

Attention

Uppsala



Augusti 2015

Innehåll

Allmän information	sid 1
Höstens cafékvällar och träffar	sid 2
Skrivelse från Attention Uppsala till myndigheter med ansvar för psykiatri i Uppsala	sid 3
Inbjudan till kurs i brukarrevison.....	sid 5

Information från Anhörigcentrum.....	sid 6
Information om Forum för brukarinflytande.....	sid 7
Inbjudan till öppet hus, Forum för brukarinflytande.....	sid 8



Välkomna till höstens verksamhet och träffar!

Första cafékvällen för terminen äger rum måndagen 24 augusti. Första NPF-träffen och anhörigträffen har redan varit när du får detta utskick. Hela schemat hittar på nästa sida.

Påminnelse om pappersutskicken:

Våra kostnader för utskick av medlemstidningen har ökat drastiskt. Därför har vi dragit ner rejält på antalet utskick. Vi kommer dock fortfarande att skicka ut information via e-post, så kolla gärna med Riksförbundet att din e-postadress är aktuell.

Besök även hemsidan (attention-uppsala.se) då och då, och gå gärna med i facebook-gruppen "Attention Uppsala".



Attention Uppsala
c/o HSO
Kungsgatan 64
753 18 Uppsala

E-post: info@attention-uppsala.se
Hemsida: attention-uppsala.se

Cafékvällar, anhörigträffar och NPF-träffar

Plats: Kungsgatan 64, bottenplanet (som vanligt)

Tid: 18.30-20.30 (alla träffar)

Om det skulle vara låst när du kommer tryck på "HSO" på porttelefonen så kommer någon och öppnar.

Varmt välkomna!

Nedan står höstens program och lite om vad de olika träffarna innebär.

Träffar höstterminen 2015

Datum	Typ	Program
10 augusti	NPF-träff och anhörigträff	
24 augusti	Cafékväll	Elisabeth Axberg informerar om Personligt ombud
7 september	NPF-träff och anhörigträff	
21 september	Cafékväll	Försäkringskassan informerar om sjukersättning
5 oktober	NPF-träff och anhörigträff	
19 oktober	Cafékväll	Diskrimineringsbyrån Uppsala informerar om sin verksamhet
2 november	NPF-träff och anhörigträff	
16 november	Cafékväll	Föräldrar Mot Narkotika (FMN) informerar om sin förening och föreningens arbete.
30 november	NPF-träff och anhörigträff	
14 december	Cafékväll	Terminsavslutning
28 december	NPF-träff	

Cafékvällar: Alla är välkomna, personer som har eller tror sig ha diagnos, anhöriga eller andra intresserade. På cafékvällen har vi ofta en föreläsning, information eller någon med egen diagnos som berättar sin historia. Caféet är öppet 18.30-20.30 och föredragen börjar kl. 19.00. Attention bjuder på kaffe/te och smörgåsar.

NPF-träffar: Personer som har eller tror sig ha en NPF-diagnos träffas. (Anhöriga/stödpersoner till deltagarna är välkomna om deltagaren önskar det.) Det finns inget speciellt tema, utan vi fikar och pratar om sådant som känns aktuellt. Ofta kommer vi in på olika ämnen relaterade till NPF, till exempel strategier eller aktuella ämnen från media. Attention bjuder på kaffe/te, frukt och ev. någon kaka.

Anhörigträffar: Anhöriga till personer som har eller tror sig ha en NPF-diagnos träffas. Laila Blideskog deltar i samtalen och kommer med tips och råd. Attention bjuder på kaffe/te, frukt och ev. någon kaka.

Kontaktperson för cafékvällar och NPF-träffar: Annica Beil, beilan03@hotmail.com

Kontaktperson för anhörigträffarna: Laila Blideskog, lailablideskog@hotmail.com

Kontakt föreningen: info@attention- uppsala.se

Attention Uppsalas hemsida: attention- uppsala.se

Skrivelse från Attention Uppsala:

Uppsala 2015-06-16

Till landstingsstyrelsen, hälso- och sjukvårdsstyrelsen, produktionsstyrelsen, landstingsdirektören, sjukhusdirektören, verksamhetsområdeschef Åsa Hagberg, förvaltningsdirektör Hälsa och habilitering Lena Dahlman, ansvarig chef beroende- och neuropsykiatri Gunilla Svedström

Rapporten ang. köer för utredning och behandling av neuropsykiatriska funktionsnedsättningar

