

# Årsrapport 2010



**NK LMS**

NASJONALT KOMPETANSESENTER FOR LÆRING OG MESTRING

HELSE  SØR-ØST

 Oslo  
universitetssykehus



## Forord

2010 har vært preget av stort engasjement og mye aktivitet.

Nasjonalt kompetansesenter for læring og mestring (NK LMS) har feiret 10 års-jubileum som ble markert ved å arrangere en større nasjonal konferanse i Oslo med tittelen "Praksis, fagutvikling og forskning innen pasient- og pårørendeopplæring". Tema for konferansen var helsepedagogikk, brukermedvirkning, samhandling og forskning for å nevne noen. I denne anledning ble det også laget en film "Fra modellprosjekt til nasjonal etablert praksis". Filmen kan benyttes i forbindelse med undervisning og er distribuert til alle LMS sentrene. Det var over 300 deltakere på konferansen og vi fikk mange gode tilbakemeldinger.

Det har også dette året vært arbeidet med flere utviklingsprosjekter som denne rapporten vil gi en nærmere beskrivelse av.

Vår nettside har også fått en oppdatering og det sendes ut nyhetsbrev hver måned til vårt nettverk ved lærings- og mestringsentrene og andre som ønsker å abonnere på vårt nyhetsbrev.

I forbindelse med samhandlingsreformen og Stortingsmelding nr. 47 står vi overfor store endringer i helsevesenet, også innenfor læring og mestring.

NK LMS har vært engasjert og bidratt med høringsuttalelser i forbindelse med ny nasjonal helse- og omsorgsplan og ny lov om kommunale helse- og omsorgstjenester. Du kan lese mer om våre anbefalinger vedrørende etablering og organisering av lærings- og mestringstiltak i kommunen på vårt nettsted [www.mestring.no](http://www.mestring.no).

Det er fortsatt et stort behov for kompetanseutvikling og forskning innen pasient og pårørendeopplæring. NK LMS er en viktig aktør i det videre arbeidet.



Anne Margrete Fletre

Leder, Nasjonalt kompetansesenter for læring og mestring (NK LMS)

## INNHold

|                                                                             |    |
|-----------------------------------------------------------------------------|----|
| Innledning.....                                                             | 5  |
| Ansatte ved NK LMS 2010 .....                                               | 6  |
| Mål for Nk LMS.....                                                         | 7  |
| Forskning.....                                                              | 8  |
| Fagråd.....                                                                 | 8  |
| Forskningssøknad.....                                                       | 8  |
| Kartlegging av LMS-virksomheten.....                                        | 8  |
| Bidrag til forskning.....                                                   | 9  |
| Utvikling .....                                                             | 10 |
| Veileder til utvikling av helsepedagogisk kompetanseutviklingsprogram ..... | 10 |
| Verktøykasse for lærings- og mestringstilbud (LMS-tilbud).....              | 11 |
| SMIL - styrket mestring i livet .....                                       | 11 |
| Starthjelp - om familie og mestring .....                                   | 12 |
| Ungdom i fokus.....                                                         | 13 |
| Stimuleringsmidler.....                                                     | 14 |
| Helsehåndboka.no .....                                                      | 14 |
| Kommunikasjon og kompetansespredning .....                                  | 15 |
| Profil og logo .....                                                        | 15 |
| www.mestring.no.....                                                        | 15 |
| Nyhetsbrev .....                                                            | 16 |
| Videokonferanser .....                                                      | 16 |
| Presentasjoner / representasjoner .....                                     | 16 |
| Klart språk .....                                                           | 17 |
| Publikasjoner .....                                                         | 17 |
| Nettverk .....                                                              | 17 |
| Kompetansekatalog .....                                                     | 19 |
| Nasjonal kursdatabase.....                                                  | 19 |
| Jubileumskonferanse 2000 - 2010 .....                                       | 19 |
| Film i anledning NK LMS' 10-års jubileum.....                               | 20 |
| Referansegruppe .....                                                       | 21 |



Nasjonalt kompetansesenter for læring og mestring (NK LMS) er organisert i Oslo universitetssykehus HF, med mandat som følger av et rundskriv gitt av Helse og omsorgsdepartementet.

NK LMS har som overordnet mål å utvikle og styrke den faglige plattformen for opplæring av pasienter og pårørende. Dette arbeidet skjer gjennom lærings- og mestringssentrene (LMS) og spesialisthelsetjenesten.

Pasient- og pårørendeopplæring er en av spesialisthelsetjenestens fire hovedoppgaver (lov om spesialisthelsetjeneste, 2001, § 3-8). Etablering av LMS er en nasjonal satsning for å styrke helseforetakenes ressurs i opplæringsvirksomheten. Det er 63 LMS i Norge per des. 2010. Av disse er 62 etablert i spesialisthelsetjenesten, mens ett er etablert i kommunen.

