

ÅRSMELDING PÅRØRENDEPROSJEKTET - LPP ÅLESUND OG OMEGN 2017



HVA ER PÅRØRENDEPROSJEKTET:

LPP Ålesund og omegn har i samarbeid med Mental Helse Ålesund og Ålesund kommune startet en rådgivning-og veiledningstjeneste for pårørende innen psykisk helse og rus. Andre pårørende, og mennesker i livskrise er også velkommen til oss.

Pårørendeprosjektet tilbyr råd og veiledning, informasjon om rettigheter, omsorg og støttesamtaler. Prosjektet er et lavterskeltilbud, man trenger ingen henvisning og tilbudet er gratis. Vi har ingen ventetid, og alle henvendelser vil bli besvart innen kort tid.

Vi har kontor i Parkgata 10 i Ålesund, og har åpent 3 dager i uken, mandag og torsdag på dagtid og onsdag ettermiddag. Vi møter brukere også hjemme, på kafé eller lignende om det av ulike årsaker er behov for det. Vi kan være støtte, personlig ombud på ulike arenaer som helsevesen, NAV og andre offentlige etater.

Mottoet vårt er å møte mennesker der de er, med de ressursene de har, i den livssituasjonen de er i.

Telefon: 48231644 e-post: erfaringskonsulenten@outlook.com

Følg oss på sosiale medier; Facebook- Pårørendeprosjektet-LPP Ålesund og omegn, Instagram: lppalesund, Twitter: LPP Ålesund, Snapchat: prosjektet.

HVEM ER DE PÅRØRENDE:

800 000 mennesker er til enhver tid pårørende i Norge, og sammen yter de rundt 100 000 årsverk i form av uformell omsorg (SSB)

Det er 50 % av den samlede omsorgen, og med det er pårørende en ressurs.

Selv om den formelle omsorgen i Norge er godt utbygd, er det kanskje særlig de som havner mellom to stoler som opplever at den ikke alltid strekker til. Pårørende kan fortelle mange historier. Det de ofte sier er ikke at det er selve omsorgen som er krevende, men «alt det andre».

Eksempler på dette er:

- Forholdet til og samarbeid med kommune og helsepersonell
- Finne informasjon og bli informert
- Få hjelp til å takle en ny hverdag eller et liv som går i bølgedaler
- Å ta vare på seg selv, sin egen helse og forholdet til andre viktige personer
- Påvirkning på arbeidssituasjon og økonomi med langvarig tyngende omsorgsoppgaver
- Barn og unge som pårørende, som ikke får den hjelp og støtte de behøver

Kilde: Pårørendealliansen

HVILKE BEHOV FORTELLER DE PÅRØRENDE I ÅLESUND AT DE HAR?

I 2015 ble det gjennomført en Bruker-Spør-Bruker undersøkelse i Ålesund, med ferdig rapport i 2016. Den bekreftet våre erfaringer i LPP, pårørende savner ivaretagelse, særlig ved kriser.

«Man ønsket seg et lavterskeltilbud, som kan dekke de mange ulike behov pårørende har».

Kompetansesenter for Brukererfaring- og Tjenesteutvikling, KBT Midt-Norge som gjennomførte BSB hadde følgende anbefaling: «**Ålesund kommune bør etablere et lavterskeltilbud, som både kan ha en funksjon som treffsted, og by på veiledning**».

Det er med utgangspunkt i denne undersøkelsen vi har søkt og fått støtte fra Helsedirektoratet over flere år.

Pårørendeprojektet sitt overordnede mål er å utvikle et **regionalt kompetansesenter for pårørende diagnoseuavhengig** og å gi et **reelt lavterskeltilbud til pårørende**.

HVEM HAR TATT KONTAKT:

LPP Ålesund og omegn inkluderer 10 kommuner på Nordre Sunnmøre. Kommunene vi dekker foruten Ålesund er Haram, Skodje, Giske, Ørskog, Stordal, Norddal, Sula, Sykkylven og Stranda.

