse med tillhörande dagordning och eventuella bilagor.

Härutöver kan rådet besluta att vid behov bjuda in andra deltagare med önskad, specifik kunskap. Psykiatrins verksamhetsledning bjuds in och medverkar vid behov.

5. Dagordning och kallelse
Kallelse till förmöten skickas av BISAM och ISAM senast 3 veckor före mötet.

Önskemål om punkt till dagordning för Brukar och anhörigrådet görs till BISAM och ISAM senast 3 veckor innan rådet sammanträder. BISAM och ISAM ansvarar för att skriva och skicka ut kallelse med förmötets förslag till mötesdagordning, inkl. eventuella bilagor. Kallelse med dagordning ska vara ordinarie ledamöter tillhanda senast 2 veckor före sammanträdesdag.

Stående punkter på dagordningen:

1. Formalia
2. Uppföljning av tidigare beslut
3. Kort information från verksamheterna och föreningarna
4. Frågor/diskussionspunkter från förmötet
5. Punkter att lyfta från Brukar- och Anhörigrådet till nästa Samverkansmöte
6. Punkter att lyfta från Samverkansgruppen till Brukar- och Anhörigrådet

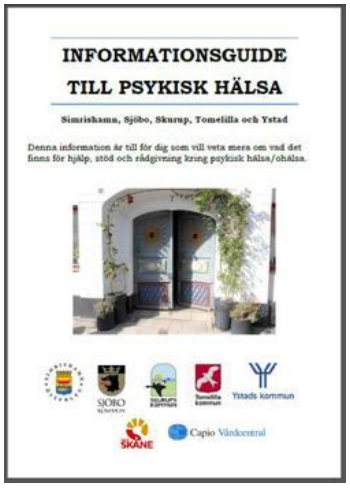
6. Sammanträden och protokoll
Brukar- och Anhörigrådet i sydöstra Skåne sammanträder 4 gånger per kalenderår och föregås av 4 förmöten. Vid förmöten förs minnesanteckningar.

Rådets sammanträden ska protokollföras. Mötesordförande, mötessekreterare samt två justerare av protokollet utses vid Brukar och anhörigrådets möten. En justerare från verksamheterna och en från föreningarna.

Protokollet ska av sekreteraren skickas till alla ordinarie ledamöter för Brukar- och anhörigrådet i sydöstra Skåne och till den som är berörd av protokollförda synpunkter. Återkoppling ska ske tillbaka till rådet för uppföljning av den del som avser beslut.

Utvecklingsledaren ansvarar för att protokollet når respektive kommuns socialnämnd/motsvarande, Beredningen för primärvård, psykiatri och tandvård (PPT) i Region Skåne samt Styrgruppen och Samverkansgrupperna i sydöstra Skåne.

7. Ändringar i Reglementet
Ändring av detta reglemente kan aktualiseras av ordinarie ledamot i Brukar- och Anhörigrådet i sydöstra Skåne. Genomgång av reglementet ska ske årligen genom en arbetsgrupp av BISAM, ISAM och föreningsrepresentanter. Beslut om ändring i detta reglemente fattas av Brukar- och Anhörigrådet.

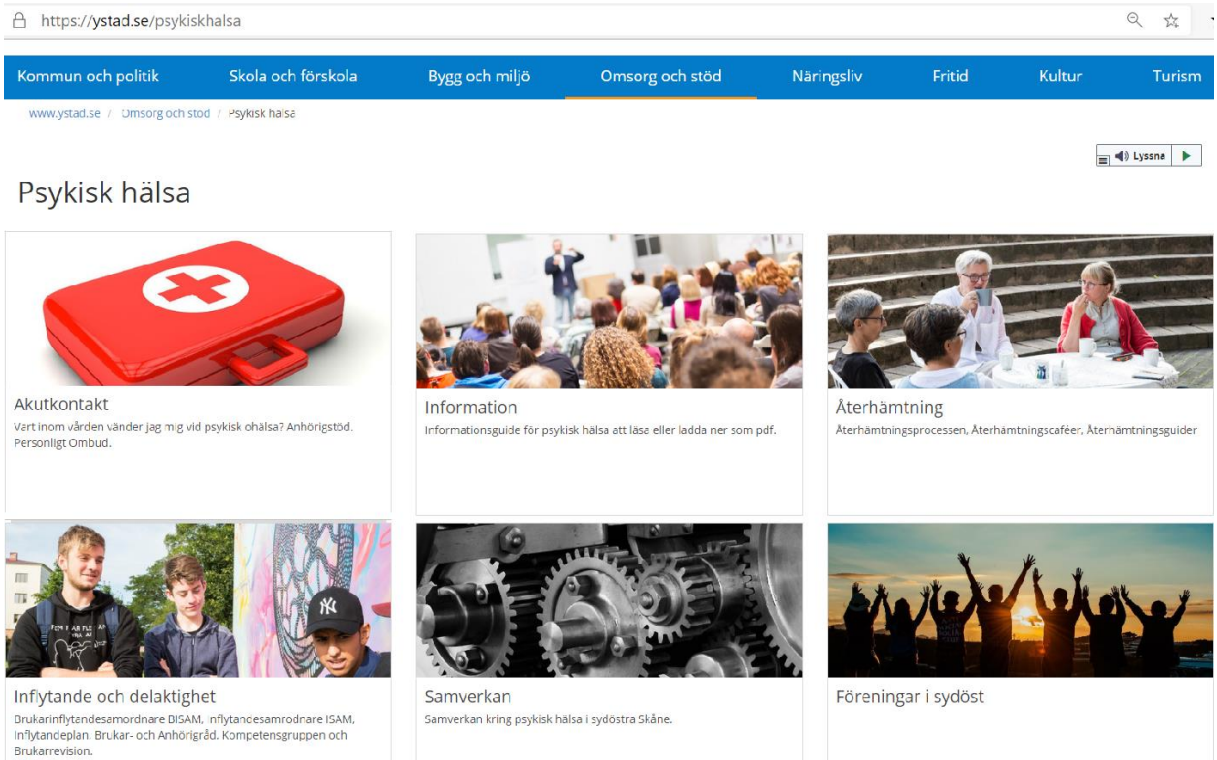


Informationsguide för psykisk hälsa är ett material som skapades utifrån Socialstyrelsens projekt 2012. Uppdaterades 2014 av praktikant Micaela Karlsson, sedan av BISAM Ewa Jönsson och Maria Samuelsson. Totalt har vi tryckt upp 5 000 guider sedan 2014.

Informationsguiden finns som pdf på https://ystad.se/social-omsorg/psykisk-halsa/information---psykisk-halsa/informationsguiden/

Socialcheferna i Styrgruppen beslöt inför 20202 att man inte ska ha tryckt material utan bara digitalt Inför marknadsföringskampanjen under Skåneveckan tryckte vi ”ändå” upp 1 500 ex. 500 i kassar och resten efterfrågades av kommunerna, vårdskolor, överförmyndarmyndigheten, personliga ombuden, socialförvaltningar och psykiatrin.

BISAM skapade en struktur på www.ystad.se/psykiskhalsa som sedan övriga kommuner var tänkta att länka till för att gemensam information skulle kunna hittas från respektive kommun.



BISAM - Brukarinflytandesamordnaren

Utvecklingsledaren och egenerfaren formulerar 2012 ett uppdrag för möjligheter att stärka brukarinflytandet i sydost. BISAM-funktionen beskrivs och Styrgruppen beslutar att anställa en egenerfaren samordnare. 2014 anställs BISAM i projektform på deltid. BISAM ingick i organisationen under Utvecklingsledaren inom Social Omsorg, Ystad kommun.

Ny tjänst med syfte att förstärka brukarperspektivet

En ny resurs har inrättats i sydöstra Skåne, i syfte att utveckla och förstärka brukarperspektivet hos verksamheter som möter personer med psykisk ohälsa. Det är Maria Samuelsson från Järrestad som har rollen som brukarinflytandesamordnare, vilket förkortas BISAM.

■ Maria är anställd av Ystads kommun och har sin arbetsplats på Social Omsorg i Ystad men uppdragsområdet för resursen är hela sydöstra Skåne. Det vill säga Ystad, Simrishamn, Tomelilla, Sjöbo och Skurup. Hon jobbar i nära samarbete med psykiatrisamordnare Micael von Wowern.

När ÖM träffar Maria är hon inne på sin tredje arbetsvecka som brukarinflytandesamordnare och hon berättar att schemat varit fyllt med möten där hon presenterat sig själv och sin yrkesroll för olika verksamheter.

Varför behövs det en brukarinflytandesamordnare?

– Det behövs någon som lyfter frågor om brukarinflytande och delaktighet. Min första uppgift är att ta reda på hur det förhåller sig i verkligheten med delaktigheten. Kanske är det så att professionen tror att brukaren är, och känner sig, delaktig. Medan brukaren kan vara av en annan uppfattning. Detta kan ibland missas i kommunikationen mellan professionen och brukaren, och ibland kan det vara så att brukaren inte orkar strida för sin sak. Du är inte så kaxig när du lider av psykisk ohälsa.

Maria vet. Hon blev själv utbränd 1999 och fick en psykos 2006.

– Efter det fick jag diagnosen bipolär, berättar hon.

Maria är en av dem som har använt sin erfarenhet av psykisk ohälsa till något positivt.

– 2010 utbildade jag mig till Attitydambassadör i kampanjen Hjärnkoll och har arbetat sedan dess för kampanjen i syfte att minska fördomarna om psykisk ohälsa.

Erfarenhet till nytta

Nu kommer Marias erfarenhet till nytta i nya jobbet.

– Vitsen med BISAM-tjänsten var att personen som anställdes skulle ha personlig erfarenhet av psykisk ohälsa. Det var en omvänd situation mot hur det brukar vara när jag söker jobb, säger Maria med ett leende och fortsätter. Jag vet vad som saknas i psykiatrin, men framförallt vad som saknas när du kommer ut och ska stå på egna ben.

Maria har under sina veckor i nya tjänsten bland annat besökt några av de dagliga verksamheterna inom socialpsykiatrin i Simrishamn, Skurup och Tomelilla, deltagit på brukar- och anhörgrådet och även träffat de personliga ombuden, de sistnämnda vilka möter brukarna utan att ha en vårdrelation med dem eller krav på dokumentation av mötena. Hon lyfter fram vikten av deras roll, men även att de som skulle ha behov av deras stöd faktiskt inte alltid vet att ombuden finns och hur man får kontakt med dem.

– Det är det som mitt arbete till stor del kommer att gå ut på, informations- och rättighetsspridning, säger Maria.

Maria Samuelsson arbetar som brukarinflytandesamordnare med uppdragsområdet sydöstra Skåne, det vill säga Ystad, Simrishamn, Tomelilla, Sjöbo och Skurup.

Vilka möjligheter ser du med ditt nya arbete?

– Att stärka brukarnas möjlighet till inflytande och delaktighet över sin situation och återhämtning samt att deras erfarenheter tillvaratas både i vården och i omsorgen. Också att vara delaktig i professionens kompetens- och verksamhetsutveckling. Mer generellt vill jag också försätta arbetet med att öka kunskapen om psykisk ohälsa och påverka attityder till psykisk ohälsa. Med ökad kunskap får du också en större förståelse. Jag får så mycket idéer men tjänsten ska inte heller vara för uppstyrd. Det är brukarna och professionen som ska få vara med och visa vad som behövs. Det kommer att ge sig naturligt under arbetets gång var jag gör störst nytta.

Text och bild Hannah Andersson

Årsskiftet 2016/2017 blir BISAM en tillsvidaretjänst vid Ystad Kommun! Detta tillkännages under stort jubel på tioårsjubileet av samverkan, som firades på Ystad Teater, 11 oktober 2016.

Årsskiftet 2020/2021 avvecklas BISAM av Styrgruppen för samverkan psykisk hälsa sydost

Ursprungsuppdraget 2014

Informationsbrev och uppdragsbeskrivning

Brukares inflytande och delaktighet i sydöstra Skåne ska utvecklas med stöd av ”Brukarinflytandesamordnare” - BISAM

En ny resurs finns tillgänglig i sydöstra Skåne, med uppdrag att bidra till att utveckla och fördjupa brukarperspektivet hos verksamheter som möter personer med psykisk ohälsa.

Resursen ”Brukarinflytandesamordnare”, som förkortas BISAM, är placerad på Socialförvaltningen i Ystads Kommun, men är gemensam för hela sydöstra Skåne.

Jag som har detta uppdrag heter Maria Samuelsson. Mitt uppdrag innebär att jag ska arbeta med frågor som rör brukares och patienters möjlighet till att kunna vara delaktiga och ha inflytande över det stöd och den vård/behandling som hälso- och sjukvården samt kommunen tillhandahåller personer med psykisk ohälsa.

Att stärka brukarnas möjlighet till inflytande delaktighet över sin situation och återhämtning samt att deras erfarenheter tillvaratas både i vården och i omsorgen men även i professionens kompetens- och verksamhetsutveckling. Mer generellt vill jag också arbeta för att öka kunskapen om psykisk ohälsa och påverka attityder till psykisk ohälsa.

Rent konkret kan detta innebära:

- Stärka brukar- och patientperspektivet hos gruppen själv och i verksamheterna
- Samla brukare/intresseorganisationerna och inventera behov/intresse av kunskapsutveckling och arrangera utbildningsinsatser
- Inventera hur brukares/patienter önskar att deras inflytande och delaktighet ska fungera ute i verksamheterna
- Följa om/hur brukares/patienters erfarenheter och rättigheter tillvaratas och efterlevs av omsorgen/vården
- Vara en samtalspart till verksamhetsledning i syfte att öka förståelse för brukar-/patientperspektivet
- Delta i verksamhetsplanering och utveckling av verksamhet inom vård och omsorg och ge förslag till förbättringsområden

Uppdragsgivare är samtliga parter som tecknat lokal överenskommelse om samverkan rörande personer med psykisk ohälsa.
----------SLUT INFORMATIONSBREV----------

BISAM besökte verksamheterna i kommunerna och även vid anhörigträffar inom dessa. Deltog vid Brukar- och Anhörigråd, PO-möte i Tomelilla med alla fyra PO, besökte sociala kooperativet Bredvid i Tomelilla (två brukare). En aktivitet som gjorde avtryck och visade att BISAM-funktionen behövdes och också påverkade var den första samverkanskonferensen som BISAM deltog på tillsammans med utvecklingsledaren och enhetscheferna inom socialpsykiatri och psykiatri på Ellinge Slott under hösten. En enhetschef sammanfattade det som vi upplevde där på konferensen: ”Bara av att du som egenerfaren sitter med här bland oss gör att vi både tänker, formulerar och diskuterar på ett annat sätt”. YES!!!

2015 började BISAM delta på ISAM-träffar genom psykiatrin. Deltog också på nationell BISAM-nätverksträff. Informerade vid APT-träffar i kommunerna. Planerade Inflytandedagen med Trelleborgs ISAM. YA och Radio P4. Fick praktikant Micaela Karlsson. Nätverkade så att Kiriakos Backis kunde börja vara på Gummifabriken i Skurup. Uppstart brukarrevision och Medborgarakademi. Utfört inflytandearbete och aktiviteter har beskrivits tidigare i tidslinjen och kommer också redovisas framöver i denna skrift.

Det finns mycket att skriva om BISAMs försök att under åren 2015-2020 på olika möten lyfta brukar-, anhörig- och patientperspektivet på verksamhets- och samhälls-/systemnivå. Att sätta fokus på inflytande, göra ovan målgrupper både delaktiga och viktiga i förändringsarbete, planering, diskussioner.

BISAM har genom åren vid några tillfällen blivit inbjuden att föreläsa kring bemötande, inflytande och BISAM-uppdraget. Bland annat för gymnasieelever, Socialnämnden i Simrishamn och även Ystad.

Samma vecka som jag får mitt uppsägningsbesked av Ystad kommun nomineras jag till ”Årets Känslovisionär 2020” till Känslogalan i Malmö!!!

Ystads Allehanda 2020-11-10

YSTADS ALLEHANDA
Tisdag 10 november 2020

Uppsagd samordnare nominerad till Årets känslovisionär: "Känns helt magiskt"

YSTAD

Brukarinflytandesamordnare Maria Samuelsson har nominerats till priset Årets känslovisionär.
– Det känns fantastiskt, säger Maria Samuelsson, som kan konstatera att nomineringen kom ett par dagar efter att hon blivit uppsagd.

Organisationen för brukarinflytande håller på att göras om. Efter att kommunerna i sydöstra Skåne i sex år bedrivit ett gemensamt arbete avseende brukar- och inflytandefrågor för grupper inom socialpsykiatrin och bland annat anställt en samordnare, ska nu ansvaret för inflytandearbetet ligga på varje kommun.

Omorganisationen har fått till följd att Maria Samuelsson, som haft uppdraget som brukarinflytandesamordnare, Bisam, är uppsagd från sin tjänst.

Samtidigt har hon alltså nominerats till priset Årets känslovisionär. Under tre år har ABF i Malmö med hjälp av pengar från Allmänna arvsfonden bedrivit ett kulturprojekt, Säg det - sen gör det. Syftet har varit att vidga känsloutrymmet i samhället.

Maria Samuelsson är brukarinflytandesamordnare och har nominerats till priset årets känslovisionär.

Under arbetet föddes idén om en känslogala, där personer, organisationer och idéer som sätter ljus på känslorna ska hyllas.

Maria Samuelsson är en av fem kandidater som nominerats till priset. Enligt juryn har Maria Samuelsson "både i och utanför sitt arbete med kreativitet engagerat sig för att skapa platser där vi kan mötas och prata om psykisk hälsa och svåra känslor. Hon har presenterat och genomfört nyskapande idéer som "psykbussen" och "återhämtningscaféer". Innovationen och den egna erfarenheten driver henne och gör henne till en inspiratör och visionär för känslorna".

– Det känns helt magiskt och som en stor överraskning. När jag ser övriga nominerade och den prominenta juryn blir jag helt vimmelkantig av stolthet. Jag är tacksam att få vara med i detta sammanhang, kommenterar Maria Samuelsson nomineringen på sociala medier.

Övriga nominerade till priset som delas ut på en gala den 24 november är Ulla-Karin Nyberg, psykiatriker, suicidforskare och författare, paraplyorganisationen för psykiatriska patient- och närståendeföreningar i Skåne NSPH, Rickard Bracken, generalsekreterare i Suicide Zero samt Mind som arbetar för psykisk hälsa.

Parallellt med nomineringen har Ystads kommun också anmälts i Justitieombudsmannen JO av en brukarrevisor som anser att han undanhållits information från styrgruppen som ansvarar för och planerar brukarinflytandet.

Cecilia Billgren
Text
cecilia.billgren@ystadsallehanda.se

ÖsterlenMagasinet 2020-11-19

Maria Samuelsson fascineras av mötet mellan människor. "Jag är nyfiken på andra människor och deras livsöden. Olika är bra och alla människor är lika mycket värda!" FOTO: HANNAH ANDERSSON

Maria Samuelsson kan bli Årets Känslovisionär

NOMINERAD

Maria Samuelsson älskar mötet mellan människor och är inte rädd för att bjuda på sig själv. Hon är nominerad till priset Årets Känslovisionär 2020 som delas ut under Känslogalan i Malmö den 24 november.

TÅRBRISTAD. Genom att dela med sig av sina egna erfarenheter av psykisk ohälsa får Maria Samuelsson människorna hon möter att öppna upp och berätta om sina egna känslor och erfarenheter.

Nyligen fick Maria veta att hon är nominerad till Årets Känslovisionär 2020.

Hon har blivit nominerad för sitt arbete som brukarinflytandesamordnare, BISAM, i Sydöstra Skåne. En funktion som är under avveckling.

– Jag fick veta att jag var nominerad två dagar efter att uppsägningen av min tjänst vid Ystad kommun var ett faktum. Det verkar inte vara jag som är bipolär, det är mitt liv som är det, säger Maria med ett snett leende.

Hon trodde först att gratulationsbrevet från Känslogalan var ett spammail.

– Men jag blev mållös när jag förstod vad jag var nominerad till och vilka mina vårtenommerade medtävlare är. Även om jag inte tar hem priset så känns det som en vinst bara att ha blivit nominerad!

Maria har under många år arbetat hårt för att belysa och motverka psykisk ohälsa.

– Jag tycker inte att människor ska behöva gå omkring och må dåligt, säger Maria. Jag är själv väldigt tydlig med mina känslor vilket jag tror bidrar till att andra har lätt för att öppna upp i mitt sällskap. Jag brinner för att stärka andra och det har jag haft förmånen att få göra i bland annat återhämtningscaféerna jag drivit i rollen som brukarinflytandesamordnare. Det har varit en härlig mötesplats där besökarna känt sig trygga i att öppna upp och vara sig själva.

Maria Samuelsson rullade in på Kiviks marknad förra året med en röd dubbeldäckare och målet att starta samtal om psykisk ohälsa.

I Marias nominering till priset nämns hennes arbete med just återhämtningscaféerna men även hennes idé om en psykbuss.

På Kiviks marknad förra året rullade Maria in med en röd tvåvåningsbuss. I syfte att väcka uppmärksamhet och starta samtal om psykisk ohälsa.

– Drömmen om att få låta psykbussen fortsätta att rulla lever fortfarande - för den behövs!

Maria har jobbat som brukarinflytandesamordnare sedan sex år tillbaka.

– Det känns förstås tråkigt att det kapitlet av mitt liv snart är avslutat, för det finns så mycket kvar att göra, men jag hoppas hitta nya vägar där jag får lov att göra skillnad för mina medmänniskor. Nomineringen till Årets Känslovisionär känns inte bara som en belöning för mig, utan även som ett fint tack till alla som varit med mig längs vägen.

Känslogalan tar plats på Palladium i Malmö den 24 november och Maria planerar att delta.

– Det ska bli spännande och för alla som vill följa galan hemifrån så streamas den live.

Klockan 19.00 startar sändningen på www.känslogalan.se.

HANNAH ANDERSSON

Nominering

Maria Samuelsson jobbar som BISAM (Brukarinflytandesamordnare) i Sydöstra Skåne. Både i och utanför sitt arbete har hon med kreativitet engagerat sig för att skapa platser där vi kan mötas och prata om psykisk hälsa och svåra känslor. Hon har presenterat och genomfört nyskapande idéer som "psykbussen" och "återhämtningscaféer". Innovationen och den egna erfarenheten driver henne och gör henne till en inspiratör och visionär för känslorna.

Framtidstänk som kanske inte blir av

Skrattyoga

BISAM utbildade sig hösten 2020 till Skrattyogainstruktör för att framöver utöva denna ”upplevelsebaserade träningsform” i verksamheterna 2021.

Sveriges Skrattyogaguru Helen Thyrvin ger mig här certifikat som Skrattyogainstruktör.

”Anhörigguiden”

”Återhämtningsguiden för dig som står nära någon som mår dåligt” lanserades av NSPH Skåne under hösten 2020. Guiden används redan av anhörigkonsulenterna i sydost. BISAM och ISAM hade en förhoppning om att 2021 starta upp Anhörigcaféer och likt våra Återhämtningscaféer samla berörda för fina samtal och erfarenhetsutbyte och stöd.

Guiden går att fritt beställas på http://www.aterhamtningsguiden.se/Bestaell-material/

Patientforum

ISAM har jobbat för att vi våren 2020 skulle införa Patientforum i Öppenvården på Vuxenpsykiatrimottagningen i Ystad och framöver också i Simrishamn. BISAM som utbildad Samtalsledare var tänkt att hålla i dessa Patientforum. Förhoppningen är såklart att dessa kommer gå att genomföra så fort restriktionerna lättar.

Återhämtningscaféer

Efter 17 hållna caféer med fin uppslutning och gemenskap känns det ledsamt att Styrgruppen inte har någon plan på fortsättningen.

Brukar- och Anhörigråd -> Inflytandedialog

Då vi önskade vidga möjligheterna för icke föreningsanknutna att delta och ha inflytande över arbetet för psykisk hälsa i sydöst ämnade vi förändra Brukar- och Anhörigrådet till en Inflytandedialog. Här var syftet att de som tidigare deltagit enligt reglementet för Brukar- och Anhörigrådet fortsatt skulle närvara. Utöver dessa parter välkomnades alla andra intresserade.

Förhoppningsvis tar kommunernas och psykiatrins enhetschefer vid här och gör denna Inflytandedialog möjlig i respektive kommun, eller helst gemensamt för just samverkan.

Inflytandeplanen 2017-2020 var ju tänkt att utvärderas under Inflytandedagarna 2020 och en ny Inflytandeplan på ett år skulle skapas för 2021 – allt tillsammans med ISAM, brukare, patienter, anhöriga, Kompetensgruppen, Brukar- och Anhörigrådet. Nu inväntar vi vad Styrgruppen kommer leverera under början av 2021.

Hört av brukarna:

”Det är nu de sista åren som vi brukare märker att det händer saker där vi kan vara med”

Inflytandedagar 2015

Det var på Ystad Saltsjöbad i februari för brukare och i april för anhöriga, som vi satte ramarna för kommande fem års inflytandearbete. Egentligen utan att vi visste om vad det skulle bli av dagarna, så ledde dessa till en liten skrift och i den de ”Topp fem” som brukare respektive anhöriga definierade som viktiga områden att lyfta för att inflytande ska bli möjligt.

YSTADS ALLEHANDA
Måndag 2 mars 2015

YSTAD / A5

Unik träff för ökat inflytande

Alla är överens om att patienter och brukare inom psykiatrin ska ha ett inflytande över sin vård. På en konferens på Ystads saltsjöbad i helgen fick brukarna själva ge sin syn på vilket inflytande de vill ha.

YSTAD. Vården av de människor som drabbas av psykisk ohälsa ska enligt lagen inbegripa ett stor del inflytande från patienterna eller brukarna själva. Men frågan är hur det inflytandet ska se ut.

– Inom vården finns det många av de professionella som är angelägna om att låta patienterna vara delaktiga. Men det är inte alltid som patienterna upplever att de har fått vara det. Vi vill ge vår syn på inflytande, säger arrangören Maria Samuelsson.

Hon har dels egna erfarenheter av psykisk ohälsa och vård, men hon är också anställd av kommunen som samordnare för brukarinflytandet i de fem sydöstskånska kommunerna. Det rör brukare både inom psykiatrin och socialpsykiatrin.

– Under den här dagen ska vi diskutera hur vi vill definiera inflytande. Om man som brukare blir mer engagerad så tar man också ett större eget ansvar. Det blir inte bara något som någon annan säger åt dig att göra.

Under inflytandedagen samlades ett 50-tal personer från sydöstra Skåne samt Trelleborg, Vellinge och Svedala.

Fredrik Thyberg och Maria Samuelsson stod som arrangörer för inflytandedagen på Ystads saltsjöbad där ett 50-tal personer från södra Skåne med erfarenhet av vård för psykisk ohälsa fick komma med förslag på vilket inflytande de vill ha över vården.

FOTO: MARK HANLON

Förutom diskussionerna om inflytandet så var målet också att plocka upp andra idéer för fortsatt arbete och inte minst att skapa ett nätverk av de engagerade brukarna.

– Det här är en viktig fråga och jag vet att politikerna i regionen lyssnar på oss, säger Fredrik Thyberg, inflytandekoordinator på psykiatrin i Trelleborg, Svedala och Vellinge.

Under dagen så växlades gemensamma diskussioner och information med jobb i smågrupper.

Diskussionerna i de mindre grupperna lystes upp av vårsolen som sken in genom fönstren ut mot havet.

– Det är fantastiskt att vi är här i dag med alla människor som får åka på konferens ”tack vare” sin psykiska ohälsa. Det brukar vara de som jobbar med de här frågorna professionellt som får åka på konferens, säger Maria Samuelsson.

”Det är fantastiskt att vi är här i dag med alla människor som får åka på konferens ”tack vare” sin psykiska ohälsa. Det brukar vara de som jobbar med de här frågorna professionellt som får åka på konferens”

MARIA SAMUELSSON
Brukarinflytandesamordnare

CARL JOHAN ENGVALL

En film skapades av Ingela Fagerström och Eva von Bahr från Inflytandedagen för brukare.. Finns tillgänglig på https://youtu.be/au5BJXosWAw

Topp 5 Inflytandedagen	Topp 5 Anhörigdagen
1) MENTORSKAP – egenupplevda erfarenheter och brukarperspektiv närvarande på enheterna.	1) ”VAAN” (Vård av anhörig) – Akuta punktinsatser som avlastar anhöriga samt stöd till samvaro på bortaplan – till familj eller par t.ex. resa/kursgård.
2) LÄTTILLGÄNGLIG INFORMATION OCH KUNSKAP – Vid insatser och om vilka rättigheter man har för att kunna påverka sin situation.	2) MÖLIGGÖRANDEKOORDINATOR – koordinator som stödjer utifrån ett anhörigperspektiv.
3) SAMVERKAN MELLAN OLIKA PARTER – Spindeln i nätet och samverkan mellan individ och instanser.	3) VIKTEN AV ANHÖRIGA – Jag som viktig anhörig... Information, utbildning, anhörigvård, avlastning, anhörigkafe och samordnare.
4) ATTITYDER – Rättigheter och bemötande.	4) LAGSTÖD – Informatör, ombudsman, anhörigvård och anhörigstöd.
5) HELHETSSYN – Att se till hela individen och hela livssituationen.	5) ”HEMTERAPEUT” – Praktisk, strukturerande och behandlande hjälp i hemmet som innefattar hela familjen.

Målsättning med Inflytandearbetet i Skåne sydost (Utvärderingen från Inflytandedagarna Ystad saltsjöbad 28/2 samt 15/5 2015)

Övergripande:

- Patienter/brukare och anhöriga/närstående ska vara en medpart (mentorer, möjliggörandekoordinator)i utvecklingen av våra verksamheter i kommunerna och inom psykiatrin
- Vård, behandling och stödinsatser ska ske utifrån ett återhämtningsperspektiv samt bygga på helhetssyn, ömsesidig respekt, delat ansvar och tillgänglighet
- Vi ska gemensamt arbeta aktivt med attityder kring psykisk ohälsa och bemötandefrågor

Gemensamma delmål 2016

- Inflytandeombud på alla enheter/verksamheter
- Brukar-/anhörigmedverkan i alla verksamheter
- Chefsmedverkan i Inflytandearbetet
- Former för gemensam dialog, revidering av Brukar och anhörigrådet
- Inflytandeplaner i alla verksamheter

Verksamheternas mål och delmål

- ✓ Varje enhet ska ha en egen plan för Inflytandearbetet utifrån övergripande målsättning/ar
- ✓ Planen ska innehålla aktiviteter som är möjliga att uppnå och de ska vara tidsbestämda och mätbara
- ✓ Samordnare, chefer, anhörigstöd och inflytandeombud ansvarar gemensamt för att planen tas fram i enlighet med övergripande mål

Varje enhet ska förutom en plan även ha:

- ✓ Tillgång till informationsmaterial (ska tas fram gemensamt)
- ✓ Möjlighet att anslå information (anslagstavla)
- ✓ Tillgång till handlingar och överenskommelser (Inflytandepärm)
- ✓ Ge besökare och närstående möjlighet till dialog som även inkluderar rätten att klaga samt information om Patient lagen och Socialtjänstlagen

Samverkan BISAM och ISAM, dvs kommun och region (Psykiatri Skåne)

Redan när BISAM påbörjade uppdraget mars 2014 fanns ett radarpar som var förebilder för BISAM och dennes chef, utvecklingsledaren. De fanns då inom Vuxenpsykiatrin i Trelleborg, verksamhetschef Per Granvik och inflytandekoordinator Fredrik Thyberg. De arbetade jämsides utifrån profession och egen erfarenhet och hade stor genomslagskraft vid sina föreläsningar och presentationer inom psykiatrin i Skåne.

BISAM samarbetade tätt ihop med inflytandekoordinator Fredrik Thyberg de första åren då han redan strukturerat upp ett sätt att lyfta patientperspektivet inom psykiatrin. BISAM hade stor nytta av honom och också sina tidigare kontakter som Attitydambassadör och arbete inom Psykiatri Skåne.

2016 började BISAM samarbeta med Psykiatri Skånes inflytandeansvariga, Marie Gassne, inom Verksamhetsområde Kristianstad med fokus Simrishamn och Ystad. Vi gjorde avstamp med en SAMSAS-dag 3 mars där vi arbetade vidare med resultatet från Inflytandedagarna 2015. Vi hade workshops med enskilda brukare, personal, enhetschefer, intresseföreningar och utvecklingsledaren för att tillsammans fastställa målsättningen med inflytandearbetet närmsta året. Fokus för dagen var medbestämmande, inflytande och kunskap.

8 LOKALT ONSDAG 24 FEBRUARI 2016 LOKALTIDNINGEN.SE

Om psykisk hälsa

Vill öka inflytandet och minska stigmat

TOMELILLA. **Den 3 mars anordnas Samsas-dagen för att sprida kunskap kring psykisk hälsa.**

Brukare, anhöriga, personal och andra intresserade är inbjudna till mötet. Det är brukarinflytandesamordnaren, bisam, sydöstra Skåne som bjuder in till en informationsträff i Teaterhallen, Folkets park, i Tomelilla.

– Förra året träffades brukare och anhöriga och satte ihop varsin lista med fem punkter om hur man skulle kunna öka brukar- och anhöriginflytandet i kommunerna, berättar Bisam Maria Samuelsson och fortsätter.

– Brukarna tog upp avsaknad av information och kunskap. De har upplevt att de inte får tillräcklig information, medan vårdpersonalen inte alltid har all den kunskap som de behöver.

DE EFTERFRÅGAR också mentorskap.

– Att personer med egen erfarenhet, någon som själv levt med psykisk ohälsa och nu är frisk, finns tillgängliga för att till exempel följa med till arbetsförmedlingen. Det är inte alltid lätt att ta egna beslut och förstå konsekvenserna när man är mitt uppe i sjukdomen, säger Maria Samuelsson.

De anhörigas önskemål liknar brukarnas.

– De efterfrågar till exempel också någon som har gått igenom det som de går igenom, som kan finnas där för att stötta dem, säger Maria Samuelsson.

Hon har själv erfarenhet av psykisk ohälsa.

– Tre fjärdedelar av alla människor har upplevt psykisk ohälsa, antingen genom att själva ha varit sjuka eller genom anhöriga. Det berör oss alla.

DÄRFÖR ÄR mötet öppet för alla som vill få information om psykisk hälsa eller vara med och påverka.

– Tanken är att öppna upp för samtal. Det finns fortfarande mycket stigma kring psykisk ohälsa.

Många drabbade drar sig för att be om hjälp.

– Många tror att det är psykakuten man ska vända sig till i första hand, och därför struntar många i det. Men i första hand är det primärvården som du ska söka hjälp hos, säger Maria Samuelsson.

"Tre fjärdedelar av alla människor har upplevt psykisk ohälsa"

MEN DET GÅR åt rätt håll, tycker hon.

– Procentuellt sett minskar fördomarna enligt statistisk som förs. Jag märker också att fler och fler kommer och lyssnar på föredrag och möten som jag håller i. Även anhörigstödet ökar i takt med att synen på psykisk ohälsa förändras, säger Maria Samuelsson.

Samsas-dagen håller på mellan klockan 13.00 – 16.30 den 3 mars. Föranmälan krävs.

EMMA BRÄNNMAN
emma.brannman@lokaltidningen.se

MARIA SAMUELSSON, bisam sydöstra Skåne. Fotot är taget under Skåneveckan för psykisk hälsa förra året, där hon höll i aktiviteten "Cykla din egen smoothie". FOTO: PRIVAT

Veckans kryss 8

Vi har utvärderat våra aktiviteter kontinuerligt och årligen rapporterat effekterna till Styrgruppen. Vi har förmedlat utförda aktiviteter, uppnådda mål och identifierade behov för nästkommande period. Inflytande är en färskvara och det kräver kontinuerlig utvärdering för att säkerställa att vi gör rätt saker för att nå våra gemensamt uppsatta mål.

Genom BISAMs och ISAMs samverkan upplever målgruppen att psykiatrin har ”kommit närmre”, det vill säga att psykiatrin är inte bara något man måste ha stöd av utan här har ISAM funnits på plats och integrerat och socialiserat.

Genom BISAMs och ISAMs samverkan har BISAMs kompetens som egenerfaren och ISAMs psykiatriska kompetens kommit till gagn på flera nivåer, det har öppnat upp för en annan typ av förståelse kring behov och möjligheter vid diskussioner. Vi har kompletterat varandra under åren genom våra olika erfarenheter och olika sätt att se på situationerna. Våra öppna sinnen har gjort att våra aktiviteter genomsyrats av öppenhet, värme, glädje och positivitet. Vid våra utvärderingar har det framkommit att framförallt självstigmat hos målgruppen har minskat.

Inflytandeplan för psykisk hälsa

Gemensam för verksamheter inom sydöstra Skånes kommuner

2017 - 2020

Innehåll

Brukare och anhöriga.....23
Bakgrund.....23
Varför ska vi arbeta för ökat inflytande och delaktighet?.....23
Inflytandearbete på olika nivåer.....24
Definition: Inflytande och delaktighet på individnivå.....24
Definition: Inflytande och delaktighet på gruppnivå.....25
Återhämtningsinriktat arbets- och förhållningssätt.....25
Evidensbaserad praktik.....25
Lagstiftning kring individuella planer.....25
Arbetssätt, metoder och verktyg för att utveckla inflytande och delaktighet.....26
Specifika roller i Inflytande och delaktighetsarbetet:.....26
BISAM och ISAM.....26
Anhörigombud och barnombud.....27
Brukar- och Anhörigföreningar.....27
Övergripande långsiktiga mål för inflytandearbetet i sydöstra Skåne.....27
Inflytandeplan respektive handlingsplan.....28
Prioriterade områden på individnivå.....28
Prioriterade områden på verksamhetsnivå.....28
Prioriterade områden på samhällsnivå.....28
Mål och uppföljningar.....28
Handlingsplan med aktiviteter, ansvar och uppföljning.....29

Brukare och anhöriga

För att vara säker på att vi inom sydöstra Skånes kommuner syftar till samma personer/funktion när vi i inflytandeplanen pratar om ”den sjuke” (brukare) och ”den vårdande” (anhörige) definierar vi dem enligt följande:

Brukare – en person som erhåller stöd/insatser inom kommunal socialpsykiatrisk verksamhet och/eller inom psykiatrisk verksamhet

Anhörig – en person som har en nära relation till brukaren, t ex förälder, man/hustru, son/dotter, nära vän eller annan i brukarens nätverk

Bakgrund

Det internationella arbetet för mänskliga rättigheter tar sin utgångspunkt i FN:s allmänna förklaring om de mänskliga rättigheterna. De grundläggande internationella konventionerna om rättigheter för personer med funktionsnedsättning inriktas bland annat på vår skyldighet att tillförsäkra människor med funktionsnedsättning delaktighet och jämlikhet i att påverka utformning och utvärdering av riktlinjer, planer, program och åtgärder på nationell, regional och internationell nivå.

Barnens rättigheter förtydligas på liknande sätt i barnkonventionens artikel 12 som bland annat rör rätten att bli lyssnad på och rätten att vara delaktig i frågor som rör barnet självt.

