

UPPBRÖTT



UPPBROTT

ESF-projekt Samverkan, Lunds stift, Svenska kyrkan

© Lunds stift samt respektive fotograf och författare
Utgiven med stöd av ESF och Lunds stift

Foto:
”Elina”: Stefan Andersson
”Jeanette”: Valentin Bakran
”Göran”: Privat
”Mazen”: Johannes Jørgensen
Övriga bilder: Per Håkansson

Design och layout:
Britt-Louise Håkansson

Tryck:
Exakta Print AB, Malmö

Utgivningsår: 2023

ISBN: 978-91-527-5677-5

INLEDNING

Under tre år har Lunds stift ansvarat för ett projekt med arbetslivsorienterad rehabilitering i sex församlingar och en förening med anknytning till församlingen i Broby. Projektet har drivits med stöd från Europeiska Socialfonden.

Projektet pågår fram till 31/12 2022, och vi har valt att som avslut publicera berättelser från människor som lever i utsatthet. Deras livsberättelser visar mer än något annat vad arbetslivsinriktad rehabilitering är.

Varför skall vi arbeta med detta i kyrkan?

- Svenska kyrkans församlingar kan erbjuda en gemenskap där människor kan återhämta sig. Det är en gemenskap där det både finns församlingsmedlemmar och anställda med olika kompetens. Här finns möjlighet för människor att inte bara delta i en tidsbegränsad rehabilitering, utan också bli delaktiga i församlingsgemenskapen så länge man vill. På många sätt är förutsättningarna unika i våra församlingar. Det råder en stor brist på sådana gemenskaper i vårt samhälle.
- Att ta emot människor i utsatthet är en gåva som berikar våra församlingar. Dessa människors livserfarenhet och förmåga att ta sig igenom ofta stora svårigheter inspirerar och ger kraft. På ett alldeles speciellt sätt visar de vem Jesus är, vad kyrkan är.

Hur arbetar vi i kyrkan?

- I församlingarna arbetar vi på individ-, grupp- och samhällsnivå.
- Vi anpassar verksamheten till individens behov och intressen.

Gruppen som deltar i verksamheten är kanske den allra viktigaste resursen i återhämtningsarbetet. Man stödjer varandra, lär sig av varandra, utvecklas tillsammans.

På samhällsnivå finns en dialog mellan människor i utsatthet och myndigheter/ beslutsfattare. Här kan människor också bli medvetna om att det kanske inte är deras fel att de är sjuka och långtidsarbetslösa. Det finns strukturer som orsakar utslagning och utsatthet.

Vad har vi lärt oss?

- En lång väg tillbaka.

Det finns många människor som har en lång väg tillbaka till ett bra liv. Vissa kommer till oss och orkar i början bara vara närvarande ett par timmar i veckan. Återhämtning tar tid och måste få ta tid.

- Meningsfull sysselsättning

Det är viktigt att ha någonting att göra som är meningsfullt. Något man kan engagera sig i och som är bra både för en själv och för andra.

- Samverkan med myndigheter

Samverkan mellan myndigheter och kyrkan är mycket viktig. Man kompletterar varandra. Båda behövs. Samverkan måste ske både på lokal och övergripande nivå. Därför måste kyrkan både på stiftsnivå och lokal församlingsnivå vara engagerad.

- Ekonomi

Ekonomi är viktig. Att arbeta med människor i utsatthet är mycket resurskrävande och kräver långsiktighet. Att hitta långsiktig finansiering är en utmaning. Oftast måste församlingars bidrag kompletteras av extern finansiering. Här behöver lokala församlingar få stöd från stiftsnivån.

- Möta andra som jobbar med samma sak

Det är viktigt att de anställda i verksamheten från olika församlingar träffas. Ibland är det ett väldigt krävande arbete. Det är mycket som ska fungera, både arbetet med människorna man tar emot, relation till arbetslag, kyrkoherde, kyrkoråd, olika myndigheter osv. Då är det viktigt att få stöd och inspiration av varandra.

Till sist ett citat från Petra som deltagit i verksamheten i Osby pastorat ”Grogrund”.

Min tid på Grogrund började som för de flesta andra, kravlöst, följt av en tids praktik inom administration/ kontorsarbete där jag bland annat fick diarieföra handlingar i kyrkans arkiv. Sen blev jag erbjuden 25% anställning som handledare på Grogrund och här är jag nu idag, och är väldigt tacksam! Jag fick tillbaka mitt liv, kanske är det till och med ett bättre liv än innan. Dyrköpt ja, många tårar har också runnit på min kind, men jag klarade det med hjälp av dessa underbara människor. En läskig tanke: om inte Grogrund funnits, hade jag då suttit här idag?

Petras ord visar varför vi valt att avsluta projektet med de människors ord som deltagit i verksamheten. Mer än teori och teologi så är det människor som Petra som visar oss vägen till människan, till oss själva och till Gud.

Vill ni veta mer om arbetet med arbetslivsinriktad rehabilitering i Svenska Kyrkan kontakta stiftskansliet i Lund. Där kan ni få tips på församlingar som har erfarenhet av arbetet.

Lund i december 2022



Valentin Bakran
Projektkonom
och administratör



Johannes Jörgensen
Projektledare

LIVSBERÄTTELSE

M

M är idag 27 år gammal. Hennes mamma invandrade till Sverige och gifte sig med en svensk man. Relationen var dålig och efter åtta år skildes de. M var då tre år. Familjen var fattig, bland annat på grund av att mannen, innan skilsmässan, hade skrivit över sina skulder på mamman. Hon var nästan aldrig hemma och arbetade dygnet runt för att klara ekonomin. Pappan betalade inte underhåll. M blev mycket mobbad i skolan. Hemma var det inte bättre.

Innan jag ens nått tonåren blev jag slagen, sparkad, strypt och hotad fler gånger än jag kan räkna. Varje gång jag försökte be om hjälp eller förklara min situation så trodde ingen på mig, eller så bortförklarade man det med det mest ondskefulla ord jag hört – syskonkärlek. Jag berättade för lärare, det var de som sa att det var syskonkärlek ... Det hände betydligt värre saker som också bortförklarades eller nonchalerades. Mobbningen på skolan slutade med att jag gick hem de 8 km jag hade från skolan, täckt i hundskit, som en kille hade slängt på mig. Skolans svar var att de inte lägger sig i elevernas konflikter och att vi fick lösa det själva. Jag gick aldrig tillbaka utan bytte skola redan nästa dag.

På den nya skolan var det också besvärligt. M kom till Barn- och Ungdomspsykiatri (BUP), på grund av stigande frånvaro. Där fick hon diagnosen Aspergers Syndrom och var då 14 år gammal. Någon förklaring på vad det var gavs inte, så hon förnekade diagnosen eftersom hon trodde det var ett svårt handikapp. Först som vuxen förstod hon att symtomen hon led av kom från en ångestdiagnos som läkarna aldrig berättat att hon hade eller medicinerat henne för. Symtomen innebar att hon blev sjuk i sociala och stressiga situationer och som oftast hade hindrat henne från att gå till skolan. Under de sista åren i skolan sattes hon därför i ett enskilt litet klassrum. Då och då tittade en lärare in. Socialtjänsten ordnade en stödperson som tog med M på restaurang två gånger i veckan, men därutöver gjorde stödpersonen inget.

Hon påbörjade så småningom en annan utbildning som hon dock fick avbryta på grund av ångestsymtom. Mamman hade fått förlängt barnbidrag, men eftersom M hade avbrutit studierna blev M återbetalningsskyldig och tvingades därför att söka hjälp genom försörjningsstöd.

