

## Projektansökan till Gotlands samordningsförbund, Finsam

Blankett för ansökan om medel för utveckling av rehabilitering i samverkan från Gotlands samordningsförbund.

Beskriv nedan under varje rubrik det som gäller för din/er ansökan

**Namn** på verksamheten/insatsen/projektet

Hälsobalans Gotland - ett koncept för främjande av psykisk hälsa  
Rehabenheten Korpen, Region Gotland  
Avdelningen för Arbetsmarknad och Integration, Region Gotland

**Bakgrund:** problemområde och utveckling över tid samt hur Ni och samverkanspart arbetar med detta idag

Den psykiska ohälsan är ett växande samhällsproblem som medför stort lidande för individen och stora samhällskostnader. Redan innan pandemin fram gick i en analys över psykisk hälsa från 2016 att nästan var femte person på Gotland hade nedsatt psykiskt välbefinnande. I och med covid-19-pandemin tycks den psykiska ohälsan internationellt ha ökat ytterligare. (Påverkar covid-19-pandemin befolkningens psykiska hälsa? — Folkhälsomyndigheten (folkhälsomyndigheten.se)). En riskgrupp för psykisk ohälsa är unga vuxna, i Sverige har en ökning på närmare 70% skett på tio år (Kraftig ökning av psykisk ohälsa hos barn och unga vuxna (socialstyrelsen.se)).

En annan riskgrupp för psykisk ohälsa, är de som saknar sysselsättning så som arbete eller studier. Detta beskrivs enligt Folkhälsomyndigheten (Sysselsättning i befolkningen (folkhälsomyndigheten.se)). Det finns enligt Folkhälsomyndigheten tydliga skillnader i hälsa hos personer med arbete och de som är arbetslösa. Man har därför konstaterat att en viktig bestämningsfaktor för jämlik hälsa är arbetslöshet kontra sysselsättning. Detta styrks av Arbetsmiljöverkets rapport (Hälsokonsekvenser av arbetslöshet, personalneddragningar och arbetsbelastning relaterade till ekonomisk nedgång (av.se)) om hälsoeffekter av arbetslöshet, som redovisar forskningsresultat kring ämnet. Enligt rapporten visar studier på att en förlust av arbete har en tendens att leda till ökad psykisk ohälsa. Att förbättra sin psykiska hälsa leder till en större chans att få ett nytt arbete. Det kan konstateras att arbetslöshet både kan orsakas av ohälsa och kan orsaka ohälsa. Unga vuxna är speciellt utsatta på arbetsmarknaden och på grund av följer till covid-19-pandemin, kan det leda till ytterligare svårigheter att slutföra sina studier och att etablera sig på arbetsmarknaden för den målgruppen (Ungas etablering på arbetsmarknaden behöver stärkas (skr.se)).

På Gotland ser vi att antalet unga i arbetslöshet ökat under 2020. I december 2020 var 435 unga öppet arbetslösa, en ökning på 14,5 % och majoriteten av dessa hade varit inskrivna upp till 6 månader. (arbetsförmedlingen.se) Många unga på Gotland arbetar sina första år i arbetslivet inom säsongsarbeten dels på Gotland men också på andra turistorter, och utifrån pandemin har denna arbetsmarknad ändrats avsevärt. På Socialförvaltningens enhet Stöd och försörjning så var 29% av de unga som sökte ekonomiskt bistånd sjukskrivna vid ansökan i november månad 2020, vilket typ av sjukskrivning framkommer inte i statistiken. I insatsen, VuxKomp, som är ett samarbete mellan Socialförvaltningen, Utbildnings- och Arbetslivsförvaltningen och Arbetsförmedlingen ökade antalet inskrivna unga vuxna (18-24 år) under hösten 2020 och i december var antalet 29 inskrivna unga vuxna med behov av vägledande och coachande stöd mot arbete eller studier. I gruppen förekommer psykisk ohälsa som till stor del kan härledas till känslan av ovisshet och isolering enligt coacherna som möter de unga.

Inom Ungdomskraft inom Region Gotland som har det uppsökande ansvaret inom det kommunala aktivitetsansvaret, har man under hösten 2020 sett en viss ökning av ungdomar 16 -20 år som varken arbetar eller studerar. Siffrorna för 2020 är ej sammanställda i skrivande stund men senaste mätningen, i september 2020, var att 284 individer omfattades. Trenden är den att den tidigare överrepresentationen av unga män inte längre förekommer utan det är nästintill 50/50 mellan unga kvinnor och unga män som innefattas av insatsen.

