

Vi har byggt starkare band med föreningarna – Tillsammans skapar vi vägar till ett öppnare samhälle!

I samtal med Göran Blom, kassör, Ångestsyndromsällskapet Västerås.



Vad var det som väckte ditt intresse för att samarbeta med projektet?

– Föreningen ÅSS (Ångest Syndrom Sällskapet) blev tillfrågade att vara med i Tillsammansprojektet av Pauline och NSPH. Jag var först lite tveksam, men vi bestämde oss för att tacka ja. För min egen del blev det hela lite som KBT. Jag mötte människor med liknande bakgrund som mig själv.

Projektets bidrag till utveckling

Vad har projektet bidragit med som är viktigt för dig/din organisation?

– Vi har haft möjligheten att synas utanför Västerås mycket mer tack vare Tillsammansprojektet. Vår ambition är att hitta fler ambassadörer i de olika kommunerna så att vi kan starta upp på fler ställen runt om i Västmanland. På så sätt får vi fler medlemmar och

kan nå ut bredare till allmänheten.

Vilka positiva skillnader kan du se till följd av det?

– Genom vår medverkan i projektet har vår förening fått mer uppmärksamhet, framförallt via media och P4 Västmanland. Genom den mediala uppmärksamheten har vi nått ut direkt till allmänheten. På så sätt kan vi nå ut med kunskap och det blir lättare att få människor att öppna upp och prata om den psykiska ohälsan. Även tidningarna har skrivit om projektet och vi har haft annonser ute. Dessutom har vi även syns mer i sociala medier. Inom Tillsammansprojektet har vi på ÅSS haft en del föreläsningar med föreningen Frisk och fri.

I höstas besöktes vi av Tore Rötgersson, med föreläsningen "Inställd på grund av panik". Den blev väldigt lyckad, vi fick många besökare som hade hört talas om föreläsningen. Så jag tror mycket på mun-till-mun, då det har blivit mer öppet att prata om den psykiska hälsan och föreläsningarna som vi anordnar.

Hur märker du effekter/skillnader/nytta för din organisation?

– Inte jättemycket effekt, många är lite tröga att engagera sig tyvärr. Samhället i stort är ju tyvärr så. Men de som kommer tycker ju att det är bra när de väl kommit hit. Så vi försöker så gott vi kan genom våra återkommande träffar att fånga in människor. Vi går på promenader, fikar och så vidare. Och genom Elevhälsan på MDH som hjälper till att dela ut våra broschyrer, märker vi att behovet och intresset finns hos ungdomar/vuxna.

Projektets bidrag till samverkan

Hur har just samverkan bidragit till positiva effekter/skillnader/nytta för dig/din organisation?

– Vi har kunnat sprida vårt tryckta informationsmaterial runt om på alla föreläsningar under Tillsammansveckan och det har varit väldigt positivt. I det materialet finns även information om vart man kan vända sig när man behöver hjälp. Det är viktigt att det kommer ut.

Vad blir ditt/ert nästa steg i det fortsatta arbetet för en bättre psykisk hälsa genom samverkan?

– Vi kommer att fortsätta samverka med NSPH och se till att vi når ut med vår information till allmänheten. Samt att fortsätta bjuda in människor för att göra aktiviteter tillsammans. Här finns mycket att göra!

Projektets bidrag till förändring i samhället

Vad anser du/ni att projektet visat på behövs i samhället, för att förbättra den psykiska hälsan?

– Att våga prata öppet om psykisk ohälsa.
– Projektet har bidragit till att vi kunnat bygga starkare band mellan föreningarna, det i sig har bidragit till synergier.

Utifrån ditt perspektiv som samverkanspartner, på vilket sätt har projektet bidragit till ökade möjligheter att prata om den psykiska ohälsan?

– Det har blivit enklare att hålla ett föredrag idag om psykisk ohälsa. Vi behöver inte "sälja in" det på samma sätt som tidigare. Människor är mer öppna och tar emot oss på bibliotek, skolor och så vidare. Även publiken strömmar till på ett helt annat sätt. Jag tycker att vägen till det öppna samhället har blivit bredare, tidigare var den väldigt smal.