

Tredje sektorns förebyggande arbete stöder den psykiska hälsan

Att stödja den psykiska hälsan hos arbetstagare är en investering för att skapa mer hållbarhet i arbetslivet. Psykisk ohälsa är idag den största orsaken till sjukpensionering, och har ökat bland unga under coronapandemin. Sedan 2016 har antalet pensioner som beviljats på grund av psykisk ohälsa ökat med över 20 procent.

År 2019 blev 20 300 personer sjukpensionerade, varav 33 procent på grund av psykisk ohälsa (sjukdomar inom stöd- och rörelseorganen var 31 procent). Den största enskilda orsaken är depression, som gör att tio personer varje dag går i sjukpension. Psykisk ohälsa är idag den vanligaste orsaken till sjukpension för personer under 35 år.

Psykosociala förbundet vill lyfta fram föreningarnas viktiga roll inom social- och hälsovården. Tredje sektorns stödjande, hälsofrämjande verksamhet behövs för att t.ex främja återgång till arbetslivet. Föreningarnas verksamhet kan vara en fast punkt i tillvaron, ge en orsak att stiga upp på morgonen och ett sätt att komma ut i, eller tillbaka till, arbetslivet. När välfärdsområdena nu struktureras bör det sättas mera fokus på tredje sektorn. För att kunna stöda målgruppen behövs tryggad och långsiktig finansiering till föreningarna. Vi vill även påminna om möjligheten att inom välfärdsområdena samarbeta med föreningar inom tredje sektorn, och det kostnadseffektiva komplement till social- och hälsovården som förebyggande lågtröskelverksamhet medför. Genom föreningarnas verksamhet främjar och stärker man invånarnas välmående, hälsa och delaktighet. Återhämtning kan stödjas genom lågtröskelverksamhet inom föreningar som erbjuder kamratstöd, gruppverksamhet, stöd i vardagen och anpassningskurser.

Vi uppmanar även kommunerna att i högre utsträckning ta hjälp av den breda erfarenhetsexpertis som finns inom området, speciellt när man planerar och utvecklar olika serviceformer, såsom missbrukar- och mentalvårdstjänster.

En erfarenhetsexpert är en person som har egna erfarenheter av psykisk ohälsa eller missbruk - antingen som patient, tillfrisknad eller som anhörig, och har genomgått en erfarenhetsexpertutbildning. Erfarenhetsexperten kan berätta om hur det är att vara sjuk, vilka behov som finns, och hur vardagen med sjukdomen ser ut. Erfarenhetsexperten kan även föreläsa om sin sjukdom och sin återhämtning eller leda grupper och fungera som kamratstöd.

Tillsammans kan vi bidra till ökat välmående och skapa en bättre tillvaro för varje enskild individ.

Christer Rönnlund, ordförande
Peter Rolin, verksamhetsledare
Psykosociala förbundet rf