På grunn av stor aktivitet i sosiale medier så har også mennesker fra Søre Sunnmøre og andre steder i landet tatt kontakt, og vi har registrert brukere fra over 20 ulike kommuner. Vi bidrar til at disse finner frem til lokale tilbud. I unntakstilfeller, feks ved manglende oppfølging lokalt og ved alvorlig krise, kan vi bidra til å iverksette tiltak andre steder enn vårt nedslagsfelt. Våre brukere kommer hovedsakelig fra Ålesund og omkringliggende kommuner.

De som tar kontakt med Pårørendeprosjektet er mennesker i alle aldre, kjønn og med ulik bakgrunn. Vi har hatt **145 brukere hvorav 96 var kvinner og 49 var menn**. Det er overraskende at så mange menn har tatt kontakt i 2017, da tradisjonelt kvinner oftere tar mer kontakt enn menn. Vi har møtt flere brukere som er flyktninger. I flere av tilfellene var det generasjoner med psykisk uhelse eller rus. I mange av tilfellene hadde de pårørende utviklet egne problemer. Vår største gruppe brukere har utfordringer knyttet til psykisk helse og rus, vel en tredjedel med dobbeltdiagnoser- ROP.

Vi har også andre brukere som er pårørende til andre helseutfordringer, blant annet kreft, demens, foreldre og barn med andre ulike fysiske og psykiske utfordringer.

VI HAR KARTLAGT TALLENE FOR ÅLESUND SPESIELT, OG PRESENTERER DETTE I SIN HELHET:

83 mennesker, 51 kvinner og 32 menn fra Ålesund har tatt kontakt siden oppstart. Det er **13 familier** hvor vi har gitt hjelp til hele eller flere i samme familie. **13 brukere** (usikre tall) kommer fra familier med **generasjoner av rus eller psykisk uhelse**. **19 pårørende hadde utviklet egne problem**. Der vi ser brukeren trenger langvarig eller ytterligere oppfølging, hjelper vi de videre til andre tjenester i kommune eller spesialisthelsetjenesten.

I 23 av tilfellene var det utfordringer knyttet til psykisk helse, ved 18 tilfeller var det kun rus og ved 23 andre tilfeller hadde man utfordringer på begge områdene. 1 var pårørende til en spilleavhengig.

Denne gruppen ønsket enten råd og veiledning, eller støtte og omsorg for å tåle å stå i en vanskelig situasjon.

Hos 7 brukere var ensomhet ett uttalt problem, og 8 bar stor sorg. Det kan ha sammenheng med at 7 hadde død i bagasjen.

Dette er brukere som har behov, men som kanskje ikke kvalifiserer for annen hjelp i kommunen eller spesialisthelsetjenesten. Sorg når noen dør, enten etter lang tid sykeleie eller plutselig bortgang, kan gi behov for noen å snakke med.

Vi loser mennesker videre til andre foreninger, eller ulike selvhjelpsgrupper og tilbud der vi ser at dette kan bidra til økt mestring og livskvalitet for den berørte.

Pårørendeprosjektet har hatt rolle ved 6 selvmordsforsøk, og bistått 6 andre med selvmordstanker. Vi har hatt ekstern veiledning i vanskelige saker.

2 var pårørende til noen med demens, 2 andre til noen med kreft. Ens mor var ryggskadet, og en annen sin hadde MS. 3 pårørende hadde barn med utfordringer innen autismspekteret, 4 hadde barn med andre utfordringer.

13 hadde utfordringer for sin egen del uten at vi kjenner til pårønderelasjonen.

Våre funn samsvarer med de funn Pårørendealliansen presenterte da de gjennomførte den største pårørendeundersøkelsen noensinne i fjor.

Pårørende utsettes for massiv slitasje uten å bli anerkjent som den ressursen de er.

Erfaringene våre så langt er at vi i hovedsak utfører 2 oppgaver, vi gir råd og veiledning og vi gir støtte og omsorg, særlig til de som har stått i tunge omsorgsoppgaver over tid.

Når det kommer til råd og veiledning så handler mye om mangel på informasjon. Det at så mange sliter med å finne relevant informasjon når en situasjon oppstår, forteller at Ålesund fremdeles har stort potensiale i å gi informasjon til sine innbyggere, blant annet på kommunens hjemmesider. BSB- undersøkelsen viste samme funn: «noe av kritikken som brukerne kom med, var at man gjerne fikk for lite informasjon om ulike tjenester og tilbud som fantes. Flere sa at det var litt tilfeldig hva man «snublet over» av informasjon».