### **NK LMS' hovedoppgaver er**

- å starte opp og lede nasjonale utviklingsprosjekter samt bidra i etablering av lærings- og mestringstilbud ved landets lærings- og mestringssentre
- å starte opp, medvirke i eller lede forskningsprosjekter
- å spre kompetanse og videreutvikle nettverkssamarbeid med de lokale og regionale lærings- og mestringssentre, samt brukerorganisasjoner, utdanningsinstitusjoner, myndigheter og andre samarbeidspartnere

### **Grunntanke**

Vi har som førende prinsipp at representanter fra brukerorganisasjoner og fagpersoner deltar på lik linje i utvikling, gjennomføring og evaluering. Vi mener at et slikt samarbeide bidrar til bedre kvalitet på lærings- og mestringstilbudene.

### **Samarbeidspartnere**

Vi samarbeider med landets LMS, Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon (FFO), Samarbeidsforumet av funksjonshemmedes organisasjoner (SAFO) og deres medlemsorganisasjoner, regionale helseforetak, Kommunesektorens interesse- og arbeidsgiverorganisasjon (KS) og utdanningsinstitusjoner.

### **Kompetanseområder**

Vi har siden oppstarten i 2000 bidratt til å etablere LMS ved alle landets helseforetak. Vår kompetanse strekker seg over fagområdene helse- og samfunnsvitenskap, pedagogikk, kommunikasjon, forskning, prosjektutvikling og prosjektledelse.

## ANSATTE VED NK LMS 2010

**Fast ansatte. totalt 6, 2 stillinger:**



**Leder**  
Anne Margrete  
Fletre



**Sekretær**  
Siw Merete Paulsen



**Informasjonsrådgiver/  
webredaktør:**  
Marianne Endresen



**Spesialrådgiver**  
Anita Strøm



**Spesialrådgiver**  
Siw Bratli



**Spesialrådgiver**  
Ann Britt  
Sandvin Olsson



**Seniorforsker**  
Christina Foss

**Midlertidig ansatte: totalt 1,5 stillinger**



**Prosjektleder**  
Sølvi Heimestøl



**Prosjektleder**  
Sigrid Bøthun



**Prosjektleder**  
Ellen Østberg



**Prosjektmedarb.**  
Hanne Rekkebo



**Prosjektleder**  
Maria Dahl

Nærmere presentasjon av de ansatte, se [www.mestring.no](http://www.mestring.no).

### Hovedmål

NK LMS skal gjennom utstrakt samarbeid med andre, bidra til å utvikle og styrke den faglige plattformen for pasient og pårørendeopplæring med utgangspunkt i Læring- og mestringssentrene og spesialisthelsetjenesten.

*Strategisk plan 2009 - 2013, side 4*

### Krav til nasjonale kompetansesentra

I følge rundskriv fra Helse- og omsorgsdepartementet, 1-19/2003 om høyspesialiserte tjenester, skal Nasjonale kompetansesentra "sikre nasjonal kompetanseoppbygging og kompetansespredning innenfor sitt spesifiserte område".

### Strategiske mål; forskning, utvikling og kommunikasjon/kompetansespredning

Virksomheten siste år er beskrevet ut ifra NK LMS' Strategisk plan 2009 - 2013. Planen tar utgangspunkt i de oppgaver som nasjonale kompetansesentra har, i følge rundskriv fra Helse- og omsorgsdepartementet.

Planen beskriver tre strategiske hovedmål knyttet til forskning, utvikling og kommunikasjon og kompetansespredning.

- NK LMS bidrar til å styrke forskning innen feltet pasient- og pårørendeopplæring.
- NK LMS understøtter god praksis gjennom å initiere og drive utstrakt utviklingsarbeid sammen med praksisfelt og brukerorganisasjoner.
- NK LMS bidrar til kompetansespredning og videreutvikler gode nettverk mellom NK LMS og lokale/regionale LMS, brukerorganisasjoner, utdanningsinstitusjoner, myndigheter og andre samarbeidspartnere gjennom differensiert, planlagt, målrettet og kvalitetssikret kommunikasjon.

Strategisk plan kan lastes ned på [mestring.no](http://mestring.no).

## FORSKNING

### Hovedmål

NK LMS bidrar til å styrke forskning innen feltet pasient og pårørendeopplæring.

*Strategisk plan 2009 - 2013, side 11*

### FAGRÅD

Kompetansesenteret har dette året etablert et fagråd med forskere og utarbeidet et mandat med retningslinjer for arbeidet. Professor Astrid Wahl ved Universitetet i Oslo er leder for fagrådet.

