

Reserapport från Personliga ombud i Stockholms stad Resa till Frome England 24-25/9 2019

Niklas Wettborn, Niclas
Lundh, Anita Åke
PO City, PO Söderort
Östermalms sdf och
Skarpnäcks sdf

Reserapport för Personliga ombud i Stockholms stad

Detta projekt har finansierats med lokala utvecklingsmedel från socialförvaltningen i Stockholms stad

Innehåll

1.	Inledning	4
1.1.	Bakgrund	4
1.2.	Syfte	5
2.	Genomförande.	5
2.1	Program	5
2.2	Deltagare	9
2.3	Utförande	9
3.	Diskussion	9
4.	Sammanfattning	11

1. Inledning

Två av våra ombudskollegor såg programmet Korrespondenterna som gick på SVT våren 2018. Det handlade om ensamhetens epidemi. Reportrarna hade besökt den lilla staden Frome i England. Programmet satte fingret på det som vi personliga ombud ofta möter i våra kontakter med våra klienter. De två kollegorna berättade för oss andra om staden Frome och lite om hur de arbetade för inkludering och hur de skapar grupper och sammanhang för de som var ensamma. Detta gjorde att vi ansökte om medel för att göra ett studiebesök i Frome, för att lära mer om hur man kan motverka ensamhet för den målgrupp vi arbetar med.

1.1. Bakgrund

Psykiatrireformen genomfördes i Sverige 1995. I och med nedläggningen av mentalsjukhusen, som skedde i och med denna reform, så flyttade många av patienterna till vanliga lägenheter och många blev väldigt ensamma och isolerade. En del blev hemlösa och den yttersta konsekvensen blev att självmordsstatistiken bland de som flyttade ut var högre än tidigare. Det blev den yttersta konsekvensen av ensamheten. Ensamhet är stort samhällsproblem. Ensamhet kan göra oss sjuka och den ofrivilliga ensamheten stressar, ökar risken för hjärtinfarkt, stroke, demens och depressioner bland annat.

Vårt samhälle har blivit allt mer individualistiskt och därigenom allt mer ensamt. Stockholm är en av de städer i världen som procentuellt sett har en väldigt hög andel ensamhushåll. För vår målgrupp som lider av långvariga psykiska funktionsnedsättningar, är det inte ett samhälle som är inkluderande. Den snabba digitaliseringen, där du förväntas vara uppkopplad och kan få "all information i världen", är inte tillgänglig för alla. Myndigheter som Försäkringskassan, Arbetsförmedlingen med flera, organiserar sig mer och mer för att kunderna ska vara självgående.

Det mänskliga mötet, att få träffa en människa ansikte mot ansikte minskar tyvärr i den samhällsstruktur vi bygger. Förr betalades räkningarna på posten eller banken. Man fick bra personlig service och ibland personkännedom om sina kunder. Nu är fler och fler myndigheter och tjänster utan personlig service. Självscanning och betalning via scanning, "mina sidor" på myndigheter och företag. Det byggs också färre

besöksparkeringar – vilket kan påverka möjligheten att besöka varandra. Detta drabbar många i vår målgrupp som har långvariga psykiska funktionsnedsättningar. Små butiker läggs ner då näthandeln konkurrerar ut dem eller att de ersätts av stora varuhuskomplex. Tanken är inte att vi ska vara bakåtsträvare och teknikfientliga, men vill vi ha ett samhälle som inkluderar och håller samman, måste vi hitta psykosociala strukturer som möjliggör fler naturliga mötesplatser.

1.2. Syfte

Syftet med vår resa till Frome var bland annat det som nämndes i inledningen; att se hur de arbetar för att motverka ensamhet. Dessutom ville vi försöka implementera delar av deras ”tänk” och tillvägagångssätt i vårt arbete. Som personliga ombud samlar vi även in systemfel/brister på både individuell- och samhällsnivå. Dessa systemfel rapporteras årligen till Länsstyrelsen, samt att dessa också rapporteras till vår ledningsgrupp som träffas två gånger per år. Vi kan genom rapporten påvisa ensamhet både på individnivå och samhällsnivå.

