



Verksamhetsberättelse 2023

Verksamhetsberättelse för OCD-föreningen Stockholms län och OCD-föreningen Stockholm.

OCD-föreningen Stockholms län och OCD-föreningen Stockholm är ideella, politiskt och religiöst obundna föreningar som ligger under Svenska OCD-förbundet. Föreningarna har till uppgift att, inom Stockholmsområdet och Region Stockholm, stödja och informera personer med OCD/tvångssyndrom och närliggande diagnoser, samt deras anhöriga och närstående. Under OCD-spektrum ryms diagnoserna tvångssyndrom (OCD), dysmorfofobi (BDD), samlarsyndrom (hoarding) dermatillomani (skin-picking) och trichotillomani (hair-pulling). Även diagnosen ORS (olfactory reference syndrome) är relaterad till OCD, men är ännu inte inkluderad i gruppen i diagnosmanualerna.

Föreningarna har också till uppgift att bedriva ett utåtriktat, intressepolitiskt arbete för att öka kunskapen och kännedomen om OCD och närliggande diagnoser. Uppgiften är även att göra OCD-föreningen känd bland barn, unga och deras föräldrar liksom allmänheten i stort. Genom intressepolitiskt arbete når föreningen även vårdgivare, politiker, myndigheter, skolpersonal med flera.

Då det idag endast finns en lokalförening i länet, OCD-föreningen Stockholm, har länsföreningen i nuläget inget samordnade uppdrag i praktiken. Länsföreningens uppgift är att stödja bildandet av fler lokalföreningar i Stockholms län, och så snart så sker kommer länsföreningen samordna det intressepolitiska arbetet i länet. I nedanstående skrivningar i verksamhetsberättelsen syftar ”föreningen” på OCD-föreningen Stockholm.

På förbunds nivå deltar föreningen i ordförandemöten, skriver artiklar till medlemstidningen Nytt om OCD, hjälper till med remissvar samt kan representera förbundet, när det är påkallat, i Stockholm.

Några höjdpunkter från summeringen av året:

- Över 110 medlemsaktiviteter har arrangerats och samtliga diagnosgrupper har kunnat erbjudas särskilda träffar. Deltagarantalet för träffarna har ökat, i synnerhet vad gäller BDD-träffar och träffar runt trichotillomani och dermatillomani. Föreningen har även hållit sex kurser och genomfört 180 stödsamtal.
- Föreningen har utvecklat sitt arbete kring återhämtning och självmedkänsla. Under året har en helt ny kurs i återhämtning tagits fram och föreningen har genomfört tre kurser i självmedkänsla.
- Medlemsantalet ökar och föreningen hade vid årsskiftet 718 medlemmar
- Informationskampanjen om BDD riktad till skolor i Stockholms stad löper vidare. Totalt i projektet har elevhälsan vid 88 högstadie- och gymnasieskolor samt fem ungdomsmottagningar fått utbildning om BDD.

Måluppföljning

Mål 1: Föreningen ger drabbade och anhöriga stöd

I verksamhetsplanen angavs följande arbetssätt, uppföljning och utvecklingsområden för målet:

***Arbetssätt:** För att uppnå detta mål erbjuder föreningen bland annat stödsamtal, medlemsträffar, kurser, föreläsningar och sprider information om behandling och aktuell forskning. Vi lyssnar in våra medlemmars behov och önskemål och strävar efter god tillgänglighet.*

***Uppföljning:** För att bedöma måluppfyllnad mäter vi antal stödsamtal, antal anordnade aktiviteter samt antal deltagare. Genom enkätundersökningar följer vi upp hur nöjda deltagarna är med aktiviteterna och om de fått ut vad de förväntat sig. Vi följer också medlemsutvecklingen och undersöker vad medlemmarna vill att föreningen gör.*

Utvecklingsområden för målet:

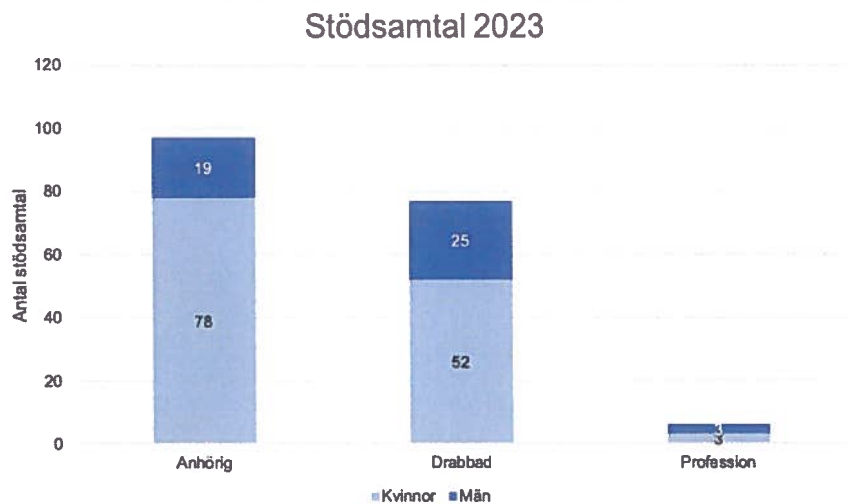
- utveckla föreningens aktiviteter kring återhämtning och självmedkänsla
- erbjuda nya aktiviteter för social samvaro
- fortsätta arbetet med suicidprevention

Resultatredovisning mål 1

Stödsamtal

Både anhöriga och personer som själva är drabbade ringer för att få råd om vård, socialt stöd eller bemötande. Det gäller främst OCD, men också övriga diagnoser som ingår i OCD-spektrumet. Under ett stödsamtal informerar vi bl.a. om evidensbaserad behandling, olika strategier som man kan ta till för att lindra tvånget samt hur man som anhörig bör förhålla sig till en person med OCD så att man inte dras in i sjukdomen. Vi informerar också om olika stödinsatser och ersättningar som kan ge personer med OCD en fungerande vardag och förbättrad livskvalitet. Föreningen erbjuder inte behandling.

