



Landsforeningen for pårørende innen psykisk helse





Høsthilsen

Hei alle sammen:)

Nå er høsten kommet etter en vidunderlig sommer. For LPP Bergen begynte sommeren 2021 med en tur opp Fløyen, med Fløybanen. Vi ble overrasket da vi oppdaget at køene var kommet tilbake etter mange rolige måneder, uten turister. I juni ble COVID-situasjonen litt bedre, og da gjaldt tidligere forhold plutselig igjen, men heldigvis ikke for fullt. Ingen grupperabatt, nei. Likevel tok vi det med godt humør, og oppe på Fløyen fikk vi god mat og drikke, og en konsert. Vi hadde bestilt bord med avstand. En nydelig og avslappet kveld. Når vi snakker om tidligere forhold, menes før COVID. Før COVID var det utelukket å komme seg opp uten lang ventetid. Deretter umulig å få seg noe å drikke eller spise. Den lille episoden med Fløyen minner meg om det LPP skrev til helseministeren i begynnelsen av pandemien. Her er utdrag fra brevet som ble sendt helseministeren Bent Høie i mai 2020:

(...) I disse dagene hører vi at det er lys i tunnelen og at livet vil snart gå sakte tilbake til det «normale», men la meg si det rett ut: Jeg håper inderlig at det «normale» vi går tilbake til ikke er det «normale» vi hadde før krisen. Allerede før krisen, hadde vi varslet om at det ikke kunne fortsette med tomme løfter og intensiv barbering av helsetjenestene. Allerede før krisen, var vi pårørende og våre familier, i dyp krise. Så kom viruset, og da måtte vi kjempe for ikke å bli enda mer nedprioritert og glemt. Under krisen ble det enda verre, så snart vi så i en annen retning, kom det forslag om å flytte pasientene ut, stenge poster osv. «(...)

(...) «Heldigvis holder Korona-krisen på å tvinge frem mye mer enn bare en «krisesolidaritet». Koronas budskap til våre ledere er: Nå gjelder det å holde ord, ikke bare love hjelp og forbedring, men faktisk handle konkret deretter. Krisen har også avslørt hvor uforberedt vi var, med redusert sykehuskapasitet, smittevernsutstyr, og ikke minst personalmangel. I tillegg begynner vi kanskje å forstå at sparing og sammenslåing nå kan koste mye mer senere. Vi trenger også et helt annet tempo i samfunnet, hastverk er lastverk. Vil krisen tvinge oss til å revidere våre verdier og prioriteringer? La oss håpe det, for showet som vi hadde før krisen, must not go on. «(...)

I det jeg leser dette i dag, på slutten av vår andre COVID-sommer, kan jeg ikke la være å sukke dypt. Lys i enden av tunnelen har vi ikke sett mye av, og disse 2 årene har vært en lang kamp for oss pårørende. Situasjonen er ikke blitt bedre verken for oss eller for pasientene innen psykisk helse. Jeg smiler også litt. Pandemien er ikke over, og likevel er tidligere forhold på vei tilbake. Det vil ikke ta lang tid før cruiseskipene er tilbake i havnen og forurenser luften vår. Det er allerede bilkøer inn og ut av byen i rushtiden. Når skal vi mennesker lære av våre feil?

Vi må også innse at det var feil å skrive om krisesolidaritet. Dessverre. Mange er glemt under pandemien, og mye er gått tapt. Det ble ikke gitt nok støtte, fort nok, og nå er det for sent. Butikken er stengt, virksomheten lagt ned, og de ansatte flyttet vekk.

Ja, det har vært tøffe år for alle, og spesielt for pårørende, men vi kan ikke la det triste og det tøffe stoppe oss. Vi må stå på og fortsette arbeidet. Nå er det høst igjen, LPP har ikke holdt sitt årsmøte ennå. Pandemien har utsatt det til oktober.

I år blir det ekstra stas rundt årsmøtet vårt med LPP 25 års-jubileum. Jeg gleder meg til å se alle og til jubileumsfest. Sist, men ikke minst er det helt fantastisk å bli invitert til Bodø. Det er virkelig mye å se frem til.

Christine Lingjærde
landsstyreleder

Fra vår nettside



Pårørendesenteret
LPP Vestfold og Telemark



Åpning av nytt pårørendesenter, Pivete, i Porsgrunn

LPP Vestfold og LPP Telemark slo seg sammen høsten 2020, og har hatt en pangstart på samarbeidet med åpning av et nytt LPP pårørendesenter.

