



Psykosociala förbundet

VERKSAMHETSPLAN 2025 – Ingenting om oss utan oss

Psykosociala förbundet r.f. är en ideell, riksomfattande och svenskspråkig expertorganisation inom området psykisk hälsa i Finland. Verksamheten är inriktad på att bevaka målgruppens intressen, koordinera medlemsföreningsarbete, producera och sprida information/kunnande om psykisk ohälsa och välbefinnande på svenska. Psykosociala förbundet planerar och genomför kurs- och rådgivningsverksamhet som är riktad till en sårbar målgrupp för personer med svenska som modersmål.

Psykosociala förbundet är politiskt och religiöst obundet, och har 13 medlemsföreningar runtom i Svenskfinland och på Åland. Psykosociala förbundet grundades år 1984 och hade därmed sitt jubileumsår 2024. Psykosociala förbundets officiella språk är svenska.

Psykosociala förbundets syfte är att:

1. stöda och bevaka psykiskt funktionshindrade personers intressen
2. skapa bättre förutsättningar för återhämtning och livskvalitet
3. verka för att förebygga psykisk ohälsa
4. stöda närstående till personer med psykiska funktionshinder

Psykosociala förbundets strategiska målsättningar är:

1. förstärkandet och vidareutvecklandet av kamratstödet, erfarenhetsexpertisen och volontär/ frivilligarbete
2. att jobba för aktivt och proaktivt påverkansarbete och intressebevakning inom området psykisk hälsa

3. att upprätthålla fenomenbaserad verksamhet med fokus på förebyggande arbete
4. att vara en flexibel och stödjande arbetsgivare och arbetsgemenskap

Psykosociala förbundet lyfter fram ett ”mental health in all policies”- tillvägagångssätt, där betydelsen av omfattande samarbeten syns i all verksamhet. Psykosociala förbundets uppdrag är att ta fram minoriteten inom minoriteten - människor med svenska som modersmål som har psykisk ohälsa. Psykosociala förbundet har också en viktig roll i att upprätthålla diskussionen kring psykisk hälsa på svenska - och att bevaka en likvärdig utveckling kring synsätt och terminologi gällande teman som berör psykisk hälsa som förs på finska.

Psykosociala förbundet genomgick organisationsförändringar under våren 2024 pga ekonomiska utmaningar samt för att utveckla verksamheten. Personalen består nu av: en verksamhetsledare 100%, specialsakkunnig 80%, planerare 100 %, ledande kommunikatör 80%, ekonom 50%, chef för kurs- och rådgivningsverksamheten 100% och rådgivare i livshantering 75 %. Utöver ordinarie personal anställer Psykosociala förbundet kursledare och till YAM-arbetet YAM-instruktörer samt projektledare till utvecklandet av kamratstödsverksamhet. UPPDATERING från styrelsemöte 14.2.2025: en kurskoordinator anställs till årets slut.

Psykosociala förbundets huvudkontor är placerat i *Jakobstad*, där kontorsutrymmen hyrs på Kanalesplanaden 19. Förbundet hyr även kontorsutrymmen på Georgsgatan 18 (SFV-huset G18) i centrala Helsingfors. UPPDATERING från styrelsemöte 14.2.2025: verksamhetsledaren får fullmakt att leta efter nya utrymmen pga att SFV-huset G18 renoveras. Flytten sker i juni 2025.

Psykosociala förbundets verksamhet finansieras av Social- och hälsovårdsministeriet (STEA) och med medel från välfärdsområden, kommuner, fonder och stiftelser samt privatpersoner (donationer).

VERKSAMHET 2025

Målsättning	Hur	Vem	I samarbete med:	Utvärdering
Belysa rättigheter för människor med psykisk ohälsa via aktivt och proaktivt arbete inom området psykisk hälsa (välbefinnande och ohälsa) på svenska i Finland	<p>1. Medlemstidningen Respons 4 nr/år med en årlig upplaga på totalt 10500 för 4 tidningar. Samt deltagande i redaktionsrådet för tidningen FUNK.</p> <p>2. Medverkan/påverkan via sociala medier (Facebook, Instagram, LinkedIn).</p> <p>3. Via Psykosociala förbundets webbsida som är öppen för allmänheten, samt förbundets intranätsida som riktar sig till medlemsföreningarna.</p> <p>4. Olika evenemang för att motarbeta stigma förknippat med psykisk ohälsa:</p>	<p>Påverkansarbetsteamet jobbar tillsammans för att skapa tidningen. Ledande kommunikatören deltar på FUNK-planeringsmöten.</p> <p>Ledande kommunikatören har största ansvaret över sociala medier, material produceras också av spec.sakkunniga. Planeraren jobbar också med hemsidan tillsammans med kommunikatören.</p> <p>Påverkansarbetsteamet delar arbetsuppgifterna / hela arbetslaget involveras.</p>	<p>Olika samarbetspartners bjuds in för att skriva i tidningen. (tryckerisamarbetet är viktigt)</p> <p>Olika evenemang planeras och genomförs i samarbete med olika aktörer, såsom</p>	<p>Påverkansarbetsteamet består av Planeraren, Ledande kommunikatören, Spec.sakkunniga och Verksamhetsledaren. Teamet har möten varje vecka där man reflekterar åtgärder gentemot målsättningen. En utvärderingsenkät skickas till de som får tidningen Respons.</p> <p>Varje vecka hålls även personalmöten där hela arbetslaget reflekterar över förbundets arbete.</p> <p>Utvärdering görs även på förbundets utvecklingsdagar och -samtal, samt via swot-analyser.</p>

