



LPP Nedre Glomma
Landsforeningen for pårørende innen psykisk helse

Årsberetning 2022

for LPP Nedre Glomma





Om vårt lokallag

2022 har vært et innholdsrikt år med full aktivitet i foreningen. Det har vært en stor glede å komme tilbake til normal drift og få treffe mange av medlemmene igjen etter årene med pandemi.

LPP Nedre Glomma arbeider etter de samme vedtekter og prinsipper som LPP nasjonalt. Arbeidet i lokallaget retter seg mot pårørende innen psykisk helse og rus. Vårt lokallag dekker kommunene Fredrikstad, Hvaler, Sarpsborg, Rakkestad, Halden og Aremark.

Vi er pårørende fordi noen vi er glade i har eller har hatt psykiske lidelser. Det er til stor hjelp og støtte for pårørende hvis omsorgs- og behandlingstilbud for psykisk syke er godt og velfungerende.

Vi arbeider for anerkjennelse av pårørende og etterlattes kompetanse. Pårørende er en viktig ressurs som skal bli lyttet til, tatt med på råd, samarbeidet med, og ikke minst oppleve at de selv blir ivaretatt.

Lokallaget har etter hvert opparbeidet et stort nettverk som vi samarbeider med når det gjelder pårørendesaken. Vi driver påvirkningsarbeid overfor lokale myndigheter

og aktører for at det skal utvikles og opprettes helse- og velferdstilbud samt møteplasser for pårørende og etterlatte.

I LPP Nedre Glomma er hvert enkelt medlem verdifullt for oss. Vi står skulder ved skulder og er solidariske med våre medlemmer. Vårt arbeid er rettet inn mot å beholde eksisterende medlemmer og rekruttere nye. Vi vet at myndighetene lytter til de organisasjonene som er aktive og har mange medlemmer. Vi blir sterkere når vi er mange som står sammen. Derfor er våre oppfordring til alle som er pårørende innen psykisk helse og rus, at de melder seg inn i LPP.

LPP Nedre Glomma er tilgjengelige for medlemmene både på telefon og nett. Vi har mange ulike arenaer som medlemmene kan delta på. For eksempel kafèkvelder, temakvelder, samtalegrupper, seminar, kurs, deltagelse i nasjonale markeringer osv. Vi sender ut løpende informasjon og medlemsbrev der vi orienterer om aktivitetene våre.

Medlemskontakt og informasjon

Vi har sendt ut tre medlemsbrev i 2022.

Annen informasjon har vært lagt ut på vår facebookside www.facebook.com/lppnedreglomma

Leder for lokallaget har også gjennom 2022 mottatt svært mange henvendelser på telefon og e-post fra medlemmer, andre pårørende og etterlatte. De melder inn behov for støttesamtaler, tilgang på relevant informasjon, råd og veiledning. Hovedinntrykkene er at mange pårørende er fortvilet over de utilstrekkelige eller fraværende kommunale tjenestene til pasientene.

Mange rapporterer at de opplever at spesialisthelsetjenester innen psykisk helse- og rus i for liten grad klarer å ivareta de sykeste, og at pårørende blir stående fortvilet og alene tilbake med belastningene. Det rapporteres generelt om økt belastning for den enkelte pårørende og familien. Leder har gjennom året hatt flere henvendelser med spørsmål om samarbeid med representanter for helse- og velferdstjenester, samt andre aktører og samarbeidspartnere.

Styret i LPP Nedre Glomma 2022 bestod av:

Leder: Jytte Undrum

Sekretær: Turid Berger

Kasserer: Elisabeth Jakobsen

Styremedlem: Liv Johansen

Styremedlem: Henriette Olafsen

Styremedlem: Marita Evensen

Styremedlem: Torill Fredriksen

Varamedlem: Ivar Leonard Hartviksen

Varamedlem: Gunn Lisbeth J. Hjertebråten

Styrets arbeid og aktiviteter i 2022

Årsmøtet for 2021 ble avholdt den 23. februar 2022 på Pårørendesenteret. 15 stemmeberettigede medlemmer deltok.