180 stödsamtal har genomförts av kanslipersonalen under 2023, vilket är en liten minskning jämfört med 2022. De allra flesta stödsamtal har hållits per telefon, men vid 18 tillfällen har samtalen genomförts i föreningslokalen. En övervägande majoritet av samtalen, 84 %, har rört OCD, ibland i kombination med andra diagnoser. Under året har 18 av samtalen berört hoarding/samlade, 6 dysmorfofobi, 2 trichotillomani och 1 dermatillomani. Ett fåtal samtal, sex stycken, har hållits med professionella som frågat om råd, medan anhöriga stått för den större delen av samtalen, 54 %. Andelen drabbade som ringer har dock ökat jämfört med föregående år, från 33 % till 43 %. Könsmässigt är det flest kvinnor som ringer, både bland drabbade och anhöriga.



Utöver detta har flera korta samtal förts med två personer som kontakter föreningen mer frekvent, men dessa samtal rör snarare bekräftelse än råd och stöd och är därför inte medräknade i statistiken. Kansliet besvarar även personliga frågor via mejl, både från medlemmar och presumtiva medlemmar.

Samtalsgrupper samt kurser med fokus på återhämtning och självmedkänsla

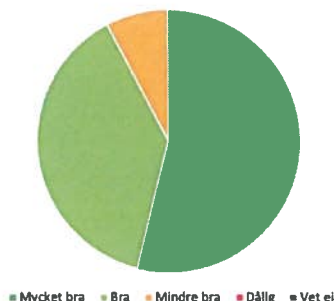
Under året har föreningen arrangerat sex kurser, se nedanstående tabell. Tre av dem har hållits i samarbete med Studieförbundet vuxenskolan (SV)

Kurs	Antal deltagare	Längd	Ledare
Samtalsgrupp OCD vt -23 (digital)	7	12 ggr å 2,5 h	Kela Dahlén och Ulrica Dahlén <i>Samarbete med SV</i>
Kurs i återhämtning vt -23 (digital)	9	8 ggr å 2 h 15 min	Kela Dahlén och Ulrica Dahlén <i>Samarbete med SV</i>
Kurs i självmedkänsla vt -23 (digital)	8	4 ggr å 1,5 h	Daniel Fehrström
Kurs i självmedkänsla vt-23 (digital)	8	4 ggr å 1,5 h	Daniel Fehrström
Samtalsgrupp OCD ht-23 (digital)	10	12 ggr å 2,5 h	Kela Dahlén och Ulrica Dahlén <i>Samarbete med SV</i>
Självmedkänsla ht-23 (fysisk)	6	4 ggr å 1,5 h	Daniel Fehrström <i>Samarbete med Attention Sthlms län</i>
Totalt 6 kurser	48 deltagare		

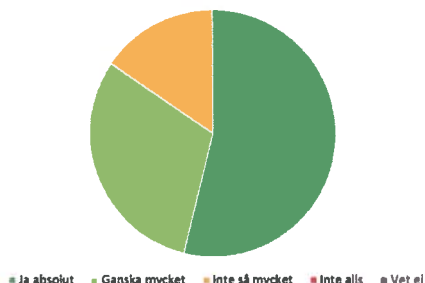
Under året har två samtalsgrupper om OCD genomförts, båda digitala. I samtalsgrupperna träffas samma personer ett visst antal veckor där man samtalar och byter erfarenheter utifrån ett skriftligt informationsmaterial. Genom denna studiecirelform får man lära sig mer om diagnos, behandling och allmän hälsa. I grupperna strävar man efter att deltagarna ska känna trygghet och samhörighet genom att se och belysa gemensamma erfarenheter och beteenden. Både drabbade och anhöriga känner ofta en stor ensamhet och utanförskap, och här kan gruppen göra en positiv skillnad genom öppenhet och visa att det går att bli bättre.

I utvärderingen av grupperna har kurserna fått goda omdömen, se diagram nedan där svaren från båda samtalsgrupperna har tagits med.

Vad är din helhetsbedömning av samtalsgruppen?

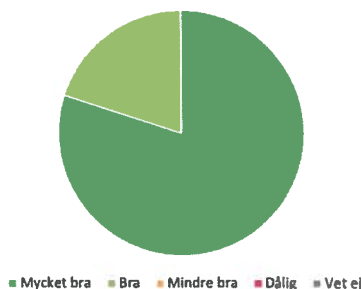


Tycker du att samtalsgruppen varit ett stöd för dig i din situation?

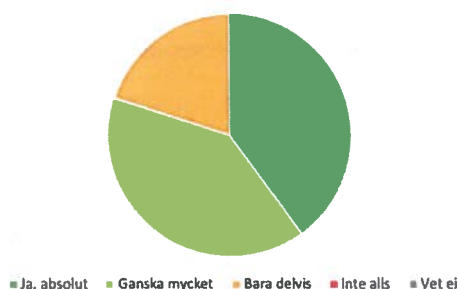


Föreningen har under 2023 tagit fram en kurs i Återhämtning med syfte att deltagarna får utforska vad de själva behöver för att fungera och må bra. Kursen innehåller delar som medveten närvaro, livskvalitet, förlåtelse och tacksamhet. Under våren genomfördes en digital kursomgång i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan, där deltagarna gav nedanstående omdömen vid utvärderingen:

Vad är din helhetsbedömning av kursen i återhämtning?

