

PÅRØRENDE ÅLESUND OG OMEGN LPP&MH VÅREN 2019



LPP

Verdighet - Omsorg - Løsninger



INNHOLD:

- 1. Innledning**
- 2. Pusterommet**
- 3. Møteplassen**
- 4. Hvem er de øvrige brukerne**
- 5. Økonomi**
- 6. Nytt fra Erfaringskonsulentene**
- 7. Oppsummert**

Innledning:

Da prosjektperioden for Pårørendeprosjektet var over 31 desember 2018, valgte foreningene Landsforeningen for Pårørende innen Psykisk helse -LPP Ålesund og omegn og Mental Helse Ålesund å fortsette arbeidet under navnet Pårørende Ålesund og omegn LPP&MH.

Årsaken er det åpenbare behovet som antall henvendelser og nye brukere viser.

Fra januar 2019 består tilbudet av Pusterommet, Møteplassen og individuelle samtaler ved behov. Vi har tilhold i Parkgata 9 (Bymisjonssenteret) og Parkgata 10 (Hjelpen) i Ålesund onsdager 12.00-18.00 og torsdager 12.00-16.00.

Tilbudet ivaretas hovedsakelig av Eva-Brit Langva, leder av LPP og Arild Kvamme som er leder i Mental Helse. Emthe Vollstad er sykemeldt og kommer tilbake i arbeidet når hun blir frisk nok og klar. Utover det deltar likepersoner fra organisasjonene i arbeidet på ulike vis. Det er en glede å kunne presentere vårens arbeid for dere gjennom denne 6 måneders rapporten.

God lesning 😊



PUSTEROMMET

Felleskap for en bedre hverdag

Har du lyst til å treffes på kafé i trygge omgivelser?

Likepersoner fra Mental Helse og Landsforeningen for Pårørende innen Psykisk helse er tilstede på Bymisjonsenteret for råd og veiledning, støtte og omsorg. Som likepersoner har vi brukererfaring, taushetsplikt og arbeider frivillig.

Du finner oss i Parkgata 9, tvers over gata for Hjelpen, onsdager fra klokken 12.00-18.00

Mental Helse Ålesund spanderer lunsj, kaffe eller det du måtte ønske fra menyen på Bymisjonsenteret.

Er det noe du lurer på? Ta kontakt med Arild på tlf 96229688

VELKOMMEN

**ALLE MENNESKER HAR RETT TIL ET MENINGSFYLT LIV, OG EN
OPPLEVELSE AV EGENVERD OG MESTRING.**

I mars flyttet vi Pusterommet fra Hjelpen til kafeen på Bymisjonsenteret og utvidet åpningstidene til 12.00-18.00. Ønsker man en privat samtale foregår dette fremdeles på Hjelpen tvers over gata. **49** mennesker har tatt kontakt med oss på Pusterommet denne våren. De er brukere og pårørende med utfordringer sosialt eller innen psykisk helse og rus.

MØTEPLASSEN – ARENA FOR ERFARINGSUTVEKSLING, FAG OG KUNNSKAP OM PSYKISK HELSE OG RUS



Sted: Bymisjonsenteret Parkgata 9 i Ålesund
Tid: 2. mandagen i måneden 19.00-21.30

Møteplassen er en arena for erfaringsutveksling med faglig innhold. Alle interesserte og de som er berørt kan få mer informasjon om rettigheter, om tilgjengelig tjenestetilbud samt øke kunnskapen om psykisk helse og rus.

**Det er enkel bevertning og arrangementet er åpen for alle
VELKOMMEN**

Arrangementene annonseres på LPP, Mental Helse og Kirkens Bymisjon sine Facebook sider.

Kontaktpersoner: Arild Kvamme tlf 96229688 og Eva-Brit Langva tlf 40108172

Møteplassen har hatt en voldsom vekst etter at møtene ble flyttet fra Skansen Aktivitet til Bymisjonsenteret i mars, og Kirkens Bymisjon kom inn som samarbeidspartner. Tidligere deltok mellom 15-30 mennesker på Møteplassen mens nå er det mellom 60-120 som kommer på møtene. Tilbudet er svært godt mottatt og mange møtes på tvers av fag og erfaring rundt temaer knyttet til psykisk helse og rus.