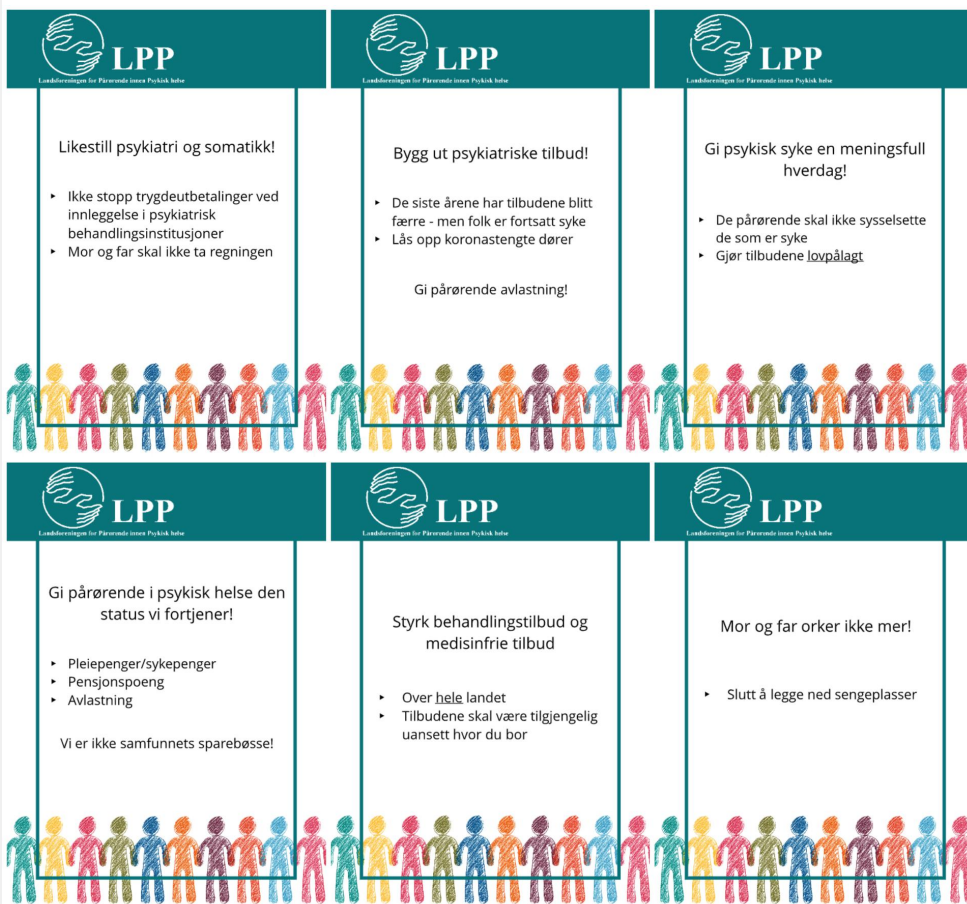
Pårørendesenteret tilbyr samtaler, selvhjelpsgrupper, kurs/opplæring og en arena hvor pårørende kan treffe likepersoner som forstår utfordringene en står i til daglig. I tillegg jobber Pivete også mot kommuner og helseforetak i fylket for å ytre pårørendes rettigheter og tilby ansatte veiledning i det å møte pårørende. Pivete har lokaler i Porsgrunn, og tilbyr sine tjenester i hele Vestfold og Telemark fylke. Mer informasjon finner du på nettsiden deres.

26. august var sekretariatet v/Linda og Anne-Sophie til stede på storåpning av Pivete. De to unge, dynamiske ordførerne i Skien og Porsgrunn, hhv. Hedda Foss Five og Robin Kåss, holdt taler og sto for den offisielle snorklippingen. I tillegg var det taler fra helseforetak og fremtidige samarbeidspartnere/brukere, omvisning, bevertning og vakker sang og musikk.

Det var folksomt på åpningen og det kom tydelig frem fra alle talere at Pivete ønskes hjertelig velkommen i fylket.

www.pivete.no

6 krav fra pårørende til våre folkevalgte



LPP sendte 11 august følgende pressemelding til helse-og sosialkomiteen, og media:

Landsforeningen for Pårørende innen Psykisk helse har seks krav til årets stortingsvalg. Vi er ikke urimelige og har heller ikke funnet på noe nytt.