I Myndigheten för Ungdoms- och civilsamhällets senaste rapport om UVAS, Unga som varken arbetar eller studerar, konstateras att unga är särskilt utsatta i försämrat konjunkturläge och förebyggande insatser är av största vikt. (mucf.se) På Gotland kunde man under 2020 se en ökning av unga som omfattas av KAA, det kommunala aktivitetsansvaret, och särskilt ökade andelen unga kvinnor. (scb.se)

Hälsosamma levnadsvanor spelar stor roll för den psykiska och allmänna hälsan. (Levnadsvanor (folkhälsoguiden.se)). Att kunna fånga upp personer som riskerar att drabbas av psykisk ohälsa, i ett tidigt skede, är därför viktigt för att minska lidande för individen samt för att undvika att tillståndet förvärras och leder till större vårdbehov. För att undvika detta krävs att personer får rätt insats vid rätt tillfälle. Levnadsvanornas påverkan på hälsan och vikten av att arbeta förebyggande kring detta har förts fram ytterligare i samband med covid-19-pandemin (Hälsosamma levnadsvanor räddar liv - Läkartidningen (lakartidningen.se)).

Arbetsmarknads- och integrationsenheten riktar sig till personer som varken arbetar eller studerar. Idag finns ett hälsofrämjande arbete på enheten som innebär att utforska hälsoläget och om behov uppmärksammas stödja till kontakter och personerna erbjuds rörelse i gymnastikhall eller via promenader. Temat som kallas Hälsa och livsstil erbjuds i grupp och/eller individuellt och har även inneburit föreläsningar med olika teman såsom sömn och kost. Det har uppmärksamats att det finns ett behov av att kunna erbjuda ett mer utarbetat/attraktivt koncept för unga vuxna, för att främja psykisk hälsa för de unga vuxna som saknar arbete eller studier.

Inom hälso- och sjukvårdens enhet habilitering och rehabilitering har ”Projekt psykisk hälsa” pågått under perioden 1/8-31/12 2020. Under projektets gång har arbetssätt kring psykisk hälsa inom primärvården på Region Gotland undersökts och ett behov av tidiga rehabiliterande insatser vid risk för psykisk ohälsa har påvisats. Det har även visats intresse för ökad användning och utveckling av digitala metoder inom vården. Ytterligare behov av ökad samverkan över enhetsgränserna och förvaltningsgränserna har även framkommit då psykisk hälsa berör allas arbeten och olika kompetenstillgångar finns inom de skilda verksamheterna.

Ur projektet har ett förslag till ett koncept tagits fram för att främja psykisk hälsa inom primärvården på Gotland. Konceptet döptes till ”Hälsobalans Gotland”. Inspiration har inhämtats från tidigare erfarenheter i verksamheterna inom Region Gotland, från liknande projekt i andra delar av landet samt från större nationella arbeten inom psykisk hälsa och rehabilitering. Konceptet och materialet har arbetats fram och anpassats utifrån förutsättningarna inom Region Gotland. Fokus ligger på förebyggande insatser för att främja psykisk hälsa och innehåller både individuella och gruppbaseade delar. Konceptet bygger på tre grundmoment; ett digitalt program, coaching/uppföljning samt en rörelse- och aktivitetsgrupp. Konceptet och materialet är sammanställt och behöver införas och prövas för att kunna utvärderas och i förlängningen utvecklas och implementeras i befintlig verksamhet.

Ett samarbete mellan Hälso- och sjukvården och arbetsmarknads- och integrationsenheten är en viktig del i att nå personer med risk för ohälsa. De som står utan sysselsättning har risk för ohälsa och är därför en viktig målgrupp att fånga upp i ett tidigt stadiet och arbeta förebyggande kring.

**Verksamhetsidé:** Hur ser den nya idén ut, beskriv verksamhetsiden/projektet som Ni och er samverkanspart/samverkanspartner har.

Att kunna erbjuda ett professionellt och digitalt stöd för främjande av psykisk hälsa för individer som idag står utan sysselsättning. Genom att arbeta förebyggande kan personer som riskerar att utveckla psykisk ohälsa fångas upp och få hjälp i ett tidigt skede. Det konceptet som erbjuds bygger på att öka kunskap och uppmuntra till egenansvar kring hälsosamma levnadsvanor.

Genom ett förvaltningsövergripande samarbete kan UAF få professionellt stöd från HSF verksamhet kring förebyggande av hälsa. HSF kan genom samarbetet nå ut till individer i riskgrupp för psykisk ohälsa och arbeta i förebyggande syfte för att minska risken att dessa individer i ett senare skede ska behöva söka vård. Konceptet Hälsobalans Gotland kompletterar ordinarie verksamhet genom att tillföra ytterligare arbetsmetoder.

**Syfte:** ange syftet med projektet.

Då unga vuxna som står utan sysselsättning på Gotland, har en ökad risk för ohälsa är projektets syfte att testa konceptet Hälsobalans Gotland, för att skapa möjligheter att genom utökad kunskap kunna stärka den fysiska och mentala hälsan.