Brukare och anhörigas ställning inom både vård och stödverksamheter har under senare år kommit att definieras allt tydligare både vad gäller individens rättigheter i den egna processen men också vad gäller utvecklingen av våra verksamheter. Brukare och anhöriga har alltmer en självklar roll i detta arbete och deras erfarenheter bidrar till en ökad kunskap hos verksamhetsledning och medarbetare om vad som hjälper och vad som kan vara till nytta i både planering, genomförande och uppföljningar inom verksamheterna. Socialtjänstlagen och Patientlagen förtydligar de skyldigheter och rättigheter som måste beaktas vad gäller delaktighet och inflytande inom såväl vård som stödverksamheter.

Brukarmedverkan ökar tydligheten om vad som är viktigt för den enskilde respektive för grupper av människor med samma eller liknande behov och bidrar därmed till att verksamheten fokuserar på rätt saker och får bättre beslutsunderlag för det utvecklingsarbete som bedrivs både inom de kommunala verksamheterna och inom den psykiatriska vården.

Varför ska vi arbeta för ökat inflytande och delaktighet?

Mellan de sydostskånska kommunerna Simrishamn, Sjöbo, Skurup, Tomelilla och Ystad, Region Skånes Psykiatri, Vuxenhabiliteringen, Primärvården samt Novakliniken och Capio Vårdcentral finns en överenskommelse om samverkan.

Överenskommelsen förtydligar att brukares och anhörigas önskemål, erfarenheter och synpunkter ska tas tillvara i det praktiska arbetet och att medarbetarna ska ha ett arbets- och förhållningssätt som stödjer återhämtning. Inflytandearbetet är en viktig del i denna överenskommelse och samarbetet kring olika mål/delmål ska vara förankrade och innefattar alla verksamheter.

En plan för inflytande och delaktighet ska ge stöd till vad som ska göras utifrån uppsatta mål. Brukares och anhörigas medverkan i verksamheternas utvecklingsarbete ska beskrivas i inflytandeplanen. Planen ska vidare bland annat

innehålla aktiviteter utifrån nationella riktlinjer och rekommendationer med tydlig ansvarsfördelning och plan för uppföljning.

Inflytandearbete på olika nivåer

Brukarinflytande och brukarmedverkan sker på olika nivåer inom våra verksamheter. Sydöstra Skånes inflytandeplan är gemensam för parterna i samverkans-överenskommelsen.

Inflytandearbetet i planen beskrivs utifrån:

1. Individnivå
   Den enskilde och dennes möjlighet att påverka sin livssituation och den vård och det sociala stöd han eller hon erhåller. För att få bästa möjliga information ska den enskildes anhöriga (nätverk) involveras.

2. Verksamhets-/organisationsnivå
   Brukare och brukar- och anhörigorganisationer ska ges möjlighet och beredas mötesplatser där det finns tillfällen att ge synpunkter på utformning och innehåll i verksamhet/organisation, som nyttjas av brukare.

3. Samhällsnivå
   Medborgare oavsett erfarenheter av psykisk ohälsa ges möjlighet till information och kunskaper om vad som påverkar psykisk hälsa/ohälsa i syfte att påverka attityder och samhällsutveckling.

Definition: Inflytande och delaktighet på individnivå

För att vara säker på att vi inom sydöstra Skånes kommuner menar samma sak när vi talar om inflytande och delaktighet så behöver dessa två begrepp definieras. Delaktighet och inflytande kan ses både utifrån ett individuellt perspektiv och ur ett nätverksperspektiv. Delaktighet är en förutsättning för att inflytande ska kunna ske/utövas.

Delaktighet är när brukare och anhöriga blir lyssnade på och medverkar i den planering som rör det egna livet och den egna vardagen.

Inflytande innebär att brukare och anhöriga får möjlighet att påverka de beslut som rör det egna livet och den egna vardagen.

En förutsättning för att kunna påverka beslut som rör den egna vardagen/livet är att personer med psykisk ohälsa samt anhöriga medverkar i planering och beslut utifrån delgiven adekvat information/kunskap om:

- Sjukdom/funktionsnedsättning
- Vilka stödinsatser och vilka vård och behandlingsinsatser som finns
- Positiva och negativa effekter av olika insatser
- Intresseorganisationer och kunskapskällor
- Hur jag själv och de i närmsta nätverket kan bidra till tillfrisknande och återhämtning.
- Val av verktyg/strategier som bidrar till återhämtning och egenmaktsutveckling

Definition: Inflytande och delaktighet på gruppnivå

Brukare ska ges möjlighet att uttrycka behov och önskemål som delas med andra. Detta kan röra andra personer med samma erfarenheter men också andra personer inom exempelvis intresseföreningarna. Brukare och deras anhöriga ska ses som medskapare i processer som rör utvecklingen av våra verksamheter.

Gemensamma forum i samverkansgrupper, medverkan i utbildningar, arbetsgrupper, ledningsgrupper/verksamhetsråd, kvalitetsredovisningar/uppföljningar, brukarråd/inflytanderåd, patientforum heldygnsvård, brukar/patientforum i Psykiatrisk öppenvård, framtagande av riktlinjer/vårdprogram är exempel på Inflytande på gruppnivå.

Med brukarmedverkan menas att brukaren tar aktiv del i verksamhetens olika delar (planering, genomförande, utvärdering, uppföljning).

Med brukarinflytande avses att individ- och eller intresseorganisation är med och påverkar hela eller delar av verksamhetens utformning. De som berörs får inflytande i hela eller delar av verksamheten utifrån deras erfarenheter som brukare.

Återhämtningsinriktat arbets- och förhållningssätt

Att arbeta återhämtningsinriktat innebär bland annat att medarbetare ska efterfråga brukares erfarenheter kring vad som hjälper/inte hjälper. Denna kunskap tillsammans med medarbetarens egen kunskap/erfarenheter används sedan för att hitta vägar mot psykisk hälsa.

Brukares berättelser om sina erfarenheter av vad som hjälpt dem ger alltså ny och mer kunskap till läkning, än den som vården/omsorgen traditionellt fokuserat på. Hela nätverkets möjlighet till delaktighet ska vara en självklarhet i detta arbete.

Evidensbaserad praktik

All vård och omsorg förväntas arbeta utifrån en evidensbaserad praktik (EBS).
EBS innebär att den professionelle väger samman sin expertis med bästa tillgängliga kunskap, brukarnas erfarenheter, nätverkets information och erfarenheter och önskemål inför och vid beslut om stöd och insatser.

Detta innebär i korthet att väva samman följande fyra delar

- brukarens erfarenheter
- anhörigas erfarenheter
- den professionelles expertis
- med bästa tillgängliga vetenskapliga kunskap

Om inte dessa fyra delar ingår görs inte arbetet utifrån en evidensbaserad praktik.

Lagstiftning kring individuella planer

Socialtjänstlagen 1982:453 (SoL)

I SoL 2 kap 7§ fastslås att när den enskilde har behov av insatser både från hälso- och sjukvården och från socialtjänsten ska landstinget tillsammans med kommunen upprätta en individuell plan. Planen ska när det är möjligt upprättas tillsammans med den enskilde och om den enskilde inte motsätter sig det, ska anhörig ges möjlighet att delta i arbetet med planen.

Lag om stöd och service till vissa funktionshindrade 1993:387(LSS)
I LSS 10§ fastslås att om insats enligt denna lag beviljas så ska den enskilde erbjudas en individuell plan med beslutade och planerade insatser som är upprättade i samråd med den enskilde.

Patientlagen (2014:821)
Vård och behandlingsåtgärder ska utgå från brukarens önskemål och individuella förutsättningar. Anhöriga ska få möjlighet att medverka vid utformning och genomförande om sekretess eller tystnadsplikt inte hindrar detta. Brukaren har rätt till en individuell plan och finns behov av insatser från mer än ett håll så ska planen samordnas med socialtjänstens insatser (6 kap § 1-4).

Arbetssätt, metoder och verktyg för att utveckla inflytande och delaktighet

Delat beslutsfattande (SDM - Shared Decision Making) är ett arbetssätt som fokuserar på att öka brukarens delaktighet och ansvar över beslut kring sin vård och sina stödinsatser. Delat beslutsfattande är alltså ett sätt att underlätta samverkan och brukarens delaktighet vid upprättandet av en SIP.

Samordnad individuell plan (SIP) är lagstadgad sedan 2010 i både HSL (3 f §) och SoL (2 kap. 7 §). Planen ska upprättas tillsammans med den person som har behov av insatser från både socialtjänst och hälso- och sjukvård när insatserna behöver samordnas. Detta gäller oavsett personens ålder eller problem. Syftet med planen är att säkerställa samordning.

Samordnad vårdplanering (SVPL) vid utskrivning från sjukhus/heldygnsvård innebär att brukaren och de anhöriga diskuterar och gemensamt kommer överens om vilka stöd/behandlingsinsatser samt utförare av de samma som är aktuella i samband med utskrivningen.

Case Management (CM) enligt Styrkemodellen (Strengths Model) är en arbetsmodell som syftar till att identifiera och mobilisera den enskildes resurser och samordna stödet av insatserna som kan lämnas av många olika aktörer. Modellen används i kommunala verksamheter i Skåne sydost.

Case management enligt Integrerad Psykiatri (R-ACT*)* är ett problem- och målinriktat arbetssätt som syftar till att samordna alla insatser. Basen i arbetet är resursgruppen. Modellen används inom Psykiatrin i verksamhetsområde Kristianstad.

SVPL, SIP och CM ingår i Inflytandeplanen och är de arbetssätt, verktyg och metoder som i nuläget används av oss i sydöstra Skåne.

Specifika roller i Inflytande och delaktighetsarbetet:

Som stöd i Inflytandearbetet finns diverse funktioner i verksamheterna. De har i sin tur olika verktyg till sitt förfogande i arbetet med att stärka möjligheten till brukar- och anhöriginflytande. Information och kunskap om de olika funktionerna återfinns i aktivitetsbeskrivningen för kommande inflytandearbete.

Alla medarbetare inom en verksamhet är skyldiga att arbeta utifrån Inflytande och delaktighet för den enskilde brukaren samt dennes anhöriga.

BISAM och ISAM

Funktionen BISAM (brukarinflytandesamordnare) finns etablerad för samtliga kommuner i sydöstra Skåne. Motsvarande funktion ISAM (inflytandesamordnare)

finns inom vuxenpsykiatrin. Dessa funktioner finns för att ge stöd i och samordna utvecklingsarbetet av brukarinflytande och delaktighetsarbetet i våra verksamheter.

Den gemensamma och övergripande Inflytandeplanen ligger till grund för det samarbete som ska ske för en given tidsperiod avseende Inflytande och delaktighetsfrågor. Till sin hjälp i arbetet har BISAM och ISAM forumet Fokus Inflytande som startats för verksamheterna i Skåne sydost och inom psykiatrin finns forum för Inflytandeombud gemensamt med Skåne nordost.

Anhörigombud och barnombud

Möjligheten till olika typer av stöd för anhöriga ska erbjudas och det är speciellt viktigt att uppmärksamma barn som lever med förälder eller annan person med psykisk ohälsa och/eller missbruk. Stöd ska även erbjudas andra inom den enskilde personens nätverk. Samtliga kommuner i sydöstra Skåne har anhörigsamordnare/konsulent och psykiatrin har barnombud och anhörigombud. Det drivs ett kontinuerligt samarbete med BISAM via bland annat forumet Fokus Anhöriga.

Brukar- och Anhörigföreningar

Föreningsrepresentation är en avgörande och viktig del i det övergripande inflytandearbetet på verksamhets-, organisations- och samhällsnivå. Föreningsrepresentanterna bidrar med och representerar sina medlemmars kunskap/erfarenheter/behov och önskemål i det gemensamma utvecklingsarbetet inom verksamheterna. Ömsesidighet, respekt och lyhördhet för varandras kompetenser och erfarenheter ska prägla det gemensamma inflytandearbetet och forumet för gemensam dialog samt framtagande av bland annat Inflytandeplaner sker i Brukar- och Anhörigrådet.

Rådet består i dagsläget av socialpsykiatrins och psykiatrins enhetschefer, brukar- och anhörigföreningarnas representanter samt utvecklingsledare från kommunerna och psykiatrin. Andra medverkande kan ingå beroende på speciella kunskaper som efterfrågas eller i samband med strukturer som ändras via ändringar i reglementet för mötet. Brukar- och Anhörigrådets ordförandeskap delas mellan BISAM och ISAM fr.o.m. 2017. Föreningsrepresentanterna arvoderas för sin medverkan i rådet.

Övergripande långsiktiga mål för inflytandearbetet i sydöstra Skåne

Under perioden 2017 - 2020 ska inflytandearbetet utvecklas i riktning mot nedanstående mål för socialpsykiatrisk och psykiatrisk verksamhet:

- Ledning**,** medarbetare, brukare och anhöriga arbetar tillsammans i det utvecklings- och förändringsarbete som ska leda till en mer effektiv och ökad kvalitet i den vård och omsorg som bedrivs i sydöstra Skåne.
- Medarbetare ska vara engagerade i brukares återhämtning och tillämpa ett återhämtningsstödjande arbets- och förhållningssätt som bygger på delaktighet och inflytande.
- Arbetssätt och metoder/verktyg som används ska stödja individens delaktighet och inflytande och utgå ifrån en evidensbaserad praktik.
- Brukare inom psykiatrins, socialpsykiatrins och LSS verksamheter ska vara delaktiga och ha inflytande över sin egen omsorg, vård och behandling.
- Anhöriga ska göras delaktiga och få möjlighet att bidra till brukarens återhämtning. Anhörigperspektivet ska vara en naturlig del i allt arbete för psykisk hälsa som bedrivs inom verksamheterna i sydöstra Skåne.

Inflytandeplan respektive handlingsplan

Inflytandeplanen definierar som tidigare beskrivits stommen i inflytandearbetet. Handlingsplanen som följer innehåller detaljplanering av aktiviteterna per nivå och område utifrån tidigare definierade nivåer. Handlingsplanens aktiviteter beslutas av brukare och anhöriga på SAMSAS-/Inflytandedagen varje år. Det är under ett år omöjligt att veta vilka föreläsningar eller andra aktiviteter det finns behov av följande år. Vi måste också följa samhällsutvecklingen och hur verksamheterna utvecklas.

Prioriterade områden på individnivå

Arbets- och förhållningssätt som stödjer individens möjligheter till inflytande och delaktighet är:

1. Verktyget Delat beslutsfattande (SDM – Shared Decision Making) för att förbättra användandet av SIP (Samordnad Individuell Plan)
2. Information/kunskap som stöd för bland annat återhämtning/egenmakt
3. Mentorer/stöd från egenerfarna
4. Case Management (redan pågående och beslutad aktivitet)

Prioriterade områden på verksamhetsnivå

Forum för samverkan som stödjer individens möjligheter till inflytande och delaktighet är:

1. Brukar- och Anhörigråd
2. Inflytandedagar
3. Fokus Anhöriga
4. Fokus Inflytande
5. Samverkansgrupp

I ovan forum bedrivs ett arbete som innefattar flera aktiviteter som återfinns i handlingsplanen för inflytandearbete på verksamhetsnivå. En aktivitet med extra fokus är Informations- och kunskapsspridning (se handlingsplanen).

Prioriterade områden på samhällsnivå

Aktivt arbeta för att motverka fördomar/stigma och förmedla kunskap och information om psykisk ohälsa till gemene man.

1. Mötesplatser och öppna föreläsningar (ingår familjedag m fl.)
2. Skåneveckan för psykisk hälsa
3. Offentlig informationsspridning

Mål och uppföljningar

Mål för varje aktivitet definieras i handlingsplanen, liksom ansvarig/a, tidsramen för aktiviteten samt uppföljning. Självskattningar, enkäter och brukarrevision är exempel på uppföljningar där vi kan mäta om aktiviteterna i Inflytandeplanen påverkade inflytandet och delaktigheten positivt. Uppföljning av övergripande långsiktiga mål sker årsvis på gemensamma Inflytandedagar och utvärdering/resultat redovisas för Styrgruppen för Samverkan Vuxna i sydöst.

Handlingsplan med aktiviteter, ansvar och uppföljning

Gemensam för verksamheter inom sydöstra Skånes kommuner

Handlingsplanen är framtagen i samverkan mellan vuxenpsykiatrin, socialpsykiatrin och intresseföreningarna i våra fem kommuner samt kommunicerad i Brukar- och Anhörigrådet och Samverkansgruppen.

Utöver denna plan så ansvarar alla enheter inom samverkansavtalet för planering, handlingsplaner och uppföljning för sin respektive enhet.

- 2017-04-28 Planen antogs av Styrgruppen för samverkan i sydöstra Skåne
- 2018-12-05 Planen uppdaterades efter utvärdering och dragning för Styrgruppen.

Handlingsplanen återkopplar till Inflytandedagarna för brukare respektive anhöriga på Ystads Saltsjöbad 2015. Här definierade deltagarna de områden som är viktiga för inflytandearbetet framöver. SAMSAS- dagen i mars 2016 återknöt till dessa punkter med förslag till gemensamma aktiviteter.

Topp 5 Inflytandedagen	**Topp 5 Anhörigdagen**
1) MENTORSKAP – egenupplevda erfarenheter och brukarperspektiv närvarande på enheterna.	**1) ”VAAN” (Vård av anhörig)** – Akuta punktinsatser som avlastar anhöriga samt stöd till samvaro på bortaplan – till familj eller par t.ex. resa/kursgård.
2) LÄTTILLGÄNGLIG INFORMATION OCH KUNSKAP – Vid insatser och om vilka rättigheter man har för att kunna påverka sin situation.	**2) ”MÖLIGGÖRANDEKOORDINATOR”** – koordinator som stödjer utifrån ett anhörigperspektiv.
3) SAMVERKAN MELLAN OLIKA PARTER – Spindeln i nätet och samverkan mellan individ och instanser.	**3) VIKTEN AV ANHÖRIGA** – Jag som viktig anhörig... Information, utbildning, anhörigvård, avlastning, anhörig- kafé och samordnare.
4) ATTITYDER – Rättigheter och bemötande.	**4) LAGSTÖD** – Informatör, ombudsman, anhörigvård och anhörigstöd.
5) HELHETSSYN – Att se till hela individen och hela livssituationen.	**5) ”HEMTERAPEUT”** – Praktisk, strukturerande och behandlande hjälp i hemmet som innefattar hela familjen.

Nivå	Aktivitet	Syfte/Mål	Ansvarig och utförare	När start	Uppföljning, Hur
Individnivå	**SIP (Samordnad Individuell Plan)**	Syfte: Alla personer med ett behov av samordnat stöd ska informeras om och erbjudas SIP. Via SDM nedan stärka individens rätt till inflytande och delaktighet kring beslut som rör den egna livssituationen Mål: Medarbetare och brukare ska ha kunskap om SIP och hur den genomförs. Beslutade rutiner för SIP ska implementeras bland annat via handledning för personal. Samarbetet med närmaste nätverket ska ses som en naturlig och viktig del för personalen som stöd i den individuella återhämtningsprocessen.	Ansvarig: Enhetschefer med stöd av styrgruppen för samverkan Utförare: Vård och omsorgsplanerare i dialog med den som berörs	Pågående	Brukarrevision Rapport i samverkansgrupp och i Brukar och Anhörigrådet om avvikelser Kontinuerlig återkoppling till styrgruppen för samverkan
Individnivå	**Delat Beslutfattande (SDM)**	Syfte: Öka den enskildes inflytande/delaktighet över beslut som rör dennes behov av vård och stöd Mål: Brukare erhåller all relevant info inför beslut om vård och stöd. Öka den enskildes delaktighet i beslutsprocessen	Ansvariga: Enhetschefer med stöd av styrgruppen för samverkan Utförare: Vård och omsorgsplanerare i dialog med den som berörs	Påbörjas med utbildning våren 2019 och därefter fortlöpande	Brukarrevision
	Mentor/Peer support	Syfte: Möjlighet för brukare/patienter att erbjudas kompletterande stöd av person	Ansvariga: Enhetschef i berörd verksamhet med stöd av styrgruppen för samverkan	Hösten 2017 fram till 2020	Brukar- och Anhörigrådet och på Inflytandedagar 2020

Nivå	Aktivitet	Syfte/Mål	Ansvarig och utförare	När start	Uppföljning, Hur
		(Mentor/Peer support) som har egen erfarenhet av återhämtning Mål: Återhämtning och egenmakt med stöd av andras erfarenheter	Utförare: Verksamheterna med stöd av nationell satsning (NSPH)		
Individnivå	**Case Management** Införa innehållet i strategin (Styrkemodellen samt R-ACT med tillhörande verktyg) för ett samordnat och sammanhållet stöd	Syfte: Samordna och koordinera stöd och insatser för de som har behov av ett sammanhållet stöd Mål: Öka och stärka samarbete och samordning inom nätverket. Stärka individens rätt till inflytande och delaktighet kring den egna livssituationen.	Ansvarig: Styrgruppen för samverkan Utförare: Enhetschefer tillsammans med Case Managers	2017-2020	Programtrohetsmätning Case Management Brukarrevision

Nivå	Aktivitet	Syfte/Mål	Ansvarig och utförare	När start	Uppföljning, Hur
	Information • Informationsguiden • Webbaserad information • Återhämtningsutbildning • Genomföra studiecirklar med olika tema: • ”Med starkare röst” • ”Din egen makt (hjälp till självhjälp, bidrag mm)” och ”Självstigma” • Likvärdig och anpassad basinformation på enheterna	Syfte: Göra information tillgänglig i olika former Informationsguiden; Här kommer punkten Utbildning från **Inflytandedagarna 2015** att beaktas. Mål: Ökad egenmakt och möjlighet till ansvar/beslut utifrån individuella behov	Ansvariga: Samverkansgruppen Utförare: BISAM/ISAM i samverkan och med stöd av egenerfarna, Studieförbund / RSMH/NSPH m. flera	Våren 2018 och framåt	Kontinuerligt i Brukar- och Anhörigrådet och i Kompetensgruppen. I samverkansgruppen sker uppföljningen årligen Informationsguiden ses över årligen. Ändringar rapporteras till BISAM
Verksamhetsnivå	**Brukar- och Anhörigrådet / SAMSAS-dagar** **Förmöten**	Syfte: Brukare/patienters och anhörigas rättigheter till delaktighet och inflytande möjliggörs genom att alla parter möts i dialog för att öka kunskapen. Varje Brukar- och Anhörigråd föregås av ett Förmöte med intresseföreningarna och BISAM och ISAM. Tema för BoA och SAMSAS-dagen fastställs. Mål: Tillvarata brukare/patienters erfarenheter och synpunkter inför planerade verksamhetsutvecklings-/förändringar.	Ansvariga för rådet: Styrgruppen för samverkan Ansvariga för mötena: BISAM och ISAM i samarbete med Intresseföreningarna Utförare: Rådets utsedda representanter Reglementet för Brukar-och Anhörigrådet ska följas.	4 ggr/år Från 2019 är två av fyra tillfällen också SAMSAS- dagar med föreläsningar utöver BoA-mötet.	Via årlig rapportering till Styrgruppen. Protokoll till berörda verksamheter Brukarrevision

Nivå	Aktivitet	Syfte/Mål	Ansvarig och utförare	När start	Uppföljning, Hur
Verksamhetsnivå	**Kompetensgruppen med nyckelpersoner**	Syfte: Kompetensgruppen består av professionella och egenerfarna av psykisk ohälsa som gemensamt och i samverkan förmedlar/inhämtar information till och från verksamheterna Mål: Skapa förutsättningar för Inflytande och delaktighet på individnivå.	Ansvariga: BISAM och ISAM Utförare: Nyckelpersoner (personal samt brukare/patient) utsedda av respektive verksamhet som ingår i Samverkansgruppen	2017-2018 och utvärderas därefter inför 2019-2020	Brukar- och Anhörigrådet
	Inflytandedagar för brukare och anhöriga	Syfte: Tillvarata allas kompetenser för att sätta fokus på prioriterade inflytande- och delaktighetsfrågor för den gemensamma Inflytandeplaneringen 2020 och framåt Mål: Att delaktighet och inflytandefrågor ska vara en självklar del i våra verksamheter.	Ansvarig: Styrgruppen för samverkan Utförare: BISAM och ISAM i samarbete med Intresseföreningarna	Två dagar 2020, fem år sedan dem på Ystad Saltsjöbad	Utvärdering av Inflytandedagarnas syfte och mål utvärderas vid nästkommande Inflytandedagar samt i Inflytandeplanens årliga utvärdering till styrgruppen för samverkan
Verksamhetsni o	**Fokus Anhöriga** I samarbete med anhörigstödet i kommunerna genomföra aktiviteter som har fokus på anhöriga Inkluderar arbete utifrån Barnperspektivet	Syfte: Uppmärksamma anhörigas situation och att tillvarata och underlätta anhörigas situation. Barns behov av information och stöd ska uppmärksammas Mål: Öka kunskapsnivån och möjlighet till delaktighet och inflytande för anhöriga. Att tillgodose barnens behov	Ansvariga och Utförare: Anhörigstöd och BISAM/ISAM samt ansvariga för de lokala handlingsplanerna. Barnombud/ anhörigombud/inflytande-ombud	2017 – 2020	Årlig utvärdering/resultat presenteras på Inflytandedagar och kontinuerligt i Brukar och anhörigrådet

Nivå	Aktivitet	Syfte/Mål	Ansvarig och utförare	När start	Uppföljning, Hur
Verksamhet	**Brukarrevision**	Syfte: Brukare/patienter får möjlighet att lämna synpunkter på innehållet i socialtjänstens och hälso- och sjukvårdens insatser Mål: Brukarens erfarenheter och kunskaper om verksamheterna tas till vara i utvecklingsarbetet	Ansvarig: Styrgruppen för samverkan samt enhets- cheferna Utförare: Utbildade brukarrevisorer i samarbete med BISAM	Pågående efter beställning från verksamheterna	Planering med verksamheterna efter utförd revision Specifika frågor återkopplas till berörda Brukar- och Anhörigrådet
Samhällsnivå	**Mötesplatser och öppna föreläsningar** Familjedag, föreningssamarbete, mässor och dylikt. Återkommande föreläsningar mm och även på andra språk	Syfte: Påverka föreställningar och attityder mot psykisk ohälsa hos allmänheten. Erfarenhetsutbyte och gemenskap mellan aktörer och inom föreningarna Mål: Öka möjlighet för samverkan inom nätverk för brukare och anhöriga. Förändra attityder och öka kunskapen om psykisk hälsa/ohälsa	Ansvarig: Samverkansgruppen Utförare: • Fokus Anhöriga • Kompetensgruppen • BISAM i samarbete med utvecklingsledare och i samverkan med ISAM och intresseföreningarna • Kommunerna i samarbete med studieförbunden, hälsovetaren vid kommunen med flera	Enligt årligt uppgjord agenda	Samverkansgruppen Skriftliga utvärderingar efter föreläsningar, familjedagar eller liknande aktiviteter

Nivå	Aktivitet	Syfte/Mål	Ansvarig och utförare	När start	Uppföljning, Hur
	Skåneveckan för Psykisk Hälsa **Världshälsodagen för Psykisk Hälsa 10/10**	Syfte: Skåneveckan är att öppna upp för samtal om psykisk hälsa/ohälsa och att motverka stigmatisering. Mål: Påverka attityder, inge hopp, informera och utbilda.	Ansvariga: Styrgruppen för samverkan Utförare: Årligen utses en arbetsgrupp för att ta fram förslag och fördela ansvarsområden för sydöstra Skånes aktiviteter i samarbete med BISAM och ISAM.	En gång om året v 41. 2019 är det 10-årsjubleum.	Skåneveckan utvärderas övergripande via enkät från Studieförbundet vuxenskolan. För sydöstra Skåne i Brukar- och Anhörigrådet samt återkoppling från arbetsgruppen till styrgruppen Enskilda aktiviteter utvärderas av ansvariga för aktiviteten/arrangemanget
Samhällsnivå	**Run for Mental Health i Ystad Sandskog**	Syfte: Genom gemensam aktivitet bidra till ökad kunskap och öppenhet kring vad som främjar psykisk hälsa Mål: Att alla oavsett bakgrund, ekonomiska förutsättningar, sjukdom eller motionsvana kan mötas på lika villkor.	Ansvariga: Styrgruppen för samverkan Utförare: Arbetsgruppen för loppet i samarbete med BISAM och ISAM	Lördagen före att Skåneveckan inleds, dvs 5 oktober 2019 och 3 oktober 2020	För sydöstra Skåne i Brukar och Anhörigrådet samt återkoppling från arbetsgruppen till styrgruppen

Nivå	Aktivitet	Syfte/Mål	Ansvarig och utförare	När start	Uppföljning, Hur
Samhällsnivå	**Offentlig informationsspridning**	Syfte: Förbättra marknadsföringen och få en större medverkan och en öppnare inställning rörande psykisk hälsa/ohälsa Mål: Fler och fler medverkar vid olika evenemang och har lättillgänglig kunskap om vad som finns inom området psykisk hälsa/ ohälsa	Utvecklingsledaren, Samverkansgruppen och föreningarna.	2017-2020	Samverkansgruppen följer upp efter varje aktivitet/evenemang

Kompetensgruppen

Alla kommunerna

Kompetensgruppen bildas hösten 2018 av BISAM med ISAM tillsammans med nyckelpersoner, dvs brukare och personal från socialpsykiatrin i alla fem kommunerna och patienter och inflytandeombud från vuxenpsykiatrimottagningarna i Simrishamn och Ystad.

----------Definition Kompetensgruppen och Nyckelpersoner----------

Syfte

Samla profession och egenerfarna från kommunal och psykiatrisk verksamhet i en grupp som gemensamt ska arbeta för att utveckla möjligheterna till inflytande och delaktighet i våra fem sydostskånska kommuner. Deltagarna benämns nyckelpersoner. Uppdraget är en del av det lokala inflytandearbetet. I dagsläget enligt Inflytandeplanen 2017-2020 och som även definierar viktigt att arbeta långsiktigt i en medskapande process.

Kompetensgruppens roll/uppdrag

Nyckelpersonerna utgör tillsammans med BISAM och Inflytandeansvarig i psykiatrin Kompetensgruppen för att förmedla/inhämta information till och från verksamheterna. Uppmärksammade förbättrings-/utvecklingsområden lyfts vidare till Styrgruppen via Inflytandedialogen.

Deltagare i Kompetensgruppen

Socialpsykiatrin: en personal och minst en brukare/kund.
Vuxenpsykiatrin: en personal (inflytandeombudet) och minst en patient.

Enhetschefen ansvarar för att nyckelpersoner utses till Kompetensgruppen. Enheterna ansvarar själva för att informera och bjuda in egenerfarna personer till Kompetensgruppen.

Ansvar/mandat

Enhetschefen ansvarar för att nyckelpersonernas uppdrag blir en rutin i verksamheterna.

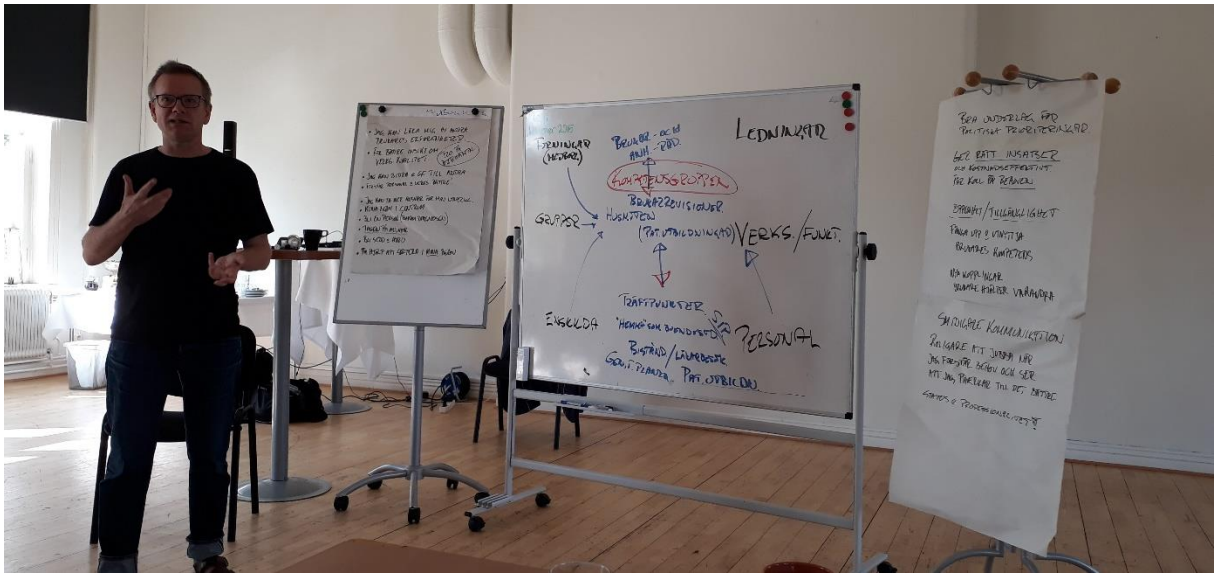
Två representanter från Kompetensgruppen ingår i Inflytandedialogen. Representanterna lyfter frågor och önskemål från verksamheterna till Inflytandedialogen. Därefter förmedlar nyckelpersonerna minnesanteckningarna från Inflytandedialogen till sina respektive verksamheter.

Nyckelpersonernas uppdrag

- Nyckelpersonerna ska bevaka inflytande och delaktighetsfrågor på den egna verksamheten/enheten och vara talesperson för dess brukare/kunder/patienter
- Nyckelpersonerna ansvarar för att inflytandefrågor kommer upp på husmöten, anhörigträffar, arbetsplatsträffar mm
- Medverkar vid möten, planeringsträffar och andra sammankomster som rör inflytandefrågor

----------Slut Definition Kompetensgruppen och Nyckelpersoner----------

VI hade kick off på Lite Mer i Ystad 3 september. Föreläsare och inspiratör var Mårten Jansson, NSPH.



Den 6 november 2019 hade vi en egen arbetsdag på Ystad Saltsjöbad. Då var prioriteringen att tydliggöra syfte och mål. Även att omarbeta Informationsguiden och informationen på www.ystad.se/psykiskhalsa

Kompetensgruppen har medverkat som kunskaps- och informationsbärare i olika utvecklingssammanhang, t ex på våra SAMSAS-dagar. Detta i syfte att förmedla vidare information och åsikter från respektive till verksamheterna.

Nyckelpersonerna har bland annat haft som uppdrag att sätta inflytande som en punkt på dagordningen ute i verksamheterna. Detta har inte varit helt enkelt att genomföra. I skrivande stund finns ingen plan för att Kompetensgruppen ska finnas kvar som en resurs för inflytandearbetet i verksamheterna. Vi hoppas att enhetscheferna i kommunerna tar tillvara på nyckelpersonernas engagemang, medan psykiatrins inflytandeombud fortsätter i sin ombudsroll inom psykiatrin, utom samverkan med kommunerna.

Brukarrevisorerna

Alla kommunerna

En brukarrevison undersöker hur en verksamhet fungerar utifrån ett brukarperspektiv. Brukarrevisionen utförs av brukare med egen erfarenhet av psykisk ohälsa.

Brukarrevisorerna är ingen myndighet och representerar ingen verksamhet.

Den egna erfarenheten som brukare / patient motsvarar det tredje perspektivet i en evidensbaserad praktik (EBP), tillsammans med vetenskapen och personalens erfarenher. Därför är brukare och patienters svar oerhört viktiga för oss!

Så här går en brukarrevision till:

- En verksamhet beställer en brukarrevision med en viss frågeformulering
- Brukarrevisorerna sammanställer ett frågeformulär
- Brukarrevisorerna kallar berörda brukare / patienter till ett Informationsmöte om kommande brukarrevision
- Det är två brukarrevisiorer som intervjuar deltagaren. Brukarrevisorerna har skrivit på avtal om tystnadsplikt.
- Deltagarna är anonyma. Inget av det man säger under intervjun kommer senare att kunna kopplas till hen som person. Intervjun tar cirka en timme.
- Intervjuerna sammanställs till en rapport, där också förbättringsförslag lämnas. Rapporten redovisas för reviderad verksamhet.

Tillsammans gör vi skillnad ☺

2015/2016 utbildades tio brukarrevisorer av ”Kompetenscentrum i Blekinge”. Under utbildningen skulle en brukarrevision genomföras och Tomelilla kommuns socialpsykiatri nappade och fick brukarrevision kring inflytande gjord på ”Boendestödsverksamheten”.

Ytterligare fyra brukarrevisorer utbildades 2018. Mer om processen vid en brukarrevision går att läsa på https://ystad.se/social-omsorg/psykisk-halsa/inflytande-och-delaktighet/brukarrevision/

Eftersom brukariteringenrrevisionerna bekostades med PRIO-medel och brukarrevisorerna är timanställda av Ystad Kommun, kan brukarrevisorerna endast utföra uppdrag där verksamheten själv önskar bli reviderade. Därav har brukarrevisorerna till exempel tyvärr inte kunnat göra brukarrevision på God Man-verksamheten då den ligger under Överförmyndarmyndigheten och de inte önskade bli reviderade.

Däremot genomfördes det i alla fem kommunerna kring Boendestödsverksamheten och nästa omgång av denna, som ska ske efter två år, påbörjades 2019.

Brukarrevisorerna har också genomfört vid Vuxenhabiliteringen, Vuxenpsykiatrimottagningen i Simrishamn och projektet Häng Med Oss Ut.

Rapporter från utförda brukarrevisioner finns på https://ystad.se/social-omsorg/psykisk-halsa/inflytande-och-delaktighet/brukarrevision/gjorda-revisioner/

Under mötena med de brukare som anmält sitt intresse att delta vid intervjuerna har brukarrevisorerna upplevt stor öppenhet, uppriktighet och intresse av att få bidra med den egna upplevelsen.

För att förenkla för verksamheterna att följa upp hur boendestödsverksamheterna ser ut i de olika kommunerna skapades en gemensam rapport Brukarrevision fem kommuner 2016-2017. Denna trycktes upp och delades ut till berörda kommuner. Nu när BISAM-funktionen avvecklas och covid-19 och vi inte vet hur omgång två kan slutföras kommer det kanske heller inte bli möjligt att göra jämförelse mellan omgång ett och omgång två. Just att påbörja satsningar, egenerfarna engagerar sig, målgruppen öppnar upp – men sen blir det inget mer – det känns minst sagt trist.

Det verkar dock som att Utvecklingsledaren ska ta över samordningen av Brukarrevisorerna efter BISAM, så det är bara att hålla tummarna att våra Brukarrevisorer får möjlighet att fortsätta sitt fina och viktiga arbete här i sydost.

12 / YSTAD

Revisorer ger röst och hopp åt en glömd grupp

● Revisorer med uppgift att sprida hopp. Så kan man lite förenklat beskriva brukarrevisorernas roll.

● – Vi visar brukarna att de har rättigheter och möjligheter att påverka sin situation, säger Maria Samuelsson, en av brukarrevisorerna.

Man greps med stöldgods för 40 000 kronor

YSTAD. En man i 45-årsåldern döms till villkorlig dom och 60 dagsböter för häleri. I februari stoppades han av polis i Ystad. I hans bil hittades kameror och silver till ett värde av cirka 40 0000 kronor. Sakerna visade sig komma från ett bostadsinbrott i Stockholm.

Tingsrätten godtar inte mannens förklaring, att han köpt sakerna på en loppmarknad utan att veta att det rört sig om stöldgods.

