

# Ett samhälle där vi alla mår bättre

**Ämnet psykisk ohälsa är så brett att det inte finns en aktör som har ansvaret eller ens förmågan att hantera det ensam. Istället är det flera aktörer från olika delar av samhället, med olika avgränsningar, som på ett eller annat sätt jobbar för att individer ska nå ökad psykisk hälsa.**

Det räcker inte att bara fokusera på psykisk sjukdom om målet är att hela Halland ska må bättre. Ambitionen med mötet är att lyfta blicken från psykisk ohälsa till psykisk hälsa. För att den psykiska hälsan ska bli bättre i Halland, behöver vi känna till varandra bättre och se om det finns situationer då vi bör jobba ihop på ett strukturerat sätt. Mötet den 15:e oktober är ett första steg där fokus ligger på att utforska varandras verksamheter, olika metoder för ökad psykisk hälsa och hur vi tar oss framåt.

Initiativtagare till mötet är Psykiatri Halland och den Halländska Överenskommelsen. Vi ser att det är viktigt att inleda ett strategiskt arbete från början, i rätt ände. På så sätt kan vi lära känna varandra och bygga samverkan på respekt och nyfikenhet istället för på fördomar. Det ger oss också en möjlighet att utforma ett samarbete bortom tillfälliga projekt och punktinsatser.

**Datum:** 15 oktober 2020

**Tid:** 17:30 – 20:00

**Plats:** Digitalt, länk skickas efter sista anmälingsdatum

**Anmälan:** [HÄR](#), eller till [rebecca@hbf.se](mailto:rebecca@hbf.se)

**Målgrupp:** Den Halländska Överenskommelsens parter

**Sista anmälan:** 13 oktober 2020

# Programmet:

## Introduktion

Roger Orlinge, ledningsgruppen förvaltningen Psykiatri Halland, och Rebecca Nordström, Halländska Överenskommelsen, hälsar välkomna och lägger upp strukturen för kvällen

## Presentation: Vetenskaplig ingång för samverkan

Känsla av sammanhang, eller KASAM, är en teori formulerad av sociologen Aaron Antonovsky. Denna teori fokuserar på begreppet salutogenes, som ungefär betyder "hälsans ursprung". Antonovsky menar att ett meningsfullt, tryggt och förutsägbart liv ger bättre hälsa.

## Presentation: Klassiskt föreningsarbete – äldres ofrivilliga ensamhet

Föreningsformen grundar sig på idén att det är medlemmarna eller deltagarna som bestämmer verksamheten. Oavsett om det rör sig om aktivitetsbaserad eller intressepolitisk verksamhet så inkluderas och aktiveras deltagarna att påverka, delta och besluta. Här ges ett nedslag i arbetet att ta sig an ett allt mer växande samhällsproblem – äldres ofrivilliga ensamhet.

## Presentation: Kunskapsdelning – att ta ett svårt samtal

Hur kan medmänniskor bli bättre på att uppmärksamma personer i sin omgivning som mår dåligt? Hur gör man för att ta ett jobbigt samtal som ibland kan röra det mest sårbara och privata? Vad är bra att tänka på i samtal som rör ålderssjukdomar, missbruk eller våld?

## Presentation: Kan kultur vara en väg till bättre hälsa?

2019 publicerade WHO en metastudie på över 3000 undersökningar om sambandet mellan kultur och hälsa. Studien pekar på kulturutövande som en metod för att främja välbefinnande och motverka psykisk och kronisk ohälsa. Kanske kan du själv relatera till ditt mående efter en danskväll, sångstund i bilen eller lite gitarrplinkande?

## Diskussion: Vägval, nästa steg och intresse.

Finns det ett behov av mer strukturerad samverkan?

Vilka fallgropar/hinder kan finnas för lyckad samverkan?

Vad skulle psykiatrin kunna bidra med?

Vad skulle idéburna kunna bidra med?

Bör samverkan utgå från "Dela erfarenheter, träffas och skapa samsyn" eller "Göra tillsammans"?

## Varmt välkomna!



BÄSTA LIVSPLATSEN

Region Halland

