

SLUTTRAPPORT

Søkerorganisasjon: Landsforeningen for hjerte- og lungesyke (LHL)

2015/FB13867: "Med hjerte- og lungehelse på timeplanen"

Innledning

Prosjekt "Med hjerte- og lungehelse på timeplanen" ble gjennomført i perioden 2015-2017. Vi har laget et opplegg for frivillige/likemenn fra lokallag i LHL slik at de kan planlegge og gjennomføre skolebesøk på helse- og oppvekstfag på videregående skoler. Opplegget inneholder helsefaglige presentasjoner om hjerte- og lungehelse som kan holdes av lokale helsearbeidere som engasjeres av lokallaget, en presentasjon av pasient- og interesseorganisasjonen LHL samt at det er lagt opp til en "pasientfortelling" om hva det vil si å leve med hjerte- og lungesykdom. Prosjektet ble tildelt kr 245.000 fra ExtraStiftelsen og skulle gjennomføres som et ettårig prosjekt. Prosjektet kom imidlertid sent i gang og måtte ta i bruk sluttår og søke om forlenget prosjektperiode som følge av skifte av prosjektleder og behov for mer tid for å få slutført prosjektet. LHL takker ExtraStiftelsen for støtten og for at de innvilget søknaden om forlengelse slik at vi kom i mål med prosjektet og nå har et undervisningsopplegget for skolebesøk som kan administreres av frivillige.

Sammenheng

Prosjektet bygger på positive tilbakemeldinger på et prosjekt hvor LHLs administrasjon ble besøkt av skoleklasser fra Oslo og Akershus, der administrasjonen sto for undervisning om hjerte- og/eller lungesykdommer og frivillige/likemenn om pasientorganisasjonen og pasienthistoriene. Dette resulterte i et ønske om å lage et opplegg som kunne administreres av tillitsvalgte/likemenn slik at de kunne nå ut til skoleklasser med helse og oppvekstfag over hele landet. Målet med prosjektet ble derfor å utvikle og prøve ut et opplegg for skolebesøk som frivillige fra LHLs lokallag kunne bruke når de besøker videregående skoler i sitt nærmiljø. Gjennom helsefaglige presentasjoner om hjerte- eller lungehelse fra helsefaglig ansatte og møter med tillitsvalgte og likemenn med hjerte- og lungesykdommer og deres pårørende, skulle prosjektet bidra til å gi helsefagarbeidere økt kunnskap og oppmerksomhet om hjerte- og lungesykdommer, om pasientorganisasjonen og hjerte- og lungesykes hverdag spesielt.

Vi startet med å informere lokallagene om prosjektet og få en oversikt over lag som hadde erfaring med skolebesøk, hvilket var få. Lokallag som viste interesse for prosjektet ble så invitert til kurs i presentasjonsteknikk. På kurset og i etterkant rekrutterte vi frivillige/likemenn til en referansegruppe som skulle bidra til å kvalitetssikre utviklingen av undervisningsopplegget. Vi laget en veileder til lokallag/frivillige for hvordan organisere og gjennomføre skolebesøk. Etter å ha prøvd ut ulike pasientfortellinger la vi inn stikkord i

veilederen for hva en slik historie bør inneholde. Vi laget også presentasjoner om hjerte- og lungesykdom for ansatte med helsefaglig bakgrunn samt en tilpasset presentasjon av LHL. Gjennom hele prosjektperioden ble det brukt tid på å informere om og motivere til skolebesøk. Det viste seg vanskelig å få lokallagene interessert. Vi valgte derfor å invitere en del aktive lag til en samling høsten 2017 for å sikre at lokallag kom i gang med skolebesøk. På samlingen ble veilederen og presentasjonene gjennomgått og vi fikk nyttige innspill til forbedringer. Deretter ble endelige versjoner lagt ut på www.lhl.no hvor tillitsvalgte kan laste disse ned.

Prosjektet har laget et 3-4 timers undervisningsopplegg bestående av en veileder for lokallag/frivillige samt 3 stk. ppt-presentasjoner: 1) pasientorganisasjonen LHL, 2) undervisning om hjertesykdom, 3) undervisning om lungesykdom. Vi hadde som mål å besøke 57 skoleklasser over hele landet, men fikk kun gjennomført besøk til 19 klasser på vg.skoler i 5 fylker. At vi ikke nådde målet har flere årsaker: Vi kom sent i gang med prosjektet, opprinnelig prosjektleder sluttet og det tok tid før LHL fant fram til ny prosjektleder. Vi undervurderte også tiden det tar å få frivillige interessert i å påta seg nye oppgaver. Det var utfordrende å finne frivillige som ville stå foran en skoleklasse og fortelle sin historie. Vi er imidlertid kommet i gang og har et opplegg vi mener vil fungere. Lokallag og frivillige må imidlertid med jevne mellomrom motiveres til å ta det i bruk. De frivillige må gis tro på at deres erfaringskompetanse er etterspurt av skolen og framtidens helsearbeidere.