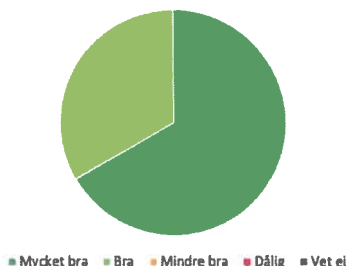


Upplever du att kursen i återhämtning har varit ett stöd i din situation?

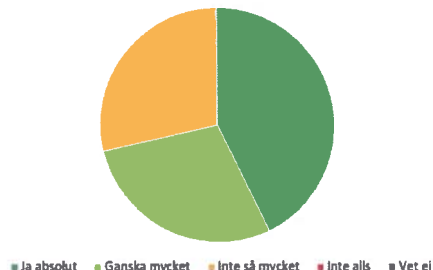


Under året har föreningen också vidareutvecklat sin kurs i självmedkänsla för att anpassa det ursprungliga materialet från Karolinska Institutet till att passa föreningens målgrupp. Kursens längd har nu utökats till fyra träffar, något färre hemuppgifter genomförs och texterna har förenklats något. Det har varit stort intresse för att delta och samtliga tre kurser blev fulltecknade. Höstens kurs hölls i samarbete med Attention Stockholms län. Även här fick kurserna goda omdömen vid utvärderingen.

Vad är din helhetsbedömning av kursen i självmedkänsla?



Tycker du att kursen i självmedkänsla har varit ett stöd för dig i din situation?



Föreläsningar och tematräffar

För att öka kunskaperna om diagnoserna inom OCD-spektrumet, följa utvecklingen inom behandling och stöd samt att verka för öppenhet kring psykiska sjukdomar har föreningen anordnat föreläsningar. I detta arbete har vi också tagit med suicidpreventivt arbete genom föreläsningen "Våga fråga" av Suicide Zero.

Under hösten har föreningen övergått till att mer arrangera fysiska föreläsningar för att bättre komplettera det digitala föreläsningsprogram som riksförbundet erbjuder. I tabellen nedan framgår vilka öppna föreläsningar föreningen arrangerat under året:

Datum	Titel/ämne	Föreläsare	Antal åhörare
17 januari	Våga fråga (om suicid) <i>digital</i>	Kela Dahlén	6
7 mars	Livsstilsintervention vid OCD <i>digital</i>	Anna Holmberg	17
18 mars (vid årsmötet)	Livet med en mobbare i huvudet <i>digital</i>	Thomas Jordanäs	16
20 april	Tematräff om självmedkänsla <i>fysisk</i>	Daniel Fehrström	5
23 maj	Tematräff "Vägen till studier och arbete" <i>fysisk</i>	Jonas Andersson och Mattias Enroth	5
22 augusti	Tematräff "Åsa och Sune – ett vinnande team" (om assistanshund) <i>fysisk</i>	Åsa Werner	11
28 september	Nu jämfört med då – mitt liv med OCD <i>fysisk</i>	Erika Lindquist Aalbers	8
27 november	Livsstrategier <i>fysisk</i>	Kenny Kvarnström	10
Totalt	8 föreläsningar		78 åhörare

Aktiviteter för specifika målgrupper och för social samvaro

Föreningen anordnar regelbundet träffar för olika diagnosgrupper, där syftet är att skapa en mötesplats där man kan träffas och dela erfarenheter, fika och umgås på ett kravlöst sätt. Deltagarna uppskattar att få prata med andra i liknande situation om hur det är att leva med OCD eller någon närliggande diagnos. Under 2023 har föreningen erbjudit en blandning av fysiska och digitala träffar, se tabell nedan. Även detta år har föreningen anordnat träffar för samtliga diagnoser inom OCD-spektrumet.

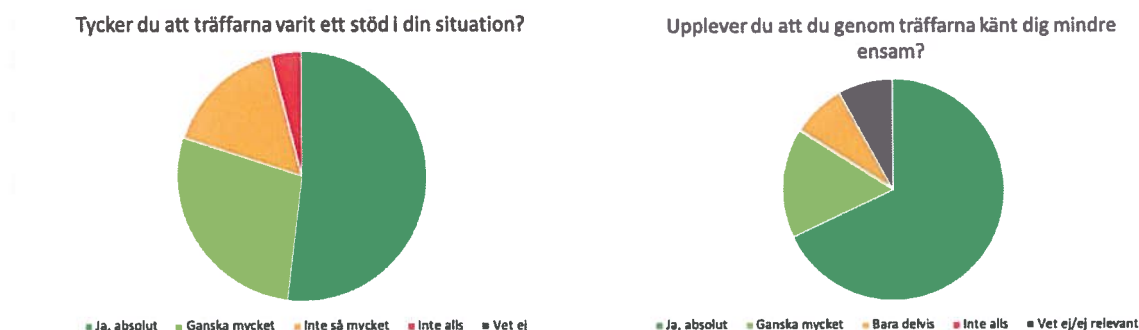
Deltagarantalet har antingen legat på samma nivå eller ökat för nästan samtliga typer av träffar, med undantag för digitala cafékvällar där genomsnittet minskat med 0,5 personer jämfört med föregående år. På grund av det ökade intresset har föreningen genomfört fler BDD-träffar, tricho/dermaträffar och tabuträffar jämfört med 2022. Intresset för ungdomsträffar har varit lågt varför föreningen endast genomfört en sådan träff under 2023 och beslutat att pausa den aktiviteten i nuläget.