Efter att självmant kontaktat psykiatrin, ungefär fem år efter den första utredningen, fick hon samma diagnos en gång till. Nu när hon själv tagit reda på vad den innebar accepterade hon den. Därefter fick hon själv söka kontakt med vuxenhabiliteringen som hon kopplades samman med. Där fick hon värdefull hjälp och med sin diagnos kunde hon få sin skuld nästan halverad. Hon sökte och blev beviljad aktivitetssättning, vilket ledde till en förbättrad ekonomi. I övrigt fick hon ingen hjälp och tillbringade flera år nästan helt isolerad och djupt deprimerad i hemmet. Psykologen på vuxenhabiliteringen föreslog medicin mot ångest som sedan skrevs ut av en läkare efter begäran. Hon kontaktade kommunen för att be om hjälp och fick en ledsagare via LSS som hjälpte henne att träna på att åka buss och tåg och att bearbeta sin sociala ångest. Hon blev antagen på en utbildning, hade en stabil inkomst och ångestdämpande medicin. Det gick bra i skolan, men sedan kom Covid 19-pandemin. Den nya utbildningen hon ansökt till stängdes ner. Hon isolerades på nytt i hemmet, men hennes pojkvän, som hon träffat via nätet några år tidigare, kom till Sverige och flyttade in hos henne.

Efter många och krångliga turer slutade allt med att M kom till "AlltMöjligt Verkstaden" i Broby för arbetslivsinriktad rehabilitering. Hon ville använda tiden på verkstaden som hjälp i kampen mot ångest – få in en rutin att kunna ta sig till jobbet, vara ute bland folk och att testa och utöka sin arbetsförmåga. Där är hon nu.

Ett stort problem är att man inte vet vilken hjälp som är tillgänglig eller vilka möjligheter man har. Det finns inte någon som förklarar eller visar. Det värsta är när man ber om hjälp och inte tas på allvar. Som barn fick jag ingen hjälp eller stöd och som vuxen har jag kämpat för att få hjälp. Jag har kämpat varje dag i flera år på att utvecklas och göra framsteg i livet och mot min ångest. Vissa dagar fungerar mycket bättre än andra. När jag inte har klarat mig själv har jag haft stöd av min ledsagare, som när vi övade på att gå till verkstaden tills jag hade mod nog att ta mig dit själv. Mina energinivåer varierar och vissa dagar efter aktiviteter orkar jag knappt stiga upp eller få något gjort. Det jag vill för min egen del är att utbilda mig, skaffa jobb, körkort och att bli självständig. Det jag vill för allmänheten är att ingen ska behöva gå igenom det jag varit med om.



ELINA

Elina är 30 år gammal. Hon har växt upp under svåra förhållanden. Hon blev utsatt för våld av mammans man. Mamman försvarade mannen och skyllde på Elina. Hon började rymma hemifrån, dricka alkohol och vara ute med äldre vänner som också hade problem. När Elina var 15 år hade hon och hennes mamma samtal med socialförvaltningen. Elina framställdes som att det var hon som var problemet. När de ansvariga utredarna från socialförvaltningen bad henne rita en bild av mammans man, ritade hon honom som en djävul. Men ingen reagerade. När man pratade med hennes systrar så fick dessa enbart frågor om Elina. Det var redan avgjort att det var hon som var problemet. 15-åriga Elina flyttades till ett familjehem. Problemen hemma hos hennes mamma fortsatte, men nu var det i stället systrarna som fick lida. I familjehemmet gick det bra de första två åren. Men sedan flyttades allt fler barn dit. Som mest var de sex barn. Det uppstod en tävling om vem som kunde vara fostermamman mest till lags. Situationen var inte bra, men ingen kontrollerade hur det var. När hon var 19 år flyttade hon från familjehemmet. Hon flyttade till en pojkvän.

Det slutade med att jag gick in i väggen när relationen, efter lång tid av kaos, till slut sprack. Det ledde till att jag blev inlagd på sjukhus på grund av självmordstankar, depression och frekventa panikångestattacker, som varje gång kändes som om jag skulle svimma eller dö. Än idag har jag fortfarande inte vant mig vid dessa extrema panikattacker, som är något av det värsta jag vet. Jag har dagligen, varje minut, en väldigt hög ångestnivå. Eftersom jag hela tiden lever med ångest blir panikattackerna enormt kraftfulla. Jag får aldrig känna hur det är att inte ha ångest. Det finns inget "normalt" att landa och komma ner i efter en panikattack, då jag även har GAD (generaliserat ångestsyndrom), så mina dagar handlar väldigt mycket om ångest. Jag har även haft inslag av självskadebeteende, självhat, självmordstankar, fysiska symtom som illamående och huvudvärk, stelhet i hela kroppen, sovit med hopbitna käkar och har bitit av en bit av min hörntand i sömnen.

Problemen fortsatte med skulder hos kronofogden, ett liv på existensminimum och sjukdom. Men idag har det äntligen gått framåt för Elina.

Jag har arbetstränat via kommunen för att få mitt försörjningsstöd. Sjukdom och fattigdom hör tyvärr ihop som handen i handsken och än värre blir det när man är mycket ensam. Kan man bara eliminera fattigdomen så förvärras inte sjukdomen. Jag har oroat mig mycket för hur jag ska kunna komma framåt. Men idag har jag lyckats komma vidare och framåt i livet. Jag mår bättre, jag har fått jobb och jag är snart fri från kronofogden då jag fått skuldsanering.

OMID

Jag heter Omid och är 23 år. Jag har väntat på att få leva mitt liv halva livet. Det låter som en själv motsägelse men är sant.

Jag var mellanbarn i en trasig familj som levde utan papper i en mellanstor stad i Iran, fördriven från Afghanistan både som hazarer och på grund av hedersrelaterad släktkonflikt. Jag hörde att mina äldre halvbröder som var kvar i hemlandet orsakade min pappa sorg och bekymmer. Mina systrar fick hjälpa och stötta mamma känslomässigt och mina yngre bröder tog inget ansvar. Själv lekte jag väl hyfsat bekymmersfritt tills jag som elvaåring hamnade i ett fånigt bråk med en klasskamrat. Hans pappa var polis och förstörde upp min skuld i det som hänt för att sedan kunna utpressa mina föräldrar. Plötsligt var hela familjen hotad av utvisning till Afghanistan där min pappa redan var hotad med blodshämnd av den inflytelserika familj han varit ingift i. Han hade skilt sig från sin första fru i ett arrangerat äktenskap för att av kärlek gifta sig med min mamma och lämna landet.

Nu blev mina föräldrar så uppskrämda att de faktiskt offrade min säkerhet för att rädda familjen. Några bekanta skulle resa tillbaka till hemtrakterna i Afghanistan och fick ta mig med sig, eftersom polisen nöjde sig med att jag lämnade landet.

Plötsligt satt jag på en buss med en familj jag knappt kände och visste inte vad som skulle hända. Mitt i ödemarken stoppades bussen och några aggressiva talibaner beväpnade med stora knivar och maskingevär klev ombord. De letade efter Mahdis son sa de. Min pappa heter Mahdi, och jag blev stel av fasa och tryckte mig intill kvinnan jag reste med. Men talibanerna slet loss mig från henne med våld och sen mindes jag inget mer... Jag vaknade på ett sjukhus med armen i ett blodigt bandage. Min vänstra hand och halva underarm var borta, och allt gjorde fruktansvärt ont. Talibanerna hade huggit av mig handen och jag trodde att jag aldrig skulle få återse min familj. Men när det börjat läka och de visste att jag skulle överleva fick jag återvända hem till min familj. Jag var bara tolv år men var kanske offer för en blodshämnd riktad mot min pappa, och här skulle jag för alltid betraktas som en krympling. Nu började väntan på ett värdigt liv. Mina föräldrar började smida nya planer för mig.