Föreningen Attention Uppsala har tagit del av en rapport som psykiatrin tagit fram. Rapporten visar hur man ska organisera vården för att minska köer för neuropsykiatrisk utredning och behandling. Vi har redan före den skriftliga rapporten haft regelbundna möten med psykiatrin. Vissa av våra synpunkter kan inte härledas direkt till rapporten utan kommer från en muntlig kommunikation. Sammanfattningsvis har vi följande synpunkter:

- I prioriteringsförslaget ska en grupp, ca 20 - 30 procent av de köande, från och med nu inte erbjudas utredning. Vi vet att några av dem som utreds inte uppfyller kriterierna för en neuropsykiatrisk diagnos och att det därmed inte är lämpligt att de utreds. Men fortfarande finns det stor risk att personer som uppfyller kriterier för diagnos inte kommer kunna få behandling för sin funktionsnedsättning. I gruppen som är aktuell för närvårdsteamet för NPF har man en stor grupp studenter från universitetet som inte lyckas slutföra sin examen p.g.a. sin ADHD. Utan behandling kommer de inte att bli klara med sina studier, vilket innebär att de får mindre möjligheter att få arbete och även nya studiemedel för att slutföra studierna. Det är inte rimligt att dessa lämnas utanför samhällets stöd för att psykiatrins resurser inte räcker.
- Att ytterligare öka kunskapen hos primärvården är gynnsamt för våra grupper förutom de med lindrig ADHD som inte kan utredas där och få sin behandling. Dessa personer ska i rapporten inte tas emot av specialistpsykiatrin utan finns i första linjens psykiatrin trots att medicinering med centralstimulantia endast kan ske inom specialistpsykiatrin.
- Den neuropsykiatriska enheten ska krympas och bara hantera de som enbart har ADHD, men bistå andra verksamheter inom psykiatrin med sin expertkunskap. Men de övriga mottagningarnas verksamhet kommer inte förstärkas i det nödvändiga förändringsarbetet. Vi befarar att köerna bara flyttas över till nya verksamheter, och kanske tom blir längre, eftersom man även där måste prioritera de svårast sjuka. Personer med förmodad ADHD, lindrigare depressioner och/eller ångest kan hamna mycket långt ner i prioriteringen.

(forts. på nästa sida)

- Enligt rapporten ska Habiliteringen förstärkas med psykiater och sjuksköterska på plats. Det gläder oss då många upplever det svårt och även ångestfyllt att lämna Habiliteringen för att istället få vård från psykiatrin vid till exempel livskriser. Med förstärkningen kan dessa personer stanna kvar hos Habiliteringen.

Utifrån ovanstående önskar vi:

- ✧ en tidig uppföljning av förändringsarbetet utifrån ovanstående synpunkter.
- ✧ att man, efter exempelvis ett år kontaktar dem som helt bortprioriterats för att samla in information om huruvida det har försvårat livssituationen för personen att inte få en utredning.
- ✧ få veta om det uppstår nya köer hos mottagningarna efter ett år.
- ✧ få veta om psykiatrin i det nya samarbetet med Habiliteringen kommer att förstärkas.

Med vänlig hälsning

Föreningen Attention i Uppsala

Kontaktperson: Elisabeth Axberg, mobilnr: 0735-18 76 11.



Inbjudan:

Vill du utföra viktiga uppdrag i en kvalificerad verksamhet där din egen erfarenhet räknas som en unik kompetens?

Bli brukarrevisor hos BRiU - Brukarnas Revisionsbyrå i Uppsala län!

Som brukarrevisor samarbetar du med, och utför granskningar hos, verksamheter inom socialpsykiatri och missbruksvård. Våra uppdragsgivare är kommuner, landsting och privata aktörer. Vi behöver bli fler som är med och bidrar ur ett granskande brukarperspektiv!

Du får kostnadsfri utbildning via Regionförbundet Uppsala län.

Kursen består av sex halvdagar, förlagda under sju veckors tid.

Varför ska just du bli brukarrevisor?

Återhämtning	Du utför en meningsfull uppgift på din väg ut ur psykisk ohälsa.
Fortbildning	Du får nya kunskaper i en utbildning som är lärorik.
Egen erfarenhet	Din egen upplevelse blir värdefull i ett viktigt sammanhang.
Bli förebild	Din återhämtning blir synlig för andra brukare och kan inge hopp.
Få självförtroende	Du lär dig utföra granskningar som kräver gott omdöme och eftertanke. Tillsammans med andra brukarrevisorer levererar du kvalitet och nytta.

BRiU håller på att byggas upp i Uppsala, som en social organisation som erbjuder kvalificerade granskningar av professionella verksamheter. Kontakta oss så skickar vi dig en inbjudan till utbildningen. Där får du mer information om innehåll och kurstillfällen i höst.

