



Årsrapport

- 2016 -



SAGATUN
BRUKERSTYRT SENTER

Årsrapport 2016

Sagatun Brukerstyrt Senter er et knutepunkt for recovery og jobber både på lokalt, regionalt og nasjonalt nivå. Aktivitet, mestring og sosialt fellesskap står i fokus på Sagatun. Vi er til for mennesker med ulike livsutfordringer som ønsker å jobbe sammen med andre, for å styrke sin psykiske helse og få en bedre hverdag. Tilbudet er rusfritt.

Sagatun kan se tilbake på et år med mange aktiviteter, mye besøk på huset og stor grad av utadrettet virksomhet. Et hovedsatsingsområde for Sagatun i 2016 har vært recovery, der vi har jobbet med begrepets innhold og forståelse, sett fra et brukerperspektiv. Sagatun har ellers drevet omfattende kurs og informasjonsvirksomhet.

Vi jobber sammen med brukerorganisasjonene og alle andre som er opptatt av menneskerettigheter og pasientrettigheter, lokalbaserte tilbud, sosial inkludering og medvirkning. Sagatun har stor etterspørsel etter senterets kompetanse på brukermedvirkning, brukerstyring, recovery (bedring) og empowerment (selvstyrking). I 2016 har vi bidratt med veiledning og kompetanse til organisasjoner og fagmiljøer som ønsker å starte brukerstyrte tiltak, og til eksisterende tiltak som trenger inspirasjon for å komme videre. I tillegg har vi bidratt med kompetanse til flere dagsenter som ønsker en tilnærming medmerfokuspåbrukermedvirkning,aktivitetogmestring.

Målsetting og visjon

Visjon:

Drømmenes hus - Vi bygger hverandre i fellesskap.

Verdier:

Likeverd, åpenhet, medmenneskelighet. Verdien er bygd på grunnleggende respekt.

Målsetting:

1. Sagatun skal være en sosial møteplass, der det er rom for alle og bruk for alle. Målet er at den enkelte skal finne egne interesser og ressurser, oppleve mestring og livsglede og få troen på egne evner og muligheter.
2. Sagatun skal styrke brukermedvirkningen innen psykisk helse og rusfeltet, drive informasjons- og kursvirksomhet på regionalt nivå, samt spre brukererfaringer, kompetanse og eksempler på god praksis. Med dette skal brukere og pårørende settes i stand til å ta en aktiv rolle i eget liv, utvikle tjenestene i et mestringsperspektiv, der bruker er viktigste aktør.

Administrasjon og ledelse

Sagatun Brukerstyrt Senter fikk ansatt ny daglig leder 01.09.2014.

Ny nettside ble utviklet i 2015 med økonomisk støtte fra Sparebankstiftelsen, og tilskudd fra Helse- direktoratet. Arbeidet er utført av Innit AS. Nettsiden ble lansert den 01.02.2016. Informasjonsarbeid er et viktig satsingsområde for Sagatun. Vi har hatt informasjonsspredning på ROP-TV, lokal-tv, aviser, nettside og sosiale medier. Facebook siden til Sagatun har 1372 faste følgere og det er i snitt 2300 innom hver uke. De fleste som følger Facebooksiden vår, er fra Norge, men vi har også internasjonal interesse for den. Følgere fra andre land er fordelt slik: 8 fra USA, 7 fra Italia, 6 fra Sverige, 4 fra Indonesia, 3 fra Tyskland, 2 fra Danmark, Egypt, Spania, Filipinene og Frankrike og 1 fra Dijobuti, Storbritannia, Tyrkia, Somalia, Polen, Brasil, Nederland, Nigeria, Japan og Makedonia.



Økonomi

Sagatun mottok økonomisk støtte fra Helsedirektoratet til den Regionale Brukerstyrt Senter og til Verktøykassa for brukermedvirkning. Vi mottok og støtte fra Hamar og Stange kommuner til driften av det lokale tilbudet, samt til mentorordningen. Utover dette har stiftelsen mottatt tilskudd fra NAV til arbeidstrening og tilrettelegging, samt midler fra Hedmark Fylkeskommune til prosjektet «Friluftsliv for alle». Sagatun har også mottatt «Frie midler» fra Hamar kommune, og gavemidler fra lag og foreninger som ønsker å støtte oss. Vi takker for alle bidrag! Virksomheten har stram økonomi, og resultatet for 2016 viser et underskudd på kr 65 000,-

Besøkstall og bruk av Sagatun

Det ble registrert ca 4195 besøkende på Sagatun i 2016. 2657 av disse, har registrert seg som brukere. 549 representerer brukerorganisasjonene, 302 er samarbeidspartnere, 138 er studenter og 491 er øvrige. De besøkende fordeler seg på 2536 fra

Hamar kommune, 739 fra Stange kommune, 270 fra Ringsaker kommune, 80 fra Løten kommune, og 348 fra andre kommuner. 1255 av de besøkende, registrerer at de deltar i arbeid, 588 i aktivitet, 395 i møter eller kurs, og 972 som besøkende. Sagatun ønsker å være en møteplass for brukere, brukerrepresentanter og fagfolk. Det har vi fått til i 2016, gjennom ulike samarbeidsmøter og temadager.

Det er ca 66 personer som regner seg som faste brukere av senteret. Av disse kommer 45 fra Hamar kommune, 13 fra Stange kommune, 10 fra Ringsaker kommune, 5 fra Løten kommune, 1 fra Elverum kommune, og 2 fra andre kommuner, eller ikke registrert.