Kanske kunde jag och någon av mina bröder skickas till Europa och få komma till ett bra land och stanna där. Då skulle familjen kunna komma efter. Vi kände till att folk gjorde så, och särskilt jag skulle kunna få bättre vård och hjälp med mitt handikapp, resonerade de. Flyktingsmugglare anlätades, och plötsligt var det dags. Min mamma, som jag blivit extra beroende av, försäkrade att det bara var ett litet spän-

ande äventyr. Jag kunde inte föreställa mig att det skulle vara mer än några dagar. Plötsligt ville ingen av mina bröder följa med, men jag MÅSTE åka för familjens skull. Återigen fick jag ge mig iväg med några bekanta.

Det blev en äventyrlig och lång resa med buss och tåg och bil till Turkiet. Där fanns en kusin till mig, och han sa att vi kunde följas åt till Europa. Efter några månaders väntan gavs tillfälle att komma vidare, och vi tog oss ända till Tyskland. Båtresan var läskig, eftersom jag inte kunde simma. På vägen mötte jag många snälla människor, som ville hjälpa just mig på grund av mitt funktionshinder, men jag var också med om att många svek mig, bland andra min kusin. Nya tyska vänner ville att jag skulle stanna där. Jag var en i "den stora flyktingvågen", och jag hittade nya kompisar som ville vidare till drömlandet Sverige. Och jag kom hit med dem, sökte asyl och placerades i ett boende med andra ungdomar.

Här började andra delen av min långa väntan. Jag fick god man och juridiskt biträde, assistenter och allt möjligt, och alla lovade att jag nog lätt skulle få permanent uppehållstillstånd, bara jag kämpade på i skolan och lärde mig svenska och så var jag ju funktionshindrad. Och jag kämpade verkligen på, men i mitt asylärende hände ingenting.

Efter över ett års väntan fick jag min intervju. Jag hade inga id-papper att visa upp och hade svårt att komma ihåg alla detaljer, så handläggaren på Migrationsverket var väldigt misstänksam. Jag mådde dåligt både fysiskt och psykiskt mitt i denna stora väntan, och jag fick också vänta väldigt länge på läkarbesök, tandvård och psykologsamtal varje gång. Det kändes som om ingen såg mig på riktigt. I början vågade jag inte heller titta andra i ögonen särskilt inte flickor och kvinnor. Mina föräldrar hade som djupt troende muslimer uppfostrat mig till denna besvärande ödmjukhet och försiktighet, och att barn ibland stirrade på min armstump gjorde inte saken bättre.

Men efter något år tänkte jag om. Ingen skulle straffa mig om jag gjorde som alla andra, och jag ville inte tillhöra någon organiserad religion som mest använder hot och förtryck för att få lydiga anhängare. Efter lång väntan fick jag en tillfällig protes, men den skaver mycket och är mest i vägen, så jag använder den väldigt sällan. Ytterligare ett år gick innan beskedet från Migrationsverket kom. Det var avslag! Men mitt nya nätverk hjälpte mig att överklaga. Det skulle säkert ordna sig!

Avslag igen och även en tredje gång. Advokaterna var förbluffade. Jag blev 18 år och fick inte bo kvar. Nu började jag flytta runt hos kompisar som hemlös. Aldrig hade jag kunnat ana detta när jag som 15-åring lämnade min familj för ett litet äventyr. Efter att ha fått hjälp med att lämna in en protest till FN-organet för funktions-

hinder och flytta in hos en svensk familj fick jag lite hopp tillbaka. Snart skulle jag väl få något positivt besked! Men inget hände. Polisen gav besked om att de skulle avvakta med avvisningen tills FN sagt sitt. Så kom pandemin, ett års väntan till och sen Afghanistankrisen. Nu fick jag det hoppfulla att få göra en helt ny ansökan. Det gjordes och ansökan accepterades för prövning. Nu var jag inne i systemet igen. Jag fick träffa min FN-advokat för förberedande samtal och fick datum för en intervju på Migrationsverket. Tre dagar innan blev detta möte inställt på grund av att de ukrainska flyktingarna började komma, trots att det bara skulle vara på länk för handläggaren i Malmö. Då tappade jag allt hopp och mod och drack mig full för första gången. Jag ville också hoppa av folkhögskolan jag får gå på. Finns det inga regler för i vilken ordning Sverige tar hand om sina asylsökande? Jag har väntat här i sex och ett halvt år nu. Jag orkar snart inte längre. Det känns inte som om svenska myndigheter förstår eller ser att jag är en människa med känslor och ett liv som väntar på att få levas.



JEANETTE

Jag föddes i Alingsås. Mamma Inger är från Sundsvall och pappa Bengt Göran från Herrljunga. Mamma hade en tös med sig in i förhållandet, men det var inget som min syster Ann-Britt eller jag fick veta förrän senare i livet. Vi flyttade till Malmö 1969 då mina föräldrar skildes.

I Malmö bodde jag med mamma och min syster Ann-Britt. Mamma berättar nu att vi alltid har bråkat, Ann-Britt och jag. Ann-Britt hade ett fruktansvärt humör och kunde vända från att vara en skrattande och glad tjej till att bli en häxa. Det enda jag kan komma på som liknelse är Hulken när förvandlingen var på väg. Hade hon levt i dag hade hon garanterat fått någon slags diagnos. Mamma hade kvälls/nattjobb och vi barn fick ta hand om oss själva. Många var gångerna då jag fick på käften av min syster, om jag inte gjorde som hon sa. Jag berättade inte detta för någon, förutom några i min klass, och ingen i min omgivning reagerade på något sätt. I mitt hem fanns ett fönster mellan hallen och toaletten, högt uppe vid taket. Ann-Britt var inne på toaletten och började skrika på mig att jag skulle springa och köpa tamponger till henne. Jag vägrade och låste toalettdörren utifrån hallen.

– Ann-Britt: Nu öppnar du dörren annars slår jag ihjäl dig! Du vet att jag gör det.

– Jag: Aldrig i livet, du kommer aldrig att få slå mig igen.

– Ann-Britt: Ska vi slå vad?

Det blev tyst i några minuter och sen såg jag henne, heligt förbannad, försöka klättra ut genom fönstret. Men så fastnade hon och jag kunde inte låta bli att skratta och då började hon skrika på mig igen, men så insåg hon hur löjligt det måste ha sett ut med henne fast i fönstret. Det som var konstigt med vår relation var att hon aldrig tillät någon annan var elak eller taskig mot mig. Fram till dess att Ann-Britt flyttade hemifrån vid 17–18 års ålder så såg dagarna likadana ut med bråk mellan oss systrar. En gång fick mamma nog och skrek till mig att slå tillbaka nästa gång. Det gjorde jag och Ann-Britt pep och började gråta och sa till mig: Du slog mig? Ja, sa jag, nu vet du hur det kan kännas. Det blev bättre efter den här händelsen och efter att hon flyttat hemifrån.

Det var en tuffare uppväxt med pappa, han var alkoholist, använde "hasch" och säkert annat också. Han flyttade ofta, bodde i små ettor och jag fick sova på soffan när han låg i sängen och hade sex med sina tjejer. Det var inget kul att vara 4–5 år

och höra på det. Han lärde mig att blanda "holk" och groggar ifall han skulle vara alltför påverkad för att klara av det själv. Vi ett tillfälle visade han upp mig för sina kompisar när jag blandade en holk. Det var faktiskt den enda gången som jag minns att han sa att han var stolt över mig. Det var inte normalt, det kände jag själv och då var jag bara 4–5 år.

