

Samhandling

Innledning

2011 blir for Lærings- og mestringssenteret et nytt år i samhandlingens ånd sammen med kommuner, fagpersoner og brukerorganisasjoner.

Lærings- og mestringssenteret sin erfaring tilsier at for å gjøre en god jobb med opplæring av pasienter og pårørende, er nøkkelen tverrfaglig samarbeid med brukeren eller pasienten i sentrum – ”*møte den andre der den andre er*”.

Med samhandlingsreformen nær forestående ønsker Lærings- og mestringssenteret å spille på lag med kommunene i Nordmøre og Romsdal om samarbeid vedr. helsepedagogikk kurs. Hensikten med kursene er å gi helsepersonell ute i kommunene et hjelpemiddel til å arbeide målrettet med opplæring av pasient og pårørende, noe som er i tråd med samhandlingsreformen.

Andre viktige arenaer der samhandling skjer på tvers av kommune, brukerorganisasjon og spesialisthelsetjeneste er planlegging av Starthjelp og TA TAK for å nevne noen.

Under står ulike tiltak som er et resultat av god samhandling, og som vi har stor tro på. Vi er opptatt av å *gjøre hverandre gode og sammen blir vi bedre*.

Samhandlingsreformen – kurs i helsepedagogikk

Kristiansund kommune fikk i samarbeid med Lærings- og mestringssenteret i Helse Nordmøre og Romsdal HF høsten 2010 tildelt statlige samhandlingsmidler til å gjennomføre kurs i helsepedagogikk.

Kurset skal føre til at helsepersonell gjøres i stand til å planlegge, gjennomføre og evaluere målrettet opplæring av pasienter og pårørende.

Kurset skal styrke kompetansen om hvordan informasjon om sykdom, behandlingsmåter og mestring formidles – spesielt i forhold til personer med kronisk sykdom. Kurset fokuserer på sentrale tema som å leve med kronisk sykdom, mestring og psykiske reaksjoner, hva er helsepedagogikk, motivasjon for læring, presentasjonsteknikker, brukermedvirkning og gruppe- og gruppeprosesser.

Foredragsholdere var blant annet brukerrepresentant Marit Pettersen, sykehjemsoverlege Reidun Sveaas og helsesøster Hilde Rakstang. I tillegg deltok Stein Conradsen fra Lærings-

og mestringssenteret i Helse Sunnmøre HF og Britt Andresen fra Kristiansund sykehus med nyttig og konkret informasjon.

Det første kurset ble gjennomført i desember, og var lagt til Smøla havfiskesenter. Denne gangen var det kursdeltakere fra hjemmetjenestene i Nordmørskommunene Halså, Smøla, Rindal og Kristiansund som deltok.



Kurs opplegget er nå evaluert, og tilbakemeldingene er gode.

Bildet: Helsepedagogikk kurs desember 2010, Smøla Havstuer.

Kursdeltakerne har forpliktet seg til å gjennomføre minimum 2 kurs for pasienter og pårørende i egen kommune våren 2011. Eksempel på disse er: **Forebygge ulykker i hjemmet**(Kristiansund kommune), **Forebygging av beinskjørhet**(Halsa kommune), **Pårørende til demente** (Smøla kommune), **Forebyggende helsearbeid til eldre**(Rindal).



Bildet: En flott gjeng fra Kristiansund kommune

Kursdeltakerne blir fulgt opp med egne samlinger slik at den konkrete opplæringen blir gjennomført for pasienter og pårørende.

En egen kursgruppe bestående av Birgit Iversen Echhoff fra Smøla kommune, sykehjemsoverlege Reidun Sveaas, kreftsykepleier Liv Astrid Faksvåg og helsesøster Hilde Rakstang samt Toril Kvisvik og Linn Stokke Maude fra Lærings- og mestringssenteret har vært ansvarlige for kursopplegget.

25. og 26.mai 2011 arrangeres det et nytt kurs i helsepedagogikk. Denne gangen er målgruppen flere ansatte i kommunens hjemmetjenester og ansatte ved Kristiansund sykehus.

[Kursprogram i helsepedagogikk](#)

Starthjelp

Barnehabiliteringstjenesten skal i samarbeid med Lærings- og mestringssenteret arrangere Starthjelpskurset som er et nytt læringstilbud i Helse Nordmøre og Romsdal. Starthjelp er et pilotprosjekt og et samarbeid med Kristiansund og Smøla kommune, Autisme og Cp foreningen og Nklms (Nasjonalt kompetansesenter for læring og mestring).