Föreningen har under året erbjudit olika träffar med mer social karaktär utan direkt koppling till någon diagnos. Kvällar med musik och mer konstnärliga inslag har varit uppskattat, liksom föreningens julmiddag. Under året erbjöds också medlemmarna att delta i bokträffar, men intresset för detta har varit lågt.

Typ av träff	Antal träffar	Antal deltagare (snitt)	Deltagar-trend (jmf 2022)
Fysiska café- och samtalskvällar. Öppna träffar för samtliga diagnoser samt anhöriga. Ledare: <i>Johanna Persson, Åsa Spolander och Magnus Jacobsson</i>	21	3,4	➡
Digitala samtalskvällar. Öppna träffar för samtliga diagnoser samt anhöriga. Ledare: <i>Erika Lindquist, Kristian Hagfors och Elin Olaisson.</i>	15	3,3	⬇
Samlarträffar. För personer med samlarsyndrom, slutet grupp under ledning av <i>Hanna Danmo</i>	29	4	➡
Fysiska BDD-träffar. Öppen grupp för personer med dysmorfofobi under ledning av <i>Johanna Hennberg och Rickard.</i>	9	4,1	⬆
Digital BDD-träff. Öppen grupp för personer med dysmorfofobi under ledning av <i>Johanna Hennberg.</i>	5	3,6	⬆
Digitala tricho-/dermatträffar. Öppen grupp för personer med trichotillomani och dermatillomani under ledning av <i>Johanna Persson.</i>	9	4,1	⬆
Digitala tabu-träffar. Öppen grupp för personer med tvångstankar med tabutema, under ledning av <i>Snezjana Budajeva.</i>	17	6	⬆
Fysiska anhörigträffar. Öppen grupp för personer som lever nära någon med diagnos inom OCD-spektrumet under ledning av <i>Johanna Persson och Åsa Spolander.</i>	5	4,2	⬆
Digitala anhörigträffar. Öppen grupp för personer som lever nära någon med diagnos inom OCD-spektrumet under ledning av <i>Johanna Persson.</i>	4	3,75	⬆
Digital ungdomsträff. Öppen grupp för personer upp till 25 år med tvångssyndrom under ledning av <i>Gustav Tellefsen.</i>	1	1	➡
Vandring Långvandring med fika under ledning av <i>Åsa Spolander och Elin Olaisson</i>	1	3	➡
"Konstig kväll" Träff med musik och samkväm på Dynamo samt Metargatan under ledning av <i>Klas Lionell, Gustav Tellefsen och Åsa Mogren</i>	2	9	➡
Julmiddag Mat och musik på Metargatan ledning av <i>Klas Lionell, Elin Olaisson och Åsa Mogren.</i>	1	18	➡
Totalt	119 träffar	507 personer	

Föreningen har gjort en enkätundersökning bland de som anmält sig till våra träffar under 2023. Cirka 200 personer fick förfrågan per mail, varav 25 personer besvarade enkäten. Svarsfrekvensen är alltså låg, vilket gör att man får tolka svaren med viss försiktighet.

Deltagarna har gett goda omdömen, framför allt tycker många att träffarna gör att de känner sig mindre ensamma. Nedan visas de övergripande omdömena:



En sammanställning över alla svar i enkätundersökningen kommer under våren publiceras på föreningens hemsida.

Medlemsutveckling

Antalet medlemmar i föreningen har ökat under året, vid årsskiftet 23/24 hade föreningen 718 medlemmar jämfört med 700 medlemmar vid förra årsskiftet, vilket innebär en ökning med cirka 2,5 %. Av nuvarande medlemmar är ca 63 % huvudmedlemmar och ca 37 % familjemedlemmar. Ungefär hälften bor i Stockholms stad och övriga bor i andra delar av Stockholms län eller angränsande län. Medlemskap tecknas med Svenska OCD-förbundet och personen blir därmed automatiskt också medlem i en lokalförening. Lokalföreningarna hanterar inte medlemsavgifter från medlemmarna.

Föreningen strävar efter en tillgänglig verksamhet där alla bemöts med respekt och vänlighet. Under året har verksamhetschefen deltagit i en utbildning arrangerad av Funktionsrätt Stockholms län på temat ”Verktyg för inkludering”.

Mål 2: Föreningen verkar för att vårdgivare erbjuder en säker och sammanhållen vård

I verksamhetsplanen angavs följande arbetsätt, uppföljning och utvecklingsområden för målet:

Arbetsätt: För att nå detta mål samverkar föreningen med vårdgivare inom regionen, t.ex. genom brukarråd och olika arbetsgrupper, med forskare inom OCD-området samt för dialog med politiker. Föreningen erbjuder också utbildning till dessa grupper, genom exempelvis specialsydda men också öppna föreläsningar, medverkar när tillfälle ges vid relevanta mässor och konferenser och sprider goda behandlingsexempel.

Uppföljning: För att bedöma måluppfyllnad mäter vi föreningsrepresentanternas närvaro i de brukarråd vi sitter med i samt antal övriga tillfällen då vi framfört synpunkter eller förslag rörande den vård som erbjuds. Vi mäter också antal utbildningstillfällen/antal personer vi utbildat.