"Med hjerte- og lungehelse på timeplanen", med veileder for lokallag/frivillige og ppt-presentasjoner ligger nå tilgjengelig på LHLs nettside:

<https://www.lhl.no/om-lhl/presentasjoner/med-hjerte-og-lungehelse-pa-timeplanen/>.

Sammen med frivillige som har gjennomført skolebesøk skal opplegget presenteres for tillitsvalgte på samtlige fylkesårsmøter i LHL i mars 2018. Vi har derfor god tro på at vi vil få til mange skolebesøk i 2018 og i årene som kommer. LHL vil følge opp lokallag og frivillige og legge til rette for god opplæring slik at de blir trygge i rollen som organisator og formidler.

Bakgrunn for prosjektet

Prosjektet bygger på positive tilbakemeldinger på et prosjekt hvor LHLs administrasjon ble besøkt av skoleklasser fra Oslo og Akershus, der administrasjonen sto for undervisning om hjerte- og/eller lungesykdommer og frivillige/likemenn om pasientorganisasjonen og pasienthistoriene. Dette resulterte i et ønske om å lage et opplegg som kunne administreres av tillitsvalgte/likemenn i våre lokallag, og som kunne nå utover hele landet til alle videregående skoler med helse- og oppvekstfag. Ved å lage et opplegg som lokallagene selv kunne administrere ønsket vi å lage et opplegg som kunne vare over tid og som ville bli brukt av mange lokallag. På den måten ville vi treffe mange elever og nå direkte ut med vårt budskap. Hensikten med prosjektet var å bidra til økt bevissthet rundt hjerte og lungelidelser og ikke minst få spredt pasienthistorier til fremtidige helsefagarbeidere.

Målsettingen med prosjektet

Målsettingen med prosjektet har vært å utvikle og prøve ut et opplegg for skolebesøk som representanter fra lokallag i LHL kan bruke når de besøker skoler i sitt nærmiljø. Prosjektet tok sikte på å nå ut til elever fra 57 skoleklasser fra linjen helsefagarbeider som sorterer under helse- og oppvekstfag (vg 1) i videregående skole. Hensikten med prosjektet var å bidra til at elevene – de framtidige helsearbeiderne – fikk økt kunnskap og oppmerksomhet om hjerte- og lungesykdommer generelt, om pasientorganisasjonen LHL og om hjerte- og lungesykes hverdag spesielt.

Prosjektet hadde følgende delmål:

1. Skaffe oversikt over skolebesøk som lokallag i dag gjennomfører i regi av LHL og på bakgrunn av dette rekruttere brukere til referansegruppe.
2. Utvikle et opplegg som representanter (hjerte- og lungesyke) fra lokallag i LHL med en enkel innføring kan gjennomføre uten bistand fra administrasjonen.
3. Gjennomføre et kurs i presentasjonsteknikk for utvalgte representanter fra lokallag som skal teste opplegget i prosjektperioden.
4. Distribuerer planser med hjerte og lungetegninger til skolene i prosjektet.
5. Gjennomføre minst 3 skolebesøk i hvert fylke i prosjektperioden (totalt 57 stykker)

Prosjektgjennomføring og metode

Vi valgte oss ut elever som går helsefagarbeider, en linje under helse- og oppvekstfag vgl. Denne linjen finnes over hele landet og elevene vil være rundt 17 år gamle. Grunnen til at disse elevene er valgt er flere. Mange helsefagarbeidere blir lærlinger etter to år i videregående opplæring og vil i læretida på sykehus, i hjemmesykepleie, hjemmetjeneste eller i ambulansetjeneste, komme i kontakt pasienter bla hjerte- og lungesyke og deres pårørende. Disse elevene har hjerte- og lungehelse og sykdommer som en del av pensum. LHL kan bidra til fordypning innenfor et viktig område. Kanskje viktigst er det at elevene får møte pasienter som kan fortelle sin historie og på den måten gi økt forståelse om hvordan det er å leve med kroniske sykdommer.

Vi kom dessverre alt for sent i gang med prosjektet i 2015. I tillegg sluttet prosjektleder Maria Lind Kvanmo i LHL 1. mars 2016 og LHLs administrasjon var gjennom en nedbemanning og omorganiseringsprosess i prosjektets opprinnelige sluttår (2016). Prosjektet stoppet derfor opp og hadde ingen aktivitet før i november 2016 med unntak av et planlagt kurs i presentasjonsteknikk som ble planlagt og gjennomført av ansatte i LHLs organisasjonsavdeling i juni. For å komme i havn med prosjektet var det derfor behov for å revidere framdriftsplanen og søke ExtraStiftelsen om forlengelse av prosjektperioden til 31.12.2017. En søknad som ble innvilget.

Prosjektet fikk en ny prosjektgruppe bestående av prosjektleder og organisasjonsrådgiver Per Buvik, helsefaglig rådgiver Rose Lyngra og organisasjons- og prosjektrådgiver Irene

Steinsvik. Alle fra LHLs administrasjon. På grunn av andre prioriterte oppgaver i LHL kunne ny prosjektleder Per Buvik ikke ta fatt på arbeidet med prosjektet før mot slutten av 2016.