Sagatun har 4 godkjente arbeidstreningplasser gjennom NAV, og en varig tilrettelagt arbeidsplass (VTO). Arbeidstreningplassene har blitt benyttet av fem personer i 2016. I tillegg har ni personer som har tegnet kontrakt som frivillig arbeidende på Sagatun.

Personalsituasjonen

HMS-rutiner er på plass, og det avholdes regelmessige ledermøter og personalmøter. Samarbeidet på huset med Brukerstyret og mellom avdelingene, fungerer godt.

Oversikt over stillinger:

- Kårhild Husom Løken: daglig leder.
- Kim Nybakken: avdelingsleder for aktivitet og arbeid.
- Mariann Haukland: avdelingsleder for Regional Brukerstyrt Senter og Verktøykassa for brukermedvirkning.
- Bjørg Kaspersen: kursleder i Verktøykassa for brukermedvirkning.
- Liv Christophersen: kursleder i Verktøykassa for brukermedvirkning.

- Heidi Luvåsen: kursleder i Verktøykassa for brukermedvirkning.
- Carl Gunnar Sørum: miljøarbeider og arbeidsleder for lavterskel arbeid.
- Geir Risbakken: miljøarbeider.
- Kristin Høyenes: miljøarbeider og mentor.
- Henning Kofoed Jensen: prosjektleder for Mentorprosjektet og medarbeider i Regional ressursbase.

Det har vært en stabil personalsituasjon inneværende år, der de ansatte rapporterer om god trivsel på jobben, og godt samarbeid mellom avdelingene. En ansatt har langtids sykefravær på grunn av omfattende helseproblemer, ellers har virksomheten et sykefravær på 5,1%.



Personalet på Sagatun.



Stiftelsesstyret

Stiftelsesstyret har avholdt 5 styremøter og to styre-seminar i 2016. Styret består av følgende medlemmer:

- Tor Inge Martinsen: Mental Helse.
- Harald Stokkebryn: Mental Helse.
- Steinar Frøseth: LPP – Hedmark.
- Rune Lundquist: leder av Brukerstyret på Sagatun.
- Berit Langseth ble valgt til ny bruker-styreleder på årsmøtet i september 2016.
- Carl Sørum: representant for ansatte på Sagatun.
- Bjørg Kaspersen ble valgt til ny representant for de ansatte i 2016.
- Bente Bjørnhaug Pedersen: Regionrådet i Hamarregionen.
- Marianne Lundgård: Sykehuset Innlandet HF, divisjon Psykisk helsevern.
- Sylvia Brustad: representant for næringslivet.
- Stig Haugrud: RIO – Innlandet.

Sagatun Brukerstyrt Senter ble etablert i 2005. Vedtektene til Sagatun Brukerstyrt Senter ble endret i 2015, for å tydeliggjøre at stiftelsens virksomhetsområde skal omfatte mennesker med både psykiske vansker og rusrelaterte problemer. I tråd med dette, har RIO blitt fast representert i Stiftelsesstyret. De ti første driftsårene har vært preget av dynamikk, forandring og utvikling. Styret har gjennom disse årene konsentrert sitt arbeid rundt relativt kortsiktige arbeidsoppgaver, slik som årlige budsjetter, økonomistyring, intern organisering, driftsrapportering, vedtektsendringer mv. I 2016 begynte Stiftelsesstyret arbeidet med å få på plass en samlet strategi for den videre utviklingen av Sagatun. Det ble avholdt Styreseminar 12.02.16 og 09.09.16. Arbeidet følges opp med innleid konsulentbistand, og prosesser i Styret. Målet er at styret skal få på plass et strategidokument for utviklingen av Sagatun frem mot 2022, i løpet av første halvår 2017.

Brukerstyret

Brukerstyret perioden 2016 – 2017 består av:

- Leder: Berit L.
- Nestleder: Kristian L.B.
- Sekretær: Kristin G.
- Kasserer: Rune L.
- Styremedlem: Irene L. og Steffen T.
- Vara: Stig L.

Brukerstyret deltar i planlegging og utvikling av virksomheten på Sagatun. De jobber for å ivareta aktiviteter på huset, som er en av de viktigste deler av vervet i Styret. De har også ansvaret for planlegging og gjennomføring av den tradisjonelle ferieturen, som foregår en gang i året. Brukerstyret avholdt årsmøte den 16.09.16, hvor det nye Styret ble valgt. Årsberetningen for 2015 – 2016 viser at de gjennomførte 14 ulike aktiviteter som i alt 275 personer deltok på. De avholdt 17 møter for planlegging og gjennomføring av aktivitetene. Representanter fra brukerne, har også deltatt på

eksterne oppdrag. Sommerferieturen gikk til Røysane på Holmsbu.

Brukerstyret har høy aktivitet og god økonomistyring. Regnskapet viser samlede inntekter kr 50.998,- og samlede utgifter på kr 52.153,-. Brukerstyret mottok kr 25.000,- i «Frie midler» fra Hamar kommune, til innkjøp av Middelaldertelt. Brukerstyret er ellers med og arrangerer julelunsj for alle våre samarbeidspartnere, og julebord for senterets brukere.

Aktivitet og arbeid

Faste aktiviteter på huset er:

- Kreativt verksted: 2 dager i uka.
- Trening på Espern: ukentlig.
- Golf på Atlungstad: ukentlig.
- Musikkverksted: 2 ganger i uka.