På somrarna åkte vi ofta till Varberg och tältade med farmor och farfar och jag älskade när vi var på Apelvikens camping. En dag råkade farmor berätta för mig att min pappa inte var Ann-Britts riktiga pappa. Det var då jag insåg att detta måste vara en av anledningarna till att Ann-Britt behandlade mig som hon gjorde. Jag hörde en gång hur hon frågade mamma varför pappa inte älskade henne också och varför han aldrig bad henne att hälsa på honom. När Ann-Britt 1988 fick sin son, då kallade pappa sig morfar. Ann-Britt hatade honom för det, men dom kom ändå varandra närmare när Ann-Britt senare blev sjuk. Efter några år gifte pappa om sig med Rose-Marie. Hon hade två barn sedan tidigare och de fick också en gemensam dotter, min halvsyster Frida. Allt var lugnt i några år tills pappa fick ett återfall och började dricka igen. Rose-Marie hade gömt hans sprit och han blev vansinnig. Vi låste in oss i barnens sovrum och han höll på att slå in dörren. Då puttade Rose-Marie ut mig i hallen och sa: "Visa honom var hans sprit är, dig slår han inte."

Livet fortsatte trots allt som hänt. Åren gick och jag hade det väl ganska bra fram till 1993 när Ann-Britt föll ihop och hamnade på sjukhus med epilepsi, diabetes och andra problem. Hon blev inlagd på sjukhus minst ett par gånger om året. 1995 fick mamma en hjärnblödning och jag flyttade hem till henne och blev hennes personliga assistent. Så flöt det på i några år.

2004 blev jag uppsagd från mitt arbete och fick gå samma dag. Jag fick avliva min hund och något senare även min katt. Inget att hurra för, men ännu värre blev det när Ann-Britt dog i december samma år. Hon skulle ha fyllt 42 år den 18 december och begravdes den 21 december. December är ingen bra månad för mig.

I januari 2006 fick jag börja på ett projekt som Arbetsförmedlingen och Försäkringskassan hade. Det fungerade en dag, sedan brakade jag ihop på grund av mitt mående. Då började en tid i mitt liv jag inte önskar ska hända ens min värsta fiende: Jag gick till vårdcentralen för att få hjälp. Betänk att detta var 2006 då allmänläkare inte var så särskilt bra utbildade vad gäller psykisk ohälsa.

- Besök 1 på vårdcentralen – fick mediciner och blev skickad till psykakuten
- Besök 1 på psykakuten – fick remiss till öppenvården, fick läkarintyg och blev skickad åter till vårdcentralen
- Remiss till öppenvården nekad
- Besök 2 på vårdcentralen – blev skickad till psykakuten
- Besök 2 psykakuten – hände samma som vid besök 1 förutom att de sa att jag skulle komma tillbaka om två veckor och få nytt läkarintyg

Från januari 2006-juli 2006 höll det på så här. Detta är inget som ska få hända. Här kan man verkligen prata om att hamna mellan stolarna. Jag hade ingen som kunde hjälpa mig, ingen förening som kunde ställa upp. Varje besök på psykakuten kostade då 300 kr. Eftersom jag mårde mycket dåligt, höll jag inte koll på högkostnadskort. Jag fick ta taxi dit då jag hade torgskräck, kristallsjuka och noll balans. På ett av de sällsynta besök på öppenvården, när jag var hos min läkare där, hände sig detta:

- Läkaren: Varför använder du alltid stöd när du kommer hit?
- Jag: Jag har dålig balans, det känns som om jag har konstant svindel och måste ha stöd när jag är utomhus och går.
- Läkaren: Men det är väl bara att gå?
- Jag: Nej, det säger bara stopp, tar jag ett steg utan stöd så blir det tvärstopp.

Här berättade jag för läkaren att när jag var riktigt nere i ett skov hemma, så fick jag krypa på golvet när jag skulle till köket eller på toa. Jag klarade inte att ta två steg och ta stöd av väggen.

- Läkaren: Jag tycker att du ska slänga dina kryckor och satsa på att gå. Jag skickar dig till vår sjukgymnast så får hon lära dig hur du ska göra.

Hos sjukgymnasten stod jag i ett rektangulärt format rum och vid varje besök fick jag under en timme gå diagonalt över golvet. Jag var psykiskt slut en hel vecka efter varje besök. Jag tänker på sjukgymnasten varje gång jag har ett skov och har problem att gå över en gata. Slutligen fick jag en psykos och blev inlagd på slutenvården i början av 2008. Där blev jag rekommenderad att gå till Fontänhuset för att aktivera mig. Det var det bästa råd jag någonsin fått.

Livet har inte varit en dans på rosor för mig. När jag blev utskriven från slutenvården fick jag vänta i över 3 månader innan jag 2009 fick en tid på öppenvården. Under första besöket blev jag utskriven som patient och de sa: "Nu kan vårdcentralen ta över din medicinering. Vi skriver en remiss." Jag gick då till vårdcentralen men de skrev ej ut min medicin där, utan skickade mig tillbaka till öppenvården. Jag hade inga pengar och fick kontakta socialen. Det blev en ond cirkel. Ekonomin blev lidande, räkningarna samlades på hög och jag hamnade hos kronofogden. Men jag hade kontakt med Fontänhuset och fick stöd av handledare där. Till slut, 2013, fick jag en tid på öppenvården men blev bemött precis på samma sätt som tidigare och de sa: "Vårdcentralen får ta över, vi skickar remiss."

I juni 2018 bytte jag vårdcentral och träffade där en underbar läkare som skrev ut mediciner till mig och som med mitt tillstånd kollade mina journaler. Det visade sig att varken 2009 eller 2013 fanns det någon remiss skickad till någon vårdcentral från öppenvårdsmottagningen. Så i alla dessa år gick jag utan mediciner bara för att två lata psykiatriker inte kunde skicka remisser. Visserligen har de många patienter att hantera, men det handlar väl om att värna om ALLA patienters liv och mående. Hade jag inte haft Fontänhuset så vet jag inte hur det hade slutat.

Alla som lever på försörjningsstöd eller andra ersättningsstöd och behöver sjukvård och mediciner, har svårt att få ekonomin att gå ihop. När frikort, man fått genom högkostnadsskydd, tar slut och man ska betala allt själv igen, då får man välja mellan mat, räkningar, mediciner eller vård. Detta ökar stressen hos de som redan mår dåligt och förvärrar deras hälsa både psykiskt och fysiskt.





GÖRAN

Jag föddes 1962 i Hagfors, Värmland och hade en normal uppväxt. Jag led troligen av autism sedan barnsben, något som senare i livet utgjort ett stort handikapp för mig i arbetsliv och studier. Lärarna sade redan under min skolgång på lågstadiet att jag klarade studierna bra, men att de fick intrycket av att jag inte var riktigt närvarande. Det är viktigt att sätta in stödet för personer med neuropsykiatriska funktionshinder i tid. Jag fick min Asperger-ADHD-diagnos först 2009 då jag haft ett flertal olika, troligen felaktiga, diagnoser genom åren. Bland annat borderline, icke-regressiv schizofreni, personlighetsstörning, schizotyp personlighetsstörning vars religiösa funderingar inte har "progredierat". Det senare är egentligen en grov kränkning. Jag är troende med-troligen-en sund religiositet. Kyrkan har haft en positiv inverkan på min person. Jag kan verkligen undra över psykiatri och dess legitimitet i det att de sjukförklarar kort sagt alla personer. Jag tillhör överlevarna inom psykiatri och har nu formellt friskförklarats och har egentligen hela tiden, ända sedan barnsben, lidit av ett handikapp. Människor med neuropsykiatriska funktionshinder-NPF-behöver troligen stöd och hjälp från tidig ålder. Feldiagnostiken har medfört stora uppofteringar för mig som person, för anhöriga och även för så kallad idéburen sektor. Jag har bland annat fått gå i St. Lukasterapi hos en präst i flera år, till stor del beroende av så kallade systemfel.

