

Idéburet offentligt partnerskap kring Självhjälpsgrupper i stadsområde Sydväst

Bakgrund

Självhjälpsgrupper är små grupper där deltagarna samlas kring en gemensam angelägenhet såsom ett problem, utmaning eller ett område man vill utvecklas inom. Självhjälpsgrupperna bygger på frivillighet, likvärdighet och ömsesidighet. Samtalet sker utifrån en pedagogisk metod som kallas "Rundan", där man utgår från sig själv och talar i jag-form. Ingen avbryter kommenterar eller kommer med goda råd om inte den som talar ber om det. Det finns inget taltvång. I gruppen skapas en tillit genom att man både lyssnar och blir lyssnad på. Övriga deltagare bevittnar den personliga utveckling som sker i gruppen. I en Självhjälpsgrupp kan man vara anonym om man vill. Dessutom gäller tystnadslöfte för alla som deltar. En person som kallas Igångsättare deltar de tre första gångerna för att hjälpa gruppen att starta och introducera den pedagogiska rutin som används "Rundan".

Studier¹ om Självhjälpsgrupper visar att dessa grupper kan ha flera positiva effekter på deltagarnas psykiska hälsa och välbefinnande. Några viktiga insikter är:

- Stöd och gemenskap: Självhjälpsgrupper erbjuder en plats där individer kan dela sina erfarenheter och få stöd från andra som går igenom liknande utmaningar. Detta kan minska känslor av isolering och ensamhet.
- Empowerment: Deltagande i Självhjälpsgrupper kan stärka individers känsla av kontroll och egenmakt över sina liv. Genom att dela och lyssna på andras berättelser kan medlemmarna få nya perspektiv och strategier för att hantera sina problem.
- Psykologiska fördelar: Självhjälpsgrupper kan bidra till förbättrad självkänsla, minskad ångest och depression samt ökad livskvalitet.
- Grupprocesser: En studie från Göteborgs universitet identifierade att Självhjälpsgrupper fungerar bäst när medlemmarna har en stark inre motivation, tar ansvar för gruppens struktur och beslut, och känner tillit och respekt för varandra.

Självhjälpshuset Solkatten² är beläget på Majorsgatan i Göteborg. Föreningen startade för 28 år sedan och har sedan dess erbjudit Självhjälpsgrupper för 10 000 tals personer i framför allt Göteborgsområdet. Effekterna för deltagarna har varit mycket bra och givit många deltagare förutsättningar för en högre livskvalité.

Självhjälpsgrupper i stadsområde Sydväst

Att skapa möjligheter till samtal genom Självhjälpsgrupper, som är en väl beprövad metod, är ett av flera verktyg för att främja psykisk hälsa och förebygga ofrivillig ensamhet.

¹ Källor i ett urval:

- Vetenskapligt arbete 15 p, Göteborgs universitet, 2013.
[https://gupea.ub.gu.se/bitstream/handle/2077/33271/gupea_2077_33271_1.pdf?sequence=1]
- Examensarbete inom det sociala området, Arcada yrkesskola Helsingfors, 2010.
[https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/16285/Wallenius_Sabina.pdf?sequence=1]

² Hemsida: <https://sjaelvjalp.com/>

Självhjälpshuset Solkatten kan vara ett stöd för att tillgängliggöra Självhjälpssgrupper i stadsområde Sydväst. I Västra Frölunda församling och i Flatåskyrkan finns lokaler och Självhjälpssgrupper kan verka i anslutning till frivilligcentralerna som är lokaliserade i respektive kyrkas lokaler. Vi vill gemensamt prova Självhjälpssgrupper i stadsområde Sydväst med stöd av Självhjälpshuset Solkatten inom ramen för ett idéburet offentligt partnerskap.

Om Idéburet offentligt partnerskap

Idéburet offentligt partnerskap (IOP) är en samverkansmodell mellan idéburen och offentlig sektor som utarbetats av Forum för Frivilligt Socialt Arbete. Modellen går ut på att parterna bidrar med olika resurser och kompletterar varandra i en gemensam utveckling av lokalsamhället.