Januar: Høysensitivitet Oppmøte: 9 personer

Februar: Dialogmøte om brukermedvirkning Oppmøte: 24 personer

Mars: Kirkens Bymisjon forteller om sine nyetablerte tilbud Oppmøte: 20 personer

April: Å reise seg fra asken Oppmøte: 65 personer
Mai: Rus i byen vår Oppmøte: 105 personer
Juni: Sommerfest med reker Oppmøte: 60 personer

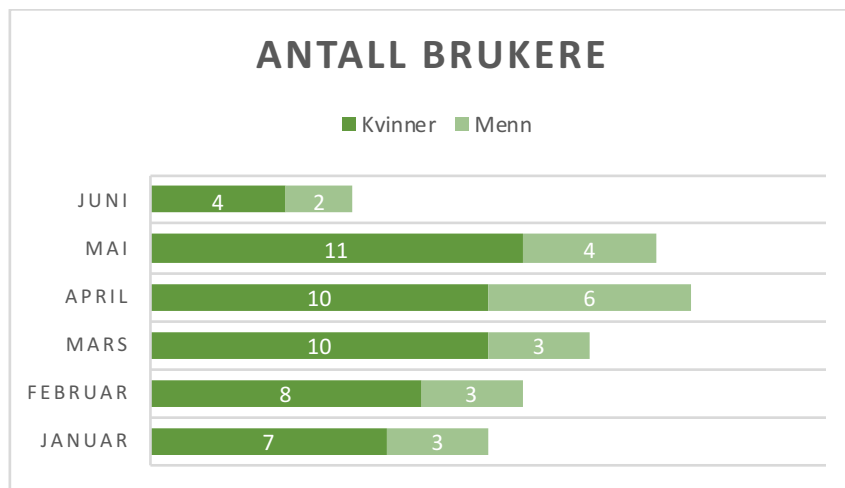
Til sammen har **283** mennesker besøkt Møteplassen i løpet av våren. Tema utover høsten er blant annet tilknytningsforstyrrelser, pårørende, kosthold og psykisk helse. Programmet legges ut fortløpende på LPP.NO kalender og som arrangement på vår Facebook side. Vi er forventningsfull til det videre arbeidet.

HVEM ER DE ØVRIGE BRUKERNE:

Det er stadig pågang til alle våre tilbud, og en optelling viser at **68** mennesker, 47 kvinner og 21 menn har kontaktet oss i perioden januar- juni 2019 til andre tider og på andre måter enn oppmøte på våre tilbud Pusterommet og Møteplassen.

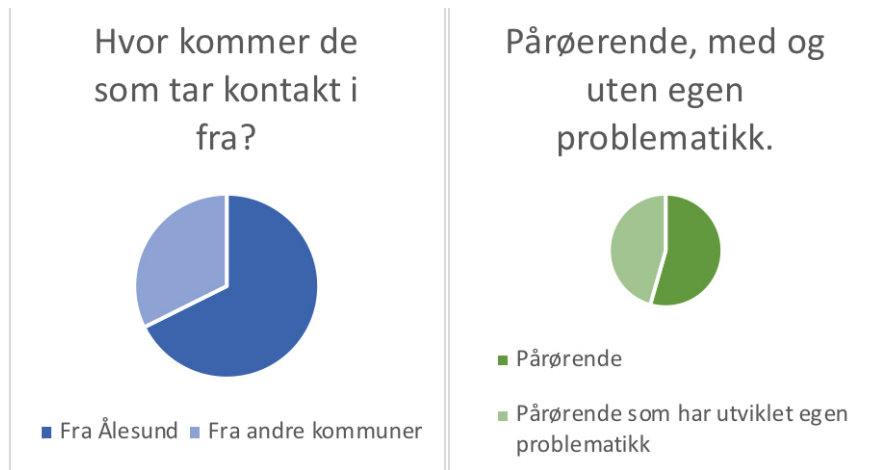
De som tar kontakt med oss er stort sett pårørende fra Ålesund og omkringliggende kommuner. Men vi har også hjulpet flere pårørende som bor andre steder i landet, som er pårørende til noen i Ålesund.