Det er på tide at våre folkevalgte lytter til oss og gir oss pårørende den anerkjennelse vi fortjener. Likestill psykiatri og somatikk: NAV stopper utbetalingen til psykisk syke som er innlagt; brenner du foten mister du ingenting. Mennesker med psykisk sykdom blir ikke bedre og kommer seg ikke tilbake i arbeid når livsgrunnlaget blir borte.

Meningsfull hverdag er en menneskerett, mennesker med psykisk sykdom har få lovpålagte tilbud og de tilbudene som finnes gis ikke over hele landet.

Kjære politikere, dette er ikke store eller vanskelige krav, men rette og rimelige krav som gir tilbake mer enn de koster. LPP gir dere oppskriften, spørsmålet er: vil dere satse på vår oppskrift?

Kontaktpersoner:

Landsstyreleder Christine Lingjærde, tlf. 91 63 39 68

Nestleder i LPPs landsstyre Carl Fredrik Aas, tlf. 91 18 78 47

Pr 2. september har vi fått svar fra Senterpartiet, Sosialistisk Venstre og Fremskrittspartiet. Les disse på vår nettside her:

[Krav fra pårørende til våre folkevalgte](#)



Fra lokallagene

Lpp Bærum

Dagsseminar

LPP Bærum ser fram til dagsseminaret for pårørende som arrangeres 25. september 2021 på Holmen fjordhotell i Asker. Dagsseminaret er et samarbeid mellom LPP Asker, LPP Bærum og LPP Buskerud. Vi har gode erfaringer med denne typen seminarer og det er tredje året på rad vi samles til dagsseminar på Holmen fjordhotell. *Angst, panikkangst og alvorlig depresjon som rammer personer med alvorlig psykisk sykdom* blir hovedtemaet denne gang. Angst i forbindelse med Psykose og schizofreni vil bli spesielt omtalt. Psykologspesialist Jon Magnus Wærstad vil holde hovedforedraget. Og ikke minst ser vi fram til at Esben Jaer vil holde et innlegg om sine brukererfaringer. Han bla vil fortelle om sitt valg av strategier for å meste utfordringene. Gruppe arbeid står også på programmet. Vi setter pris på at mange LPP medlemmer har meldt seg på og at seminaret ble fort ble fulltegnet. Mer enn 60 personer er påmeldt.

Schizofrenidagene

Schizofrenidagene arrangeres i år 3. og 17. november 2021 på Bærum sykehus. Møtene er gratis og åpne for alle. De arrangeres av LPP Bærum i samarbeid med Vestre Viken HF på kveldstid. Vi gjennom mange år erfart at det er stort behov for å vite mer om schizofreni /psykose blant både pårørende og helsepersonell - og de siste årene vi hatt ca. 80 deltagere begge dagene.

Samtalegruppe

Vi starter opp samtalegruppen høsten 2021 - etter ett års Corona-pause. Til nå har det vært stor interesse for å delta i denne gruppen, som har profesjonell gruppeleder. Vi vurderer å starte flere grupper neste år.

Med vennlig hilsen

Anne Helene Lindseth
For styret i LPP Bærum

Lpp Trøndelag

Det har vært relativt stille på møtefronten det siste året, men nå er vi i gang med en del aktiviteter for høsten. Vi er i gang med våre månedlige café-treff som foregår i Trondheim. Vi har dessverre ikke hatt et fast lokale, men prøvd å skaffe oss gratis lokale mot at vi kjøper kaffe mm til de som møter opp. Nå har vi startet opp på Egon Søndre der vi får et eget uforstyrret lokale. Alle medlemmer er hjertelig velkomne dit, for en hyggelig prat og utveksling av erfaringer. LPP er med å etablerer treffsted på Steinkjer sammen med pårørendeorganisasjonen Ivareta, som tenkes å starte opp i september. Vi er i kontakt med kommunen som vil skaffe oss et møtested. Dette er et positivt tiltak for medlemmer nord i fylket. Vi prøver også ut et nytt tilbud til våre medlemmer, et gruppetilbud ledet av en fysioterapeut, som skal gi avspenning, litt trening og samtale mellom deltakerne. Dette startet opp i slutten av august i Trondheim og skal gå over 8 uker i høst. Bli det vellykket, er det mulig vi starter opp en gruppe på nyåret også. Dette er gratis for medlemmene.

Til FFO's årsmøte 2021 foreslo LPP at pårørendearbeid burde være et fokusområde. Dette ble vedtatt, og en har startet å arbeide med pårørendearbeid i kommunene. LPP er med i ei arbeidsgruppe sammen med repr. fra FFO og statsforvalteren, som er i gang med planlegging av webinar(er) for kommunalt ansatte i Trøndelag om pårørendes situasjon, behov og rettigheter. Dette ser vi fram til og håper at det skal komme våre medlemmer til gode på sikt.

