

Handlingsplan LPP 2019 -2021

LPP er en forening for pårørende til mennesker med psykiske lidelser og ev. ruslidelser i tillegg. Antall medlemmer er vel 3000, mens antall pårørende som er potensielle medlemmer er langt høyere. Foreningens mål, slik disse er fastsatt i vedtektene, er å arbeide for interessene til de pårørende og de med psykiske lidelser. LPPs sekretariat er etablert med rutiner. Dette er bakgrunnen for handlingsplanen og organisasjonens fokus i den kommende landsmøteperioden.

1. Pårørendes interesser og behov

LPP arbeider for anerkjennelse og respekt for pårørendes situasjon og for at deres rettigheter blir ivaretatt. LPP skal også bistå pårørende med råd og veiledning innenfor psykisk helsevern og psykisk helsearbeid.

1.1 Pårørendes rettigheter

Pårørende har rett til informasjon, veiledning og støtte – både som den pårørtes representant/talsperson, og for egen del. Pårørende har særlige rettigheter når den de er pårørende til er under tvungent psykisk helsevern, både med og uten døgnopphold i institusjon.

LPP fokuserer på:

- god informasjon om pårørendes rettigheter og klagemuligheter
- At helse- og omsorgstjenesten etablerer og etterlever systemer og rutiner som ivaretar pårørendes rettigheter og behov jf. Helsedirektoratets pårørendeveileder.

1.2 Nettverk og møteplasser

Det kan være svært utfordrende å stå nær noen som sliter med psykiske helseutfordringer. Pårørende har behov for veiledning og støtte fra helsetjenesten, men kan i like stor grad ha behov for å møte andre i samme situasjon for erfaringsdeling og gjensidig støtte ut fra et likepersonsperspektiv. For noen pårørende er det en utfordring å ta godt vare på seg selv, samtidig som man ønsker å være en god støtte og omsorgsperson for den som er syk.

LPP fokuserer på:

- å støtte lokallagene i å utvikle gode tilbud for pårørende ut fra det enkelte lokallagets behov og muligheter.
- få oversikt over og dele de gode erfaringene lokallagene imellom
- støtte og veilede ved etablering av nye lokallag, der dette ikke finnes
- samarbeide med andre aktører om gode møteplasser, tilbud og tiltak som letter hverdagen for pårørende. Aktuelle samarbeidspartnere kan f.eks. være helsetjenesten, andre brukerorganisasjoner, pårørende- og brukerstyrte sentra.

1.3 MØTEPLASS for helsefremmende dialog/Pårørende møteplass

MØTEPLASS for helsefremmende dialog er en arena for et likeverdig møte med gjensidig læring mellom pårørende og fagfolk. LPP eier konseptet. Det er et verktøy for å oppnå reell brukermedvirkning. Forskrift om ledelse og kvalitetsforbedring i helse- og omsorgstjenesten sier at virksomheter som yter helse- og omsorgstjenester, skal vurdere virksomheten på bakgrunn av bl.a. pårørendes erfaringer. Vi anser møteplasskonseptet å være et godt verktøy i så henseende.

Innenfor gjeldende økonomiske rammer tilbyr LPP psykisk helsetjenester opplæring og oppfølging i konseptet. Det forutsetter gjensidig forpliktende avtaler.

LPP fokuserer på:

- å drifte og videreutvikle MØTEPLASS for helsefremmende dialog/Pårørende møteplass
- å fortløpende vurdere god organisering og drift av konseptet
- å bruke tilbakemelding fra MØTEPLASS-møtene til
 - videre arbeid med å yte god støtte og rådgiving til pårørende
 - videre opplysning og arbeid med å forbedre tilbud og tiltak for de vi er pårørende til

2. Bedre tilbud innen helse- og omsorgstjenester for psykisk syke

Det viktigste for pårørende er at mennesker med psykiske lidelser får god behandling og oppfølging - skreddersydd den enkelte bruker. Mangler dette, blir for mye ansvar og omsorgsarbeid overlatt til pårørende, noe som kan føre til redusert livskvalitet og helseplager for dem. LPP er et talerør for gode offentlige tjenester innen det psykiske helsefeltet.

2.1 En meningsfylt hverdag

Ikke alle har et godt sted å bo. I tillegg mangler brukeren skreddersydde tilbud for en meningsfylt hverdag som leder til myndiggjøring. Dette medfører en alt for stor belastning for pårørende.

I nasjonale faglige retningslinjer for oppfølging av personer med psykoselidelser (IS-1957) står følgende:

Kommunen bør tilby tilrettelagte boliger til pasienter/brukere som trenger særskilt oppfølging og støtte for å mestre et liv i egen bolig. Det bør tilbys boliger med fellesareal og bemanning på heldøgnsbasis dersom behovene tilsier det.

