



LPP

Pårørende innen Psykisk helse

2025 - 2035

Strategisk handlingsplan

Pårørende skal leve gode liv - tross alt!



Strategisk handlingsplan 2025– 2035

LPP – Landsforeningen for Pårørende innen Psykisk helse

LPP er en landsomfattende medlemsorganisasjon for pårørende og etterlatte innen psykisk helse og ROP-lidelser.

Pårørende skal bli spurt og oppleve å bli hørt. Derfor arbeider vi for å vise at pårørende er en ressurs og en del av løsningen for den som er syk, og at deres erfaringer skal bli tatt på alvor av helsevesenet og kommunene.

LPP er en pådriver for å styrke tilbudet innen psykisk helsevern ved en bedret kommunikasjon mellom brukere, pårørende, behandlere og myndigheter. Som medlem får du muligheten til å påvirke og bedre situasjonen både for de pårørende og de som sliter med psykiske lidelser. Organisasjonen er partipolitisk uavhengig og livssynsnøytral.

Denne strategiske handlingsplanen skal bidra til å forsterke vårt arbeid, nå flere pårørende og styrke vår posisjon i det politiske landskap.

Landsstyret legger frem en toårig handlingsplan til hvert landsmøte, basert på den strategiske handlingsplanen.

Visjon

Pårørende skal leve gode liv – tross alt

Misjon

Til stede med vår erfaring og kompetanse

Verdier

Verdighet: Et samfunn kjennetegnes av hvordan de behandler sine svakeste.

Omsorg: Både for de psykisk syke og deres pårørende.

Løsninger: Lokalt og sentralt.

LPPs hovedmål

LPP skal være et fristed for pårørende og innen 2035 skal LPP være en stor, synlig og slagkraftig organisasjon med politisk innflytelse, være kjent i alle relevante miljøer og blant alle pårørende og etterlatte innen psykisk helse og rus.

Vi skal ha **10 000 medlemmer**, med en økning på andel yngre pårørende.

Innsatsområder LPP skal styrke og jobbe med for å nå målene:

- Organisasjon og økonomi, s. 3
- Politikk og påvirkning, s. 4 - 5
- Medlemskap og fellesskap, s. 6
- Aktivitet, s. 7
- Synlighet og kommunikasjon, s. 8 - 9
- Frivillighet og tillitsvalgte, s. 10

Oppfølging og evaluering s. 11 - 12

Innsatsområde 1: Organisasjon og økonomi

Hovedmål: Bærekraft og organisasjonsutvikling

LPP skal styrke organisasjonen i alle ledd, både organisatorisk og økonomisk, for å møte framtidens behov og ambisjoner.

Område	Tiltak	Beskrivelse	Tidsramme	Ansvarlig
Organisasjons utvikling	Flere kontaktpunkter mellom sentralledd og lokallag	Regelmessige digitale møter og årlige fysiske samlinger	2025–2032	Sekretariatet og landsstyret med lokallag
	Kurs i styrearbeid, økonomi og søknadsskriving	Tilbud til alle tillitsvalgte, også digitalt	2026–2032	Sekretariatet / Ekstern partner
	Oppfordre lokallag til å delta i råd og utvalg	Økt påvirkning lokalt – støtte til verv	Kontinuerlig	Lokallag / Landsstyret
	Spørreundersøkelser til medlemmer og lokallag	En kvalitets sikring for læring, justering og forbedring underveis	Kontinuerlig	Sekretariat Landsstyre
Samarbeid	Styrke samarbeid med relevante organisasjoner	Utvikle strategiske partnerskap (eks. Mental Helse, Rådet for psykisk helse)	2025–2035	Landsstyret Sekretariat.
Ressurser og bemanning	Styrke sekretariatet med fagkunnskap	Ansette relevant kompetanse innen organisasjonens arbeid	2025–2027	Landsstyret med daglig leder
Økonomi og finansiering	Opprette ulike former for fundraising	Innsamlingsaksjon, gaver, Nettbutikk, månedsgivere, m.m	2025–2035	Sekretariat med landsstyret
	Mere prosjektbasert arbeid	Søke prosjektmidler til utviklingsarbeid	Kontinuerlig	Sekretariatet
Tilbud og tilstedeværelse	Være en aktiv pådriver for egne eller kommunale pårørendesentre	Styrke arbeidet med likepersonstøtte og systemnivåpåvirkning	2025–2035	Sekretariatet og Lokallag

Oppsummering

LPP skal være en organisasjon med solid forankring, høy faglig kompetanse og bærekraftig økonomi. Vi vil utvikle våre strukturer, styrke lokallagene og øke kapasiteten både sentralt og regionalt. Ved å bygge sterke relasjoner, satse på fundraising og å være med på å utvikle pårørendesentre, skal vi bli bedre rustet til å møte pårørendes behov i årene som kommer.