«Mamma fra Ålesund -sønnen silter psykisk og har klart å skjule sitt rusmisbruk frem til nå, men misbruket er så alvorlig at noe må gjøres. Trenger veiledning til å finne frem i hjelpeapparatet og råd om hvordan ta vare på seg selv i situasjonen»

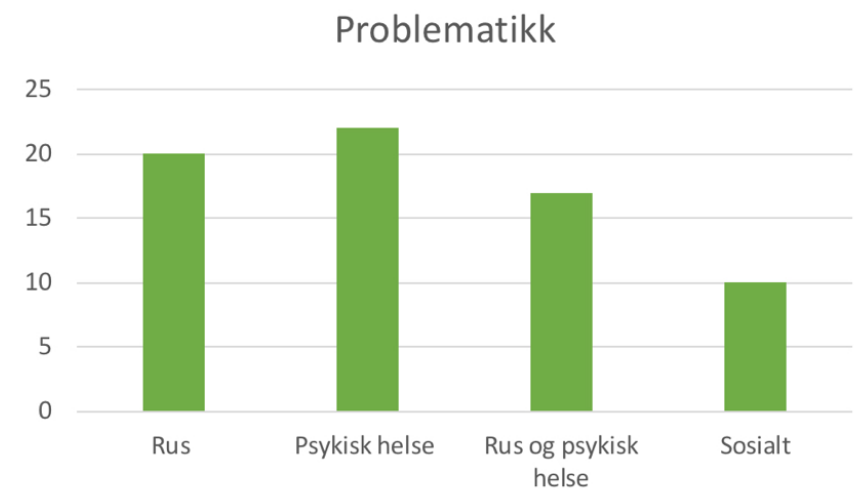


«Søster fra Ålesund -Hele Familien lider under søsteren sitt rusmisbruk, og hun setter alle opp mot hverandre. Hun trenger råd for hvordan hun skal beskytte seg selv når misbruket eskalerer og søsteren ikke ønsker hjelp til å slutte»

«Bestemor fra Sunnmøre -tar kontakt fordi datteren senere tid har utviklet skadelig alkohol forbruk og barnebarnet som bor hjemme er dypt fortvilt. Problemet har nylig kommet til overflaten, og familien kjenner ikke til hvilke tilbud man kan få for å endret situasjonen.»



«Ektemann fra Ålesund -tar kontakt fordi han trenger råd og veiledning til å hjelpe sin kone med å få den hjelp hun trenger fra helsevesen og kommune. Han er bekymret for at hun skal gi helt opp etter utallige forsøk på å få hjelp for sine psykiske vansker og behandlingsskader.»



«Venninne fra Romsdal- venninne bor alene uten nære pårørende og har hatt oppfølging fra BUP tidligere, men hjelpen er avsluttet på grunn av alderen. Venninnen har omfattende psykiske problemer, og hun som tar kontakt er bekymret for henne siden hun ikke får hjelp fra noen for øyeblikket. Venninnen sier selv at hun har gitt opp håpet, orker ikke kjempe mer. Det er vanskelig å være nærmeste venn og ikke vite hvorfor venninnen ikke får hjelp for sine vansker»

«Mamma fra Ålesund -voksen datter nettopp utskrevet fra tvangs behandling i psykiatrien hjem til mor. Hun er åpenbart psykotisk og trenger hjelp. Siden datteren ikke ønsker hjelp fra noen får heller ikke mor hjelp i situasjonen.»

De er mor, sønn, søster, tante, kusine, samboer, datter, bestemor, ektemann, bror, svigerforeldre, onkel, kamerat, venninne, niese og far.

