

# ppp Valdres-kommunene satsset på fleksibel nettbasert opplæring

– Fleksible nettbaserte opplæringsressurser for ansatte er gull verdt for oss i distriktene, skriver Hege Birketvedt Eklund, kreftkoordinator i de seks Valdres-kommunene



De har benyttet seg av muligheten for skreddersydd opplæringsplan som Pårørendesenteret har laget for dem. Valdres-kommunene er også blant de kommunene som har fått ekstra midler fra staten til pårørendearbeid.

– *Hvilke satsninger og tiltak er dere i gang med når det gjelder pårørende?*

– Valdres satte for alvor pårørende på dagsorden gjennom prosjektet «Pårørende, – ressurs, rolle og behov» i 2015–2016. Prosjektet var knyttet til kreftkoordinators regionale funksjon, og hadde en rekke tiltak i de seks kommunene.

Dels handlet det om forankring og bevisstgjøring, dels om konkrete tilbud til pårørende; Mestringskurs, etablering av møteplassen Temakafe, og markedsføring av lavterskeltilbudet hos kreftkoordinator.

**“ Det skal være enkel tilgang til kontakt også for pårørende.**

– Det er nytt at tilbudet konkretiseres og informeres om så tydelig. Kontakten kan være alt fra enkel rådgivning eller mer omfattende med samtaler, møter og oppfølging etter behov. Kreftkoordinator kan være kontaktperson over tid for familien, og ha et særlig blikk for helheten.

Den andre store målgruppen i prosjektet var helsepersonell, og ulike tiltak for å spre informasjon og kompetanse om pårørendearbeid.

Pårørendesenteret har vært en viktig ressurs for oss der! Vi har benyttet oss av muligheten for skreddersydd opplæringsplan som Pårørendesenteret har laget for oss.

**“ Fleksible nettbaserte opplæringsressurser er gull verdt for oss i distriktene.**

– Vi hadde søkt og fått prosjektmidler fra Helsedirektoratet, og dette gjorde det mulig å satse på konkrete tiltak. Et synlig resultat er blant annet utarbeidelse av elektronisk ressurskart over alt som finnes av tilbud, kompetanse og helsetjenester i regionen, til bruk for pårørende og alle andre som trenger å finne fram.

Nå er vi i gang med fase to i pårørendesatsing; Et nytt prosjekt som er enda bredere, men også mer spisset mot barn og unge som pårørende.

Diagnoseuavhengig. Her har vi som ambisjon å implementere alle anbefalinger i den nye pårørendeveilederen som gjelder kommunene.

Ekstra spennende er samarbeidet som nå skjer mellom skole, oppvekst og helsesektoren, der vi opplever at tverrfaglighet gir helt nye dimensjoner.

Vi er i gang med å utvikle nye tilbud for å fange opp og gi nødvendig støtte til barn som pårørende. Dette gjør vi ved å spørre: Hva trenger vi å få på

plass for å få til det vi ønsker?

**“ Det er ikke alltid så mye om skal til,  
og det koster faktisk ikke alltid penger  
heller.**

Hvordan og hva trengs av kompetanse og arbeidsmetoder i barnehager og skoler og helsevesen for å gi barna det nødvendige? Hvordan kan vi samarbeide og kommunisere mellom skole og helse, hvordan bruke helsesøstertjenesten aktivt og riktig?

En større fagdag for helsepersonell, temakvelder for folk, samarbeide med støtteforeninger og frivillig sektor, bygge opp og spre kompetanse lokalt, synliggjøre det som finnes av ressurser, etablere møteplassen Treffpunkt for barn som pårørende, lista over tiltak blir lang!

– Hva er responsen dere har fått fra pårørende – og erfaringene deres så langt med tiltakene?

– Mitt inntrykk er at pårørende er positive og takknemlige for å bli sett, hørt, verdsatt.

**“ Noen er utslitte og svært belastet,  
og det er åpenbart nødvendig med  
avlastningstilbud eller praktisk hjelp.**

– Det er ofte en ensom og krevende rolle, det å være pårørende over tid. Møteplasser der pårørende kan treffe andre i samme situasjon, sier de er verdifullt. Vi ser også at flere pårørende kan tenke seg å være med på å utvikle tilbud for andre pårørende når de på et senere tidspunkt er kommet videre, noen via frivillig arbeid eller gjennom involvering i prosjekter. De har masse verdifullt å bidra med og dette er Vinn-vinn på alle måter.

– Flere er oppmerksomme på pårørendes behov i dag. Informasjonsspredning fra helsemyndigheter, sosiale medier, Pårørendesenteret med flere bidrar til det. Det har skjedd mye siste par årene, vi er så absolutt på vei!

**“ Vi synes også Helsedirektoratet fortjener ros for pårørendeveilederen, både for prosessen og den brede involveringen av bidragsytere inn.**

– Pårørendeveilederen er blitt god og konkret – og det blir spennende å se hvor godt vi kan få implementert anbefalingene.

– *Hvilke utfordringer opplever dere tiltakene?*

– Når vi ut til de som trenger det? Klarer vi å være i forkant? Selve situasjonen kan også være svært kompleks og med ulike dilemmaer. Det er ikke alltid det finnes gode løsninger. Å nå ut med informasjon kan være vanskelig.

**“ Ressurser både til å hjelpe og til å ha avlastningsplasser nok er utfordrende for kommunene.**

– I samarbeidet med NAV er det både gode og mindre gode erfaringer, men vi opplever også at det er økende forståelse og aksept for at pårørenderollen kan være svært krevende.

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

– Pårørende trenger ikke alltid så mye, men det de trenger, er det viktig at de får! De har så mye å bidra med av erfaringer.

– For egen del har jeg bare gode erfaringer med å samarbeide med pårørende. Det er sammen vi kan klare å finne løsninger. Det finnes ressurser som det er viktig å bli oppmerksom på, og bruke eller formidle informasjon om videre til pårørende.

**“ Lær av andre! Det er fint med delingskultur.**

– Vi har selv lært mye av andre og deler så gjerne av det vi selv har erfart og utviklet. Og bruk Pårørendesenteret.no og andre nettressurser, f.eks. Barnsbeste.no. Og til sist; mobiliser lokalt! Vi er alle pårørende, og vi ser en økende grad av bevissthet på feltet.



Tekst:

**Marie Rein Bore**

Journalist