

Överenskommelse om idéburet
offentligt partnerskap mellan Region
Jämtland Härjedalen och
Friskis&Svettis Östersund

Bakgrundsförutsättningar för överenskommelsen

Ett idéburet - offentligt partnerskap (IOP) ger möjlighet för båda parter att uppfylla syfte och mål. Regionledningen gav under 2020 Hälso- och sjukvårdspolitiska avdelningen i uppdrag att dels titta på hur regionen främjar olika idéburna offentliga partnerskap dels ta fram förslag och utveckla IOP:er med andra aktörer.

Varje år insjuknar ungefär 65 000 personer i cancer i Sverige och allt fler svenskar förväntas i framtiden insjukna i och leva med cancer. Det beror till stor del på att Sveriges befolkning blir allt äldre, två tredjedelar av de som drabbas är över 65 år vid diagnostillfället. I Jämtland Härjedalen insjuknar årligen cirka 875 personer i cancer. Personer med cancer har behov av rehabilitering i olika grad och behoven kan hos samma person variera under sjukdomstiden. Behov av rehabilitering kan uppstå redan vid diagnostillfället eller komma långt efter det att behandlingen har avslutats.

Att vara fysisk aktiv är fördelaktigt i samband med cancersjukdom och cancerbehandling för både det fysiska och psykiska välbefinnandet. Det har visat sig minska komplikationsrisker och förbättra utfall, samtidigt som det kan förbygga att annan sjukdom utvecklas. Det finns även studier som visar på minskad risk för recidiv kopplat till bland annat bröstcancer. Det som framför allt studerats och som förbättrats av fysisk aktivitet i samband med cancersjukdom och cancerbehandling är fatigue, depression och hälsorelaterad livskvalitet.

Den samlade forskningen visar att människors levnadsvanor kan spela en avgörande roll för risken att utveckla cancer – tre av tio cancerfall i Sverige skulle kunna förebyggas med hälsosamma levnadsvanor. Fysisk aktivitet påverkar vår hälsa i positiv riktning och bidrar till ett ökat välbefinnande. Att vara fysiskt aktiv minskar risken för tjock- och ändtarmscancer, bröst- och livmoderkroppscancer, oavsett vikt. Dessutom bidrar fysisk aktivitet till en hälsosam vikt, något som i sig minskar risken för flera cancerformer. Regelbunden fysisk aktivitet är därutöver förenat med minskad risk att insjukna i de flesta av våra stora folksjukdomar.

Ett flertal studier visar också att social gemenskap har stor betydelse för hälsan. Social gemenskap stärker den egna självbilden, ökar känslan av tillhörighet och kan också utgöra en hjälp att klara av vardagen

Region Jämtland Härjedalen arbetar sedan 2018 systematiskt med att utveckla och förbättra den cancerrehabilitering som bedrivs och erbjuds till länets cancerberörda. Via Regionalt cancercentrum norr erbjöds under 2021 projektmedel för att stötta utveckling av fysisk aktivitet för personer med cancer. Inom Region Jämtland Härjedalen användes dessa projektmedel till att i samverkan med Friskis & Svettis Östersund starta en träningsgrupp för personer som har eller har haft cancer. Medlen användes till att ersätta ledarens arbetstid samt till att reducera deltagarnas träningsavgift. Projektet utvärderades med positiva resultat gällande såväl den fysiska förmågan som upplevelsen av social gemenskap, se bilaga 1.

Friskis & Svettis är en ideell förening med målet att fler ska få möjligheten att uppleva lustfylld rörelse. Att samverka med andra aktörer som skola, vård och omsorg är ett sätt för föreningen att möta fler. Träningen anpassas för specifika målgrupper som till exempel barn, äldre och människor med funktionsvariation.

Genom samverkan ses möjlighet att nå ut och få fler att komma i rörelse. Stillasittandet ökar i alla åldersgrupper och Friskis & Svettis värdesätter och stöttar gärna initiativ för att få fler att bli fysiskt aktiva.

Överenskommelse om idéburet offentligt partnerskap

Friskis & Svettis Östersund.

Syftet med partnerskapet och verksamheten är:

Att främja fysisk aktivitet för personer med cancer.

Målgrupp/er

Målgruppen är personer som har eller har haft cancer.

