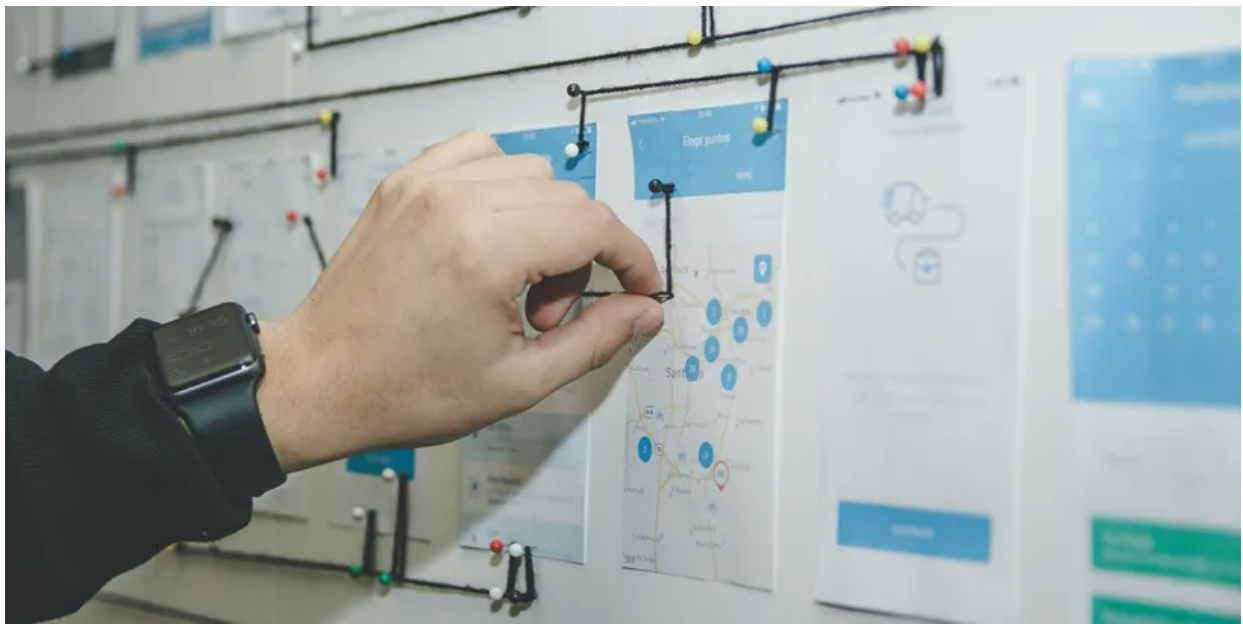


# Viktig å kartlegge hva som allerede fins av tilbud

PP PÅRØRENDE  
PROGRAMMET

– Det er viktig å kartlegge hva kommunen allerede har av tilbud, så man ikke dublerer tilbud eller konkurrerer om målgruppen, skriver Kristin Skutle, spesialrådgiver i Bærum kommune.



Bærum er blant kommunene som har fått ekstra midler fra staten til pårørendearbeid.

– *Hvilke satsninger og tiltak er dere i gang med når det gjelder pårørende?*  
– Helse- og omsorgstjenesten i Bærum kommune har i disse dager etablert et prosjekt/satsning på pårørende. Blant annet er det søkt og innvilget midler gjennom Helsedirektoratets tilskuddsordning «Avlastning for pårørende til personer med psykiske lidelser og/eller rusmiddelavhengighet».

Gjennom denne tilskuddsordningen skal vi nå utvikle et kursopplegg for målgruppen, pluss at vi skal utvikle avlastningstilbud for målgruppen. LPP Bærum er en viktig samarbeidspartner for oss i dette arbeidet. Når det gjelder begge disse to tilbudene, er det viktig å spørre de pårørende selv

hva de har behov for, spesielt gjelder dette avlastningstilbud. Tilbudene etableres som pilot, og skal evalueres.

Vi arbeider nå med å samle inn det som finnes av tilbud til pårørende i kommunen, helseforetak og gjennom frivillige organisasjoner. Det skal samles på internett, og målet er at dette samles et sted slik at det forhåpentligvis blir enklere for pårørende å finne frem i hva som er av tilbud, og hvor de kan ta kontakt. Vi er opptatt av å få til et samarbeid på tvers i organisasjonen. Vi er en stor kommune, og det er viktig at tilbudene vi har, og de vi skal utvikle, sees i sammenheng. Og kanskje skal vi også tenke mer diagnoseuavhengige tilbud.

Bærum helse og friskliv er i oppstarten når det gjelder tilbud til pårørende. Høsten 2017 vil det her etableres mestringstreff for pårørende. Dette er et diagnoseuavhengig tilbud.

Videre skal det etableres en nettverks- og samarbeidsarena for pårørende til personer med utviklingshemming i alder 0-30 år. Dette er helt i utviklingsfasen, så akkurat hvordan dette vil se ut, vet vi ikke pr dags dato. Men det skal inviteres til møteplasser, temakvelder med faglig innhold, pluss at pårørende ønsker arenaer for å møte andre i samme situasjon for støtte og samtale.