Sagatun deltar på Middelalderfestivalen, samt at vi arrangerer temakvelder og temadager. Det har vært





arrangert åpne kvelder annenhver uke, der vi veksler mellom temakvelder og aktivitetskvelder. Sagatun har et fast prosjekt med «Kortreist friluftsliv», i tillegg til at Brukerstyret arrangerer en rekke aktiviteter.

Middelalderfestivalen:

Det har blitt en årlig tradisjon av Sagatun og Mental Helse Hamar samarbeider om deltakelse på Middelalderfestivalen på Hamar i juni. Forberedelsene starter tidlig på året, med planlegging, rekruttering av deltakere og søm av drakter. I 2016 deltok 18 – 20 personer som frivillige på festivalen.

De frivillige fra Sagatun og Mental Helse Hamar har ansvar for vakthold og billettsalg, men den viktigste oppgaven er kanskje å delta som gjøglere og gledespredere. Middelalderfestivalen er et givende og sosialt arrangement som mange ser fram til i lang tid på forhånd og hvor gode minner deles i etterkant.

Kreativt verksted

Kreativt verksted ledes av Kristin Høines og Irene Lunde, og har faste møtetider tirsdag og torsdag fra 12.00 – 15.00. Utover denne tiden kan rommet benyttes så mye man selv ønsker. Tilbudet er for dem som er glade i kreative aktiviteter, og ønsker et hyggelig og sosialt fellesskap. På kreativt verksted kan man aktivisere seg med ulike temaer som: søm, tegning og maling, strikking, lage smykker etc.

Her er noe av det som ble gjennomført i 2016: 8 ukers sy kurs, decoupagekurs, deltagelse på utstilling i Kunstbanken, diverse turer på Domkirkeodden og Gåsbu, hvor en har samlet materiell til bruk i verkstedet, og hatt hyggelig lunsj. På sykuset var det flere som lagde sine egne drakter fra Middelalderen, som de brukte på Middelalderfestivalen. Ellers har verkstedet plantet og holdt bed i orden rundt på Sagatun, vært på diverse seminarer/stands på Sanderud og på Gregers. Det er mellom 5 og 10 personer som deltar på kreativt verksted hver uke.

Friluftsliv

På Sagatun er vi opptatt av hvordan man kan styrke kropp og sinn ved å være aktiv i naturen sammen med andre. Vi har derfor søkt, og fått midler til et prosjekt som vi har kalt «Friluftsliv for alle». Med prosjektet ønsker vi at deltagerne skal få styrket mestringsevne, lære forskjellige metoder for å ferdes i naturen til alle årstider, få forståelsen av viktigheten av godt samhold, samt hvordan en gruppe tar seg frem på en god og effektiv måte. Videre skal de få følelsen av å oppleve og mestre noe de tidligere ikke trodde var oppnåelig på egenhånd. Sagatun leier en koie ved Rokosjøen på åremål av Løiten Almanning. Koia er satt i stand og pusset opp av ansatte og brukere på Sagatun, og er i regelmessig bruk. Turer og aktiviteter er lagt opp slik at alle skal ha mulighet til å delta ut fra egne forutsetninger og interesser. Prosjektet er spesielt rettet mot mennesker som strever med psykiske vansker, eller har utfordringer

i forhold til rus, samt mennesker som ellers er lite fysisk aktive. 50 personer deltok på aktiviteter i 2016, hvorav 15 – 20 personer er faste deltagere på turene.

Følgende turer ble gjennomført i 2016:

- Pilking på Rokosjøen
- Vintertur til Lenningen med skitur til Spåtinn toppen
- Orreleik med overnatting i gapahuk.
- En ukes ferietur til Røysene, Holmsbu. Her var det lagt inn daglige turer av lengre og kortere varighet.
- Topptur til Tuva i Ringsakerfjellet.
- Høsttur til Pellestova med overnatting, hvor det ble lagt opp til gå-turer i fjellet, sosialt samvær og servert nydelig mat. Turen ble arrangert av Kulturnettverket. Fra Sagatun deltok ? personer.
- Overnattingstur; jakt på Fyllerud på Finnskogen.
- Dagstur til Bangsberget.



Fra turen til Pellestova.



Musikkverksted

Musikkverksted er et populært tilbud på Sagatun, med komplett studio med utstyr og Cubase opptaksprogram. 20 personer har benyttet tilbudet gjennom året. I tillegg har det vært 3 band som har lånt lokalene på kveldstid. Husbandet Saga Rockers, øver 1 – 2 ganger i uken og har som mål og spille flest mulig konserter, og bidra med kulturelle innslag på konferanser etc. Musikkgruppa har fokus på samarbeid, sosialisering og samspill, samt at enkelte brukere gir hverandre gitar- og sangtimer.

Spillejobber i 2016:

- Tangen Rock 2016. 20.08.16.
- Kulturelt innslag på åpningen av den nasjonale konferansen «Menneskerettigheter, tvang og etikk», som ble arrangert på Scandic Hotel Hamar, 23.11 – 24.11. 2016.
- Tett på Hamar CD innspilling med Release-konsert Hamar Kulturhus, 16.12.16.

- Kulturelt innslag på julelunsj og julebord på Sagatun i desember.