Utvecklingsområden:

- Använda resultaten från OCD-förbundets enkätundersökning från 2021 som stöd för föreningens brukarrådsrepresentanter
- I brukarråd och andra sammanhang lyfta vikten av suicidpreventivt arbete samt stöd för återhämtning, där Återhämtningsguiden är ett bra verktyg.
- Anordna digitala föreläsningar om OCD riktad mot personal på vårdcentraler och mentalskötare

Brukarråd och stöd till föreningens representanter

Genom vårt arbete i OCD-föreningen får vi stor kunskap om hur vård och stöd upplevs ur våra medlemmars perspektiv. Under året har resultatet från Stockholmsregionen i OCD-förbundets enkätundersökning om upplevelsen av vård gått igenom och diskuterats. Bland annat visar svaren att arbetet med vårdplaner och att göra patienterna delaktiga behöver bli bättre i regionen. De flesta av föreningens brukarrådsrepresentanter var närvarande vid diskussionstillfällena och ser till att förmedla detta vidare i sina respektive brukarråd för att verka för en förbättrad vårdupplevelse.

Föreningen finns representerad i en rad brukarråd inom psykiatrins område. Representanter i råden måste vara medlemmar i föreningen och vägledande för arbetet är föreningens vision och mål. Under 2023 har föreningen medverkat i följande råd:

Brukarråd	Antal möten	Närvaro
Psykiatrienhetens brukarråd	3	3
Brukarrådet VO SLSO	4	4
Brukarrådet NSP, Norra Sthlms psykiatri	6	6
Psykiatri Nordväst	5	3
Psykiatri Sydväst	4	3
Psykiatri Södra	8	8
BUP:s brukarråd	10	8
SCÄ:s brukarråd	6	5
WeMind Sydost	4	3
WeMind Ångest/depression	2	1
WeMinds centrala brukarråd	3	3
Aleris psykiatri	1	1
Totalt	56 möten	48 (86 % närvaro)

Samarbete och utveckling med vårdgivare

Föreningen har samarbetat med vårdgivarna på flera sätt utöver deltagande i brukarråden:

- Medverkat i dialogmöte med Hälso- och sjukvårdsförvaltningen kring regionens ätstörningsvård
- Medverkat i dialogmöte med Hälso- och sjukvårdsförvaltningen kring dagvård och minskat behov av slutenvård
- Inom regionens utvecklingsarbete ”Psykiatri 2025” specifikt medverkat i en arbetsgrupp för brukarinflytande
- Medverkat i framtagandet av informationsfilmer riktad till regionens vårdpersonal, bl.a. genom intervju och filminspelning

- Dialogmöten med WeMind om brukarinflytande
- Rundabordssamtal med tjänstemän, vårdgivare och politiker i Region Stockholm om 1:a linjens psykiatri
- Deltagit i WeMinds psykiatriseminarium
- Haft bokbord vid Psykiatri Sydvästs forsknings- och utvecklingsdag för personal

Föreningen har under året påbörjat att ta fram en utbildning riktad till vårdcentraler, detta är ett långsiktigt arbete som kommer fortsätta även under 2024.

Direkt påverkansarbete riktat mot politiker

Under hösten arrangerade föreningen ett eget dialogmöte om OCD-vården med inbjudan till regionens politiker. Vid mötet delgavs personliga berättelser om mötet med vården och resultatet för Stockholmsregionen i OCD-förbundets enkätundersökning om vård. I efterspelet till mötet har föreningen bjudits in till två enskilda samtal med regionpolitiker för att fortsätta dialogen.

Därutöver har föreningen under året vid ett flertal tillfällen medverkat vid möten mellan regionens politiker och intresseorganisationer:

- Rundabordssamtal med tjänstemän, vårdgivare och politiker i Region Stockholm om 1:a linjens psykiatri
- Dialogmöte med psykiatriutskottet om samsjuklighetsutredningen
- Demonstration i samband med beslut om ny beställarplan

Forskningssamarbete

Samarbete med forskning är ett viktigt område där föreningen vill sprida nya forskningsrön och bidra till dialog mellan förening och forskare. Under våren arrangerades en föreläsning kopplat till forskning om livsstilsintervention vid OCD, där Anna Holmberg fick möjlighet att berätta om resultatet av sin pilotstudie.

Under året har föreningen medverkat i en referensgrupp för en forskningsstudie som syftar till att utvärdera internetförmädd KBT för BDD hos ungdomar, i arbetet har gruppen fått testa olika behandlingsmoduler och gett synpunkter utifrån begriplighet, användarvänlighet, etc.

Föreningen har också via medlemsutskick och annonser i sociala medier spridit information om möjlighet att delta i olika forskningsstudier och besvara forskningsenkäter, exempelvis:

- fortsatt studie om livsstilsintervention vid OCD
- föräldrastödsprogram för att förebygga tvångssyndrom hos barn
- studie om behandling av tvångssyndrom med tabutema
- kombinationsbehandling för personer med samlarsyndrom
- jämförelse mellan traditionell KBT och 4-dagarsbehandling för OCD
- studie av vården inom BUP:s heldygnsvård

Mål 3: Föreningen verkar för att drabbade och anhöriga erhåller gott samhällsstöd

I verksamhetsplanen angavs följande arbetssätt, uppföljning och utvecklingsområden för målet:

Arbetsätt: För att nå detta mål samverkar föreningen med tjänstemän och politiker i kommuner och myndigheter inom regionen, t.ex. genom funktionshinderråd och olika arbetsgrupper. Föreningen sprider kunskap om våra diagnoser till berörda instanser inom främst skola och socialtjänst genom föreläsningar och även mässor och konferenser.