Andre typiske brukere av Pårørendeprosjektet er foreldre som over år har stått i tunge omsorgsoppgaver, gjerne innen tungpsykiatrien. De har stått i utfordringer lenge og opplevd systemsvikt gang på gang. De trenger støtte og omsorg til å ivareta seg selv, og godta en kanskje håpløs situasjon som man ikke kan gjøre noe med.

HVORDAN HAR FOLK TATT KONTAKT:

Vi har en Facebook side som snart har 800 følgere. Flest tar kontakt første gang gjennom chat og meldinger til denne siden, eller på prosjektet sine medarbeidere sine profiler. Derest tar folk kontakt via telefon, så via e-post. Når kontorene er åpne dropper det stadig innom noen som enten vil vite mer om hva vi kan tilby, eller målrettet oppsøker oss fordi de er kjent med tilbudet, gjerne via andre.

Vi har brukere som har fått tips om oss fra tildelingskontoret eller andre virksomheter i kommunen. Andre har hørt om oss på ulike nivå i spesialisthelsetjenesten, DPS, ÅBS og psykiatrisk poliklinikk, flere har tatt kontakt etter å ha hørt oss på pårørendeseminarene ved Ålesund Behandlingssenter. Noen har hørt innlegg av oss på en av de mange andre stedene vi har presentert oss. Andre har fått tips fra andre pårørendesenter som PIO-senteret i Oslo og Pårørendesenteret i Stavanger. Andre har hørt om oss fra andre frivillige lag og organisasjoner som Kirkens Bymisjon. Noen finner veien via Møteplassen, som de igjen har lest om i sosiale medier. Vi opplever også at enkelte tar kontakt på vegne av noen andre man er bekymret for, eksempelvis venninne eller nabo.

SLIK HAR VI MØTT BRUKERNE:

Når mennesker kontakter oss så spør vi først, «Hva kan vi hjelpe deg med?»

Vi har utarbeidet både retningslinjer, prosedyrer og rutiner, men for oss er det viktig at de som kontakter oss skal OPPLEVE at vi har plass til **hele** mennesket og **hele** historien. Vi gir tilpasset hjelp til hver enkelt bruker, og hjelper til med hva de trenger eller faktisk ber om.

Vi møter folk der de er, og det betyr at kontakt kan foregå på mange ulike måter. Vi har faste åpningstider på kontoret, men kan møte brukere hjemme eller på kafé om det av ulike årsaker er ønskelig eller nødvendig. Grunnene til at brukerne vil treffes utenfor kontorene kan være mange, men demografien her i området er nok en av de, det er en lang og dyr reisevei til Ålesund for mange. For andre kan stigma være en årsak til at man ønsker å møtes på nøytral grunn.

Vi har vært med brukere til NAV med både søknader og klager, møter hos barnevern, vært med til fastlege og til innleggelse på DPS. Vi har vært tilsyn under samvær og skaffet advokat. Vi har bistått i klageprosess for å oppheve tvang og vi har medvirket til at tvang ble gjennomført. Vi har vært med til politi, og vært ordstyrer på familiemøter. Vi har passet nøklene til foreldre som har fått dra på ferie for første gang på 20 år, vel vitende om at noen ser etter sønnen om behovet skulle melde seg. Vi har også passet katt slik at pårørende kunne følge sin til behandling.

Vi gir hjelp til mange mennesker som faller mellom andre ulike tilbud, enten fordi de ikke får noe tilbud, eller mener at man ikke får god nok hjelp fra det offentlige. Det er flere som rett og slett har gitt opp å få den hjelpen de trenger.

DETTE SIER BRUKERNE OM TILBUDET:

Sommeren 2017 spurte vi brukerne våre om de kunne komme med en anonym tilbakemelding på hjelpen de har fått, og vi fikk mange gode tilbakemeldinger. Her gjengis et utdrag:

«Takka være deres hjelp så har mine barn en mamma enda»

«Kontakten med henne i en presset situasjon har vært viktig; å bli hørt, forstått, få støtte på egne tanker og følelser, samt å få adekvat veiledning».