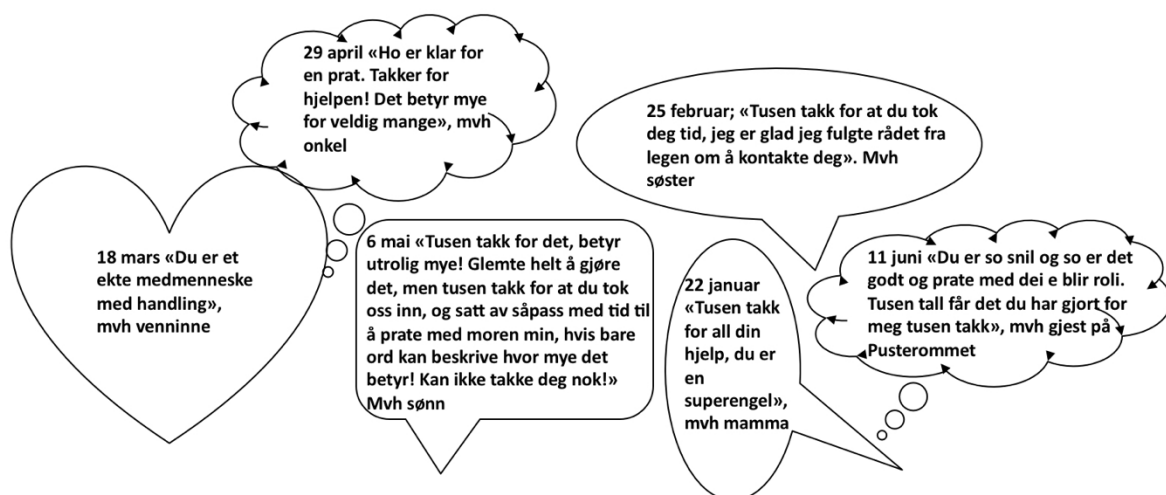
Det er en kjensgjerning at pårørende innen psykisk helse og rus er spesielt utsatte, ofte er man pårørende til noen som ikke ønsker hjelp fra det offentlige. Bak alle disse menneskene som sliter står det pårørende som trenger noen å snakke med. De kan stille spørsmål som: «Hvem skal hjelpe når vi ikke klarer mer?» og «Hvorfor blir ikke den jeg er glad i fanget opp av hjelpeapparatet?»

Med unntak av de som enda ikke har forsøkt å få hjelp, så er de aller fleste av de som kontakter oss misfornøyd med den oppfølging og hjelp de selv eller den man er pårørende til mottar, både fra spesialisthelsetjenesten og kommunen. Det er gjennomgående at man ikke får den hjelp man mener å ha behov for, og spesielt gjelder dette i saker som omhandler tvang. De pårørende som har brukere som motsetter seg hjelp fra det offentlige har som oftest ingen å henvende seg til.

Svært få opplever å bli involvert av hjelpeapparatet selv om bruker ønsker involvering av pårørende. Noen kjenner godt til sine rettigheter og muligheter, og trenger støtte for å stå i sin frustrasjon over ikke å bli hørt. Dette er gjerne foreldre som har holdt på med kampen i mange år.

Andre er rådvill og finner ikke frem i jungelen av informasjon, og trenger råd og veiledning konkret utifra sin situasjon. Dette er gjerne hvem som helst som er nær pårørende til noen som er nysyk eller som den senere tid har blitt sykere, uten at nødvendige hjelpetiltak er på plass.

Det gjør inntrykk å møte et foreldrepar på over 80 år som har hatt sin psykisk syke sønn boende hjemme i 30 år uten å bli fanget opp av noen. Det er kanskje ikke så mange som har det akkurat sånn, men det er noen og noen bor her i byen vår.



