**NSPH Stockholms län**

**Föreningen Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa Stockholms län**

**Verksamhetsplan 2019-2020**

Antagen av årsmötet 2019-03-26

**Inledning**

NSPH Stockholms län är ett samarbetsorgan för föreningar på psykiatriområdet som agerar gemensamt i frågor av övergripande karaktär i Region Stockholm.

**Ändamål och uppgifter**

NSPH Sthlms län ska enligt stadgarna

* genom organiserad samverkan arbeta för att psykiatriska, psykologiska och socialpsykiatriska åtgärder som landsting och kommuner erbjuder utvecklas på ett humant, effektivt och säkert sätt och utgår från erfarenhetsbaserad kunskap.
* stödja och bidra till att utveckla målgruppens, brukares och närståendes inflytande inom såväl landstingets som kommunernas ansvarsområden
* samverka med andra aktörer i syfte att bidra till ökad kunskap och bättre attityder kring psykisk ohälsa inom livets alla områden
* medverka och tillvara målgruppens, brukares och närståendes kunskaper och erfarenheter
* samverka med myndigheter på läns- och kommunal nivå i syfte att skapa förutsättningar för att uppnå en så bra hälsa som möjligt och goda levnadsvillkor för personer med psykisk ohälsa och/eller neuropsykiatrisk funktionsnedsättning, beroendeproblematik och suicidalitet samt i förekommande fall deras närstående

Vi hörs bättre om vi talar med en röst i frågor av övergripande natur. Vi har också sagt att NSPH Sthlms län behöver vara tydliga med vilka vi är och vad vi står för. Vår kartläggning av inflytandearbetet visar att vi behöver utveckla fler arbetsformer/redskap för det intressepolitiska arbetet och det behövs resurser för utvärdering av inflytandearbetet i Region Stockholm.

Att de ungas egna röster måste höras och deras insatser måste beredas utrymme är en prioriterad fråga som handlar om framtidens inflytandearbete. I olika sammanhang har det framkommit att det är viktigt att samarbeta med skolor och arbetsmarknadens parter.

**Verksamheten år 2019-2020**

Föreningen söker medel från HSF och Närsjukvården att inom ramen för det länsgemensamma arbetet i Uppdrag psykisk hälsa, UPH Region Stockholm, bedriva intressepolitisk verksamhet. Utöver det har vi erhållit 50.000 kr från Region Stockholm för vårt intressepolitiska arbete. Inriktningen är att samverka med huvudmännen men också bedriva påverkansarbete genom gemensamma uppvaktningar, skrivelser, debattinlägg m.m.

Vi har för avsikt att under 2019-2020 prioritera följande områden och arbeta för

1. *Att en förnyelse av föreningarnas inflytandearbete på individ-, verksamhets- och systemnivå påbörjas*, så att patienter, brukare och anhöriga blir mer delaktiga i vård och stöd och har större inflytande på alla nivåer i samhället.
2. *Att psykiatrisk vård och socialpsykiatrisk verksamhet ska ha ett återhämtningsinriktat arbetssätt*
3. *Att personer med psykiska funktionsvariationer genom arbete/studier/sysselsättning ska få ett så självständigt liv som möjligt* och få rätt till en lättillgänglig sysselsättning som ska erbjudas redan vid utskrivning eller återkommande vid uppföljning av öppenvården i samarbete med socialpsykiatrin
4. *Att barn, unga och deras familjer ska få rätt hjälp i rätt tid*
5. *Att utveckla samverkan mellan psykiatri/habilitering och skola*
6. *Att Stockholmsregionen utvecklas så att den bättre förebygger psykisk ohälsa*. Att vi tillsammans verkar för att informera hela samhället om psykisk hälsa/ohälsa och att vi kommer ut i verksamheter och informerar om NSPH Sthlms län och våra medlemsföreningar
7. *Att beroendevården ska vara tillgänglig, respektfull och rättssäker*
8. *Att ansvaret för den somatiska hälsan hos personer med psykisk funktionsnedsättning ingår i den öppna och slutna psykiatriska vården.*

Vi har för avsikt att internt - verka för

* Att skapa ett effektivt erfarenhetsutbyte mellan NSPH-föreningarna som kan leda till att de enskilda föreningarna stärks och utvecklas för att bättre tillvarata enskilda medlemmars intressen och behov.
* Att fler föreningar ansluter sig till samverkansorganet NSPH Sthlms län
* Att fler unga kommer med i arbetet
* Att yrkesarbetande får ökade möjligheter att delta i inflytandearbetet

Verksamheter i NSPH Sthlms län

Vi driver verksamheterna Peer Support, Hjärnkoll och Hälsospåret samt deltar i det länsgemensamma arbetet i Uppdrag psykisk hälsa och i Regionala Samrådet för psykiatri- och beroendefrågor.

**Hälsospåret 2019-2020**

NSPH Stockholms län kommer inom ramen för vårt avtal med UPH Stockholms län att fortsätta genomföra Hälsospåret som är ett pilotprojekt. Våren 2019 kommer de resterande tre studiecirklarna att hållas för första projektåret som sträcker sig från juni 2018-maj 2019. Får vi fortsatt beviljade medel kommer ytterligare fyra studiecirklar att hållas under hösten 2019 och sammanlagt minst 8 cirklar under 2019-2020.