«Dei har en forståelse for mine problem og livssituasjon som gir meg enorm støtte og hjelp til å klare hverdagene mine».

«Tenk at nå var det noen med erfaring og kunnskap som kom med gode råd til en da veldig oppgitt mamma».

«Det å snakke med noen som virkelig har livserfaring, å faktisk forstod hva jeg snakket om, har jeg ventet på hele livet».

«Hun har også informert veldig godt om hvilke rettigheter vi har som pårørende. Dette har vært svært viktig for foreldrene og oss besteforeldrene».

MØTEPLASSEN:

Møteplassen er en arena for erfaringsutveksling med faglig innhold, der alle interesserte og de som er berørt av psykiske helseutfordringer kan få mer informasjon om sine rettigheter, om tilgjengelig tjenestetilbud, samt øke sin kunnskap om psykisk helse.

Møteplassen er koordinert og utviklet i samarbeid med LPP, Pårørendeprojektet og Mental Helse Ålesund. Gjennom Møteplassen ønsker vi å stimulere til bedre dialog mellom fagpersoner og brukere. Økt brukermedvirkning og mestringsevne blant brukerne vil bidra til økt åpenhet og kompetanse om psykisk helse og rus.

Vi har hatt åpne møter fast andre mandagen i måneden, på Skansen Aktivitet i Sorenskriver Bullsgt. 17 klokken 19.00-21.00 etter følgende datoer:

9 januar – orientering om Pårørendeprojektet, 13 februar – å være pårørende til en med rusproblemer Monja S. Skogseth, 13 mars – ulike teknikker og øvelser man kan bruke for å mestre en vanskelig hverdag Anette H. Barstad, 10 april (påske) - sosialt samvær, 8 mai – «Å reise seg fra asken» en brukerhistorie om rus Eva-Brit Langva, 12 juni - sommerfest på Fjellstua, 14 august – unik turglede på Tueneset med Unik Helse, 11 september – Medikamentfri behandling ved Vegsund DPS, 9 oktober- å være pårørende til en med bipolar lidelse Nils Arild Nygård, 13 november – Ålesund Behandlingscenter ulike behandlingstilbud og tilbud for pårørende, 11 desember – julefest.

ÅPEN DAG:

Siste torsdagen i måneden har vi «Åpen Dag» på kontoret fra 10.00-14.00. Dette er en mulighet for alle som vil treffe oss, og møte andre brukere av tilbudet til en kopp kaffe og en prat. Første gang vi hadde åpen dag inviterte vi alle ordførere og rådmenn i alle 10 kommunene. Vi markedsfører arrangementet på Facebook og det kommer alltid noen nye innom kontorene disse torsdagene.

Datoer for Åpen Dag i 2017 var 30/1, 24/2, 27/4, 26/5, 29/6, 31/8, 27/10, 30/11, 21/12.

SAMARBEID MED ANDRE FRIVILLIGE OG ORGANISASJONER:

Foruten frivillig innsats så er samarbeid med andre en viktig suksessfaktor.

«Kirkens Bymisjon Møre har utelukkende god erfaring med å samarbeide med LPP Ålesund. De viser et helt unikt engasjement for mennesker som av ulike årsaker trenger støtte. Den tiden de legger ned i å utvikle dette gode tilbudet, sammen med erfaring og kompetanse, skaper håp for en sårbar gruppe som ofte blir oversett i hjelpeapparatet. Kirkens Bymisjon samarbeider også med LPP om å arrangere Verdens Overdosedag. Deres innsikt i tematikken har vært viktig for at markeringen skal kunne være relevant for alle dette angår. I tillegg har vi henvendt oss til LPP når pårørende har tatt kontakt med Kirkens Bymisjon for å få hjelp. Vi driver ikke et tilbud spesielt for denne målgruppen og da har det vært godt å kunne kontakte LPP for å «henvise» videre. Tilbakemeldingen fra en mor som fikk den støtten hun trengte var at støtten var uvurderlig. I en håpløs situasjon fikk hun den hjelpen hun så sårt trengte. Vi ser frem til videre samarbeid med LPP Ålesund.