Jag klarade skolan bra. Jag utvecklade i tonåren svår ångest på grund av NPF (ovan) som senare utvecklades till en form av rädsla för själva rädslan och fobier. Jag vågade inte samtala med någon om detta i det att jag alltid varit ganska blyg – något som kommenterats vara "sociala fobier" – återigen sjukförklaring av ett vanligt mognadsproblem. Under tonåren och puberteten började jag självmedicinera med alkohol och upptäckte i tjugooårsåldern att jag utvecklat en beroendesjukdom; alkoholism, något som jag avhåller mig från idag och behöver ingen kontakt med beroendesjukvård. Felaktiga diagnoser samt senare hemlöshet gjorde att jag, för att överleva psykiskt, självmedicinerade med alkohol och under de sista åren i aktivt missbruk även med narkotika. Jag avhåller mig idag och kyrkan, idéburen sektor, speciellt tolvstegsrörelsen, har gjort att jag numera inte befinner mig aktiv i en beroendesjukdom.

Efter militärtjänsten följde en tid av arbetslöshet och sedan tog jag anställning på Volvo Torslandaverken som bilmontör och var anställd där mellan 1983–1995.

Jag sökte in på Chalmers, teknisk fysik, och började där ... Studierna på Chalmers var mycket hårda. Jag klarade i stort sett allt de två första åren. Dock kan människor med NPF utveckla schizofreniliknande tillstånd under stor stress. Jag slutade på Chalmers, något som jag ångrar idag. Jag hade antagligen klarat utbildningen med rätt stöd. Efter studierna hamnade jag inom psykiatri. Jag sjukskrevs en period från Volvo där jag varit tjänstledig en tid. Jag fick en felaktig diagnos som borderline och släcktes som människa av denna psykiatri. Detta sänkte mig och släckte mig tre gånger. Det höll på att kosta mig livet. Dock, jag är en av överlevarna inom psykiatri. Det kan låta som skryt, men det var en välrenommerad psykiater, som jag känner, som kallade mig detta. Successivt började jag utveckla en slags tro på något gott, att livet måste ha mening. Religionen och filosofin började få större plats i mitt liv. Jag läste också mycket psykologi och ägnade ämnena mycket tid på universitet. Jag deltog även som aktiv inom kyrkan och såg ut att kunna må bra en period. Jag feldiagnostiserades dock av en psykiater, som sedan begick självmord, och jag levde nu med en stämpel som obotligt schizofren och medicinerades för detta. Jag använde själv min överlevnadsstrategi – bland annat med alkohol. Det blev nästan ett demoniskt vacuum. Jag fick brottas med felaktig diagnostik under tjugofem år, från 1984–2009.

Jag har inte direkt sett att samhället specifikt tagit så kallat ansvar för mig. Jag vägrar att se mig själv som offer i detta. Jag tar mitt ansvar så gott jag kan genom deltagande i idéburen sektor, kyrkan, tolvstegsrörelsen osv. Att poängtera detta är ett sätt för mig att beskydda mig, att värja mig för alla anklagelser jag fått genom åren.

Jag bodde i Göteborg mellan 1983–1993. Under en femårsperiod bodde jag i Stockholm. Jag kom i kontakt med en psykosmottagning där. Detta fungerade inte på grund av att jag inte hade en permanent adress i Stockholm. Jag ansökte om förtur för ett boende, med tungt vägande skäl från en överläkare i psykiatri. Denna avslogs av Bostad Stockholm. Jag levde i kappsäck under mycket svåra omständigheter under denna tid med ett tilltagande missbruk av alkohol – något som fick överläkaren i psykiatri att skriva ut mig från mottagningen (ovan) i det han inte längre ville ta ansvar. Meningen var, att jag skulle fått terapeutiskt stöd via denna mottagning. Jag var den enda av cirka fyrahundra patienter som var mottaglig för terapi. Jag upplevde detta som en brutal överkörning och uppmanades indirekt av en överläkare, till den nya mottagningen som jag kom till, att begå självmord.

Jag hade personligt ombud mellan 2002–2015 och var dessutom hemlös en längre tid. Under denna tid kom jag underfund med att under 1997–2015 hade ingen tagit sitt ansvar. Ingen hade gjort sitt arbete och jag hade inga rättigheter.

Jag flyttade sedan till Malmö. Jag hamnade fel i ett eget boende, med medicinska problem, ett tilltagande bruk av alkohol och senare narkotika. Jag kastades efter fem år i eget boende ut på gatan – oriktigt genomfört. Hyresvärden MKB gavs tillåtelse att ta lägenheten från mig under mycket oklara omständigheter. En tid av öppen hemlöshet kom. Det personliga ombudet kan sägas ha räddat livet på mig.

Jag har under tiden lyckats bevara intressena för ämnena på universitet, (ovan) i kyrkan, Fontänhuset och andra sammanhang som tolvstegsrörelsen. Den förhoppningsvis sista överkörningen kom 2013 då jag hade en stroke samt en ryggmärgsblödning. Problemet är att människor med psykisk ohälsa och/eller beroendesjukdomar inte ges den somatiska vård de behöver. I den här olyckan, som jag kallar det, var det till sist min mor i Värmland som räddade livet på mig. Jag hade fått en stroke i min bostad, kunde inte stå på benen och hade alla tecken på ett livshotande tillstånd. Jag nödgades till sist själv ringa ambulans och kom in på akutavdelningen på Malmö Allmänna Sjukhus. Jag hade ont i huvudet, i nacken och kunde ej stå på benen. Jag skickades hem efter en natt av observation. Jag hade en subaraknoidalblödning, som skall ges omedelbar behandling, blodet rann ut i ryggmärgskalen. Det var också en spinalblödning. Jag hade då också kontakt med beroendecentrum. På något sätt lyckades jag ta mig döende till denna mottagning. Ingen reagerade. Jag hade också boendestöd. De kom till min bostad tre gånger på avtalad tid. De trodde – eller ljög om – att jag inte var hemma när jag låg medvetslös i cirka åtta dygn, ensam i över trettio graders värme. Boendestöd hade direktiv att gå in i lägenheten om man inte öppnade. De hade en nyckel till bostaden. Inget hände, ingen tog sitt ansvar, ingen gjorde sitt arbete och jag hade inga rättigheter. Min mor, en fattig, lungsjuk änka i Värmland, reagerade till sist och efter att jag cirka en vecka legat i bostaden medvetslös och senare i koma, tog hon kontakterna som gjorde att jag fortfarande lever. Jag utvecklade också ett djupt trycksår i ryggen som fortfarande inte är helt läkt. Det kan låta osannolikt men enligt en läkare som jag känner kan en människa överleva så lång tid, fastän det överstiger gränsen för vad en människa klarar av. Mitt personliga ombud såg till att en formell anmälan gick in till IVO.

Somatiken har sin historia om vetenskap och evidens men det verkar som om de för med osanning. Sjukvården utreder sig själv och Malmö Stad för också med osanning för att upprätthålla skenet. Jag avböjde själv att kommentera ärendet som är avslutat formellt. Det här är åtta år senare och det kan utgöra ett exempel som är betydelsefullt på en frågeställning om somatisk vård för människor med psykisk ohälsa/ och-eller beroendesjukdomar, samverkan osv.

Vem jag är idag och det goda exemplet.