### **Kommunen har et utvalg tilbud til pårørende**

Pårørendeskole for personer med demens. Individuelle veiledningssamtaler for pårørende til den samme målgruppen.

Pårørendeskole over en weekend for pårørende til yngre personer med demens (personer under 65 år). Dvs hele familier hvor den syke også er med og får eget tilbud om undervisning, samtale med psykiater, samt turgåing for de som ønsker det. Eget tilbud om undervisning/samtale til barn som pårørende under 18 år.

Veiledningssamtaler både på telefon og i møte for kreftpasienter og for personer med demens.

Temakafé. Et møtested for kreftpasienter, pårørende og etterlatte i Asker og

Bærum. Her møtes likesinnede og fagfolk. Det er fokus på ulike temaer som mestring, humor, kultur, den gode samtalen og ulike fagtemaer. Tilbudet er gratis og krever ingen påmelding. 2g/mnd

### **Etablerte tilbud for barn**

Bærum kommune var tidlig ute med å etablere tilbud til barn som pårørende av personer med psykisk lidelser i samarbeid med Vestre Viken Helseforetak. Allerede i 2001 ble det inngått et samarbeid mellom Bærum kommune, Sykehuset Asker og Bærum, Divisjon psykisk helse og Asker kommune omkring barn og unge med foreldre med rusmisbruk og/eller psykiske lidelser. Samarbeidet resulterte i en skriftlig samarbeidsavtale inngått i 2005.

Dette tilbudet er et gruppetilbud: «Du er ikke den eneste» er et tilbud til barn og unge med foreldre som sliter med psykiske problemer eller rus.

### **Individuell oppfølging**

Ved behov gis også individuelle støttesamtaler fra Helsetjenester barn og unge til barn og familier som sliter med psykisk helseproblemer eller rus. Dette som et supplement til gruppeprogrammet, eller som et alternativ.

Treffpunkt er et nytt tilbud fra 2016 til barn og unge i Asker og Bærum i regi av Kreftforeningen. Målgruppen er barn og unge som er pårørende ved alvorlig somatisk sykdom, eller som har mistet en nærstående.

### **Felles overordnet prosedyre barn som pårørende**

Våren 2016 ble det ferdigstilt en felles overordnet prosedyre/rutine for barn som pårørende for hele helse- og omsorgstjenesten i Bærum kommune. Prosedyren gjelder for helsepersonell som yter helsehjelp til pasienter med mindreårige barn/søsken og deres ledere. Prosedyren ble utviklet i samarbeid mellom relevante aktører i kommunen, og i samarbeid mellom tjenester til voksne og tjenester til barn og unge.

For å sikre barnas behov, er det besluttet at det opprettes barneansvarlig ved hvert tjenestested.

*- Hva er responsen dere har fått fra pårørende – og erfaringene deres så*

### *langt med tiltakene?*

– Pårørende gir tilbakemelding på at det er godt å bli sett og hørt, særlig ved tilbud om samtale alene og sammen med pasientene.

De ulike gruppetilbudene får gode tilbakemeldinger. Pårørende melder at det er godt å møte andre i samme situasjon, og få faglig påfyll.

Evaluerings skjemaer er utviklet lokalt, men også sentralt gjennom Nasjonal kompetansetjeneste for aldring og helse (pårørendeskole for pårørende demens). Pårørende opplever at de er mer rustet til det som måtte komme, utfordringer, de vet hvor de skal henvende seg i kommunen for å søke råd og hjelp.

### *– Hvilke utfordringer opplever dere tiltakene?*

– Det kan være utfordrende å markedsføre tilbudene slik at det blir kjent. Det er videre en utfordring å sikre seg at vi når målgruppen.

Bærum kommune var tidlig ute, og har i samarbeid med Vestre Viken HF utviklet et godt tilbud til barn og unge med foreldre som sliter med psykiske problemer eller rus.

– Det er likevel et stykke igjen før vi har kommet i mål med å gi et helhetlig og koordinert tilbud til barn og unge når de er pårørende. Kommunen må sikre at alle barn som lever i familier hvor foresatte har alvorlig sykdom, får tilstrekkelig informasjon og oppfølging.

Dette gjelder også barn og unge i familier med somatisk sykdom, for eksempel kreft eller demens. Det er behov for samarbeid på tvers og klare rutiner som sikrer disse barn og unge nødvendig hjelp og oppfølging. Vi erfarer videre at de som jobber med voksne kan ha utfordringer med å holde barneperspektivet i en travel jobbhverdag der hovedfokuset er på den voksne.

### *– Hvilke tips og råd har dere til andre kommuner som vil starte andre pårørendetilbud eller lignende pårørendetiltak som dere?*

– Det er viktig å kartlegge hva kommunen allerede har av tilbud, så man ikke dublerer tilbud eller konkurrerer om målgruppen.

Vær realistiske i forhold til ressursbruk og hyppighet av tilbudet. Begynn i det små og evaluer før det etableres i storskala.



Tekst:

**Marie Rein Bore**

Journalist