De har bidratt til å sette frivillighet på kartet i Ålesund og de spiller en viktig rolle for å skape rom for samhandling mellom det offentlige og frivillige organisasjoner».

Anne Karin Zeitz, daglig leder Kirkens Bymisjon Møre

Samarbeid Overdosedagen: i samarbeid med en rekke organisasjoner som Kirkens Bymisjon, Kirkens SOS, Blå Kors, Røde Kors, Camilla Tafjord stiftelse og Ålesund Kommune markerte vi Overdosedagen 31 august. Morten Joachim sin forestilling «4 begravelser og 1

bryllup» ble vist til et utvalgt publikum på Fellesverket Dragen. På kvelden var det åpent arrangement hvor Hege Anita Brekke delte sin historie «Sporene i snøen», og etterpå deltok hun og flere i en sofadebatt som diskuterte hva skal til på veien videre for de som vil ut av rusen. Emthe representerte de pårørende, og tente et lys for håpet. En far som mistet datteren i overdose november året før tente lys for de som er gått bort.

Samarbeid Verdensdagen for Psykisk Helse: I anledning Verdensdagen for Psykisk Helse inviterte LPP, Mental Helse og Ålesund kommune til foredrag ved psykolog Trond Haukedal i bystyresalen i Ålesund 24 oktober med temaet «Delt glede er dobbelt glede, og delt sorg er halv sorg». Utvalgte ungdomsskoler fikk også besøk av Haukedal, innholdet i foredraget var tilpasset ungdom med samme tema. Dagen ble også markert på Skansen Aktivitet 9 oktober med underholdning og mat. Skansen markerte åpningen av det nye butikkutsalget som selger det brukerne på Skansen lager.

Samarbeid fagdager: vi er med i ulike arbeidsgrupper som planlegger og gjennomfører fagdager. Vi har arrangert fagdag «**medikamentfri behandling og recovery**» i samarbeid med Vegsund DPS, Mental Helse, LPP og Ålesund kommune. Fagdag «**Recovery**» oppfølging av BSB- undersøkelsen i samarbeid med Mental Helse, LPP og Ålesund Kommune. Fagdag «**Individuell Plan**» var et samarbeid mellom LPP, Fylkesmannen i Møre og Romsdal, koordinerende eining Læring- og mestringssenteret LMS i Helse Møre og Romsdal, Funksjonshemmedes Felles Organisasjon, FFO og tildelingskontoret/koordinerende eining i Ålesund kommune.

Vi utforsker alle samarbeidsformer, samarbeidet med **Unik Helse** om unik turglede ønsker vi skal utvikle seg til en selvhjelpsgruppe med fokus på egen helse.

Vi har også samarbeidet med andre organisasjoner under FFO paraplyen om **Møretrimmen**, en aktivitet med ekstrem lav terskel hvor alle uansett funksjonsnedsettelse skal kunne delta. Salg av vafler og kaker var til inntekt for tilpassede benker i naturområdet på Tueneset, laget av innsatte ved Ålesund Fengsel. Målet var å bidra til økt fokus på pårørende og psykisk helse i organisasjonene.

Rotary Spjelkavik støttet prosjektet med en pengegave på 5000 kroner også i 2017. Spjelkavik Rotaryklubb ga sin første gave i 2016, de var først ute med å støtte prosjektet før

det hele var ordentlig i gang. I tillegg til selve verdien i pengene så gir det oss en enda større gave, troen på prosjektet og den jobben vi gjør.



SAMARBEID SPESIALISTHELSETJENESTEN:

«I 2017 var dere begge en stor og betydningsfull bidragsyter til oss!! Vi er takknemlig og glad for det håp og engasjement dere skaper med deres deltagelse på våre pårørendeseminar og pasientseminar. Det har verdifull og stor betydning for både pasienter, pårørende og ansatte ved Ålesund Behandlingssenter!!

Vi håper at vi fortsatt kan nyte godt av deres kompetanse og formidlingsevne på fremtidige seminar». **Ålesund Behandlingssenter**

Samarbeid Leger med Barneblikk: dette er en ny lavterskelsatsing, hvor man utreder behovet for tverrfaglige familieteam. Emthe er med som brukerrepresentant, og sammen med to fastleger har de vært rundt på Sunnmøre for å møte fastlegene der de er, da det er vanskelig å få dem inn på fagdager. Fastlegene undervises i hvordan avdekke småbarnsfamilier med rus og psykisk helseutfordringer. Emthe bidrar med erfaringsinnlegg.