Innsatsområde 2: Politikk og påvirkning

Hovedmål: Politisk innflytelse

LPP skal være en tydelig premissleverandør for styrking av de psykiske helse- og ROP-tjenestene både på spesialist- og kommunenivå.

Område	Tiltak	Beskrivelse	Tidsramme	Ansvarlig
Plattform og posisjon	Utarbeide politisk plattform	Samlet dokument som beskriver LPPs standpunkt	2027	Landsstyret og arbeidsgruppe fra lokallag.
Påvirkningsarbeid	Være en stemme for pårørende mot myndigheter, kommuner og helseforetak	Aktiv dialog, møter, innspill og samarbeid	Kontinuerlig	Sekretariatet / Landsstyret og lokallag
	Fremme saker som er viktige for god avlastning for pårørende. God behandling, bolig og en meningsfull hverdag for de psyke.	Aktiv dialog, møter, innspill og samarbeid	Kontinuerlig	Landsstyret og lokallag
	Skrive og levere høringssvar	Profesjonelle, tydelige innspill i alle relevante høringer	Kontinuerlig	Landsstyret med sekretariatet
	Delta aktivt i valgkamper	Kampanjer og tilstedeværelse lokalt og nasjonalt	2025, 2027, 2029, 2031	Sekretariat Landsstyret/ Lokallag
Systempåvirkning	Jobbe for «Pårørendeavtale» i tjenestene,	LPP fremmer en modellavtale for pårørendes rett til informasjon og medvirkning	2028	Landsstyret arbeidsutvalg
	Være en stemme for de stemmeløse, de vi er pårørende til.	Fremme viktige saker politisk og lokalt	Kontinuerlig	Landsstyret og lokallag
	Jobbe for å implementere Pårørendeveilederen, pårørendestrategier og nasjonale faglige råd for medvirkning	Følge med og følge opp alle nye strategier og faglige råd som foreligger.	Kontinuerlig	Landsstyret og lokallag

Trygghet og rettsvern	Kreve bedre ivaretagelse ved vold/trusler i nære relasjoner	Politisk press og allianser for å styrke støtteapparatet for pårørende	2025–2035	LPP i samarbeid med relevante aktører
------------------------------	---	--	-----------	---------------------------------------

Oppsummering:

LPP skal være en synlig og slagkraftig stemme for pårørende i psykisk helse og rus. Vi skal sette dagsorden, forme politikk og stille krav til tjenestene. Gjennom en tydelig politisk plattform, aktiv deltagelse i demokratiet og konkrete krav om bedre rettigheter, vil vi bidra til varig endring for pårørende.

Innsatsområde 3: Medlemskap og fellesskap

Hovedmål: Vekst og synlighet

LPP skal tilby relevante tilbud og et inkluderende fellesskap for alle pårørende uansett alder, livssituasjon, bakgrunn og språk. Vi skal nå bredere ut, og styrke rekruttering, tilhørighet og engasjement i medlemsmassen.

Område	Tiltak	Beskrivelse	Tidsramme	Ansvarlig
Mangfold og bredde	Øke bredden i medlemsmassen	Aktiv innsats for å inkludere unge, flerspråklige og pårørende med ulik livssituasjon	Kontinuerlig	Sekretariatet / Lokallag
	Etablere flere lokallag	Dette vil gjøre våre tilbud nært for flere pårørende	kontinuerlig	Sekretariat, lokallag og landsstyre
Oppfølging	Rutiner for medlemskontakt	Jevnlig kommunikasjon og velkomst-/oppfølgingssystemer	2025–2027	Sekretariatet
Rekruttering	Utvikle rekruterings strategi	Utvikle en samlet plan for hvordan vi tiltrekker og beholder medlemmer.	2025–2026	Sekretariatet Landsstyret
	Synliggjøre medlemsfordeler	Klart og enkelt budskap om hva man får som medlem	Kontinuerlig	Sekretariatet
	Forenkle innmelding	Digital løsning med lav terskel og støtte for flerspråklighet	2025	Sekretariatet
Tilbud for unge	Etablere <i>LPP Ung</i> (15–35 år)	Bygge et fellesskap og tilbud spesielt for unge pårørende og etterlatte	2027–2028	Egen arbeidsgruppe / Unge medlemmer

Oppsummering:

LPP skal være et sted der alle pårørende kan finne støtte, fellesskap og mening. Med utgangspunkt i likepersonsprinsippet og med stor vekt på tilgjengelighet og mangfold, skal vi styrke vår medlemsmasse og skape en organisasjon der alle pårørende, uavhengig av alder, bakgrunn eller erfaring, føler seg hjemme.