Jag har arbetat som volontär på olika platser under kortare perioder. Jag är aktiv inom kyrkan, Fontänhuset och bedriver studier på centrum för teologi och religionsvetenskap på Lunds universitet. Jag representerar Fontänhuset i olika externa forum och har fortsatt att delta i självhjälpgrupper som tolvstegsrörelsen. Jag har kämpat för att få rätt boende relaterat till min riktiga diagnos, personkrets ett, ett boende. Jag har bott här i åtta år och stödet har blivit bättre. Jag mår relativt bra även om det finns fysiska rester av, förhoppningsvis den sista, olyckan. Jag hade också en lättare hjärtinfarkt 2016 som jag är återställd från. Frågor om samverkan upplever jag som betydelsefullt idag och andra frågor som belyser vår situation inom idéburen sektor. Kyrkan tenderar att hamna i skymundan. Den har—rätt tolkad—en betydelsefull plats för oss inom idéburen sektor och andra religiösa verksamheter.





PETRA

Jag är ett maskrosbarn från Bredäng. Inte bara min barndom utan även början av mitt vuxna liv kantades av droger, våld i nära relation, kriminalitet och död. Men några år innan min dotter föddes valde jag bort det livet.

Sen blir det skola jobb, körkort, nykterhet och svenssonliv ända tills jag får en stroke strax efter att jag fyllt 40 år. Då börjar en ny nedåtgående spiral där mycket händer och jag återigen tappar fotfästet i livet. Min mamma blir hemlös, jag opereras för cystor i underlivet, min älskade hund blir allvarligt sjuk, min kära, kära unge får sin ADHD-diagnos, vår hemsituation är allt annat än harmonisk, jag plockar upp mitt missbruk igen och till följd av det får jag ytterligare en stroke. Där och då mår jag inte alls bra, jag är ledsen, jämt trött och får dessutom en depression. Jag klarar inte längre av mitt jobb och blir av med det. Sen följer många år av sjukskrivning. Jag får behandling för mitt missbruk och min depression, går i KBT-terapi, får i 12 veckor landa på en NUR-gård – Naturunderstödd rehabilitering på landsbygd. Dessa behandlingar och min tid på Grogrund – en del av ESF-projektet Samverkan i Osby, är det som blir min räddning. När man blir sedd och lyssnad på då finns man och just det fick jag uppleva på Grogrund.

När jag inte behövs längre på mitt jobb, som jag haft i cirka 20 år och skött exemplariskt, på grund av att jag inte längre kan prestera som jag gjort innan jag blev sjuk, då gör arbetsgivaren sig av med mig och jag åker ut i kylan. Har man inget jobb är man ingen som räknas. I en bättre värld skulle min arbetsgivare tagit ansvar för mig som arbetstagare, hjälpt mig med en omplacering eller gett mig andra arbetsuppgifter men ICKE. Jag fick inte ens ett avgångsvederlag, jo om det räknas att jag fick ett busskort så jag kunde ta mig till Grogrund efter 20 år i tjänsten. En sådan behandling är kall och inte medmänsklig, men det är så det ser ut. Det jag tycker att min arbetsgivare skulle axlat blev i stället Grogrunds jobb: att ge mig ett sammanhang i samhället när ingen annan ville ha mig längre.

Min tid på Grogrund började som för de flesta andra, kravlöst, följt av en tids praktik inom administration/kontorsarbete där jag bland annat fick diarieföra handlingar i kyrkans arkiv. Sen blev jag erbjuden 25% anställning som handledare på Grogrund och här är jag nu idag, och är väldigt tacksam! Jag fick tillbaka mitt liv och kanske är det till och med ett bättre liv än innan. Dyrköpt ja, många tårar har också runnit på min kind, men jag klarade det med hjälp av dessa underbara människor. En läskig tanke: om inte Grogrund funnits, hade jag då suttit här idag?



BENGT

Jag är 62 år, men var inte mer än åtta år gammal när jag funderade på vad det var för mening med att leva. Att ha självmordstankar när man är åtta år är inte så bra. Jag är ensam barn, har bara halvsyskon och var lite utanför. När jag var tio år flyttade vi från en bondgård till Osby. Där blev jag mobbad i skolan. Jag började på gymnasiet men hoppade av efter en termin. När jag var 17 år fick jag jobb som stenslipare. Efter ett tag började jag tappa mina naglar. Det gjordes en utredning som visade att jag antagligen led jag av psoriasis. Jag menade däremot att det var limmet som vi använde som orsakade besvären med naglarna. När jag slutade som stenslipare tappade jag inga naglar längre. Efter det har jag hoppat från ett jobb till ett annat. På 80-talet fanns det inga fasta jobb utan de varade max sex månader.

Åren gick, jag blev pappa och 1992 flyttade jag med min före detta och barnen från Osby till Rättvik. Jag hade ingenting som höll mig kvar i Osby. I Rättvik undrade man: "Vart kan du tänka dig att flytta, för med din dialekt får du svårt att få jobb här." Jag fick beredskapsarbete över en sommar 1995. Samtidigt fick min äldste son problem i skolan. Då fick jag försörjningsstöd. I och med att jag hade bekymmer med barnens mamma och andra problem så såg Socialstyrelsen genom fingrarna. De ansåg att jag gjorde mest nytta genom att stödja min son som hade problem i skolan.

Jag hamnade hos en läkare som sade: "Så som du lever så ska du må som du gör." Jag gick en datautbildning 1997. Ett halvår senare gick jag en påbyggnadskurs. Kurserna varade cirka fyra månader. Problemen i skolan eskalerade för min son. Problemen med min före detta accelererade. Jag fick också ta hand om hennes yngsta barn eftersom barnet inte kunde bo hemma. Jag hamnade på ett speciellt boende som skulle utreda vår situation. I samma veva fick min son byta skola. Rektorn fällde en kommentar att min son antagligen hade en hjärnskada så som han betedde sig. Efter att han bytt skola blev allt mycket bättre.

År 2001 flyttade jag och min son ner till Osby igen. Systemen blev fosterhemsplacerad. När min son och jag hade bott några år i Osby började hans mamma att lägga sig i och köpte en biljett till honom så att han kunde resa till Mora där hon bodde. Då var sonen 15 år. När han bodde hos henne sade han att han skulle begå självmord.

Jag fick jobb och började 2002 som personlig assistent och jobbade med det fram till februari 2004. Sommaren 2004 havererade kroppen totalt. Jag gick hemma och var pappaledig. Jag kunde inte ta mig från sängen till köket utan att hålla mig i väggarna. Jag sov med hjälp av en massa piller jag fick mot värk. Jag sov cirka 22 timmar per dygn.