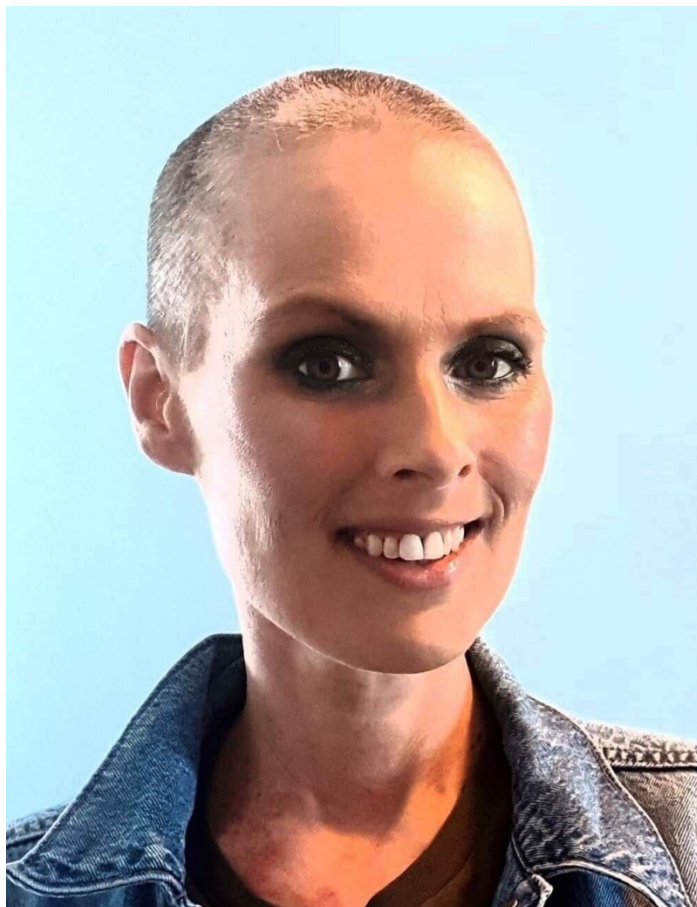
NYTT FRA ERFARINGSKONSULENTENE:

Emthe;

Da året startet var Emthe kreftfri og startet så smått å komme tilbake i jobb da kontrabeskjeden kom, kreften var kommet tilbake. I tillegg viste det seg at familiedonor ikke lenger var match, og man måtte ut i hele verden for å lever etter hennes nye donor.

Emthe har som kreftsyk gjort en formidabel jobb med å synliggjøre pårørende sin situasjon når man følger alvorlig syke til behandling i annen by, og økonomiske kostnader forbundet med det. Saken har vært omtalt nasjonalt og lokalt og i TV2, Sunnmørsposten, Se&Hør, NRK Hordaland, Trøndelag og Møre og Romsdal. Hun fikk personlig svar fra Helseminister Bent Høie om at han ville ta med innspillet i regjeringen sin nye pårørendestrategi som legges frem til høsten.

I tillegg ble Emthes behov for donor fulgt av mange, og ble til ei gruppe på Facebook med over 1600 følgere som heter; Emthes kamp mot leukemi, bli blod- og beinmargsdonor. Gjennom sitt arbeide fra sykesengen har hun bidratt til at det er rekordmange 5600 som meldte seg som blodgiver i juni måned, noe som er en dobling fra samme tid i fjor. I skrivende stund er hun under ventebehandling på Rikshospitalet og skal gjennomgå beinmargstransplantasjon 31 juli. Det er ikke realistisk at Emthe kommer tilbake i jobb i 2019, men vi krysser fingre og håper Emthe er på plass for å fullføre arbeidet sitt i 2020.



Arild;

Arild har vært en trofast støttespiller i arbeidet over flere år, og har holdt Pusterommet åpent siden mars 2018. I videreutviklingen av vårt arbeid valgte vi å ansette Arild som ny Erfaringskonsulent fra juni 2019. Lønn er en fast sum på 5000 kr per måned, og avtalen gjelder så lenge vi får tilskudd fra Ålesund Kommune.

Arild tar imot folk som tar turen innom Bymisjonscenteret når Pusterommet er åpent på onsdager, og man trenger ingen avtale. Her sitter Arild alltid klar for en prat, kanskje om de vanskelige tingene. Han spanderer kaffe, han er flink til å lytte og er en handlingens mann. Arild er leder for Mental Helse Ålesund og en skolert likeperson med varmt hjerte og et klokt hode.

Arild sier: «dette er min første jobb på 13 år, og jeg er veldig takknemlig og ydmyk for oppgaven. Jeg syntes jobben er givende og svært verdifull. Å få denne muligheten trodde jeg aldri var mulig etter mange tunge år».