### FORSKNINGSSØKNAD

Kartlegging av LMS-virksomheten ga et grunnlag for planlegging og utvikling av fremtidige forskningssøknader.

Det er blitt utarbeidet og sendt en søknad til Forskningsrådet. NK LMS ble ikke tildelt midler i denne omgang. Det arbeides videre med utvikling av forskningssøknader og muligheter for å søke eksterne midler til forskning.

### KARTLEGGING AV LMS-VIRKSOMHETEN

For å etablere et solid grunnlag for planlegging og utvikling av et fremtidig forskningsprosjekt, startet NK LMS i 2009 gjennomføringen av en nasjonal kartlegging av lærings- og mestringssentrene. Rapporten ble ferdigstilt ved årsskiftet 2010/2011 og inneholder en beskrivelse av omfanget av virksomheten, ledelse og organisatoriske rammer, økonomiske forhold og ressursbruk, oversikt over læringstilbud og FOU virksomhet knyttet til de lokale LMS.

Spørsmålet om hvordan foretakene nasjonalt løser den lovpålagte oppgaven vedrørende opplæring av pasienter og pårørende, er omfattende. Rapporten gir en grov oversikt over den delen av aktiviteten som knytter seg til lærings- og mestringssentrene. Det er svært varierende i hvilken grad og hvordan de ulike LMS rapporterer sin virksomhet og det er ikke alle LMS som evaluerer egen virksomhet. Fordeling av de ulike læringstilbudene varierer fra et LMS til et annet, samt hvor mye ressurser som benyttes i forhold til pasient- og pårørendeopplæring i helseforetaket.

Flere LMS kommenterer at de enten har, eller er i ferd med å etablere, samarbeid med kommunen. Dette er i tråd med signaler gitt i Samhandlingsreformen ( St. meld. nr 47).

Kartleggingsrapporten kan lastes ned på [www.mestring.no](http://www.mestring.no).

## BIDRAG TIL FORSKNING

NK LMS har initiert og finansiert en forstudie for å prøve ut anerkjente forskningsinstrumenter som antas å kunne måle endringer hos deltakere med tanke på læring og mestring.

Hensikten med studien er å teste instrumentenes relevans og kvalitet for å avdekke endringer over tid hos to meget ulike pasientgrupper med langvarig helsesvikt. Deltakere til studien er personer med KOLS og personer med sykkelig overvekt som har gjennomført opplæring ved LMS.

Forstudien er et samarbeid med forskningsenheten ved Oslo universitetssykehus, LMS ved Oslo universitetssykehus og Avdeling for sykepleierutdanning ved Høgskolen i Oslo og vil være fullført i løpet av 2011. Det arbeides med flere artikler for publisering. En artikkel er nylig akseptert for publisering i Quality of Life Research.

Mer informasjon ligger på [www.mestring.no](http://www.mestring.no).

### Hovedmål

NK LMS understøtter god praksis gjennom å initiere og drive utstrakt utviklingsarbeid med praksisfelt og brukerorganisasjoner.

*Strategisk plan 2009 - 2013, side 12*

### VEILEDER TIL UTVIKLING AV HELSEPEDAGOGISK KOMPETANSEUTVIKLINGSPROGRAM

NK LMS har utviklet en veileder for et helsepedagogisk kompetanseutviklingsprogram til bruk i spesialist- eller kommunehelsetjenesten.

Ledere og ansatte i lærings- og mestringssentrene har lenge ønsket et dokument som kan beskrive den kompetansen som er nødvendig for fagfolk som skal medvirke i lærings- og mestringstilbud der LMS' arbeidsmåte ligger til grunn. Denne veilederen uttrykker nødvendige emneområder, minimumsomfang og arbeidsformer for kompetansehevende kurs i helsepedagogikk. Veilederen er retningsgivende, og er ment som en støtte til lærings- og mestringssentrene, de respektive HF/RHF og kommunene med tanke på deres ansvar for kompetansebygging og -spredning innen helsepedagogikk.

Veilederen signaliserer også at kompetanseheving i helsepedagogikk krever ressurser. Fagpersoner som skal yte individuell eller gruppebasert veiledning og undervisning med fokus på pasientenes egen mestring, må erverve holdninger, kunnskaper og ferdigheter om dette. Helsepedagogikk-kompetanse krever arbeid og tid å tilegne seg.