	<p>Sjukskötardagar, Suomi Arena, Bokmässan mm.</p> <p>5. Aktivt samarbete med lokala och regionala föreningar och utbildningsaktörer kring teman som berör området psykisk hälsa.</p> <p>6. Fortsatt samarbete kring intressebevakning och påverkansarbete bl.a via SAMS, Nätverket för psykisk hälsa i Finland och deltagande i olika arbetsgrupper inom olika välfärdsområden.</p> <p>7. Att synliggöra god praxis via utdelning av "Årets mentalhälsohjälte"-priset till en person/aktör som gjort en positiv insats för psykisk hälsa.</p>	<p>Spec.sakkunniga, planeraren och verksamhetsledaren håller kontakt med olika aktörer.</p> <p>Spec.sakkunniga, planeraren och verksamhetsledaren håller kontakt med olika aktörer och deltar på olika nätverksmöten. Informationen delas med hela arbetslaget på personalmöten.</p> <p>Ledande kommunikatören skapar texten för uppropet och pressmeddelandet, planeraren samlar in nomineringar via formsenkäten, arbetsutskottet väljer mentalhälsohjälten.</p>	<p>Sjukskötardagar med medlemsföreningar, Suomi Arena med Surunauha och Finfami. Psykosociala förbundet informerar bland annat vid läroanstalterna Axxell och Arcada.</p>	<p>En stående punkt finns på styrelsemöten om aktuellt i förbundet.</p>
--	--	--	---	---

		Verksamhetsledaren / Chef för kurs- och rådgivningsverksamhet delar ut priset i förbundets namn.		
Förstärka och vidareutveckla kamratstöd samt erfarenhetsexpertis på svenska, samt möjligheter till volontär/frivilligt arbete.	<p>1. Psykosociala förbundet erbjuder sina medlemsföreningar stöd, handledning samt möjligheter till samhörighet: regelbundna månadsmöten med medlemsföreningarna, samt verksamhetsledarträffar .</p> <p>2. Erfarenhetsexpertisen på svenska vidareimplementeras i Åbo i samarbete med medlemsföreningen Livsgnistan rf.</p> <p>3. Förbundet är en aktiv del av KAT-nätverket i Egentliga Finland, som jobbar för att vidareutveckla</p>	<p>Föreningsstödteamet bestående av planeraren, ekonomen, specialsakkunniga samt verksamhetsledaren.</p> <p>Projektledarna (utbildade EE) och spec.sakkunniga och verksamhetsledaren.</p> <p>Spec.sakkunniga och verksamhetsledaren deltar vid olika nätverksmöten.</p>	<p>13 medlemsföreningar runtom i Svenskfinland och på Åland.</p> <p>Turun Mielenterveysyhdisty s ITU och Livsgnistan rf.</p> <p>Tredje sektorns aktörer i Egentliga Finlands vfo, och representanter från vfo.</p>	<p>Regelbunden reflektion över samarbetet sker i påverkansarbetsteamet samt vid personalmöten. Medlemsföreningarna får en enkät som fylls i inför förbundets verksamhetsberättelse och för utvärderingen av samarbetet.</p> <p>Regelbundna möten.</p> <p>Reflektioner i påverkansarbetsteamet .</p>