15-åring döms för stöld och narkotikabrott

YSTAD. I januari ertappades den 15-årige pojken är han stal en öl i en butik Ystad. Vid samma tillfälluppdagades det att han en mindre mängd narka på sig.

ads tingsrätt dömer ngen till 40 dagsbö- stöld och ringa narbrott. Stölden i buti- pojken, som tidistraffad, erkänt. gäller narkotika- hjälper det hott han påstår sig rvarat narkotivän som ville a misstänkrar. rätt slår fast gjort sig otikainnes narkoti-

YSTAD. Brukarrevisorerna som samlats i Ystad för utbildning har alla erfarenhet av psykisk ohälsa, antingen för egen del eller som anhörig. Det ger dem en förförståelse för uppdraget att ur ett brukarperspektiv granska olika verksamheter för gruppen vuxna med psykisk ohälsa.

Revisorerna har sedan våren 2016 granskat boendestödet i Skurups, Sjöbo, Tomelilla, Simrishamns och Ystads kommuner. Det är en verksamhet som berör 250 personer.

– Vi har intervjuat brukarna för att få en bild av verksamheten, hitta sådant som kan bli bättre och visa på att de är en grupp som har rätt att göra sin röst hörd. De ska ha möjlighet att påverka sin situation, säger Maria Samuelsson, som förutom brukarrevisor även är brukarinflytandesamordnare i de fem kommunerna.

Revisionen av boendestödet har bestått av intervjuer med totalt 41 av brukarna.

– Många av dem är ovana vid att prata om sin situation och framför allt att ha synpunkter på boendestödjarna, som de ju i viss mån står i en beroendeställning till, säger Jan Resebo, landstinget i Blekinge och utbildare av brukarrevisorer.

Han tycker brukarrevisorerna sår frö av hopp för en grupp som inte är van att göra sin röst hörd.

– De visar att det finns möjlighet att påverka, säger han.

Brukarrevisorerna menar att de får andra och mer uttömmande svar än de som ges när verksamheten själv gör utvärderingar.

– Revisorerna har en annan förförståelse. De ställer lite andra frågor, men kan också läsa in mer i svaret, säger Birgitta Nilsson, landstinget i Blekinge och utbildare.

Nu ska revisionsrapporterna från de fem kommunernas boendestöd bakas ihop till en gemensam rapport. I revisionen framkom att många vill ha hjälp att knyta fler sociala kontakter. Sedan är det dags att göra om revisionen.

– Förhoppningsvis får vi ett kvitto på att de brister vi påpekat har åtgärdats, säger Jan Resebo.

Det finns ett intresse från verksamheterna att blir reviderade ur ett brukarperspektiv och förutom boendestödet ska revisorerna även titta på habiliteringen i Ystad, vuxenpsykiatrin i Simrishamn samt friluftsprojektet Häng med oss ut 2.0 som görs i Sjöbo, Tomelilla och Ystad i samarbete med Friluftsfrämjandet.

Brukarrevisorerna har många uppgifter och tror att de kan bli fler i takt med att brukarna vänjer sig vid att låta sig intervjuas.

– De behöver bli fler, säger Jan Resebo.

Agneta Ståhl, Sanna Sandberg, Marie Sjögren, Kristina Ucinska, Birgitta Nilsson, Maria Samuelsson, Susanne Andersson, Jan Resebo och Mats Johnsson ser till att brukarrevisorerna sprider hopp.

FOTO: CECILIA BILLGREN

TEXT
CECILIA BILLGREN
cecilia.billgren
@ystadsallehanda.se
0411-55 780

Ystads Allehanda 31 mars 2016

FESTLIGHETER

Familje- och SAMSAS-dag 2017

Samarbete med föreningarna RSMH Österlen och Attention Sydöstra Skåne. Husvagn och tippi på plats för att prova på ”uteliv”. Sociala tjänstehunden Hicko var också med och spred värme. Vi åt lunch och fikade, badade och gick tipsrunda.

Inslag från Radio P4 med artikel att läsa - https://sverigesradio.se/artikel/6752732

Familjedag Nybrostrand 2018

Vikarierande BISAM Ewa Jönsson och ISAM arrangerade en dag, även i år i Nybrostrands scoutstuga med tipspromenad, bad i höga vågor och en smaskig lunch.

Artikel i Ystads Allehanda https://www.ystadsallehanda.se/ystad/en-familjedag-med-fokus-pa-psykisk-halsa/

Maria Samuelsson och Eva Jönsson som själva har erfarenhet av psykisk ohälsa och nu arbetar som brukarinflytandesamordnare (bisam)
Foto: Stina Zinsmeister

Roland Johansson, Håkan Helgesson och Lanny Wallin som alla på olika sätt är aktiva inom föreningar med fokus på psykisk ohälsa.
Foto: Stina Zinsmeister

Inflytandefest 2019

11 oktober 2019 arrangerade BISAM och ISAM en inflytandefest med ”livsreseberättelser” och musik av och dans till Nya Stup. Det finns många fantastiska livsberättelser att lyfta, men den här kvällen fick vi lyssna på nedan och deras inspirerande och hoppingivande upplevelser inom samverkan för psykisk hälsa.

- Magnus Brengdahl, Ystad
- Fredrik Persson och Kalle Fors, Simrishamn
- Marléne Karlsson och Anneli Ask från Kooperativet bredvid
- Fredrik Thyberg och Per Granvik, ISAM respektive verksamhetschef Psykiatri Trelleborg/Malmö som BISAM samarbetade med vid uppstarten och Inflytandedagarna 2015 deltog också och lyfte hur viktigt det är med samverkan egenerfarna och profession och också tankar kring samordning.

För de som närvarade denna minnesvärda kväll har mycket positivt hörts, vilken härlig stämning och gemenskap det var. Man önskade också återupprepa denna festlighet och också förmå fler enhets- och socialchefer att närvara. Det är ju ändå en fest!

Att få ta del av livsberättelserna och stämningen det skapade bland deltagarna får mig ännu att bli piggig vid minen. Det är detta som är äkta medmänsklighet, känsla av sammanhang och ger hopp kring psykisk hälsa.

Sommarfest – PO Skånes 20-årsjubileum 2020

BISAM och PO Skåne beslöt att slå samman Återhämtningscafé och 20-årsjubileum och ordnade en sommarfest i Nybrostrands Scoutstuga utanför Ystad. Det blev en fantastiskt härlig tillställning!

PO Skåne i samverkan med BISAM sydöstra Skåne bjuder in till

SOMMARCAFE 30 JULI 2020

Välkommen till en eftermiddag i gemenskap och glädje!

Är du intresserad av återhämtning från psykisk ohälsa? Kanske berörs Du själv eller någon du känner av psykisk ohälsa? Detta är en eftermiddag där vi kan prata, dela erfarenheter och glädje. På plats finns PO Skåne, som i år firar 20 med sin verksamhet av personliga ombud i Skåne, BISAM i fem sydöstskånska kommuner samt bandet Sicked Allo, som spelar sin fantastiska musik.

INFORMATION:

Dag: Torsdagen den 30 juli

Tid: kl. 16.00 - 19.00

Plats: Scoutstugan, Nybrostrand, Ystad

Föranmälan: Ja, då vi bjuder på mat. Vi följer självklart Folkhälsomyndighetens rekommendationer.

Anmälan senast onsdag 29 juli till:

BISAM Maria Samuelsson

Mobil: 0709-477 288

Mejl: maria.samuelsson@ystad.se

PO Skåne Ewa Wernehag

Mobil: 0732-620 650

Mejl. ewa.wernehag@po-skane.org

VARMT VÄLKOMNA!

Ewa, Camilla och jag skötte köket i restriktionsrätt mundering.

Maria Samuelsson som är brukarinflytandesamordnare tog glatt emot Håkan Peterson som gjorde sitt första besök. FOTO: SPRISSE NILSSON

Jubilaren med gemenskap och förståelse i fokus

På torsdagskvällen firade föreningen Personligt ombud 20-årsjubileum. En kväll där behovet av återhämtning för dem som lider av psykisk ohälsa fick stå i centrum.

NYBROSTRAND. Det var en dag att minnas alla möten.

– Det är rätt så mäktigt när man tänker på hur många människor som vi har mött under dessa 20 år. 20-30 procent kommer tillbaka och resten kommer vidare, säger Ewa Wernehag, biträdande verksamhetschef.

Tillställningen blev en gladare variant på Återhämtningscaféet där det är fokus på social samvaro, gemenskap och glädje.

– Här pratar vi inte om sjukdomsbilden. Det är en sådan liten del av en människa. Det kommer verkligen fram på återhämtningscaféerna. På mötet säger man heller aldrig om man är personal eller brukare, säger Maria Samuelsson som är brukarinflytandesamordnare. Hon berättar att det utöver det sker många kloka samtal.

– Det väcks idéer om allt från att gå en promenad i Ystad eller något annat. Det händer också att det pratas om hobbyer eller att deltagarna delar med sig av kloka tankar, säger Maria Samuelsson.

En person valde att göra sitt första besök mitt under festligheterna.

– Jag har faktiskt känt till de här träffarna i flera år, men det har alltid kommit något i vägen. I dag är min första gång här. Det som lockade mig hit var att möta andra personer som kämpar med olika saker i sin vardag, säger Håkan Peterson.

– Jag tror att det hjälper för att inte gå ner sig i dalen.

HANNA DOCKSON

”Sicked allo” spelade och det dansades och rockades loss mitt på ljusa dagen! ☺

Vi uppmärksammades också av Ystads Allehanda ”som vanligt” ☺

AKTIVITETER OCH MÖJLIGHETER I ÅTERHÄMTNINGSPROCESSEN

I kommunerna har socialpsykiatrin drivit egna aktiviteter som vi kunnat använda material och kompetens ifrån, i andra sammanhang.

Att skriva i läkande syfte

Hösten 2020 startades en skrivkurs för personer med egen erfarenhet av psykisk ohälsa inom våra fem kommuner. Deltagarantalet sattes till tolv. Ett tjugotal anmälde sig. Kursen hölls vid åtta tillfällen i Tomelilla, växlande mellan Café Kryddan och Solhuset beroende på restriktionerna. Lärare var Emelie Hill Dittmer www.emeliehdittmer.com

Att skriva i läkande syfte

Skrivandet kan bli en väg till läkning efter upplevelser av trauma, sorg, eller kris. När vi går djupt in i denna skrivprocess och med skärpt uppmärksamhet, har vi mycket att vinna. När vi börjar lyssna inåt och noterar vad vi ser och känner, tar vi succesivt våra röster på ett större allvar. Det är då ett skifte kan ske, ett avstamp - vi vinner tillbaka en del av oss själva, som vi trodde hade gått förlorad. Det är möjligt att skriva sig fram i ljuset, om vi vågar vara ärliga när vi gör det. Men hur vi börjar vi?

I kursen får vi lära oss om olika verktyg när vi skriver oss själva. Att gå in i minnesarkiven kräver stillhet, självomsorg och reflektion. Vi skapar under dessa åtta sammankomster ett rum för detta.

Vi jobbar utifrån en skrivmetod som har sin bas i USA och grundar sig på vetenskaplig forskning inom bland annat psykiatri, socialpsykologi och skrivande. Vi jobbar utifrån den globala skrivrörelsen Write Your Self, som grundar sig på denna forskning, och som har utarbetat en skrivmetod i åtta steg, för att hjälpa människor i denna process.

Metoden, så kallat expressivt, uttrycksfullt skrivande, är en spännande och effektiv typ av healing och kan innebära ett transformerande arbete. Att bli bevittnad och bekräftad i grupp under själva skrivresans gång är en annan viktig del av den läkande skrivprocessen. På så vis kan vi lättare ta oss förbi vad som hindrar vår utveckling och vårt välmående. Vi gör en gemensam och djupare resa, där målet är att skapa något värdefullt. Vi arbetar med både korta och långa skrivövningar

Hand i hand med det läkande skrivandet går ”det goda samtalet”- ett viktigt samspel för att hjälpa dig att förstå dig själv bättre, men också för att kunna läka det förflutna och därmed göra ett avstamp. I kursen finner vi nya vägar som kan hjälpa oss att gå på djupet om vilka vi är, vad vi kommer ifrån och vart vi är på väg.

Detta är en kurs för dig som

- vet att du bär på upplevelser som du vill bearbeta genom ditt skrivande
- vill vara mer i kontakt med en djupare sida av dig själv, din historia och ditt välbefinnande

Viktigt att du har reflekterat kring och i viss mån bearbetat traumat och att du har distans till händelsen. Det är då denna skrivprocess är mest effektfull, enligt forskningen.

Utvärderingen av skrivkursen december 2020:

Visade på positiva effekter för individen. Vi frågade bland annat vad som varit mest givande, om den inre resan som läkande skrivande skapar och vad kursen gjort för dem.

”Att jag kan skriva”

”Jag har tyckt det varit intressant. Jag har öppnat upp känslor inombords som jag har behövt bearbeta”

”Tar med mig de insikter som skrivandet öppnade”

”Jag tycker att jag har fått bättre självförtroende och känner mig mer kapabel till att skriva och tro på det”

”Det är roligare att skriva och jag har fått idéer på hur jag ska utveckla mitt liv”.

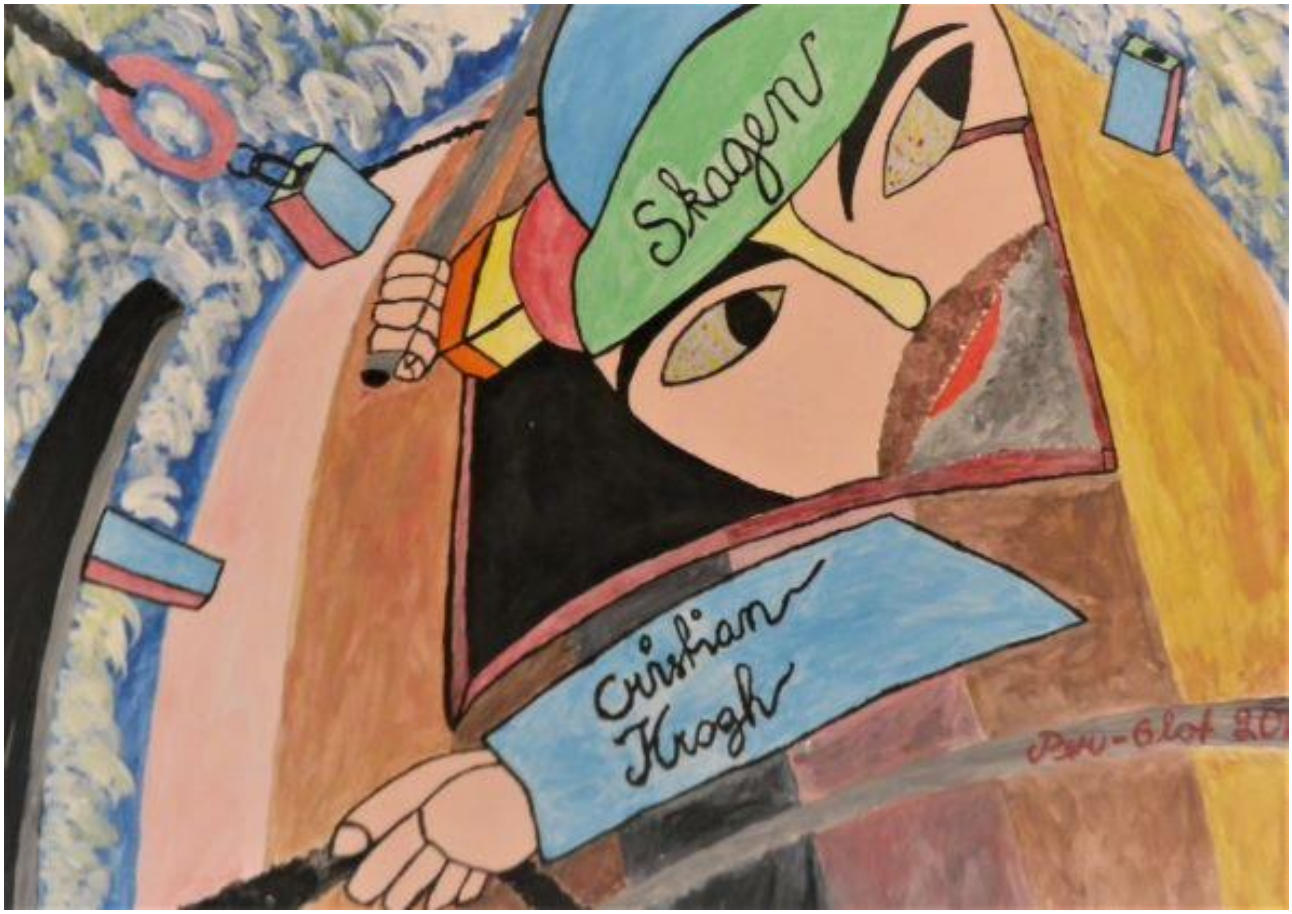
”Kursen gav mer än jag förväntade mig”

”Börjar lyfta på locket och går in i mig själv igen”

”Har förstått att skrivandet är viktigt och något jag behöver ägna mig åt”

Deltagarna hade önskat att det varit fler kurstillfällen per vecka eller en hel termin. Flera önskar sig en fördjupningskurs framöver. De kände också att de skapat socialt sammanhang och gemenskap i gruppen som de ville bygga vidare på.

Konstkurs på REBUS i Tomelilla



Parafras av Christian Kroghs målning ifrån 1892 ”Hårt skratt”, målad av Per-Olof.

Parafrasen är en tolkning av den svåra livsmiljön för människor vid Skagen under denna tid. Denna miljö skapade hårda människor som ständigt fick kämpa mot vädrets makter. För att kunna överleva som fiskare var de tvungna att skaffa sig erfarenhet och att lära sig att hantera båten. Fiskaren och båten blev en enhet.

Gruppen vid skrivtillfället hösten 2020

Anneli, Christer, Gert-Åke, Håkan, Irene, Per-Olof och Therese

En KONSTig Bok

Innehåll

Vincent van Gogh (1853-1890) – Det galna geniet 48

Peder Severin Krøyer (1851-1909) och Skagenmålarna..... 50

Frida Kahlo (1907-1954) – Den olycksalige konstnären 56

Lars Lerin (1954-) - Konstnären som kom tillbaka till Värmland 61

Keith Haring (1958-1990) - Popkonstnären..... 66

Konstkurserna blir En KONSTig Bok

Vi går på en konstkurs på REBUS i Tomelilla. Konstpedagog Gunilla Jones börjar varje kurstillfälle med att visa bilder och att ge allmän kunskap om vald konstnär eller vald konstinriktning. Därefter gör varje gruppdeltagare sin egen tolkning av en vald konstnärs verk (en parafras).

Personal som har medverkat genom åren är bland annat varit Annalena Lindevall, Christine Nilsson, Kit Katze och Marie Berg. Att personalen deltagit har gett en del deltagare mer lugn, man känner att man kan vara sig själv i gruppen och man vågar ta ut svängarna lite mer än om det varit en ”vanlig kurs”.

Hösten 2017 på Byavången började vi titta på Emil Nolde, William Turner, Carl Larsson, Bruno Liljefors, Anders Zorn – ABC. Då pratade vi om konstnärerna, mest teoretiskt. Deltagarna i gruppen fick sedan på ett möte bestämma vilket ämne per termin man ville ha och då också med anknytning till psykiska måendet och skapandet. Så vi har haft en termin kring konstnärerna som vi presenterar här i En KONSTig bok, dvs Vincent Van Gogh, Frida Kahlo, Skagenmålarna, Lars Lerin och nu hösten 2020 har fokus varit Popkonst. Vi blev kunniga i konstnären då varje föreläsning hade ett 100-tal bilder kring denne. Vi har haft vernissage efter varje termin.

Vi har varit på Arken, Ishoj, Danmark. Då blev vi sponsrade av Rotary Tomelilla. Det tackar vi för. VI har haft som avsikt att ansöka om ett projekt kring Skagenmålarna. Se våra förvärvade kunskaper i verkligheten – gå barfota i sanden, i vita klänningar För att åka iväg några dagar med övernattning. Detta för att stärka gemenskapen, öka välbefinnandet och man använder sin kreativitet och de förvärvade teoretiska kunskaperna -> kronan på verket.

Tankar från gruppen:

Therese: ”Att vara en individ i konstgruppen och min åsikt och tankar respekteras, gör ju att jag vågar mer i min vardag. Jag har mer självförtroende i olika situationer”
”Man tänker att va bra jag är, att jag verkligen kan! Det är mitt sätt att tolka det”

Håkan: ”Varje gång jag ser mina tavlor tänker jag – Har jag gjort dessa? De var ju fina!. Konstgruppen har påverkat mig positivt. Jag har fått till mig en hel del via gruppen på Rebus. Jag har lärt mig var jag har mina gränser, att jag kan behålla mitt lugn och tjänar mer på att vara snäll. Jag har fått ett annat perspektiv på livet också genom konsten.

P-O: ”Man utvecklar sin kreativitet”

Christer: ”Man växer med uppgiften. Kan öppna mig för gruppen. Man får en bra självkänsla”

Irené: ”Jag kan öppna mig genom måleriet”

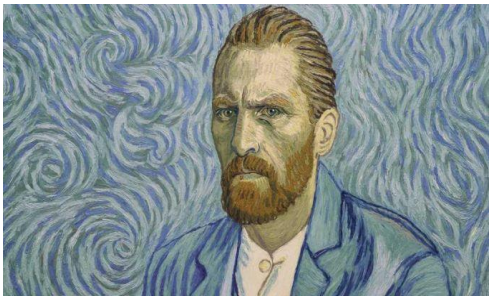
Gert-Åke: ”Man växer. Man lär sig nåt nytt”

Anna-Lena: ”Gruppen är otroligt duktig på att peppa varandra, ha åsikter om varandras konstverk. Vi har blivit som en liten konstfamilj”

Gunilla: ”Under terminernas gång har jag sett hur deltagarnas självkänsla har stärkts och kunskaperna ökat. Jag har kunnat höja nivån på lektionerna och också kunnat se en stolthet hos deltagarna i deras prestationer”

Vi är stolta över vår konstgrupp. Det är bra att kommunen anställt en konstpedagog som i slutändan gör att vi deltagare kan växa. Gunillas entusiasm i ämnet gör att vi som deltagare blir mer engagerade. Det är inte som när någon bara står och pratar. Här har vi en dialog.

Vincent van Gogh (1853-1890) – Det galna geniet



Vincent van Gogh var en nederländsk konstnär. Han tillhör den moderna konstens och expressionismens främsta föregångare. Med expressionism menas att konstnären i sina verk ger uttryck för sin inre föreställningsvärld. Detta kan exempelvis uttrycka sig i starka färger och en förvrängning av formerna.

Vincent van Gogh skapade 860 oljemålningar och de flesta kom till under hans sista två levnadsår. Han led av psykotiska perioder och av vanföreställningar. Han lades in på ett mentalsjukhus i södra Frankrike och denna tid blev hans mest produktiva period.

Vincent van Goghs vänskap med målaren Paul Gauguin slutade med att han hotade Gauguin med ett rakblad och att han skar av sig sitt vänstra öra. Vincent van Gogh lever kvar i allmänhetens föreställningsvärld som det missförstådda geniet, i vilken galenskapen och kreativiteten sammanstrålar.

Efter år i fattigdom och mental sjukdom begick han självmord endast 37 år gammal. 1890 sköt han sig själv i bröstet med en revolver ute på en äng. Han överlevde och kröp tillbaka till sitt rum på värdshuset. Han dog av skottskadan två dagar senare.

Vincent van Gogh är känd för att ha målat solrosor både på fält och som stilleben i vas. De första 4 bilderna visar hur vi tolkar van Goghs solrosor.

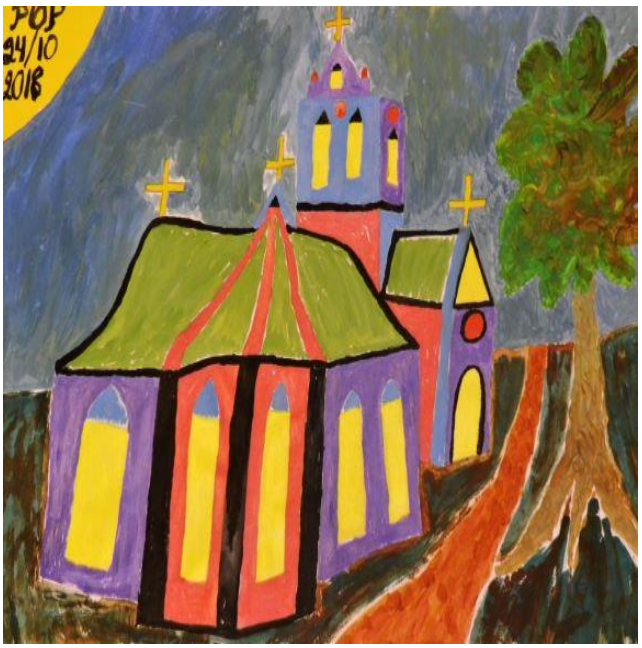
Konstgruppen var också 2019 och tittade på en van Gogh utställning på Arken utanför Köpenhamn. Utställningen hade tavlor till ett värde av 1 miljard kr. Vi sökte ett stipendium till resan och fick ifrån Rotary pengar till resa, inträde och middag.

Bild 1 är gjord av Irene.

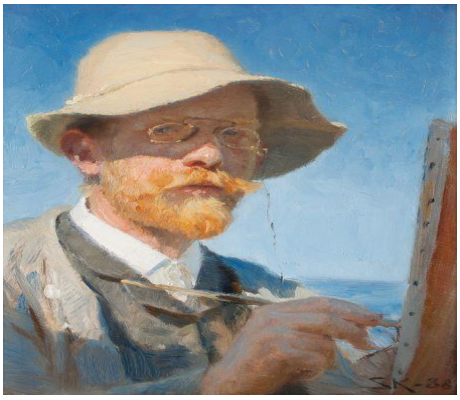
Bild 2 är av Therese.

Bild 3 är gjord av Per-Olof och visar en solros i olika färger. En solros som gör naturen ännu vackrare.

Bild 4 (av Per-Olof) visar hur vi tolkar van Goghs oljemålning ifrån 1890 av kyrkan i Auvers. Målningen finns på Musée d”Orsay i Paris. Våra tolkningar av kyrkan visar hur man som konstnär kan använda sig av olika perspektiv när man gestaltar någonting. Man kan tolka ting olika. Ibland är kyrkan grå och tråkig, och ibland är den vacker och upplyst.



Peder Severin Krøyer (1851-1909) och Skagenmålarna



Peder Severin Krøyer anses vara den främste konstnären bland Skagenmålarna. Krøyer var den som i Danmark införde friluftsmåleriet med tendens mot impressionismen. Med impressionism menas att målningstekniken är skissartad och med kraftig penselföring. Konstnären använde färgerna på ett nytt sätt, bland annat för att måla ljus och skuggor.

Skagenmålarna var en grupp skandinaviska konstnärer som var verksamma i Skagen på Jyllands norra spets, främst under 1870- och 1880-talen. Det intensiva ljuset på den smala landtungan mellan de två haven Skagerack och Kattegatt, liksom den särpräglade befolkningen och miljön i det lilla fiskeläget lockade till landskaps- och figurmåleri.

I konstnärskolonins centrum fanns målare med egna hus i Skagen, som Anna och Michael Ancher, Marie och Peder Severin Krøyer, Laurits Tuxen och Holger Drachman. Många av målarna bodde på Bröndums Hotell, som drevs av Anna Anchers familj och som var en samlingspunkt för målarna.

Krøyers konstnärskap avbröts dock i förtid p g a av manodepressiv sjukdom ärvd från modern. Han blev över tiden allt mer manisk och sjukdomen behandlades med kvicksilver, vilket ledde till att han nästan förlorade synen på vänstra ögat. Han lades tidvis in på hospital men avslutade ändå 1906 sitt storverk ”Sankt Hanseld på Skagens strand”. I målningens bakgrund syns Marie Krøyer och den svenske tonsättare Hugo Alfvén, vilka var gifta 1912-1936.

Bild 1 är en tolkning av ett självporträtt gjord av P.S. Krøyer och är målad av Per-Olof. Här tolkas Krøyer som en modern reklampelare för Skagenkonstnärerna. Så här hade kanske en modern affisch gjorts av Krøyer för att sälja in konstgruppen. Verket är gjort i POP-konst. De första POP-konstnärerna började som reklammålare som målade stora verk utomhus.

Bild 2 är ett självporträtt målat av P.S. Krøyer och av hans fru Marie Krøyer, vilket är ett verk av Gert-Åke.

Bild 3 (av Gert-Åke) och bild 4 (av Per-Olof) visar vår tolkning av P.S. Krøyers verk ”Sommarafton på Skagen” ifrån 1892 (Marie Krøyer och hunden Rapp). Målningen finns på Skagens Museum. Per-Olof tolkar bilden som två naturälskande hundar ser ut över havet. Kanske ser också djuren naturen som en vacker skapelse och blir hänförda av den.

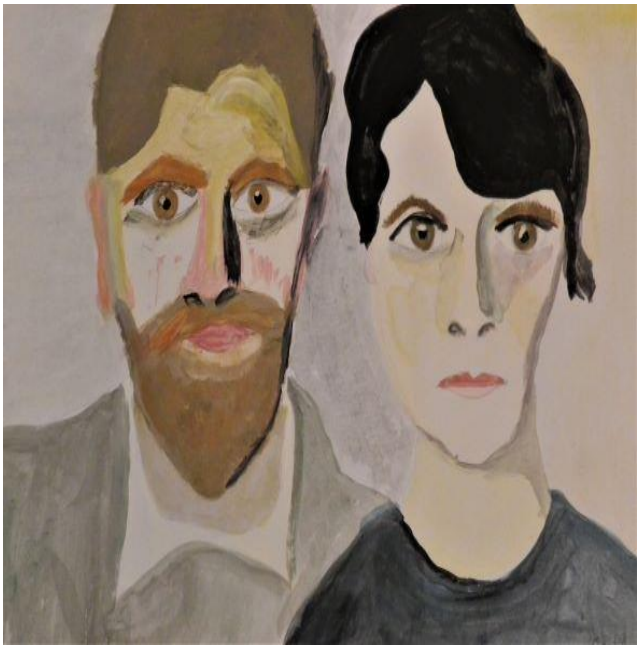


Bild 5 (av Gert-Åke) visar verket ”Sommarafton på Skagen Sønderstrand” ifrån 1893 (Marie Krøyer och Anna Ancher). Verket finns på Skagens Museum.

Bild 6 (av Anneli) visar Anna Anchers målning ”Porträtt av mor” ifrån 1913 och verket finns på Skagens Museum.

Bild 7 (av Håkan) är en parafras av Anna Anchers målning ”Skördearbetare” ifrån 1905 och målningen finns på Skagens Museum. Det var svårt att måla ansiktsuttrycken så istället blev de väldigt solbrända i min tolkning ☺ I fältet fick jag till färgerna för att ge liv åt bilden.

Bild 8 (av Irene) är Michael Anchers verk ”Ser ut över havet”.

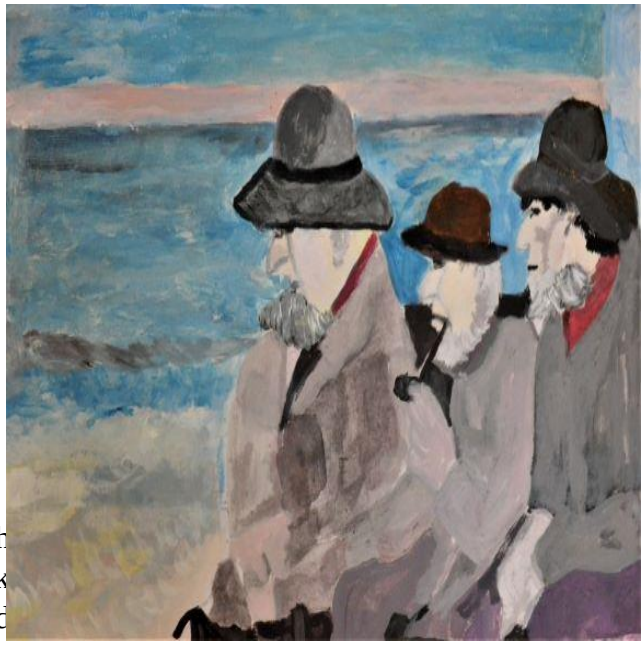
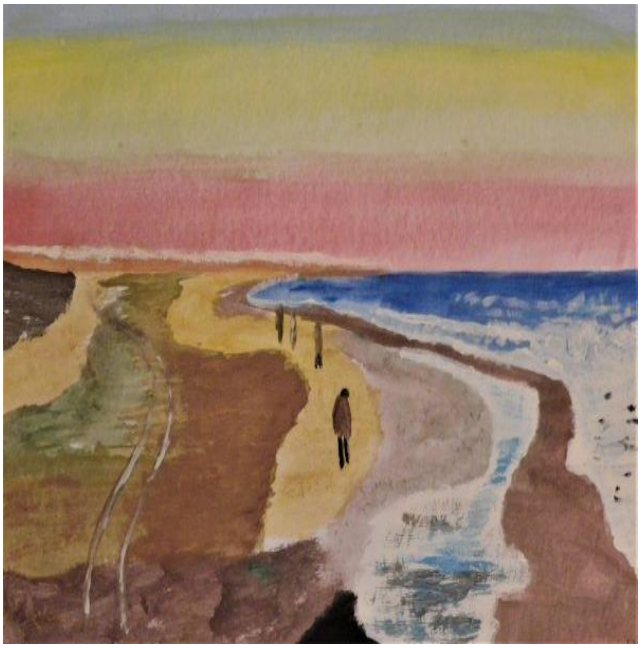


Bild 11 (av Per-Olof) är Laurits Tuxens verk ”Vandrare på Skagens strand”. Per-Olof tolkar tavlan som en vacker sommarbild där himmeln speglar sig i vattenytan. Sommaren är en tid då barnen kan gå barfota i sanden och det har de säkert gjort i alla tider.

Bild 12 (av Therese) är ”Solrosor” av Thorvald Niss. Therese är intresserad av växter och solrosor var ju även Van Goghs favoritblomma.

Bilderna 13-16 är målningar av stranden och havet vid Skagen.
Bild 13 är av Gert-Åke.

Bild 14 är av Håkan. Här ville jag få med djupet i bilden, att horisonten blev synlig och även de svarta måsarna kom med – häftig kontrast till övriga färger!
Bild 15 är av Therese.
Bild 16 är av Irene.



Bilderna 17-19 vår tolkning av Rubjerg Knude Fyr som 2018 flyttades 80 meter för att inte falla ned i havet. Fyren har också stått i vägen för en jättelik vandrande sanddyna och var

under 1950-talet helt täckt av sand. Fyren har egentligen varit ett misslyckande under sin tid som fyr. Men ändå anses den vara värd att räddas för eftervärlden.

Bild 17 är ett verk av Per-Olof och visar en färggrann bild av fyren och av sanddynorna. Naturen är ibland svår att tämja. Vinden går sin egen väg.

Bild 18 är målad av Anneli.

Bild 19 gjord av Gert-Åke.

Bild 20 är en trädgårdsbild ifrån Skagen och också gjord av Gert-Åke.

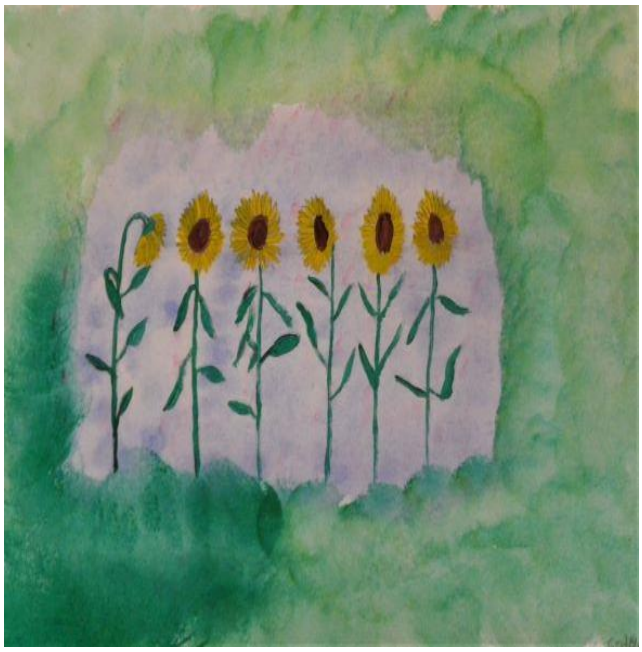
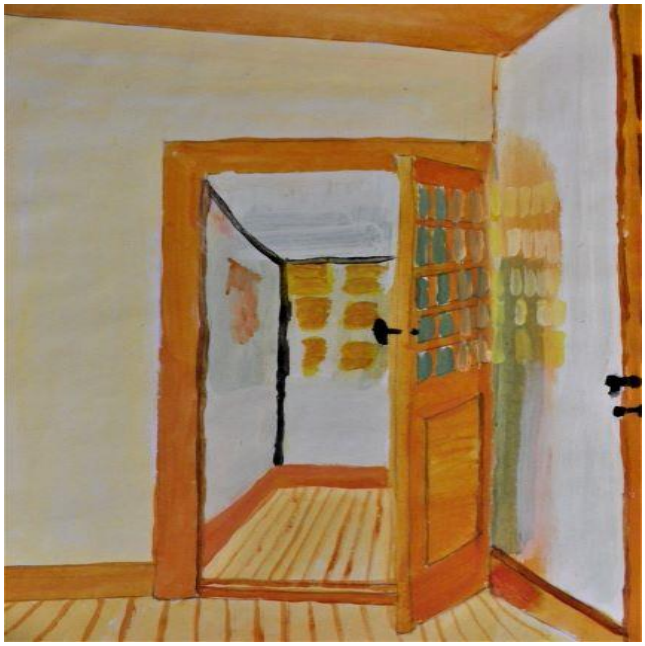


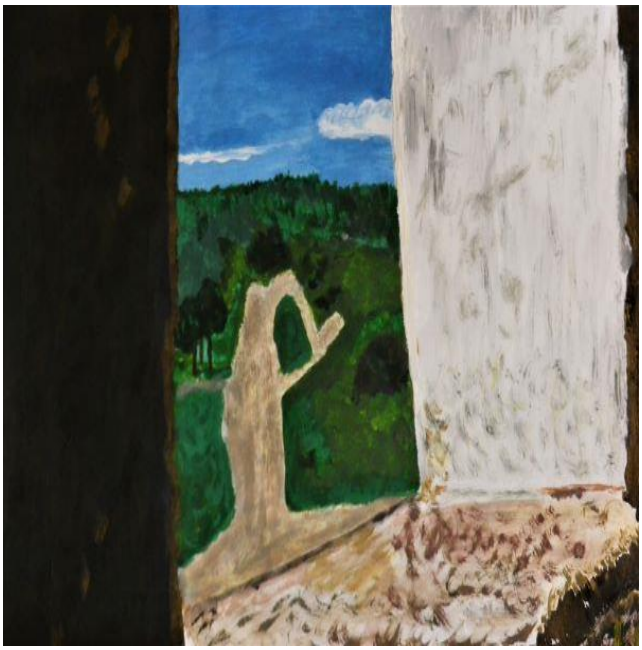
Bild 21 är en blomstervas gjord av Irene.