Styremøter

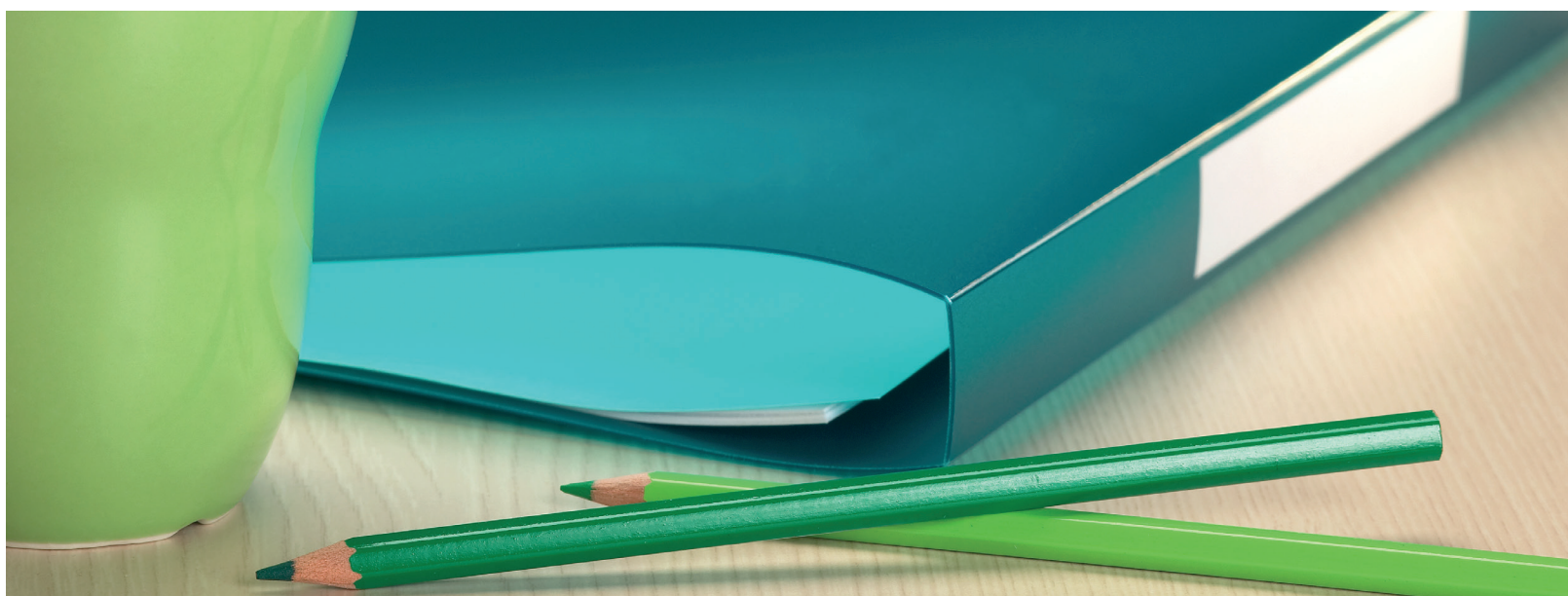
Det er avholdt 5 styremøter i 2022, derav et av dem digitalt. Styret har behandlet 19 saker. De fleste sakene har vært knyttet til planlegging av våre arrangementer og tiltak for medlemmene.

Handlingsplanen som ble vedtatt på årsmøtet 2022 er oppfylt.

LPP Nedre Glomma er en etterspurt samarbeidspartner

LPP er den eneste organisasjonen innen psykisk helse som kun har pårørende som sin målgruppe. Generelt opplever vi en stor etterspørsel etter pårørendes kompetanse og deltagelse i mange ulike fora og sammenhenger.

I 2022 har både Hvaler og Halden kontaktet oss for nærmere samarbeid.