Dette arbeidet ble satt i gang høsten 2017, og denne lavterskelsatsingen er et samarbeid med Helse Møre og Romsdal, Ålesund kommune og Fylkesmannen i Møre og Romsdal.

I tillegg til disse faste avtalene så har vi vært på internundervisning på **Sjøholt og Vegsund DPS**, på sistnevnte har vi også vært på pasientundervisning. Sjøholt DPS har hatt med pasienter på omvisning på kontorene våre.

Vi har vært hos **ACT-team**, vi møtte hele tjenesten og fikk utvekslet informasjon. De tok kontakt etter kort tid med ønske om å nyttiggjøre seg vår kompetanse rundt en bruker.

Vi har hatt møte med **AHT-team**, vi fikk applaus for vårt engasjement og vår fremgang. Jo Volle sa: «vi er avhengige av at dere lykkes med deres arbeid om vi skal lykkes med vårt».

Vi har hatt innlegg på **psykiatrisk poliklinikk** sitt kurs for pårørende til bipolare, og har takket ja til å komme til de fremtidige kursene.

Vi er i dialog med **KoRus Midt-Norge** om samarbeid for **Ta-tak** kurs i vår region.

Vi opplever å ha god oversikt over alle tilbud i spesialisthelsetjenesten i vår region. Vi samarbeider godt på alle nivå, og ser at dette gir bedre tilbud til den enkelte pårørende som er i kontakt med både oss og spesialisthelsetjenesten.

SAMARBEID MED KOMMUNENE:

Pårørendeprosjektet har vært ute i 8 av de 10 kommunene som LPP Ålesund og omegn favner. Vi har vært i kommunene: **Sykkylven, Stranda, Stordal, Ørskog, Skodje, Haram, Sula og Ålesund**. Vi har skaffet kontaktinformasjon og en oversikt over tjenestene innen psykisk helse og rus, og vi har med det ganske god oversikt over ulike tilbud våre brukere kan benytte seg av i den aktuelle kommune.

Skodje Kommune inviterte oss inn til å holde innlegg på fagdag.

Kommunene er jevnt over positiv til vårt tilbud og våre tjenester, og ser oss som et supplement til de tjenestene de produserer selv. Vi ser en tendens til at kommunene ønsker å bruke sine ressurser til å gi sine egne tjenester for samme målgruppe, og det er generelt

vanskelig å få økonomisk støtte fra kommunene. Alle kommunene har fått søknad om å støtte prosjektet, Haram Kommune har støttet Pårørendeprosjektet med 5000 kroner.

ÅLESUND ÅRETS PÅRØRENDEKOMMUNE 2017

13 november ble Ålesund kåret til årets pårørende kommune, og det var første gang prisen ble delt ut. Helse- og Omsorgsminister Bent Høie delte ut prisen til Ålesund kommune, og det var leder i Helse- og Velferdsutvalget Svein-Rune Johannessen og Eva-Brit Langva, leder av Pårørendeprosjektet, som tok i mot prisen som var på 10 000 kroner og et kunstverk av Bjørg Thorhallsdottir.

Begrunnelse: «Juryen har lagt merke til at Ålesund samarbeider tett med nabokommunene og frivillige organisasjoner. Pårørendeprosjektet trekkes frem spesielt og juryen sier at dette lavterskeltilbudet har blitt tatt godt imot av brukerne. Ålesund utmerker seg med et bredt og stort antall tilbud til pårørende i alle aldre. Samtidig har de forankret arbeidet med pårørende helt opp til rådmannens stab,» sa Unn Birkeland, daglig leder av Pårørendesenteret da prisen ble delt ut.