Bild 22 är Anna Anchers målning ”Interiör. Bröndums hotell” målad av Gert-Åke.

Bild 23 är en utsikt ifrån Sankt Laurentii ödekyrka strax utanför Skagen av Irene. Man slutade att använda kyrkan 1795 eftersom den var övertäckt med sand. Endast kyrkans torn står kvar.

Bild 24 är bild av landskapet vid Skagen av Anneli.





Frida Kahlo fick polio (barnförlamning) när hon var sex år gammal, vilket gjorde att hennes högra ben var smalare än det vänstra. Det har antagits att hon även led av ryggmärgsbråck, en medfödd missbildning, som kan ha påverkat både ryggraden och benens utveckling.
Frida Kahlo råkade 1925 ut för en trafikolycka och blev sängliggande. Olyckan orsakade permanenta skador på både hennes ryggrad och livmoder, vilket gjorde att hon under resten av sitt liv kämpade med svåra och ständigt återkommande smärtor och vilket också skulle påverka hennes konst.

Smärtan var intensiv och gjorde henne ofta sängliggande. Hon genomgick mer än 30 operationer efter olyckan, främst ryggen, det högra benet och foten som dock senare amputerades.

Frida Kahlo sägs ha haft ett kortare förhållande med Lev Trotskij när han under en tid 1939 bodde tillsammans med Frida Kahlo och hennes man Diego Rivera (som var en känd mexikansk muralmålare) under sin exil i Mexiko. Men detta har dock aldrig kunnat bevisas.

Trotskij blev mördad med en ishacka i deras hus på order av Stalin 1940. Trotskij var revolutionsledare tillsammans med Lenin 1917 i Ryssland. Trotskij grundade Röda Armén och var dess ledare 1918-1922 under Ryska inbördeskriget. Han skrev bland annat boken ”Kommunismen och terrorn” där han förklarar och försvarar användandet av röd terror.

Mot slutet av 1970-talet blev Frida Kahlos verk allt mer uppmärksammad. Kahlo målade en naiv konst i stilleben med många självporträtt. Målningarna har ljusa färger. Hon brukar ofta räknas som surrealist även om hon aldrig själv ansåg detta utan menade att hon bara målade sin egen tillvaro. I sina självporträtt har hon ofta en allvarlig blick. Det finns runt 65 målningar av Kahlo, de flesta i olja.

Frida Kahlo avled 1954, efter flera år av alkoholberoende och av smärtstillande medel. Den sista tiden fick hon permanent använda rullstol sedan det skadade högerbenet amputerats. Man vet inte om hon dog av sjukdom, eller om hon begick självmord. Hennes man Diego Rivera avled tre år senare. Det hus de bodde i ”La Casa Azul” (som ligger i utkanten av Mexico City), öppnades för allmänheten 1959 och är än idag ett museum.

De 9 första bilderna är våra egna tolkningar av hennes otaliga självporträtt. Kahlos stil är ofta surrealistisk och hon gör sin egen tolkning av omvärlden och av sin egna situation.

Målningarna har starka färger och innehåller ofta djur och växter som återfinns i Mexiko (se bilderna 10-12).

I bilderna 13-15 tolkar vi den mexikanska högtidsdagen ”De dödas dag” (Día de muertos) som infaller den 2 november varje år. Högtiden är en sammansmältning av katolsk och aztekisk tradition, och man firar att de döda kommer tillbaka denna helg.

Bild 1 är gjord av Gert-Åke.

Bilderna 2-3 är gjorda av Irene.

Bild 4 är gjord av Per-Olof och tolkar Frida Kahlo och hennes husdjur i glada färger. Kahlos miljö i Mexiko var färgrik med exotiska djur och växter. Detta gav Kahlos verk ett annorlunda utseende än verk gjorda av konstnärer i Europa.

Bild 5 är gjord av Håkan. Jag ville förmedla det gröna och växterna från Fridas originalbild och det lyckades jag med! Tänkte att jag ska få växterna rätt, de var svåra att måla. Jag är nöjd med resultatet.

Bild 6 är gjord av Gert-Åke.

Bilderna 7-8 är gjorda av Per-Olof. Tavla 8 visar Kahlo som en mediterande Budha. Lägg märke till de färgrika kläderna och Kahlos håruppsättning. Kahlo blev känd för sina håruppsättningar med blommor. Hon arbetade också ett tag som fotomodell i USA. Tavla 9 ska i originalet visa Kahlo som skadad hjort som har träffats av en mängd pilar. Hon led av svår smärta under hela sitt vuxna liv. Mitt verk visar dock ett en glad hjort omgiven av Kahlos husdjur.

Bilderna 9-10 är gjorda av Per-Olof. Bild 12 visar ett färggrant mexikanskt blomsterarrangemang. Kahlo målade ofta in Mexikos flora i sina tavlor. Bild 13 visar hur en färgglad skalle kan se ut under Mexikos stora högtid – ”De dödas dag”. Skallen påminner om en glad Pippi Långstrump som firar högtiden.

Bild 11 är gjord av Gert-Åke.
Bild 12 är gjord av Irene.

Lars Lerin (1954-) - Konstnären som kom tillbaka till Värmland

Lars Lerin räknas som en av de främsta akvarellmålarna i Norden. Lerin bodde och målade under många år på Lofoten i Norge men efter ett dåligt förhållande återvände han till Värmland.

Enligt boken ”Mellan husen : bilder från Lofoten” av Lars Lerin bodde han på Lofoten i tolv år. ”Alltsedan tonåren hade han drömt om att få komma dit. Han ville måla allt. De isblå skuggorna, måsarnas flykt, vintermörkret, melankolin, de vita husen, snön, isvidderna, havets svärta, valfångstbåtarna, sommarens musselstrand. På Lofoten träffade han Y, som blev hans livskamrat i gode og onde dager .... När förhållandet tog slut bröt Lars Lerin upp och återvände till Värmland.”

Lars Lerin flyttade år 2000 tillbaka till Värmland och grundade ett eget konstmuseum (Sandgrund Lars Lerin) i Karlstad. Lerin har även skrivit ett otal böcker och i en del målningar skriver han texter som kan läsas om man går tillräckligt nära målningen.

Särskilt populär är hans bok ”Naturlära : limes norrlandicus”. ”I *Naturlära* samlas akvareller där han med säker hand skildrar den natur som omger honom, framför allt i hans värmländska hemtrakter. Årstidens skiftningar, lövens färg, vasstrån fångade i is och snö varvas med målningar av bleknande, flagande ödehus och detaljstudier av en skalbagge, en fågelvinge, en uppnålad fjäril.”

Bilderna 1-3 är vår tolkning av Lerins björkskogar.
Bild 1 är gjord av Therese.
Bild 2-6 är målade av Per-Olof. Bilderna är en egen version av Lerins björkskogar. Lerin målar stora verk i akvarell. Bild 2 är en färggrann vinterbild där korparna samlar sig för nattvilan. Bild 3 är en mer traditionell björkskog som jag tror de ser ut i norra delen av landet. Under kursen gick vi också igenom vilka områden på Jorden som ingår i Arktis och dess natur. Bild 4 föreställer ett landskap på Island. Bilden visar ett färggrant Island med höga berg och mäktiga vattenfall. Bilderna 5-6 skildrar norrskenet i Arktis. Norrskenet är ett färggrant naturfenomen som beror på att Jordens magnetfält längst uppe i norr inte stöter bort alla partiklar som kommer ifrån Solen. Norrskenet kan uppkomma i alla färger.

vinden har vänt

Per-Ola

POP

POP

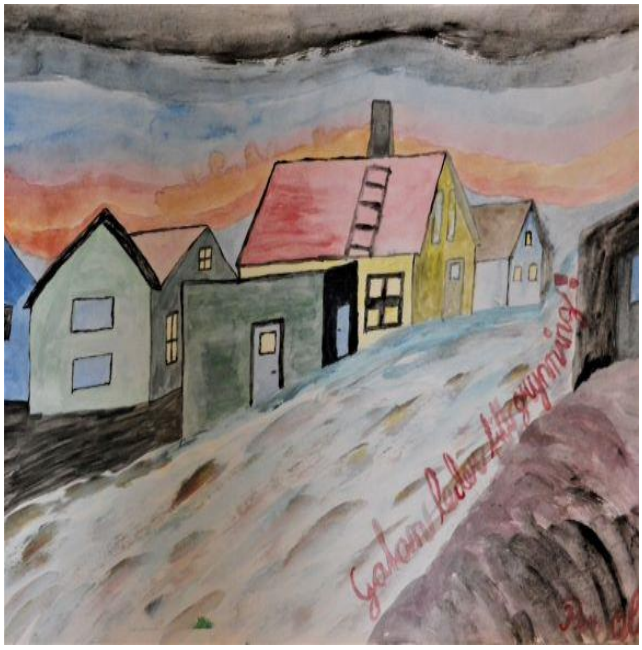
POP

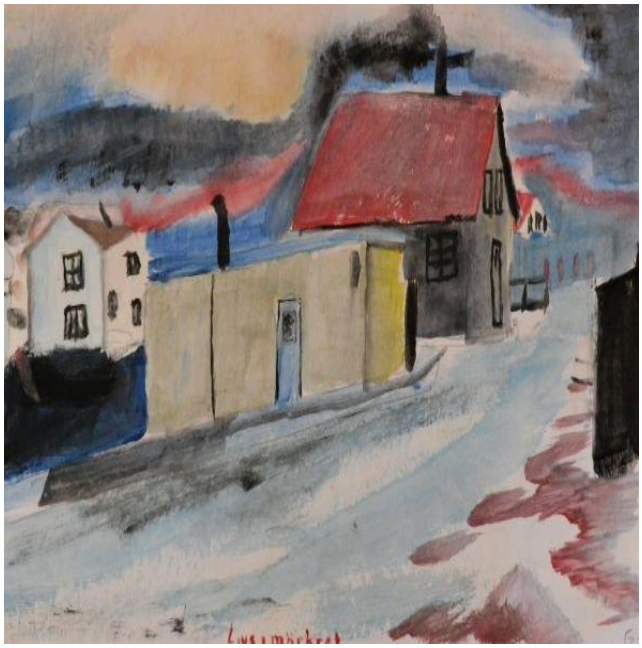
Bilderna 7-8 skildrar Lerins målningar av gårdar i norra delen av landet.
Bild 7 är gjord av Therese.
Bild 8 av Irene.

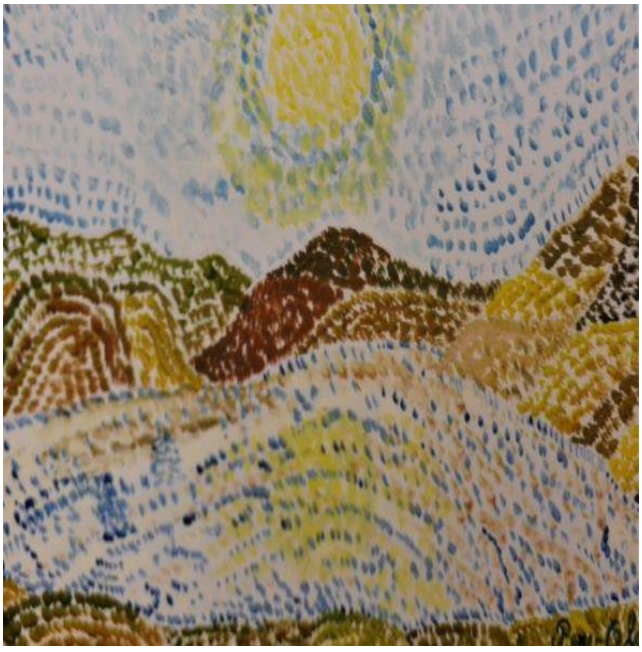
Bilderna 9-10 skildrar ett landskap i Skottland.
Bild 9 är gjord av Per-Olof och visar min tolkning av Lerins landskap ifrån Skottland. Jordbitarna är indelade med kraftiga svarta streck och bilden visar också den omfattande båttrafiken på floden.
Bild 10 är gjord av Anneli.

Lerin är en mästare på att skildra ljuset i sina tavlor. Exempel på detta kan ses i bilderna 11-17.
Bilderna 11-13 är gjorda av Therese.
Bild 14 är gjord av Håkan. Lerin har mycket dunkelt och mörkt i sina målningar, men jag ser det inte som negativt. Här ville jag få fram skuggor och också ljuset i mörkret. Lite som jag ser på mitt liv.

Bild 15 är gjord av Per-Olof. Bilden visar på en småstadsvy uppe i Lofoten. Det är kallt och norrskenet syns på himlen. Observera också att det är vanligt att Lerin skriver in texter i sina bilder.
Bild 16 är gjord av Anneli.
Bild 17 är gjord av Gert-Åke.
Bild 18 av Per-Olof är en landskapsbild. Bilden är gjord i punkter och Solen speglar sig i vattenytan. Jag föreställer mig att landskapet i norr kan se så här.







Bilderna 19-20 skildrar en hamn på Lofoten.
Bild 19 är gjord av Per-Olof. Bilden visar en färggrann hamn i Lofoten. Husen på bilden är från början fiskebodar som har gjorts om till restauranger och affärer. Lofoten har alltmer börjat livnära sig på turismen. Det gamla livet där fisket var den huvudsakliga näringen håller på att försvinna.
Bild 20 är gjord av Gert-Åke.

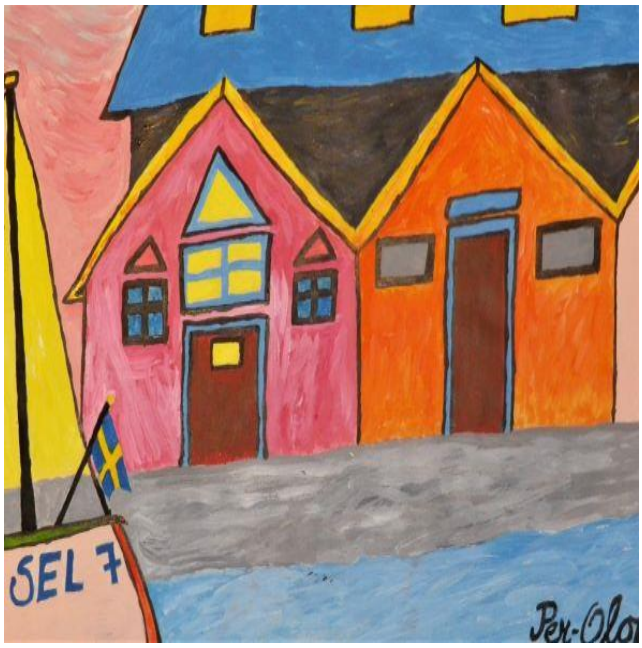
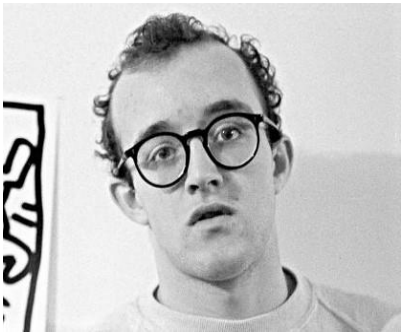


Bild 21 av Per-Olof är en fjällräv. Fjällräven är en liten smäcker varelse men den har här gjorts större så den kan leva på sitt fettlager under vintern.

Keith Haring (1958-1990) - Popkonstnären



Keith Haring gjorde graffitiinspirerande verk under 1980-talet i New York. Allt började med att Haring målade på tunnelbanor och gamla väggar. Men han målade med vanliga kritor till skillnad från andra konstnärer som oftast målade med sprayfärg.

Hans verk blev kommersiellt framgångsrika och är det än idag. Bland annat förekom vissa som motiv på T-tröjor, knappar och klistermärken i samband med aidskampanjer under årens lopp. Han hade dessutom en egen butik i New York, "The Pop Shop", där verk från hans konstnärskollegor men även vissa av hans egna verk var till salu.

Harings konst är djupt personlig och präglas bland annat av de homosexuellas utsatthet och förakt från andra människor under aidsepidemins inledning. Haring började då att måla på de lediga reklamplatserna i tunnelbanan. Figurerna i Harings bilder hoppar och skuttar med kraft- och rörelsemarkörer och trots sin "gullighet" gör de ofta hål i varandra. Haring gjorde gärna enorma, ofta människoliknande och ändlösa teckenmålningar med denna typ av seriefiguration. Han målade gärna även tiovåningsfasader tillsammans med lokala ungdomar.

Keith Haring avled 1990 i AIDS-relaterade sjukdomar på ett sjukhus i New York, USA.

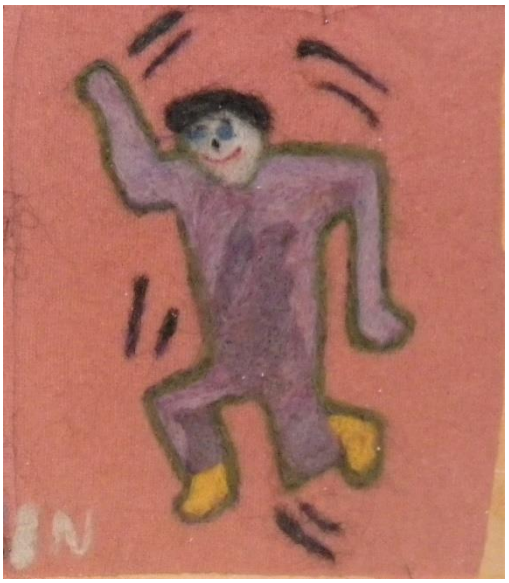
Konstgruppen har tolkat Harings verk genom den ovanliga konstmetoden – nåltovning. Nåltovning innebär att färgad ull sticks in med en nål.

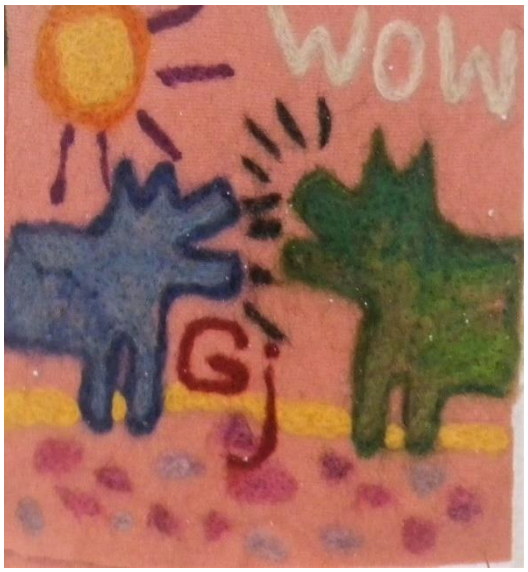
Bild 1 av Kit är ”Man med delfin” och Bild 2 av Annalena är ”Män med hjärta”:

Bild 3 av Therese ä ”Delfinen” och Bild 4 av Gert-Åke är ”Hunden”

Bild 5 av Per-Olof är ”Bäbisen” och Bild 6 av Christer är ”Man med hjärta”

Bild 7 av Irene är ”Dansande man” och Bild 8 av Gunilla är ”Hundarna”





Fokus Anhöriga

Då BISAM tidigt insåg att det i kommunerna inte fanns något specifikt anhörigstöd för anhöriga till personer med psykisk ohälsa, samlade BISAM november 2015 enhetschef och barnombud Ystad Psykiatri, anhörigkonsulent i Tomelilla och Ystad och en boendestödjare Tomelilla. Då beslöt man att arrangera en SAMSAS-dag 3 mars 2016 där förmiddagen var för information från anhörigombud och inflytandeombud för att inspirera och delge den plan / strategi som finns för respektive ombudsroll. Eftermiddagen tillägnades alla som ett inspirationstillfälle med utgångspunkt i Inflytandedagarna våren 2015 för brukare och anhöriga. Vi ville knyta ihop säcken och delge vad som finns utifrån det deltagarna önskade och också hur vi ska jobba vidare inom Brukar- och Anhörigbehov.

BISAM deltog också tillsammans med anhörigkonsulenterna ute på lasaretten i Simrishamn och Ystad för att sprida information om psykisk ohälsa och möjligheterna till anhörigstöd.

Våren 2016 gjorde BISAM en inventering/nulägesrapport om anhörigstöd i sydöst.

----------START INVENTERING----------

Nulägesrapport Arbetsgruppen Fokus Anhöriga 2015-2016

Anki Hildmar	Enhetschef Socialpsykiatrin Tomelilla
Maria Jansson	**AnhörigStöd Tomelilla**
Linda Jacobsson	**AnhörigStöd Simrishamn**
Gunnel Kapusta	**AnhörigStöd Skurup**
Britt-Marie Dornell	**AnhörigStöd Sjöbo**
Boel Nordin	**AnhörigStöd Ystad vård och omsorg**
Camilla Åström	**Anhörigombud Vuxenpsykiatrin, Ystad**
Klas Olofsson / Ingrid Lindberg	**Anhörigombud Vuxenpsykiatrin, Simrishamn**
Maria Samuelsson	Brukarinflytandesamordnare SöSk
Övriga adjungerande:	
Marie-Louise Kvist	Barnombud, kurator Psykiatri Skåne, Ystad
Micael von Wowern	Utvecklingsledare SöSk

Bakgrund

BISAM tyckte sig uppmärksamma att kommunernas AnhörigStöd skulle behöva mer kunskap och information om psykisk ohälsa, då de då och då stöter på anhöriga till personer med psykisk ohälsa.

En arbetsgrupp bildades efter ett gemensamt beslut i Samverkansgruppen 17 september 2015 med uppdrag att inlämna ett förslag på en plan på anhörigstöd och detta i form av en nulägesrapport då det ansågs att vi behövde inventera status av idag innan en strategiplan kan göras.

Fokus från Anhörigstöd ligger i dagsläget mot äldre, dementa, förlust av närstående med mera. Det visade sig också att samverkan mellan alla kommuners socialpsykiatri, AnhörigStöd och Psykiatri Skåne inte alltid fungerar. Det finns idag AnhörigStöd i alla fem kommunerna.

Se bilagor för att se hur Anhörigstöd respektive Anhörigombudsroll är definierat. De olika anhörigstöden arbetar med olika målgrupper i dagsläget. I begreppet anhörig ingår också närstående, dvs inte bara familjen och släkten, utan en vän, en kollega, en kontaktperson eller annan som brukaren / patienten känner sig trygg med.

Lagstiftning pekar på psyk, men finns inte överallt. HSL???

Anhörig vs närstående

I dagsläget används inte begreppen anhörig och närstående likadant inom berörda verksamheter. För många är anhöriga de personer som en brukare/patient har blodsband med. Kommunernas Anhörigstöd menar att anhörig är den som ger vård, stöd och / eller omsorg, oavsett om det finns blodsband eller ej. De menar vidare att närstående är den som tar emot vård, stöd och / eller omsorg. Andra, bland annat psykiatrin, menar att närstående är den krets av personer som finns runt den behövande, dvs det kan vara vänner, chef, kollega, sambo osv.

Det viktiga vid arbetet med anhörigstöd är att det måste inbegripa ALLA som stöttar en personer med fysisk eller psykisk ohälsa. I detta sammanhang arbetar vi med den psykiska ohälsan och risken är överhängande att en person som vårdar och stöttar (expressed emotions) i slutändan själv drabbas av psykisk ohälsa, om hen inte uppmärksammas i sitt slit.

Utgångspunkt för inflytande vid psykisk ohälsa

Efter en genomförd Inflytandedag för brukare respektive en för anhöriga och en SAMSAS-dag som var gemensam för brukare, anhöriga och personal har det kommit fram en fempunktslista på vad brukare och anhöriga önskar / ser som värdefullt för att öka möjligheterna till inflytande:

Topp 5 Brukares Inflytandedag	**Topp 5 Anhörigas Inflytandedag**
1) MENTORSKAP – egenupplevda erfarenheter och brukarperspektiv närvarande på enheterna.	**1) ”VAAN” (Vård av anhörig)** - Akuta punktinsatser som avlastar anhöriga samt stöd till samvaro på bortaplan – till familj eller par t.ex. resa/kursgård.
2) LÄTTILLGÄNGLIG INFORMATION OCH KUNSKAP - Vid insatser och om vilka rättigheter man har för att kunna påverka sin situation.	**2) ”MÖLIGGÖRANDEKOORDINATOR”** - koordinator som stödjer utifrån ett anhörigperspektiv.
3) SAMVERKAN MELLAN OLIKA PARTER - Spindeln i nätet och samverkan mellan individ och instanser.	**3) VIKTEN AV ANHÖRIGA** - Jag som viktig anhörig... Information, utbildning, anhörigvård, avlastning, anhörigkafe och samordnare.
4) ATTITYDER - Rättigheter och bemötande.	**4) LAGSTÖD** - Informatör, ombudsman, anhörigvård och anhörigstöd.
5) HELHETSSYN - Att se till hela individen och hela livssituationen.	**5) ”HEMTERAPEUT”** - Praktisk, strukturerande och behandlande hjälp i hemmet som innefattar hela familjen.

Syfte med att flera parter samverkar

Genom att samverka mellan kommunerna och psykatrin kan vi få till stånd fler aktiviteter / utveckla anpassat stöd för de anhöriga, vi kan säkra upp kompentensen hos Anhörigstöd respektive de olika anhörigombuden. Genom att anhöriga kan ta kontakt och få stöd kan de också få kunskap och information och på så sätt öka sina möjligheter till inflytande. I slutändan gagnar detta patienten / brukaren.

Inventering av nuläget

KOMMUN / ORGANISATION	**KOMPETENS, UPPDRAG OCH BEHOV**
Simrishamn	Anhörigstöd driver verksamhet som riktar sig till alla anhöriga utom de som är anhöriga till personer med minnesproblematik, då tar demensteamet över. Anhörigstöd har kompetens att kunna stötta inom

	psykisk ohälsa utifrån tidigare arbeten och vet vart anhöriga kan vända sig. Anhörigombuden går f.n utbildningen ”Att utveckla anhörigstöd” Kunskaper om anhöriga och hur vi behöver samverka med dem behöver stärkas och bli bättre. Syftet med utbildningen ska leda till en gemensam handlingsplan för bemötenade och förhållningssätt gentemot anhöriga. Ett beslut som är fattat i ledningsgruppen för socialförvaltningen i Simrishamns kommun. **Chef**: Enhetschef för vård och omsorg som är underställd socialchefen.
Sjöbo	Anhörigstöd är nytillträdd och har som huvudsaklig uppgift att bedriva verksamhet som riktar sig till äldre, således inte specifikt till anhöriga till personer med psykisk ohälsa. Man jobbar nu på att få fram ett Anhörigombud för just denna grupp, en person som också kan delta som Sjöbos representant i arbetet med Fokus Anhöriga.
Skurup	Anhörigstöd tar emot alla anhöriga som vänder sig hit, oavsett fysisk eller psykisk. Samarbetar med Projekt Hopp. Nätverk med IFO, LSS och socialpsykiatrin för vidarelotsning. Man erbjuder samtal och hembesök. Vid anhörigcaféer och julfester deltar personer med psykisk ohälsa och deras anhöriga.
Tomelilla	Anhörigstöd driver verksamhet som i dagsläget inte specifikt riktar sig till anhöriga till personer med psykisk ohälsa. Hon har kompetens att kunna stötta inom psykisk ohälsa. Anhörigombuden är webbutbildade. **Chef**: Enhetschefen för socialpsykiatrin som i sin tur är underställd socialchefen.
Ystad	Anhörigstöd driver verksamhet som i dagsläget inte riktar sig till anhöriga till personer med psykisk ohälsa inom social omsorg, utan det är anhörigstöd inom vård och omsorg. Så i dagsläget finns inget Anhörigstöd inom FoS, avdelningen för Funktionsnedsättning och Socialpsykiatri, men däremot sammankallar några anhörigombud till träffar för anhörigombuden respektive för anhöriga till brukare. Det finns t ex ett anhörigombud för Pantzargatan, som möter brukare med psykisk ohälsa. Socialchefen kommer lyfta frågan om strukturen för anhörigstödsarbetet i Ystad kommun i Socialnämnden, så att riktlinjerna blir tydliga. **Chef**: Vård och omsorg
Psykiatri Simrishamn	Anhörigombudet har nyligen tillträtt. Har riktade utbildningar såsom PEGASUS för patienter och anhöriga till patienter med ADHD och ADD.
Psykiatri Ystad	Anhörigombudet erbjuder samtal för anhöriga. Har riktade utbildningar såsom PEGASUS för patienter och anhöriga till patienter med ADHD och ADD.

Anhörigombud och utbildning per kommun

Kommun

- Simrishamn
  - Anhörigstöd Linda Jacobson — Ingen specifik om psykisk ohälsa
  - 17 st Anhörigombud varav 2 LSS och 1 Socialpsykiatrin — ?
- Sjöbo
  - Anhörigstöd Britt-Marie Dornell — Ingen specifik om psykisk ohälsa
  - ? st Anhörigombud varav ? LSS och ? Socialpsykiatrin — ?
- Skurup
  - Anhörigstöd Gunnel Kapusta — Ingen specifik om psykisk ohälsa
  - ? st Anhörigombud varav ? LSS och ? Socialpsykiatrin — ?
- Tomelilla
  - Anhörigstöd Maria Jansson — Utbildningen Första hjälpen vid psykisk ohälsa
  - 22 st Anhörigombud varav — 1
- Ystad
  - Anhörigstöd Boel Nordin — Utbildningen Första hjälpen vid psykisk ohälsa
  - 40 st Anhörigombud vård och omsorg 12 LSS och 1 Socialpsykiatrin — ?
- Psykiatri Simrishamn
  - Anhörigombud Klas Olofsson — ?
  - Ytterligare en tjänst hösten 2016
- Psykiatri Ystad
  - Anhörigombud Camilla Åström — Önskar gå ”Första hjälpen vid psykisk ohälsa”

Förslag till utveckling av anhörigstödet i sydöstra Skåne

För att öka kompetensen och också anhörigas möjligheter till att få stöd och kunskap föreslår gruppen att samverkan mellan primärvård, kommunernas socialpsykiatri och Anhörigstöd och regionens psykiatri utvecklas. Att man får information om och vet vad andra erbjuder, man vet vem man ska hänvisa de anhöriga vidare till och det blir mindre oro för både brukare, patienter och anhöriga i längden. I nuläget har vi inte fastställt vilken kompetens vi bör tillföra.

Fokus bör vara på den anhörige. Vi bör se vad vi kan göra för att underlätta vardagen och informera om rättigheter och möjligheter för just den som vårdar. Dessa tankar utifrån de fem punkter som anhöriga lyft under Inflytandedagen i maj 2015. Se också bilagorna från respektive kommun för att få en bild av vad som ingår i anhörigstödsuppdragen idag.

För att få genomslag på våra aktiviteter och öka möjligheten att nå vår målgrupp bör samverkan för anhörigstöd skrivas in i det gemensamma Samverkansöverenskommelsen för kommunerna, psykiatrin, primärvården. För att uppnå samverkan bör det vara flera aktörer som samarbetar organiserat:

- AnhörigStöd i alla fem kommunerna
- Anhörigombud i alla fem kommunerna
- Anhörigombud från Psykiatri Skåne
- BISAM
- Brukar- och Anhörigföreningar

Genom att vi är fler som organiserar och bjuder in våra nätverk måste aktiviteter samordnas för att vi ska nå en bredare massa.

Aktiviteter för Anhörigstöd hösten 2016

Utbilda de anhörigstöd som ännu inte är utbildade i Första hjälpen till psykisk hälsa, det vill säga:

- Skurup
- Sjöbo
- Ystad

Aktiviteter för allmänheten hösten 2016

För att öka allmänhetens kunskaper om psykisk ohälsa genomför vi två aktiviteter. Det är tänkt att dessa ska återkomma varje halvår, men med olika teman. Hösten 2016 blir det:

- **4 oktober** med tema ”Schizofreni”
- **17 november** med tema ”Panikångest”

Vid dessa tillfällen ska vi bjuda in föredragshållare enligt:

- En läkare / profession med spetskompetens i ämnet
- En Attitydambassadör med egen erfarenhet av problematiken
- Föreningar med inriktning mot respektive ämne

Vid varje tillfälle ska nedan tas upp, men ganska kortfattat. Allt för att öka kunskap och sprida information:

- Redogöra själva ”flödet” från misstänkt sjuk till hjälp, vart man ska vända sig osv
- Hur funkar LPT, tvångsvård i öppenvård
- Medberoende
- Diskussion
- Möjlighet att skapa egna grupper
- Marknadsföra utbildningen Första hjälpen vid psykisk ohälsa så att allmänheten börjar gå dessa och på så sätt ökar sin kompetens för eventuella kontakter med psykisk ohälsa framöver.

Ambitionen bör vara att dessa informationsaktiviteter är återkommande varje år för att sprida kunskap och förändra attityderna om psykisk ohälsa. Fokusområdena kan variera, t ex har följande efterfrågats:

- Ökad kunskap om självskadebeteende
- Vilka rättigheter har brukare, patient och anhöriga

Frågeställningar för fortsatt arbete med Fokus Anhöriga

Omvärldsbevakning / Kunskapsläget nationellt och evidens

Har man någonstans i Sverige eller i Skåne utvärderat hur Anhörigstöd fungerar eller är själva verksamheten väldigt ny just inriktad på psykisk ohälsa?

- På vem åligger det att sätta riktlinjerna?

Anhörigstöd i sydöst

- Kan vi gemensamt i sydöst formulera ”minimistandard” av kunskap / utbildning / prioritering för att vara AnhörigStöd respektive Anhörigombud när det gäller psykisk ohälsa?

Aktiviteter / stöd utifrån anhörigas önskemål

- Arbeta för att uppnå de fem punkterna från Inflytandedagen, bland annat mer utbildning till de anhöriga, tydligare informationsspridning, vård av anhörig
- Problem att delta i aktivitet då anhörig inte vågar lämna, så måste vi skapa något nytt och få den närstående att våga bära symtomet.

Möjliga förbättringsområden

- Information:
    - Gemensam Kalender för hela SöSk där man kan följa alla aktiviteter?
    - Anhörigstöds broschyr delas ut vid vårdplanering vid somatisk sjukdom. På Öppenvårdsmottagningen Vuxenpsykiatrin i Ystad får man Informationsguide för psykisk hälsa, men mer informationsspridning behövs
    - Ska vi arbeta för att det blir en standardfråga vid vissa somatiska bekymmer att man ställer patienten frågar: ”Vårdar du en närstående?”
    - Vad vet anhörigstöd, anhörigombud och anhöriga om flödet från psykisk ohälsa, inskriven, inlagd, utskriven, vad får man för stöd? Vad händer på de olika stationerna?
- Uppföljning – vem ser till att det tilltänkta blir utfört?
- Bör primärvården såsom Novakliniken, Region Skåne och Capio arbeta med Fokus Anhöriga?

Utförda aktiviteter genom Fokus Anhöriga 2016 – 2020

Under alla åren har Fokus Anhöriga haft möten och planerat för kommande aktiviteter och också stämt av vilka behov anhörigas till någon med psykisk ohälsa har, vad psykiatrin erbjuder, vilka grupper respektive kommun har startat upp osv. BISAM har tillsammans med anhörigkonsulenterna deltagit på Anhörigriksdag och inspirerats till egna lokala aktiviteter.

2016

- Medborgarakademi: ”Att få, leva med och återhämta sig från schizofreni” – Andreas Önnebring och Erik Hofvendahl, Österlens Folkhögskola – 4 oktober
- Inspirationsdag i Tryde 8 november
- Medborgarakademi: ”Att hantera panikångest” – Duke W. Shane – Österlens Folkhögskola – 17 november

2017

- Nåkkve Balldin NPF-föreläsning i biblioteket, Österlens Folkhögskola

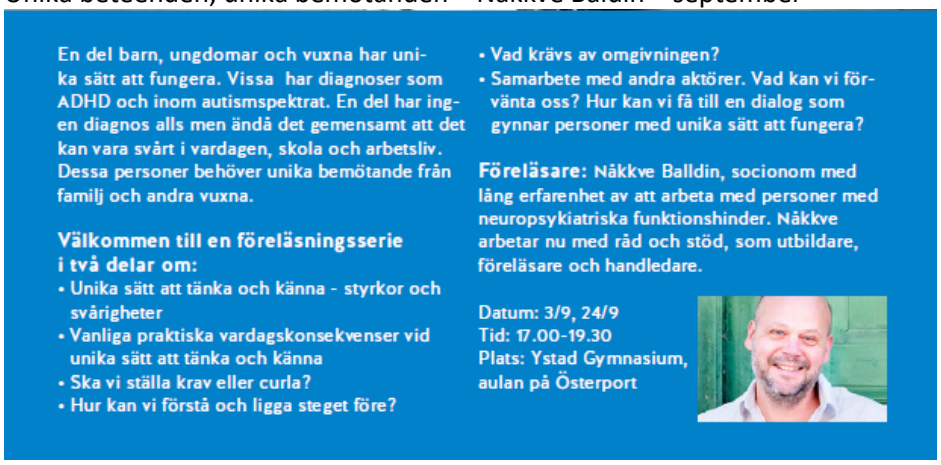
2018

- ”Låt hjärtat va med” – 14 februari.

- SAMSAS-dag 28 november med Bo Hejlskov och Georgios Karpathakis ”ADHD-Jojje” i Tomelilla Folkets Park. Totalt besökte drygt 900 personer eftermiddagen och kvällens arrangemang.

2019

- Leva nära någon med psykisk ohälsa – Jannique Svedberg – 4 april
- Unika beteenden, unika bemötanden – Nåkkve Baldin – september



- Kungen av Atlantis 14 november – filmvisning och panelsamtal med Simon Settergren.

2020

Inflytandedag Anhöriga var tänkt att hållas i maj, sedan i november, för att skapa Inflytandeplan 2021 och anhörigkonsulenterna skulle då delta och sprida information om sin verksamhet. Tyvärr blev dessa dagar inte av, i maj p g a Corona och i november p g a Styrgruppens omorganisering.

Anhörigkonsulenterna har börjat använda Återhämtningsguiden – för dig som står nära någon som mår dåligt vid sina gruppträffar.

Gå för psykisk hälsa

Alla kommuner under Skåneveckan för psykisk hälsa

Idén kommer från föreningen ”Run for Mental Health” i Lund. Första gången arrangerade BISAM och ISAM ”loppet” i Ystad Sandskog 2017.

Denna aktivitet har Psykiatri Skåne och kommunerna i sydöst arrangerat i samverkan och delat på kostnaderna. VO Kristianstad har varje år skänkt presentkort från mataffärer till priser i nummerdragningen som skett.

På bilden till vänster syns 2017 års Kristianstads Världsdags-konferencier Anne Lundberg.

2018

2019

Ett hundratal aktiva deltog på årets upplaga. Projektet Häng Med Oss Ut tillsammans med Friluftsfrämjandet (blå smurfarna på bilden ☺) hade aktiviteter efter målgång och bjöd på korv och nypoppade popcorn!

BISAM Maria Samuelsson
ISAM Marie Gassne
ISAM Lenita Kjellström
inspekterar energi- och prisbordet ☺

2020 bytte vi namn till **”Gå för psykisk hälsa”** för att nå en bredare publik. Vi arrangerade aktiviteten vid tre tillfällen under Världsdagen för psykisk hälsa 10 oktober då restriktionerna kring covid-19 förbjöd sammankomster med mer än 50 personer.