Lavterskel arbeid

Sagatun tilbyr arbeidstrening og arbeidspraksis gjennom NAV. Mange har også benyttet seg av muligheten til å inngå Frivilligkontrakt med Sagatun. Det innebærer at man inngår en avtale om arbeidstrening, som man får attest på etter endt periode. Arbeidsoppgaver som tilbys er tilpasset den enkeltes interesser og forutsetninger, og innebærer oppgaver på alle områder som har med driften av senteret å gjøre. Sagatun tar også på seg eksterne oppdrag. I 2016 bestod oppdraget av utvendig maling av Sagatunveien 47C.

Arbeidsoppgaver i Sagatun spiseforretning og café, er en viktig del av arbeidstreningstilbudet.

Sagatun Spiseforretning og Cafe

Kafeen på Sagatun har fokus på god folkehelse, og tilbyr derfor sunn enkel hverdagskost som er laget av ferske råvarer. F.eks. hjemmelaget fiskesuppe, nybakt brød med pålegg, eller kulinariske gryteretter. Kjøkkengruppa tar også på seg mindre arrangement, som konferanser og møter, der man kan bestille mat, fruktfat og kaffe.

Dagen starter kl 08.00, der vi handler inn og produserer dagens lunsj. Arbeidsgruppa består av 2 kokker og 1 servitør/tilrettelegger, fordelt på 4 personer, på en turnusordning. Etter stengetid er det rydding og vask av kjøkkenet, til kl 15.00.

Lunsjservering: mandag, tirsdag, onsdag og torsdag

fra kl. 11. 30 – 13.00. På fredag er det stort sett «vaffeldag», der det går på omgang blant brukerne å ha ansvaret for tilberedning og servering.

Mentor prosjektet

Mentorordningen ved Sagatun Brukerstyrt Senter har vært i virksomhet siden avtalen ble inngått 13. november 2014. Det er en avtale mellom Hamar og Stange kommuner, Sagatun Brukerstyrt Senter og Støttegruppen for 22. juli. Mentorordningen har gjennom hele perioden lagt til rette for brukermedvirkning og likemannsarbeid, med en målsetning om at deltagerne skal fullføre utdanning, komme i arbeid eller aktivitet, og styrke sitt sosiale nettverk. Mentorordningen videreføres til 2017.





Regionalt Brukerstyrt Senter

Det er i dag fem Regionale Brukerstyrte Senter i Norge, som har et oppdrag fra Helsedirektoratet å styrke brukere og pårørende. De skal styrke brukemedvirkningen i tjenestene og fremme den erfaringsbaserte kunnskapen om hva som bidrar til mestring og bedring. Det er Bikuben i Troms, KBT- Midt Norge og Vårres i Trøndelag, Sagatun Brukerstyrt Senter i Hedmark og ROM-Agder i Vest-Agder.

Alle sentrene jobber for å fremme brukeres og pårørendes stemme i møte med tjenesteytere og offentlige myndigheter. Gjennom utvikling av metoder og verktøy, opplæring av brukere og tjenesteutøvere, bidrar sentrene til å myndiggjøre og styrke brukere og pårørende. Samtidig som de utfordrer tjenestene til å fortsette en nødvendig utvikling mot å sette brukernes ønsker og behov i sentrum. I 2015 ble sentrene evaluert av Telemarksforskning, på oppdrag fra Helsedirektoratet. Evalueringen er fulgt opp med en rekke møter, med både sentrale myndigheter og politikere. Sentrene har utarbeidet et felles kjemedokument, med tittelen «Vi jobber for å styrke

brukerstemmen»). Felles målsetting for sentrenes arbeid er:

1. Alle mennesker med utfordringer innen psykisk helse og rus, skal sikres et verdig og meningsfylt liv.
2. Brukere og pårørende skal settes i stand til å ta en aktiv rolle i eget liv.
3. Brukere og pårørende skal ha reell innflytelse på tilbudene og tjenestene.
4. Tjenestene skal utvikles i et bruker- og mestringsperspektiv.

Vi er nå i god dialog med Helsedirektoratet rundt sentrenes oppgaver og ansvar fremover, på det psykisk helse- og rusfeltet. I 2016 har Sagatun samarbeidet med ROM-Agder, KBT-Midt Norge og Bikuben om spredning og implementering av Verktøykassa for brukermidvirkning. Vi har arrangert workshop, hatt oppfølging og veiledning av prosessledere, samt holdt selvstyrkingskurs i samarbeid med disse regionale brukerstyrte sentrene. I tillegg har vi kompetanse- og erfaringsutveksling, sentrene imellom.



I rapporteringsperioden har det vært avholdt selvstyringskurs i Kristiansand, Hamar, Vega, Risør, Bodø, Tynset, Søgne, Kongsvinger, Asker, Melhus og Brønnøysund. Til sammen 13 kurs, fordelt på 176 deltakere. I år har 2 prosessledere fra Trøndelag, fått veiledning og opplæring i å holde Selvstyringskurs. Det har blitt holdt informasjon om Verktøykassa på en fagdag hos Fylkesmannen i Oslo og Akershus, Toten folkehøyskole, studenter fra Høgskolen Hedmark og Recoverysentret i Asker.

Det har vært holdt foredrag på konferansen «Menneskerettigheter, tvang og etikk» på Hamar om temaet: «Makt og myndighet i eget liv ved hjelp av Verktøykassa for brukervedvirkning».

Det har vært avholdt kurs i konflikthåndtering om bord på Color Magic for Mental Helse Oppland.