Vi ser mycket gärna både anhöriga och brukare som Brukarrevisorer!

Sista anmälningdag: 21 augusti 2015.

Kursstart: fredag den 11 september 2015.

Varmt välkommen!

<http://brukarrevisionsbyran.se/>
e-post: info@brukarrevisionsbyran.se

Projektledare: Monica Landmark
e-post: brukarnas.revision@gmail.com
mobil: 0704-90 90 90

Information från Anhörigcentrum

Upplever du ibland att du är ensam i din situation, och att ingen annan har det som du? Då kan en anhöriggrupp vara ett bra stöd. I våra anhöriggrupper kan du dela med dig av dina erfarenheter, prata med andra som förstår hur det är och hämta både kunskap och kraft.

Vi startar kontinuerligt nya grupper. Grupperna består av 5–8 personer som träffas vid 6 tillfällen och leds av personal från Anhörigcentrum och frivilliga med lång erfarenhet, engagemang och kunskap om hur det är att vara anhörig.

Olika inriktningar

Grupperna har olika inriktningar där du kan träffa andra i likande situationer som du själv, bland annat:

- Anhörig till någon med psykisk ohälsa
- Anhörig till någon med neuropsykiatrisk funktionsnedsättning
- Make/maka till äldre person med fysisk sjukdom
- Make/maka till person med demenssjukdom
- Vuxna barn till förälder med demenssjukdom

- **Kontakta oss**

Anhörigcentrum

[018-727 92 00](tel:018-7279200)

anhorigcentrum@uppsala.se

S:t Persgatan 10 A, S:t Per Gallerian

753 20 Uppsala

Öppettider:

Mån-tor kl. 9-16

Fre kl. 9-15

Forum för

Brukarinflytande

i Uppsala län



Forum för brukarinflytande är ett projekt startat våren 2015 som är finansierat av Allmänna Arvsfonden. Studieförbundet Vuxenskolan Uppsala län är projektägare. Medsökande är FUB (Föreningen för barn, unga och vuxna med utvecklingsstörning), Regionförbundet samt Brukarnätverket NSPH (Nationell Samverkan för psykisk hälsa), alla i Uppsala län. Projektet planeras pågå i tre år. Personer med egen erfarenhet av psykisk ohälsa, utvecklingsstörning och neuropsykiatrisk funktionsnedsättning ska arbeta med inflytandefrågor inom fyra områden.

- Psykiatri vuxna.
- Neuropsykiatri barn och unga.
- Utvecklingsstörning vuxna.
- Samsjuklighet.

- Vad är syftet med projektet?

Att skapa en neutral mötesplats för såväl profession som brukare/anhöriga som bidrar till vidareutveckling av befintliga former för brukarinflytande och medverkar till att nya metoder utvecklas och sprids. Idag efterfrågas brukares och anhörigas erfarenheter i allt högre grad och därför kommer projektet i stor utsträckning arbeta med att rekrytera/mobilisera fler personer med egen erfarenhet/anhöriga till att bli brukarrepresentanter.

- Vilka är vi?

I nuläget är vi två personer anställda i projektet: **Projektledare Anna-Maria Lundberg** har tidigare arbetat som Verksamhetsutvecklare på Studieförbundet Vuxenskolan och varit såväl anställd som ordförande i Riksförbundet Balans. Anna-Maria är ordförande i Föreningen Hjärnkoll Uppsala län. **Utvecklingsledare** inom området samsjuklighet **Petra Rohrer** är vice ordförande i Uppsala Ångestsyndromsällskap, sitter med i Brukarnätverket NSPH Uppsala läns arbetsutskott och arbetar som projektledare för projekt Brukarmedverkan inom beroendområdet.

- Läs mer på www.brukarinflytande.se och välkommen att samverka med oss!

Anna-Maria Lundberg anna-maria@brukarinflytande.se 076-309 37 12

Petra Rohrer petra@brukarinflytande.se 0723-21 52 13





Forum för
Brukarinflytande
i Uppsala län

hälsar dig välkommen till Öppet hus,
måndagen den 31 augusti kl. 17.00
på Bredgränd 6, 3 tr. i Forumgallerian.

Vi bjuder på dryck och tilltugg!

Vid eventuella frågor, vänligen kontakta:

Anna-Maria Lundberg
anna-maria@brukarinflytande.se
tel: 076-309 37 12

Petra Rohrer
petra@brukarinflytande.se
tel: 0723-21 52 13