Totalt deltog 115 personer. VI delade ut material kring vad fysisk aktivitet gör för psykiska hälsan och hade också den sedvanliga prisutdelningen med presentkort och andra fina vinster..

Evenemanget uppmärksammades av Ystads Allehanda och 2020-10-12 kunde man läsa denna fina artikel:

Amanda Rohlin, Mia Einarsdotter, Paulina Persson, Susanne Persson, Christina Rohlin och Sandra Lindgren ville uppmärksamma psykisk ohälsa på världshälsodagen.

FOTO: CARL JOHAN ENGVALL

Små steg som gör stor skillnad för hälsan

Motion och psykisk hälsa har ett starkt samband. På världshälsodagen var det många som passade på att gå, lunka eller springa i Sandskogen för att uppmärksamma frågan.

YSTAD. När Skåneveckan för psykisk hälsa på lördagen avslutades i Ystad var det med traditionsenlig motion i slingan.

– Det är fjärde året som vi arrangerar det här, säger Marie Gassne, inflytandesamordnare inom psykiatrin i Kristianstadsdistriktet där de sydöstskånska kommunerna också ingår.

Arrangemanget i Ystad organiseras av psykiatrin inom regionen och kommunerna.

– Det har blivit en tradition, säger Maria Samuelsson som är brukaresamordnare på kommunal nivå.

På grund av coronan hade arrangemanget delats upp i tre olika starter med maximalt 50 deltagare per gång. Klockan 11 släpptes den första gruppen iväg i valfritt tempo.

– Vi har ändrat namnet från Spring för psykisk hälsa till gå för psykisk hälsa. Vi ville tagga ner på kraven. Det här handlar inte om prestation, säger Marie Gassne.

Marie Gassne och Maria Samuelsson är med och arrangerar Gå för mental hälsa i Ystad.

Ett gäng som stod beredda för att ge sig ut i slingan var sex systrar och två av deras döttrar.

– Vi gör det här tillsammans. Det är ett sätt för oss att vårda minnet av min dotter Freya som gick bort i suicid för tre år sedan, säger Mia Einarsdotter.

– Det ska inte vara tabubelagt att prata om de här sakerna, säger Sandra Lindgren.

Sorgen efter Freya hanterar systrarna både genom att gråta och skratta tillsammans.

– Det här är en viktig fråga, säger Carina Lindgren.

Motion och psykisk hälsa har ett tydligt samband. Det kunde forskare konstatera redan för 20 år sedan.

– Det finns ett väldigt tydligt samband mellan fysisk aktivitet och psykisk hälsa. Det var svenska forskare som kom fram till detta och resultatet fick ett enormt genomslag i USA, säger docenten och överläkaren i psykiatri Jonas Eberhard.

Han har själv forskat på sambandet, bland annat vid King's College i London.

– Hos dem som lider av allvarliga psykisk sjukdom kan man räkna med 15 år kortare livslängd på grund av sämre fysisk hälsa. Att förbättra den kroppsliga hälsan är avgörande, säger han.

2016 initierade Jonas Eberhard motionsloppet Run for mental health i Lund efter en idé från Stockholm. Därefter har loppet spridit sig även till Ystad.

– Det är glädjande att se att det här sprider sig. Ystad är effektiva. De har fått med sig offentliga verksamheter att engagera sig. I Lund är det föreningsdrivet.

Den stora utmaningen är att motivera personer som lider av psykisk ohälsa att komma igång med sin träning. Ju sämre man mår desto svårare är det att sätta igång.

– Det här är en av de viktigaste anledningarna att den fysiska hälsan är så dålig för de här personerna. Att tjata fungerar dåligt. Det som funkar bäst är om man kan skapa en gruppmedvetenhet. Om kompisarna ändrar sin livsstil vill man göra som dem, säger Jonas Eberhard.

Under arrangemanget i Sandskogen var även Friluftsfrämjandet på plats och berättade om sin satsning Häng med oss ut där personer med psykisk ohälsa erbjuds olika typer av ledarledda friluftsaktiviteter.

FAKTA

Vid psykisk ohälsa

I första hand ska du vända dig till din vårdcentral.

För akuta fall finns det psykiatrisk akutmottagning: 040-33 80 00

Telefonrådgivning för unga med psykisk ohälsa: En väg in 020-512020

Mind.se – självmordlinjen

TEXT
CARL JOHAN ENGVALL
Carl.Johan.Engvall
@ystadsallehanda.se
0411-55 78 36

Häng med oss ut

Utifrån forskning kring naturens positiva effekter på återhämtning, kamratstöd och föreningsliv startades 2016 projekt Häng med oss ut med ekonomiskt bidrag från Region Skåne. Projektet var ett samarbete mellan socialpsykiatrin i Sjöbo kommun och Friluftsfrämjandets lokalavdelning Sjöbo.

Projektets syfte var att "Möjliggöra för kunder i socialpsykiatrin att prova på friluftsaktiviteter i en lokal förening". Under första året träffades gruppen en gång i månaden á 3 timmar (under år två var tredje vecka då det var önskemål att träffas oftare) för att prova på olika friluftsaktiviteter men framförallt att vistas i naturen. Målet var att varje träff skulle innehålla olika aktiviteter för att alla skulle kunna delta på sina villkor.

Träffarna hade olika teman, ex stormkök, paddling, klättring, matlagning på öppen eld med mera. Snabbt upplevde ledarna vilket fantastiskt projekt detta blev. Deltagarna, personer kopplade till socialpsykiatrin i Sjöbo fungerade på ett helt annat sätt vid träffarna än annars. Flera beskrev en längtan efter att komma ut, njutningen i att vistas i naturen och möjligheten att få prova på olika aktiviteter i en trygg grupp.

Projektet blev så lyckat att fler kommuner ville göra detsamma och projekt Häng med oss ut 2.0 blev en tre-årssatsning som nu är inne på sitt tredje år. Projektet finansieras av samverkansmedel för Sjöbo, Ystad, Tomelilla, Skurup och Simrishamns kommuner. 12 personal från tre kommuner som arbetar i socialpsykiatriska verksamheter gick Friluftsfrämjandets ledarutbildning för att kunna arbeta i projektet. För att kunna följa deltagarnas återhämtningsresa intervjuas alla deltagare före medverkan i projektet och sedan efter ett års medverkan av Brukarrevisorer.

Under första året har 15 personer kopplade till socialpsykiatriska verksamheterna träffats för aktiviteter en eftermiddag var tredje vecka. Två ledare/personal från varje kommun har deltagit. Alla aktiviteter anpassas utifrån deltagarnas individuella förmågor och förutsättningar. Från första tillfället när de flesta var reserverade och försiktiga har alla vågat sig på både mtb, kanot, orientering och mycket mera. Det är helt fantastiskt att ha fått uppleva den förändring som alla deltagare genomgått under detta år. Ut ur bilarna stiger deltagarna nu med huvudet högt och förväntan i blicken.

Inom socialpsykiatrin i Sjöbo finns utöver projektgruppen två HMOU-grupper som ingår i ordinarie verksamheten.

11 deltagare har gått Friluftsfrämjandets utbildning till hjälpledare och är nu aktiva i andra grupper både inom socialpsykiatriska verksamheterna och i Friluftsfrämjandets övriga grupper.

Under hösten 2020 anslöt sig Skurups kommun som utbildat fyra ledare. Deltagarna som varit med i projektet under två år erbjuds efter önskemål fortsatt aktivitet i samverkan med Tomelilla, Sjöbo och Ystad kommuns ordinarie verksamheter.

Från brukarrevisionens första rapport framgår följande:
”Deltagarna skulle, precis som vid kick-off-intervjuerna, skatta sitt mående på en skala 1-6 där 1 var det sämsta och 6 det bästa. Olika symtom listades, såsom ångest, depression, social fobi, nedstämdhet, tvångssyndrom, självskada, koncentrations-svårigheter, rastlöshet, malande

ältande tankar, rädsla, nervositet, glädje, tillfreds. Jämförelsen visar att det skett stegförflyttningar till det bättre på samtliga områden för alla deltagare.”

”Nyfikenhet och motivationen att gå ut i naturen har ökat. Deltagarna har börjat göra några nya aktiviteter på sin fritid. Det som är viktigt att påpeka är att man själv kommit iväg på saker, går ut mer, har mer ork, känner sig starkare, är mer social och tryggare i andra sammanhang.”

"När man tittar på hur deltagarna har upplevt strukturen på träffarna så har tiden, längden och utbudet av aktiviteter generellt varit bra, men hälften av deltagarna tyckte att det var för få träffar. Det kom förslag om att ha träffar varje eller varannan vecka istället. Fast samtidigt påpekade en del deltagare att det inte ska vara för ofta, för det ska inte bli vardag, HMOU ska vara ”fest”, speciella tillfällen att längta till."

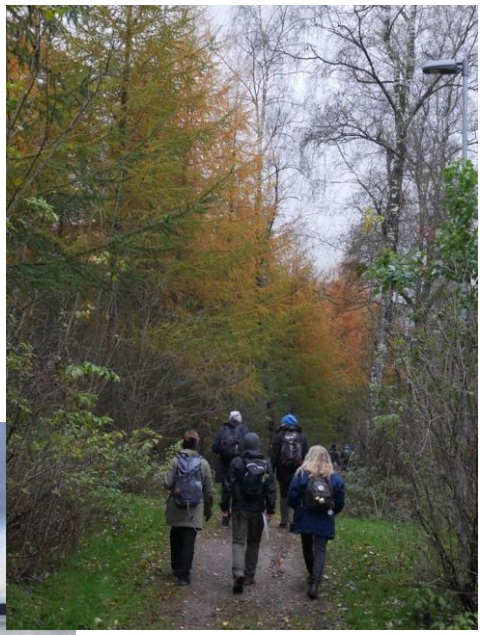
"Avslutningsvis kan man säga att det generella måendet har förbättrats. Deltagarna kanske inte tar sig ut i naturen oftare, men nyfikenhet, mod och den sociala förmågan har förbättrats. Deltagare har vågat prova nya saker och har fått nya vänner. De känner sig säkrare och har blivit piggare."

Brukarrevisionen finns att läsa https://www.ystad.se/social-omsorg/psykisk-halsa/inflytande-och-delaktighet/brukarrevision/ Här kommer också den brukarrevision som började göras hösten 2020 att läggas upp, om den nu blir genomförd p g a Corona.

Information om projektet i https://sjobo.se/omsorg-och-stod/psykisk-halsa/hang-med-oss-ut.html

Film https://youtu.be/12upRimEt5Q

Information på Friluftsfrämjandet
https://www.friluftsframjandet.se/regioner/syd/lokalavdelningar/sjobo/vara-grupper--terminsschema/hmou--hang-med-oss-ut/



Kooperativet bredvid

BISAM har inte varit inblandad i skapandet eller drivandet av det sociala kooperativet bredvid, det har letts av Utvecklingsledaren. Dock vill jag lyfta fram denna verksamhet som några deltagare/brukare/kunder drivit som kooperatörer sedan 2014.

Kooperativet hade först butikslokal på Torget 6 i Tomelilla. Man skaffade sig sedan större lokal med möjlighet till verkstadsdel på Bangatan 19, fortfarande i Tomelilla.

De skapade sin egen arbetsplats

En finurlig lampa av gamla burkar, ett vackert kakfat av återbrukat glas eller en konservburk som har fått nytt liv med hjälp av decoupage. Detta och mycket mer hittar du i det sociala kooperativet Bredvids butik vid Torget i Tomelilla.

Andreas Brodin visar en lampa som han tillverkat av en gammal glasburk. Anneli Ask dekorerar en konservburk med decoupageteknik.

Inrednings- och presentbutiken Bredvid är öppen varje torsdag mellan klockan 12-17 och lördag ojämn vecka mellan klockan 10-15. Vill du skänka prylar är det i första hand måndagar klockan 10-14 som gäller. Butikens förtjänst går tillbaka till verksamheten.

Det var i februari som Anneli Ask, Andreas Brodin och Madeleine Lundborg öppnade för sina första kunder. Bredvid är resultatet av en utbildning, som gavs i ett samarbete mellan de sydöstra kommunerna och leddes av Charlotte Ziethen genom Coompanion. Under utbildningen fick deltagarna arbeta fram en affärsidé och göra verklighet av den.

– Vi var 14 deltagare från början, men bara vi tre förverkligade vår idé, berättar Madeleine och poängterar att de fått stort stöd av Micael von Wowern, samordnare för projektet.

Har det varit svårt att starta butik?

– Den stora utmaningen för oss är egentligen sakerna som inte går att ta på. Kommunikationen är något som vi kämpar med varje dag, säger Madeleine och berättar om utmaningarna det innebär att jobba så nära varandra. Det är därför som det är så svårt för oss att vara på en vanlig arbetsplats, för relationerna tar mer tid än själva jobbet. Men i den här gruppen har vi en stor förståelse för varandra.

– Tillsammans har vi många olika diagnoser men det syns inte utåt, så ibland hade det varit lättare att komma med ett brutet ben, konstaterar Anneli.

Alla tre är dock rörande överens att de trivs med sin satsning.

– Och är det något vi inte trivs med så pratar vi med varandra och löser det, säger Anneli.

Affärsidén går ut på att ta emot secondhandprylar, som ges nytt liv.

– Vi fixar till det vi får in, berättar Andreas och visar en lampa som han tillverkat av helt vanliga gamla glasburkar.

På en hylla står två brickor som målats och dekorerats med vackert papper i stilen shabby chic. Flera konservburkar har fått nytt liv med hjälp av decoupageteknik. Ett glas som limmats samman med ett fat blir ett vackert kakfat. Ja kreativa idéer råder det inte brist på hos Bredvid, den saken är säker.

Text och bild: Hannah Andersson

Under åren har man arrangerat kurser i kortskapande, hålilt znickznack-träffar för att skapa mötesplatser och framförallt renoverat och sålt möbler, porslin, tavlor mm. Kooperatörerna har deltagit på mässor, på 10-årsjubileumet på Ystad Teater, samarbetat med Försäkringskassan och Arbetsförmedlingen och haft en del praktikanter på väg ut i arbete.

Hösten 2020 meddelar Styrgruppen att kooperativet framöver inte kommer få ekonomiskt stöd av kommunernas gemensamma PRIO-medel. Hyresavtalet på lokalen går ut 31 maj 2021. Till dess ska kooperatörerna besluta om de har möjlighet att driva verksamheten vidare på egen hand. I skrivande stund finns mer information att läsa på kooperativets Facebook:
https://www.facebook.com/Koopertivetbredvid/

Matbok

Matgruppen: Håkan, Susette, Bengt, Linda och Marie i Ystad kommun tillsammans med BISAM

Syfte: Skapa en lättanvänd och lättförståelig matbok med recept utifrån områden som är önskade av målgruppen – socialpsykiatrin Ystad

Basvaror – bra att ha hemma

Smaksättare
Salt, svartpeppar, torkade kryddor
Kinesisk / japansk soja
Kryddgrönt - frysta i små förpackningar olika sorter
Chili och vitlök – som smaksättning i köttfärssås, dip- & barbeque-sås, grytor mm
Tomatpuré
Tomatketchup – välj en variant med lite socker
Senap
Buljongtärningar – olika sorter till ex. vis. soppor och grytor
Honung – flytande istället för socker
Vaniljsocker och bakpulver
Maizenamjöl - att reda med istället för vetemjöl
Rotfrukter
Potatis – koka och ha kalla i kylen eller andra tillagningssätt
Morötter, lök
Bönor – på burk eller i pappersförpackning
Tomater – passerade eller krossade på burk eller förpackning
I frysen
Spenat, Grönkål, Broccoli, Gröna ärtor
Hallon, Blåbär
Fibrer – gärna fiber och glutrenfritt
Ris, Pasta, Havregryn, Knäckebröd
Färskvaror
Smör och Olivolja
Ägg – att koka och ha kalla i kylen - råa till matlagning som ex. vis omelett, pajer
Mjölk – laktosfri – längre hållbarhet
Grädde – laktosfri – längre hållbarhet
Yoghurt - laktosfri dofilus
Havremjölk – glutenfri
Kondenserad sötad mjölk – att göra egen glass, efterrätter

Andra tips på varor att ha hemma
Kallpressad rapsolja – finns smaksatta med citron, vitlök, basilika mm eller smaksätt egen matolja
Kokosfett utan doft (till mat som inte ska smaka kokos – ex. poppa popcorn i)
Ajvar Relish – liten burk mild eller stark grönsaksröra med paprika, aubergine,
Majonnäs
Sambal oelek
Fonder – olika sorter till ex. vis soppor och grytor
Parmesanost eller annan ost att ex. vis riva i matlagning – gratänger, omeletter, pajer
Makrill – inlagda på burk
Tonfisk, sardiner, matjessill – inlagda på burk
Matlagningsvin

Quinoa, Couscous, Bulgur, Matvete, Mathavre, Hirs
Purjolök
Nötter och dadlar
Vatten – i flaskor eller sodastream
Ströbröd

Omelett/äggröra – basrecept

Ingredienser:
4 ägg
½ dl mjölk eller grädde eller creme-fraiche
1 klick (ca 1 matsked) smör till stekning eller valfritt fett
Salt och peppar efter smak – ta hellre lite för lite - ca ett kryddmått - och smaksätt när du äter

Tillagning:
1. Vispa ihop ägg, mjölk, salt och peppar lätt, så att allt precis bara blandas.
2. Hetta upp en stekpanna och låt matfettet fräsa så att det får en aning färg. Sänk sedan värmen till medeltemperatur om du inte redan har gjort det!
3. Häll i omelettsmeten. Rör med en trägaffel/annat motsvarande redskap så att lös smet kan rinna ner mot bottnen. Omeletten är klar när den fortfarande är krämig på ytan och har släppt i kanterna.

Tips på olika smaksättning av omelettsmeten – välj ett av alternativen:
1. Häll i ca ½ - 1 dl valfri riven ost i smeten – fungerar till alla omelettalternativ
2. Smaksätt med oregano eller pizzakrydda
3. Klipp ner lite kryddgrönt – smörgåskrasse, gräslök, persilja
4. ½ dl smaksatt creme fraiche på burk istället för grädde/mjölk – soltorkad tomat med feta
5. 1 matsked vitt matlagningsvin/eller vitt vin på tetra – passar i smeten vid lyxig sparrisomelett
6. 1 matsked Ajvar Relish

Tips på olika alternativ av fyllning till omelett
1. Lägg en klick med smör eller annat matfett i stekpannan och låt det fräsa upp.
2. Fyll sedan stekpannan med ett tunt lager av det alternativ du valt och stek till det har fått lite färg och mjuknat.
3. Häll sedan smeten över och blanda lite försiktigt med trägaffeln/ett motsvarande redskap
4. Låt den gå färdig (stelna) i stekpannan:

1. Stek förkokt potatis och purjolök – häll över smeten – gärna med ost i
2. Stek skivade tomater – häll över smeten – strax innan den är helt klart smula ner fetaost och smaksätt med kryddgrönt - oregano eller basilika eller kryddkrasse eller pizzakrydda
3. Stek tunn grön sparris som du skurit i bitar tills de får lite färg – hällöver smeten som du smaksatt med lite vitt vin och riven ost samt kryddkrasse
4. Stek förkokt potatis, purjolök (eller annan lök) och skinka eller fläsk eller korv – häll över smeten som du smaksatt med persilja och du har en variant på bondomelett
5. Stek fryst bladspenat eller fryst grönkål på svag värme tills den tinat –häll över smeten – gärna med ost i – krydda med paprikapulver och muskotnöt servera tillsammans med färsk paprika eller en klick Ajvar Relish

6. Stek skivade champinjoner eller annan svamp du tycker om tills vätskanhar absorberats, lägg sedan i lite finhackad charlottenlök eller purjolök och en tesked glutenfri soja och fräs till de har fått lite färg – häll över smeten – gärna med ost och persilja i
7. Stek grönsaker som exempelvis hackad paprika, skivade tomater,broccoli i små kvistar tills det fått färg och mjuknat – börja med att fräsa broccolin som tar längre tid än övriga grönsaker – häll över smeten som du kan ha smaksatt med ost eller lägg i feta-ost eller kryddgrönt

Man tager vad man haver – salami, lax, korv, skinka, lök, paprika,champinjoner osv – stek det du har och häll smeten över…

Basomeletten med gräslök och dill i kan du använda som tillbehör tillexempelvis varmrökt eller kallrökt lax, makrill i tomatsås på burk, sardiner i tomatsås på burk, istället för potatis eller lägga på en mörk brödskiva/kavring med lite kryddgrönt

Du kan göra olika stuvningar och hälla över den färdiga basomeletten –svampstuvning, räkstuvning, sparrisstuvning

Efterrättsomelett
Gör grundreceptet utan peppar och salt och tillsätt sötning/honung/stevia och vaniljpulver så får du en efterrättsvariant som du kan ha färska eller kokta bär till och kanske en klick vispad grädde.

Basrecept på toppredning till stuvningar i crepes, omelett
Lägg en matsked smör i en kastrull som rymmer minst 1,5 liter
Fräs ingrediensen i din stuvning - svampen eller sparrisen eller köttfärsen - så att den blir klar. Häll på vätskan – grädde eller mjölk och red med Maizena enligt anvisningarna på förpackningen. Krydda efter smak med salt, peppar, fond, vin, soja eller dylikt.

Håkans Köttfärssås

Ingredienser
500 gram Köttfärs(fläsk, nöt eller quornfärs)
1 - 2 Lökar
1-2 Paprikor
3 dl creme fraiche smaksatt
1 buljongtärning
1 vitlöksklyfta
salt, peppar, cayennepeppar och paprikapulver efter smak

Gör så här:
1 Hacka paprika i valfri storlek
2 Hacka löken i valfri storlek och fräs den
3 När löken har fräst i ca 5 minuter tillsätt färsen och bryn den tillsammans med löken.
4 När färsen är färdig, tillsätt den hackade paprikan. Stek ytterligare några minuter under omrörning
5 Tillsätt salt och kryddor efter smak
6 Pressa ner vitlöken
7 Ha i creme fraichen tillsammans med buljongtärningen
8 Låt puttra färdig till pastan är klar servera

Tips: köttfärssåsen som blir över kan man ha till t.ex. lassange, mousaka, crepes eller som jag och en kompis kom på pannkakslasagne:

Pannkakslasagne

Om man har pannkakor och köttfärssås över kan man göra Pannkakslasange.
Ingredienser:
pannkakor
köttfärssås
riven ost
Så här gör man:
1 sätt på ugnen på 175 grader
2 strimla pannkakorna
3 smöra ugnsfast form
4 varva strimlad pannkaka och köttfärssås så många lager tills nästan når uup till kanten på formen
5 ställ in formen i ugnen i cirka 20 - 30 minuter
6 ta ut formen och häll på den rivna osten och öka till 200 grader och grädda tills ytan är gyllenbrun

Bengts Sockerkaka

Ingredienser:
50 gr smör
1 dl mjölk
2 ägg
2 dl strösocker
3 dl vetemjöl
1,5 tsk bakpulver
2 tsk vaniljsocker

1. Sätt ugnen på 175 grader.
2. Smält smöret och tillsätt mjölken
3. Vispa ägg och socker pösigt.
4. Blanda vetemjöl, bakpulver och vaniljsocker i egen bunke
5. Rör ner vätskan och de torra ingredienserna i ägget och sockret
6. Häll smeten i en bröad form
7. Grädda genast i nedre delen av ugnen i 35-40 min
8. Låt kakan svalna något i formen innan du stjälper upp den

Bengts Köttgryta

Ingredienser:

400 gr grytbitar

2 gula lökar

1 burk krossade tomater

2-3 morötter

1-2 dl ärtor

Redning:

1 msk vetemjöl och ½ dl vatten

1. Skär köttet i mindre bitar.
2. Skala och grovhacka löken.
3. Bryn köttet i smör.
4. Lägg över i gryta tillsammans med tomater, lök, salt och peppar
5. Koka köttet 45 min.
6. Koka morötter 15-20 min
7. Servera till kokt potatis eller ris

Susettes små torra 1-2-3-kakor ☺

Ugn: 200 grader

Tid: ca 10 min

Ingredienser:

1 dl strösocker

5 dl vetemjöl

200 gr margarin/smör

1-2 tsk vaniljsocker

1. Blanda alla ingredienserna till en smidig deg.
2. Rulla till lång rulle.
3. Skiva och tryck till med gaffel.
4. Lägg på bakplåtspapper

Bengts filmjölksbröd

Ugn: 150*

Tid: 90 min

Antal: 2 bröd

Smörj och bröa 2 formar.

Blanda samman:

3 dl Rågkross
3 dl Vetekross
2,5 dl Linfrö
2 dl Russin (aprikoser, tranbär)
1,5dl Vetekli
8,5 dl Vetemjöl
1 msk Bikarbonat
1 l Filmjölk
2,5 dl Mörk Sirap

Grädda nederst i ugnen

Du kan byta ut ingredienser mot sådant du råkar ha hemma.

Susettes efterrättspaj

Ugn: 200 grader

Välj frukt och bär utifrån säsong.

Smörj en pajform med smör.

Pajdeg:

2 Ägg

2,5 dl Strösocker

2,5 dl Vetemjöl

Rör samman till smet som trycks ut i botten på pajformen

Fyll pajskalet med rabarber osv.

Pärlsocker ovanpå.

Grädda i mitten av ugnen

Ugnsbaka grönsaker

Ugn: 225 grader

Tid: 20-30 min

Ta önskade grönsaker. Skala och skiva/dela.

Spraya/häll på oliv-/raposolja.

Krydda

Morötter, palsternacka, kålrot, rödbetor, broccoli, blomkål, rättika, kålrabbi, majrova

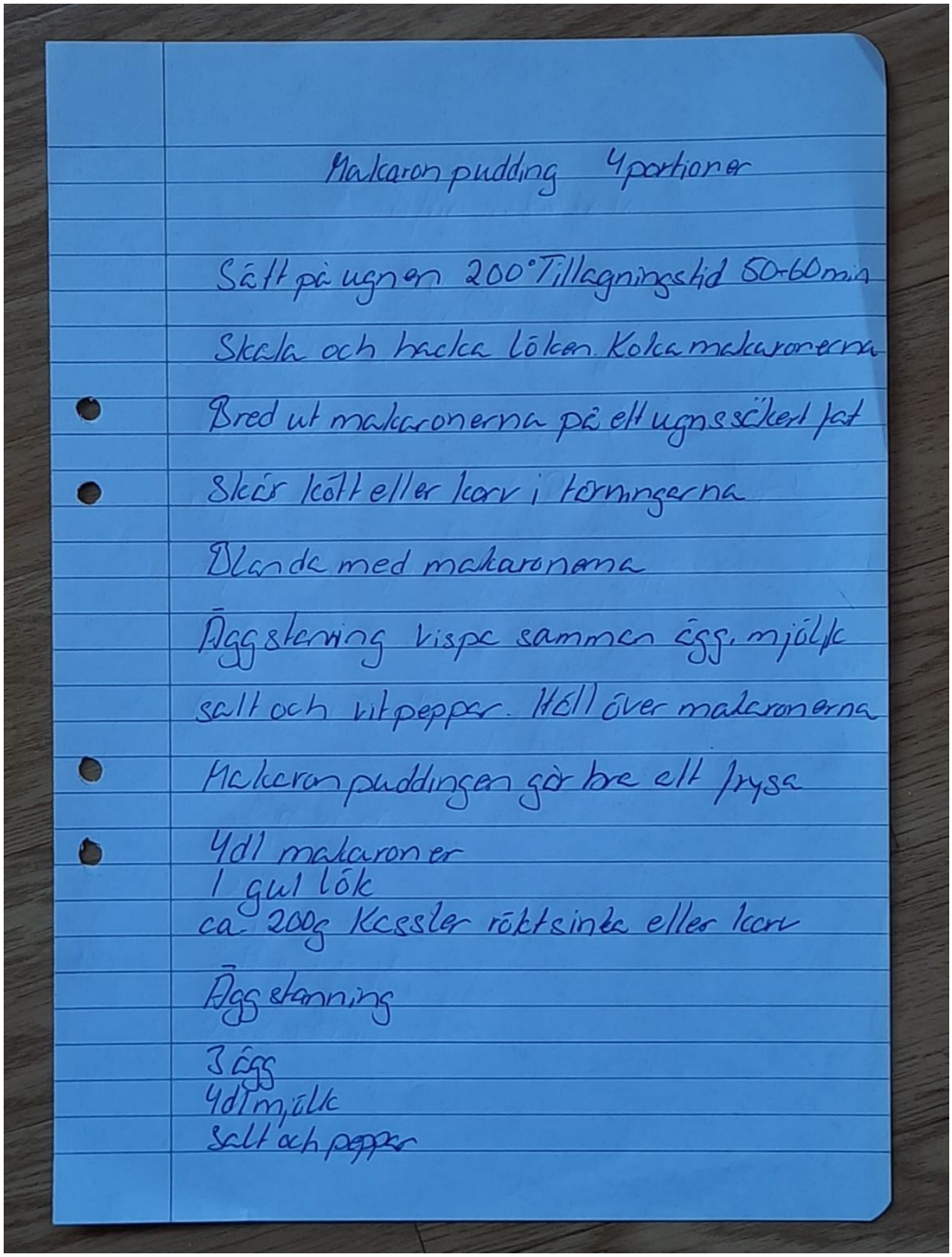
Råkostsallad

Rivna morötter blandat med apelsin, russin, äpple

Strimlad (med osthyvel) vitkål blandat med ananas, russin

Rödbetor, rättika, kålrabbi, majrova är också goda att strimla/riva

Bengts Makaronpudding



Makaronpudding 4portioner

Sätt på ugnen 200° Tillagningstid 50-60min

Skala och hacka löken. Koka makaronerna

Bred ut makaronerna på ett ugnssäkert fat

Skär kött eller korv i tärningarna

Blanda med makaronerna

Äggstanning vispa samman ägg, mjölk

salt och vitpeppar. Häll över makaronerna

Makaronpuddingen går bra att frysa

4dl makaroner
1 gul lök
ca. 200g Kassler röktsinka eller korv

Äggstanning

3 ägg
4dl mjölk
Salt och peppar

Medborgarakademi – öppna föreläsningar

2015 började BISAM arrangera öppna föreläsningar - Medborgarakademi - för allmänheten i Filmsalen, Ystad. För att informera, sprida kunskap och minska fördomar kring psykisk ohälsa och sprida hopp om psykisk hälsa. BISAM anlitade andra egenerfarna enskilt eller tillsammans med profession.

- ”BISAM och egna erfarenheter av psykisk ohälsa” – Marie Samuelsson
- ”Att återhämta sig till psykisk hälsa” – Projektet Värdefullt från Trelleborg och deras bok Destination Hopp
- ”SIP – Samordnad individuell plan” – Micael von Wowern
- ”Med psykisk ohälsa i arbetslivet” – Fredrik Thyberg
- ”Våga se” – Charlie Lundström
- ”Innan och efter diagnosen bipolär” - Björn Wikström
- ”Att återhämta sig till psykisk hälsa” – Projektet Värdefullt från Trelleborg och deras bok Destination Hopp

2016 på Österlens Folkhögskola

- Att få, leva med och återhämta sig från schizofreni, Andreas Önnebring Attitydambassadör och Erik Hofvendahl, leg läkare i psykiatri
- Att hantera panikångest – Duke W. Shaw

2017 på Österlens Folkhögskola

- Rättigheter och möjligheter till ökat inflytande” av utvecklingsledare Micael von Wowern, Personligt ombud och BISAM. Arrangeras av Fokus Anhöriga
- ”Neuropsykiatriska funktionshinder – teoretisk förståelse och praktiskt bemötande” av Näkkve Balldin. Fyllde biblioteket på Österlens Folkhögskola.

2018

- Käthe Ivarsson föreläste på Österlens Folkhögskola

2019

- föreläsning kring Högkänslighet av Marie Skärblom Hermansson, SFH - på Österlens Folkhögskola

2020

Detta blev ett ”föreläsningstomt” år p g a covid-19. Däremot exploderade webföreläsningar och inbjudningarna haglade på Facebook och mail. BISAM försökte så gott det gick att sprida de som lämpade sig för målgruppen.

Psykbussen

Sedan jag, Maria Samuelsson, utbildade mig till Attitydambassadör 2010 och tillsammans med kollegorna kläckte och planerade innovationen ”Psykbussen” har jag drömt om att få förverkliga den. En rullande informations- och mötesplats. Hösten 2018 deltog jag vid SoPacts acceleratorprogram på Socialhögskolan i Helsingborg utanför arbetstid och projekterade Psykbussen.

Ystads Allehanda 2018-10-19

Hon vill ha en psykbuss

Maria Samuelsson har vigt sitt liv åt att sprida kunskap om psykisk ohälsa. Hennes dröm är en egen dubbeldäckare som en rullande scen och mötesplats. Och det blir allt mer troligt att hon får sin psykbuss.

SIMRISHAMN. I fem år har Maria Samuelsson varit Bisam – Brukarinflytandesamordare – i de fem sydöstskånska kommunerna. Som sådan jobbar hon med att öka inflytandet i samhället för psykiskt sjuka.

Hon är även attitydambassadör och när hon 2010 träffade kollegor på en utbildning fick hon sin idé om en buss.

– Jag har alltså grunnat i åtta år, säger hon och menar att det nog varit klokt.

– 2010 var det fortfarande inte rumsrent att prata om psykisk ohälsa. Nu är det helt annorlunda. Tiden är mogen för en buss.

Syftet med bussen är att komma ut i samhället för att sprida kunskap om hur man uppnår psykisk hälsa.

– Ombord på bussen ska jag och några andra psykfall vara. Det är viktigt att det är personer med egen erfarenhet som sprider informationen, säger Maria Samuelsson som själv levat med diagnosen bipolär i tolv år.

Hennes tanke är att bussen ska åka runt till olika platser, kanske enligt en tidtabell, kanske tillsammans med blodbussen eller bokbussen.

– Det kan vara klokt att ta rygg på en annan buss, eftersom det då är folk i rörelse.

Målgruppen för hennes buss är till att börja med äldre personer.

– Det finns undersökningar som visar att nära var tredje person över 65 år lider av psykisk ohälsa. Många av dem som begår självmord är äldre.

Hennes ambition är att fånga upp människor innan de drabbas av psykisk ohälsa.

– Man vet att pensionsåldern kan vara en jobbig tid. När jobbet tar slut, vem är man då?

Samtidigt menar Maria Samuelsson att den äldre generationen är den som är minst benägen att prata om psykisk ohälsa.

– Därför är äldre en glömd grupp i det här sammanhanget.

Även människor som inte lider av psykisk ohälsa bör kunna första hjälpen till psykisk hälsa, menar Maria Samuelsson.

– Många lär sig vanlig första hjälpen, men lika viktigt är det att kunna se tecken på psykisk ohälsa. Och även veta vad man då ska göra.

Drömmen är att på något sätt skaffa en dubbeldäckad buss.

– Jag är barnsligt förtjust i dubbeldäckare. Det skulle också vara praktiskt, för då kunde man ha andra våningen som en mötesplats eller en rullande scen för olika föreläsningar.

Att köpa en buss är dyrt.

– Jag har en galen lösning. Jag har pendlat med Skånetrafiken i hela mitt liv. Gissa hur många gånger jag inte kommit iväg för att bussen varit inställd eller försenad? Det är ganska många gånger. Det vore inte mer än rätt att Skånetrafiken skänkte mig en gammal buss.

Hur hon än må finna ett lämpligt fordon menar hon att förverkligandet av hennes dröm är nära. Av en händelse råkade hon läsa om ett acceleratorprogram för sociala företag och skickade in en ansökan.

– Och de antog mig. Så nu har jag tagit ledigt från jobbet en dag i veckan för att kunna fokusera på psykbussen. Jag hoppas att den snart kan börja köra omkring i de sydostskånska kommunerna.

EMMA LAWESSON

Maria Samuelsson drömmer om en egen psykbuss. FOTO: EMMA LAWESSON

Inför sommaren 2019 hade jag ambitionen att förverkliga den och startade en arbetsgrupp i sydost med föreningsrepresentanter, Personligt Ombud Ystad, projektet Häng Med Oss Ut, brukare och anhöriga.

BISAM fick en budget på 20 000 kr av Utvecklingsledaren för detta.

En röd Londonbuss hyrdes för två dagar från en entreprenör i Trelleborg. Vi tryckte upp informationsmaterial.

Under två dagar deltog de redan engagerade i arbetsgruppen, men även andra brukare, patienter, anhöriga, personal, personliga ombud Ystad/Skurup och delade ut material. Många fina möten och information förmedlades. Film visades inne i Psykbusen.

Radio P4 2019-07-15 om att Psykbussen nu blir verklighet - https://sverigesradio.se/artikel/7263630

Ystads Allehanda 2019-07-17

2019-07-17 Psykbussen vill uppmärksamma ohälsa - Ystads Allehanda

Simrishamn

Psykbussen vill uppmärksamma ohälsa

KIVIK | Tisdag 12.00 , uppdaterad Tisdag 14.49

Den röda dubbeldäckaren syns långväga i vimlet på Kiviks marknad.

Idén om en ambulerande buss som upplyser om psykisk ohälsa föddes redan 2010. På årets Kiviks marknad gör bussen premiär.

En röd dubbeldäckare drar till sig uppmärksamhet på årets Kiviks marknad. Folk pekar och utbrister "psykbussen" när de ser den stora banderollen på bussens sida och flera letar sig fram för att få veta mer.

Under tältduken står Maria Samuelsson och hennes kollegor och delar ut material och informerar om psykisk ohälsa.

Maria Samuelsson är sedan fem år tillbaka BISAM – brukarinflytandesamordnare – i de fem sydostskånska kommunerna och jobbar med att sprida kunskap om psykisk ohälsa.

– Mycket fokus ligger på att vi ska våga prata mer om det och minska de fördomar som finns. Men också prata mer med varandra generellt. Mycket av vår tid läggs i dag i telefonen istället för att möta andra människor,

www.ystadsallehanda.se/simrishamn/psykbussen-vill-uppmarksamma-ohalsa/

Maria själv har en bipolär sjukdom och med sig har hon kollegor som alla på något sätt jobbar med och har personlig erfarenhet av psykisk ohälsa.

– Vi är psykfall allihopa, säger hon och skrattar.

– Min bipolaritet är en fördel i mitt yrke och utan den så hade jag aldrig jobbat med det här, fortsätter hon.

Foto: Peter Malmgren

Maria Samuelsson och kollegan Marie Skärblom Hermansson hade fullt upp att snacka med folk och dela ut informationsblad.

Idén till psykbussen kläckte hon redan 2010, men det var inte förrän förra året som allting gick i lås. Kivik är premiärstoppet och nästa inbokade tillfälle är under Skåneveckan för psykisk hälsa den 7-13 oktober.

www.ystadsallehanda.se/simrishamn/psykbussen-vill-uppmarksamma-ohalsa/

2019-07-17 Psykbussen vill uppmärksamma ohälsa - Ystads Allehanda

Förhoppningen är att den sen ska fortsätta rulla i den sydostskånska kommunerna.

– Jag tror att detta är grejen, att vara ute och möta folk så här. Om detta kan hjälpa någon av dem som kommer fram hit att hitta rätt information och en väg framåt för sig själva eller någon de står nära så har vi gjort nytta, säger hon.