Representasjoner og samarbeid i 2022

Spesialisthelsetjenesten Sykehuset Kalnes – psykoseseminar for pårørende

Psykiatrisk avdeling og voksenhabilitering arrangerer fysiske psykoseseminar for pårørende to ganger pr år. I 2022 ble seminarne holdt digitalt der LPP Nedre Glomma deltar og holder innlegg.

Bukerråd divisjon psykisk helse og rus, Sykehuset Østfold

Rådet som startet november 2021 gjelder for hele Østfold og erstatter de lokale DPS-rådene som nå er avviklet. Turid Berger og Ivar Hartviksen fra LPP Nedre Glomma ble ved oppstarten oppnevnt for 2 år.

Fredrikstad kommune

Vi videreførte vår samarbeidsavtale med Pårørendesenteret i 2022. Avtalen gjelder drift av pårørendekafeen, og bruk av lokalene til våre aktiviteter, samt at vi fremmer hverandres tilbud.

LPP deltar i samarbeidsmøter med pårørendesenteret sammen med andre organisasjoner om bruken av senteret og utvikling av tilbudene. Videre har LPP og Pårørendesenteret inngått et samarbeid om oppstart av samtalegrupper for pårørende med start februar 2023.

Sarpsborg kommune

Vi har et samarbeid med leder av Lærings- og mestrings-senteret om bruk av lokaler i Helsehuset. Videre har vi gjennom hele 2022 hatt regelmessige møter i en arbeidsgruppe om arrangementer for Verdensdagen for psykisk helse.

Deltagelse og utadrettet arbeid på vegne av LPP

Mye av representasjonen på LPPs vegne er oppgaver som utføres av leder og sekretær. Øvrige styremedlemmer har også deltatt og tatt ansvar i den utstrekning de har hatt mulighet for det. Det er viktig å presisere at all deltakelse og representasjon i regi av LPP har hatt et samlet og støttende styre i ryggen.

Om de ulike aktivitetene

Pårørendekafe/temakvelder

Gjennom hele 2022 har vi hatt mange flotte tema.

- Januar hadde vi ordinær pårørendekafè i Fredrikstad.
- Februar avvirket vi årsmøte med pizza og god prat.
- Mars hadde vi «Et alvorlig foredrag om glede» med Arnt Sæther fra Happiator.
- April: «Arv, testamente og fremtidsfullmakt» med advokat Ane Tømmerås fra advokathuset Justisia.
- Juni: «Tjenester og tiltak i Fredrikstad» ved brukerombud Barbro Wærnes og Fontenehuset i Fredrikstad.
- September: «Pårørende deler erfaringer med hverandre». Ivar Hartviksen innledet til samtale.
- Oktober: Verdensdagen for psykisk helse. Samarbeid med Sarpsborg kommune og andre organisasjoner. Arnt Sæther holdt et forrykende «Alvorlig foredrag om glede» for over 60 fremmøtte.
- Oktober: Hyggekveld med artisten Jonas Groht i Sarpsborg.
- Desember: Julerevy og buffet på Værk i Gamlebyen.

Kurs

Skrivekurs for pårørende med forfatter Unni Ranheim 22. - 23. april. 10 deltagere

Internasjonal Overdosedag 31. august med markering i Fredrikstad

Dagen markeres for å minnes de etterlatte og forebygge flere overdosedødsfall, samt spre opplysninger om arbeidet. På Overdosedagen 2022 deltok LPP både i forberedelse og planlegging av arrangementet samt på markeringen på Torvet i Fredrikstad. Markeringen var flott og det var svært mange som deltok. Avslutningen på arrangementet var rørende og verdig der røde roser ble lagt på elven til minne om de som døde.

20 års jubileum på Varmestua i Fredrikstad 6. september

Blå Kors har drevet varmetua i Fredrikstad i 20 år. Dette ble markert den 6. september. LPP var invitert til markeringen sammen med mange andre gjester: politikere, næringsliv, foreninger og andre samarbeidspartnere. Vi fikk omvisning og fikk se en film der både gjester, ansatte og tidgivere ble intervjuet. LPP over-

rakte flere flotte, store grønne planter i potte, noe som var et av ønskene fra Varmestua.

