



ÅRSBERETNING LPP BERGEN FOR 2024

LPP Bergen arbeider for å støtte pårørende til mennesker med psykiske lidelser, fremme deres rolle i helsevesenet og forbedre kommunikasjonen mellom pårørende, brukere og helsemyndigheter.

LPP Bergen har arrangert flere medlemsmøter, seminarer og konferanser med fokus på pårønderollen, psykisk helse og samarbeid med helsevesenet. Blant annet ble det holdt temamøter om håndtering av traumer, en WAPR-konferanse om språk og makt, samt markering av Verdensdagen for psykisk helse. Det ble også gjennomført en rekke pårørendekvelder og filmvisning i samarbeid med Bergen Kommune.

Foreningen har hatt både gruppesamtaler og individuelle veiledningssamtaler for pårørende, med økt fokus på individuell støtte på grunn av en forverret situasjon innen psykisk helse. Det har også vært tilbud om møteledsagere for pårørende i kontakt med helsevesenet.

LPP Bergen har deltatt i flere forbedringsprosjekter med Bergen Kommune og helseforetak, inkludert oppfølging av pårørende etter pasientutskrivelse, samt utvikling av nye tiltak for å bedre kommunikasjon og samarbeid mellom helsevesenet og pårørende. Svingdørsprosjektet og forbedringsarbeidet på Sandviken Sykehus har vært viktige satsningsområder.

Foreningen har ca. 300 medlemmer, på samme nivå som året før. Styret har avholdt 8 møter og arrangert flere medlemsaktiviteter gjennom året.

Til tross for pågående utfordringer innen psykisk helsevern og nedskjæringer i tilbud, fortsetter LPP Bergen å jobbe aktivt for å bedre situasjonen for pårørende gjennom påvirkningsarbeid, medlemsstøtte og samarbeid med helsemyndigheter.

1 Innledning

Vi er til for deg som er pårørende til mennesker med psykiske lidelser.

Pårørende skal bli spurt og oppleve å bli hørt. Derfor arbeider vi for å vise at pårørende er en ressurs og en del av løsningen for den som har en psykisk lidelse, og at deres erfaringer skal bli tatt på alvor av helsevesenet og kommunene.

LPP er en pådriver for å styrke tilbudet innen psykisk helsevern ved en bedret kommunikasjon mellom brukere, pårørende, behandlere og myndigheter.

2 LPP Bergen - Aktiviteter i 2024

2.1 Medlemsmøter og arrangementer i perioden

I 2024 valgte LPP Bergen å prioritere støtte og oppfølging av pårørende som har det vanskeligst, dette på grunn av den pågående situasjonen innen psykisk helse. Vi har også hatt møter med faglig innlegg om temaet: Hvordan kan pårørende håndtere traumer og kriser. Hvordan finne løsninger og klare å hjelpe seg selv. Vi fortsetter selvsagt også å oppmuntre

våre medlemmer til å ta best mulig vare på seg selv. Unne seg gode stunder. Ta seg inn igjen, og pleie egen helse.

- **Møte 1: Pårørendetreff – Åpent møte: Torsdag 15. februar 2024** Kl. 18.00. Sted: Hotell Terminus. Vi begynner året med hyggelig samvær og god tid til å snakke sammen og dele erfaringer.
- **Møte 2: Årsmøte: Onsdag 21. mars 2024** Kl. 18.30. Sted Hotell Terminus. Tema: Oppdatering ved styreleder
- **Filmvisning: Tirsdag 14 mai 2024.** Bergen Kommune inviterer: Vi ønsker velkommen til en unik filmopplevelse når filmen THE RECOVERY CHANNEL vises på BERGEN KINO med regibesøk og panelsamtale i etterkant av filmen.
- **Konferanse: Fredag 7. juni 2024.** WAPR Konferanse i regi av Tverrfaglig Forum. Tabernakelet, Bergen. Temaet er SPRÅK OG MAK. Om å bruke et språk som fremmer respekt og forståelse generelt, og innen psykisk helsevern.
- **Møte 3: Sommertreff: Torsdag 13. juni 2024** Kl.17.00. Sommertreff med middag. Grand Hotell Terminus.
- **Messe: Onsdag 4. september 2024.** Aktivitetsmessen Fyll Dagene i Grieghallen. LPP Bergen hadde en fin stand der for fjerde år på rad.
- **Møte 4: Solstrandseminar: Lørdag 7. og søndag 8. september 2024.**

Hovedinnlegg: Landsstyreleder i LPP Anna Cecilie Jentoft og Fagsjef Pårørendealliansen Anne Grethe Terjesen.