Uppföljning: För att bedöma måluppfyllnad mäter vi föreningsrepresentanternas närvarograd i de funktionshinderråd vi sitter med i samt antal övriga tillfällen då vi gett synpunkter på det stöd/samhällsfunktioner som erbjuds vår målgrupp. Vi mäter också antal utbildnings- och opinionstillfällen samt antal personer vi utbildat.

Utvecklingsområden:

- Informationskampanj om BDD
- Sprida information om rättigheter och stöd i skolan
- Lyfta vikten av suicidprevention i kontakter med kommunala företrädare

Resultatredovisning mål 3

Informationskampanj BDD

Under 2023 har föreningen, liksom föregående år, erhållit särskilda medel från Uppdrag Psykisk Hälsa via Socialförvaltningen i Stockholms stad för att kunna genomföra en informationskampanj om BDD. Kampanjen är en del i att minska risken för suicid, då självskada och suicidförsök är långt vanligare i gruppen med BDD jämfört med gruppen med OCD.

I projektet har ungdomsmottagningar och personal inom elevhälsan i Stockholms högstadies- och gymnasieskolor erbjudits en digital utbildning om BDD. Utbildningen, som genomförs via zoom och tar en timme, innehåller fakta om BDD, en personlig berättelse, signaler för skolan att uppmärksamma samt tips på anpassningar i skolan. Det ges också tid för frågor och diskussion. Efter utbildningen får skolorna en informationsfolder om BDD som riktar sig till eleverna.

Under året har elevhälsan vid 17 skolor samt 3 ungdomsmottagningar genomgått utbildningen. Sammanlagt under de tre år projektet drivits har elevhälsan vid minst 88 skolor samt 5 ungdomsmottagningar ökat sina kunskaper om BDD.

Sprida information om rättigheter i skolan samt övrigt samhällsstöd

Föreningen har under året spridit information via sociala medier om stöd och rättigheter i skolan. En planerad föreläsning i ämnet fick tyvärr skjutas upp till nästkommande år. Utvecklingsområdet är något föreningen fortsätter att arbeta med 2024.

Även annat kommunalt stöd, t.ex. anhörigstöd och personligt ombud, är något föreningen tar upp och informerar om i sina samtalsgrupper och vid stödsamtal. Vi håller kontaktlistor för anhörigstödjare och personliga ombud uppdaterade på vår hemsida, och ser till att sprida information om våra aktiviteter till dessa grupper.

Under 2023 har föreningen tecknat ett samarbetsavtal med Arbetsmarknadsförvaltningen i Stockholms stad för att sprida information om våra respektive verksamheter. Vi har även ordnat ett par medlemsträffar för att öka medlemmarnas kunskaper om olika former av stöd utanför vården:

- Tematräff ”Vägen till studier och arbete”, där Arbetsmarknadsförvaltningens enhet ”Funktionsnedsättning och psykisk ohälsa” berättade om vilket stöd de kan erbjuda och hur man ansöker om det
- Tematräff ”Åsa och Sune- ett vinnande team” där Åsa Werner från Attention Stockholms län informerade om certifieringsprocess för assistanshundar

Kommunala funktionshinderråd/samverkansgrupper samt suicidpreventivt arbete

En annan arena för föreningens arbete är de funktionshinderråd som organiseras av Stockholms stad. Representanter i funktionshinderråden måste vara medlemmar i föreningen och vägledande för arbetet är föreningens vision och mål. Under 2023 har föreningen haft representanter i följande funktionshinderråd/samverkansgrupper:

Råd/samverkansgrupp	Antal möten	Närvaro
Bostadsbolagens funktionshinderråd	4	4
Kyrkogårdsförvaltningens funktionshinderråd	5	3
Kulturnämndens funktionshinderråd	7	3
Brukarreferensgrupp socialpsykiatri	2	2
Totalt	18	12 (67 % närvaro)

Föreningens företrädare har under året i relevanta sammanhang lyft vikten av att arbeta suicidpreventivt och tipsat om ”Våga fråga”-utbildningar som arrangeras av Suicide Zero.

Under året har vi medverkat i dessa arbetsgrupper samt konferenser:

- Dialogmöten för revidering av Stockholm stads program för tillgänglighet och delaktighet
- Dialogmöte forskningsstudie vid Uppsala Universitet om OCD och inkludering i arbetslivet
- Dialogmöten vid Stockholm stads arbete med att ta fram en kommunal handlingsplan för god och nära vård
- Gett synpunkter på informationsfolder från Arbetsmarknadsförvaltningen Stockholms stad
- Bokbord vid Autism Sveriges rikskonferens

Föreläsningar för kommunala verksamheter

På beställning kan föreningen hålla utbildningar eller föreläsningar om de olika diagnoserna inom OCD-spektrum, ofta rör det verksamheter inom socialtjänsten. I vissa fall har beställningen gått via OCD-förbundet. Åhörarna vid dessa föreläsningar arbetar ofta med brukare som har OCD och annan relaterad problematik. Under 2023 genomförde föreningen nio sådana föreläsningar:

Datum	Arbetsplats	Antal åhörare	Ämne
7 mar	Arbetsmarknadsförvaltningen Stockholms stad	14	OCD och BDD
20 mar	Praktikcentrum i Hässelby (brukare + personal)	6	OCD
30 mar	LSS-boenden i Falun	29	OCD + samlarsyndrom
12 apr	Boendestödjare i Tyresö	11	Samlarsyndrom
5 maj	LSS-boende i Östersund (digitalt)	10	OCD
13 sep + 25 okt	LSS-boende i Enskede	16	OCD i kombination med autism
3 okt	Högstadieklass i Huddinge (elever + personal)	28	OCD + kort info om övriga OCD-spektrumdiagnoser
11 okt	Verksamheten Bostad Först inom Stockholms stad (brukare + personal)	16	Samlarsyndrom
23 okt	Daglig verksamhet i Järfälla (brukare + personal)	26	OCD
TOTALT	9 föreläsningar	156 åhörare	

Övrigt

OCD-föreningens har en representant i anhörignätverket SNAPH (Stockholms Nätverk Aktion Psykisk Hälsa och vi använder den kanalen för att annonsera ut våra föreläsningar. Härigenom når vi bland annat anhörigkonsulenter över hela länet. Under våren arrangerades en konferens av SNAPH där framtida aktiviteter och samarbeten diskuterades, här deltog föreningen med en representant.