2. Genomförande

2.1 Program

Vi hade inför resan kontakt med Kate Hellard och Rachel Griffin som arbetar som utvecklare för ”Health & Well being programme” respektive marketing and communications manager. Dessa två utarbetade ett gediget program för 2 hela dagar.

DAG 1

Vi välkomnades av stadens borgmästare, som berättade om hur de började arbeta på ett nytt sätt med hälsa och ett bättre välmående bland invånarna i en politisk kontext.

2011 fanns 5 politiska partier i Frome, som naturligtvis hade sina egna program och olika sätt att vilja genomföra dessa. Några ur dessa partier bildade ett fristående parti som enbart hade till syfte att främja gemenskap, bättre hälsa, bra samhällsservice, hållbarhet och ett mer sammanhållet Frome. Att se till att alla medborgare kunde känna sig sedda och behövda. 2013 fick detta parti 11 av 17 mandat i kommunen och vid nästa val 2015 fick de samtliga mandat och är nu det parti som styr i Frome sedan några år. Detta har gett möjligheter att samarbeta på helt andra nivåer och kring

politiska frågor än förr. Den viktiga frågan är alltid i alla sammanhang – är detta bra för Frome och de som bor här? Under dessa år skars det ner på mycket social service i Frome från regeringshåll, vilket stärkte föresatsen att göra Frome till ett bra samhälle för dess invånare.

Vi fick också en introduktion till en del av det volontärarbete som görs och hur kommunen arbetar med att få in volontärer till olika grupper. Ansvariga i kommunen skickar inbjudningar till olika intresseföreningar som riktar sig till bland annat äldre. Man har haft flera möten tillsammans, där olika former för samverkan mellan grupperna diskuterats. Nu finns flera verksamheter som systematiskt och på olika sätt riktar sig till äldre och andra grupper.

Punkt 3 första dagen var att gå till Corner House, som är en av tre olika pubar/cafèer som på ett rullande schema har öppet utanför ordinarie tider på tisdagar kl 10-12 där man har ett så kallat Talking Café – alltså ett ställe att träffas för att fika och prata. Här fanns några volontärer som hjälpte till med att fixa och förbereda och för att finnas till under pratet/fikastunden. Vi var inbjudna och kom till en pub, där det fanns ett 30-tal personer som satt och fikade och pratade. Vi slog oss ner vid olika bord och hade möjlighet att prata med de som brukar gå där. Ett ganska enkelt koncept, men när vi frågade, så visade det sig att flera äldre lärt känna nya vänner där och även hade börjat träffas i andra sammanhang. Vi förstod att många såg fram emot dessa tisdagar och den varma gemenskapen där. Fördelen var att man hade det i en pub eller på ett café, vilket gjorde att flera besökte dessa ställen även andra tider. Det sågs även som positivt att det var i en naturlig miljö på stan – inte i någon liten avsides lokal. Vi upplevde stor värme och en fin gemenskap när vi var där.

Efter lunch fick vi träffa Kate Hellard som är utvecklare för Health & Well being i Frome. Hon berättade att det finns något som heter Active and in touch Frome, Helping to combat loneliness and isolation in our community. Genom att göra detta hjälper de till att öka hälsan och välmåendet för individer och därmed kommunen.

Programmet går ut på att man matchar volontärer 1:1 med personer som behöver träffa någon hemma eller på valfri plats. Man har små grupper för de som inte klarar att vara i för stora sammanhang. En socialt inkluderande grupp med många roliga aktiviteter för vuxna i alla åldrar. Man står som värd för olika

events som att gå ut i naturen, jobba på en kolonilott, ha jullunch med mera. Detta var bara ett exempel på grupper, men man fortsätter arbeta aktivt på att nå unga vuxna, familjer – särskilt ensamstående unga mammor, äldre ensamma män med flera. Man jobbar även med miljö- och hållbarhetsprojekt.

Det finns några deltidanställda och ca 80 volontärer för enskilda eller grupper. Man utbildar sociala lotsar, som kan vara alltifrån en frisör till butiksinnehavare eller volontär. Dessa kan sen hjälpa människor att hitta rätt aktiviteter/grupper och sammanhang.