Partners

Detta IOP är inrättat mellan:

Offentlig sektor: Region Jämtland Härjedalen

Idéburen sektor: Den ideella föreningen Friskis & Svettis Östersund

Båda organisationerna arbetar utifrån alla människors lika värde. Organisationernas arbete utgör ett mervärde för de människor de möter såväl som ett komplement till Region Jämtland Härjedalens ordinarie verksamheter. "Allmänna träningsgrupper" finns vid vissa hälsocentraler i Regionen men utvärdering av projektet visar att deltagarna funnit det värdefullt att träna med andra med liknande tillstånd och bakgrund. De har uttryckt att det finns en förförståelse för varandras situation med följd att tröskeln för deltagande sänks oavsett formen för dagen. Att skapa vanor och rutiner för fysisk aktivitet i ett sammanhang utanför vården ses som en friskfaktor.

Friskis & Svettis verksamhetsidé är att erbjuda lustfylld och lättillgänglig träning för alla. Målet är att ge alla som vill möjlighet att hitta sin egen lust till rörelse. Deltagare i träningsgruppen för personer som har eller har haft cancer erbjuds inledande träning och social gemenskap i en slutna grupp och längre fram i föreningens övriga verksamhet. Flera hundratusen människor utgör Friskis & Svettis genom sina medlemskap. Medlemmarna äger Friskis & Svettis. Det betyder att alla medlemmar kan göra sin röst hörd och att intäkter och eventuellt överskott går tillbaka till medlemmarna.

Friskis & Svettis ser träning som en naturlig del av livet. Alla människor behöver rörelse för att må bra. Därför är träningen en frizon från prestationskrav och skeva ideal. Friskis & Svettis tror på träning som är lättillgänglig och till för alla. Det innebär inte att all träning passar alla. Det innebär att det ska finnas något för just dig, oavsett din träningsvana, ambitionsnivå eller fysiska förutsättningar. Det innebär också att du är fri att anpassa träningen efter dig.

Friskis & Svettis är en gemensam nämnare för människor i alla åldrar, livsstilar och intressen. I ett samhälle som blir både snabbare och kallare är Friskis en plats för varma träningsupplevelser och mänskliga möten. På Friskis skapas möten mellan människor, lika viktigt som själva träningen.

Värdegrund för partnerskapet

Partnerskapet ska bygga på respekt för parternas olika förutsättningar, öppenhet och dialog som karaktäriseras av ömsesidig tillit, lyhördhet och förståelse. Det ska finnas en acceptans för kritik samt transparens och långsiktighet i samarbetet. Vidare bygger överenskommelsen på varsam och respektfull hantering av de offentliga medlen som möjliggör verksamheten.

Avtalad överenskommelse

Överenskommelsen är framarbetad i samverkan mellan parterna med utgångspunkt i en gemensam dialog som inletts i syfte att öka fysisk aktivitet och social gemenskap för individer som har eller har haft cancer. Av särskilt intresse ur Region Jämtland Härjedalens perspektiv är att olika målgrupper som har risk för ohälsa erbjuds möjligheter till fysisk aktivitet och social gemenskap utifrån sina förutsättningar. Överenskommelsen fokuserar särskilt på individer som har eller har haft cancer och som behöver stöd för att komma i gång med sin fysiska träning. Individerna kan nå träningsgruppen via sin kontakt inom sjukvården eller direkt via Friskis & Svettis.

Överenskommelsen avser en ekonomisk kompensation där Region Jämtland Härjedalen ersätter Friskis & Svettis för kostnaden för träningsgruppen. Deltagande i träningsgruppen är gratis. Medverkan i gruppen är inte tidsbestämd utan det är individens egna behov som styr. Målet är att deltagarna själva vill och känner att de klarar av att övergå till Friskis ordinarie verksamhet där utbudet är stort och varierat för målgruppen. Friskis håller ett jämförelsevis lågt pris för regelbunden träning och med FaR (Fysisk aktivitet på recept) ges ett rabatterat pris.

Mål och avtalade insatser

Detta IOP har ett fokus på fysisk aktivitet och social gemenskap.

Övergripande mål:

Att öka nivån av fysisk aktivitet och främja social gemenskap bland personer som har eller har haft cancer.

Effektmål:

- Har nivån av fysisk aktivitet ökat under träningsperioden för deltagarna? (Undersöks med hjälp av ett självskattningsformulär)
- Har träningen främjat social gemenskap och vilken betydelse har det haft för deltagarna? (Undersöks med hjälp av intervjuer)

Verksamhetens innehåll

Avtalet omfattar tidsperioden 2023-01-01-2025-12-31

Genomförande och metod

Det finns sedan projekttiden ett utarbetat träningsupplägg och genomtänkta rutiner kring träningspasset för att främja den sociala gemenskapen, såsom närvaro av värd och erbjudande av fika efter passet. Upplägget har varit välfungerande och kommer att fortgå utan några större planerade förändringar.

Under avtalstiden kommer det att pågå en kontinuerlig dialog mellan parterna så att planering och genomförande sker på ett effektivt sätt och att anpassningar sker om så bedöms nödvändigt.