I slutet av detta pilotprojekt kommer en sammanställning av skattningar och utvärderingar att göras och rapporteras in till UPH Stockholms län med ett eventuellt förslag på fortsatt struktur och finansiering av cirklarna.

*Hälsospåret är ett studiematerial framtaget av Vuxenskolan. Studiecirkeln hålls av en ledare med egen erfarenhet av psykisk ohälsa och de 10 olika träffarna berör teman som sömn, kost, motion, stress, balans i livet osv.*

**PEER Support Sockholm**

2019 kommer PEER Support att fortsätta arbeta för ökat brukarinflytande, återhämtning och egenmakt genom det viktiga arbete som peer supportrarna redan genomför genom sitt professionella kamratstöd och utvecklingsarbete i olika former.

* Vi kommer att fokusera på att undersöka möjligheterna till ett mer långsiktigt anställnings- och finansieringsupplägget.
* Ännu mer kommer vi att fokusera på representation och marknadsföring av peer support.
* Vi planerar att i olika slags samarbeten med staden och landstinget utforska peer supports utvecklingsmöjligheter inom olika områden. Exempelvis inom brukarstyrda träfflokalsverksamheter och som stöd vid utskrivningsprocesser från slutenvård.
* Vi planerar arbeta för ett tätare samarbete med NSPH Stockholms medlemsföreningar för att säkerställa kunskapsutbyten, representation och en närmare kontakt med våra medlemmar.
* Vi kommer att genomföra flertalet studiecirklar inom områden för egenmakt, återhämtning och hälsa.
* Vi kommer också att sätta samman en arbetsgrupp för att utvärdera från peer support-perspektiv vilka av alla de olika studiematerial vi nu har tillgång till som lämpar sig bäst för de olika arbetsplatserna peer supportrarna befinner sig på. Vi planerar utvärdera Din egenmakt, Din egen berättelse, Din rätt, NECT, Hälsospåret och Återhämtningsguiden.
* 2020 hoppas vi på att ha möjlighet till att utbilda och rekrytera fler peer supportrar och arbeta för en större spridning av yrkesrollen i hela Stockholms stad och region.

**Hjärnkoll Stockholm**

Genom vår informatörsverksamhet vill vi bidra till att:

- Unga inte hoppar av skolan på grund av psykisk ohälsa.

- Fler arbetsgivare vågar anställa personer med psykisk ohälsa och att de som drabbats får möjlighet att stanna kvar på arbetet.

- Kunskaperna ökar i psykiatrin, inte minst i slutenvården, så att patienter får bättre vård och bemötande, vilket leder till en bättre psykisk hälsa.

- Kunskaperna ökar i samhället så att fler vågar prata om hur de mår på insidan och på så vis minska stigma och fördomar kring psykisk ohälsa.

- Kunskaperna ökar hos beslutsfattare och myndigheter så att de kan införa relevanta insatser för målgruppen.

- Skam och stigma minskar hos de drabbade själva, för att minska den personliga bördan av psykisk ohälsa.

***Vi avser att grundutbilda nya ambassadörer*** i samarbete med Riksförbundet Hjärnkoll. Kontinuerligt fortbilda de befintliga informatörerna för att stärka dem i deras roll och förnya deras kunskaper.

Framför allt behöver vi rekrytera unga mellan 18-25 år med egen erfarenhet av psykisk ohälsa, men även fortbilda och inte minst inspirera och peppa våra befintliga ambassadörer. Vi hoppas kunna rekrytera 10 unga ambassadörer under 2019, där vi aktivt kommer att söka några nyanlända och några med hbtq-bakgrund, då vi ser att det finns en hög andel med psykisk ohälsa i dessa grupper. Vi har fått in några fler män, men ser gärna en jämnare könsfördelning, då kvinnor varit överrepresenterade tidigare.

***Marknadsföra ambassadörerna*** så att de kan komma ut med sin egen berättelse och här vill vi nå ut till

- Media

- Psykiatrin

- Arbetsmarknaden: AF, fackförbund, företag och organisationer

- Skola: Rektor och elevhälsan

- Allmänheten

- Kommuner

- Myndigheter

***Kvalitetssäkra verksamheten****:* Följa upp aktiviteter, skapa gemenskap och trygghet för ambassadörerna. För att uppnå detta behöver vi kvalitetssäkra verksamheten: Följa upp aktiviteter, skapa gemenskap och trygghet för ambassadörerna.

Under 2019 startar Våga prata (om psykisk ohälsa på sociala medier) där projektmedlen kommer från PostkodStiftelsen

* Beslut på 2.153.840kr under 2019-2020
* 3 unga redaktörer 25-29 år är kontrakterade
* 4 unga deltar i referensgrupp, 18-20 år
* Innehåller: Podd, Youtube, Skrivna texter, Instagram, Facebook och Twitter
* Sponsring av Produktionsbolaget Munck – inspelning av podden i ljudstudio
* Eget redaktionsrum på Äppellunden
* Webb: [www.vagaprata.nu](http://www.vagaprata.nu)
* Registrerat VÅGA PRATA som varumärke på PRV

Stockholm 2019-02-27