Modellen bidrar till att säkra den idéburna partens självständiga identitet och särart. Den skapar också förutsättningar för den ideella parten att kunna bidra till lokal utveckling och delaktighet i samhällsarbetet. Målet är att parterna ska få mer effekt av sitt arbete genom att lära av varandra och utvecklas gemensamt. Idéburet offentligt partnerskap handlar om att skapa ett vinna-vinna-förhållande mellan aktörerna.

Parterna som omfattas av avtalet

Ingående parter är Flatåskyrkans församling, socialnämnd Sydväst, Västra Frölunda Pastorat, Föreningen Självhjälpshuset Solkatten.

Parternas övergripande målsättning

Möjliggöra Självhjälpssgrupper i stadsområde Sydväst för att på så sätt främja psykisk hälsa, existentiell hälsa och förebygga ofrivillig ensamhet.

Syfte med partnerskapet

Syftet med partnerskapet är att stärka samspelet mellan den offentliga och idéburna sektorn för att skapa förutsättningar för att främja psykisk hälsa via Självhjälpssgrupper. Syftet är att hitta en modell för att pröva konceptet i stadsområde Sydväst.

Föreningen Självhjälpshuset Solkatten

Verksamheten kring Självhjälpssgrupper har kontinuerligt växt och idag har Självhjälpshuset Solkatten över 4000 besök årligen i sina Självhjälpssgrupper. I och med den stora och konstant växande efterfrågan finns det ett behov av att erbjuda Självhjälpssgrupper på fler ställen i Göteborg vilket gör att en samverkan enligt detta IOP är välkommet.

Flatåskyrkans församling

Flatåskyrkans församling vill finnas i närområdet och vara en trygg mötesplats för människor oavsett ålder, sexuell läggning, nationalitet eller religion, med målet att motverka ofrivillig ensamhet. Flatåskyrkans församlings grundhållning är att varje människa är unik och värdefull. Församlingen vill genom öppenhet, flexibilitet, dialog och lyssnande vara en plats där människors delaktighet och kreativitet får rymmas.

Västra Frölunda Pastorat

Genom avtalet ges möjligheter för Västra Frölunda församling att främja hälsa och delta i det lokala

folkhälsoarbetet, med ett särskilt fokus på att motverka psykisk ohälsa. Ett samarbete gör det möjligt för kyrkan att utveckla arbetet så att fler människor kan få känna en känsla av sammanhang, bli bemyndigade att våga vara sig själv och ta ansvar över sitt eget liv och bidra, var och en efter sin förmåga.

Socialnämnd Sydväst via det lokala folkhälsoarbetet

En del av det lokala folkhälsoarbetet i Sydväst regleras genom ett avtal mellan Göteborgs stad/Socialnämnd Sydväst och Västra Götalandsregionen/Delregional nämnd Göteborg. Ett målområde för arbetet är att främja psykisk hälsa. Att människor möts och samtalar utifrån ett tema som är viktigt för dem har visat sig vara värdefullt och förhoppningen är att Självhjälpsgrupper kan vara ett verktyg för att främja psykisk hälsa hos invånare i Sydväst.

Värdegrund

Partnerskapet ska bygga på respekt inför varandras olika förutsättningar samt öppenhet och dialog som karaktäriseras av ömsesidig tillit. Det gemensamma arbetet kring Självhjälpsgrupper i stadsområde Sydväst ska följa ledorden frivillighet, likvärdighet, ömsesidighet. Självhjälpsgrupperna är religiöst och politiskt obundna.

Samverkan

Parterna är överens om att göra gemensamma marknadsföringsinsatser av Självhjälpsgrupper såväl som rekrytering av så kallade Igångsättare. Samverkan sker mellan parterna i två olika former enligt nedan.

- Strategisk samverkan

Gruppen består av medarbetare med mer strategisk funktion från respektive organisation. Vid möten är det en fördel om även medarbetare med verksamhetsnära funktion deltar. Gruppen träffas en gång/halvår under 2025, vid behov kan gruppen ses fler gånger.

Vid möten avhandlas marknadsförings- och budgetfrågor såväl som uppföljning av Självhjälpsgrupper. Frågor som rör förlängning av IoP eller tecknandet av ett nytt IoP kring Självhjälpsgrupper efter 2025 diskuteras i det här sammanhanget.