PETER MALMGREN

Som en uppmärksam såg dag 2 hade tryckfelsnisse varit framme vid tryckning av vår stora banderoll!

Skåneveckan för psykisk hälsa vecka 41, 2014 - 2020

Ett arrangemang som startade 2010 inom kampanjen Hjärnkoll i samarbete med Region Skåne för att minska fördomar kring psykisk ohälsa och sprida hopp om psykisk hälsa. Som Attitydambassadör deltog Maria Samuelsson under åren 2010-2013 genom att föreläsa och också delta på manifestationer.

Under 2014-2020 arrangerades många aktiviteter under vecka 41. Se https://ystad.se/social-omsorg/psykisk-halsa/inflytande-och-delaktighet/skaneveckan-for-psykisk-halsa/

2014 engagerar BISAM alla fem kommunerna och det hålls två pass per dag för att öka möjligheterna att delta för förvärvsarbetande, personal och övriga.

Måndag – ”Att vara anhörig till någon med psykisk ohälsa” – Byavången, Tomelilla
Tisdag – ”Psykisk hälsa hos unga vuxna” – Gummifabriken, Skurup
Onsdag – ”Vuxnas psykiska hälsa” – Kommunhuset, Sjöbo
Torsdag – ”Äldres psykiska hälsa” – Marint Centrum, Simrishamn
Fredag – ”Barn och ungdomars psykiska hälsa” – Filmsalen, Ystad
Lördag -”Att återhämta sig till psykisk hälsa” - Österlens Folkhögskola, Tomelilla.

Projektet Värdefullt redovisar sin bok ”Destination Hopp”. Foto: Maria Samuelsson

Ystads socialpsykiatri var representerad genom Marianne Stellin som cyklade för vår sak Trelleborg – Ystad. Basgruppen på Apgränd hade Öppet Hus med Ärtsoppa på torsdagen. Socialpsykiatrin i Ystad var på plats på fredagen i Ystad och i Tomelilla på lördagen.

BISAM fick input från några av enhetscheferna:
”För det första skall du ha stor kredit för allt ditt jobb som du lagt ner och att vi gett dig alldeles för lite understöd. Kanske blev vi förstummade av all din entusiasm och energi i planeringen. Jag tror att hela din släkt var involverad. En blomma eller present hade varit på sin plats. Skäms på oss.”

” Instämmer med ovan. Maria gjorde ett jättestort arbete. För att vara första gången vi gjorde detta så är jag imponerad över att det gick så bra. En härlig stämning och ett stort engagemang. Min reflektion är också att väldigt få kollegor från IFO, VoO, LSS osv närvarade. I vanlig ordning är det flest personer som har någon anknytning till socialpsykiatrin. Hur ska vi nå ut till fler?”
” Vi får redan nu börja tänka hur vi i SÖSK vill göra nästa år.”

Mina egna reflektioner och den personal som deltog tyckte att föreläsarna överlag var mycket bra. Speciellt brukarnas egna berättelser var fantastiskt att lyssna till, vilken återhämtning och vilken förståelse man får inför vilka svårigheter personerna går igenom och att man inte är sin diagnos.

Jag är imponerad att det flöt på så otroligt bra! Det var en enda föreläsare som var tvungen att lämna återbud som påverkade programmet (fredagen i Ystad), men vi fick ihop det på plats ändå. Jag tyckte jag planerade och planerade både själv och med alla er härliga som engagerade sig och kom på mina tre planeringsmöten, tack!

Varje kommun gjorde ett fint jobb och fixade i förväg eller på dagen, så att lokal, mat osv flöt på. Jag är IMPONERAD hur det funkade så bra! Kände mig lugn hela tiden, även om det ibland kändes som noll koll, för allt LÖSTE SIG efterhand .

2015 arrangerades föreläsningar i Ystad och Tomelilla.
Tisdag - ”Hopp och välmående för anhöriga” med föreläsare som Lisbeth Pipping - författare, Kiriakos Backis - Projekt Hopp, Peter Sandberg om att vara medberoende förälder och Lisa Aronsson Höglund ”Tankar i kaos”. Surbrunnsparken, Ystad
Skånska Dagbladet uppmärksammade vår dag https://blogg.skd.se/2015/10/07/lyfte-anhoriga-pa-halsodag/

Maria Samuelsson, BISAM.

Publicerad 7/10 2015 14:00

Lyfte anhöriga på hälsodag

Sarah van der Stad
sarah.vanderstad@skd.se

YSTAD Nu pågår Skåneveckan för psykisk hälsa runt om i regionen. När arrangemanget kom till Ystad låg fokus på anhöriga till personer med psykiska sjukdomar.
– Vi vill lyfta att anhöriga finns, är viktiga och behöver stöd, säger Maria Samuelsson, brukarinflytandesamordnare.

År 2010 anordnades första Skåneveckan för psykisk ohälsa. Region Skåne är initiativtagare och syftet är att öka kunskapen om psykisk ohälsa. Under åren har Skåneveckan vuxit. I fjol hölls 37 olika arrangemang runt om i Skåne och i år är siffran 65.
Maria Samuelsson är brukarinflytandesamordnare (BISAM) i Ystad, Skurup, Tomelilla, Simrishamn och Sjöbo. Hon menar att Skåneveckan är viktig.

Torsdag - ”Livsstil utifrån andras erfarenheter” med allt från matprat med Marianne Stellin, ”Ask for life” – Anette Ask, ”Vägen tillbaka” med elithöjdhopparen Linus Thörnblad till ”Alla får ligga” – Martina Juhlin. Österlens Folkhögskola, Tomelilla

2016 arrangerades föreläsningar i Skurup och i Tomelilla. Vi hade också 10-årsjubileum av samverkan.

Tisdagen på Gummifabriken ”Tillsammans för psykisk hälsa i Skurup”. Musikunderhållning av Skurups folkhögskola och flera tillfällen att prova på meditation i rörelse, mindfulness och rörelseglädje. Punkter:

- Familjehopp – Studiecirkel som skapar hopp - Catharina Sunnanväder, cirkelledare
- Varför mår vi psykiskt dåligt och vad hjälper? Per Granvik, verksamhetsutvecklare Vuxenpsykiatrin, Malmö/Trelleborg
- Återhämtning – Min resa från botten till välmående genom Qigong - Mikaela Bengtsson, instruktör i Zhineng Qigong
- Att vara tryggt sjuk! – Hur kunskap ger inflytande - Maria Samuelsson, egenerfaren och brukarinflytandesamordnare
- Matprat! - Marianne Stellin, bloggare och handledare

Onsdagen i Teaterhallen i Tomelilla med BISAM och ISAM ”Våga vara psyksjuk – dessutom med inflytande”.

Torsdagen firade vi ”10 år av samverkan och gemensam kunskapsutveckling”. Eva Toft – tidigare förvaltningschef Skurups kommun reflekterad vad vi åstadkommit, Tomelilla och Ystad hade squaredansuppvisning på scen, socialpsykiatrin i Skurup respektive Sjöbo förmedlade berättelser från verksamheterna. Presentationer hölls också av Brukarrevisorerna, Kooperativet bredvid, fysisk hälsa inom psykiatrisk öppenvård, barnombudet Öppenvård Ystad och BISAM. Eftermiddagen avslutades med att förvaltningschef Dan Kjellsson, Ystad kommun, reflekterade över samverkan framöver.

2017 och måndagen började i Ystad på Lite Mer med frukostföreläsning av Tomas & Dennis ”Hur du blir den bästa versionen av dig själv i alla lägen”. Samarbete mellan PO Skåne och Ystad kommun.

Eftermiddagen höll vi till i Skurup på Gummifabriken – ”Passion för livet med psykisk hälsa” bjöd på egenerfarnas berättelser av Malin Josefsson, Kiriakos Backis och Arijola Delija. Fryshusets ”Nätvandrare” informerade. Man kunde prova yoga och mingla bland utställare.

Onsdagen i Simrishamn på Marint Centrum – Peter Jacobsson och Leif Winbladh från föreningen VågaVa föreläser ”Att vara människa och handskas med sina känslor” om missbruk, leva nära någon som missbrukar.

2018 har vi en stor aktivitet tillsammans med Psykiatri Skåne VO Kristianstad på Ystad Teater. VI firar Världsdagen för psykisk hälsa 10 oktober med ”Träna för hjärnan” som arrangerades av BISAM och ISAM. Det presenterades olika sätt att vara aktiv via Friskvårdsklubben i Malmö, Häng Med Oss Ut-projektet, sociala tjänstehunden Hicko, yoga med Rosita och paret Forsberg redogjorde tappning. Huvudnumret var Johan Norén och hans föreläsning, just ”Träna för hjärnan”.

2019 så 10-årsjubilerar Skåneveckan. Sjätte året för sydost.
Måndagen var det föreläsning ”Frisk utan flum” som arrangerades i Simrishamn av BISAM, ISAM och Fokus Anhöriga.

På söndagen avnjöts Afternoon Tea i Tomelilla med musikquiz på Nationella Anhörigdagen. I samverkan med Fokus Anhöriga.

2020 är temat för veckan ”Kärlek och medmänsklighet”. Detta passar extra fint med tanke på restriktionerna kring covid-19 och svårigheterna under året med att arrangera aktiviteter. Vi behöver mer kärlek och medmänsklighet.

Vi arrangerade en marknadsföringskampanj i respektive kommun under veckan. Vi delade ut kassar med material för psykisk hälsa. Se bilder från respektive kommun längre ner.

I Tomelilla, Simrishamn och Ystad arrangerades slutna Skrattyoga-träffar för berörda inom socialpsykiatrin i kommunerna.

Måndagen – Tomelilla - Kooperativet bredvid, REBUS, Kompetensgruppen

Tisdagen – Ystad - Basgruppen och Kompetensgruppen

Onsdagen – Sjöbo - Örnen och Kompetensgruppen

Torsdagen – Simrishamn - Träffpunkten och Kompetensgruppen

Fredagen – Skurup - Pomona och Kompetensgruppen

I samverkan med ISAM skapades aktiviteter som presenterades inom VO Kristianstad:

Intervjun/filmen med hälsosamma tips från psykdoktorn Sven Rydhög och BISAM kommer framöver att ligga tillgänglig på https://www.youtube.com/channel/UC0kGSPx-KtS0NtMdUYv90fA

Squaredans

Samarbete Tomelilla och Ystad

Detta är ingen aktivitet som BISAM varit inblandad i, förutom att lyfta upp deltagarna och låta dem visa sina danskunskaper vid några olika tillfällen i sydost ☺ Tomelilla och Ystad började dansa tillsammans 2013.

Squaredansledare var under alla åren Mats Nilsson.

Dansarna blev vid ett tillfälle arvoderade av Psykiatri Skåne för att delta och uppvisningsdansa på Världsdagen för psykisk hälsa i Kristianstad 2017.

Att röra sig är en gynnsam aktivitet i återhämtningsprocessen. Att deltagarna från socialpsykiatrin i Tomelilla och Ystad gjorde det tillsammans vidgade deltagarnas kontaktnät, ökade välbefinnandet och livsglädjen. Tyvärr minskade intresset och dansträningen upphörde 2018.

Återhämtningscaféer

Alla kommuner genom BISAM och ISAM

Träffarna har varit gratis och innehållet har utgått från NSPH Skånes material ”Återhämtningsguiden”. *Vad är återhämtning för mig? Min trygghetsplan*, *Utvecklingsprojekt för min återhämtning*, *Mina mål*, *Min berättelse*, *Till mig själv*, *Min självbild* är exempel på de teman som diskuterats på träffarna.

Vi har genomfört 17 Återhämtningscaféer sedan starten 2019. Första våren hölls alla caféer på Mötesplats Café Kryddan, Byavägen 37, Tomelilla. Hösten 2019 varierade vi mellan kommunerna inom samverkansöverenskommelsen. 2020 blev ett märkligt år och vi kunde p g a corona, restriktioner och rädsla bara genomföra ett fåtal Återhämtningscaféer. VI blev dessutom snuvade på vårt utvärderings-/avslutningscafé inklusive Inflytandefest i december.

Café 1: Vad är återhämtning – 28 pers - Mars

Vi gick igenom **Återhämtningsbegreppet**.

Vilka förväntningar har deltagarna på denna aktivitet?

- Att prata öppet kring gemensamma frågor. Samlas ”över gränserna”
- Utbyta erfarenheter, ta del av varandra
- Vara här och nu och återhämta sig från dagen som varit
- Träffas, vara tillsammans
- Förhoppningar

Vad är Återhämtning för mig?

* Mysa med katterna, hundarna
* Lugn och ro i och runt huvudet
* Fylla på ”måbra-kontot”
* Hitta min egen väg till ett fungerande oh bra liv.
* Helhet mellan huvud och kropp
* Skriva ner sina tankar och känslor
* Att få träffa andra (integreras) i samhället
* Våga vara ensam
* Lyssna på musik, arbeta, Konst, Promenera, Naturen, Fotografera, Vara vid havet, Vila, Motion, Meditation

Önskemål från detta café

- Någon nämnde kapitel 2 – **Drömmar, meningen**. Att det är viktigt att kunna **se mål och syfte**.
- Kapitel 3.4 – **Reflektion av det svåra**. Viktigt att ge sig tid att känna och stanna upp.
- Kapitel 3.1 - **Tidiga tecken.** Dessa lyfte Maria och ombad sedan alla att diskutera i grupperna. Vi följer upp dessa tankar vid **nästa café** 25 april.
- Önskemål om att ha **en föreläsning av en egenerfaren** som kan inge hopp kring återhämtning, berätta sina tidiga tecken, krisplan osv.
- **Rättigheter** är också ett efterfrågat område.

Café 2: Drömmar och mål – 23 pers - April

Mål - Solmodellen från Din egen makt – förändrings- och utvecklingsområden. Viktig del i återhämtningen för att få mer koll – egenmakt. T ex:
Gå ner i vikt så jag orkar påverka min egen situation mera
Lära mig säga nej
Få folk att lita på mig
Få känna mig fri
Kunna sjunga bättre än jag gör nu
Börja föreläsa igen

Café 3: Personliga mål och Trygghetsplanen – 30 pers – Maj

Personliga förändringsmål – skriva ner dem för att minnas och ta till sig och använda skrivandet som del i återhämtningen. Viktigt att hitta vad jag behöver själv för att förverkliga det jag önskar.
Trygghetsplanen från Återhämtningsguiden - förhindra att svår sits/dåligt mående blir kris. För t ex Maria ingår det i krisplanen att berätta för andra hur jag vill bli bemött/vilket stöd jag behöver när jag är på väg ner/upp.

Simrishamnsgänget berättade om sina skrifter ”Älskade katt” och ”Älskade ångest”.

Café 4: Det här gillar jag med mig själv– 32 pers - Juni

”Praktikant” på plats. Jeanette Ovesson, kommunstyrelsens ordförande i Simrishamn gästade caféet och var med i diskussionerna hela kvällen. Vi använde guiden för att prata ”Det här är jag bra på” - kapitel 2.2 ”Till mig själv”.

Utvärdering av Återhämtningscaféerna våren 2019 i sydöstra Skånes fem kommuner.

Foto: Marléne Karlsson, deltagarna tillfrågade.

Vid möte med Kompetensgruppen i januari 2019 beslöts att göra en satsning för att stärka egenmaktsperspektivet via caféträffar där personer med erfarenhet av psykisk ohälsa kan möta andra och dela erfarenheter och tankar kring psykisk hälsa och återhämtning.

Målgruppen har varit alla som berörs av psykisk ohälsa och som önskar hitta vägar för att må bra i livet.

Platsen för träffarna har varit på **Mötesplats Café Kryddan i Tomelilla**. Träffarna har hållits vid **fyra tillfällen** med början i mars månad mellan **17.30 – ca 20.00**.

Fjärde träffen var också ett ”**utvärderingscafé**”. BISAM hade med sig en ”praktikant” i Jeanette Ovesson, kommunstyrelsens ordförande i Simrishamn. Hon gästade caféet och var med i diskussionerna hela kvällen.

Vi fortsatte med Återhämtningsguiden som stöd för dagens samtal kring vår självbild ”Det här gillar jag med mig själv” och ”Det här är Jag bra på” (kapitel 2:2 Till mig själv). Vi grillade korv och åt sommartårta som avslutning på terminen. Vi summerade vad vi pratat om under våren. Kvällen avslutades med en utvärdering av vårens träffar.

Deltagarantalet har varierat från lägst 23 till högst 32. En del av deltagarna har varit personal som varit behjälpliga med bland annat transport. Caféet har även fått besök av politiker och inflytandestrateg. Merparten av deltagarna har kommit från Tomelilla men samtliga kommuner i sydost har varit representerade.

Ansvariga för genomförandet har varit BISAM, Maria Samuelsson, Inflytandeansvarig från psykiatrin, Marie Gassne samt Anna-Lena Lindevall från Kompetensgruppen. Inför varje caféträff har anslag satts upp och skickats ut för spridning i verksamheterna.

BISAM Maria, boendestöd AnnaLena och ISAM Marie

Resultat från utvärderingen av träffarna:

30 personer lämnade in den skriftliga utvärderingen med följande resultat:
Platsen för träffarna: 100% positiva
Tidpunkten: 98 % positiva
Upplägget: 99% positiva

Några av kommentarerna/reflektionerna:

Önskar mer lugn, ytan för liten.
Man respekterar varandra och pratar inte i mun på varandra.
Bra bemötande och fin gemenskap.
Stannar upp och reflekterar mer nu.
Bra upplägg, lagom med punkter på programmet.
Vill fortsätta.
Mycket nöjd.
Bra om alla kommuner kan arrangera detta.
Bra att det kommer folk från fler kommuner samtidigt.
Gemenskap.
God fika.
Bra personal.
Tätare träffar.

Vill fortsätta delta till hösten: 100 % positiva
Positiva till träffar i egna hemkommunen: 100 % positiva
Träffarna ger stöd i egen återhämtning: 99 % svarade ja

Några av kommentarerna utifrån ”vad som är viktigt för Mig framöver”:
Återhämtningsguiden var bra och det blev många fina samtal utifrån den.
Djupare diskussioner.
Att få mer inblick i sig själv.
Att vi kanske blir fler.
Att detta får fortsätta i Tomelilla.
Detta har varit lärorikt och jag har lärt mig av andras tankar och synpunkter.
Att det finns ett strukturerat upplägg är bra och ger stöd.
Att få prata med andra är jättegivande.
Träffar gärna andra på hemmaplan men kommer också gärna hit.
Bemästra stress och vara nöjd med det man åstadkommer.
Mer information och konversation med oss besökare kring återhämtningsprocessen. Prata med andra med samma erfarenheter som jag är bra.
Bjuda in personer som ”återhämtat sig”.
Man mår bra när man går hem.

Några av kommentarerna kring ”det här tar Jag med Mig från vårens träffar”:
Diskussionerna.
Värmen från alla deltagare.
Få träffa nya människor och dela erfarenheter.
Kul med teman på träffarna.
Man ser att man inte är ensam och att det inte syns utanpå.
Eftertanke.
Våga prata.
Använda Återhämtningsguiden.
Återhämtning är olika för alla.
Jag längtar till träffarna i höst.

Diskussion fördes vid sista caféträffen om fortsättning till hösten 2019 där förslaget är att alternera träffarna i höst mellan de olika kommunerna så fler får möjlighet att delta.

Kompetensgruppen ska titta vidare på möjliga lokaler mm i de respektive kommunerna. Transporten till caféträffarna i de olika kommunerna måste lösas liksom möjligheten till iordningställande av fika.

Avslutade caféet med att grilla och äta tårta som Kompetensgruppen fixat <3

Café 5: Stigma – fördomar – 20 pers (29 aug) – Mötesplats Café Kryddan, Tomelilla

Vad det kan göra med oss och påverka återhämtningen
Vi pratade om och skrev ner fördomar kring psykiska sjukdomar och funktionsnedsättningar:

- Psykiskt sjuka är farliga
- Ta dig i kragen / ryck upp dig
- ”Du som är så trevlig”, ”Du som är så mån om ditt yttre” sägs för att det inte syns på utsidan
- Är permanent dålig, ser bara problemen (när man är som sämst)
- Tystnadskultur – genant, pinsamt, ingen orkar med att man pratar om psykisk ohälsa

Fördomar som deltagare själva mött:

- Skam och känna självförakt. Andra får en att känna att man gör fel. Min självbild gör att jag inte har något värde. På senare tid har jag fått mer kraft att inse att jag är lika mycket värd!
- Diagnoser blir skällsord. ADHD är en låtsasdiagnos (friska säger om de sjuka), ”din dampunge”. Detta är mobbing
- Du ska väl inte leva på bidrag.
- Kränkning av somatiska vården om att ”kommer du från psykiatrin”`

Självstigma – jag berättar inte min diagnos där jag jobbar, kanske förlorar
pengar Mina egna fördomar har minskat genom åren då jag mött andra.
Fördomar som kan hindra mig:

- Att jag tror att folk tänker si eller så, så byter jag miljö har jag mindre fördomar mot mig
- Det jag tror att andra tycker om mig
- Jag är äldre, varit sjukskriven länge, döden lurar bakom hörnet, kan inte jag återhämta mig? Jag vill och försöker leva så gott det går.

Café 6: Mitt värde (värdeord) – 25 st (24 sept) – Restaurang Karl Johan, Skurup

Fokus på hur vi lever efter våra egna värderingar. Vi försökte bland annat hitta ord som kan leda oss i våra beslut och vägval. Ord som också kan ge förståelse kring hur vi själva är och gör som vi gör.
Förtroende < ---- > Pålitlighet
Tillit **Empati** **Acceptera** – alternativt ord kan vara **försonas med**
Stolthet – stolt och nöjd med sig själv
Frihet **Omtanke** om andra **Gemenskap** **Glädje**
Auktoritet – inte se ner på sig själv **Meningsfullhet** **Struktur**
Generositet **Förlåtelse** **Andlighet** **Trygghet**

Reflektion Känner jag omtanke om mig själv? Har jag **självmedkänsla**?

Maria höll i Värderingsövningar.

Café 7: Självmedkänsla – 44 pers (26 okt) – Örnen, Sjöbo

Deltagarna delade med sig av sina tips. Några axplock av dessa:

”Jag låtsar att nån annan säger positiva saker till mig – funkar ibland”
”Att prata högt till sig själv (eller katten!) och inte bara tänka det”

”Pratar högt hemma för att strukturera mig”
”Ingenting är sant förrän man sagt det högt”
”Om man är rädd om sig själv och är trygg och mår bra, då hjälper man andra också.”
”Humor förstärker, kan se kring sig själv på ett humoristiskt sätt”
” Jag lånar ut mig till vän och bygger och river och skapar nytt”.

Viktigt att förstärka det positiva. Att vara kritisk mot sig varje dag som t ex ”Nu kom jag inte iväg här och nu blev det inte så” blir en ond spiral som motarbetar stärkandet av självmedkänslan.

Stärka sig själv:
- Nån nämnde fotografering och att man ”gjorde sig bättre” från ett annat håll ☺ Att få välmenande tips är gynnsamt.
- Hitta en gest / aktivitet som är beröm för oss själva och tänka på det.
- Om jag är konstig är det bra, jag vill vara unik.
- Man behöver stöd när man inte mår så bra.

Mål?
Mål att kunna se helheten av ett sammanhang.
Inte vara rädda för att formulera mål. *Jag vill känna trygghet * Jag vill vara frisk * Jag vill känna att jag kan ta hand om mig själv
Berättelsen om Flygcertifikat, verkade som orealistisk dröm, men gick med stöd av omgivningen att genomföra.

Klok tanke om att **våga be om hjälp** och inte bara se som att man är hjälplös/behöver andra:
”Vända på det att då kan ju den personen känna att den hjälper/stöttar. Den andre känner sig behövd”.
”Jag blir ju glad av att hjälpa andra. Låt också andra få uppleva den känslan”
”Jag hjälper gärna direkt, utan att tänka. Jag gör, fast jag egentligen själv behöver hjälp. Svårt sätta gränser. Ja/Nej. Nej till andra och Ja till mig”.

Tips för att inte förhasta sig och bara kasta sig in i allt
- Säga ”Vänta lite så ska jag fundera”
- Andas innan man svarar
- Säga Nej – efter att ha frågat sig själv Har jag tid? Har jag energi?

Café 8: Ja / Nej – 29 pers (28 nov) – Basgruppen, Ystad
Maria presenterade NSPH Skåne och de två skaparna av Återhämtningsguiden, Jessica Andersson och Conny Allaskog och samordnare Linda Nordström. De berättade om utfört arbete med heldygnsguiden och den allmänna guiden och att en anhörigguide är på gång. De berättade också hur man kan beställa gratis guider på www.aterhamtningsguiden.se

Marie pratade om positiva tankar, att skriva ner tre saker varje kväll som varit positiva under dagen osv.
Deltagarna uppmanades därpå att skriva in tre saker under ”**Det här får mig att må bra**” i guiden sid 11.
✓ Dricka kaffe

- ✓ Äta godis
- ✓ Roa sig, åka karusell
- ✓ Jobba
- ✓ Musik
- ✓ ”Lev nu, dö sen” – Miss Li https://tv4play.se/program/så-mycket-bättre/12505210
- ✓ Att inte stressa iväg, hålla jämn takt
- ✓ Samla ihop sig, lyssna på kroppen
- ✓ Ha en inre dialog med mig själv och ge mig det som KÄNNS bra
- ✓ Meditera kring mitt inre, fokusera på det bra och tar bort det dåliga
- ✓ Promenera (med hundar), ta hand om sina djur

För att må bättre i min vardag finns det en hel del jag själv kan försöka göra. Marie drog exempel och sedan ombads alla att skriva ner i guiden på sid 26.

- ✓ Gå några km varje dag för att rensa huvet
- ✓ Kela med katten så den spinner
- ✓ Få struktur på det jag ska göra
- ✓ Långpromenader med givande samtal
- ✓ Stunder av självvald ensamtid
- ✓ Nörda ner mig i olika saker jag är intresserad av
- ✓ Seriemaraton
- ✓ Spela fotboll och leka med mitt barn
- ✓ Be sonen räkna på olika språk
- ✓ Odla sina egna intressen (samla på CD)
- ✓ Musik meditativt sätt
- ✓ KASAM – vara i sammanhang där jag kan få nytta/känna att min kunskap kan användas
- ✓ Kreativt arbete, sticka och virka
- ✓ Bara sitta och prata
- ✓ Plats för skratt varje dag
- ✓ Hur känns det? Ta bort måsten som inte känns bra. Markera mina gränser.
- ✓ Slarva! Minska på duktigheten och faktiskt slarva!
- ✓ Träning – stressen försvinner från kroppen
- ✓ Struktur på vardagen, kontroll på läget. Måste få va slarvig.
- ✓ Stanna upp och andas, var är jag? Vem är jag?
- ✓ Vara med nära och kära.
- ✓ Lyssna på böcker
- ✓ Kombinera promenad / lyssna
- ✓ Gå med i en sångkör
- ✓ Sjunga i duschen ☺
- ✓ Träna på att säga Ja eller Nej till:

Nån sa: Jag är en väldig mes, för jag säger Ja när jag borde säga Nej.
Nån annan sa då: Det är inte mesigt, det är ju omtänksamt!!

Köpa mig tid – kan jag få återkomma?
Säga Nej till mig själv. Orkar jag verkligen?

Säga Ja till mig. Ju mer Ja ju mer positivt händer!
Inte ge sig!

Café 9: Julavslutning - 21 pers (12 dec) – Café Stinsen, Simrishamn

Deltagarna fick ge förslag på Återhämtningstips till varandra i julklapp:

Djurmys/klappa djur
Gå på Lucia i kyrkan
Promenera ensam/tillsammans
Gå till bibblan
Mindfulness/yoga
Ge någon en komplimang
Erbjuda någon hjälp
Fönstershoppa / se allt julfint
Ta med sig kaffe/glögg ut
Försöka träffa/ringa andra människor
Smsa folk man tycker om
Skriva julbrev, vykort
Sjunga i duschen
Göra Målbilder! Klippa och klistra.
Ta det lugnt och vila!
Göra julkort som ”vännerna” kan skriva under!

Maria tipsade om olika evenemang som var öppna för alla närmsta veckorna, bl a

- Celticbaren Julbön Tomelilla 19.30 20/12
- Julbord i Ystad som Restaurang Marinan bjöd på
- Röda Korsets julbord i Simrishamn

Det kom förslag på att respektive kommun (Kompetensgruppen) ansvarar för teman nästa år för Återhämtningscaféet när man är där. Att man också då informerar och håller kanske halvtimme om vad man gör i just den kommunen för att stötta återhämtningen

Förslag på att skaffa in cirkelmaterialet ”Din egen berättelse” till alla för att jobba med den.

Vi pratade också om att göra den där målbilden, visionen, drömmen, på papper. Att klippa och klistra.

Vi avslutade med att alla svarade på en utvärdering om höstens caféer, se nästa sida

Träffarna har bedrivits en gång/månad vid ett tillfälle per kommun under hösten 2019.

20 personer fyllde i och lämnade in utvärderingsblanketten vid caféträffen i Simrishamn 6 december.

Fråga 1

Har platsen för träffarna varit bra? Har tidpunkten för träffarna varit bra? Har upplägget för träffarna varit bra?

Samtliga svarar ja på frågorna men majoriteten tyckte att det var för trångt i Sjöbo.

Övriga kommentarer/önskemål:

- Flytta träffarna i Ystad till café Perrongen vid stationen.
- Hellre Tomelilla varje gång.
- Bra med träffar i de olika kommunerna.
- Bra med varierat program.
- Detta var första gången jag informerats om träffarna.

Fråga 2

Jag deltar gärna vid fler caféträffar under våren 2020, där svarar alla ja på frågan. Jag deltar gärna på träffar i andra kommuner där svarar *två personer att de är osäkra och en svarar nej*. Träffarna ger mig stöd i min egen återhämtning där svarar en person, *jag vet inte det är första gången jag deltar*.

Det här tycker jag är viktigt för mig vid kommande caféträffar

Kommentarer:

- Att de är strukturerade.
- Arbeta med målbilder, självbildsboost.
- Att få träffa folk från olika kommuner.
- Att vi får prata med varandra.
- Jag vill ha information i god tid innan när träffarna blir.
- Öppet sinne och tänkande.

Det här tar jag med mig från höstens träffar

Kommentarer:

- Idéer och synpunkter.
- Värdeorden och nödvändigheten av att säga nej är det som gjort mest intryck.
- Fin stämning och gemenskap.
- Det är inte så svårt att säga nej eftersom jag då säger ja till mig själv. Man måste veta vad man vill svara ja och nej till.
- Gemenskapen och att höra andras åsikter som man kan ta till sig.
- Att få känna sig sedd.
- Tryggheten vid varje möte ger energi och styrka som man kan bygga vidare på i livet.
- All kunskap som man får till sig från andra deltagare.

- Den här träffen var trevlig, god fika, bra information och kul med quiz.
- Alla härliga diskussioner.
- Den goda stämningen.
- Gemenskapen.

Något annat jag vill tillägga

Kommentarer:

- Det här är träffar som är så viktiga och bra.
- Att få dela erfarenheter och få tips.
- Bra initiativ.
- Tack för trevligt initiativ.
- Var gärna tydligare med att ”alla” är välkomna och gör mer reklam för träffarna.
- Bra om det varit fritt att åka till olika träffar och till träffpunkter i kommunerna.
- Det var mycket bra.
- Mycket trevligt.

Återhämtningscaféer 2020

Återhämtningscafé nr 10 i Tomelilla – Café Kryddan – 27 februari – 32 deltagare

Maria Samuelsson, Brukarinflytandesamordnare (BISAM) och Marie Gassne, Inflytandeansvarig Psykiatri VO Kristianstad presenterade sig och hälsade gamla som nya deltagare välkomna.

Maria förklarade lite kring bakgrunden till våra Återhämtningscaféer och drog sammanfattning för förra årets nio caféer:

1. Vad är återhämtning?
2. Drömmar
3. Personliga mål och Trygghetsplanen
4. Det här gillar jag med mig själv, Till mig själv
5. Stigma – fördomar
6. Mitt värde (värdeord)
7. Självmedkänsla
8. Säga Ja och Nej
9. Återhämtningstips för skön julledighet

Marie pratade om dagens tema, **skriva som en del av återhämtningen**. Temat kom fram på avslutningscaféet i Simrishamn i december ifjol.

Att skriva med penna på papper ger bättre effekt än att knappa på mobilen eller ett tangentbord finns det vetenskapligt belägg för. Det sätter bland annat igång talcentrat!!!

Som ung skrev nog många Dagbok, kanske nån gör än idag? Det var/är ett sätt att skriva ner det som snurrar runt i hjärnan. Kanske t o m med hängelås ”låsa in” de tankar jag inte vill att andra ska se.

Marie förmedlade erfarenhet av person med tvångstankar om att skada sitt barn och som genom att faktiskt formulera tankarna hon var rädd för på papper kunde se det orimliga i att hon verkligen skulle utföra sina skrämmande tankar. Hon blev av med sina tvångstankar!

Skrift kan man ändra, det sagda ordet går inte att ta tillbaka.

Någon deltagare berättade att hon skrivit sina memoarer för att barnbarn ska kunna ta del av hennes liv <3

Vi fick en **övning** som innebar att skriva ner några meningar om sig, vad man gillar eller tycker – helt valfritt. Ville man sedan uppmuntrades alla att också lyssna på varandra (att ta ut eventuellt ludd ur örat ☺)

”Om person du talar med inte tycks lyssna, var tålmodig! Det kan helt enkelt vara så att hon har lite ludd i ena örat! – Nalle Puh

Deltagarna uppmuntrades att **dela med sig** om man vill berätta vad man skrivit:

”Jag tycker om att åka Snurringen av olika anledningar.
Jag älskar att fotografera och hålla på med foton.
Jag blir glad av att gå promenader.
Jag tycker om att träffa vänner och exempel ta en kopp kaffe”

”Jag tycker om att vara kreativ men har inte så stor plats så jag kan inte göra så stora saker. Jag tycker om att sjunga i kör, men det finns ofta inte plats.” Då nämnde någon att det finns Kyrkokörer och nån sa att ”Vi startar en egen – det är ju så härligt att sjunga” !!! ☺

Nån annan berättade:
Jag tycker om att vandra i naturen
Jag tycker om att motionera
Jag tycker om att se faktaprogram m historia
Jag tycker om att släktforska
Jag tycker om att lyssna på musik
Jag tycker om att lösa korsord

Några förmedlade:
”Jag har gjort mycket och mött många. Nu gör jag ingenting” <3
”Jag älskar att skriva, för mig själv eller för de som betyder mycket för mig”.

Det finns många sätt att uttrycka sig som kan gynna återhämtning, via konst, graffiti, dans, musik kan gynna en återhämtning.

Skriva sin egen berättelse – man måste börja någonstans.

Maria förmedlade om hur hennes två böcker blev till och hur psykiatripersonal uppmärksammade att hon skrev på servetter och papperslappar och gav henne ett block för att tömma ut vanföreställningar och funderingar från hjärnan när det var överfullt därinne..

Vi pratade om studiecirkelmaterialet ”Din egen berättelse” som vi hämtat inspiration ifrån till dagens tema, utöver sidorna i Återhämtningsguiden.

Din egen berättelse kan köpas via https://vaxa.nsph.se/om-nsph/informationsmaterial/din-egen-berattselse/ för 50 kr. Den finns också som pdf att ladda hem via ovan länk.

Någon tyckte att vi ska starta en skrivarcirkel enligt ovan material. Vi pratade om hur man i Trelleborg gjorde boken ”Destination Hopp” med nio egenerfarnas berättelser. Ska vi göra en liknande här i sydöst?

Återhämtningscafé nr 11 i Skurup – Restaurang karl johan - INSTÄLLT

Återhämtningscafé nr 12 i Sjöbo – utanför Möllans Café – 0 deltagare

Återhämtningscafé nr 13 i Ystad – 28 maj – 23 deltagare

Vi satt på filtar, sittunderlag och bänkar på innergården till Basgruppen och samtalade om fysisk aktivitet. Materialet ”Fysisk aktivitet vid psykisk ohälsa” delades ut.

Återhämtningscafé nr 14 i Simrishamn – utomhus Boulebanorna – 25 juni – 21 deltagare

Vi satt återigen på filtar, sittunderlag och bänkar. Nu diskuterade vi vad som är psykisk hälsa och vad som får mig att må bra. Vi provade också gående Mindfulness.

Återhämtningscafé nr 15 i/vid Nybrostrands Scoutstuga – 30 juli – 44 deltagare

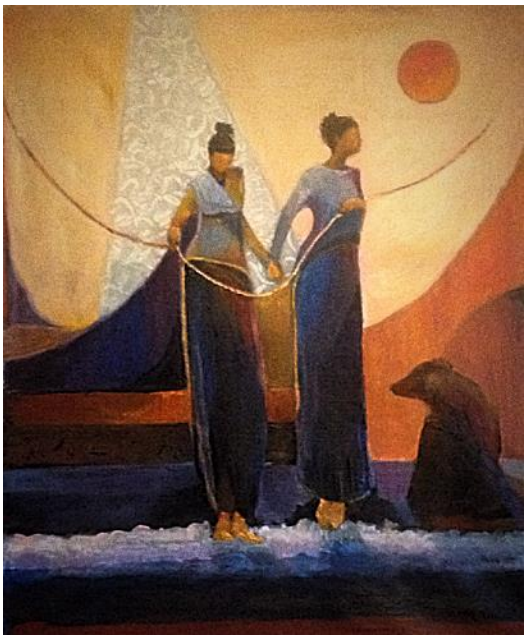
PO Skånes 20-årsjubileum – se mer under kapitlet Festligheter.

Återhämtningscafé nr 16 på Killeröds Ängar– 27 augusti– 32 deltagare

Cathys om Killeröds Ängar
Gunilla pratade om hunduppfödning och visade hur hundarna jobbar.
Patrik berättade om sina uteaktiviteter via UrSpår.
Tipsrunda, korvgrillning och samvaro med regnet smattrandes mot plåttaket.

Återhämtningscafé nr 17 i Tomelilla – 16 september 2020 – 25 deltagare

Mille Bjurfjäll om ”Skapandet som del av återhämtningsprocessen”. Uppskattad föreläsning där också konstpedagog Gunilla berättade om Rebus Konstprojekt.



Framgångsfaktorer för Återhämtningscaféerna

Enligt BISAM och ISAM som hållit i caféerna har det varit fascinerande och se hur deltagarna känt sig bekväma, delat med sig om sig själv och sina erfarenheter. Det har varit högt i tak från början, mycket skratt och värme.

För en del deltagare som kommit från socialpsykiatrin kan vi konstatera att personalen haft avgörande betydelse för att brukarna skulle komma och närvara. Personal från Simrishamn och Tomelilla har deltagit på alla caféer – det visar resultat i deltagare som både närvarat och också utvecklats genom sitt deltagande.