I takketalen sa Svein-Rune Johannessen: «Godt arbeid for pårørende er avhengig av brukerorganisasjoner som stiller krav. I Ålesund finnes flere slike, og LPP og Pårørendeprosjektet er blant disse»



ØVRIGE ARRANGEMENT VI HAR DELTATT PÅ OG/ELLER VÆRT MEDARRANGØR TIL:

- Dialogseminar «**Mange bekker små**» i Ålesund 10/1 og i Kristiansund 8/5
- Deltatt på samling «**Voksne for barn**» 7/3
- Deltatt lunsjmøte med «**Angstringen**» 14/3
- Fagdag «**Medikamentfri behandling og Recovery**» LPP medarrangør 17/3
- Deltatt på «**Ruskonferansen**» i Trondheim 29-30/3
- **Informasjonskveld for Pårørende** i Sykkylven LPP medarrangør 6/4
- Deltatt på «**Ringar i Vatn**» i Geiranger 24-26/4
- Fagdag «**Recovery**» LPP medarrangør 28/4
- Deltatt på «**WAPR konferansen**» i Bergen 2-4/5
- Deltatt på «**Toppmøte i Oslo**» 10/5
- Deltatt på Konsensuskonferanse «**Gravide innen LAR**» 12-13/6
- Fagdag «**Ny Omsorgsplan**» i Ålesund kommune 19/6
- «**Solaseminaret**» i Stavanger 29/9-1/10
- Deltatt på samling for «**Erfaringskonsulenter og deres arbeidsgivere**» arrangert av KBT Midt-Norge i Trondheim 4-6/10
- Deltatt på «**Pårørendesamarbeid i kommuner og helseforetak**» på Gardermoen 13-14/11
- Fagdag «**Individuell Plan**» LPP medarrangør 23/11
- «**Organisasjonsforum**» 16/2, 18/5, 21/9, 30/11
- Samarbeidsmøter «**LMS- landsforbundet mot stoff**» 9/3, 14/9 og kurshelg 21-22/10 på Parken hotell med temaet «**selvfølelse**» med gestaltterapeut Henrik Haug
- Samarbeidsmøte «**Leger med Barneblikk**» 20/3, 03/10, 21/11, 07/12, 20/12
- Samarbeidsmøter «**Støttegruppa for rusomsorg**» 19/1, 28/2, 5/4, 3/5, 7/6, 29/8, 18/10 og 11/12.
- Samarbeidsmøter i forbindelse med «**Overdosedagen 31 august**» 14/2, 3/4, 19/4, 15/5, 29/5, 12/6, 4/8, 21/8, 25/8, og 31/8.
- Samarbeidsmøter i forbindelse med fagdag «**Medikamentfri behandling og Recovery 17 mars**» 18/1, 9/2, 27/2 og 9/3.
- Samarbeidsmøter i forbindelse med fagdag «**Ettervern**» 27/2, 20/3 og 19/4. *Utsatt*

- Samarbeidsmøter i forbindelse med «**Møretrimmen 3 september**» 22/6, 7/8, 28/8 og 3/9. Evaluering 9/10.
- Samarbeidsmøter i forbindelse med «**Verdensdagen for psykisk helse**» 2/3 inspirasjonsseminar i Molde, 7/3 og 10/10. Arrangement 9/10 og 24/10.
- Samarbeidsmøter i forbindelse med fagdag «**Individuell Plan 23 november**» 13/6, 5/9, 19/9, 7/11 og 23/11. Evaluering 30/11.
- Samarbeidsmøter i forbindelse med fagdag «**Samarbeid og støtte til pårørende 19 januar**» 16/10, 22/11, 13/12, 18/12.

VI HAR ORIENTERT OM PROSJEKTET:

Vi har orientert om Pårørendeprojektet hos Demensteamet, ambulerende rusteam, tildelingskontoret, Organisasjonsforum, VH Aktivisering og velferdstjenester, Helse -og velferdsutvalget og FUNK -rådet for likestilling av funksjonshemmede i Ålesund kommune. Så har vi vært hos LMS -landsforbundet mot stoff, styret i HLF Ålesund – hørselshemmede landsforbund, årsmøtet i FFO, Røde Kors Ålesund, på Møteplassen og hos Rotary Spjelkavik. Vi har hatt orientering på «mange bekker små» i både Ålesund og Kristiansund. Vi har hatt innlegg på fagdag «Medikamentfri behandling og Recovery» og på temakveld for pårørende i Sykkylven. Dette kommer i tillegg til tjenestene i 8 av 10 kommuner innen psykisk helse og rus, pasient – og internundervisning på Vegsund DPS, internundervisning Sjøholt DPS, og alle pasient – og pårørendeseminar ved ÅBS. AHT -team, ACT- team og psykiatrisk poliklinikk kurs pårørende innen diagnosen Bipolar har vi også presentert projektet hos. Vi fikk presentert oss under konferansen «Ringar i vatn» i Geiranger, og hadde innlegg på samling for erfaringskonsulenter i Trondheim. I Skodje kommune presenterte vi projektet under en fagdag. Alle legekantor på Søre Sunnmøre er orientert om Pårørendeprojektet gjennom besøkene «leger med barneblikk».