Veilederen er utarbeidet ved NK LMS av Anita Strøm i et samarbeid med en ressursgruppe fra LMS-nettverket bestående av:

- Tone Nøren, Universitetssykehuset Nord-Norge HF, Tromsø
- Brita Rønning Iversen, Sykehuset Telemark HF, Klinikk Notodden-Rjukan
- Per Tore Iversen, Sørlandet sykehus HF, RMLS
- Janicke Kilian, Helse Bergen HF
- Stein Conradsen, Helse Sunnmøre HF og Helse Midt-Norge
- Eva Bjørnsborg, Oslo universitetssykehus HF.

Veilederen kan lastes ned fra [www.mestring.no](http://www.mestring.no).

## VERKTØYKASSE FOR LÆRINGS- OG MESTRINGSTILBUD (LMS-TILBUD)

Verktøykassen er et hjelpemiddel for fagpersoner i spesialist- eller kommunehelsetjenesten som vil etablere lærings- og mestringstilbud (LMS-tilbud).

Verktøykassen inneholder anbefalte standarder og retningslinjer for implementering, gjennomføring og evaluering av LMS-tilbud. Her finnes både generell informasjon, og informasjon knyttet til spesifikke LMS-tilbud. Beskrivelse av kompetanse- og ressursbehov ved gjennomføring er inkludert. Det enkelte LMS-tilbud må like fullt tilpasses det respektive stedets muligheter og ressurser.

Verktøykassen er et tiltak for å svare på det nasjonale ansvaret som NK LMS har for å spre kompetanse og bygge nettverk knyttet til pasient- og pårørendeopplæring. NK LMS tar utgangspunkt i den praksis som er utviklet ved lærings- og mestringssentrene.

Visjonen er at Verktøykassen skal inneholde et variert utvalg av kvalitetssikrede LMS-tilbud.

I 2010 ble det publisert en førsteversjonen, se [www.mestring.no](http://www.mestring.no).

## SMIL - STYRKET MESTRING I LIVET



Utviklingsprosjektet SMIL (2008/2009) ble dette året rundet av med ferdigstilling av sluttrapport og distribusjon av denne til myndigheter, samarbeidspartnere og nettverk.

SMIL er et LMS-tilbud for barn og unge som har foreldre med psykisk sykdom eller rusproblemer. Tilbudet har sitt utspring i regjeringens satsing på barn som pårørende (2007- ), som senere har resultert i egne lovbestemmelser for oppfølging av denne målgruppen.

SMIL ble videreført i 2010 med fokus på implementering av tilbudet lokalt, basert på den infrastrukturen som allerede forligger ved LMS-nettverket. Videreføringen tok utgangspunkt i at NK LMS ønsket å gi fortsatt prioritet til barn og unge som pårørende, og deres familier.

Prosjektleder for SMIL var frem til 01.09.2010 Siw Bratli, spesialrådgiver ved NK LMS. Ellen Østberg ble da ansatt som ny prosjektleder i 50 % stilling.

NK LMS søkte i forbindelse med videreføring av prosjektet om midler fra tidligere oppdragsgiver, Helse- og omsorgsdepartementet (HOD). Søknaden førte til nye bevilgninger, og tilskuddet ble i sin helhet anvendt som implementeringsmidler for å støtte lokale initiativtagere i 2010.

Kriterier for å søke NK LMS om etableringsstøtte ble utarbeidet, og resultatet av søkeprosessen var fem lokale initiativtakere fordelt på de respektive helseregionene.

Gruppetilbudet SMIL kom i gang eller fikk startet planlegging følgende steder:

- Lærings- og mestringssenteret, UNN Narvik
- Lærings- og mestringssenteret, Psykisk helsevern, Valen sykehus, Helse Fonna
- Lærings- og mestringssenteret, Tiller DPS, St. Olav Hospital
- Ressurssenter for psykisk helse, DPS Vinderen, Diakonhjemmet sykehus
- Lærings- og mestringssenteret barn, Oslo Universitetssykehus

SMIL-igangsettere har fått løpende oppfølging i form av veiledning og rådgiving fra prosjektleder ved NK LMS. En guide for etablering av tilbudet er utarbeidet og førsteversjonen er publisert som del av Verktøykassen på [www.mestring.no](http://www.mestring.no).

NK LMS' satsing på barn og unge som pårørende vil opprettholdes også i 2011. Dette gjennom en fortsatt videreføring av SMIL og arbeidet med å få tilbudet implementert i større skala.

## STARTHJELP - OM FAMILIE OG MESTRING

Med midler fra Helsedirektoratet er etablering av LMS-tilbudet Starthjelp – om familie og mestring, et tiltak for å styrke habiliteringstilbudet til barn og unge i kommunen og spesialisthelsetjenesten. Tiltaket retter seg mot punkt 2 på prioriteringslisten (tiltak 3.5.5 i Handlingsplan for habilitering av barn og unge, 2009): Økt satsing på helsefremmende og forebyggende arbeid i forhold til barn og unge med funksjonsnedsettelse.