- ✓ Tema var de ulike rollene pårørende har og hvordan vi skal bli best mulige pårørendemedvirkere.
- ✓ Når blir du pårørende, hva skal du gjøre og hvor skal du gå
- ✓ Når og hvordan skal du medvirke
- ✓ Når skal du ikke medvirke

Innlegg 2: Forbedringsteamet på S3, Sandviken Sykehus presenterer forbedringsprosjektet. Bedre informasjon til og kommunikasjon med pårørende ved sykepleier med spesialisering Nora Kjerpeseth Kvellestad.

- **Arrangement: Onsdag 16. oktober 2024** Kl. 14.30 – 17.30. Markering av Verdensdagen for psykisk helse på Vitenskapelig høyskole, Campus. LPP Bergen har stand. Årets tema: Vi må snakke mer sammen #gi8minutter. Foredragsholder Arman Vestad: «Tøff som naken» Om hva utenforskap kan føre til og hvordan vi kan gjøre en forskjell.
- **Møte 5: Pårørendekveld: Onsdag 23. oktober 2024** Kl. 17-19.30. Psykiatrisk klinikk inviterer til Pårørendekveld i Auditoriet på Sandviken Sykehus.

Arrangementet hadde følgende innhold:

- ✓ Musikkinnslag fra pasienter og musikkterapeutene Pablo Telles og Martin Hansen
 - ✓ Velkommen ved avdelingssjef Knut Olaf Skårdalsmo
 - ✓ Hvem er kontrollkommisjonen? Advokat Paal-Henrich Berle, leder av Kontrollkommisjonen Vestland, Sandviken Sykehus.
 - ✓ Vilkår for bruk av psykisk helsevern: Psykiater Morten Hatlen
 - ✓ Erfaringer med bruk av tvang: Margrethe Wang, erfaringskonsulent.
-
- **Møte 6: Faglig innlegg: Mandag 18. november 2024** Kl. 17.30. Sted: Grand Hotell Terminus. Foredragsholder: Kai Peter Østberg professor i historie på USN Handelshøyskolen Institutt for økonomi, historie og samfunnsvitenskap presenterer sitt bokprosjekt om nyere norsk psykiatrichistorie (1975 – 2025). Med sin medredaktør Magne B. Rabben ønsker han i forbindelse med arbeidet å intervju psykiatri-pårørende i Oslo-, Bergen- og Trondheims-regionen. Intervjuer i Bergen vil finne sted før møte (Kl. 16.00) og etter møtet (Kl. 19.00). Spørsmålene som forfatterne har tenkt å stille på intervjuene vil bli sendt til alle påmeldte i forveien. På selve møtet vil det også bli mulig å ha en debatt rundt enkelte av disse spørsmålene.
 - **Møte 7: Møte med Bergen Kommune onsdag 4. desember 2024**
Invitasjon til oppfølging av pårørendesamarbeid i etat for psykisk helse og rustjenester -etter innspills møte i desember 2023.

Melding fra Bergen Kommune:

«Vi har tatt med oss innspillene og hatt dette som grunnlag for det arbeidet vi har gjort videre. Nå ønsker vi å gi dere en status, fortelle hva vi jobber med og har gjort til nå, -og planene fremover.

I tillegg ønsker vi tilbakemelding og forbedringsforslag på arbeidet så langt. Vedlagt finner dere innholdet i en informasjonsmappe vi har utarbeidet og har pilotprosjekt på i utvalgte avdelinger (denne inneholder i tillegg beskrivelse og kontaktinformasjon til det tilbudet den nære eventuelt benytter seg av, vi kan vise eksempler på dette på møtet). Se gjerne gjennom mappen i forkant, og noter dere dersom dere har forbedringsforslag.