Vi ønsker dere alle en fin høst - og håper at våre medlemstilbud kan gjøre hverdagen bedre for dere. Gi oss gjerne tilbakemeldinger

Beste hilsen fra styret, v/ Turid Eian

Lpp Ålesund, Søre Sunnmøre og Kristiansund

Lokallagene i Kristiansund, Søre Sunnmøre og Ålesund og omegn har gått sammen om arrangere seminarweekend 17. og 18. september i Ålesund. Dette for å gi våre medlemmer fellesskap og påfyll til å stå i rollen som pårørende.

Vi får besøk av professor, psykiater og overlege Arne Vaaler som vil snakke om alvorlige psykiske lidelser og hvordan ny lov om psykisk helsevern fra 2017 påvirker pårørende sin situasjon. Arne Vaaler er ansatt ved akutt psykiatrisk avdeling ved St. Olav hospital. Han er blant annet kjent for sin kritiske holdning til antidepressiva og bivirkninger av disse. Da Vaaler besøkte Ålesund i januar 2020 tok nesten 100 personer veien for å høre han dele av sine erfaringer, og vi er svært glad for at han kommer tilbake og vil tilbringe denne helgen sammen med oss.

Vi gleder oss veldig til å møtes og dele så vi håper så mange som mulig har anledning til å være sammen med oss denne helgen på Quality Hotell i Ålesund.

Ta snarest kontakt med lokallaget ditt for påmelding ved interesse. Frist 10. sept.

Mvh.
Arild Kvamme
Lokallagsleder
LPP Ålesund og omegn

Lpp Bergen og omegn

I Bergen har sommeren 2021 vært utrolig solrik, med omtrent 50% mindre nedbør enn vanlig.

Det har også vært færre utenlandske turister og flere norske besøkende. For pårørende, en sommer som har vært vanskeligere på grunn av corona stengte tilbud i tillegg til ferie stengte tilbud og ferieavvikling på sykehus og bosteder.

Nå er høsten kommet og med den vårt årlige Solstrandseminar. Et fantastisk hotell, med SPA og strand, i vakre omgivelser.

I år var det psykolog spesialist Leif Jonny Mandelid som holdt faglig innlegg for oss. En meget interessant presentasjon om stemmehøring og behandling av det. Innlegget var så bra at vi har invitert Leif til et medlemsmøte i oktober. En oppfølging om temaet med debatt og spørsmål. Vi legger ut presentasjonen på vår side.

Vi opplevde også en magisk musikalsk stund med Svein Steindal og Tor Olav Sønnervik. De spiller gitar og synger. Det i seg selv er allerede fint, men det de synger er helt spesielt. Sanger av Leonard Cohen og Bob Dylan, mesterlig oversatt til norsk (bergensk) av Svein. Helt fantastisk!

Solstrandseminar innleder høstens program. Snart starter samtalegruppene og KafeTreff.

Vennlig hilsen
LPP Bergen

Christine Lingjærde
styreleder



Nye filmer retter mot barn/ungdom



Barn har rett på en god og trygg oppvekst.

Når forholdene ikke ligger til rette for at de nødvendigvis får det, skorter det ikke på instanser og fagpersonell som er trent til fingerspissene på hvordan de skal gjøre det beste for barnet. Men hva med de tilfellene der de voksne ikke ser behovet, eller barnet ikke er i stand til å si fra om at de trenger hjelp? Hvordan skal barna vite hvor de kan henvende seg?

Disse animasjonsfilmene «ung pårørende» er viktig for å hindre at unge pårørende selv utvikler sykdom eller uønsket adferd som følge av svikt i foresattes helsetilstand og/eller omsorgsevne.

Serien består av 4 korte animasjonsfilmer som har som mål å hjelpe barn og unge med å identifisere sine vanskelige følelser knyttet til pårørendesituasjoner, og å vise konkrete løsninger.

Filmene demonstrerer fire ulike kanaler man kan bruke for å komme i kontakt med voksne som kan hjelpe:

- Via en hjelpetelefon
- Via en chattetjeneste
- Snakke med en lærer
- Snakke med helsesykepleier

Se filmene
her



FOLLOW US



Landsforeningen for Pårørende innen Psykisk helse - Tollbugt. 8 b, 0152 Oslo, Norge

[Meld deg av](#)

Levert av Make