

Sluttrapport Unge ut på tur

Bakgrunn for prosjektet og målsetting.

Bakgrunn var erfaringene som LPP Vesterålen har fra prosjektet: Et sunnere liv, med treningstilbud for bl.a. ungdom. Målet var å tilrettelegge slik at ungdommer som sliter med sin psykiske helse og unge pårørende, kom inn i et fellesskap og fikk oppleve både friluftsliv og kulturelle tilbud sammen med andre. Anslått deltakelse var 20 personer i fra to kommuner.

Prosjektgjennomføring og metode.

Ei prosjektgruppe ble valgt og fikk ansvar for å rekruttere deltakere og planlegge aktivitet. Gruppen bestod av leder psykiatrisk dagsenter Sortland, to ungdommer, prosjektleder og styreleder Lpp. Prosjektet ble markedsført ved egen folder som vi laget, og som ble lagt ut hos psykiatrien i Hadsel og Sortland og på Dps Stokmarknes. Det ble også linket til en digital versjon av brosjyren i annonser på hjemmesida lpp.no, nettavisa vol.no og på facebook. I tillegg annonserte vi i lokalaviser.

Vi engasjerte en ung instruktør med fagkompetanse innen idrett, i tillegg fire brukere som assistenter og som skulle veksle på å bistå. Det ble innkalt til idémøte der over 20 interesserte møtte. Her ble gitt info om prosjektet og det kom ønsker for aktiviteter. Aktivitetsplaner ble så laget med turer til både naturopplevelser og kulturaktiviteter, lagt til ettermiddag og kveld på hverdager, i tillegg søndagsturer og et par overnattingsturer. I perioden mai til oktober ble gjennomført 15 arrangement, med pause i juli. Aktivitetene var; tur til Uværshula Sandnes, fugleguiding i Forfjordalen, fjelltur til Hallartind, fisketurer til Blokken, felles St.hansfeiring, weekendtur til turlagets Guvåghytte i Bø med fiske, tur til Grottebadet i Harstad, gåturer og matlaging, felles trening på treningssenter, kulturelle tilbud som kino og ut å spise pizza. Oppmøte varierte fra 2 til 14, i gjennomsnitt 9 personer hver gang.

I tillegg ble det to flotte turer i samarbeid med psykiatrisk dagsenter Sortland; den første til Skoaddejvra ved svenskegrensa med to overnattinger på DNTsin hytte her. På turen ble det fiskefangster som ble tilberedt til middag. Den andre var en fottur langs Dronningruta Nyksund-Stø, med middag på kafé Stø.

Instruktør avsluttet i september og restmidler ble overført til neste år. Fra februar andre året fortsatte vi aktiviteter med ny instruktør, men samme assistenter. Følgende aktiviteter ble gjennomført i perioden februar-april; Halltrening, instruksjon taekwondo, prøve skøyting, markaturer. To av assistentene ga tilbud om turer for til de som ønsket 1:1 kontakt. I alt ble det 29 samlinger i perioden febr-mai med i gjennomsnitt 5 oppmøtte. På seinhøsten andre året påtok to av ungdommene seg å få gruppa i gang på ny. De var kreative, gikk selv fra dør til dør og fikk med folk. I perioden okt-des ledet de fem treff på stedets bowlinghall, med pizza etterpå, og med et oppmøte på mellom 5 og 11 personer.

Midlene i prosjektet skulle også gå til stipend for den enkelte med 2500 kr til innkjøp av utstyr som treningsklær og sko, fiskeutstyr etc. I prosjektgruppa kom forslag fra de unges representanter om å sette krav om miniumsuppmøte, før utbetaling stipend. Vi laget skjema der den enkelte signerte og forpliktet seg til 7,9 eller 11 oppmøter. Vi oppnådde en gunstig

rabattavtale med en lokal sportsbutikk. Ordningen ble at deltakere fikk et stipendbevis ved måloppnåelse og som de handlet varer for her. Av 19 påmeldte oppnådde 13 sine mål for deltakelse og fikk stipend. To flytta fra stedet og fire andre gikk ut av ulike grunner etter kort tid.

Oppsummert var turer best likt, som fuglekikker turen til Forfjorddalen med Ole Petter Bergland som guide. Vi fikk høre han imitere fuglelyder, og vi kikket i fuglekasser med egg og unger. Her formante han om hvordan te seg ute i naturen på denne årstida. I området så vi landets eldste furuskog, og trær som har overlevd helt fra vikingtida. Guiden var en god forteller med mange historier om livets under. Han gjorde stort inntrykk og en av de unge skrev etterpå på gruppas facebookside: ”Takker for turen til Forfjorddalen i dag, var sinnssykt morsomt og hyggelig. Både guiden og alle dere var det så fint å møte og snakke med. Veldig bra tur, og en fantastisk guide! Tenk han danset for oss. Kan ikke vente til neste tur som kommer, flott og hyggelig gjeng alle sammen. Gir terningkast 6.”

Resultater og resultatvurdering

Plan var å få med deltakere fra Sortland og Hadsel. Kun ansatte i psykiatrien Sortland hadde kapasitet og var positive til samarbeid om prosjektet. Mange interesserte fra Sortland meldte seg, i alt 19 stk, også 6 stk fra Hadsel, men kun 3 av disse møtte og deltok en tid. Instruktør trappet ned etter sommeren grunnet egen jobbsituasjon. Halvparten av midlene ble derfor overført til et år to.

Vi har blitt kjent med tidligere passive ungdommer. Oppmøtet har vært varierende slik det ofte er i vår gruppe, ofte med avmeldinger i siste liten. Psykiatritjenesten i Sortland har bidratt med god støtte og med en fast representant i prosjektgruppa. Spesielt vellykka var samarbeidet om tur til Skoaddejavre med fiske og overnatting på DNTs hytte, og å gå Dronningruta Nyksund-Stø. I tillegg igangsatte dagsenteret eget tilbud for unge med ballspill i Blåbyhallen.

Det tar mye tid å drive et slikt prosjekt og det må jobbes konkret og målrettet for å motivere brukere til å delta. I prosjektet har vi lært at det er viktig å knytte til seg mange ressurspersoner, også blant de unge selv, som kan være med på å motivere til deltagelse. Vi hadde assistenter i samme aldersgruppe som de unge, og som fungerte som trygghetspersoner for dem og bidro med organisering, hjelp og støtte.

Oppsummering og videre

Prosjektet ble gjennomført som ettermiddags- og kveldssamlinger og turer. I tillegg overnattingsturer med fiske/matlaging. Vi har fått med unge inn i et fellesskap og ut i friluftsliv og med på kulturaktiviteter. Erfaringene fra prosjektet viser at det trenges tilbud med oppfølging til unge som sliter.

Med god hjelp fra dagsenteret Sortland har vi fortsatt ukentlig fysisk tilbud til gruppa, med ballspill i Blåbyhallen torsdager. I tillegg har pårørendeforeninga og Mental helse Sortland god rabattavtale på treningssenter, og som medlemmer av lagene kan benytte.

Besøk på kulturarrangementer som konserter og kino er også viktig å støtte. Unge som har en psykisk lidelse har ofte et begrenset sosialt nettverk og er ikke vant med å benytte seg av

kulturelle tilbud. Vi ønsker fortsatt å bidra til å opprettholde interesse for psykisk helsearbeid for de unge, gjennom å skaffe midler til aktiviteter for gruppa.