Kate berättade att man utarbetat värderingar som ska gälla för allt kommunalt arbete i Frome;

- Personcentrerat – Man vill hjälpa till att återskapa ett samhälle som bryr sig om isolerade och ensamma människor.
- Ickedömande - Människor ska kunna räkna med kommunen och de ska vara trovärdiga och gå att lita på.
- Samarbetsvilliga - Kommunen kommer att samarbeta med andra i samhället
- Lätta att få tag i - Om man vill ingå i volontärverksamhet eller vill vara med i grupper ska kommunens personal vara tillgängliga
- Vänlighet - Människor som man arbetar med ska känna sig lugna och säkra eftersom vänlighet och hjälpsamhet hjälper människor att återfå sin självkänsla.
- ”All within a safe, kind & businesslike professional environment”

Under eftermiddagen gick vi på en stadsrundtur för att titta på en del spännande initiativ. På Library of things, ett bibliotek för saker, kunde man låna bormaskin, resväska, extrastolar till en fest med mera. Detta är bra också ur ett hållbarhetsperspektiv, då man kan låna sådant som man inte nödvändigtvis behöver ha hemma hela tiden.

Avslutningen på dag 1 var att utbyta erfarenheter och diskutera kring vilka förutsättningar som behövs för att det utvecklande arbetet i kommunen skulle bli framgångsrikt.

DAG 2

Dag 2 blev vi välkomnade av the Mayor och the High Sheriff of Somerset.

Rachel Griffin berättade sedan om community connectivity - olika sätt att koppla ihop människor – intresseorganisationer, vård, kommun, volontärer och medborgare. Många gånger arbetar man väldigt enkelt utan långa förberedelser – exempelvis fanns fyra olika intresseorganisationer för människor med en viss sjukdom. Kommunen bjöd in dessa fyra organisationer för att hjälpa dem samarbeta. Först sa alla att de hade sina program eller de områden de jobbade med. Men, efter fyra möten kunde alla organisationer se att de hade stora vinster i att samarbeta kring lokaler och hur man når ut till människor. När organisationerna själva kan styra upp sitt samarbete och kommande möten, behövs oftast inte kommunens stöd i detta längre. På detta sätt jobbar man med olika grupper, organisationer och företag och när man ser att de har hittat sitt samarbete, så sköter det sig själv. Kommunen är alltså främst initiativtagare till att koppla ihop olika grupper och människor och ser till att möjliggöra dessa träffar/möten.

Jenny Hartnoll från Service Lead Mendip Health Connectors – berättade om hur vården i kommunen blir mer lättillgänglig för medborgarna och även hur man skapat en hemsida med all information för medborgarna. Man har dessutom specifikt tänkt på att alla inte har dator eller klarar nyare telefoner. Då har man samlat denna info och delat ut i hushållen för att nå framförallt äldre och de ekonomiskt svagare, för att dessa ska få tillgång till samma information. Här finns också ett telefonnummer att ringa, där kan man få hjälp att komma i kontakt med allt från vård till grupper och aktiviteter i kommunen. Här får du svar utan knappval...

Anna Francis, Resilience Manager i Frome Town Council, pratade om hållbarhet i miljön i många olika aspekter. Här jobbar Frome också på att involvera volontärer, företagare och medborgare i att tänka mer kring hållbarhet på alla tänkbara områden.

Efter detta gick vi ytterligare en liten stadstur med Anna Francis och tittade på olika Share shops, secondhandaffärer, Toy Library, kommunalt kylskåp och till Cheese & grain – en loppis som finns veckovis och det har blivit en träff- och samlingspunkt för många.

Vi avslutade dag 2 med diskussioner och sammanfattning av de två intensiva och mycket spännande dagarna.