ØKONOMI:

Tilskudd fra Helsedirektoratet opphørte 1 januar 2019, og prosjektperioden var over samme dato. Juni 2018 leverte vi søknad til Møre og Romsdal Fylkeskommune om tilskudd for videreføring av tilbudet fra 2019, og søknadsbeløpet var på 150 000 kr per år.

Tilskuddsordningen heter 3 årig driftstilskudd og gjelder årene 2019-2021. I august 2018 leverte vi søknad til Ålesund Kommune pålydende 100 000 kr per år for samme tidsperiode.

Formannskapet i Ålesund Kommune vedtok i sitt desembermøte å gi slikt tilskudd, vårt arbeide får støtte fra Ålesund kommune på 100 000 kr per år disse 3 årene.

Søknaden hos Fylkeskommunen skulle avgjøres i kulturutvalget sitt april møte, og administrasjonen hadde innstilt på at vi skulle få støtte gjennom denne ordningen.

Men saken ble utsatt da Fylkeskommunen la til grunn av FFO som paraplyorganisasjon skulle fordele midlene og ta det administrative arbeidet, noe FFO internt syntes ble vanskelig. I den påfølgende evalueringsfasen ble alt vurdert på nytt, og vi ble som ny søker trukket ut av ordningen og overført til en 1 årig tilskuddsordning. Her fikk vi 25000 kroner som en engangssum.

Vi vil fortsette å søke økonomisk støtte hvor det finnes muligheter utover høsten, og venter på svar i skrivende stund på søknader blant annet til Odd Fellow.

Man kan støtte arbeidet vårt økonomisk på flere måter:

- **Bedriftsstøtte, arbeidsplassen din kan bli støttemedlem i våre organisasjoner (LPP 300 kr per år) (MH 1500 kr per år)**
- **DU kan bli støttemedlem i LPP og Mental Helse (300 kr i begge organisasjonene) Vi får støtte etter antall medlemmer så hver og en som blir medlem bidrar til at vi får mer penger.**
- **Grasrotandelen, send SMS med kodeord «grasrotandelen 994858858» og send til 60000 (for å støtte LPP Ålesund og omegn)**
- **Grasrotandelen, send SMS med kodeord «grasrotandelen 919414227» og send til 60000 (for å støtte Mental Helse Ålesund)**
- **Facebook, man kan feks i forbindelse med bursdag velge å samle inn penger til våre organisasjoner**
- **Gi direkte støtte til arbeidet på konto 3910 55 62210**

OPPSUMMERT:

Vi har siden oppstart vært svært aktive i sosiale medier og vår Facebook side har passert 1400 følgere. På siden deler vi nasjonale nyheter for og om pårørende samt temaer innen psykisk helse og rusfeltet. Vi opplyser også om lokale nyheter av betydning, eksempelvis når det er ledige timer for gratis juridisk bistand på Frivilligsentralen. Vi videreformidler arrangement i regi av organisasjoner, frivillige lag og foreninger, kommune og helseforetak som omhandler psykisk helse og rus og pårørende spesielt.

Vi tror på at samarbeid og samhandling er nøkkelen til å lykkes for det vi holder på med, og er takknemlig for alle gode tiltak innen psykisk helse.

Sosiale medier er en viktig plattform for kommunikasjon, alt går så raskt i samfunnet og vi ville ikke hatt mulighet til et slikt omfang av deling gjennom andre kanaler.

Vi kommuniserer med flere brukere gjennom Snapchat og Messenger, noe som er naturlige trender i vår tid.

Vi har vært på hjemmebesøk, møter på kafé og vært støtteperson i møter med kommunale instanser samt andre som NAV, politi, lege og sykehus. Vi har også gitt bistand til flere klager og søknader. Vi har til sammen produsert ca 700 frivillige timer innsats gjennom vårt arbeid.

Vi vil fortsette arbeidet mens vi etterlever vårt motto: vi møter mennesker der de er, med de ressurser de har i den livssituasjonen de er i.

20 juli 2019

Eva-Brit Langva
Leder

Arild Kvamme
Erfaringskonsulent

Emthe Vollstad
Erfaringskonsulent og Familierapeut