Starthjelp er et forebyggende og helsefremmende opplæringstilbud. LMS-tilbudet er for foreldre som nylig har fått barn med nedsatt funksjonsevne eller kronisk sykdom, og som vil ha behov for tett oppfølging fra helsevesenet framover.

I LMS-tilbudet er det lagt til rette for formidling av informasjon og kunnskap om de muligheter og rettigheter som familien har, om det å mestre familielivet, foreldrerollen og hverdagen, og for utveksling av erfaringer. Tilbudet representerer også et møtested mellom foreldre og fagpersoner fra ulike deler av hjelpeapparatet, og mellom foreldre som er i lignende situasjon.

Prosjektleder for Starthjelp var frem til 15.08.2010 Ann Britt Sandvin Olsson, spesialrådgiver ved NK LMS. Sølvi Heimstøl ble ansatt som ny prosjektleder i 50 % stilling.

Det er gjennomført et Starthjelpkurs i Bodø ved LMS, Nordlandssykehuset HF. Kurset ble planlagt, gjennomført og evaluert i et samarbeid mellom LMS, Barnehabiliteringen, Barneklubben og Norges forbund for utviklingshemmede (NFU).

En lokal arbeidsgruppe er etablert ved LMS Helse Nordmøre og Romsdal HF. Kurset utvikles lokalt i et samarbeid mellom fagpersoner fra LMS, Habiliteringstjenesten, Barneavdeling, Smøla kommune, Kristiansund kommune og brukerrepresentanter fra Cp-foreningen og Autismeforeningen. Tidspunkt for gjennomføring av kurs er satt til sept 2011.

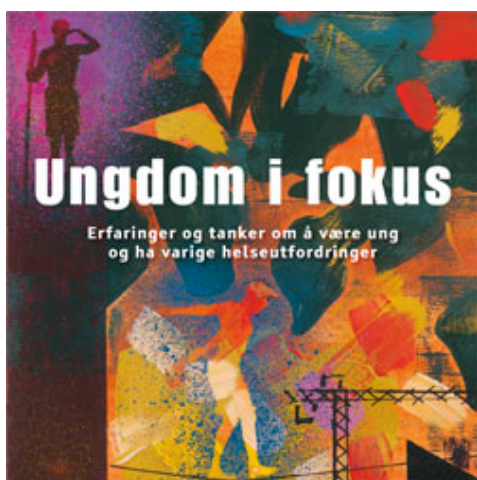


Starthjelpkurs er under planlegging ved LMS i Helse Førde HF i samarbeid med Habiliteringstjenesten i foretaket og lokale brukerorganisasjoner.

Alle som har etablert Starthjelpkurs har fått løpende oppfølging i form av veiledning og rådgiving fra prosjektleder ved NK LMS. En guide for etablering av tilbudet er utarbeidet og førsteversjonen er publisert som del av Verktøykassen på [www.mestring.no](http://www.mestring.no).

Det er startet arbeid med å operasjonalisere og tilpasse NK LMS sitt evalueringsskjema, slik at det passer til Starthjelp sin målsetting og til behovet for tilbakemeldinger fra og til de lokale arrangørene av kurs.

## UNGDOM I FOKUS



NK LMS har ungdom og unge voksne med varige helseutfordringer som satsingsområde for videre forsknings- og utviklingsarbeid.

Som en del av dette arbeidet er det laget et hefte for fagpersoner i spesialist- og kommunehelsetjenesten. Heftet skal gjennom kunnskap og erfaring fra ungdom, foreldre og fagpersoner vise hvordan det er mulig å legge til rette for gode møter med ungdom, der ungdom støttes i det å ivareta egen helse.

I utviklingen av heftet har ungdom og unge voksne, foreldre og fagfolks erfaring og kompetanse vært sidestilt, i tråd med arbeidsmåten ved landets lærings- og mestringssentre.

Lanseringen og presentasjonen av heftet ble gjort ved representant fra NK LMS sammen med noen av ungdommene som har deltatt i utviklingen av innholdet. Dette ble gjort på Unges Helsekonferanse 03.02.2011.

Heftet er resultatet av et prosjektarbeid med en redaksjon bestående av:

- Synøve Berg, NK LMS, Oslo universitetssykehus HF
- Kristine Hartvedt, Skolehelsetjenesten ved Sogn videregående skole
- Brit Hov, Seksjon for fysioterapi, KVB, Oslo universitetssykehus HF Ullevål
- Liv-Grethe K. Rajka, Lærings- og mestringssenteret for barn, unge og deres familier, Oslo universitetssykehus HF
- Ann Britt Sandvin Olsson, NK LMS, Oslo universitetssykehus HF

Heftet kan lastes ned eller bestilles gratis på [www.mestring.no](http://www.mestring.no).