FRIVILLIG INNSATS:

Vi har hatt opplæring av 2 frivillige som likepersoner, og disse har delvis falt fra gjennom året på grunn av egen helsesituasjon. De har i perioder bidratt med betydelig innsats både i forhold til å holde kontorene åpne, skrive søknader og å delta på ulike arrangement. En ung mann med psykiske helseutfordringer henter posten 3 ganger i uken, og en annen ungdom

som har falt ut av skolen har hjulpet til med forefallende kontorarbeid. Prosjektleder har gjennom hele året jobbet som frivillig minst 20 timer i uken fast uten lønn. Den samlede frivillige innsatsen er på nærmere 2500 timer.

PROSJEKTGRUPPEN:

Prosjektgruppa består av 6 representanter, 2 fra LPP Ålesund og omegn, 2 fra Mental Helse Ålesund og 2 fra Ålesund kommune. Disse er prosjektleder Eva-Brit Langva LPP, Erling Olav Brenne LPP, Liisa Karla Mental Helse, Arild Kvamme Mental Helse, Siv Katrin Ulla prosjektleder et demensvennlig samfunn i Ålesund kommune og Lisbeth Slyngstad rådgiver psykisk helse i rådmannens stab i Ålesund kommune.

Det har vært avholdt 8 prosjektgruppemøter: 5 januar, 9 februar, 16 mars, 20 april, 8 juni, 31 august, 12 oktober og 4 desember. Prosjektgruppen er ansvarlig for fremdrift i henhold til søknad og krav fra Helsedirektoratet, og godkjenner strategi og økonomi. Prosjektgruppens medlemmer rapporterer til styret i henholdsvis Mental Helse og LPP. LPP Ålesund og omegn har arbeidsgiveransvar.

SLUTTKOMMENTAR:

I vår søknad til Helsedirektoratet i 2017 og nå også i 2018, har vi sagt at vårt mål er å bli et diagnoseuavhengig kompetansesenter for pårørende i vår region.

Vi har jobbet målrettet og systematisk med å utforske mulighetsrommet vår region har, gjennom å utforsket samarbeid med kommunene, spesialisthelsetjenesten og andre organisasjoner og frivillige.

Vi har etablert oss i kontorene til FFO, Funksjonshemmedes Felles Organisasjon med den hensikt å påvirke de andre brukerorganisasjonene til å satse på pårørende og psykisk helse. Vi har derfor også god oversikt over brukerorganisasjonene og de ulike tilbud de gir til sine medlemmer.

Vi tror fortsatt målrettet arbeid vil bidra til varig drift av det lavterskeltilbudet pårørende etterspurte i BSB undersøkelsen, og som var KBT Midt-Norge sin anbefaling til Ålesund kommune.

Som erfaringskonsulent har arbeidet dette året vært både spennende, lærerikt og interessant. I og med at erfaringskonsulenten har faglig kompetanse i tillegg til egen- og pårørendeerfaring, så føler vi at vi skaper tillit både på systemnivå og på brukernivå. For det er fortsatt dessverre litt slik at man får mer anerkjennelse blant profesjonelle om man har en akademisk utdanning i tillegg til egne erfaringer. Det kan virke som om pårørende setter mest pris på egenerfaring, som kan bringe håp, til sammenligning med fagfolk som synes egenerfaring er svært bra, mens den faglige kompetansen har den ekstra tyngden som trengs for å bli lyttet aktivt til.

Ålesund 12 februar 2018

Eva-Brit Langva

Emthe Vollstad O'Neill