Innsatsområde 4: Aktivitet

Hovedmål: Styrket tilbud til medlemmer og pårørende

LPP skal være en støtte, en kunnskapsressurs og et fristed for pårørende og etterlatte med meningsfulle, varierte og tilgjengelige aktiviteter, både fysisk og digitalt. Dette ved å styrke lokallagene med verktøy og kompetanse.

Nivå	Tiltak	Beskrivelse	Tidsramme	Ansvarlig
Lokalt	Årlig arrangement under Pårørendeuka	Synliggjøre pårørendes situasjon og samle lokalsamfunn	Årlig	Lokallag
	Videreføre og utvikle nye aktiviteter	Likepersonssamtaler, Selvhjelps- og samtalegrupper, Pårørendetreff, Møteplass og temakvelder, m.m	Kontinuerlig	Lokallag og frivillige
Nasjonalt	Nasjonal markering av Pårørendeuka	Arrangere felles nasjonalt arrangement med medieoppmerksomhet	Årlig	Sekretariatet
	Gjenkjennelige tilbud i hele landet	Sikre at tjenester som Rådgivningstelefon, MØTEPLASS og mestringskurs fremstår enhetlig og gjenkjennelig	2025–2027	Sekretariatet
Digitalt	Utvikle nye digitale tilbud	Webinarer, temakvelder og mestringskurs – lavterskel og tilgjengelig	2025–2030	Landsstyret, sekretariat
Kompetanse	Kurs og opplæring	Tilby kompetanseheving i likepersonsarbeid, Pårørende medvirkning og organisasjonsarbeid	Kontinuerlig	Landsstyret/ Eksterne

Oppsummering:

LPP skal være en trygg arena og en tilgjengelig ressurs for pårørende og etterlatte uansett hvor de bor, hvor gamle de er, og hva slags erfaring de har. Med både nasjonale og lokale tiltak skal vi skape gjenkjennbare, relevante og mangfoldige aktiviteter. Ved å satse på digital utvikling og kvalitet i vårt likepersonsarbeid, styrker vi både fellesskap og mestring.

Innsatsområde 5: Synlighet og kommunikasjon

Hovedmål: LPP skal være en tydelig stemme for pårørende i samfunnsdebatten

Vi skal nå ut til pårørende, helsevesen og beslutningstakere med tydelige budskap. Gjennom en gjenkjennelig visuell og språklig profil skal vi styrke LPPs tilstedeværelse, bygge tillit og bidra til økt forståelse for pårørendes situasjon og behov. Kommunikasjonen vår skal være målrettet, profesjonell og forankret i pårørendes erfaringer.

Område	Tiltak	Beskrivelse	Tidsramme	Ansvarlig
Strategi og verktøy	Videreutvikle kommunikasjons-strategien	Internt styringsdokument og praktisk veileder for ansatte og frivillige	2026	Sekretariatet Landsstyret
Informasjon og budskap	Spre kunnskap og informasjon	Rettigheter, tilbud og hvordan navigere i systemene	Kontinuerlig	Sekretariatet / Lokallag
	Aktiv medieprofil	Økt tilstedeværelse i debatter og nyhetsbilde	2025–2035	Kommunikasjons ansvarlig (leder, politisk nestleder)
Digitale kanaler	Være synlig i sosiale medier	Planlagt og målrettet tilstedeværelse på relevante plattformer	Kontinuerlig	Landsstyret, lokallag, sekretariat
Merkevare og profil	Fortsette merkevarebygging	Felles visuelle identitet, språk og navn (eks. Pårørendetreff, Møteplass)	2025–2027	Sekretariat og eksterne
Intern kommunikasjon	Samkjøre kommunikasjonen internt	Felles språk og forståelse i hele organisasjonen	2025–2026	Sekretariatet Landsstyret
Målgruppe-tilpasning	Tilpasse kommunikasjon til ulike målgrupper	Unge, etterlatte, pårørende i flerspråklige og ulike livssituasjoner	Kontinuerlig	Kommunikasjons ansvarlig

Oppsummering:

LPP skal være en synlig, tydelig og troverdig stemme i samfunnsdebatten. Med en enhetlig visuell identitet, godt språk og tydelig profil skal vi nå ut til både pårørende, myndigheter og helsevesen. Vi skal snakke med én stemme i tråd med våre verdier, og med tilpasset formidling i digitale kanaler.