Återhämtningsutbildningar

Alla kommuner

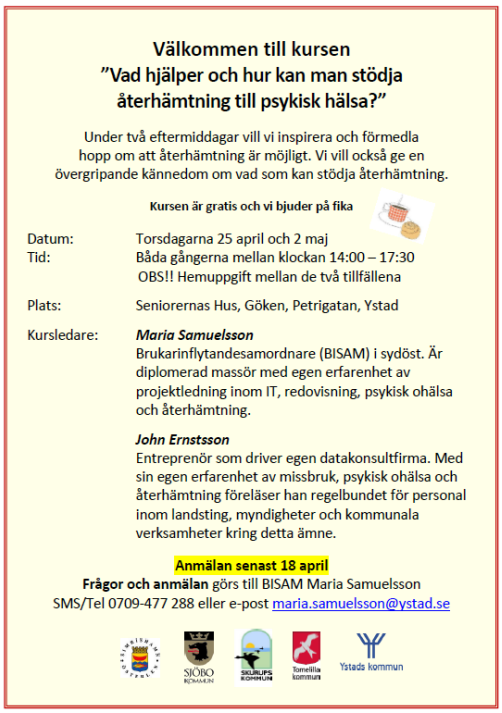
2018 genom Veckla och med BISAM

Förut genomfördes Återhämtningsutbildningar med fokus på hur man återhämtar andra. Hur kan man stötta i andras återhämtning? BISAM kände att fokus måste ändras till att ”hur återhämtar jag mig själv”. Det är ju väldigt svårt att förmedla och stötta och inspirera andra i något som man kanske inte själv behärskar, eller åtminstone har kunskaper och förståelse kring.

Vi beslöt att omarbeta den befintliga utbildningen som RSMH och Camilla Bogarve tidigare hållit och genom företaget Veckla och BISAM skapades en pilotutbildning. Denna körde Camilla och Maria i september 2018 i Ystad. Utvärderingen lyfte bland annat fram nedan:
”Jag tar med mig samtalen med de övriga deltagarna. Punkterna om riskerna och skyddsfaktorerna. Det var också skönt med Mindfulnessövningen. Bra balans mellan att sitta och röra på sig.”
”Dynamiken tack vare att vi kom med olika erfarenheter privat – yrkesmässigt”
”Man får igenkänning och tips och idéer från andra”
”Camillas input kring återhämtning mycket bra - kan vara mer av det. Bra med Marias egen berättelse”

2019 med BISAM och John Ernstsson

Vi tog med oss åsikterna från utvärderingarna och reviderade materialet. Jag tog över Camillas roll och vi anlitade John Ernstsson som egenerfaren för att förmedla sin historia och erfarenheter.



Välkommen till kursen
”Vad hjälper och hur kan man stödja återhämtning till psykisk hälsa?”

Under två eftermiddagar vill vi inspirera och förmedla hopp om att återhämtning är möjligt. Vi vill också ge en övergripande kännedom om vad som kan stödja återhämtning.

Kursen är gratis och vi bjuder på fika

Datum: Torsdagarna 25 april och 2 maj
Tid: Båda gångerna mellan klockan 14:00 – 17:30
OBS!! Hemuppgift mellan de två tillfällena

Plats: Seniorernas Hus, Göken, Petrigatan, Ystad

Kursledare:

Maria Samuelsson
Brukarinflytandesamordnare (BISAM) i sydöst. Är diplomerad massör med egen erfarenhet av projektledning inom IT, redovisning, psykisk ohälsa och återhämtning.

John Ernstsson
Entreprenör som driver egen datakonsultfirma. Med sin egen erfarenhet av missbruk, psykisk ohälsa och återhämtning föreläser han regelbundet för personal inom landsting, myndigheter och kommunala verksamheter kring detta ämne.

Anmälan senast 18 april
Frågor och anmälan görs till BISAM Maria Samuelsson
SMS/Tel 0709-477 288 eller e-post maria.samuelsson@ystad.se

Ystads kommun

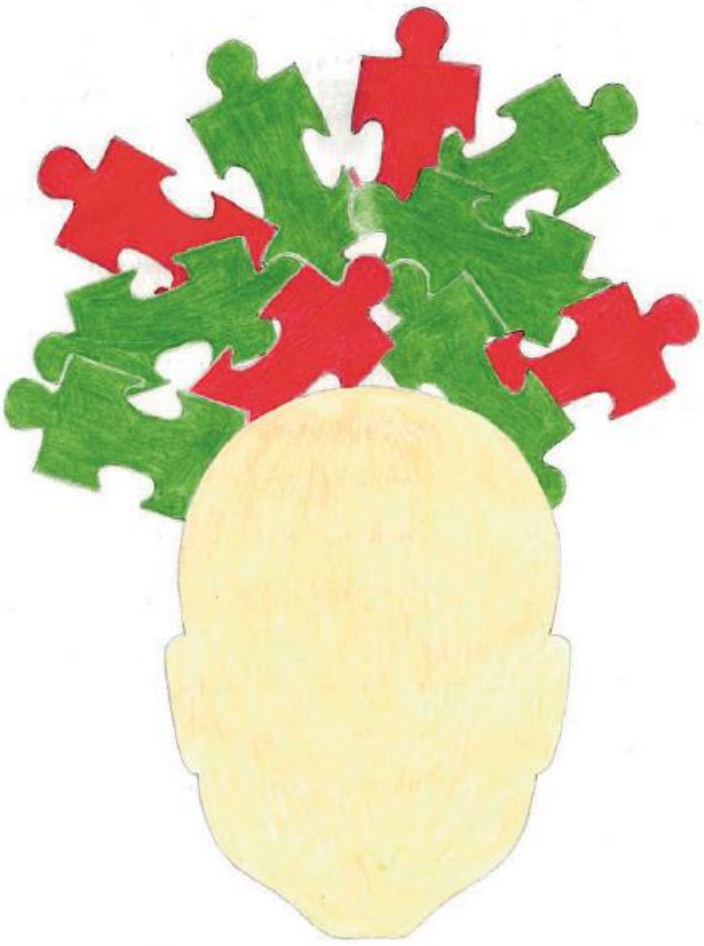
Då vi även här blandade deltagare från verksamheter med personal och andra intresserade från beröra kommuner blev utvärderingen väldigt likt den som i piloten. Många var imponerade av gruppens öppenhet och inspirerades av varandras tankar och sätt att hantera sin egen återhämtning.

Johns berättelse togs emot fint och man uttryckte tacksamhet över att han delade med sig och förmedlade sin erfarenhet.

Älskade Ångest

Brukare vid Socialpsykiatrin i Simrishamn har skapat skrifterna Älskade katt, Älskade ångest och arbetar nu med Älskade känslor. Då Älskade ångest tryckts upp vid två tillfällen och delats ut och är mest uppmärksammad så förmedlas denna här. För tryckta exemplar, kontakta asa.bergwall@simrishamn.se

ÄLSKADE ÅNGEST



Detta häfte har framtagits i studiecirkelform.

Vi som har varit delaktiga är:

Karl-Åke Fors

Morten Rosenberg

Pernilla Olsson

Aino Hansson

Fredrik Persson

I samarbete med Socialpsykiatrin

Socialförvaltningen

Simrishamns kommun.

Innehållsförteckning:

1. Vad är ångest?
2. Vad är ångest för mig?
3. Hur kan ångest se ut för mig?
4. Varför får jagångest?
5. Hur kan jag hantera min ångest?

1.Vad är ångest

Alla människor lider av ångest då och då.
Det är en del av livet.

När rädslan blir större än vad som motiveras av faran, eller när vi inte kan peka på orsaken brukar vi tala om ångest istället för rädsla.

Man brukar tala om rationell ångest, det är den som har verklighetsförankring.
Huset brinner ner, förlorar anhöriga eller du mister jobbet. Något som väcker rädsla.

Irrationell ångest:
Pågår bara i ens tankar, man ser hot utan att det finns.
Man får för sig att någon tittar på en och att dom vill en illa.
Tankarna skenar iväg, man mister kontakten med nuet.
Saker och ting får orimliga proportioner.
Man ser ett hot som blir så stort att man tar till ALLT för att komma undan. Tex droger, alkohol, skär sig, hoppar framför tåget.

Man kan också få så kallad tablettångest.
Som orsakas av antingen förmycket eller för lite medicin.
Den kan också komma både vid insättning och nertrappning av medicin.
Den bara kommer och den varar inte så länge

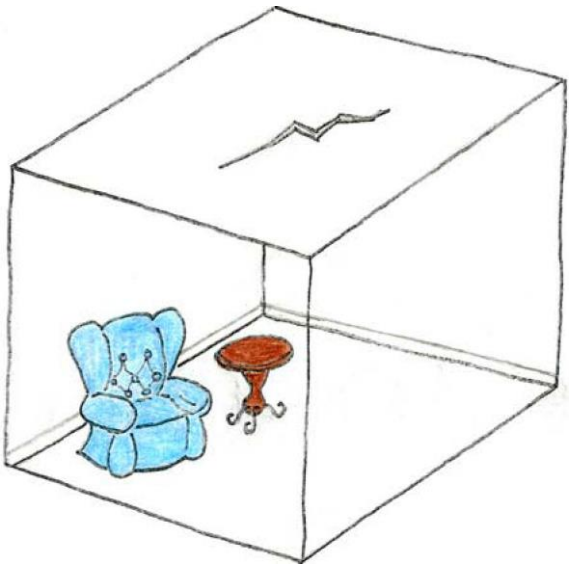
Fortsättningsvis kommer vi att inrikta oss på den *irrationella ångesten.*

2. Vad är ångest för mig ?

Det kan vara, en liten spricka i taket som bara växer och växer tills det känns som hela taket ska rasa in.

Möte med andra människor där man tolkar deras ansiktsuttryck, där man får en känsla av att dom är arga eller vill en illa.

Man får en rädsla av hur man uppfattas, när man inte blir tilltalad eller sedd som den hela människa man är.



3. Varför får jag ångest?

Ångesten kommer och går precis som vågorna, när dom rullar in på stranden med jämna mellanrum. Vissa vågor är större, vissa är mindre och ibland kommer svallvågen.

Vid ett ångestanfall blir man ofta ljus- och ljudkänslig, man kla- rar inte av för mycket ljus eller ljud.

Saker man inte kan påverka tex kassaköer, bilköer är lättare att handskas med, för dom ger ingen prestationsångest.

Och andra sidan så är dom i många fall oundvikliga. Och man kan inte påverka dom, och det i sig kan utlösa ångest

Saker man kan påverka tex stor disk, skotta snö, ringa telefonsamtal och stiga upp på morgonen, de ökar ångestnivåerna i kroppen just för

att man kan påverka dom. Det kan göra att man tvivlar på sig själv vilket gör att man kan få prestationsångest.

Här följer några exempel:

Telefonsamtal, man ska inte låta oron ta längre tid än själva samtalet. Fråga sig själv kommer jag att må bättre eller sämre efter samtalet? Skadar det mig eller hjälper det mig att ringa samtalet? När man har ringt samtalet ge sig själv en belöning.

Att vistas i små utrymme.

Ta hjälp av en annan person.

Man ska utsätta sig för det, stanna kvar tills ångesten har lagt sig. Göra det om och om igen tills man inte känner någon ångest längre. Under tiden tänk positivt, öppna fönster om det finns, knacka på dörren och be om hjälp. Belöna sig själv efteråt.

Ofta går man runt och oroar sig för saker mycket längre tid än vad det tar att utföra dom.

3. Varför får jag ångest?

Hur lär man sig att känna igen när ett ångestanfall är på gång?

Det kan komma snabbt eller långsamt.

Pulsen ökar, hjärtat slår snabbare, man får en obehags-känsla i kroppen. Man kan känna tryck över bröstet, trång i bröstet, för att andningen blir ytlig. Och man kan få en känsla av att allt rasar omkring sig.

Ett ångestanfall kan också komma långt efter händelsen, man kan känna ett obehag komma krypande i kroppen

4. Hur kan ångest se ut förmig?

Här kommer några berättelser av självupplevda exempel:

Säckakärran

Jag kommer körande runt hörnet och ser två hantverkare stå hos grannen och prata. Dom tittar på mig och pratar. Jag känner direkt ett obehag och får känslan av att dom pratar illa om mig. Jag hinner slås av tanken att dom nog har onda avsikter mot mig. Axlarna åker upp, hjärtat börjar slå fortare och andningen blir kortare. Då kommer hantverkarna fram och frågar,

-Du har möjligtvis inte en säckakärra vi kan få låna ?

Konserten

Jag var på konsert med en kompis.

Det var mycket hög musik och mycket folk omkring mig.

Det började kännas som att världen trycktes in emot mig, jag fick svårt att andas och fick panikångest.

Folk trycktes emot mig, jag lade mig ner i fosterställning.

Efter en stund kom min kompis och drog mig därifrån till en öppnare plats utan folk.

Efter ca en halvtimme försvann ångesten

Veterinärbesöket

När jag var hos veterinären med min katt och han sa att katten kanske hade en tumör. Bara ordet tumör utlöste ett riktigt ångestanfall. Dom första dagarna efter beskedet kunde jag inte vara ensam hemma, utan ringde en anhörig som kom och höll mig sällskap.

Svart ängel

När jag var yngre såg jag en trasig ängel med svarta vingar över allt.

En gång när jag var ute och gick fick jag ett ångestanfall för att jag trodde att ängeln ville mig illa och att den skulle skada mig.

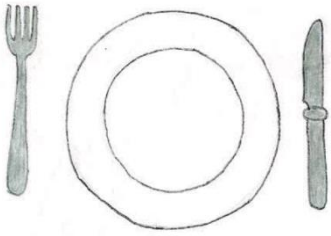
Jag sprang i panik hela vägen hem och ångesten släppte inte förrän jag kunde låsa min ytterdörr inifrån. Tanken av att jag var trygg i min lägenhet hjälpte mig

Middagen

Vid en trevlig stund runt middagsbordet sa någon något som jag uppfattade helt annorlunda på ett negativt sätt .

Minnesbilden är väldigt diffus.

Då jag gick till bussen för att åka hem kändes allt bra, men när jag kom innanför dörren hemma slog ångesten ner över mig. Tankarna skenade och snurrade fortare och fortare, jag 'ar tvungen att gå och lägga mig. Då jag satte mig upp för-svann tankarna men jag var för trött för att stiga upp.
I tre dagar låg jag och efteråt hade jag bara minnesfragment av händelsen



Föreläsningen

Vi åkte till Kristianstad för att gå på en föreläsning som handlade om psykisk ohälsa.

När vi kom in i salen var där alldeles fullt av folk.

Då fick jag ångest över hela folkhavet som satt där. Jag tyckte att alla tittade på mig. Jag klarade inte av att gå in och sätta mig, jag fick svårt att andas, jag blev alldeles skakig, svettades och blev stressad.

Jag ställde mig vid sidan men personalen kom och sa att där fick man inte stå.

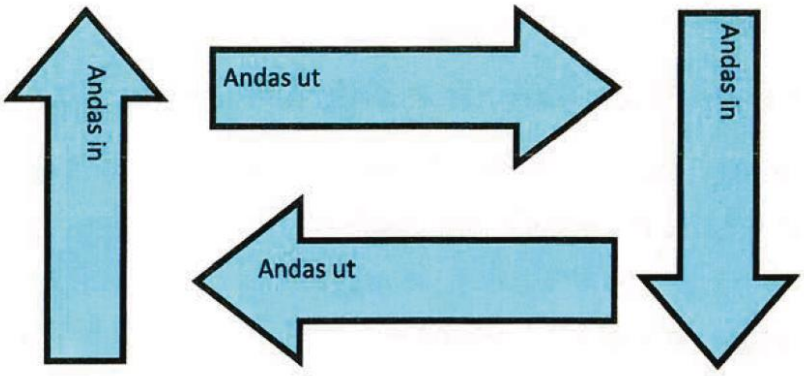
Då blev ångesten som allra värst.

Jag ville så gärna höra föreläsningen men klarade inte att gå in och fick inte stå kvar.

Ångesten stegrades och jag uppfattade alla andra människor som känslokalla. Detta förstärkte ångesten ännu mer av att inte känna sig välkommen.

5 Hur kan jag hantera min ångest?

Andas i fyrkant, fäst blicken på något som är fyrkantigt tex ett fönster



Andas lugnt. Ta djupa andetag, andas med magen. Intala dig själv att vara lugn.

Tänka efter vad som verkligen händer i kroppen just nu. Inte vad man fruktar

ska hända.

Finns möjligheten är det bra att förebygga ångestanfall.

Det finns lika många lösningar för hur man får stopp på ångesten som det finns människor med ångest.

Man måste börja stärka sitt självförtroende från grunden, bygga upp självförtroendet sten för sten för att växa. Man behöver stödet av murbruket mellan stenarna. Murbruket är det snälla folket som stödjer och lyssnar på dig.

För att kunna svara ärligt måste man känna tillit, för att man är ofta rädd för hur den man pratar med ska reagera. Det viktig- aste är att ha en medmänniska man litar på att prata med, då växer självförtroendet.

Här har vi samlat några tips:

Man kan läsa självhjälpsböcker för att förstå hur det fungerar. Tex, Christer L Nordlunds bok om Ångest.

Att ha fasta rutiner är viktigt.

Sova regelbundet.

Motionera regelbundet.

Äta varierad sund kost.

Hålla sig drogfri.

Avslappningsövningar, yoga finns att hitta på internet YouTube, avslappningsskivor.

Att ta en sak i taget, mindfulness.

Umgås med husdjur.

Lyssna på musik

Prioritera bort mycket måsten

Ägna sig åt en hobby där du är mycket fokuserad.

Vistas i naturen, allt från att gå i parken till att ströva i skogen och vid havet.

Gå en kurs.

Besöka kyrkan.

Inte att förglömma: Ge sig själv beröm, och att se de bästa sidorna hos sina medmänniskor.

NSPHiGs HANDBOK FÖR BRUKARINFLYTANDE

9 december 2020 lanserade NSPHiG sin ”Handbok i brukarinflytande”
http://nsphig.se/projekt/vastkom/handbok-i-brukarinflytande/

BISAM känner att detta är en samlad bild av det vi utfört i sydost sedan BISAM-funktionen infördes mars 2014. Att sitta med manualen ”nu efteråt” och känna att vi förstått vad vi sysslade med - men att nu inte få fortsätta och stärka på främst individnivå – det känns väldigt tungt. Det känns också som att alla statliga PRIO-medel som använts inte fick sin fulla effekt då Styrgruppen 2020 väljer att avveckla BISAM-funktionen.

Nu när vi har en fungerande Kompetensgrupp.
Nu när BISAM fått två kontaktpersoner i Styrgruppen och med möjlighet att lyfta hela vägen nerifrån upp till nivå 5.
Nu när vi närmat oss målet för att få fullt genomslag i inflytandearbetet.
DÅ tar Styrgruppen bort BISAM-funktionen.

NSPHiGs handbok borde vi i sydost ha formulerat.
BISAM tillsammans med Utvecklingsledaren. Vi har gått igenom de flesta processerna som beskrivs.
Vi följde handboken innan den var skriven!!!

I vår inflytandeplan fanns DB - Delat Beslutsfattande och SIP – Samordnad Individuell Plan som aktiviteter Styrgruppen skulle ansvara för. Båda dessa och även IPS (individual placement support) är också enligt handboken ”goda metoder som stödjer delaktighet och inflytande i mötet mellan brukare eller patient och omsorgen eller vården. Personal bör utbildas och arbeta i enlighet med en eller flera sådana metoder”. Först nu pratar man i Styrgruppen om IPS, men framgången med den är att ha en brukarcoach, en person med egen erfarenhet. Denne person, BISAM, har man dock valt att avveckla innan man inför metoden.

I bilden Vägar till brukarmedverkan s 15 uppnådde vi nivå 3 här i sydost. Då utvecklingsledaren var chef över BISAM till årsskiftet 19/20 lyftes aldrig inflytandefrågorna från föreningar och enskilda via BISAM fullt ut hela vägen upp till Styrgruppen.

Enligt Brukar- och Anhörigrådets reglemente skulle man vara en referensgrupp vid verksamhetsförändringar. Under alla åren har man i verksamheterna omorganiserat utan att en enda gång diskutera och lyfta brukarperspektivet i en enda kommun.

På individnivå har vi uppnått nivå 5 genom Kompetensgruppen, fast inte kopplat till enhetschefer eller Styrgrupp. På ”golvet” har verksamheterna i kommunerna uppnått nivå 5 då brukare och anhöriga har möjlighet till inflytande och man har husmöten etc.

Vad som behövs nu är att Utvecklingsledaren och Styrgruppen läser igenom Handboken för brukarinflytande och kritiskt granskar sig själva och sin roll, respektive vad BISAM och alla deltagare skapade. Att man ser till att stärka brukarrepresentanterna för inflytande i diverse grupper. Inte bara har brukarmedverkan, då närvaro inte är detsamma som inflytande. Att gå igenom kapitlet ”Tips på aktiviteter och arbetssätt som kan stärka inflytandet” från sid 62 och fortsätter det vi redan påbörjat och kommit långt med.

Eftersom BISAM nu försvinner blir det svårt att samordna aktiviteterna mellan kommunerna, men nu finns möjlighet att skapa en lokal BISAM per kommun, med de statliga PRIO-medel som kommer fortsätta rulla in till respektive kommun.

AVVIKELSER I ÖVERENSKOMMELSE

En lokal överenskommelse grundad på den regionala ramöverenskommelsen för Skåne skapades av Utvecklingsledaren och skrevs under av respektive huvudman/verksamhet 2014.Den Lokala ”Överenskommelse om samverkan mellan Region Skåne och sydöstra Skånes kommuner gällande personer med psykisk funktionsnedsättning samt barn och ungdom som har eller riskerar att utveckla psykisk ohälsa” hittas på https://ystad.se/social-omsorg/psykisk-halsa/inflytande-och-delaktighet/brukar--och-anhorigrad/ Här finns också reglementet och protokoll från Brukar- och Anhörigrådet.

I lokala överenskommelsen under **punkt 6 Samverkan med brukarorganisationer, anhöriga/närstående** står det:

Brukarorganisationer

Samverkan, inflytande och delaktighet på ett SÖSK-övergripande plan ska ske i enlighet med reglementet för Brukar- och Anhörigrådet i SÖSK.

Patienter/brukare och anhöriga

Lokalt inom respektive organisation/verksamhet ska utvecklas anpassade former för brukares och anhörigas möjligheter till inflytande och delaktighet och bidrag till utveckling av den lokala verksamheten

Sedan mars 2019 har föreningsrepresentanterna, BISAM och ISAM bett Styrgruppen om svar på följande frågor:
- Vad har Styrgruppen för syfte?
- Vad är syftet med att Styrgruppen vill ha en representant i Brukar- och Anhörigrådet?
- Kan man få närvara vid ett Styrgruppsmöte? Har ni ”öppna” möten?
- På vilket sätt utgör vi föreningar och BISAM/ISAM med flera en referensgrupp till styrgruppen?
- Vad jobbar du med/kan påverka som berör brukare, patienter och anhörigas inflytandemöjligheter i vardagen, kring insjuknande och återhämtning?
- Var finns samlad information kring olika funktioner i kommunerna som har beröring psykisk ohälsa/hälsa? Vart vänder man sig som individ?

Socialchef Eva Gustafsson närvarade vid ett Brukar- och Anhörigråd. Det blev en bra dialog, men vi fick fortfarande inte svar på ovan frågor. Hon skulle ta dem med Styrgruppen i april 2019.

BISAM har efter det vid flertalet tillfällen bett Styrgruppen via mejl om svar på ovan frågor för att kunna förmedla till föreningsrepresentanterna. I skrivande stund har detta ännu inte förmedlats. Däremot beslöt ju Styrgruppen att avveckla BISAM-funktionen. Dock ett år senare. Då detta beslut fattades slutade också Styrgruppen att skriva mötesanteckningar, så ännu har heller inte förmedlats VARFÖR Styrgruppen avvecklar samordningen av inflytandearbetet.

BISAM frågade i september 2020 nämnderna om deras tänk kring framtida fokus och arbete i kommunerna kring psykisk ohälsa. BISAM fick då svar kring organisation och mandat och att nämnderna förväntar sig att Styrgruppen gör det som anses vara det rätta för målgruppen.

Vad har en överenskommelse för betydelse när det inte finns beskrivet om uppföljning, utvärdering, konsekvenser eller att det är Utvecklingsledaren som ansvarar för denna? Överenskommelsen ligger ju till grund för de statliga PRIO-medel Utvecklingsledaren/kommunerna söker och redovisar till SKR.

Det är ledsamt och frustrerande att allt som utförts inte riktigt intresserat ”ledningen”. Att dessa och merparten av enhetscheferna aldrig deltagit på en enda aktivitet med just brukare, anhöriga och patienter, utöver de som hållits på deras arbetstid.

Att chefer inte ser sig som personal eller att de också behöver vara involverade med de som de arbetar för – det är så beklämmande. Vilken skillnad det skulle göra om de styrande vågade umgås och se varje individ som berörs av deras beslut.

Som Maria Samuelsson skrev jag på BISAM-sidan på Facebook 1 januari 2021:
Välkommen nya året 2021! 🥰 TUSEN TACK alla för alla åren som BISAM-funktionen funnits! Nästa vecka kommer ni få en present från BISAM, men tills dess:

Idag är Första dagen då BISAM inte längre är en funktion via Styrgruppen för Samverkan Vuxna i sydöst utan numer är en FB-sida där jag, Maria Samuelsson, kommer fortsätta lägga upp information och länkar och tips för psykisk hälsa.

Idag är Första dagen som Ystad Kommun kommer bekosta min månadslön till 100% på alla dessa snart sju år. Tidigare har lönen som sagt kommit från statliga PRIO-medel. Nu är jag arbetsbefriad till 3 maj, med lön, som alltså kommer gå på Ystad Kommuns personalkonto 😳

Det är väl märkligt så det kan bli när nån beslutar över saker som de inte är insatta i eller ens bryr sig om att ta reda på vad konsekvenserna blir?

Å då pratar jag ju såklart inte bara om pengarna utan framförallt vad följderna blir för alla som berörts/samverkat med BISAM.

Hur ska det nu bli med allt som samordnats, drivits, lyfts av BISAM?
Hur ska det nu bli med samverkan med Psykiatrin VO Kristianstad?
Hur ska det nu bli med brukarinflytandet?
Hur ska det nu bli med anhöriginflytandet?
Hur ska det nu bli med samverkan mellan kommunerna och föreningarna?
Hur ska det nu bli med Brukarrevisorerna?
Hur ska det nu bli med Återhämtningscaféerna?
Hur ska det nu bli med Kompetensgruppen?
Hur ska det nu bli med Fokus Anhöriga?
Hur ska det nu bli med Återhämtningsutbildningen?
Hur ska det nu bli med Familjedagen?
Hur ska det nu bli med Medborgarakademi - Öppna föreläsningar?
Hur ska det nu bli med Skåneveckan för psykisk hälsa i sydöst?
Hur ska det nu bli med Gå för psykisk hälsa?
Hur ska det nu bli med uppdatering av Informationsguiden för psykisk hälsa?
Hur ska det nu bli med uppdatering av www.ystad.se/psykiskhalsa ?

Det ska enligt en arbetsmiljöanalys (risk- och konsekvens för kollegor till BISAM) inte bli någon ökad belastning 2021 för den ende berörde - utvecklingsledaren. Styrgruppen kommer hålla i allt ovan? Vi kanske får veta efter Styrgruppens möte den 26 januari? De skriver inte minnesanteckningar längre, så det blir till någon i Styrgruppen eller Utvecklingsledaren man får vända sig till.

Här är den aktuella Styrgruppen:

Social-/Förvaltningschefer
Dan Kjellsson- dan.kjellsson@ystad.se
Stina Lundquist - stina.lundquist@simrishamn.se
Anders Wedin - anders.wedin@simrishamn.se
Camilla Andersson -camilla.andersson@tomelilla.se
Eva Gustafsson - eva.gustafsson@sjobo.se
Camilla Persson - camilla.persson@sjobo.se
Anna Palmgren - anna.palmgren@skurup.se
Verksamhetschef psykiatri Region Skåne:
Peter Södergren - peter.sodergren@skane.se
Områdeschef BUP Region Skåne:
Ingrid Thörn - ingrid.thorn@skane.se
Primärvården, Region Skåne:
Björn Widlund - bjorn.widlund@skane.se
Verksamhetschef Capio Novakliniken Sjöstaden:
Christina Nilsson - Christina.nilsson@capio.se

Utvecklingsledare Micael von Wowern - micael.vonwowern@ystad.se - 0709-477 287 finns också att söka information av.

Hoppas verkligen att vi TILLSAMMANS kan stå upp för brukar-, patient - och anhöriginflytandet här i sydost för 2021 och framåt. Vi var så långt komna.....

Att genomföra BISAM-avvecklingen just nu i coronatider, när ingen kan träffas och lyfta våra gemensamma röster, när målgruppen inte är digital – detta visar dålig förståelse och hänsyn för målgruppen

Jag är ju fortsatt en person med egen erfarenhet som brukare/patient/anhörig. Jag kommer ansluta mig till föreningarna i sydost och se till så att vi får en annan utveckling än den som Styrgruppen nu har valt.

Föreningen SamVärket är under uppbyggnad. Föreningen SamVärket avser att samla styrkorna, dvs ge alla brukare, patienter och anhöriga som enskilda individer eller inom föreningar, möjlighet att få en väg in, en kanal, som mäktar med att skapa inflytandemöjligheter.

Det befintliga Brukar- och Anhörigrådet, som var avsett att vara ett gemensamt forum för föreningsrepresentanter, socialpsykiatri och psykiatri, skulle våren 2020 vidgas till ett öppet nätverksforum för inflytandefrågor i sydost. Denna Inflytandedialog skulle ledas av BISAM och ISAM. Detta kommer nu inte ske då BISAM avvecklats. Föreningen SamVärket vill ta vara på det som BISAM och ISAM startade och fortsätta nätverka, samverka, samarbeta och påverka.

FÖRLOPPET AVVECKLING AV BISAM-FUNKTIONEN

Under alla åren har ingen utvärdering gjorts av BISAM-funktionen. BISAM har själv sammanfattat sitt arbete och från 2017 tillsammans med ISAM årligen rapporterat till Styrgruppen om pågående verksamhet och uppnådda mål. 2020 har ingen pratat med BISAM om arbetet under året eller någon sammanfattning. Därav att denna skrift gjordes för att verkligen belysa allt som skett sedan 2014 och som Styrgruppen genom sitt avvecklingsbeslut i juni 2020 nu förhindrar fortsättning på.

Efter beskedet i juni har jag bett Styrgruppen svara på följande, där svaren borde vara det underlag Styrgruppen har som grund till avvecklingsbeslutet:

1. Varför har Styrgruppen beslutat att ta bort BISAM-funktionen utan att involvera BISAM, Utvecklingsledaren eller socialpsykiatrin (chefer, medarbetare, deltagare)?
2. Varför fick BISAM en budget för 2020 på 529 000 när man tre månader senare beslutar att BISAM-funktionen inte behövs? Varför ger man en funktion medel att utföra verksamhet om den inte behövs?
3. Varför har Styrgruppen beslutat utan att ha utvärderat BISAM-funktionen 2014-2020? Varför är ingen tillfrågad / finns ingen konsekvensanalys för påverkan för alla samverkansparter som BISAM upparbetat genom åren och som 2021 saknar motpart?
4. Varför har Styrgruppen beslutat utan att ha något syfte, ingen plan eller något mål med omorganisationen?
5. Varför har Styrgruppen beslutat utan att ha tillfrågat en enda av, eller gjort enkät bland, berörda parter såsom brukare, personal, anhöriga, patienter, enhetschefer, brukarrevisorer, personliga ombud, anhörigkonsulenter och övriga som BISAM samverkan under alla åren?
6. Varför har Styrgruppen beslutat utan att Utvecklingsledaren verkar ha varit involverad på något enda sätt eller fått uppdrag att utvärdera eller fått frågan om vad han tycker?

Jag har inte erhållit några svar på ovan, utan Styrgruppen har förblivit tysta. Däremot har det blivit massmedial uppmärksamhet kring beslutet.

Massmedial uppmärksamhet kring avvecklandet av BISAM

YSTAD / 7

YSTADS ALLEHANDA
Onsdag 19 augusti 2020

Brukarsamordnare tas bort

● Den gemensamma samordnaren för brukarinflytande tas bort och organisationen görs om.
● – Ansvaret för brukarinflytandet kan inte ligga på en person utan ska föras över till verksamhetscheferna i respektive kommun, säger Dan Kjellsson, socialchef i Ystad.

YSTAD. Sedan 2014 har de fem kommunerna i sydöstra Skåne, Skurup, Sjöbo, Tomelilla, Simrishamn och Ystad bedrivit ett gemensamt arbete avseende brukar- och inflytandefrågor för grupper inom socialpsykiatrin.

I samarbetet ingår en satsning på en brukar- och inflytandesamordnare som är anställd i Ystads kommun men arbetar för alla Sösk-kommunerna.

Arbetet, som leds av en styrgrupp med socialcheferna i de fem kommunerna samt representanter för Region Skåne, har utmynnat i en handlingsplan, som gäller det här året ut.

Inför nästa år vill styrgruppen organisera om arbetet.

– Det är inte rimligt att lägga allt inflytande-arbete på en person. Det är viktigt att varje kommun tar sitt ansvar. Därför vill vi göra om organisationen, säger Dan Kjellsson.

Under hösten ska styrgruppen tillsammans med representanter för olika intressegrupper träffas och försöka hitta formerna för det fortsatta arbetet.

Redan nu står det dock klart att samordnartjänsten försvinner.

– Det är ingen tvekan om att samordnaren gjort ett fantastiskt arbete. Hon är engagerad och kreativ, en sann eldsjäl. men nu är det dags att ta ett steg vidare, säger Dan Kjellsson.

Samordnaren har bland annat gjort en rad hälsofrämjande insatser som att starta återhämtningskafé, men hon har även drivit revisionsarbete och utbildat brukarrevisorer som granskat verksamheten.

Arbetet med brukarinflytande bekostas till stor del av statsbidrag.

TEXT
CECILIA BILLGREN
cecilia.billgren@ystadsallehanda.se
0411-58 78 06

Medel-

Ystads Allehanda 2020-08-10

Ett Öppet brev författades gemensamt av föreningsrepresentanter, brukare, personal, brukarrevisorer, Kompetensgruppen. Detta är nio sidor gemensam kraftansamling för att få Styrgruppen att inse och måst svara på.

----------ÖPPET BREV TILL STYRGRUPPEN----------

Öppet brev till ”Styrgruppen för Samverkan” i sydöstra Skåne.
Sammanfattning:
Brukarinflytandesamordnarfunktionen (BISAM) som funnits i sydöstra Skåne i snart 6 år ska upphöra. Beslutet har fattats av Styrgruppen för samverkan. Funktionen BISAM tillsattes för ca 6 år sedan att serva kommunerna i arbetet med inflytande och delaktighetsfrågor för personer med psykisk ohälsa.

En målgrupp som ofta är i behov av stöd för att kunna tillvarata sina rättigheter och få sin röst hörd i samhället. Intresseföreningarna i sydöstra Skåne jobbar aktivt för dessa frågor och samarbetet med BISAM som har en övergripande funktion och är nära verksamheterna underlättar för föreningarna att kunna representera och medverka i olika forum och andra aktiviteter som rör medlemmarnas angelägenheter.

Det som varit speciellt viktigt är att BISAM har egen erfarenhet av psykisk ohälsa och har den kompletterande kompetens som behövs i de utvecklingsarbeten som bedrivs. BISAM är en funktion som fler och fler kommuner i Sverige anställer då man ser att brukarfrågorna måste ha en egen arena och inte kan ingå som en del i en enskild verksamhet. En av orsakerna till detta är att man sett att brukare känner sig osäkra på att ta upp frågor kring förändring då man är beroende av en verksamhet. Det är svårt att vara kritisk och det är också svårt att veta vad man kan fråga efter.

Inflytandearbetet i sydöstra Skåne har utvecklats de senaste åren. Utvecklingsledaren och BISAM har i samverkan med kommunerna och vuxenpsykiatrin skapat forum för inflytandefrågor och haft en planering för hur arbetet ska drivas. Brukare har haft en utomstående person att kunna vända sig till som även har varit deras talesman och lyft även de lite tuffare frågorna vidare till styrgruppen. På senare år har BISAM samarbetat med psykiatrins inflytandeansvarig och drivit gemensamma frågor utifrån en av styrgruppen godkänd planering.

I brukardialogen har behov av förändring uppmärksammats eftersom chefsmedverkan varit bristfällig och att Inflytandearbetet behöver nå den enskilde brukaren på ett tydligare sätt. Kompetensgruppen kallas den grupp av egenerfarna och professionella från både kommuner och psykiatri som samlas för dialog kring utvecklingsområden som uppmärksammats på enheterna. Gruppen har bland annat tagit fram strukturen för Återhämtningscaféerna, Skåneveckan aktiviteter, informationsguiden och hemsidan. Här samlas kompetensen och byter erfarenheter och idéer och blir på så sett ett stöd för enheterna.

Intresseföreningarna och Kompetensgruppen har gemensamt beslutat att definiera till styrgruppen det som BISAM- funktionen betyder för både de i professionen och för brukare/anhöriga. Beslut om Öppet brev fattades på Kompetensgruppen och intresseföreningarnas gemensamma möte 25/8 2020

Nedan följer en sammanställning av dessa synpunkter för Styrgruppen att ta i beaktande inför 2021.

Synpunkter från Intresseföreningarna och Kompetensgruppen kring att BISAM- funktionen i sydöstra Skåne ska försvinna efter årsskiftet.

SJÖBO KOMMUN 2020-08-25
Angående Brukarinflytandesamordnare

Vi i personalen i Sjöbo kommuns socialpsykiatri vill framföra tankar kring att brukarinflytandefrågor ska hanteras inom den egna kommunen.
• Vinster med att ha en gemensam BISAM är att funktionen har en helhetsbild över alla kommuners verksamheter.
• Att BISAM har egen erfarenhet av psykisk ohälsa/sjukdom vilket ger kunderna en förebild och de kan mötas på ett annat sätt.
• Det ökar möjligheterna för kunderna att våga uttrycka sin åsikt då BISAM är oberoende och inte har påverkansmöjligheter på de beslut som fattas kring ex boendestödsinsatser. Oavsett hur mycket arbete som läggs ner på medbestämmande och kunden i centrum har personalen ett maktövertag i relation till kunderna.

Vänliga Hälsningar
Personalen socialpsykiatrin Sjöbo kommun

Till:
Styrgrupp för samverkan sydöstra Skåne

Från:
Brukarna vid Rebus, Tomelilla kommun

Angående BISAM- funktionens avskaffande 2021

Vi brukare i Tomelilla kommun anser att BISAM:s funktion har varit värdefull för oss brukare. Vi tror inte att funktionen kommer att förbättrasom den läggs ut på kommunernas verksamhetschefer.

Vi tror att det är nackdelar med att ta bort tjänsten:

1) Det blir svårare för kommunerna att klara av informationen till brukare och brukarorganisationer eftersom denna i stor utsträckning har skötts av BISAM
2) Det blir svårare att samverka brukarinflytandet med de som är verksamhetsansvariga inom psykiatri och inom kommunerna.
3) Det blir ingen samordning med Kompetensgruppen.
4) Det blir ingen samordning med Brukarrevisorerna.
5) Ingen kommer att bedriva Återhämtningscaféer.
6) Ingen kommer att uppdatera Informationsguiden.
7) Ingen kommer att samverka med de anhöriga.
8) Ingen kommer att organisera Skåneveckan för psykisk hälsa.
9) Ingen kommer att anordna föreläsningar, inflytandedagar och utbildningar.
10) Ingen kommer att lyfta psykisk hälsa i massmedia.

