

---

RIKSFÖRBUNDET HOBS

2021-2023  
STRATEGISK  
PLAN

**HOBS**

HÅLSA OBEROENDE AV STORLEK

---

# Strategisk plan för Riksförbundet HOBS 2021–2023

## Inledning

Riksförbundet HOBS övergripande styrdokument är den strategiska planen 2021–2023 är.

Den vänder sig till förbundets personal, styrelse, arbetskommittéer, länsföreningar och medlemsföreningar. Planen visar vilka områden som är prioriterade i verksamheten samt anger övergripande mål och resultatmål för dessa.

Den strategiska planen ska vara vägledande i utformningen av de regionala och lokala verksamhetsplanerna för perioden. Alla med besluts- och ledningsfunktion inom HOBS hittar stöd för policyskapande och beslut i den strategiska planen.

Planen inleds med HOBS verksamhetsidé och värdegrund, följt av förbundets prioriterade arbetsområden som tillsammans ligger till grund för verksamheten. Den strategiska planen ska vara vägledande för HOBS verksamhetsplaner och beslut under de nästkommande åren.

## Verksamhetsidé

HOBS är en ideell, partipolitisk och religiöst obunden organisation som arbetar med patientfrågor som rör övervikt och obesitas/fetma. En av våra viktigaste uppgifter är att sprida patienters eller personers berättelser och erfarenheter av att leva med övervikt och obesitas till både sjukvård, skola och samhället i stort för att motverka fördomar och öka kunskapen om övervikt och obesitas. Vårt uppdrag är även att arbeta för att alla som är i behov av vård ska ha rätt till en jämlik evidensbaserad vård. Vi ser på hälsa som ett helhetsbegrepp som består av fysiska, psykiska och sociala faktorer. Verksamheten drivs av riksförbundet HOBS tillsammans med länsföreningar och medlemsföreningar, där alla oberoende av storlek är välkomna att delta, men vår målgrupp och dem vi arbetar för är främst de som ser sig själv som patienter. Tillsammans så driver vi arbetet mot en jämlik vård och ett samhälle som inte missgynnar, särbehandlar eller kränker personer som lever med övervikt och obesitas.

## Värdegrund

### Glädje och gemenskap

Glädje och gemenskap är starka drivkrafter för hälsa. Vi vill bedriva och utveckla HOBS verksamhet utifrån ett positivt perspektiv på hälsa med gemenskap och glädje som utgångspunkt i arbetet.

### Demokrati och delaktighet

Föreningsdemokratin innebär att alla medlemmars röst har lika värde. Delaktighet innebär att alla som deltar får vara med och bestämma om och ta ansvar för sin verksamhet. Demokrati och delaktighet ska utövas jämlikt, både på lokal och nationell nivå.

## **Individperspektivet**

Allas rätt att delta innebär att alla som vill ska kunna vara delaktiga. Vi strävar efter mångfald och vi ska aktivt försöka nå ut till olika målgrupper där vi är så inkluderande som möjligt, så att alla får samma chans att delta i vår verksamhet.

## **Bemötande**

HOBS arbetar aktivt för att uppnå ett bra bemötande inom sjukvården och i samhället i stort och jobbar för nolltolerans mot viktstigma. Vi vill att sjukvården ska utgå från ett individperspektiv i varje möte och erbjuda behandling utifrån individens bästa.

## **Kärnvärden**

### **Jämlik**

Alla har rätt till jämlik vård och HOBS arbetar för att främja jämlik hälsa.

### **Livslång**

Hälsan är livslång och HOBS arbetar främjande och förebyggande.

### **Respekt**

Alla har rätt att bemötas med respekt oavsett vikt eller kroppsstorlek.

## **Bemötande**

Ett gott bemötande i samhället och inom sjukvården är en förutsättning för minskad stigmatisering och ökad delaktighet för patienter.

### **Begreppskoll:**

#### Obesitas:

HOBS har valt att använda ordet obesitas i stället för fetma, trots att orden är synonyma. Detta har vi gjort för att det idag finns mycket okunskap och fördomar om människor som lever med obesitas. Vår förhoppning är att vi kan ladda obesitas med mer kunskap så att vi kan motverka fördomarna som är kopplat till sjukdomen.

#### Norm

Normer är underförstådda regler, förväntningar och beteenden som gäller i ett sammanhang eller i samhället i stort. En norm är enkelt förklarad dolda regler som människor förhåller sig, bryter mot eller utmanar. Normer skapar riktlinjer och mönster för hur vi ska utföra något eller uppträda mot varandra.

#### Stigmatisering

Stigmatisering betyder att personer klassificeras, diskrimineras eller särbehandlas utifrån sina egenskaper av andra i samhället. Stigmatisering delar upp oss i "vi och dom" tänk, där "dom" som inte tillhör normen kan begränsas både ekonomiskt, socialt eller politiskt som ett resultat av stigmatiseringen.