## STIMULERINGSMIDLER

Det ble i 2009 delt ut 1,6 millioner til 12 ulike prosjekter. Det ble stilt krav om at utviklingsprosjektene skulle være integrert i helseforetakenes ordinære tjenestetilbud.

Sluttrapportene er mottatt og gjennomgått .

Fire av prosjektrésultatene ble kommunisert til LMS-nettverket ved presentasjoner på Jubileumskonferansen 2010.

Tre av prosjektene som fikk midler av NK LMS benyttet disse til å utvikle sine respektive forskningssøknader. Av disse resulterte to av søknadene i eksterne prosjektmidler.

## HELSEHÅNDBOKA.NO

NK LMS har deltatt i utarbeidelse av helsehåndboka.no ved å bidra med en ressurs på 20% i seks måneder. Det har i denne perioden vært arbeidet med en mal for visuell fremstilling av informasjon til pasienter og pårørende.

Helsehåndboka.no er et offentlig eid nettsted der norske foretak og kommuner kan presentere kunnskap. Prosjektet er forankret hos Nasjonalt kunnskapssenter for helsetjenester.

Les mer på [www.mestring.no](http://www.mestring.no) eller <http://sites.google.com/site/godpraksis/>

## KOMMUNIKASJON OG KOMPETANSESPREDNING

### Hovedmål:

NK LMS bidrar til kompetansespredning og videreutvikler gode nettverk mellom NK LMS og lokale/regionale LMS, brukerorganisasjoner, utdanningsorganisasjoner, myndigheter og andre samarbeidsparter gjennom differensiert, planlagt, målrettet og kvalitetssikret informasjon.

*Strategisk plan 2009 - 2013, side 14*

## PROFIL OG LOGO



NK LMS har tidligere manglet en klar gjennomgående profil på elektronisk og skriftlig materiell. I 2010 ble en ny logo utviklet og en profilhåndbok ble laget. NK LMS ønsker å ha en effektiv markedskommunikasjon, og har som mål at mottaker opplever denne som gjenkjennelig, god og seriøs.

Vår logo kan lastes ned på [www.mestring.no](http://www.mestring.no).

Her ligger også andre aktuelle logoer tilgjengelig, samt en logoguide.

## WWW.MESTRING.NO

NK LMS' nettsider [www.mestring.no](http://www.mestring.no) skal som kommunikasjonskanal bidra til kompetansespredning og videreutvikling av gode nettverk mellom NK LMS og de lokale/regionale LMS og andre samarbeidspartnere.

Nettsiden har i 2010 blitt ytterligere utviklet etter nyetableringen i 2009. Sidene har fått en mer brukervennlig struktur. Det er også enkelt å bestille hefter eller andre publikasjoner, melde seg på videokonferanser og abonnere på nyhetsbrev. Nettsidene er utskriftsvennlige.



## NYHETSBREV

NK LMS sendte ut åtte nyhetsbrev i 2010 med informasjon om NK LMS' arbeid og andre aktuelle aktiviteter. Nyhetsbrevet har en jevn stigning av abonnenter.

NK LMS sendte også ut to nyhetsbrev til Forskernettverket. Nyhetsbrev til Nasjonalt nettverk for læring og mestring innen feltet psykisk helse og rus var under planlegging i 2010.

Tidligere nyhetsbrev kan leses på [www.mestring.no](http://www.mestring.no). Her kan man også melde seg som abonnent.

## VIDEOKONFERANSER

NK LMS holdt fire videokonferanser i 2010. Representanter fra alle LMS i Norge er invitert på disse. På videokonferansene informerer NK LMS om sitt arbeid og de regionale kontaktene orienterer også om sine aktiviteter. Nettverket kan gi tilbakemeldinger eller stille spørsmål, og det er dialog rundt aktuelle tema.

## PRESENTASJONER / REPRESENTASJONER

Det er et mål for NK LMS å presentere prosjekter og annen virksomhet på nasjonale kurs og konferanser. Det er også brukt ressurser på etablering av nettverk som er relevante for de oppgavene som kompetansesenteret er pålagt.

### **Nasjonalt**

Det har vært gjennomført ca. 30 presentasjoner for større grupper. Målgruppen har vært politikere, LMS-nettverk, brukerorganisasjoner, helse- og utdanningsinstitusjoner.

Tema har hatt utgangspunkt i de utviklingsprosjektene som NK LMS huser, samt faglig arbeid som er utført i løpet av året.

