

# (H)JÄRNKOLL

## Nationellt

(H)järnkoll som är ett regeringsuppdrag sedan 2009, är en nationell kampanj som arbetar för att förändra negativa attityder i samhället kring psykisk ohälsa.

Handisam har fått uppdraget att i nära samverkan med Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa (NSPH) genomföra ett program för att öka allmänhetens kunskaper och minska negativa attityder till personer med psykisk sjukdom/funktionsnedsättning.

1. Utbildningsinsatser via kampanjens 340 ambassadörer
2. Mobiliseringsinsatser och regionala aktiviteter. Idag finns åtta kampanjlän och därtill ytterligare fyra län med liknande upplägg (Stockholm, Blekinge, Gotland och Jönköping)
3. Reklam och PR – syftet är att via medier få ut kampanjens budskap till en bredare allmänhet.
4. Samarbeten – utveckla samarbeten med andra organisationer för att integrera Hjärnkolls arbete i dessa organisationers eget utvecklingsarbete
5. Insatser riktade till arbetsgivare med fokus på att peka på betydelsen av att satsa på ett tidigt och förebyggande arbete för att undvika onödiga sjukskrivningar på grund av psykisk ohälsa.

Inför starten av Hjärnkoll genomförde Handisam en ordentlig genomgång av lärdomar från andra kampanjer och från forskning inom området. Kunskapen pekar på att insatser som bygger på personlig kontakt är verksamma. Därför valde Handisam och NSPH att arbeta genom ett nätverk av ambassadörer, d.v.s. personer med egen erfarenhet av psykisk ohälsa (egen sjukdom/funktionsnedsättning eller som anhörig).

Löpande utvärderingar – befolkningsundersökningar – har visat att Hjärnkoll har haft en effekt att minska negativa attityder och beteenden.

## Hjärnkoll Norrbotten

Norrbotten blev år 2012 utsedd till ett av Hjärnkolls kampanj län i samverkan med Norrbottens läns landsting och NSPH Norrbotten.

Ambassadörs nätverk i Norrbotten består idag av ca 14 stycken ambassadörer i olika åldrar som alla har olika erfarenheter av psykisk ohälsa, antingen genom egen upplevd psykisk ohälsa eller som anhörig. Ambassadörerna finns spridda runt om i länet, där de flesta personer tillhör tätorterna. Vår målgrupp som vi arbetar mot är den breda allmänheten 25-45 år, vårdpersonal samt arbetslivet. Många av våra ambassadörer har också genom egen marknadsföring och föreningstillhörighet redan etablerat sig som föreläsare. Under 2013 var ambassadörerna ute på ett flertal uppdrag samt syntes i olika arrangemang i länet bl.a.

Teaterföreläsning i Luleå via Östra Teatern, arrangerat genom socialförvaltningen Luleå Kommun genomfördes i april för kommunens anställda. Arrangemanget genomfördes i samarbete med Luleå gymnasieby, Autism och Aspberger förbundet med stöd av Riksteatern Norrbotten. Hjärnkoll medverkade under båda dagarna för att ge information om kampanjen Hjärnkoll, innan varje föreläsning.

Hjärnkoll medverkade vid vuxenpsykiatrins NLL inspirations- dagar för vårdpersonal i Luleå och Gällivare. Hjärnkoll bidrog både med information om kampanjen samt attitydambassadör som föreläste inför vårdpersonal, för att delge sina erfarenheter ur ett patient och bemötande perspektiv.

Skördemarkanden i Boden är en av Norrbottens största mötesplatser för livsmedelsproduktion, hantverk, miljöföretag, hälsoföretag kulturarbetare mm. Temat detta år var bl.a folkhälsa. Hjärnkoll medverkade vid markanden med information om kampanjen.

Må bra mässan 7 september i Kalix samlade utställare och besökare från hela länet. Temat var hälsa och välbefinnande. Mässan som är den enda i sitt slag i Norrbotten och lockade närmare 400 besökare. Hjärnkoll medverkade vid mässan både med information om kampanjen samt attitydambassadörer som föreläste för allmänheten om deras erfarenheter om psykisk ohälsa i arbetslivet.