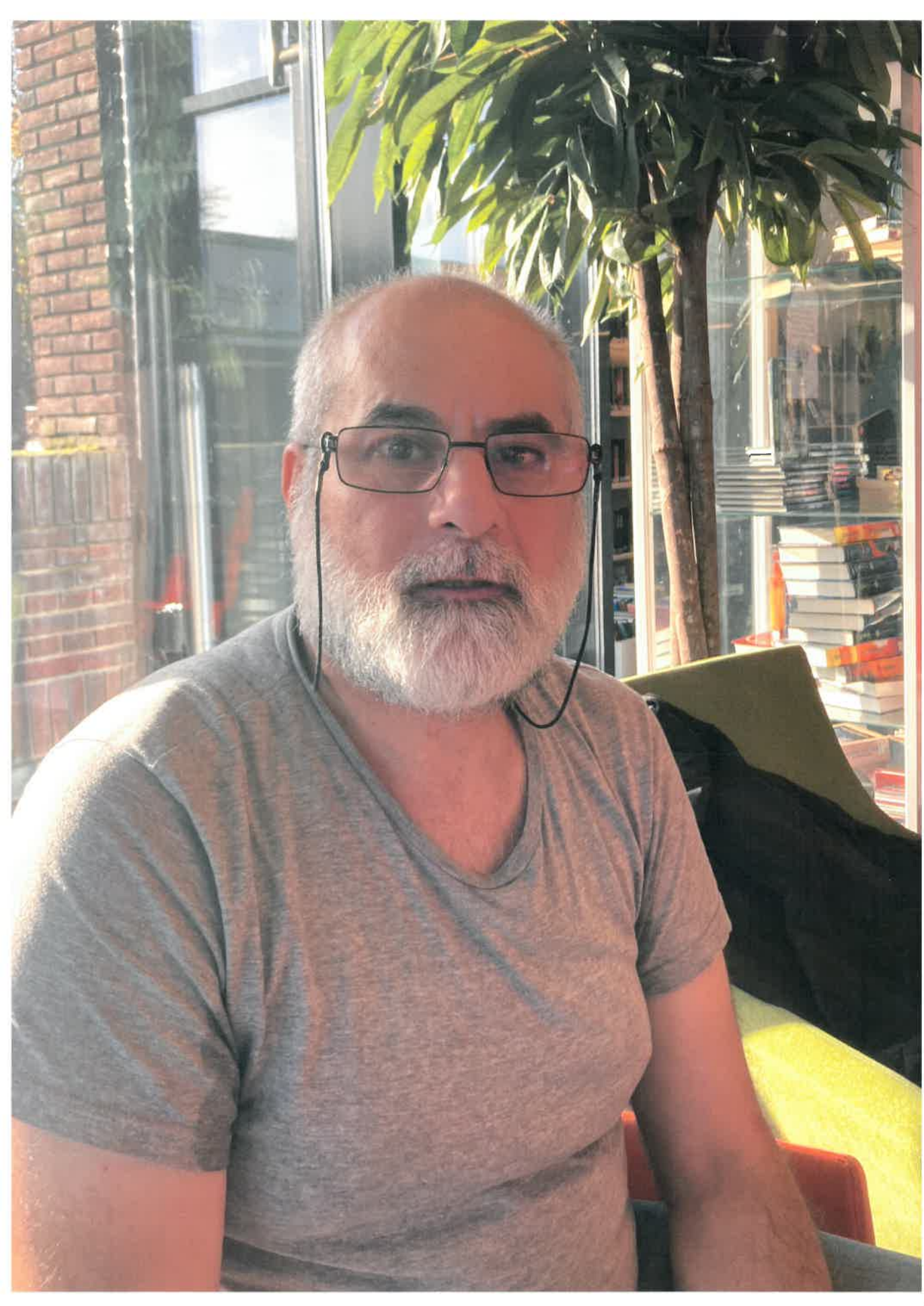
År 2005 fick jag 100% sjukersättning från Försäkringskassan men 2010 drogs ersättningen in då man plötsligt menade att jag var arbetsför igen.

Jag fick 2011 en anpassad anställning på ett garden center. Två timmar om dagen tisdagar och torsdagar var vad jag orkade, sedan var jag helt slut. Detta höll jag på med i fyra månader. Sedan ändrade vi så att jag var där två timmar per dag under tre dagar i veckan och utökade ytterligare till tre timmar per dag under tre dagar i veckan. Slutligen utvecklade vi arbetstiden till att jag skulle jobba 20 timmar i veckan. Jag sade att jag orkar ingenting hemma om jag jobbar så mycket. Jag använde papptallrikar för att slippa diska. Nu flyttade äldste sonen ner från Gävle där han hade bott på ett hem.

På garden centret var jag fram till att jag föll och skadade högeraxeln. Då hade jag varit där i fem år under 2011–2016. Sjukvården upptäckte först inte hur allvarlig min axelskada var, men när de upptäckte det gick skadan inte att bota. Nu kan jag inte lyfta armen över axelhöjd. Året därpå, 2017, skadade jag den andra axeln. Då kände jag igen symtomen och fick sytt fast senan igen och behövde bara vara sjukskriven i sex veckor. Eftersom jag inte längre kunde utföra mina arbetsuppgifter blev jag av med min anställning och hade nu inget arbete. Läkaren sjukskrev mig efter andra olyckan men Försäkringskassan avslag sjukskrivningen med motivering att jag var arbetsför. De menade att jag skulle kunna ta vilka arbetsuppgifter som helst, till exempel telefonförsäljare, eftersom de tyckte att jag ju hade en arm som fungerade upp till axelhöjd. Jag diskuterade med Försäkringskassan om att de har en uppfattning och läkaren en annan. Jag försökte boka tid med FK-läkaren som bedömde att jag var arbetsför med det gick inte, de arbetar inte på det viset.

Jag har haft lite arbetsträning och har nu 50% sjukersättning. Sedan har jag aktivitetsstöd och har rätt till bostadsbidrag eftersom jag har barn och sjukersättning. Med bidragsdelen har jag 9500 kr när skatten är dragen. Jag vill inte ha socialbidrag. Då kan jag inte äga en bil. När jag arbetade som personlig assistent i Yngsjö men bodde i Osby, var jag tvungen att ha bil eftersom tiderna för tåg och bussar skulle gjort att jag aldrig hade hunnit i tid till jobbet. Hade jag då haft försörjningsstöd hade jag behövt sälja bilen. Och utan bil hade jag ju inte kunnat ta jobbet i Yngsjö, för jag hade ju inte haft pengar för att köpa en bil. När man hamnar i försörjningsstöd finns det ingen väg tillbaka. Man kommer allt längre från möjligheterna, man hamnar i en återvändsgränd.





MAZEN

Jag kom 2016 med min familj till Sverige från Damaskus. En av mina söner hade tidigare kommit till Sverige. I Damaskus hade jag ett företag med cirka 25 anställda. Jag är skräddare och vi sydde damkläder, varav en del exporterades.

När kriget började kraschade mitt företag. Min fru, tre av mina fyra barn och jag reste till Turkiet. Där jobbade jag också som skräddare. Vi stannade i elva månader innan vi reste som kvotflyktingar till Sverige. Vi kom till Lund.

När vi kom till Sverige ville jag börja jobba direkt, men man sade till mig att jag först måste kunna språket. Jag började läsa svenska på Komvux och samtidigt praktisera jag. Det var inte lätt att lära sig ett nytt språk. Genom Arbetsförmedlingen kom jag i kontakt med Svenska kyrkan i Lund och började en praktik där. Pastoratet hade en plats där man kunde arbetsträna. Där sydde jag bland annat kaftaner till prästerna. Efter praktiken blev jag anställd i församlingen. Jag sydde och reparerade kläder och renoverade möbler. Jag hjälpte också till i deras secondhandbutik. Pastoratet beslutade 2022 att man skulle stänga både arbetsträningscentret och secondhandbutiken. Jag blev uppsagd i oktober 2022.

Fram till mars 2023 får jag lön och är arbetsbefriad. Nu söker jag en lokal där jag kan börja arbeta med skrädderi och möbelrenovering. Jag vill starta ett eget företag och inte vara beroende av A-kassa och bidrag.

Jag trivs i Sverige och har egentligen inte haft större svårigheter. Kanske beror det på att vi kom som kvotflyktingar med färdiga uppehållstillstånd. Mitt enda problem just nu är att hitta en lokal där jag kan jobba och som inte är alltför dyr.



AlltMöjligt SecondHand



FÖRBÄTTRINGSFÖRSLAG

FÖRBÄTTRINGSFÖRSLAG

M

- **Medborgarlön**

Ekonomisk trygghet främjar återhämtning. En kravlös inkomst såsom medborgarlön för de som har behov. Då hade man sluppit ekonomiska bekymmer och skulle kunna fokusera på återhämtning.

- **Skolan och barn/ungdomar som behöver stöd**

Det borde finnas en plats på skolan där elever som mår psykiskt illa kan vila.

Det borde finnas personer med tid för att se elever och kolla hur de mår.