Verdensdagen for psykisk helse 10. oktober i Sarpsborg

Verdensdagen ble markert i Sarpsborg som et samarbeidsprosjekt mellom LPP, Sarpsborg kommune, Lærings- og mestringssenteret, Frivillighetssentralen, Kirken, KORP, Mental helse med flere. LPP Nedre Glomma sto som arrangør for hovedarrangementet som ble avholdt på Folkets bar i Sarpsborg med over 60 fremmøtte.

Psykoseseminar for pårørende på Kalnes

De to årlige seminarene i regi av TIPS- teamet Sykehuset Østfold foregår vanligvis i sykehuset lokaler. I 2022 ble disse seminarene avholdt digitalt den 25. april og 7. november. LPP Nedre Glomma ved Jytte deltok som vanlig, og fortalte om vår forening for pårørende.

Ny lokallagsbrosjyre for LPP Nedre Glomma i 2022

Over tid har det vært fremmet ønske om ny lokallagsbrosjyre for LPP Nedre Glomma for å få et mer moderne og tiltalende uttrykk. Det har vært en prosess for å få den ferdig, både tekst og bilde/tegning. Vi har innhentet profesjonell bistand fra Lykketegning som utarbeidet flere utkast til tegning på brosjyren. Vi har kjøpt rettighetene til tegningen, og den er altså vår egen. Teksten har vi stått for selv.





Medlemsantallet

LPP Nedre Glomma opplever fortsatt øking i medlems-tallet. Pr 31.12. 2022 var det 120 medlemmer. Vi arbeider kontinuerlig for å rekruttere nye og beholde eksisterende medlemmer.

Økonomi

LPP Nedre Glomma har en god økonomi, med fornuftig forvaltning og bruk av midler. I 2022 har aktivitetsnivået vært ganske høyt, men vi har holdt oss innenfor rammene av budsjettet.

For driftsåret 2022 mottok vi ca kr. 65.000 fra Sykehuset Østfold (siste år med tilskudd fra Sykehuset Østfold), og kr. 80.000 fra Fredrikstad kommune. Midlene er brukt i samsvar med retningslinjene for tildeling. Vi har i 2022 byttet bank fra DNB til Sparebank1 Østfold/Akershus.

LPP Fylkesstyret i Østfold

Fylkesstyret består av ledere for de 3 lokallagene i Østfold; Moss, Indre og Nedre Glomma. Det er for tiden leder for Moss LPP som er leder for Fylkesstyret. Hovedformålet er samarbeid om å søke midler, samt fordeling av dem.

Sykehuset Østfold har gjennom flere år bevilget 100.000.- årlig som har vært fordelt på de 3 lokallagene.

Dessverre har Sykehuset valgt å fjerne denne tilskuddsordningen slik at tilskuddet for driftsåret 2022 var det siste vi mottok.

Fylkesstyret har ikke hatt noen møter i 2022.

Annen deltagelse

Jytte Undrum

- **13. januar**
Dialogmøte med Fredrikstad kommune om Frivillighetens år 2022
- **31. august**
Deltakelse på Markering av Overdosedagen Fredrikstad.
- **6. september**
Deltakelse 20 års jubileum Varmestua Fredrikstad.
- Innlegg i Fredrikstad Blad vedrørende rådmannens kuttliste som rammer frivilligheten.
- **Hele 2022 og fortsatt:** Oppdrag på vegne av LPP nasjonalt. Arbeidsgruppe i Helsedirektoratet. Revidering av veilederen «Sammen om mestring».
- **Mars og september.** Innlegg om pårørende på kurs i helsepedagogikk på Sykehuset Østfold.
- Innlegg om LPP på psykoseseминаr Sykehuset Østfold i april og november.
- **19. november**
Lillestrøm: Innlegg om pårørende på nasjonalt seminar for Foreningen for slagrammede.
- **8. november**
Innlegg på samtalegruppe i Halden kommune.
- **21. november**
Innlegg om pårørende for behandlere på DPS poliklinikk Halden.
- **23. november**
Innlegg om LPP på samtalegruppe på Senter for Rehabilitering på Valaskjold.
- **Gjennom hele året**
- Samarbeidsmøter og samhandlingsmøter med Pårørendesenteret gjennom hele året
- Samarbeidsmøter med Lærings- og mestrings-senteret i Sarpsborg gjennom hele året
- Arbeidsgruppe Overdosedagen Fredrikstad, jevnlig møter perioden april - august
- Arbeidsgruppemøter vedrørende Verdensdagen for psykisk helse Sarpsborg i perioden mars - november
- Arbeidsgruppe ny brosjyre 21. mars og 12. september samt elektroniske møter etc.