Psykiatrins vecka 7-13 oktober. Under hela veckan bjöds det på aktiviteter runt om i Norrbotten för att sprida kunskap om och förändra attityder till psykisk ohälsa. Hjärnkolls ambassadörer åkte runt i länet under tre dagar för att föreläsa utifrån deras erfarenheter kring psykisk ohälsa.

Under år 2014 har och kommer ambassadörerna fortsätta var ute på olika arenor och föreläsningar för att fortsätta sprida kunskapen om psykisk ohälsa runt om i länet.

Utifrån att Norrbotten kom in senare kampanjen har det tagit en tid att uppmärksamma och skapa efterfrågan av ambassadörerna, en efterfrågan som vi nu märker av.

### **Samverkan med Västerbotten och Jämtland**

Under perioden så har samarbetet mellan Norrbotten, Jämtland och Västerbotten stärkts och utvecklats. Vi har haft en gemensamma och mycket uppskattade fortbildning men också anlitat våra ambassadörer över länsgränserna.

Planeringsarbetet för fortsatta gemensamma områden efter 2014 har påbörjats.

Det regionala stödet till ambassadörerna är ett område där behovet av samverkan mellan länen är stort. Goda erfarenheter kan med fördel appliceras på de andra länen eftersom strukturen och förutsättningarna är jämförbara.

Det finns en rad gemensamma utmaningar för de tre nordligaste länen: Som exempel kan nämnas, ”Svaga föreningar”, inget eller ett NSPH i utveckling, långa avstånd/glesbygd.

## **Hjärnkoll efter 2014**

Regeringen ser positivt på det arbete som Hjärnkoll bedrivit sedan 2009. Det finns en vilja att stödja ett fortsatt arbete efter 2014. Formerna för hur det stödet ska se ut är ännu inte klart i dagsläget. Handisam och NSPH:s ambition är att skapa förutsättningar för ett långsiktigt arbete. Det är därför viktigt att identifiera de aktörer som är långsiktiga bärare av ett arbete med att öka kunskapen och minska negativa attityder och diskriminering. Den organiserade patient-, brukar och anhörigrörelsen är en viktig aktör i det arbetet, men ett långsiktigt arbete förutsätter att arbetet bedrivs i samverkan mellan ånga olika parter på såväl nationell som regional nivå.

En avgörande förutsättning för att Hjärnkoll ska kunna fortsätta sitt arbete är att de strukturer som finns på plats får en säker finansiering. Med strukturer menas t.ex. en nationell ambassadörsförmedling, som stöd till grundutbildning och fortbildning, liksom regional förankring och stöd till ambassadörsnätverken i länen.

### **Att fundera kring**

- NSPH Norrbotten står utan finansiering och detta är inte bra. NSPH fyller en viktig funktion för det framtida arbetet med Hjärnkoll
- I Norrbotten är det viktigt att identifiera lämplig regional bärare. Vilken regional organisation är lämplig bärare av Hjärnkoll i Norrbotten. De ska vara en organisation som långsiktigt kan ta ansvaret för antistigmaarbetet. Behöver ett regionalt upplägg där ambassadörernas arbete integreras med pågående utvecklingsinsatser inom primärvård, äldreomsorg mm.
- Det behövs konkreta aktiviteter på verksamhetsnivå. Behovet är stort.
- Viktigt att tydligare en hittills engagera hela hälso- och sjukvården.
- Satsa på samarbete för att stärka självhjälpgrupper

### **Sammanfattningsvis**

- Erfarenheterna från Hjärnkolls arbete visar att det går att minska negativa attityder och diskriminering gentemot personer med psykisk sjukdom
- Finns en ambition från regeringen att fortsätta med Hjärnkoll och ambassadörsverksamheten efter 2014
- Viktigt att fundera på regional bärare som långsiktigt kan vara utförare för attitydarbettet med stöd av regionala parter
- Hjärnkolls arbete behöver integreras med det regionala utvecklingsarbetet
- Det behövs en politisk förankring och vilja att ge stöd till ett fortsatt arbete. Medel behövs
- Missbruksfrågorna bör integreras med psykiskohälsa frågorna
- Genom att förändrar attityder kan vi bidra till att minska diskriminering och motverka den stigmatisering som det kan innebära att leva med olika psykiska funktionsnedsättningar och psykisk ohälsa.

Marie Öhman Kampanjledare (Hjärnkoll Norrbotten)