### **Nordisk**

Presentasjonen "Samarbeid i lærings- og mestringssentrene - medvirkning og makt " ble holdt for Landstinget i Varmland, Karlstad, Sverige.

Presentasjonen "10 års erfaring med lærings- og mestringssentre i Norge" ble holdt på Nordisk konferanse om egenomsorg ved kronisk sykdom. Konferansen ble holdt i regi av Nordisk Ministerråd og Sundhedststyrelsen i København.

## KLART SPRÅK

NK LMS fikk i juni 2009 midler fra Direktoratet for forvaltning og IKT (Difi) etter søknad gjennom tiltaket "Klart språk i staten". Mer informasjon om tiltaket finnes på [www.klarsprak.no](http://www.klarsprak.no).

Som følge av dette ble det igangsatt et prosjekt hos NK LMS for å utvikle og samkjøre en entydig språkprofil, og kvalitetssikre og språkvaske utgående informasjon.

Dette arbeidet har ble videreført i 2010.

## PUBLIKASJONER

Strøm, A (2010). Samarbeid i lærings- og mestringssentrene – brukermedvirkning og makt. Avhandling for graden PhD, det medisinske fakultet, Universitet i Oslo.

## NETTVERK

### **Nasjonalt nettverk for læring og mestring innen feltet psykisk helse og rus**

Kompetansesenteret har startet arbeidet med etablering og koordinering av et nasjonalt nettverk for læring og mestring innen feltet psykisk helse og rus.

Dette er ett av flere tiltak i tråd med NK LMS' strategiplan innen feltet psykisk helse og rus.

Det har også vært etterspørsel fra fagmiljøet (knyttet til feltet psykisk helse og rus innen LMS-nettverket) om å utarbeide en oversikt over læringstilbud, og muligheter for en koordinerende funksjon som kan bidra til å samle spre og utvikle kompetanse innen feltet læring og mestring.

En ressursgruppe med representanter fra de ulike helseregionene er etablert. Medlemmene skal ha en rådgivende funksjon for prosjektleder, samt bidra til å løfte frem både gode erfaringer og aktuelle utfordringer som har nytte for flere i LMS-nettverket.

Ressursgruppa består av:

- Tone Vangen Fagerheim, Helse Nord
- Helga Melkeråen, Helse Midt-Norge
- Elisabeth Sortland Sande, Helse Vest
- Bettina Dudas og Per Tore Iversen (koordinator), Helse Sør-Øst
- Marius Helland Sørensen-Sjømæling, Organisasjonen Barn av Rusmisbrukere (BAR)
  
- Sigrid Bøthun, NK LMS (prosjektleder)
- Siw Bratli, NK LMS

### **Forskernettverk innen pasient og pårørendeopplæring**

Etter at NK LMS arrangerte Forskerkonferansen i september 2009, ble det vedtatt å etablere et forskernettverk. Målet er at flest mulig av de som innehar mastergrad eller doktorgrad (eller er i utdanningsløp mot dette), og som planlegger, gjennomfører eller har gjennomført forskningsprosjekt eller større evalueringer innen pasient- og pårørendeopplæring, skal delta i forskernettverket.

NK LMS påtok seg å sende ut to nyhetsbrev til nettverket pr. år. Nyhetsbrevene kan leses på [www.mestring.no](http://www.mestring.no). Her kan man også melde seg som abonnement.

NK LMS tok også ansvaret med å etablere en kompetansekatalog. Denne ble ferdigstilt medio 2010.

### **Dialogforum**

Dialogforum består av ledere for regionale LMS, der de finnes, eller representanter for de regionale nettverkene. Fra NK LMS møter leder.

Dialogforum skal være et redskap for NK LMS og de regionale kontaktene til å fange opp og diskutere saker/tematikk knyttet til feltet.

Det har vært gjennomført fire møter i dialogforum i 2010. Referat fra møtene ligger på [www.mestring.no](http://www.mestring.no).

Dialogforum består av:

- Gro Beate Samdal (Helse Vest)
- Jan Ole Bolsø (Helse Midt-Norge)
- Elsa Hamre (Helse Nord)
- Mirjam Smedsrød (Helse Sør-Øst)
- Anne Margrete Fletre (NK LMS)

### **Nordisk nettverk**

NK LMS har deltatt på et nettverksmøte i Gøteborg vedrørende fagutvikling, forskning og muligheter for samarbeid i Norden. På møtet deltok representanter fra Center for folkesundhet, region Midt Jylland, Danmark og personer fra Kompetansesentrum for pasient og pårørendeopplæring i Vstra Gøtlandsregionen.

Det er etablert en nordisk gruppe med representanter fra Norge, Sverige og Danmark som planlegger en nordisk konferanse i Oslo 8. - 9. oktober 2012.