Arbeidsgruppen for dette pilotprosjektet består av: Hildegunn Orholm (familieveileder, Kristiansund kommune), Grethe Riise (helsesøster/ Smøla kommune), Gunn Thingvold (brukerrepresentant Cp foreningen), Ståle Tangen (brukerrepresentant Autisforeningen) Johanne Gryt (sykepleier, barnsengepost v/ Kristiansund sykehus), Geir Longvastøl (konst.avd.sjef for avd. barn og unge), Oddny Elshaug (vernepleier, barnehabiliteringstjenesten v/ Kristiansund sykehus) og Linn Stokke Maude fra Lærings- og mestringssenteret i Helse Nordmøre og Romsdal.

Kurset er et gruppebasert opplæringstilbud for foreldre som har fått barn med nedsatt funksjonsevne eller kronisk sykdom, og som vil ha behov for tett oppfølging fra kommune- og spesialisthelsetjenesten. Målsettingen med kurset er å styrke foreldrenes kunnskap og forståelse om deres nye situasjon, og opplevelse av mestring i egen hverdag.

Arbeidsgruppen i pilotprosjektet Starthjelp hadde "kick-off" – første møte – tirsdag 18.januar 2011. De startet da prosessen av lokal tilpasning av Starthjelp.



Bildet: fra venstre Anne Marie Andersson, Geir Longvastøl og Ståle Tangen



Bildet: f.v. Grethe Riise i prat med Sølvi Heimestøl fra Nklms.

Spesielt invitert til denne dagen var Sølvi Heimestøl fra Nasjonalt kompetansesenter for læring og mestring (Nklms). Hun fortalte om Starthjelpsprosjektet og om erfaringer med kurset i praksis fra Helse Fonna.

Arbeidsgruppen skal møtes jevnlig denne våren og det planlegges start av Starthjelp slutten av august 2011.

Barnehabiliteringstjenesten ved Kristiansund sykehus registrerer påmelding til kurset.

Sorggruppe

Helse Nordmøre og Romsdal HF samarbeider med Helsesøstertjenesten i Kristiansund kommune og Den Norske Kirke om sorggrupper. Dette samarbeidet startet i 2002 og har siden vært et kontinuerlig tilbud. Sorggrupper er et tilbud for barn, ungdom og voksne som har mistet en av sine nære pårørende. Uansett hvor lenge siden tapet har skjedd kan en ha utbytte av å være med i en sorggruppe.



Bildet: Gruppelederne i sorggrupper f.v.bak Lars Meek Hansen, Line Lungaard Lambadarios, Margaret Helle, Toril Kvisvik, Ole Kristian Gundersen.

[Brosjyre om sorggruppe – side 1](#)
[Brosjyre om sorggruppe – side 2](#)

Ungdom og aktivitet



Foto: Colourbox

Et **aktivitetstilbud** for elever i 8., 9. og 10. klasse som har falt ut av gymtimene av ulike årsaker. Tilbudet har startet opp ved Atlanten ungdomsskole og er et samarbeid mellom idrettslinjen ved Atlanten v.g.skole, Kristiansund kommune og Lærings- og mestringscenteret. Tilbudet startet opp vinteren 2011 og er planlagt til å bli et etablert tilbud.

TA TAK

**I MORGON
Sa du
og la frå deg bœra
Den som tyngde deg ned
I morgon
sa du
Og la det over på meg
(Sissel Stangenes, Frœna, 2009)**



En **kursrekke** for voksne pårørende (over 18 år) til mennesker som sliter med sin psykisk helse og/eller rusmiddelbruk. Kurset har fokus på bl.a. diagnose og behandling, holdninger, mestringsstrategier, kommunale tilbud, sosiale tjenester og barn som pårørende.

Oppstart mars 2011 ved Knausensenteret i Molde, med avslutning i mai 2011

Tilbudet er et samarbeid mellom Lærings- og mestringscenteret (LMS) i Rusbehandling i Midt - Norge, LMS Helse Nordmøre og Romsdal, Vestmo behandlingssenterer, Veksthuset, KoRus, Ålesund sykehus, Molde kommune, Landsforeningen for Pårørende innen psykiatri, Landsforbundet mot stoffmisbruk og AI - Anon.

Program Ta Tak