Sykehuset Innlandet Reinsvoll arrangerer tverrfaglig undervisningsdag for bachelorstudenter som er i praksis 4 ganger i året. Verktøykassa for brukervedvirkning er fast på programmet, hvor de ansatte fra Sagatun holder foredrag for studentene. Temaet er: «Betydningen av empowerment og brukervedvirkning i behandlingsprosessen». Tilbakemeldingene/evalueringene er gode.

I forbindelse med ny strategiplan, jobbes det med samarbeidsavtaler med ROM-Agder i Kristiansand, KBT Midt-Norge i Trondheim og Bikuben i Borknes. Dette er 3 av de regionale Brukerstyrtesentrene i landet.

Det jobbes også med å utvide kurstilbudet, til andre kurs innen temaene: brukervedvirkning, IP, kommunikasjon og konflikthåndtering.

Sammen om mestring

med bruker som viktigste aktør

Sagatun har engasjert seg i arbeidet med å få til økt valgfrihet i medisiner og behandling. I samarbeid med Nasjonalt Senter for Erfaringskompetanse, inviterte vi til en møtetrekk om dette i 2014 og 2015. I 2015 og 2016 har vi deltatt i et samarbeid med brukerorganisasjonene, Sykehuset Innlandet, KoRus-Øst og Fylkesmannen i Hedmark, om implementering av veilederen «Sammen om mestring, lokalbasert psykisk helse og rusarbeid for voksne». På Sagatun er arbeidet fulgt opp med temadager rundt brukermedvirkning og recoveryverksteder.

Temadager om brukermedvirkning

Sagatun har i samarbeid med spesialrådgiver for Stabsområde fag- brukermedvirkning og erfaringskonsulentvirksomhet, ved Divisjon Psykisk helsevern

(Sykehuset Innlandet HF). Sammen har vi arrangert 4 temadager om brukermedvirkning på Sagatun. Fokuset har vært Pasient- og brukerrettighetsloven § 3.1, og retten til å medvirke i egen behandling. Temadagene har vært lagt opp med foredrag, refleksjonsgrupper, og «walking and talking». Svarene fra gruppearbeidene, er samlet og systematisert, og har bl.a. blitt brukt til undervisning av ledere ved Divisjon for psykisk helsevern. I tillegg blir relevant kunnskap brukt i Verktøykassa for brukermedvirkning, og undervisning for øvrig. Kunnskap og erfaringer fra temadagene ble også presentert på Pasient- og brukerombudets kontaktmøte den 16.10.2016, som hadde overskriften: «Pasientens helsetjeneste». Her hadde daglig leder på Sagatun et av hovedforedragene.

I disse dager ferdigstilles også en brosjyre om retten til informasjon og medvirkning i egen behandling, av spesialrådgiveren som har vært med i arbeidet. Sagatun vil være en av høringsinstansene før brosjyren ferdigstilles.



Tove Huggins og Gro Beston.



Verksmestere:
Jan Kåre Hummelvoll,
Berit Langseth
og Mariann Haukland.

Skipper og los på samme skute

Et hovedsatsingsområde for oss i 2016 og 2017, er å dyktiggjøre oss på hva som bidrar til bedring og mestring, sett fra et brukerperspektiv. I 2016 har vi jobbet med hva begrepet og begrepsinnholdet i recovery innebærer. For å få eksternt hjelp i prosessen, tok vi kontakt med professor Jan Kåre Hummelvoll. Han har i alle år vært en viktig bidragsyter til faglig utvikling av virksomheten på Sagatun, gjennom sin jobb på Høyskolen i Hedmark, avdeling for psykisk helse og rus. Jan Kåre Hummelvoll svarte positivt på vår henvendelse, og vi begynte å legge planer for hvordan arbeidet kunne gjennomføres. Vi ble enige om å bruke recoveryverksteder som arbeidsmetode. Verkstedet ble etablert for å få bedre forståelse for hva bedring (recovery) er, og hvordan denne forståelsen kan hjelpe den enkelte på sin vei mot bedring, og dermed hva som kjennetegner en bedringsorientert virksomhet. Verkstedet er stedet der slike undersøkelser kan gjennomføres. Det er et sted hvor deltagerne deler kunnskap og erfaring, og det er et sted hvor man former, bearbeider, arbeider videre, til man får godt grep om fenomenet/gjenstanden, og til slutt er rimelig fornøyd med «produktet».

Det var nødvendig å få med brukernes synspunkt fra planleggingsfasen, og vi spurte leder for Brukerstyret, Berit Langseth, om hun ville være med som en av tre verksmestere. Berit var positiv til å være med. Sammen med Mariann Haukland, som er leder for Regionalt brukerstyrt senter på Sagatun, utgjorde Berit, Mariann og Jan Kåre, lederteamet for verkstedene. Det hele startet med en time ressursforelesning, før vi begynte med gruppearbeid. Notatene fra dette, ble samlet inn, og sammen med verkstedledernes refleksjoner, har det blitt en rapport som er ferdig i disse dager. Det ble gjennomført til sammen 6 samlinger à 2 timers varighet.

Rapporten har fått tittelen «Skipper og los på samme skute». Vi synes at en seilas i ukjent farvann er et godt bilde på en slik rapport, som beskriver den krevende prosessen en bedrings- og/eller endringsprosess etter store psykiske vansker og/eller rusproblemer er. I prosessen er det helt nødvendig at det er brukeren som er skipper på skuta. men man trenger en eller flere loser som har kunnskap og kjennskap til det farvannet/de prosessene, man skal gjennom, for å komme fram til et definert mål.