Vi kände tydligt att det finns en särskild anda i Frome, en vänlighet och omtänksamhet som blir mer och mer frånvarande i

vårt samhälle. Det är svårt att översätta Frome-andan till en storstad som Stockholm, men om man tänker i mindre områden i ungefär samma storlek som Frome (ca 30.000 invånare) så tror vi att det finns stora möjligheter att göra mycket mer för att motverka ensamheten i vårt samhälle. Det är ju också mycket forskning som visar på att ensamhet orsakar ökade kostnader för sjukvården och samhället, då människor blir sjukare och mår sämre psykiskt och fysiskt på grund av isolering och ensamhet.

2.2 Deltagare

Åtta personliga ombud i Stockholms stad; Carin Chrysanter, Jon Oskarsson, Anita Åke, Håkan Tärnroth, Frida Jeanneret, Niclas Lundh, Niklas Wettborn och Anita Johnson. Två ombud från Västerhaninge följde med på samma resa, men hade egna medel för denna resa.

2.3 Utförande

Vi var åtta personliga ombud från Stockholms stad som reste till Frome 23-26/9-19 efter att under ett par månader haft kontakt, främst via mejl, med personer i Frome. De skapade sedan ett ytterst intressant och gediget program för vår vistelse. Programmet bestod såväl av föreläsningar och diskussioner som studiebesök på olika verksamheter.

3. Diskussion

All modern forskning visar att ensamhet kan vara förödande för människors hälsa, inte minst när det gäller till exempel hjärt- och kärlsjukdomar och den psykiska hälsan. Att psykisk ohälsa sedan, i sin tur, ofta leder till att den drabbade drar sig undan och i värsta fall isolerar sig talar för att det här är ett problem att ta på yttersta allvar. Hittar vi strategier för att minska människors känsla av ensamhet och utanförskap skapar vi med all säkerhet också ett mer harmoniskt, tryggt och ekonomiskt hållbart samhälle, det är nog de flesta experter eniga om.

I Storbritannien har man tagit det här problemet på stort allvar. Där har man till och med utsett en ensamhetsminister som tagit fram en nationell strategi med ansvar för landets kommuner att på olika sätt försöka minimera människors upplevelse av ensamhet och utanförskap. Ett projekt som också har ett samverkansperspektiv och ett starkt ekonomiskt syfte, då man bland

annat insett att ensamma människor ofta söker sig till en redan hårt belastad sjukvård och socialtjänst. Staden Frome i södra England är ett lysande exempel på hur en kommun tagit sig an uppgiften att just försöka ena ett samhälle och minimera människors upplevelse av utanförskap, ensamhet och isolering.

I Frome har man arbetat för att sjukvård och socialtjänst ska kunna lägga all sin kraft och ekonomi på dem som verkligen behöver deras hjälp, inte på de som främst mår dåligt på grund av sysslolöshet, ensamhet och isolering. Där bör istället övriga samhället, bland annat genom olika föreningar, idrottsklubbar, volontärer etc kunna träda in. Detta innebär bland annat att läkare skriver ut social aktivitet på recept och man har dessutom utbildat till exempel frisörer, taxichaufförer och andra yrkesgrupper att kunna tipsa människor som tycks vara ensamma om de olika sociala aktiviteter som finns i staden. I Frome arbetar man emot målet att ett enat, accepterande, ansvarstagande och medmänskligt samhälle är en förutsättning för att få alla invånare att känna sig sedda och behövda.

I vårt arbete som personliga ombud möter vi många klienter som på grund av sin psykiska funktionsnedsättning hamnat i en ofrivillig ensamhet, något som alltså verkligen är kontraproduktivt för deras möjligheter till tillfrisknande och återhämtning.

Ensamheten och isoleringen kan givetvis ha många orsaker. Sjukdomen i sig är en faktor, stigmat och okunskapen om psykisk ohälsa är en annan och den sköra ekonomi som ofta följer med den som inte kan arbeta är ytterligare en orsak till varför personer med psykisk funktionsnedsättning hamnar i utanförskap.

Många av våra klienter är beviljade sysselsättning genom biståndsbeslut enligt SoL eller LSS, men med allt mer minskade resurser för kommunerna finns risken att man begränsar antalet sysselsättningspass vilket, i så fall, givetvis är ytterst olyckligt. Vi ser också att verksamheter där det inte krävs biståndsbeslut, till exempel träfflokaler, blir färre och färre.