- Operativ samverkan

Gruppen består av verksamhetsnära medarbetare från respektive organisation, dock gäller det främst Solkatten, Flatåskyrkans församling och Västra Frölunda församling. Utvecklingsledare Folkhälsa från socialförvaltning Sydväst är med vid behov. Gruppen träffas varannan månad under 2025 men kontakt i gruppen kan tas när som helst om behov uppstår. Vid möten avhandlas verksamhetsnära frågor samt marknadsföring av enskilda Självhjälpsgrupper. Självhjälpshuset Solkattens stöd till församlingarna är specificerat nedan.

Parternas åtaganden

- Flatåskyrkans församling ansvarar för:
 - samtalsrum
 - att skapa tydliga skriftliga rutiner som möjliggör för Igångsättare och Självhjälpsgrupper att nyttja lokalen. Rutiner ska inbegripa handhavande av fika, nycklar, instruktioner vid händelse av brand, dokumentation för uppföljning enligt överenskommelse med övriga parter.

- marknadsföring av Självhjälpsgrupper i kyrkans samt i frivilligcentralens program och i olika nätverk, andra partnerskap.
- marknadsföring av Igångsättarutbildningar i kyrkans samt i frivilligcentralens program och i olika nätverk, andra partnerskap.
- Västra Frölunda församling ansvarar för:
 - samtalsrum
 - att skapa tydliga skriftliga rutiner som möjliggör för Igångsättare och Självhjälpsgrupper att nyttja lokalen. Rutiner ska inbegripa handhavande av fika, nycklar, instruktioner vid händelse av brand, dokumentation för uppföljning enligt överenskommelse med övriga parter.
 - marknadsföring av Självhjälpsgrupper i kyrkans samt i frivilligcentralens program och i olika nätverk, andra partnerskap.
 - marknadsföring av Igångsättarutbildningar i kyrkans samt i frivilligcentralens program och i olika nätverk, andra partnerskap.
- Självhjälpshuset Solkatten avsätter tid för:
 - planering, administration, uppföljning, utvärdering, utveckling samt marknadsföring av Självhjälpsgrupper i Sydvästra Göteborg.

Självhjälpshuset Solkatten står också för:

- Samordning av operativ samverkan.
- Särskilda Igångsättarutbildningar för Sydväst.
- Handledning av utbildade Igångsättare.
- Uppläggning och administration av Självhjälpsgrupper.
- Tydlig rutin till förmån för församlingarna där det framgår vem de kontaktar på Solkatten vid behov av stöd gällande Självhjälpsgrupper.
- Socialförvaltning Sydväst via utvecklingsledare folkhälsa står för:
 - Samordning av strategiska möten.
 - Marknadsföring av Självhjälpsgrupper, rekrytering till Igångsättarutbildning i befintliga nätverk.
 - Folkhälsomedel står för kostnader för att skapa förutsättningar för att starta och utveckla Självhjälpsgrupper i Sydvästra Göteborg.

Överenskomna poster, 120 000 kr totalt för 2024

- 25 000 kr för respektive församling för iordningsställande av samtalsrum.
- 70 000 kr för Solkatten till ovan aktiviteter, mer specifika poster se fotnot³.

Överenskomna poster, 325 000 kr totalt för 2025

- 25 000 kr för respektive församling för komplettering av material till samtalsrum eller tid för särskilda överenskomna satsningar inom partnerskapet.
- 275 000 kr för Solkatten till ovan aktiviteter, för mer specifika poster se fotnot⁴.

³ Specifika poster 2024: avgift för Igångsättarutbildning (för personer från Sydväst), planeringstid, framtagande av nytt - och revidering av marknadsföringsmaterial.

⁴ Specifika poster 2025: Framtagande av rutiner för uppläggning och administration av Självhjälpsgrupper, utbildningskostnader för personer från Sydväst för att bli Igångsättare, särskild Igångsättarutbildning för Sydväst, uppläggning och administration av Självhjälpsgrupper, handledning av Igångsättare, planering- och uppföljningstid, framtagande av nytt - och revidering av marknadsföringsmaterial, tillsammans med övriga parter undersökande av framtida finansiering av Självhjälpsgrupper Sydväst.

Kostnader som kan tillkomma under processens gång kan socialförvaltning Sydväst bekosta under förutsättning att det finns folkhälsomedel för ändamålet⁵.