Friskis och Svettis åtaganden

- Friskis & Svettis ska tillhandahålla ledare och värdar.
- Friskis & Svettis ska erbjuda aktiviteter i sina lokaler.
- Friskis & Svettis ansvarar för eventuell ersättning och lön till ledare och värdar.
- Friskis & Svettis ansvarar för en kvalitetssäkring av genomförandet.
- Friskis & Svettis ska löpande följa upp verksamheten och utvärdera insatserna.
- Friskis & Svettis ansvarar för att marknadsföra träningsgruppen genom sina kanaler.

Region Jämtland Härjedalens åtaganden

- Regional processledare cancerrehabilitering ansvarar initialt för dokumentation av partnerskapets samverkan.
- Cancerrehabteamets fysioterapeut ska fungera rådgivande till personlig tränare vid Friskis & Svettis vid frågor gällande patientgruppen.
- Region Jämtland Härjedalen (Folkhälsoenheten i samverkan med processledare cancerrehabilitering) ska löpande följa upp verksamheten och utvärdera insatserna

- Region Jämtland Härjedalen ansvarar för att utarbeta och vid behov uppdatera material för marknadsföring såsom filmer, affischer och informationsblad.
- Region Jämtland Härjedalen ansvarar för att marknadsföra samarbetet genom sina kanaler till olika målgrupper som behöver ha kännedom om insatsen till exempel patienter, patientföreningar, personal och politiker.

Lärande/kunskapsinhämtning

En viktig del av IOP är att jobba med formerna för samarbetet, men också att arbeta med partnerskapet som ramverk och samarbetsmetod.

Samverkan och uppföljning

Friskis & Svettis Östersund ansvarar för att uppmärksamma behov som kan uppstå under avtalstiden.

Kontinuerlig dialog förs vid behov mellan parterna under hela perioden. Båda parter ansvarar för att dialogen kommer till stånd. Planerad avstämning mellan samtliga parter en gång per år. Utvärdering av deltagarnas upplevelse av deltagande sker via extern utförare.

Friskis & Svettis följer upp att det övergripande målet uppnås.

Eventuella förändringar rörande detaljer eller behov av förtydliganden konkretiseras vid behov närmare i tilläggsbilagor till befintlig överenskommelse.

I samband med dialog och uppföljning ska möjligheten att bredda konceptet geografiskt eller till att inkludera andra diagnoser lyftas.

En samlad uppföljning av insatserna, dess effekter och lärdomar från partnerskapet redovisas vid avtalets slut.

Finansiering och betalningsvillkor

Friskis&Svettis fakturerar Region Jämtland Härjedalen årsvis en fast summa på 50 000 kronor.

Period för partnerskapet

Partnerskapet sträcker sig över 3 år eller enligt överenskommelse.

Förlängning

Möjlighet finns att förlänga avtalet, med utgångspunkt i vad som uppnåtts inom ramen för det överenskomna partnerskapet samt eventuellt förändrade behov eller förändring avseende resurser. Dialog och förhandsbesked gällande detta sker senast mars 2025.

Omförhandling, hävningsrätt samt tvist

Om betydande avvikelser från verksamhetsplan och budget sker ska parterna innan förändringarna genomförs föra en dialog och på rätt nivå godkänna förändringarna. Om någon av parterna inte uppfyller villkoren för överenskommelsen eller brister i sina åtaganden, eller det råder väsentligt förändrade omständigheter så ska alla medverkande parter föra en dialog om huruvida avtalet kan fortsätta. Part kan häva detta avtal om någon motpart inte fullföljer sina åtaganden och rättelse inte sker utan dröjsmål. Vid händelse av att avtalet hävs blir parten återbetalningsskyldig för delar eller hela summan som Region Jämtland Härjedalen har betalat ut inom ramen för detta avtal.

Om tvister uppstår ska dessa i första hand lösas genom dialog mellan avtalsparterna.

Kontaktpersoner

Lina Fredriksson, Regional processledare Cancerrehabilitering, Region Jämtland Härjedalen
lina.fredriksson@regionjh.se

Sanna Fjellström, Samordnare för fysisk aktivitet, Folkhälsoenheten, Region Jämtland Härjedalen
sanna.fjellstrom@regionjh.se

Region Jämtland Härjedalen
Organisationsnummer: 232100-0214

Christina Ravald, Verksamhetsledare Friskis och Svettis Östersund
Organisationsnummer: 893200-9916

Underskrifter

Johan Palm
Enhetschef Hälso- och sjukvårdspolitiska avdelningen
Region Jämtland Härjedalen