Bättre information om vilka resurser det finns för elever när de behöver stöd och hjälp.

Bättre kontroll från kommunens sida. Lyssna på barnen det handlar om!

- **Sysselsättning och återhämtning**

Bättre information från myndigheter om vilka möjligheter som finns till sysselsättning/rehab.

Skapa fler möjligheter till daglig verksamhet, någonting att göra, någon slags stöd, att kunna komma ut från hemmet och vara aktiv. Någon slags aktivitet i närheten där man bor om man inte orkar ta sig till en aktivitet som ligger långt bort. Det skall finnas tillgängligt i närheten där man bor, och det skall vara tillgängligt utan alltför långa väntetider.

- **Kontaktperson**

Man skall ha en kontaktperson så att man slipper springa runt mellan olika myndigheter.

- **Bra information**

Information som leder till insikt och förståelse hos föräldrar, lärare och elever. Inte bara en broschyr!

- **Intyg från psykologer**

Psykologer skall precis som läkare kunna skriva intyg till Försäkringskassan.

- **En fast läkarkontakt**

Anställ fler läkare på vårdcentraler så att det blir möjligt att få en fast läkare.

- **Fler handläggare på Arbetsförmedlingen**

Prioritera människor med nedsatt arbetsförmåga och anställ fler handläggare på Arbetsförmedlingen.

ELINA

- **Lyssna på barnen**

Att man blir bättre på att kommunicera med barn på det sätt som barnen kan kommunicera och förstå.

- **Bättre utbildning (praktik och teori)**

Bättre utbildning för de personer som skall föra en dialog med barnen. Om det finns tecken på våld i hemmet måste man lyssna på barnen. Man måste även kunna tolka barns beteende om de väljer att inte berätta hur det är. För detta krävs utbildning och erfarenhet.

- **Bättre kontroll**

Socialen borde ha bättre kontroll på familjehemmen så att det inte blir för många barn vilket leder till missförhållanden. Förbättra rutiner och direktiv. Förmodligen krävs också större resurser för kontroll.

- **Rätt till sociala aktiviteter**

Antingen erbjuda gratisaktivitet med andra människor eller pengar till fattiga människor så att de kan delta i verksamheter som kostar pengar (tex. gymkort).

- **Tandvård**

Denna skall vara en del av den allmänna sjukförsäkringen. Högkostnadsskyddet hjälper inte om man lever ett liv på marginalen. Man har inte råd.

- **Avgifter i sjukvården**

Om man lider av psykisk ohälsa borde man kunna avboka också kortfristig utan att behöva betala en avgift. Om man har fått vård som har varit livsavgörande för patienten, så kanske man inte ska debiteras alls om man inte kan betala. Då skulle skulden inte gå till kronofogden. Kontrollera först personens inkomst, om den har råd att betala.

- **Skulder hos kronofogden belastar partner**

Slå inte ihop bådas inkomst.

- **Aktivitetsersättning och studier vid godkännande av en kurs i taget**

Att Försäkringskassan skall kräva att man får kurser godkända terminsvis så att man har en förutsägbar inkomst.

- **Bättre information till unga hur de kan möta svårigheter i livet**

Inte alla barn lär sig genom uppfostran i hemmet. Skolan ska därför fortsätta utvecklas till att omfatta "livskunskap" och hur man får sig själv att må bra, känsloreglering, hur man omfamnar sina egna behov och står upp för sig själv! Att man får kunskaper som: Vad betyder A-kassa? Hur klarar man sig själv om man inte har någon annan vid sin sida? Hur blir man självständig? Vad gör kronofogden? Hur undviker man att hamna där? Hur lever man ett liv utan att behöva låna pengar och sedan bli skuldsatt? Vilka rättigheter har jag i systemet? Om jag hamnar på livets botten, skuldsatt och svag, hur tar jag mig upp? Varför ska jag lära mig om gamla kungar i skolan, men hamna efter i vuxenlivet på grund av bristande kunskap och fostran?

Sverige är ett av världens rikaste länder, vi måste kunna utbilda folk så att de inte blir skuldsatta och uppbundna flera år efteråt. Jag vet folk som inte vågar utbilda sig och ta studielån på grund av detta. Jag förstår dem då jag själv, efter studier med CSN-lån, fick skuld hos kronofogden eftersom jag inte kunde börja jobba direkt efter studierna och därigenom inte kunde betala tillbaka lånet. Det finns en möjlighet att ansöka om uppskov med betalning hos CSN, men det var inget jag visste. Det borde gå automatiskt att CSN tar reda på vilken inkomst man har.

- **Ekonomisk grundtrygghet åt alla**

Medborgarlön som ekonomisk grundtrygghet för alla. Om man har ett jobb kan medborgarlönen vara vilande.

- **Körkort för dyrt för många**

Man kan numera få lån från CSN för att ta körkort om man är arbetslös. Som mest kan man låna 15 000 kr. Det täcker alltså inte hela kostnaden för körkort.

Det borde finnas lån eller bidrag som täcker hela kostnaden.

Körkortslånet borde också vara möjligt att ta för människor som har skulder.

Syftet är att också om man är fattig så skall man kunna ta körkort. Detta för att öka chansen att vända sitt liv.

- **Ungas skuldbörda**

Man måste göra en kontroll av ungdomar mellan 18–25 år. Det borde finnas en resurs för att förklara läget för ungdomar och få extra hjälp innan det är för sent.

GÖRAN

- **SIP**

En enda person borde vara ansvarig för SIP (Samordnad individuell plan)

Sanktioner (böter) för den som inte genomför det man kommit överens om i SIP.

- **Samköra journaler**

Detta mellan psykvård och somatisk vård. En journal till en patient.

- **Vårdplanering**

När man är inlagd för somatisk vård skall det finnas en vårdplanering när man skrivs ut. Patienten skall informeras om sina rättigheter. Kanske bör också en närstående informeras om patienten mår dåligt.

PETRA

- **Arbetsgivare ska ta sitt ansvar när man blivit sjuk**

Arbetsgivare skulle vara tvingade enligt lag att ta hand om sina anställda efter sjukdom. Har man varit anställd ett visst antal år så träder den lagen in om du blir allvarligt sjuk och inte kan gå tillbaka till dina ordinarie arbetsuppgifter.

Arbetsgivare, HR, Försäkringskassan, vården och arbetstagaren gör tillsammans en vårdplanering, där man gör upp en plan inför framtiden.

Arbetsgivaren tar sitt ansvar och arbetstagaren får möjlighet att slippa bli diskriminerad på grund av sjukdom.

Arbetstagaren får bli kvar i den miljön som är välkänd och där man är trygg.

Arbetstagaren får behålla sina kära kollegor som ju betyder en hel del i stället för att behöva börja om någon annanstans, vilket kräver ganska mycket av en människa som på grund av sin sjukdom kanske fått psykiska besvär eller rent fysiskt kanske saknar sina ben efter en olycka.

Inte nog med att man drabbats av sjukdom och olycka, följden blir ofta idag att man dessutom blir av med sitt jobb, sin försörjning, sin trygga miljö och sina kollegor. Vad har man kvar? Det är inte konstigt att många dessutom blir deprimerade. Kostnaden blir ju någons i någon ände oavsett.

BENGT

- **Samma regler**

Alla kommuner ska ha samma regler.

- **Rätt till bil**

Om man ska tillbaka till arbetsmarknaden ska man ha rätt till en gammal bil och ändå ha rätt till försörjningsstöd. Tillgång till bil kan vara avgörande för att få ett jobb.



I Uppbrott får vi ta del av starka och utlämnande livsberättelser



EUROPEISKA UNIONEN
Europeiska socialfonden

Svenska kyrkan 
LUNDS STIFT