Mål 4: Föreningen ökar allmänhetens kunskaper om tvångssyndrom och övriga OCD-relaterade diagnoser

I verksamhetsplanen angavs följande arbetssätt, uppföljning och utvecklingsområden för målet:

Arbetssätt: Föreningen når målet genom kunskapshöjande aktiviteter i sociala medier och webb, medverkan i media, att hålla öppna föreläsningar och sprida informationsmaterial i olika sammanhang.

Uppföljning: För att bedöma måluppfyllnad mäter vi antal följare och inlägg i sociala medier, antal besök på vår hemsida, antal förekomster i media och event samt antal arrangerade aktiviteter öppna för allmänheten.

Utvecklingsområden:

- Sprida information om förbundets informatörer
- Fortsatt utveckling av sociala medier

Resultatredovisning mål 4

Sprida information om förbundets informatörer

Två av föreläsningarna föreningen anordnat under året har hållits av förbundets informatörer, och vi har vid dessa tillfällen också spridit information om möjligheten för andra intresserade att bli informatör.

Utveckling av sociala medier samt statistik

Föreningen har en facebooksidea och ett instagramkonto, där vi regelbundet annonserar ut våra aktiviteter, sprider aktuella artiklar och information från andra föreningar, myndigheter etc. Förutom facebook och instagram är föreningen också aktiv på Linked In.

Under året har föreningen fortsatt att utveckla sitt arbete, och lagt större resurser på detta arbete än tidigare. En person har arvoderats för att göra regelbundna inlägg och händelser under året, och en praktikant samt en ideellt arbetande medlem har bidragit med inlägg i sociala medier och på hemsidan.

Under året har vi medvetet valt att göra fler ”händelser” än inlägg på instagram då vi bedömer att spridningen blir bättre via händelser där. Antalet inlägg på LinkedIn och Facebook har varit på samma nivå som föregående år.

Antalet följare har ökat med drygt 20 %, se tabell nedan.

Kanal	Antal inlägg (cirka)	Antal följare vid årsskiftet (föregående år inom parentes)
Instagram	86	769 (629)
Facebook	180	571 (467)
Linked In	37	151 (119)
Hemsidan	51	Ca 1 000 sessioner/dag i genomsnitt (1 100)

Media och aktiviteter öppna för allmänheten

Föreningens styrelsemedlemmar och aktiva har under året medverkat i olika medier:

- Verksamhetschefen har varit med i Funktionsrätt Stockholms läns podd och berättat om föreningens verksamhet och vårt BDD-projekt
- Våra två ledare för BDD-träffar medverkade i podden ”Dokumentära berättelser” och pratade om dysmorfofobi
- En av våra aktiva medlemmar blev intervjuad i tidningen ”Allers” om samlarsyndrom
- Vår styrelseledamot Erika Lindquist-Aalbers har fortsatt driva sin podd och blogg ”Att (över)leva med OCD”

Föreningens verksamhetschef har under året ingått i redaktionsrådet och bidragit med artiklar till Svenska OCD-förbundets tidning Nytt om OCD”, där man lyfter de olika diagnoserna inom OCD-spektrumet, hälsa, stöd från vård och samhälle, forskning m.m.

Föreningens föreläsningar är öppna för allmänheten, se närmare beskrivning under mål 1 (sid 5). Under hösten blev föreningen även inbjuden att berätta om tvångssyndrom och våra andra

diagnoser för en 9:e klass i Trångsundsskolan, och kanslipersonalen medverkade också i en artikel som en student vid Journalisthögskolan skrev om tvångssyndrom.

Vidare har vi under året spridit information om riksförbundets öppna digitala föreläsningar, och varit behjälpliga att efterlysa intervjuobjekt när vi fått förfrågan från journalister för artiklar och reportage om våra diagnoser.

Styrelse och personal

Styrelsen

Styrelsen har under verksamhetsåret 2023 haft följande sammansättning:

Kela Dahlén, ordförande
Magnus Jacobsson, vice ordförande
Åsa Spolander, kassör
Erika Lindquist-Aalbers, sekreterare
Klas Lionell, ledamot
Ulrica Dahlén, ledamot
Kristian Hagfors, ledamot
Thomas Jordanäs, suppleant

Vid årsmötet valdes även Marika Birgersson in som suppleant, men hon avsåde sig sitt uppdrag i maj.

Styrelsen har under 2023 haft tio protokollförda styrelsemöten.

Arbetsuppgifter för ordförande och styrelse

- ta fram måldokument och riktlinjer, ha arbetsgivaransvar för kanslipersonalen
- tillsammans med verksamhetsledaren arbeta med bidragsansökningar och utvärderingar till kommun och region samt till olika stiftelser och fonder.
- delta i intressepolitiska möten, författa skrivelser och hålla kontakt med andra föreningar inom NSPH Stockholms län, Funktionsrätt Stockholms län samt andra lokalföreningar inom Svenska OCD-förbundet.