Turid Berger

- **13. januar**
Dialogmøte med Fredrikstad kommune om Frivillighetens år 2022
- **7. februar**
Samarbeidsmøte med Pårørendesenteret Fredrikstad.
- **1. mars, 18. mai, 28. september og 7. desember**
Brukerrepresentant i Brukerråd divisjon psykisk helse og rus, Sykehuset Kalnes.

- **15. mars**
Samarbeidsmøte med Lærings- og mestrings-senteret Sarpsborg.
- Arbeidsgruppe ny brosjyre 21. mars og 12. september samt elektroniske møter.
- **31. august**
Deltakelse Markering av Overdosedagen.
- **6. september**
Deltakelse 20 års jubileum Varmestua Fredrikstad.
- **10. oktober**
Deltakelse Verdensdagen for psykisk helse.

Elisabeth Jakobsen

- Er kasserer og holder regnskapet à jour
- Grafisk utforming av årsberetning, medlemsbrev, invitasjoner, ny brosjyre etc.
- Arbeidsgruppe ny brosjyre 21. mars og 12. september samt elektronisk kommunikasjon.

Torill Fredriksen

- **15. mars**
Samarbeidsmøte med Lærings- og mestrings-senteret Sarpsborg.

Ivar Leonard Hartviksen

- **1. mars, 18. mai, 28. september og 7. desember**
Brukerråd divisjon psykisk helse og rus, Sykehuset Kalnes.
- **31. august**
Deltakelse på Markering av Overdosedagen Fredrikstad.

Styremedlemmer og medlemmer som hjelper til

Når det gjelder Pårørendekafeen har vi hatt noen ressurspersoner som har stilt opp, kokt kaffe, pratet og ryddet. Dette er arbeid av stor betydning for alle, og vi er svært takknemlige for innsatsen.

Medlemskap i paraplyorganisasjonene FFO og FUNKIS

LPP Nedre Glomma er medlem av Funksjonshemmedes Felles Organisasjon (FFO) og Funksjonshemmedes Studieforbund (FUNKIS).

Vi mottar post og invitasjoner fra ovennevnte organisasjoner.

Oppsummering

LPP Nedre Glomma er det største lokallaget i Østfold og dekker seks kommuner.

Vi er en robust, synlig og profesjonell pårørendeorganisasjon med ambisiøse og realistiske mål og ambisjoner. Vi vokser og er en etterspurt samarbeidspartner.

Årlig legges det ned en betydelig arbeidsinnsats gjennom deltakelse på ulike arenaer for medlemmene våre

Styret har bestått av 7 medlemmer samt 2 varamedlemmer.

Styret LPP Nedre Glomma

Jytte Undrum
sign

Turid Berger
sign

Henriette Olafsen
sign

Elisabeth Jakobsen
sign

Torill Fredriksen
sign

Liv Johansen
sign

Marita Evensen
sign

Lokallagsleder Jytte Undrum

Telefon 414 15 057

E-post: jytteu@online.no

Nettside: <http://www.lpp.no/nedre-glomma>

Besøk oss på Facebook

LPPs vedtekter

<http://www.lpp.no/om-lpp/vedtekter/>



LPP Nedre Glomma
Landsforeningen for pårørende innen psykisk helse