Innsatsområde 6: Frivillighet og tillitsvalgte

Hovedmål: En sterk frivillig organisasjon

LPP skal være en attraktiv og inkluderende organisasjon for frivillige og tillitsvalgte. Våre frivillige skal ha støtte, opplæring og verktøyene de trenger for å kunne bidra til LPPs målsetning på en meningsfull og bærekraftig måte.

Område	Tiltak	Beskrivelse	Tidsramme	Ansvarlig
Frivillige i lokallag	Bidra til og oppmuntre frivillig innsats	Lære opp frivillige til å gjennomføre pårørendeaktiviteter og ivareta deltakere	Kontinuerlig	Lokallag/ sekretariat
Rekruttering	Aktiv innsats for å få flere frivillige	Senke terskelen for deltakelse med konkrete oppgaver og gode introduksjoner	2025–2035	Sekretariatet/ Lokallag
Ivaretagelse	Tilby støtte og felles møteplasser	Individuell veiledning og felles erfaringsutveksling	Kontinuerlig	Sekretariatet
Kompetanse	Kurs og opplæring for frivillige og tillitsvalgte	Opplæring i likepersonsarbeid, medvirkning, styrearbeid, kommunikasjon mm.	Årlig	Sekretariat og landsstyre
Nettverk	Arenaer for erfaringsdeling	Nasjonale og regionale samlinger, digitale nettverksmøter	2025–2030	Landsstyret Sekretariatet
Ressursstøtte	Tilgang til materiell og maler	Gi lokallag tilgang til felles verktøy: maler, infoskriv, sjekklister mm.	Kontinuerlig	Sekretariatet

Oppsummering:

LPP skal bygge sin organisasjon på frivillighet og tillit. Vi skal gjøre det enkelt, trygt og meningsfullt å være frivillig og gi tillitsvalgte opplæringen og verktøyene de trenger for å lykkes. Gjennom støtte, kompetanseheving og felleskap skal vi utvikle en bærekraftig frivillig struktur som skaper ringvirkninger for pårørende i hele landet.

Oppfølging og evaluering

For at LPP skal lykkes med å nå sine mål i perioden 2025–2035, er det avgjørende med systematisk oppfølging og evaluering av den strategiske handlingsplanen. Dette handler ikke bare om kontroll, men om **læring, justering og forbedring** underveis. En god oppfølgingskultur sikrer forankring, eierskap og fleksibilitet både i lokallag, styret og administrasjonen.

Oppfølging og evaluering er avgjørende for at strategien skal være et levende verktøy. Ved å måle fremdrift jevnlig, evaluere underveis og lytte til våre medlemmer, sikrer vi at LPP fortsetter å utvikle seg i riktig retning og at vi når våre mål med styrke, troverdighet og kvalitet.

1. Halvårlig statusrapportering med gjennomgang av måloppnåelse

Hva:

To ganger i året skal landsstyret vurderer fremdriften for de strategiske målene og tiltakene.

Hvorfor:

- Gir løpende oversikt over hva som fungerer og hva som ikke gjør det
- Synliggjør fremdrift og skaper ansvarlighet
- Gir styret og lokallag et konkret verktøy til å følge egne tiltak
- Bidrar til tidlig identifisering av utfordringer og behov for justeringer

2. Midtveisevaluering i 2030

Hva:

En større gjennomgang og evaluering av hele strategien etter fem år, med mulighet for justering av mål, prioriteringer og tiltak for perioden 2030–2035. gjennomføres som en kombinasjon av intern gjennomgang i landsstyret og samtaler/ digitale innhentingsverktøy mot lokallag

Hvorfor:

- Sikrer at LPP fortsatt arbeider målrettet og relevant i siste del av planperioden

3. Brukerundersøkelser og medlemsdialog som del av evaluering

Hva:

Systematisk innhenting av erfaringer og tilbakemeldinger fra medlemmer og brukere digitalt.

Jobbe med SWAT analyse for å identifisere utfordringer og styrker i organisasjonen.

Hvorfor:

- Gir verdifull innsikt i hva som faktisk virker for medlemmene
- Sikrer at utviklingen er forankret i pårørendes behov
- Bidrar til medvirkning i organisasjonen
- Øker engasjement blant medlemmer og frivillige