- **Møte 8: Julebord: Torsdag 5. desember 2024.** Sted: Grand Hotel Terminus.

2.2 Samtaler – grupper og individuelt, annen bistand

2.2.1 Samtalegrupper

Samtalegrupper er en viktig aktivitet for LPP Bergen.

Det ble holdt 1 samtaleserie i perioden. Antall deltakere per gruppe varierer mellom 4 og 7, i tillegg til veilederne. Samtalegruppene ledsages av enkel servering.

Samtalegrupper våren 2024: 20/2 – 05/03 – 19/03 – 02/04

2.2.2 Individuelle samtaler med veileder

Pårørendesamtale med veileder: Gjennom hele året 2024, inkludert sommer, har LPP Bergen satset på individuelle samtaler, med 1, 2 eller 3 pårørende fra samme familie. Gruppesamtaler erstattes med individuelle samtaler i lys av den pågående krise innen psykisk helse. Vi har notert oss en forverring av den enkeltes situasjon og endrer tilbudet for å hjelpe våre medlemmer enda bedre. Spesielt de som ikke klarer og/eller ønsker å delta i grupper. Individuell samtale bestilles per e-post: bergen@lpp.no

I alt har det vært i gjennomsnitt 2 individuelle samtaler i uken i 2024. Hovedsakelig per telefon eller videosamtale.

2.2.3 Møteledsager

Et tilbud til pårørende som er alene og trenger støtte i møte med spesialisthelsetjenesten. I 2024 har 2 medlemmer fått hjelp i kontakt med helsevesenet/kommunen.

2.3 KaféTreff i perioden

Et meget vellykket og hyggelig prosjekt. Sted: Wesselstuen. Treff i perioden: 25.01. - 29.02. – 28.03. - 25.04 og 30.05. 26.09. – 31.10. – 28.11. Åpent for alle, også ikke-medlemmer.

2.4 Medlemmer

LPP Bergen har ca. 300 medlemmer. Dette er på samme nivå som i 2023.

2.5 Styre

Det har vært avholdt 8 styremøter og 8 medlemsarrangementer i perioden.

Styrets sammensetting

Christine Lingjærde	leder
Liss Solvang	nestleder
Hjørdis R. Vintermyr	styremedlem
Per Christian Gausdal	styremedlem
Bjørn Greve	styremedlem
Keith Baxter	varamedlem
Trude Aarseth	varamedlem

Varamedlemmene i LPP Bergen deltar på styrets møter.

3 Nyhetsbrev

Nyhetsbrevene gir en mer detaljert oversikt over aktivitetene og stemningen i 2024. Påskebrev, sommerbrev og julebrev er lagt ut på lpp.no > lokallag Bergen & omegn.

4 Samarbeidsprosjekter

LPP Bergen har løpende samarbeidsprosjekter innen flere områder.

- Bergen Kommune, Byrådsavdeling for sosial bolig og inkludering, etat for psykisk helse og rustjenester. Retningslinje for samhandling med pårørende som vi har vært med å utarbeide er nå oppdatert. Vi håper at den vil bli iverksatt på alle bo- og behandlingsstedene. Implementering av retningslinjen er en del av prosjektet som presenteres nedenfor.

- I 2022 hadde LPP Bergen en rekke møter med Bergen Kommune i forbindelse med oppfølging av pasienter etter utskrivelse fra sykehus. LPP Bergen har rapportert om utilstrekkelig oppfølging og situasjoner der pårørende må overta hele eller store deler av oppfølgingen. Det er nå kommet positive utsikter i et nytt prosjekt som skal snart presenteres til brukerorganisasjonene. Formålet for prosjektet er at Etat for sosiale tjenester og Etat for psykisk helse og rustjenester skal sikre en helhetlig og koordinert brukerreise fra bruker tar kontakt med en tjeneste underlagt en av etatene og frem til behovet for tjenester er avsluttet.