Eventuella inköp som är överenskomna inom partnerskapet görs inom respektive organisation, den totala summan av alla inköp faktureras sedan socialförvaltning Sydväst.

Fakturering/utbetalning

Flatåskyrkans församling och Västra Frölunda pastorat fakturerar socialförvaltning Sydväst senast 5 december för 2024 och senast 15 oktober för 2025.

Självhjälpshuset Solkatten fakturerar socialförvaltning Sydväst:

- för 2024 års kostnader senast 5 december 2024.
- för 2025 års kostnader senast 15 februari 2025. Reglering sker senast 15 oktober utifrån avstämning.

Fakturering görs via e-faktura via Göteborgs stads hemsida⁶. Fakturorna skickas till:

- N165 Socialförvaltning Sydväst, ange mottagarkod 5FH641

På fakturan ska det tydligt framgå att det gäller Självhjälpsgrupper enligt idéburet och offentligt partnerskap, 2024-12-01 till och med 2025-12-31, diarienummer N165 0984/24.

Uppföljning

Det idéburna offentliga partnerskapet följs upp löpande vid avstämningsmöten mellan parterna. Utvecklingsledare Folkhälsa kallar till avstämningsmöten. Detta sker i samband med strategiska samverkansmöten enligt ovan. Utgångspunkten i uppföljningen är de samverkansområden parterna kommit överens om.

Period för partnerskapet

Överenskommelsen gäller 2024-12-01 till och med 2025-12-31. Förlängning av IoP eller tecknandet av nytt IoP diskuteras på strategiska samverkansmöten.

Omförhandling och återbetalningsskyldighet

Respektive part kan påkalla omförhandling av bestämmelse i denna överenskommelse. Ändringar i avtalet ska vara skriftliga för att vara giltiga. Om betydande avvikelser från överenskommelser sker ska parterna innan förändringarna genomförs föra en dialog och godkänna förändringarna. Om någon av parterna inte uppfyller villkoren för överenskommelsen eller brister i sina åtaganden eller det råder väsentligt förändrade omständigheter ska parterna föra en dialog om huruvida partnerskapet kan fortsätta. Vid händelse av att överenskommelsen avslutas kan respektive part bli återbetalningsskyldig.

⁵ Utvecklingsledare Folkhälsa ansvarar för folkhälsomedel inom ramen för Samverkansavtal för folkhälsoarbete.

⁶ <https://goteborg.se/wps/myportal/start/foretag-och-organisationer/upphandling-och-inkop/for-leverantorer-till-goteborgs-stad/fakturera-goteborgs-stad>

Kontaktpersoner

Föreningen Självhjälpshuset Solkatten

Jan Pilhagen, verksamhetsledare
0708–180682, jan@sjalvhjalp.com

Annette Wahlgren, ansvarig Självhjälpsgrupper
0730–376077, annette@sjalvhjalp.com

Flatåskyrkans Församling

Lisbeth Fhager, samordnare Frivilligcentralen Svängrummet
0702–638469, svangrummet@flataskyrkan.se

Kerstin Jedvik, vice ordförande
070-315 77 17, kerstin_jedvik@yahoo.se

Socialförvaltning Sydväst

Tina Eliasson, utvecklingsledare Folkhälsa
031-366 11 34, 072-587 21 97, tina.eliasson@socialsydvast.goteborg.se

Elin Lingman, utvecklingsledare Folkhälsa
031-366 20 42, 0703-68 67 21, elin.lingman@socialsydvast.goteborg.se

Västra Frölunda Församling

Ingrid Svensson, församlingsherde
031 - 731 64 98, 073 - 770 47 05, ingrid.svensson2@svenskakyrkan.se

Maria Högberg, pedagog i församlingsverksamheten
073 - 77 36 720, maria.hogberg3@svenskakyrkan.se

Underskrifter

Denna överenskommelse är upprättad i fyra likalydande exemplar där parterna har tagit varsitt.

Självhjälpshuset Solkatten

Datum, signatur

Jan Pilhagen, verksamhetsledare

Flatåskyrkans Församling

Datum, signatur

Håkan Lilja, församlingsordförande

Socialförvaltning Sydvest

Datum, signatur

Annika Ljungh, direktör

Västra Frölunda Pastorat

Datum, signatur

Ingvild Fallegård, kyrkoherde