Brukermedvirkning og brukerstyring

Sagatun er kjent både nasjonalt og internasjonalt, og blir av mange regnet som flaggskipet for brukerstyring. Fokuset på Sagatun er meningsfull aktivitet og mestring. Mange av de som besøker Sagatun, ønsker informasjon om brukermedvirkning og brukerstyring. De vil vite hvordan senterets fokus bidrar til å fremme selvstendighet, uavhengighet og evnen til å mestre eget liv, med psykiske helseplager og rusutfordringer. Brukerstyrte tiltak har bred politisk forankring her på Sagatun. Vi har stor etterspørsel etter senterets kompetanse på brukermedvirkning, brukerstyring, recovery og empowerment. Vi er pådriver for nettverksbygging og kompetanseutveksling, der vi gir veiledning ved forespørsel. I 2016 har Sagatun bidratt med kompetanse på brukerstyring i praksis.

Dette har besøkende fra Asker, Maisenteret, Solli aktivitetshus, Stabburshella, Havang og Hurdalsjøen recoverysentere lært mye av. Leder regionalt sitter i styret til Stabburshella for å bidra med erfaringer og kunnskap om brukerstyring i praksis. I 2016 har Sagatun også inngått et samarbeid med Stabburshella og Kriminalomsorgen i Hedmark og Oppland, om spredning av «Tenk Ut-prosjektet».

Samarbeid

Sagatun er et knutepunkt mellom fag og erfaring som bidrar til gjensidig kompetanseutveksling og økt kunnskap om psykisk helse. Sagatun er i kontakt med mange brukere og kan derfor hele tiden bidra med oppdatert kunnskap og erfaring om hvordan tjenestetilbudene fungerer og hva som bidrar til bedring, mestring og styrking av den enkelte.



Samarbeidsmøte med Recoveryverkstedet i Asker.



Brukerorganisasjonene

Sagatun er en ressurs, samarbeidspartner og samlingspunkt for brukerorganisasjoner. Brukerorganisasjonene ADHD Hedmark, LPP innlandet, RIO Hedmark og Mental Helse Hamar, har kontor på Sagatun. De bruker også huset til møter og aktiviteter. Vi har flere samarbeidsprosjekter. I tillegg brukes huset regelmessig av AA, Familieklubben og en etterverngruppe, etter rusbehandling.

Brukerorganisasjoner blir invitert inn i all aktivitet ved Sagatun, som temadager, recoveryverksteder og «Tenk ut-prosjektet». I 2016 samarbeidet vi med Mental Helse Hamar rundt 2 verdensdagsarrangementer. Den ene med foredrag av Petter uteligger (460 deltakere), og det andre var en stand i gågata i Hamar. Vi samarbeidet også med Mental Helse Stange, rundt det ene arrangementet. Fokus her var fysisk aktivitet, hvor ca 20 deltakere møtte opp. Sagatun var

også en av foredragsholderne på Tøyenseminaret, som Fylkeslaget i Mental Helse Oslo arrangerte. Sagatun hadde innlegg om recovery som spirituell prosess, og erfaringer fra recoveryverkstedene vi har arrangert. Her var det 55 deltakere.

Sagatun har fokus på brukerorganisasjonenes og brukernes ønsker, der reelle valg innen behandling og medisinerer rundt medisinfrøe behandlingstilbud er en vesentlig faktor. Dette ser Sagatun på som et viktig arbeid, fordi forskning viser at dersom brukeren kan påvirke omgivelsene gjennom egne valg, vil behandlingen bli mer treffsikker og bidra til gode bedringsprosesser.

I 2016 har vi deltatt i forskning, løftet det frem på «Forum for praksisnær forskning» og vi er aktive i en arbeidsgruppe i Sykehuset innlandet, som arbeider med å utvikle tilbud som gir økt valgfrihet i medisinerer og behandling.

VIP Samarbeidet

VIP samarbeidet er et fast samarbeid mellom disse instansene:

- Rådgivere innen psykisk helse og rus hos Fylkesmannen i Hedmark.
- Brukerorganisasjoner innen psykisk helse og rusfeltet.
- Sagatun regionalt brukerstyrt senter.
- Erfaringskonsulent ROP
- Rådgiver i brukermedvirkning for psykisk helsevern i Sykehuset Innlandet.

VIP-møtene er fast 4 ganger per år oftere ved behov. VIP har sterkt fokus på brukermedvirkning på alle nivåer, men spesielt på systemnivå. Utfordringer og eksempler på god praksis som er drøftet i VIP Samarbeidet, er løftet til nasjonalt nivå, av rådgiverne innen psykisk helse og rus hos Fylkesmannen i Hedmark.

Samarbeid om implementering av veilederen «Sammen om mestring», er videreført fra 2015.

Formidling av erfaringsbasert kunnskap

Sagatun ser fremdeles et stort behov for å synliggjøre og gyldiggjøre brukerkompetansen. Vi mener den skal være likeverdig og på linje med fagkompetansen. Som ressursbase, videreformidler vi brukererfaringer til fagfeltet innen psykisk helse og rus. Rekruttering av brukere foregår stort sett fra lavterskeltilbudet. Her er brukerne som kommer til Sagatun med og formidler sine erfaringer til fagfeltet, og til andre brukere. Dette ser vi på som en viktig oppgave for ressursbasen, samtidig som det gir brukerne mestringserfaring og kompetanseheving som kvalifiserer til arbeidsmarkedet. Sagatun har et bredt samarbeid med utdanningsinstitusjonene i Innlandet, der vi er med på å fremme relevant og nødvendig kunnskap, basert på brukernes erfaringer. Sagatun bidrar til at brukerkunnskap er inkludert i undervisning, forskning og tjenesteutvikling. I retur får Sagatun kjennskap til nyere forskning og kompetanseheving. I 2016 har samarbeidet dreid seg om:



*Politisk interesse for Sagatun.
Besøk av Knut Storberget AP*

og Sylvia Brustad, tidligere Statssekretær.