**Mål:** Vilka mål ska uppnås, både verksamhets- och resultatmål.

*Verksamhetsmål – utvecklat samarbete mellan parterna:*

- Samarbetet ökar möjligheter att fånga upp personer med risk för ohälsa eller lättare ohälsa, som inte sökt eller tänkt söka vård, i ett tidigt skede.
- Personer utan sysselsättning löper risk för ohälsa, därför är målet att underlätta för personerna att främja och bibehålla hälsa.

*Resultatmål – mål på individnivå:*

40 personer som är inskrivna på arbetsmarknad- och integrationsenheten kommer erbjudas att delta i programmet. 80% väljer att fullfölja hela programmet.

90% av deltagarna som fullföljer programmet upplever att deltagandet i programmet har givit verktyg för en positiv beteendeförändring.

80% av deltagarna skulle rekommendera andra att gå programmet.

**Målgrupp:** beskriv målgruppen eller målgrupperna som idén riktar sig till, hur många personer är berörda inom respektive målgrupp och det förväntade resultatet utifrån individerna som deltar i aktiviteten.

Personer mellan 16-29 år, som saknar sysselsättning och som därför löper risk för ohälsa/har lättare ohälsa och är i behov av stöd i levnadsvanor för att främja den psykiska hälsan. Deltagare i testet kommer även erbjudas för personer mellan 29-65 år med syfte att kunna jämföra skillnader mellan åldersgrupper.

Totalt kommer 40 personer att delta i programmet uppdelat på två testperioder.

**Aktiviteter:** Beskriv vilka aktiviteter Ni tänkt genomföra och hur de skiljer sig mot det som görs idag av Er och samverkanspartner.

#### Övergripande aktiviteter under projektperioden

Uppstart och initiering av projektet

Grupp 1

Grupp 2

Sammanställning och utvärdering av konceptet

Implementering, överlämning och slutrapportering

#### Beskrivning av konceptets aktiviteter

Konceptet Hälsobalans Gotland består av ett digitalt program som deltagarna arbetar med på egen hand under 4-6 veckor. Materialet innehåller fakta i form av text, videoklipp och bilder, länkar till fördjupad information och kontaktuppgifter samt reflektionsuppgifter. Konceptet innefattar även en rörelse- och aktivitetsgrupp som pågår 1 gång/vecka under 6 veckors tid, parallellt som deltagarna arbetar självständigt med det digitala materialet.

Varje vecka har ett tema;

Vecka 1 – Psykisk hälsa

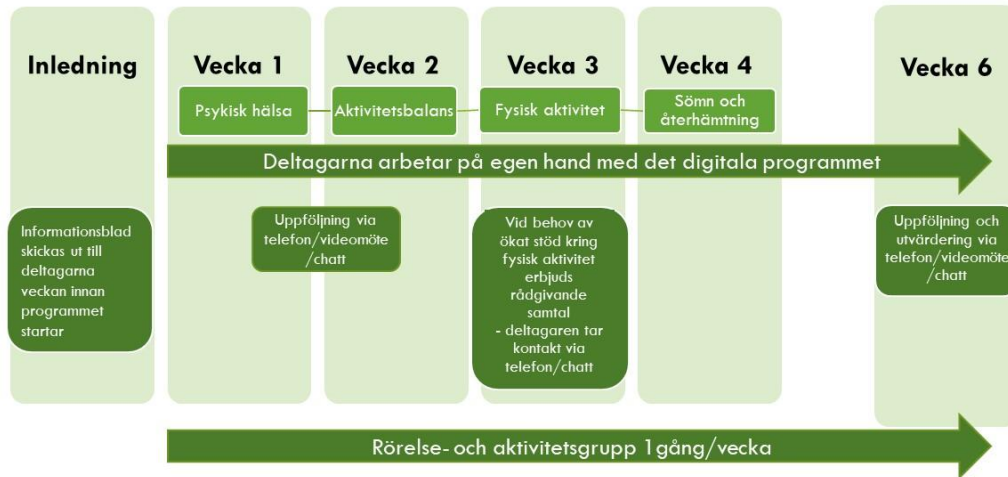
Vecka 2 – Aktivitetsbalans

Vecka 3 – Fysisk aktivitet

Vecka 4 – Sömn och återhämtning

- Efter vecka 1 ingår en kortare avstämning/uppföljning över telefon eller chatt.
- Om deltagaren har behov av ökat stöd för att komma igång med/anpassa fysisk aktivitet så erbjuds detta under vecka 3.
- 6 veckor efter att programmet startat sker en uppföljning och utvärdering. Om det finns behov av ytterligare uppföljning erbjuds det efter 1-2 månader.