	<p>svenskspråkiga erfarenhetsexpertisen inom Egentliga Finlands välfärdsområde samt utforska nya samarbetsmöjligheter.</p> <p>4. Förbundet fortsätter sitt mångåriga arbete att vidareutveckla möjligheter till volontärarbete inom medlemsföreningarna, som bygger på en gemensam hållbarhetsplan som utvecklades år 2024 och ska utvärderas 2025.</p>	Spec.sakkunniga.	13 medlemsföreningar.	Reflektioner och utvärderingsenkät.
<p>Psykosociala förbundet engagerar sig i fenomenbaserad verksamhet. År 2025 ligger fokus på personer i suicidrisk samt deras anhöriga.</p>	<p>1. Pilotering och utvecklande av en kamratstödsgrupp för anhöriga samt tematillfällen kring suicid i nära relationer i Björneborg, i samarbete med Finfami Satakunta och Satasairaala.</p>	Spec.sakkunniga och verksamhetsledaren.	Finfami Satakunta, vfo och Satasairaala, Surunauha.	Reflektioner samt utvärderingsenkät.

	<p>2. Fortsatt arbete för att den tidigare STEA-finansierade YAM-metoden används i Finland på båda inhemska språken.</p> <p>3. Deltagande i olika samarbetsgrupper såsom Nätverket för psykisk hälsa i Finland och inom de olika välfärdsområdena, och speciellt inom Västra Nylands välfärdsområde som har specialuppdraget i hela Svenskfinland.</p> <p>4. Pilotera en ny samarbetsform med Parisuhdekeskus Kataja som inte tidigare haft verksamhet på svenska - avstigmatisera utmaningar i parrelationer som avspeglar hela familjen.</p>	<p>Utvecklingschef för YAM-arbetet, YAM-sakkunnig och YAM-teamet.</p> <p>Spec.sakkunniga och verksamhetsledaren.</p> <p>Spec.sakkunniga, rådgivaren och verksamhetsledaren.</p>	<p>Österbottens vfo, EF vfo, staden Raseborg och Hangö, USM, MHiM, Ålands lanskapsregering.</p> <p>Vfo samt många olika aktörer inom tredje sektorn.</p> <p>Parisuhdekeskus Kataja.</p>	<p>Utvärderingsenkät och reflektioner enl YAM-planen.</p> <p>Reflektioner och utvärderingsenkät.</p> <p>Reflektioner och utvärderingsenkät.</p>
<p>Öka på välbefinnande trots psykisk ohälsa. Målsättning:</p>	<p>6 riksomfattande psykosociala kurser, 84</p>	<p>Chef för kurs- och rådgivningsverksamheten</p>	<p>USM, Finfami, Surunauha.</p>	<p>Reflektioner och utvärderingsenkät.</p>

att över 60% av deltagarna upplever att de fått stöd i sin återhämtning, och kamratstöd, som kan implementeras i deras vardag efter genomgången kurs.	kursplatser: Kurs i skärgården, Kul för unga, Sömnskolan, Kurs för par, Kursen Ångestskolan, Sorgens stig.	(personalen inom verksamheten).		
Ge rådgivning. Målsättning: av de som tar kontakt till rådgivningen får 65 % verktyg att lösa problem eller komma vidare i sin situation.	Via ”Ställ en fråga” på förbundets webbsida, epost, telefonsamtal.	Rådgivaren.	SAMS.	Utvärdering sker via reflektioner och att ställa utvärderingsfrågor vid kontakten.
Psykosociala förbundet som ansvarsfull arbetsgivare.	<p>1. Psykosociala förbundet samarbetar aktivt med organisationen SAMS.</p> <p>2. Förbundets styrelse har ca 10 möten per år.</p> <p>3. Förbundet förstärker regelbundet personalens substanskunnande och sätter fokus på</p>	<p>Verksamhetsledaren deltar bl.a. på SAMS verksamhetsledarmöten.</p> <p>Styrelsen, verksamhetsledaren, chef för kurs- och rådgivningsverksamheten , samt ekonomen.</p> <p>Verksamhetsledaren och chef för kurs- och rådgivningsverksamheten ansvarar, hela personalen involveras.</p>	SAMS och dess förbund.	Utvärdering sker via utvecklingsdagar, -samtal och på personalmöten.

	välbefinnande i arbetet via bl.a. olika utvecklingsdagar, -samtal, handledning och via hybridarbetssättet.			
Att skapa en gemensam grund tillsammans med andra funktionshinderorganisationer för att utveckla kunskaps- och informationsbaserat ledarskap. Målsättningen är beroende av att SAMS - Samarbetsförbundet kring funktionshinder rf erhåller projektfinansiering av STEA.	Salesforce, powerBi tas i bruk – fortbildningar inom temat.	Hela personalen, verksamhetsledaren deltar i projektets styrgrupp.	SAMS, Hörsselförbundet, FSS samt Klubbhus-nätverket och Finfami.	Inom ramar av projektet och vid utvecklingsdagar.