- Undervisning og veiledning av studenter fra fagskoleutdanning, bachelor og masternivå.
- Tverrprofesjonelt samarbeid (TPS) – Høgskolen i Lillehammer.
- Undervisning av ergoterapistudenter på NTNU – Gjøvik.
- Deltakelse i to doktorgradprosjekter – (ROP og Høgskolen i Hedmark) der en har som formål å fremme en recoveryorientert praksis, og økt valgfrihet i medisinerings og behandling. Sagatun bidrar med informasjon, er med i referansegruppe i det ene prosjektet, og har bidratt helt fra starten av, med spissing av problemstilling, og forslag til utforming av prosjektet. I det andre doktorgradsprosjektet, bidrar Sagatun med veiledning, samt at vi sitter i kompetansegruppa i prosjektet.
- Sagatun sitter i arbeidsgruppa som jobber for å utvikle en ny studie på Høgskolen i Hedmark. Studiet er tenkt å utdanne personer med egenerfaring, til å delta som medforskere i forskning og evaluering.

Forum for praksisnær forskning
Høgskolen i Hedmark er en viktig samarbeidspartner for å sikre brukermedvirkning i utdanning og forskning. «Forum for praksisnær forskning» er blant annet etablert som et tiltak for å få til dette. Forumet møtes en gang hver måned, og har som oppgave å samarbeide om forskning på tjenester, særlig innen psykisk helse. Det er åpent for akademikere, fagpersoner fra praksisfeltet og personer med brukererfaring. Personer knyttet til Sagatun Brukerstyrt Senter har vært faste deltakere i forumet de siste årene, for å ivareta brukerperspektivet. Til grunn for dette forskningssamarbeidet ligger en overbevisning om at de som undersøkes, bør være med å påvirke metodevalg og delta i den kreative tenkingen som trengs for å skape mening i resultatene. Sagatun har fast brukervignet for å sette fokus på god praksis, og på områder hvor det er behov for mer forskning. Sagatun har deltatt på 4 møter rundt «Forum for praksisnær forskning» i 2016. Temaer som har vært løftet opp er bla: «Retten til å velge», «Styrket selvbilde gjennom verktøykassa for brukermedvirkning», «Godt psykisk helsearbeid» og «Tenk ut-prosjektet».

Nasjonale og regionale konferanser

hvor Sagatun har deltatt og holdt foredrag

- ISPS – konferansen 28.01 – 29.01:
Sagatun holdt to foredrag;
 - o «Viktigheten av å få folk i aktivitet» Dette foredraget hadde vi i samarbeid med Kulturnettverket. 5 deltok fra Sagatun på konferansen.
 - o «Drømmenes hus – med bruker som viktigste aktør». Dette foredraget ble gjennomført av daglig leder i samarbeid med Brukerstyreleder .
- Dialogseminar om Implementering av veilederen «Sammen om mestring», ett i Akershus og ett i Hedmark. Sagatun deltok med både foredrag og musikalske innslag .
- Rusforum Oppland. Foredrag fra Sagatun med tittelen: «Ettervern og erfaring etter fengselsopphold».
- Fagrådet for rusfeltets nasjonale Rusfagkonferanse 14.09 – 15.09. Foredrag på

parallellseminar med tittelen: «Brukerstyrte senter – mestring i eget tempo».

- 10 års jubileet til masterutdanningen i psykisk helsearbeid på Høgskolen i Hedmark, 29.09.16. Foredrag med tema: «Brukerinvolvering – en hjørnestein innen masterutdanningen og psykisk helsearbeid».
- Pasient- og brukerombudet Hedmark og Oppland, kontaktmøte med brukerorganisasjonene 20.10.16. Foredrag med tema: «Pasientens helsetjeneste», daglig leder satt også i panelet.
- Foredrag på den årlige fagdagen til tannhelsetjenesten i Hedmark. Tittel «Hva betyr brukeren i sentrum og hva kan Sagatun brukes til?».
- «Nasjonal konferanse om menneskerettigheter, tvang og etikk» på Hamar, 29.11 – 30.11. Sagatun holdt to foredrag, i tillegg til å åpne konferansen med musikalsk innslag.
 - o «Bottom up – vår forståelse av recovery» og «Myndiggjøring og mestring ved Verktøykassa for brukermedvirkning».



Kontaktmøte hos Pasient- og brukerombudet. Paneldebatt.



Refleksjonsgruppe
med Steffen og Cristian.