## HÄLSOBALANS GOTLAND



Det finns olika typer av insatser både individuellt och i grupp relaterade till psykisk ohälsa inom Rehabenheten Korpen/Habrehab idag, men skillnaden är att här erbjuds ett helt koncept innehållande dels en aktivitetsgrupp och en digital lösning, detta med fokus på förebyggande insatser och egenansvar (de som kanske lätt hamnar mellan stolarna idag).

Finsam:

Konceptet har ett bredare koncept med två olika professioner (fysioterapeut tillkommer) och ett digitalt fokus som kan vara mer attraktivt och anpassat för målgruppen.

**Bemanning:** vilka personella resurser ska ingå, vilken eller vilka huvudmän är ansvariga för driften av verksamheten.

HSF - En arbetsterapeut och en fysioterapeut

UAF - Del av tjänst från coacher/handläggare Arbetsmarknad och Integration samt administration i SUS av samordnare - sammanlagt 25% = 120 timmar (Medfinansiering i tid)

**Kostnad:** Lämna en preliminär kostnadsram på årsbasis för den del ni söker medel till

Resurser	År ...2021..... kr	År ..... kr
Personalkostnader	550 000	
Utbildningskostnader	10 000 handledn. av chef	
Utvärderingskostnader		
Tjänster, tex tele, IT		
Övriga kostnader		
Lokalkostnader		
<b>Summa kostnader</b>		

**Tidsplan;**

år

Startdatum...1/1-2021.....

Slutdatum...30/6-2021.....

**Uppföljning och utvärdering:** Beskriv hur uppföljning och utvärdering skall gå till och vad som ska utvärderas. SUS systemet ska användas.

Utvärdering kommer att ske dels genom analys och sammanställning av resultatet från självskattningsformuläret CORE-OM som deltagarna fyller i före och efter programmet.

Utvärdering av konceptet som helhet kommer att ske genom sammanställning av insamlad information från deltagarna via enkäter och intervjuer. Projektgruppen tillsammans med inblandad personal från arbetsmarknad- och integrationsenheten kommer att genomföra en strukturerad utvärdering i slutet av projektperioden.

Samordnare vid avdelningen för Arbetsmarknad och Integration kommer registrera deltagare och process i SUS.

**Implementering:** Hur implementeras gjorda erfarenheter till ordinarie verksamhet; Inriktningen är att aktiviteten ska finansieras och drivas av en eller flera huvudmän/medlemmar efter försöksperioden om det påvisats positiva resultat. På vilket sätt kan gjorda erfarenheter implementeras till den ordinarie verksamheten efter avslut.

Efter projektets slut skall relationen mellan förvaltningarna och särskilt de berörda enheterna vara förbättrat och en mer strukturell samverkan påbörjad. Detta skall resultera i att insatser hos de olika enheterna och vägen till dem skall vara tydligare för individen men också personal som möter individer med behov av stöd.

Om resultatet är positivt skall det digitala materialet skall kunna skickas ut och användas i för deltagare inom Arbetsmarknads och integrationsenhetens insatser för att stärka individens möjlighet till sysselsättning och psykiskt välmående hos gotländska medborgare som står utanför arbetsmarknaden och är aktuella i avdelningens insatser. Det behövs ansvariga personer utsedda för att göra uppföljningar och hålla i aktivitets grupperna, vilket skall ha skett inom Arbetsmarknad och Integration samt HSF för att skapa möjlighet till ett långsiktigt samarbete.

Ett påbörjat arbete för att skapa förutsättningar för fler att ta del av materialet skall ha skett vid projektets slut.

En ansvarig ägare behöver vara utsedd för att materialet skall uppdateras och distribueras på ett fungerande sätt.

**Vilken huvudman ska ansvara för insatsen samt kontaktperson**

Namn	Organisation	Telefonnummer	Mailadress

**Förankring;** Hur har er idé förankrats hos övriga huvudmän som är direkt berörda av projektet; har nödvändiga kontakter tagits med representanter från de olika huvudmännen för att stämma av idén.

Kontaktpersoner	Organisation	Telefonnummer	Mailadress

### Underskrift av Beredningsgruppen

Namn	Organisation	Mailadress
Namn Namnteckning Namnförtydligande		
Namn Namnteckning Namnförtydligande		
Namn Namnteckning Namnförtydligande		
Namn Namnteckning Namnförtydligande		

### Underskrift av ansvariga

Namn	Organisation	Mailadress
Namn Namnteckning Namnförtydligande		
Namn Namnteckning Namnförtydligande		
Namn Namnteckning Namnförtydligande		
Namn Namnteckning Namnförtydligande		

SAMORDNINGSFÖRBUNDET  
*finsam*  
GOTLAND

 Försäkringskassan  Region Gotland  Arbetsförmedlingen