Exempelvis så förekommer många stigmatiserande bilder i mediala sammanhang på personer som lever med större kroppar vilket bidrar till ökade fördomar och uppfattningar om personer som lever med en större kropp.

## **Arbetsätt**

### **Vision**

HOBS vision är att sprida kunskap om målgruppens erfarenheter i mötet med vården, skolan och i samhället i stort. Det ska drivas både regionalt, nationellt och internationellt där våra ledord är jämlikhet, samverkan och patientcentrerad vård.

### **Huvuduppgift**

Målet är att obesitasvården ska bli mer tillgänglig för patienter och att vården ska utgå ifrån ett individperspektiv och därmed bli mer patientcentrerad. HOBS ska verka för att samhällsmedborgare ska få mer kunskap om obesitas och övervikt för att vi på så sätt kan minska stigmatiseringen för vår målgrupp. HOBS ska arbeta främjande och förebyggande, sprida information och kunskap till professionen samt arbeta intressepolitiskt med sakfrågor som rör målgruppen. Verksamheten ska verka regionalt, nationellt och internationellt.

### **Tillvägagångssätt**

HOBS ska informera om hur vården för personer som lever med obesitas ser ut och hur den upplevs genom att sprida denna information ut via sociala medier, debattartiklar och driva intressepolitiskt arbete genom att bland annat ha en löpande dialog med beslutsfattare, departement och SKR. HOBS ska även arbeta förebyggande och upplysa om hälsofrågor som rör övervikt och obesitas. Detta sker genom olika initiativ med andra organisationer eller instanser som arbetar med frågan. HOBS ska sprida patienters erfarenheter till sjukvården genom föreläsningar, informationstexter eller vid andra informationstillfällen för att verka kunskapshöjande. HOBS ska ha löpande kontakt med andra aktörer som arbetar för eller med målgruppen och utbyta erfarenheter. Påverkansarbetet sker på regional, nationell och internationell nivå.

HOBS ska erbjuda alla möjligheten att delta på lika villkor i organisationens verksamhet genom att se till att evenemang och annan information ska vara så lättillgänglig som möjligt, utifrån de ekonomiska förutsättningar organisationen har. Kommunikationen inom HOBS ska vara transparent och förbundet ska aktivt arbeta för ökad jämlikhet inom HOBS läns och medlemsföreningar genom att ha med jämlikhet som punkt vid årsmötet för att se att en arbetar med frågan.

## Prioriterade arbetsområden

### Barn- och ungdomsverksamhet

#### Övergripande mål

HOBS ska driva frågor om hälsa och välbefinnande för barn och ungdomar, där patientens erfarenheter är i fokus. Hälsa ses utifrån ett helhetsperspektiv som består av fysisk, psykisk och social hälsa. Därför ska HOBS arbeta med alla perspektiven. HOBS verksamhet ska genomsyras av ett barn och ungdomsperspektiv, vilket betyder att vi utgår från barnets och ungdomens verklighet och erfarenhetsvärld. Barnen och ungdomarna ska själva vara med och finna lösningar snarare än att presentera färdiga lösningar. På HOBS vill vi praktisera barnkonventionen som sätter barnet i första rummet. Det är viktigt att unga HOBS-medlemmar får möta trygga vuxna som vågar fråga, lyssna och peppra ungdomar där vi driver frågor som är av och för målgruppen.

#### Strategi och resultatmål

HOBS ska sträva efter att engagera barn och ungdomar i verksamheten, genom att inkludera målgruppen i arbetet och lyfta upp och sprida deras berättelser vidare på exempelvis sociala medier. HOBS ska ha en vägledande roll och ge barn och ungdomar möjligheten att själv påverka och driva sina idéer så de kan vara med och påverka utvecklingen inom vården för behandling av barn och ungdomar. HOBS roll blir att tillsammans med målgruppen skapa utbildningsmaterial som underlättar för målgruppen. Vi når ungdomarna genom kontakt med barnmottagningar och att vi befinner oss på sociala plattformar som används av målgruppen. Vi ser även att samverkan med andra aktörer som berör hälsa hos barn och ungdomar är en viktig del av att nå ut till vår målgrupp. Det är så vi etablerar projekt, knyter nya kontakter och utvecklas. Barnperspektivet ska lyftas i alla frågor som berör barn. Föräldrar och anhörigas erfarenheter ska lyftas fram och ligga som grund för att utveckla barnobesitasvården. HOBS mål är att lyfta upp den samhällsstruktur som påverkar barn som lever med obesitas vilket i sin tur påverkar hälsan. HOBS ungdomsverksamhet ska etableras i HOBS läns- och medlemsföreningar som ska vara med och påverka arbetet med barn och ungas hälsa i Sverige.