En annan sak, vilket verkligen kan diskuteras, är att vi i Sverige ofta delar in människor utifrån olika diagnoser, funktionsnedsättningar eller ålder. Till exempel hänvisas personer med psykisk funktionsnedsättning oftast till sysselsättningar riktade mot just den målgruppen.

I Frome verkar man inte se personen främst utifrån dennes ålder eller funktionsnedsättning, utan här välkomnar man istället

medvetet blandningen av alla olika människor. Ett bra sätt, tänker vi, för att öka kunskap och förståelse och för att motverka stigma, till exempel kring psykisk funktionsnedsättning.

Vidare tycks volontärverksamheter inte alls vara lika utbredda och självklara här i Stockholm som i Frome. Givetvis finns det verksamheter, här som där, där personal absolut behöver vara utbildad, erfaren och professionellt kunnig om psykisk funktionsnedsättning, men i Frome har man alltså skapat olika former av tjänster och mötesplatser för människor, oavsett ålder och/eller funktionsnedsättning, som till stor del fungerar med hjälp av frivilligarbetare. Volontärer som ställer upp och finner det meningsfullt, inte minst för att de är oombärliga för projektet i stort. Att hjälpa andra är något som också oftast känns väldigt bra för en själv, det känner vi nog alla till.

Vi lärde oss verkligen mycket av våra dagar i Frome och man tog hand om oss på bästa sätt och hade skapat ett program som gav oss en bred och god kunskap om projektets olika delar. Vi fick tillfälle att möta och prata med politiker, volontärer, anställda inom vård och socialtjänst och, förstås, brukare. En extra minnesvärd stund var då vi fick besöka ett av de ”Talking cafés” som finns i staden.

Slutligen – projektet i Frome innehåller, som sagt, flera olika delar och är intressant och tänkvärt på så många sätt. Ekonomiskt har man kunnat visa minskade kostnader, till exempel när det gäller akutsjukvård. Och det handlar inte bara om att försöka få människor som hamnat i utanförskap att känna sig som en del av det gemensamma, det handlar lika mycket om att skapa en stad och ett samhälle där medborgare förstår vikten av att ta ett stort eget ansvar för att göra Frome till en stad som är attraktiv att leva i. För alla!

4. Sammanfattning

Vi var åtta personliga ombud i Stockholms stad, som reste till Frome i södra England för att ta del av ett projekt där, samt att också se över möjligheter att implementera idéerna i vårt arbete. Projektet i Frome tog sin början 2013 och syftar till att försöka skapa en stad och ett samhälle som är attraktivt att leva i, för alla. Detta bland annat genom att försöka minimera människors upplevelse av ensamhet och utanförskap. För att uppnå det satta målet rekryterar och utbildar man bland annat volontärer som ett

komplement till stadens ordinarie vård- och omsorgsutbud. Dessutom syftar projektet till att göra Frome till ett ekonomiskt och klimatmässigt hållbart samhälle där motivation och ansvar till stor del läggs på medborgarna själva.

Det finns mycket som etsat sig fast och som känns intressant att försöka införliva i det svenska och stockholmska samhället. Vi tänker bland annat på hur många värdefulla volontärer vi skulle kunna tänkas hitta bland till exempel människor med sjukersättning eller bland våra ålderspensionärer. Människor med massor av kunskap och erfarenhet som skulle kunna användas på ett betydligt bättre sätt än det gör idag.

Vi tänker också att vi i vårt yrke som Personligt Ombud har en fortsatt viktig uppgift i att länka klienter och andra som tar kontakt med oss till rätt instanser, försöka motverka sysslöshet och sprida kunskap om vår målgrupp och hur utsatt den är för just ensamhet och isolering. Med detta innebär det också att vi genom vår medverkan i t ex ledningsgrupper och FINSAM har ett ansvar och en möjlighet att påtala vikten av sysselsättning och gemenskap samt fortsätta informera om de systembrister som finns och som drabbar den målgrupp vi vänder oss till.