Tenk Ut

«Tenk Ut») er et nytt prosjekt på Sagatun. Det er et samarbeidsprosjekt mellom Sagatun Brukerstyrt Senter på Hamar, Stabburshella i Valdres og Kriminalomsorgen i Hedmark og Oppland. Kirkens Sosialtjeneste, KoRus-Øst, Nav og kommunene i våre regioner, er samarbeidspartnere i prosjektet. Et sentralt verktøy i prosjektet er såkalte «Refleksjonsgrupper». Slike grupper er tatt i bruk i Kriminalomsorgens tilbakeføringsarbeid som et motivasjonsverktøy for å nå innsatte med livsutfordringer spesielt knyttet til rus, psykiske problemer og kriminalitet. Refleksjonsgruppemodellen er basert på «Åpen dialog» og bruk av refleksjonskort. Refleksjonsgruppene ledes av en person med egen erfaring fra rus-, psykisk lidelse og/eller soning, sammen med en ansatt/fagperson. Likemannseffekten er en avgjørende faktor i modellen. Modellen vektlegger recoveryarbeid, og ønsker å

gi håp og tro på at tilfriskning og endring er mulig. Sagatun og Stabburshella har inngått et samarbeid med Kriminalomsorgen, for å videreføre refleksjonsgruppene «ut i frihet», som et verktøy for å styrke den enkelte på sin vei tilbake til samfunnet. Sagatun er base for opplæring av møteledere, som kan lede refleksjonsgrupper både i og utenfor fengsel. Vi holder egne refleksjonsgrupper, slik at man kan fortsette den prosessen man har begynt på under soning, som ledd i ettervern og tilbakeføring. Vi ønsker også å tilby de mulighetene som Sagatun har når det gjelder aktivitet, arbeidstrening og sosialt nettverk, som et ledd i tilbakeføringsarbeidet.

Vi er særlig opptatt av likemannseffekten, og den styrken det er å jobbe sammen med andre, som vet hva livsutfordringene dreier seg om, og som ønsker å gjøre endringer i eget liv.

Veien videre

Sagatun Brukerstyrt Senter vil jobbe videre med recovery som begrep og hvordan vi kan bruke denne kunnskapen på Sagatun, for at tilbudet til brukerne skal bli så mestringsorientert som mulig. For Sagatun er også empowerment-perspektivet svært sentralt, der det handler om å få styrke, kraft og makt til å sette seg i førersetet i sitt eget liv. Empowerment handler ikke minst om å kjempe for rettigheter og muligheter i samfunnet, slik at mennesker som opplever å være tilsidesatt blir møtt med respekt og får tilgang til utdanning, arbeid, bolig og et verdig liv som likeverdige samfunnsborgere.

Sagatun vil jobbe for å styrke samarbeidet med våre samarbeidspartnere og få på plass samarbeidsavtaler med de viktigste aktørene. Vi må fortsette samarbeidet med NAV og fortsatt jobbe for at Sagatun blir en godkjent arena for aktivitet og arbeidstrening, for de som trenger det i sin bedringsprosess.

Vi har startet et spennende samarbeid med de øvrige regionale brukerstyrte sentrene og med Helsedirektoratet for at sentrene skal bli knutepunkt for recovery i Norge, på regionalt og på nasjonalt nivå. I dette samarbeidet blir brukerorganisasjonene på rus- og psykisk helsefeltet helt sentrale samarbeidspartnere. Ellers vil vi fortsette samarbeidet med de regionale brukerstyrte sentrene med å utdanne prosessledere som kan holde selvstyrkingskurs lokalt, i regi av sentrene. «Tenk Ut» skal fortsatt være et satsingsområde, der vi vil fortsette samarbeidet med Kriminalomsorgen om bruk av åpen dialog og refleksjonsgrupper som motivasjonsverktøy for endring, og bruk av Sagatun som en arena for tilbakeføring til samfunnet etter soning og/eller rusbehandling.

Vi vil ellers fortsette samarbeidet med brukerorganisasjonene og alle andre som er opptatt av menneskerettigheter og pasientrettigheter, lokal-



Fra et Recoveryverksted på Sagatun.

baserte tilbud, sosial inkludering og medvirkning. Vi vil videreutvikle vår kompetanse på brukermedvirkning, brukerstyring, recovery (bedring) og empowerment (selvstyrking) og bidra med veiledning, kunnskap og inspirasjon til organisasjoner og fagmiljøer som ønsker å starte brukerstyrte tiltak, og til eksisterende tiltak som trenger inspirasjon for å komme videre.

Vi vil også engasjere oss i arbeidet med å få opp større valgfrihet i medisinerings og behandling og samarbeide videre med Høyskolen i Innlandet om brukerinvolvering i undervisning og forskning. Både verksmesterne fra recoveryverkstedene og Sagatun har et klart ønske og en ambisjon om at rapporten «Skipper og los på samme skute» skal bli brukt aktivt. Vi mener at en helhetlig recoveryorientert

forståelse må være hovedgrunnet for praksis, der brukernes forståelse og kunnskap må være likeverdige og likestilte med fagkompetansen. I bedringsprosessen må brukeren være skipperen og den viktigste aktøren, og vi vil derfor ta til orde for en maktforskyvning i praksis der vi innfører brukerstyring med medvirkning fra helse- og sosialfaglig personell. Kort sagt – Sagatun Brukerstyrt Senter har mange spennende og viktige oppgaver foran seg, i samarbeid med brukere, brukerorganisasjoner, brukerstyrte senter, kompetansesenter, utdanningsinstitusjoner og fagmiljøer.

Hamar 20. april 2017
Kårhild Husom Løken
Daglig leder





Drømmenes hus

Vi bygger hverandre i fellesskap!



SAGATUN

BRUKERSTYRT SENTER

Sagatunveien 47 A - 2317 Hamar

Besøk oss på Facebook og www.sagatun.no

Telefon: 62 50 97 55 - post@sagatun.no