I 2023 deltok LPP Bergen i Læringsnettverk om pårørendearbeid 2023- 2024. USHT Vestland (Hordaland) er nå i gang med læringsnettverk om pårørendearbeid. 9 kommuner med til sammen 13 team deltar.

HOVEDMÅL med arbeidet: Etat for psykisk helse og tjenester har et system for å gi informasjon om veiledning, rettigheter, og hjelpetilbud til pårørende.

Dette for å forebygge at pårørende utvikler egne helseproblemer og for at kvaliteten på tjenestene styrkes ved samarbeid med pårørende.

Status per 21.1.2025

Status fremdrift:

- Informasjon til samhandlingsforum
 - Plan for informasjonsmøter er lagt til 11 februar. Mona og Grethe lager presentasjon til Forumet
- Informasjon om Koordinerende Enhet - Barn som pårørende- Informasjon.
 - Det trengs en erfaringskonsulent til, Ulrikke sjekker ut om der er noen som kan representere gruppen.
- Informasjon om samhandling med BEHO
- Opplæring av mappen i nettverk for pårørendeansvarlig
 - Opplæring gitt i desember 24
- Samarbeidsavtale med pårørende fra Helsedirektoratet - "Pårørendeavtalen"
 - Vi blir koplet på arbeidet i april
- Tilbakemelding på dialogmøte med pårørende
 - 6 pårørende deltok.
- Status pilot
 - Kringsjøveien BTS startet opp nå nylig som ny pilot.
 - Forundringspakke fra MO- Gyldenpris – egen pilot i pårørendearbeid.
 - MOG Skal beskriver sitt arbeid med pårørende og skal senere lage en brosjyre til pårørende
 - PH Bergen Vest skal starte opp en pårørendetelefon i enheten ved Jannecke Slang

5 Øvrige aktiviteter og oppdrag

Aktivitetene nedenfor dreier seg om forskjellige typer oppdrag som kan arte seg som følger:

- Enkel presentasjon av foreningen uten Power Point (PP), uten Internett, med noen få eksempler fra pårørendes erfaringer. Utdeling av brosjyrer.
- Enkel deltakelse, kun ved at LPP er representert. Ta notater. Sende skriftlig rapport til styret.

- Enkel presentasjon av foreningen med enkel PP, og Internett, med noen få eksempler fra pårørendes erfaringer. Utdeling av brosjyrer.
- Kontakt med ulike steder med informasjon, og brosjyrer (sykehus, NAV, fastleger, apoteker, osv.).
- Litt mer omfattende presentasjon av foreningen med PP og Internett, med kommentarer og flere eksempler fra pårørendes erfaringer. Utdeling av brosjyrer. *
- Omfattende kurs eller presentasjon av foreningen med PP og Internett, med mange eksempler fra pårørendes erfaringer. I tillegg skal man være klar til å besvare spørsmål. Utdeling av brosjyrer. *
- Delta i debatt, konferanser og stille spørsmål. Representere og stå opp for alle medlemmene. *
- Fast medlem i en komité, styre eller prosjekt, for å representere medlemmenes interesser. *

Oppdragene som er merket med * er som regel dekket av styremedlemmene. De øvrige oppdragene dekkes blant annet av foreningens *ressursgruppe*. Ressursgruppen består av 10 medlemmer med lang erfaring. Flere av medlemmene i ressursgruppen har gjennomgått LPP likepersonkurs.

5.1 Lokaler

Litt vemodig nyhet: Vi forlater lokalene vi har hatt siden 1990. I 2024 bestemte styret å si opp kontrakten og forlate lokalene i Sandviksveien 37D. Etter hvert var lokalene blitt for dyre, spesielt med tanke på at de ligger utenfor sentrum. Fremover vil LPP Bergen benytte seg mest av møterom på hotell i sentrum. Det gjør alt mye lettere for styret og for medlemmene.

5.2 Arbeidsutvalg - vedtekter

I 2024 ble et lite arbeidsutvalg opprettet for å se nærmere på vedtektene fra 2007. Hensikten var å eventuelt modernisere dem og tilpasse dem enda nærmere hovedvedtektene til LPP sentralt. Resultatet av arbeidsutvalget blir fremlagt som sak på årsmøtet 2025.

