

Verksamhetsplan 2026 – OCD-föreningen Gävleborg

1. Inledning och syfte

OCD-föreningen Gävleborg bildas den 30 april 2026. Vårt syfte är att vara en inkluderande kraft för personer med **OCD (tvångssyndrom)**, **dysmorfofobi (BDD)**, **samlarsyndrom (hoarding)**, **trichotillomani** och **dermatillomani**, samt deras anhöriga. Vi verkar för ökad livskvalitet genom gemenskap, stöd och politisk påverkan inom Region Gävleborg.

2. Övergripande mål för 2026

Under föreningens första verksamhetsår prioriterar vi följande tre områden:

1. **Organisatorisk grund:** Etablera föreningen som en juridisk person med fungerande administration.
2. **Stöd och Gemenskap:** Skapa trygga mötesplatser för erfarenhetsutbyte.
3. **Intressepolitik:** Påbörja en dialog med beslutsfattare för att förbättra vården i länet.

3. Planerade aktiviteter

A. Medlemsstöd och social samvaro

Vi vill bryta isoleringen genom att erbjuda aktiviteter som sänker trösklarna för deltagande.

- **Kafékvällar:** En gång i månaden anordnar vi kravlösa träffar i centrala Gävle (eller roterande i länet) där medlemmar kan fika och samtala.
- **Samtalsgrupper:** Vi planerar och startar diagnosspecifika samtalsgrupper med fokus på hjälp till självhjälp.
- **Digitala träffar/digital närvaro:** Vi ska planera och anordna minst 3 digitala träffar och ha en aktiv digital närvaro.
- **Sociala aktiviteter:** Under året genomför vi minst två större sociala aktiviteter, förslagsvis en **biljardkväll** och en **gemensam utflykt** i Gävleborgs natur. Medlemmarna får komma med egna förslag på aktiviteter.

B. Politisk påverkan och myndighetskontakt

Föreningen ska vara en aktiv röst i samhällsdebatten.

- **Region Gävleborg:** Vi ska etablera kontakt med ansvariga politiker i hälso- och sjukvårdsnämnden. Målet är att boka minst ett möte under hösten 2026 för att diskutera tillgången till evidensbaserad vård (KBT med ERP) i länet.
 - **Remissinstans:** Vi ska verka för att bli en naturlig remissinstans när regionen eller kommunerna planerar insatser inom området psykisk hälsa.
 - **Samverkan:** Vi söker samarbete med andra brukarorganisationer i Gävleborg för att stärka vår gemensamma röst mot myndigheter.
-

4. Organisation och ekonomi

Område	Mål 2026
Styrelsearbete	Hålla minst 4 protokollförda styrelsemöten utöver det konstituerande mötet.
Ekonomi	Ansöka om organisationsnummer, öppna bankkonto och söka startbidrag/bidrag från Riks, Gävle kommun, regionen samt övriga möjliga ställen.
Kommunikation	Etablera en lokal närvaro på sociala medier och skicka ut minst fyra nyhetsbrev till medlemmarna.

5. Vetenskaplig förankring

All information och rådgivning som föreningen sprider ska vila på vetenskaplig grund. Vi förespråkar de behandlingsmetoder som rekommenderas av Socialstyrelsen och arbetar för att dessa ska bli tillgängliga för alla medlemmar i Gävleborg, oavsett bostadsort.

6. Uppföljning

Verksamhetsplanen är ett levande dokument. Styrelsen ansvarar för att följa upp målen vid varje styrelsemöte och presentera en verksamhetsberättelse vid årsmötet 2027.