Brukarna på Rebus, Tomelilla kommunerna

Angående Bisams funktion i SÖSK avskaffande 2020-08-30 RSMH Österlen

Att vi kommer att förlora en med egen erfarenhet som förstår oss med psykisk ohälsa. Då vi kommer att hamna i en beroende situation. Detta medför att vi kommer i underläge och vi vågar inte att prata med Chefen. Då vi inte vågar prata med chefen då vi riskerar att inte få vara i verksamheten och att chefen inte har förståelse till hur vi mår eller hur vi känner.

Enligt SKR (Svenska Kommuner och regioner) så står det under Prio medel att brukare och brukarorganisationerna ska vara delaktiga för att man ska kunna söka PRIO pengar.

Då vi i RSMH Österlen har läst och granskat Riskanalysen ser vi att brukarorganisationen och brukarna/Anhöriga inte kommer att kunna vara delaktiga.

Kompetensgruppen, brukarrevisionen, inflytandedialogen har alla handlagds av BISAM och vi ser inte att chefen kommer att ha möjlighet att bedriva dessa grupper. Detta medför att viktiga forum för brukarna kommer att försvinna. Var blir inflytandet då av???

Bisam har även ansvarat för Återhämtnings caféer, informationsguiden, skåneveckan. Vi är oroliga för att dessa viktiga forum kommer att glömmas bort.

Där ut över har bisam organiserat föreläsningar, inflytande dagar, utbildningar samt lyft frågan om psykisk hälsa i massmedia. Vem kommer att ta över detta jobb?

RSMH Österlen hoppas på att ni ge svar till oss hur ni tänker.

RSMH Österlen

Angående BISAM i SÖSK (Simrishamn, Sjöbo, Skurup, Tomelilla, Ystad)

Att ge stöd åt personer med psykisk ohälsa av olika slag kräver mycket av en kommun. En BISAM-tjänst är mycket bra för både brukare och deras anhöriga. Det handlar om att på ett långsiktigt sätt skapa förtroende för det stöd en kommun ska ge personer med psykisk ohälsa. Det är en sårbar grupp som behöver ett lugnt och tryggt bemötande under lång tid.

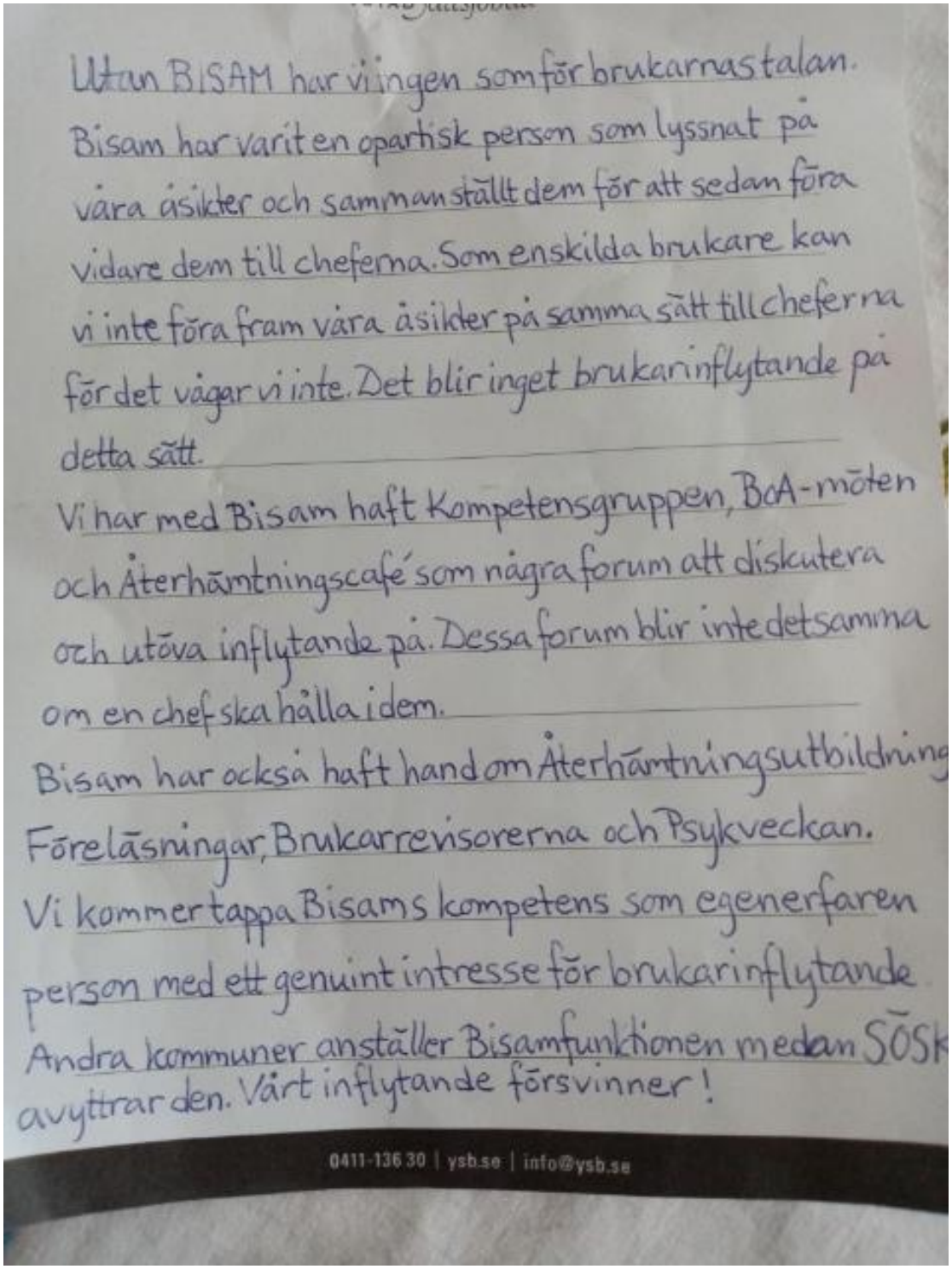
En BISAM-tjänst ska innehas av en person med **egen erfarenhet**. Den är mycket viktig för att kunna möta alla inblandade med djupare förståelse för den komplexa situation det ofta handlar om. Personer med egen erfarenhet av psykisk ohälsa spelar en allt större roll både nationellt och internationellt för att möta psykisk ohälsa.

En gemensam BISAM-tjänst är också **oberoende** från en enskild kommun och är därför till fördel för brukare och anhöriga. I alla riktlinjer som utges nationellt efterfrågas mer och mer brukares och anhörigas röst för att få god och kvalificerad vård och stöd.

Vi protesterar mot uppsägningen av denna tjänst. Vi efterlyser **tydlig redovisning av vilka motiv** som gör att uppsägning har skett. Vi önskar få ta del av det **protokoll** från det möte där beslutet fattades.
Vi protesterar också mot att det inte ska utgå någon ersättning till de föreningsrepresentanter som ska delta i kommande möten. Detta är orättvist, då respektive kommuns representanter gör detta inom ordinarie tjänst. Brukare och anhöriga **utnyttjas** på felaktigt sätt.

Lund den 9 september 2020
IFP Lundabygden/Österlen Per Torell
IFS Skåne Sigbrit Emilson

Hej! Detta är **synpunkter från brukarna i Basgruppen i Ystad angående BISAM**.
VÄNLIGEN Susette Witting, Bengt Persson



Utan BISAM har vi ingen som för brukarnas talan.
Bisam har varit en opartisk person som lyssnat på
våra åsikter och sammanställt dem för att sedan föra
vidare dem till cheferna. Som enskilda brukare kan
vi inte föra fram våra åsikter på samma sätt till cheferna
för det vågar vi inte. Det blir inget brukarinflytande på
detta sätt.

Vi har med Bisam haft Kompetensgruppen, BoA-möten
och Återhämtningscafé som några forum att diskutera
och utöva inflytande på. Dessa forum blir inte detsamma
om en chef ska hålla i dem.

Bisam har också haft hand om Återhämtningsutbildning
Föreläsningar, Brukarrevisorerna och Psykveckan.
Vi kommer tappa Bisams kompetens som egenerfaren
person med ett genuint intresse för brukarinflytande.
Andra kommuner anställer Bisamfunktionen medan SÖSK
avyttrar den. Vårt inflytande försvinner!

0411-136 30 | ysb.se | info@ysb.se

Kooperativet bredvid:
Ur vår synvinkel har BISAM varit som ”Spindeln i nätet” och en stöttepelare som hjälper oss att göra ett bra jobb.

Samordna information och att ge information i form av föreläsningar tex är något som varit väldigt uppskattat av oss och dem som arbetsträna hos oss.

Tack vare BISAMS stora kontaktnät, sprids informationen om att vi finns och vad vi kan hjälpa kommuner och privatpersoner med. Och så får vi på samma sätt information om att andra organisationer och verksamheter finns, som sagt ”spindeln i nätet”.

Det är hos BISAM idéer, reflektioner och tillvägagångssätt flyttats mellan kommunerna. Det har fått oss att växa och bli bättre på att ta hand om varandra. För i grunden handlar det om människor som inte mår bra och som behöver stöttning, styrka, kraft att våga och vilja se framåt. För att öka självständigheten behövs mod, det är något man får när man blir stöttad – vilket BISAM rollen fyller en viktig funktion i.

Vi vill gärna ha svar på följande frågor:
I vårt moderna samhälle pratar vi mycket om vikten av att kunna påverka själva. Varför rycker man nu bort den ”mattan” (BISAM) som det tagit år att skapa och bygga upp?

Som verksamhet är man beroende av att andra uppfattar möjligheterna och sprider ens goda rykte. Varför tar ni bort detta?

Om ingen fångar upp vad brukare tycker, tänker och känner och gör dess röst hörd – vart är vi då på väg?

Ska vi bygga ett sociala hållbart samhälle då måste vi lägga prestige åt sidan och bygga allianser. Bygga kedjor av insatser där vi inser vad vi är bra på och vad andra är ännu bättre på. I det ligger styrkan till framgång! Har ni verkligen råd att ta bort den viktiga kedjan som BISAM rollen har?

Till Styrgruppen för samverkan sydöstra Skåne

Ystad kommun Social Omsorg

FRÅN BRUKARNA VID SOCIALPSYKIATRI ÖRNEN, SJÖBO KOMMUN
Vi Brukare i Sjöbo kommun vill med denna skrivelse framföra våra tankar kring avvecklandet av BISAM funktionen.

BISAM funktionen är och har varit värdefull för oss brukare och vi hade önskat att få behålla BISAM. Vi hade också önskat att vi blivit tillfrågade om våra åsikter INNAN beslutet om att lägga ner BISAM fattades. Det är VI brukare som brukat BISAM.

BISAM har haft en helhetsbild över alla kommuners brukar och anhörigverksamheter. När brukarinflytande frågorna ska hanteras inom den egna kommunen är vår oro att denna möjlighet till samverkan och informationsutbyte mellan kommunerna försvinner.

BISAM har startat och drivit Återhämtningscafe som har varit och är mycket uppskattade, vad händer med dessa?

BISAM funktionen är oberoende och många brukare känner sig trygga i att vända sig till BISAM

med sina tankar och åsikter. Även om det finns goda och välfungerande relationer till personal/arbetsledning, så återstår alltid det faktum att brukaren är i en beroendeställning, det är inte brukaren i förhållande till BISAM.

BISAM har via sin sida varit en stark informationslänk till brukare och brukarorganisationer BISAM har erbjudit och organiserat div utbildningar, Inflytandedagar, samordning av Brukarrevisioner mm.

Vem samordnar detta då det fulla ansvaret ska ligga i den ordinarie kommunala verksamheten? Vi hoppas att ni i Styrgruppen tar till er våra åsikter och frågor.

Beslutet att BISAM-tjänsten i SÖSK upphör fr.o.m år 2021

OCD-föreningen Östra Skåne-Blekinge beklagar verkligen att inflytandearbetet inom psykiatrin i SÖSK-kommunerna går åt fel håll, då BISAM-tjänsten är tänkt att försvinna.

Inflytandearbetet har under många år (2014-2019) gått i rätt riktning tack vare bl.a. BISAM-tjänstens inrättande, detta står för UTVECKLING.

Under år 2019, då psykiatrin delades upp i psykiatri/habilitering/hjälpmedel, blev ledordet BEHÅLLA och nu verkar tyvärr mottot bli AVVECKLA.

Vi vill gärna veta vilka som bestämt detta och varför inte vi brukarföreningar tillfrågats.

Vår fråga är; hur tänker samverkan bedrivas i fortsättningen? Ska ni fortsätta att samverka med oss föreningar?

Med vänliga hälsningar
Benny, Kerstin och Mathilda
OCD-föreningens representanter.

Tomelilla 2020-09-15

Angående Brukarinflytande Samordnare BISAM.

Vi personal i Tomelilla kommuns socialpsykiatri vill uppmärksamma tankar kring att brukarinflytande frågor ska hanteras av egna kommunen.

- Det viktiga med att ha en gemensam BISAM är få en klar helhetsbild mellan kommunerna. Samhörighet och gemenskapen tips/idéer som blir när man jobbar över gränserna.
- BISAM har en egen erfarenhet av psykisk ohälsa. Brukarna får en förebild och kan mötas på ett annat plan. Brukarna känner förtroende för BISAM.
- Brukarna vågar berätta sin åsikt till BISAM eftersom hon är oberoende och inte kan påverka ett beslut som fattas kring ex Boendestödet.
- Både brukare och personal förlorar spindeln i nätet som en samordnande funktion med att få ut senaste information/utbildning med sitt fantastiska engagemang.

Vänliga Hälsningar: Personalen Socialpsykiatrin
Tomelilla Kommun.

Angående avskaffandet av BISAM- funktion i sydöstra Skåne

Det känns ju att vi går bakåt om Bisam kommer att upphöra i SÖSK. Vi (brukare) vet ju hur icke-prioriterad och icke-engagerad brukarinflytande är när ansvaret ligger på enheterna själva. Det är redan så på platser där det finns specifika person anställda för att driva inflytandefrågor, där är det fortfarande en kamp att få enheter och chefer att förstå vikten av det. Men innan Bisam och Bisam liknande funktioner var det ännu värre. Samt att det blir väldigt rörig för brukarföreningarna och organisationer att ha koll på alla olika forum som nu vill ha deras medverkan. Det blir ju en enorm mer belastning för brukarna, mer otydlighet och mindre inflytande.

Och sen att beslut om inflytande arbete har tagits utan någon som helst inflytande, synpunkter, information till dom som det berör är ju i vår värld helt knäppt. Det visar väl på hur icke-seriöst inflytande frågorna blir tagen, eller att dom inte förstår vad inflytande innebär. Kanske att ”inflytande” är vi har informerat er, att man få ta del av kunskapen men inte kan påverka det, inte blivit tillfrågat synpunkter mm.

Som sagt vi blir ju väldigt upprörda och vemodiga av detta. Stor förlust och steg tillbaka till lite/inget brukarinflytande och att inte ta frågan kring brukarinflytande på allvar.

Vad det gäller konsekvensbeskrivning av vem som berörs, det är ju utöver Bisam och Brukar revisorerna även alla andra som samarbetar och som nu får merarbete också. Anhörigkonsulent, ISAM, brukarorganisationer, alla som är inblandat i Skåneveckan mm.

Undrar även vem som har utfört riskbedömningen där det finns ”liten risk” på ”Kompetenstapp” och ”risk för att uppdrag faller mellan stolar”, frågar man oss (och vi tror många fler brukare) så ska det vara ”allvarlig risk” (eller snarare, ”kommer definitivt att hända i mycket stor utsträckning”).

Och ”risk att det stannar upp en initial period” är inte medel risk, det är också säkerhet eller alltså ”allvarlig risk”.

Hoppas vi kommer hitta något där dom inser vilka viktiga frågor det handlar om, att det handlar om samhällets hälsa nu och framtid och att det brukarnas egen röst måste höras (av någon med egen erfarenhet!).

Brukarrevisorerna Agneta Ståhl, Freja Hillfon Liungman, Loes Vollenbroek, Marie Sjögren, Sanna Sandberg, Susanne Andersson

---

Mejl inkommit 2020-09-15

Hur skriver man några rader om något som inte ens borde få ske?

Hur för man fram sin åsikt och tankar om något som inte ens borde ha fått klubbats igenom?

Som representant för SHEDO har jag haft den stora äran att få arbeta med Maria Samuelsson och sett hennes engagemang i rollen som BISAM.

För mig blev beslutet om hennes avgång ett tydligt bevis på att trots att vi lever en bra bit in på 2000-talet, är psykisk ohälsa fortfarande något som klassas som oviktigt. Hur det nu är möjligt? när inte bara lilla landet ”lagom” vittnar om ökad sådan kan jag inte förstå.

Är det för att det inte är en ”synlig” sjukdom som exempelvis cancer? Det som inte syns det finns inte..

Vi forskar om andra sjukdomar, instiftar fonder, bedriver insamlingar och försöker öka allmänhetens förståelse, men vad gör ni? Jo, ni plockar bort den enda tjänst som verkligen försöker göra samma för sjukdomen, psykisk ohälsa.

En gång i tiden trodde jag faktiskt på medmänsklighet, men efter ert beslut om att avsätta BISAM börjar jag tvivla.

En sak är då säker, de som tagit detta högst tvivelaktiga beslut kan själva aldrig mått dåligt.

En skam är vad det är! Låt oss hoppas att ni aldrig behöver lida av psykisk ohälsa, för då kommer ni önska att ni aldrig tog bort BISAM!
Stephanie Brown,
Före detta lokalrepresentant SHEDO

Här kommer tankar från våra brukare i Simrishamn angående BISAMS uppsägning.

“ Maria behövs för cheferna får aldrig tummen loss.”
“ Cheferna har inte den tid att avsätta för det arbete som Maria gör.”
“ Det behövs en samordnare som har överblick över alla fem kommunerna.”
“ BISAM är en trygghet för oss brukare. Henne vågar man prata med om allt, som man aldrig skulle våga prata med enhetscheferna om. “
“ Hon underlättar för alla från brukare till anställda som en spindel i nätet. “
“ Det finns en betydande risk för att allt arbete hon har gjort kommer att prioriteras bort pga tidsbrist. “
“ Om en kommun gör förbättringar finns det en stor risk att den informationen inte förs vidare om inte Maria finns och gör det.”
“ Maria står oss brukare närmre tillhands än vad enhetscheferna gör. “
“ Maria behövs för alla hennes idéer, engagemang och hennes förmåga att få mycket gjort för oss brukare. “
“ Det är inte bra att belasta cheferna med mer arbete. Dom har tillräckligt. “

Vi som personal har samlat dessa röster från våra brukare. Vi kan inte annat än instämma i deras tankar. Maria behövs !
Maria har format denna tjänsten och hittat en plattform som fungerar utmärkt gentemot brukarna. Det kan inte fem enhetschefer ersätta!

Med vänlig hälsning Åsa och Lisa

----------SLUT ÖPPET BREV----------

Ystads Allehanda 2020-10-05

YSTADS ALLEHANDA
Måndag 5 oktober 2020

Stor besvikelse efter besked

● Sedan beskedet kom om att den gemensamma samordnaren för brukarinflytande ska tas bort har det kokat bland berörda aktörer inom de fem kommunerna.
● Nu har man skrivit ett nio sidor långt brev till Styrgruppen för sydöstra Skåne.

TOMELILLA. Sedan 2014 har Skurup, Sjöbo, Tomelilla, Simrishamn och Ystad bedrivit ett gemensamt arbete avseende brukar- och inflytandefrågor för grupper inom socialpsykiatrin. Det innebär också att man har en brukar- och inflytandesamordnare, Bisam, som arbetar för alla Sösk-kommunerna. Nu vill man istället föra över ansvaret till verksamhetscheferna i respektive kommun och tjänsten ska försvinna vid årsskiftet.

Beskedet om att ta bort Bisam kom mer eller mindre som en chock för brukarna och de som på olika sätt jobbar med psykisk hälsa i kommunerna.

– Hur ska samverkan vara med psykiatrin och vem vill man samverka med? Det är väldigt luddigt och uppseendeväckande att man inte har tagit någon kontakt med någon, istället har detta helt gått under radarn, säger Camilla Pålsson, brukarrepresentant för socialpsykiatrin Sjöbo.

De olika aktörerna har därför skrivit ett öppet brev till styrgruppen, som består av fem socialchefer samt representanter för Region Skåne. En skrivelse där man bland annat säger att man är djupt oroade över vad beslutet kommer att få för konsekvenser, och man upprörs över att styrgruppen plockar bort ett nästan tio år långt samarbete.

Delar av Kompetensgruppen försöker hålla hoppet uppe om att den gemensamma samordnaren för brukarinflytande ska få vara kvar efter årsskiftet. FOTO: JENNI DAHLGREN

– Vi har haft otroligt stora vinster genom samverkan, den chansen kommer vi nog inte få på nytt, säger Cathys Stättehus, brukarrepresentant i Tomelilla.

Marléne Karlsson, coach för den ideella föreningen Kooperativet bredvid i Tomelilla, vill veta hur man ska kunna säkerställa att brukarna får samma rättigheter i alla kommuner och varför man rycker bort mattan som det tagit år att skapa och bygga upp. Även Sigbrit Emilson från IFS Skåne är upprörd.

– Det här är fruktansvärt! Det har varit krav att Bisam ska ha egen erfarenhet och det har varit till stor hjälp när man handskas exempelvis med psykoser. Som anhörig har man slagits med kommuner tidigare och har inte fungerat särskilt bra, säger Sigbrit Emilson.

Nu hoppas de på svar från styrgruppen.

"Hur ska samverkan vara med psykiatrin och vem vill man samverka med? Det är väldigt luddigt och uppseendeväckande att man inte har tagit någon kontakt med någon, istället har detta helt gått under radarn."

Camilla Pålsson,
brukarrepresentant
för socialpsykiatrin Sjöbo

TEXT
JENNI DAHLGREN
jenni.dahlgren
@ystadsallehanda.se
0417-125 86

FAKTA:
Gemensam protestskrivelse

- Bisam-funktionens syfte är att öka möjligheterna till inflytande för den som har psykisk ohälsa, är vuxen och dennes nätverk eller anhöriga.
- I skrivelsen tar man bland annat upp att det finns en vinst med gemensam samordnare eftersom funktionen har en helhetsbild över alla kommunernas verksamheter.
- Man påpekar att beslutet kommer att innebära stora nackdelar för brukarna. Det handlar om information, samverkan mellan brukarinflytande och de som är verksamma inom psykiatri och inom kommunerna, och att samordningen med Kompetensgruppen och Brukarrevisorerna försvinner.
- Man oroas också för att återhämtningskaféerna, som brukar ha 20 till 30 deltagare per tillfälle, och andra gemensamma arrangemang inte kommer att bedrivas eller organiseras.

Inlägg i Radio P4 med kommentar från Dan Kjellsson om det öppna brevet kring avveckling av BISAM-funktionen

https://sverigesradio.se/artikel/7568816

YSTADS ALLEHANDA
Måndag 26 oktober 2020

FAKTA

BISAM

- BISAM Brukarinflytandesamordnare är anställd utifrån egen erfarenhet av psykisk ohälsa.
- Samordnaren bevakar generella frågor som rör brukare och deras närstående. Särskilt fokus ligger på delaktighet och inflytande.
- BISAMs uppdrag är att öka möjligheterna till inflytande för personer med psykisk ohälsa och deras nätverk. genom att sprida kunskap och information till personal, patienter, brukare, allmänheten i stort - minska fördomar och öka förståelsen för vår tids vanligaste sjukskrivningsorsak - psykisk ohälsa.

Agneta Ståhl tycker det är fel att se personer med psykisk ohälsa som en grupp för sig. "Det kan drabba vem som helst, påminner hon. FOTO: MÅRTEN SVEMARK

"Fel att skrota samordnaren"

● Samordnaren försvinner och arbetet med brukarinflytande inom socialpsykiatrin ska organiseras om.

● – Hela beslutsprocessen är bakvänd och saknar såväl förankring som inflytande, säger Agneta Ståhl, brukarrevisor.

YSTAD. De senaste sex åren har de fem kommunerna i sydöstra Skåne haft ett samarbete kring brukar- och inflytandefrågor för grupper inom socialpsykiatrin. När nu samarbetsavtalet går ut vid årsskiftet vill kommunerna förändra samarbetet med målet att sprida ansvaret till alla kommunerna.

Formerna för det nya samarbetet ska styrgruppen där socialcheferna i de fem kommunerna och Region Skåne ingår, ta fram tillsammans med olika intressegrupper.

Men redan nu står det klart att tjänsten som brukarinflytandesamordnare, BISAM, tas bort.

– Med den tjänsten har man kunna bygga upp en mycket uppskattad verksamhet. Brukarinflytandesamordnaren har egen erfarenhet av psykisk ohälsa och stor förförståelse för den här problematiken. Tack vare tjänsten har det skapats många former för samvaro och för inflytande, säger Agneta Ståhl.

Hon är sedan 2016 brukarrevisor och träffar i den rollen personer i olika verksamheter inom socialpsykiatrin för att samla deras åsikter.

– Det är en grupp människor som inte är vana att få göra sin röst hörd och många är också ovana vid att uttrycka sina åsikter, eftersom ingen tidigare efterfrågat dem, säger Agneta Ståhl.

Hon tycker att den nuvarande organisationen fungerar väldigt bra och ser att många som annars skulle vara hänvisade till ett isolerat liv, får möjlighet att komma ut och träffas.

– All verksamhet tjänar på att ses över och förfinas. Men då bör man väl lyssna på den som har erfarenhet och kunskap. I det här fallet har man valt att riva upp ett fungerande samarbete utan att först ha en ny ordning på plats.

Hon är också kritisk mot att det saknas konsekvensanalys för brukarna och tycker att beslutet har dålig tajming.

– Vi vet att den psykiska ohälsan ökar. Då beslutar man att ändra på något som faktiskt fungerar. Det känns galet och ogenomtänkt. Inte minst eftersom BISAM finansieras av statliga medel. Kommunen sparar alltså ingenting på att ta bort den tjänsten.

Under hösten har Agneta Ståhl pratat med socialchefer i ett par av de fem kommunerna, men tycker inte hon fått svar på sina frågor.

– De verkar faktiskt inte riktigt känna till verksamheten som de nu vill ändra på och tycks inte ha någon som helst insikt i vikten att personer med psykisk ohälsa har möjlighet att ta kontakt med någon i organisationen som själv har erfarenhet av psykisk ohälsa.

Dan Kjellsson, socialchef i Ystads kommun förklarar att styrgruppen inte ville ha ett färdigt organisationsförslag, utan arbeta fram det tillsammans med brukarorganisationerna.

– Målet var att öka deras delaktighet. Under en övergångsperiod är det tyvärr omöjligt att undvika att det råder viss osäkerhet innan nya former för arbetet tagits fram, skriver Dan Kjellsson i ett mejl till Ystads Allehanda.

Han konstaterar också att det ofta uppstår osäkerhet när arbetssätt görs om och nya kontakter behöver tas.

– Men med tiden kommer aktiviteter och samrådsmöten att hållas, vilket kommer komma brukarna till gagn. Det är styrgruppens intention att kontinuerligt förbättra arbetet för att minska den psykiska ohälsan i sydöstra Skåne.

FAKTA

Brukarrevisor

- Brukarrevision är en granskning av en verksamhet inom psykiatri/socialpsykiatri, som en väg till ökat brukarinflytande.
- Brukarrevisorn har egen erfarenhet av eller är anhörig till någon med psykisk ohälsa .
- Som brukarrevisor granskar man på olika sätt hur patienter/brukare upplever den insats de får.
- Hittills har BISAM varit samordnare för brukarrevisorerna.

TEXT
CECILIA BILLGREN
cecilia.billgren
@ystadsallehanda.se
0411-55 78 06

Välkommen till din matbutik i Ystad
Den vänliga butiken, där du mår bra när du handlar.
ICA Supermarket YSTAD vid regementet 0411-82 27 70
Öppetmästare i Ystad!
Priserna gäller t.o.m. söndag 1/11 – 2020
Reservation för slutförsäljning och tryckfel.
Tvättmedel/Sköljmedel/ Fläckborttagning
Via Pulver 750g, Kapslar 14p. Comfort 750-1000ml, Via Tabort 500ml.
Stammis pris 5 för 99:-
Jfr pris 0,36-1,43kr/tvätt.
Kaffe
Gevalia 425-450g. Gäller även ekologiskt men ej koffeinfritt.
Stammis pris 3 för 69:-
Jfr pris 51,11-54,12kr/kg MAX 1 köp/hushåll
SENIORRABATT
5% på 1 köp. Varje vecka på valfri dag.
Så här fungerar seniorrabatten:
• Gäller från det år du fyller 65 år och har ICA-kort
• Laddas på ditt ICA-kort
• Du måste har dragit ditt ICA-kort hos oss minst en gång de senaste 4 månaderna
Rabatten gäller på hela sortimentet förutom Tobak, Post, spel och receptfritt
Blandfärs
Sverige, Storpack. Max 22% fetthalt
SUPERKLIPP 49,90/kg
MAX 2 köp/hushåll
YSTADS BÄSTA ÖPPETTIDER:
Öppet alla dagar 6:29–22:00

Ystads Allehanda 2020-11-21

Agneta Ståhl: Bisam-funktionen behövs

SKÅNE

Öppet brev till Politikerna i Sösk, det vill säga politikerna i Ystad, Simrishamn, Sjöbo, Skurup och Tomelilla kommuner, med anledning av den nedmontering av nätverk/stödfunktioner med mera för invånare med psykisk ohälsa från och med 1 januari 2021.

I YA 26 oktober ifrågasätter jag att man tar bort bisam-funktionen inom socialpsykiatrin i Sösk, (Bisam, som står för brukarinflytandesamordnare, med egen erfarenhet av psykisk ohälsa, som funnits sedan 2014 och fungerat alldeles utmärkt)

Socialchef Dan Kjellson medger att: "Målet var att öka deras delaktighet. Under en övergångsperiod är det tyvärr omöjligt att undvika att det råder viss osäkerhet innan nya former för arbetet tagits fram."

Osäkerhet ingår som en del av den psykiska ohälsan och behöver verkligen inte förstärkas i en omorganisation.

Styrgruppen, som bland annat består av socialcheferna i Sösk beslutar alltså att "ta bort" bisam-funktionen, (bekostas av statliga medel.) Detta görs utan konsekvensbeskrivning, det vill säga kontroll av vad beslutet kan ha för inverkan på Brukarnas vardag.

Tjänstefel och/eller nonchalans mot dom som berörs av beslutet?

Det är märkligt att man säger sig vilja utveckla brukarnas delaktighet och inte ens fråga dem.

1 januari 2021 försvinner alltså en stor del av det nätverk/mötesplatser som bisam utvecklat/organiserat. Det har skickats in en hel del protester till styrgruppen, från alla dem som berörs negativt av beslutet, men dessa synpunkter har lämnats helt utan någon som helst åtgärd. (YA 16 september)

Maria Samuelsson, som innehar bisam-anställningen nominerades häromdagen till "Årets känslovisionär." Denna nominering baseras bland annat på hennes egenerfarenhet av psykisk ohälsa, hennes arbete som bisam, med nyskapande som bland annat "Psykbussen", "Återhämtningscaféer" samt hennes kreativitet. (YA 10 november.)

Ny organisation ska utformas utan all den erfarenhet och stora kontaktnät som bisam besitter/har tillgång till, varför ta bort en funktion som fungerar bra?

En hel del människor med psykisk ohälsa, kommer alltså att lämnas i sticket, bland annat när det gäller möjligheter att mötas/utveckla kontaktnät/kompetens.

Med hänvisning till ovanstående, blir de signaler som styrgruppen och ni politiker ger till medborgarna i Sösk att personer med psykisk ohälsa inte kan räkna med att få den hjälp och det stöd, framöver, som man behöver.

Min fråga är då: Hur tänker man som politiker när man tar bort en heltidstjänst, inom socialpsykiatrin, nu när den psykiska ohälsan ökar?

Beslutet innebär ju att ni från och med 1 januari 2021 försämrar för många av era invånare med psykisk ohälsa?

Agneta Ståhl
Brukarrevisor i Sösk sedan 2016

Ystads Allehanda 2020-12-02

Vänsterpartister: Bisam ska utvecklas, inte avvecklas

SYDÖSTRA SKÅNE

Vi håller med Agneta Ståhl som i en insändare i YA 21 november säger att Bisams (brukarinflytandesamordnare) funktion behövs.

De psykiskt funktionsvarierade är en kategori som samhället ofta sparar på först. Bisam har framgångsrikt gjort just denna grupps röst hörd.

Låt oss stå upp för allas lika värde – inte minst coronapandemin har ju visat hur förödande konsekvenserna blev när samhället sparade in på sjukvårdsresurserna till våra äldsta, en annan utsatt grupp vars röster inte hörs.

Att först avveckla/nedmontera Bisam-funktionen för att sedan med hjälp av en styrgrupp bygga upp en verksamhet tycker vi är att jobba i fel ordning, även om färdigt resultat blir aldrig så bra.

Att dessutom göra det utan något som helst brukarinflytande tycker vi är ytterst anmärkningsvärt. Det ska inte behöva bli ett glapp där det "råder osäkerhet i en övergångsperiod " som socialchefen Dan Kjellsson formulerat sig.

Att utveckla denna verksamhet tillsammans med Bisam och ta tillvara det stora kontaktnätet och erfarenheten som finns måste vara rätt väg att jobba på för att i möjligaste mån undvika att denna grupp kommer i kläm.

Susanne Ringskog Vagnhammar (v)
psykiater, ledamot socialnämnden, Simrishamn
Lucas Lennartsson(v)
Ledamot kommunstyrelsen, Sjöbo
Mona Nihlén (v)
2 v ordf vård och omsorgsnämnden, Tomelilla
Annika Weitner (v)
ledamot kommunfullmäktige, Ystad

● Fakta: Syftet med funktionen Bisam är att öka möjligheterna till inflytande för den som har psykisk ohälsa och dennes nätverk.

Idag 2021-01-07 kom det passande nog ytterligare en artikel i Ystads Allehanda. Diskussionen kring avvecklandet av BISAM hålls fortsatt vid liv.

S och V kritiska till beslut om att ta bort Bisam-tjänsten

TOMELILLA

Sedan beslut fattades om att lägga ner tjänsten för den kommunövergripande brukarinflytandesamordnaren, Bisam, har Maria Samuelsson som innehaft tjänsten velat få ett förtydligande om beslutet. Men S och V ställer sig inte bakom kommunens skrivelse.

Det är genom ”Styrgruppen vuxna samverkan” som beslutet togs att ta bort brukarinflytandesamordnaren för Tomelilla, Simrishamn, Ystad, Sjöbo och Skurup under 2020. Och efter beslutet har Bisam, det vill säga Maria Samuelsson, velat få ett svar med ett förtydligande om beslutet från respektive kommuners nämnd.

När Vård och omsorgsnämnden i Tomelilla hade uppe punkten på sitt sammanträde i mitten av december diskuterades frågan och man fattade beslut om ett svar utan att S och V deltog i beslutet.

– Vi anser att detta kunde ha hanterats på ett mycket smidigare sätt. Att först besluta att nedmontera en verksamhet som i många hänseenden fungerar och möter brukares behov för att sedan starta en styrgrupp för att planera en ny verksamhet anser vi är fel väg att gå. Detta glapp som bildas skapar en onödig oro hos denna grupp med psykiska funktionshinder, skriver Mona Nihlén (V) och Axel Olsson (S) genom en gemensam protokollsanteckning.

Som YA berättat i flera artiklar så har kritiken från berörda föreningar och organisationer varit omfattande. Bisamtjänsten är dessutom bekostad av staten. Och Vård och omsorgsnämnden svarar i förtydligandet genom socialchef Camilla Andersson att man förutsätter att styrgruppen gör bedömningar och fattar beslut med fokus på vad som är till gagn för målgruppens behov framöver i sydöstra Skånes kommuner. Samt att det är styrgruppen som har beslutsmandat, samt ansvarar för att skapa nödvändiga förutsättningar för samverkan genom gemensam planering, genomförande och uppföljning.

Maria Samuelsson har velat få en förklaring till varför tjänsten som brukarinflytandesamordnare tas bort. FOTO: HANNAH ANDERSSON

S och V tycker dock att sättet man hanterade ärendet var fel väg att gå och att Bisam gjort en ofta bortglömd grupps röster hörda.

– Här har men helt frångått det viktiga brukarinflytandet man annars så gärna talar om och fattat beslut om utan att ta reda på vilka risker och konsekvenser det kan få för verksamhet och brukare, skriver Mona Nihlén och Axel Olsson.

Jenni Dahlgren
jenni.dahlgren@ystadsallehanda.se

Efter mitt brev till nämnderna 2020-09-28 har jag erhållit respons ”utanför protokollen” från Ystad, Skurup och Sjöbo. Tomelillas beslut, med i princip samma innehåll kring organisation och mandat, fick jag i december. Simrishamn har inte besvarat mig överhuvudtaget och ändå är Socialchefen där, Stina Lundqvist, en av BISAMs två kontaktpersoner i Styrgruppen, jämte just Camilla Andersson i Tomelilla.

I brevet till nämnderna i september ville jag inte få förtydligande om vem som styr över vem – jag har arbetat i dessa fem kommuner och organisation med Styrgrupp och Utvecklingsledare i snart sju år – vet vad som ligger till grund för vad.

Jag ville veta varför politikerna låter Styrgruppen/Socialcheferna avveckla BISAM, dvs varför man inte längre behöver en samordnare. Jag ville också veta hur politikerna tänker kring hanterandet av psykisk ohälsa framöver. Således har jag ännu inte fått något svar på mina två frågor.

BISAM KNYTER IHOP SAMVERKANSBOKEN

Du har en unik skrift framför dig.

En skrift som är skapad tack vare att människor valt att ta plats i sin återhämtningsprocess och att vara en aktiv deltagare på sin egen återhämtningsresa.

Så inledde jag det här materialet. Nu ska jag avsluta dessa drygt 140 sidor.

Främst vill jag återigen TACKA alla som har varit engagerade och använt hjärta och hjärna för sin egen och andras skull.

Därpå vill jag bara säga att jag är så tacksam att jag haft min kollega Marie Gassne med mig genom åren. Utan dig Marie, då hade jag legat på heldygnsavdelningar i flera omgångar p g a min arbetssituation. Du har varit mitt bollplank, min ”mamma”, min broms. Tack från djupet av mitt hjärta.

Efter gårdagens artikel i Ystad Allehanda känner jag nytt hopp. Nytt hopp för att

Förhoppningsvis är inte sista ordet sagt.

Förhoppningsvis fortsätter politiker att engagera sig.

Förhoppningsvis tar Styrgruppen och Utvecklingsledaren till sig allt som är framfört i denna skrift.

Förhoppningsvis blir det dialog kring inflytande i samband med psykisk ohälsa.

Förhoppningsvis får egen erfarenhet, engagemang, kompetens och lust ta den plats det förtjänar.

Maria Samuelsson
Maria Samuelsson
Järrestad 2021-01-08

F