6 Representasjon

LPP Bergen har én eller flere representanter i følgende fora:

- Bergen Kommune: Informasjons- og innspills møte i Etat for psykisk helse og rustjenester.
- Helse Bergen: Seksjon for samhandling | brukarmedvirkning
- Sandviken sykehus
- Betanien sykehus
- Haukeland sykehus
- Styret i WAPR Norge
- DPS Bjørgvin
- Kommunalt råd for personer med funksjonsnedsettelse

6.1 LPPs representasjon i kommunalrådet for personer med funksjonsnedsettelse

LPP i Bergen sin representant i Rådet har fremmet følgende saker:

- Flere tilrettelagte Bofelleskap
- Bedre dialog mellom Bergen Kommune og Helse Bergen
- Den åpne rus senen i vågsbunnen
- Bedre informasjon om tilbudet til personer og pårørende innen psykisk helse på Hjemmesiden til Bergen Kommune.
- Samarbeidet må bli bedre på tvers av de ulike etatene innen psykisk helse.
- Flere ansatte i Bofelleskapene
- De pårørende må bli hørt når de henvender seg til kommunen

6.2 Svingdørsprosjektet

Svingdørsprosjekt og MULI prosjekt.

LPP Bergen var representert i paneldebatten 21. og 22. november 2024 på kompetansedager for MULI-tjenesten. De deltok i en panelsamtale mellom en brukerrepresentant og personer med pårørendeerfaring. Målet var å løfte frem pårørendeperspektivet. Hvordan er det å være pårørende til noen som lever med alvorlige psykiske lidelser? Hvordan oppleves systemet for pårørende? Hvordan oppleves "svingdøren" for de pårørende? Hva gjør tjenestene bra? Hva kan tjenestene gjøre bedre? Hvilken rolle spiller taushetsplikt inn for pårørende? Hva ønsker pårørende mer av?

Svingdørsprosjektet er et spennende tjenesteinnovasjonsprosjekt og et samarbeidsprosjekt mellom Helse Bergen, Høgskulen på Vestlandet (HVL), Askøy kommune, Øygarden kommune og Vest politidistrikt. Det har pågått siden 2021, og har bl.a resultert i et tilbud for pasienter med hyppige innleggelser og komplekse behov i Askøy og Øygarden, kalt **MULI-tjenesten**.

Prosjektet handler også om Kulturendring og holdningsendring i tjenestene: Mer omsorg og mer oppmerksomhet.

Bedre rolle- og ansvarsbevissthet: **Hvem-Hva- Hvorfor**

Bedre kommunikasjon: Lytte bedre, bevissthet over ordbruk, tonefall og kroppsspråk.

6.3 Andre prosjekter

Utgivelse av bok om psykiatriens historie (Se ovenfor). LPP Bergen har bidratt her også. Flere medlemmer har stilt til intervju og fortalt om sin erfaring.

Vi holder også presentasjoner om pårørenderollen og perspektiv for høyskolestudenter, skoleelever, profesjonelle innen psykisk helse, med flere.

7 Avslutning

LPP Bergen er en aktiv forening som arbeider for å gi pårørende støtte i hverdagen. Aktivitetsnivået er høyt, og tilpasset medlemmenes ønsker og behov. En viktig oppgave for styret, er samhandlingen mot helsevesenet og offentlig sektor. Til tross for pågående utfordringer innen psykisk helsevern og nedskjæringer i tilbud, fortsetter LPP Bergen å jobbe aktivt for å bedre situasjonen for pårørende gjennom påvirkningsarbeid, medlemsstøtte og samarbeid med helsemyndigheter.

Bergen, 28. februar 2025
styret i LPP avdeling Bergen



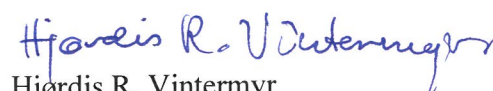
Christine Lingjærde
styreleder



Liss Solvang
nestleder



Per Christian Gausdal



Hjørdis R. Vintermyr



Bjørn Greve