## KOMPETANSEKATALOG

Kompetansekatalogen er en database over personer med forskerkompetanse i pasient- og pårørendeopplæring, og ble utviklet av NK LMS i 2010. Katalogen er organisert etter person og kompetanseområde.

Det er et mål at katalogen skal være et hendig verktøy både for de som forsker eller underviser i pasient- og pårørendeopplæring og som ønsker kontakt med kolleger, for arrangører som trenger kursledere og forelesere, og for journalister og andre som ønsker å komme i kontakt med fagpersoner som kan uttale seg om lærings- og mestringsspørsmål.

Kompetansekatalogen ligger på [www.mestring.no](http://www.mestring.no).

## NASJONAL KURSDATABASE

NK LMS støtter arbeidet med å få utviklet en felles nasjonal kursdatabase for pasient- og pårørendeopplæring.

Det er godkjent at det startes opp et forprosjekt i samarbeid mellom RHF-ene for å standardisere registrering av aktivitet og presentasjon av kurstilbud for opplæring av pasienter og pårørende. Forprosjektet skal foreslå en skisse for implementering av standarder for registrering og presentasjon i databaseløsningen for regionene.

Prosjekteier er RHF fagdirektørmøtet. Styringsgruppen består av en representant fra hvert RHF og representant fra NK LMS. Prosjektleder og -sekreteriat er Helse Bergen HF ved LMS. Prosjektgruppen består av representanter fra LMS i regionene/dialogforum og brukerrepresentasjon.

## JUBILEUMSKONFERANSE 2000 - 2010

I anledning NK LMS' 10-års jubileum ble det arrangert en større konferanse i Oslo 22. - 23. september 2010.



Konferansens tema var praksis, fagutvikling og forskning innen pasient- og pårørendeopplæring.

Hensikten med konferansen var å vise verdien og betydningen av det nasjonale utviklingsarbeidet innen pasient og pårørendeopplæring som er etablert i kraft av lærings – og mestringssentrene.

Konferansen ble åpnet av helseminister Anne Grethe Strøm Erichsen.



Plenum- og parallellsesjoner ble holdt innenfor følgende tema

- Samhandling mellom helsetjenesten og brukerorganisasjoner
- Helsepedagogikk og medvirkningskompetanse
- Utviklingsarbeidet innen feltet pasient og pårørendeopplæring
- Psykisk helse , rus og mestring
- Læring og mestring i et familieperspektiv
- Forskning og grunnlagstenkning innen feltet

Målgruppe for konferansen var LMS-nettverket, helseforetak, regionale helseforetak, brukerorganisasjoner, forskernettverket innen pasient- og pårørendeopplæring og aktuelle samarbeidspartnere fra kommuner og institusjoner.



Det deltok litt over 300 deltakere på konferansen. Evalueringen etter konferansen ga gode tilbakemeldinger.

*Fra venstre: Leder NK LMS, Anne Margrete Fletre, helseminister Anne-Grete Strøm-Erichsen og adm. direktør Oslo universitetssykehus HF, Tove Strand.*

## FILM I ANLEDNING NK LMS' 10-ÅRS JUBILEUM



I anledning NK LMS 10-års jubileum ble det laget en film; "Fra modellprosjekt til nasjonal etablert praksis. Om lærings- og mestringssentrene i Norge".

Filmen formidler veien fra det første lærings- og mestringssenteret som et helsepedagogisk pionér-prosjekt til dagens landsomfattende satsing på læring og mestring både i spesialist- og kommune-helsetjeneste.

Filmen kan benyttes i forbindelse med undervisning, og er blant annet distribuert til alle LMS.



## REFERANSEGRUPPE

I 2010 ble det gjennomført to referansegruppemøter.

Det er referansegruppens mandat å følge opp arbeidet med operasjonalisering av Strategisk plan 2009-2013 ved å gi råd, veiledning og faglige innspill av nasjonal interesse.

Referansegruppens medlemmer:

- Sindre Børke, FFO (leder av referansegruppen)
- Hilde Rudlang, Helse Vest, RHF
- Knut Tjeldnes, Helse Nord, RHF
- Tore Topp, SAFO
- Anne Nicolaysen, FFO
- Unni Dahl, Helse Midt-Norge RHF
- Martha Østbye, Helse Sør-Øst, RHF
- Sigrid Askum, KS
- Wenche Sørfonden, Høgskolen i Bodø
- Vibeke Schou Jensen, Oslo universitetssykehus HF
- Anne Margrete Fletre, NK LMS (leder)

Referat fra møtene finnes på [www.mestring.no](http://www.mestring.no).