Årsmöte 2023

Årsmöte hölls digitalt 18 mars. Mötet inleddes med föreläsningen "Mitt liv med en mobbare i huvudet" av Thomas Jordanäs.

Anställd personal och ideellt arbetande medlemmar

Föreningen har en verksamhetschef och en kanslimedarbetare som har haft anställning på 75 respektive 70% under året.

Verksamhetschefens arbetsområden

- Personal- och kansliadministration med arbetsledning av fast och timavlönad personal samt ideellt arbetande medlemmar. Ekonomiansvar inklusive budgetering, redovisning och lönehantering

- Tillsammans med styrelsen ansvarat för medlemsbladet OCD-forum, samt planerat föreningens medlemsaktiviteter
- Ansvarat för att sprida information om föreningens aktiviteter bland medlemmar och andra intresserade. Ansvar för webb, sociala medier samt annat informationsmaterial.
- Tillsammans med styrelsen arbetat med bidragsansökningar till region, kommun och olika stiftelser och fonder, samt ansvarat för återrapportering
- Deltagit i brukarrådsmöten, möten i funktionshinderråd och andra arrangemang som regionen, kommunen eller privata vård- och stödgivare bjudit in till
- Hållit föreläsningar
- Samverkat med OCD-förbundet, bland annat med informationsinsatser och medverkan i förbundets tidning "Nytt om OCD"
- Vid behov varit back-up/stöd för kanslimedarbetaren och svarat i telefon/mail samt deltagit vid stödsamtal

Kanslimedarbetarens arbetsområden

- Ansvarat för medlemskontakt vilket innefattar telefonrådgivning alla vardagar, enskilda stödsamtal, mejlsvår, familjesamtal, utskick av informationsmaterial, förmedling av kontakt till vårdgivare som är specialiserade på behandling av OCD, hjälp för personer med OCD och anhöriga vid kontakter med myndigheter
- Administrerat föreningens kurser, föreläsningar och träffgrupper genom att ta emot anmälningar, skickat ut påminnelser och länkar, sammanställt statistik över deltagarantal
- Deltagit i brukarrådsmöten, möten i funktionshinderråd och andra arrangemang som regionen, kommunen eller privata vård- och stödgivare bjudit in till.
- Varit ledare för café- och samtalskvällar, anhörigträffar och tricho-/dermatträffar.
- Ansvarat för inköp (av förbrukningsmaterial, kontorsmaterial, fika till medlemsmöten etc.) och städat gemensamma utrymmen.
- Uppdaterat föreningens Facebook-sida och registrerat antal telefonsamtal och deltagarantal vid föreningens olika aktiviteter

Ideellt arbetande medlemmar

- Varje onsdag arrangerar föreningen café- och samtalskvällar, omväxlande fysiskt och digitalt, vilka sköts av ideellt arbetande medlemmar samt kanslipersonalen. Under året har fyra personer medverkat i att ansvara för detta utöver den fasta personalen.
- Ett par av övriga aktivitetsledare gör sina insatser ideellt, och en medlem har under året bidragit ideellt med en del av föreningens instagraminlägg.
- En praktikant under handledning från MISA har från januari till september arbetat två dagar i veckan med administrativa uppgifter, t.ex. brevutskick, informationsblad och sammanställning av enkäter.
- Via kontakt med Huddinges kommunala aktivitetsansvar har en ungdom från Huddinge gjort praktik från februari till juni med två dagars arbete i veckan i huvudsak med illustrationer och inlägg i sociala medier.

Ekonomi

Föreningen har för årets verksamhet sökt och erhållit bidrag från Socialförvaltningen (Stockholms stad), Hälso- och sjukvårdsnämndens förvaltning och regionstyrelsen (Region Stockholm). Under året har föreningen också fått särskilda medel via Socialförvaltningen från Uppdrag Psykisk Hälsa för att genomföra en informationskampanj om BDD. Svenska OCD-

förbundet fördelar varje år ett medlemsbidrag och ger också ersättning för vissa informationsaktiviteter.

Föreningen har också vissa försäljningsintäkter, under året har det främst rört sig om arvoden för brukarrådsmöten och viss försäljning av böcker och egentillverkade armband. Föreningen mottar också gåvor, under året har både ett företag och privatpersoner skänkt gåvor. Beloppen har varit stora och föreningen noterar tacksamt att gåvorna har genererat 31 000 kronor under året. Sammantaget blev intäkterna något lägre än budgeterat, framför allt avseende hyresintäkter.

Kostnaderna har under året legat på ungefär samma nivå som budgeterat. Sammantaget går föreningen i år med förlust på cirka 10 000 kronor.

Revisorer

Föreningens årsredovisning och bokföring samt styrelsens förvaltning har granskats av Katarina Nyberg, auktoriserad revisor, HQV Stockholm och Lars Ekvall, internrevisor.

För styrelsen i OCD-föreningen Stockholm och OCD-föreningen Stockholms län

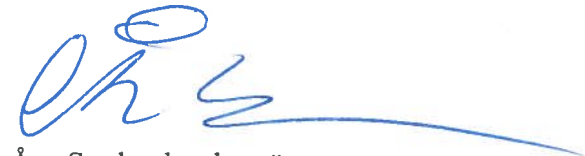
Stockholm den 21 februari 2024



Kela Dahlén, ordförande



Magnus Jacobsson, vice ordförande



Åsa Spolander, kassör



Erika Lindquist-Aalbers, sekreterare



Ulrica Dahlén



Kristian Hagfors



Klas Lionell