### Bemötande & stigmatisering

#### Övergripande mål

HOBS ska arbeta för ett bättre bemötande av målgruppen inom vården och i samhället genom att sprida kunskap om viktstigma. Ge ökad kunskap kring övervikt som tillstånd och obesitas som kronisk sjukdom för att motverka fördomar som finns kring målgruppen och sjukdomen. HOBS ska sprida patienters erfarenheter av att bemötande för att på så sätt möjliggöra ett mer patientcentrerat bemötande. Även berättelser som inte är kopplat till vårdsammanhang ska lyftas för att belysa helhetshälsan och motverka kränkande behandling, stigmatisering och diskriminerande effekter i alla delar av samhället. HOBS mål är att engagera målgruppen att själva dela sina erfarenheter där HOBS ska vara en stöttande del för

att få målgruppen att dela sina upplevelser.

### **Strategi och resultatmål**

Genom personlig direktkontakt ska HOBS nå samtliga regionala och nationella sjukvårdspolitiker, sjukvårdsdirektörer samt berörda tjänstemän inom området övervikt och obesitas. Förbundet ska representera målgruppen i de nationella expertgrupperna för obesitas i Sverige och belysa den okunskap, stigmatisering, kränkande behandling och den ojämlika vården för målgruppen genom att skriva debattartiklar till dagspress och fackpress. HOBS ska medverka i debatter och seminarier samt fortsätta bygga nätverk med specialistsjukvården för att öka målgruppens möjlighet till delaktighet i den egna vården och behandlingen. HOBS ska genom att vidareutveckla förbundets sociala läroplattform skapa en digital mötesplats och bryta isolering för personer som lever med övervikt eller obesitas och deras anhöriga. Målet är att de kommande åren uppnå 10 000 registrerade personer. HOBS ska även erbjuda volontäruppdrag för att engagera målgruppen så att stödet är av och för personer som lever med övervikt eller obesitas.

## **Föreningsutveckling**

### **Övergripande mål**

HOBS ska arbeta med att öka föreningstillväxten runt om i landet med utgångspunkt i HOBS stadgar samt bidra till att stärka och stötta de befintliga föreningarna. HOBS ska arbeta på nationell- och regionalnivå med stödjande verksamhet så som stödchatt och stömlinje samt forum för både barn, ungdomar, vuxna, vårdnadshavare och anhöriga.

### **Strategi och resultatmål**

HOBS län och medlemsföreningar ska genom centrala utbildningar få hjälp och stöd i att bedriva attraktiva verksamheter och efterfrågade aktiviteter som är väl etablerade i de landsting där föreningarna har sina geografiska säten. Föreningarna ska stödjas och utvecklas i att erbjuda såväl fysisk som digital verksamhet genom HOBS sociala lärplattform och delta i utbildning, fortbildning och andra stödfunktioner förbundet erbjuder.

## **Jämlik vård**

### **Övergripande mål**

HOBS ska arbeta för att belysa **rätten** till jämlik vård.

### **Strategi och resultatmål**

Genom lobbyingverksamhet och samverkan med olika aktörer ska HOBS arbeta för en jämlik vård för barn, ungdomar och vuxna som lever med övervikt och obesitas. HOBS ska fortsätta fördjupa samverkan med sjukvården och göra patienter delaktiga i sin behandling och eftervård. Under de kommande åren ska riksförbundet särskilt

fokusera på att vara en given aktör i etableringen av de nationella riktlinjerna på regional nivå. HOBS ska även belysa de olika behandlingsmöjligheterna som finns för sjukdomen för att öka patienters egenmakt.

## **Psykisk ohälsa**

### **Övergripande mål**

HOBS ska belysa sambandet mellan obesitas och psykisk ohälsa för att medvetandegöra vården om förekomsten och öka möjligheten till rätt behandling och bemötande av målgruppen.

### **Strategi och resultatmål**

HOBS ska i samverkan med specialistvården inom både psykisk ohälsa och obesitasvården arbeta för en kraftigt ökad informationsspridning om sambandet mellan obesitas och psykisk ohälsa till övrig sjukvård och samhället. Genom nationella informationskampanjer och digitala utbildningar ska kunskapen öka inom målgruppen. Förbundet ska även stödja läns- och medlemsföreningar till ökad samverkan med föreningar aktiva inom området psykisk hälsa och ohälsa.

### **Omsätta strategi till praktik**

#### **Målstyrning**

Den strategiska planen anger verksamhetens övergripande inriktning för de kommande tre åren. Konkreta aktiviteter för att uppnå målen tas in i underliggande verksamhetsplaner och andra relevanta dokument. Aktiviteterna i dessa följs upp och utvärderas årligen. För varje verksamhetsområde ska den strategiska planen ligga till grund för såväl arbetsplanering som resurs- och budgetfördelning.

#### **Läns och medlemsföreningar**

Den strategiska planen ska vara vägledande för HOBS på alla nivåer och därför bör samtliga läns och medlemsföreningar utgå från densamma. En bra start på det egna målformuleringsarbetet är att genomgå de kurser och utbildningar som är framtagna av riksförbundet. Med utbildningarna som utgångspunkt kan varje läns och medlemsförening arbeta fram en lokal strategi med tillhörande aktiviteter som går i linje med förbundets riktning.