LPP arbeider for at behovet for boliger med særskilt oppfølging dekkes, og har følgende fokus:

- bistand til opprettholdelse av liv og helse
- god hygiene og godt kosthold

- daglige fysiske aktiviteter tilpasset den enkelte
- gode sosiale nettverk
- meningsfylte aktiviteter, som tilrettelagt arbeid, undervisning og/eller kulturelle aktiviteter (jf. også *Growing as a person*, Arnhild Lauveng, 2017)
- Tilrettelagt bolig

2.2 Medikamentfrie behandlingstilbud

Helse- og omsorgsdepartementet har pålagt de regionale helseforetakene å opprette medikamentfrie behandlingstilbud. LPP har bidratt til dette via Fellesaksjonen for medisinfrie behandlingsforløp.

LPP er pådriver for videreutvikling av tilbudet og arbeider for:

- at det etableres et faglig nettverk for videreutvikling av medikamentfri behandling
- at det tilbys reelle alternativer til medikamentell behandling for alle pasienter i alle helseforetak
- at det finnes tilbud om systematisk og ansvarlig nedtrapping av medisinbruk for alle pasienter i alle helseforetak

2.3 Brukermedvirkning

Brukere og pårørende skal ha reell innflytelse på utformingen av tjenesten, både på individuelt nivå og på systemnivå. Denne retten er lovfestet, noe som gjenspeiles i helsepolitiske slagord ("*Pasientens helsetjeneste*", "*Ingenting om meg, uten med meg*", "*Hva er viktig for deg*") retningslinjer, veiledere og faglige råd innen det psykiske helsefeltet.

LPP arbeider for at helsetjenesten anerkjenner pårørendes erfaringer og kompetanse i utviklingen av tjenestetilbudet. LPP prioriterer:

- å delta i utvalg og råd, både sentralt og lokalt, innen det psykiske helsefeltet
- å gi gode og fyldige hørings svar på aktuelle høringsdokument
- tett dialog mellom helsetjenesten og pårørende/nærstående i tråd med Helsedirektoratets pårørendeveileder
- Dialog mellom bruker – helsetjenesten - nærstående gjennom nettverksmøter/åpen dialog
- Erfaringsarenaer for brukerrepresentanter

Se også punkt 2.3 MØTEPLASS for helsefremmende dialog/Pårørende møteplass

2.4 Pakkeforløp psykisk helse og rus

Innføring av pakkeforløp ved behandling av psykisk helse- og ruslidelser gjelder fra 2019.

Overordnede mål med pakkeforløpene er:

- økt brukermedvirkning og brukertilfredshet
- sammenhengende og koordinerte pasientforløp
- unngå unødig ventetid for utredning, behandling og oppfølging
- likeverdig tilbud til pasienter og pårørende uavhengig av hvor i landet de bor

- bedre ivaretagelse av somatisk helse og gode levevaner

LPP er pådriver for god implementering av pakkeforløpene og fokuserer på:

- å informere om innhold og målsetting i pakkeforløpene
- Følger opp pakkeforløp gjennom utvikling og oppfølging av brukerrepresentanter

2.5 Rett og redusert bruk av tvang

Det har vært en stor satsing på redusert bruk av tvang uten å lykkes. Arbeidet med rett og redusert bruk av tvang må intensiveres. Ulovlig tvang påfører brukere unødig lidelse og redusert helse - noen ganger livslangt.. Det må settes større krav til at ansatte har tilstrekkelig kunnskap om hva tvang påfører brukerne av lidelse. Fagfolk og ledere må ha mer kompetanse om lovverket og sørge for at pasientene og pårørende sin rettssikkerhet blir sikra

3 Opplysningsarbeid

LPP skal holde seg orientert om, og spre kunnskap om det psykiske helsefeltet. LPP har behov for flere støttespillere og samarbeidspartnere.

3.1 Folkeopplysning

Det er fortsatt behov for å jobbe for større åpenhet om psykiske lidelser og uhelse. I tillegg er den generelle kunnskapen om de alvorligste lidelsene fortsatt lav i befolkningen. Det er behov for økt kunnskap i befolkningen.

Lpp fokuserer på å informere og spre opplysning om psykiske lidelser og følge av disse, gjennom tradisjonelle medier, sosiale medier, og andre relevante kanaler.

3.2 Ressurser og kvalitet i psykisk helsearbeid – offentlige rapporter

Helsemyndighetene har et uttalt mål om at ressursbruken innen psykisk helse skal økes mer enn for somatikk i spesialisthelsetjenesten, den såkalte “gylne regel”. Ifølge SAMDATA skjer ikke dette.

SINTEF utarbeider hvert år en rapport om årsverk, kompetanse og innhold i det kommunale psykisk helse- og rusarbeidet.

LPP fokuserer på å ha oppdatert kunnskap om organisering og ressursbruk i psykisk helsearbeid, samt påpeke forbedringsområder.

LPP er en viktig organisasjon. Organisasjonen driftes i stor grad av frivillig innsats. Det er nødvendig å søke støtte og samarbeid med relevante aktører.