Opprinnelig framdriftsplan for prosjektet så slik ut:

Januar 2015: Kartlegge skolebesøk i regi av LHL.

Februar – april 2015: Utvikling av undervisningsopplegg og maler for skolebesøk og plansjer for bruk i undervisningen.

Mai – 2015: Rekruttere lokallag til pilot for utprøving av opplegget.

August – 2015: Gjennomføring av kurs i presentasjonsteknikk for involverte lag.

September – november 2015: Gjennomføring av skolebesøk.

Revidert framdriftsplan for perioden desember – 2016 til desember 2017 jfr. delmål:

Delmål 1: Ny kartlegging av aktuelle skoler og lokallag som vil delta. Desember 2016 – januar 2017:

Delmål 2 og 4: Utvikling av materiell og veileder til opplegget som skal benyttes. Januar – mars 2017:

- Oppdatere presentasjoner (og illustrasjoner/plansjer) som inngår i opplegget som de frivillige/lokallagene skal benytte. Ferdigstille påbegynt presentasjon. Ferdig: mars 2017.
- Utarbeide utkast til veileder for frivillige i lokallagene. Ferdig: mars 2017.
- Utkast til veileder for de frivillige/lokallagene og reviderte presentasjoner diskuteres på møte med referansegruppe bestående av frivillige som skulle dekke alle landets regioner (sør, øst, vest, midt og nord). Ferdig: april 2017.
- Gjennomgang av undervisningsopplegget for representanter fra lokallagene som vil delta i utprøvingen. April- 2017.
- Undervisningsopplegget legges ut på LHLs nettside og informasjon formidles til deltakerne i prosjektet. April/mai – 2017.
- Nytt møte i referansegruppen for evaluering og justering av veileder/undervisningsopplegg. Revidert undervisningsmateriell legges ut på LHLs nettside og informasjon formidles til representantene fra lokallagene som deltok i prosjektet. Desember 2017 – januar 2018.

Delmål 3: Kurs i presentasjonsteknikk: Dette ble gjennomført juni 2016, men prosjektet vil vurdere å gjennomføre et nytt kurs i 2017 dersom kartleggingen jfr. delmål 1 avdekker et behov for dette. April/mai 2017.

Delmål 5: Gjennomføring av skolebesøk i fylkene. Mai – november 2017.

Gjennomføring jfr. revidert framdriftsplan:

Delmål 1 handlet om å skaffe oss oversikt over om noen lokallag hadde gjennomført skolebesøk og skaffe oss brukere til referansegruppen for prosjektet med bakgrunn i denne oversikten. Ved prosjektstart i 2015 viste det seg at det kun var et fåtall lokallag som hadde erfaring med dette. Dette gjaldt bl.a. lokallag i Bergen, Verdal, Trondheim og Oslo. Ingen fra disse lagene hadde imidlertid mulighet eller var aktuelle til å være med i en referansegruppe.

Det ble først mulig å etablere referansegruppen etter at kurset i presentasjonsteknikk var gjennomført og etter at ny prosjektleder var på plass og kunne gjøre dette arbeidet. I referansegruppen satt disse brukerne (tillitsvalgte/likemenn): Gaute Nordgren, LHL Stavanger (region vest), Sverre Solstrand, LHL Åfjord (region midt Norge) og Kjell Michael Winge, LHL Drammen og Lier (region øst og sør). Representanten fra region nord måtte dessverre trekke seg fra arbeidet. Referansegruppen har kommet med innspill til veileder og presentasjoner underveis og har deltatt på en samling for medlemmer/likemenn i 7 – 8 september 2017 som hadde som siktemål å kvalitetssikre og prøve ut materialet. Referansegruppa har ivaretatt brukerperspektivet og bidratt til at veiledningene er blitt forståelige og lette å bruke for tillitsvalgte/likemenn fra lokallag over hele landet.

Delmål 2 handlet om å utvikle et opplegg som representanter (hjerte- og lungesyke) fra lokallag i LHL med en enkel innføring kan gjennomføre uten bistand fra administrasjonen. Vi laget en **Veileder for lokallag ved skolebesøk** til bruk for lokallag som ønsker å planlegge og gjennomføre skolebesøk. Veilederen forteller om hva et skolebesøk er, hvilke elever vi skal møte, hvorfor vi skal arrangere skolebesøk, hva et skolebesøk bør inneholde, hvem som skal gjøre jobben med skolebesøket, praktiske forberedelser, om materiell og etterarbeid. Det har i tillegg vært dialog med utvalgte lærere fra samarbeidsskoler i Oslo og Akershus for å sikre at opplegget ville fungere i skolehverdagen. Veilederen kan tillitsvalgte/frivillige laste ned fra LHL sin nettside: <https://www.lhl.no/om-lhl/presentasjoner/med-hjerte-og-lungehelse-pa-timeplanen/>

Vi har prøvd ut ulike **pasientfortellinger** – dvs. fortellinger om hverdagen som hjerte/lungesyk, ved hjelp av hjerte- og lungesyke fra Oslo og Akershus som hadde deltatt i et tidligere opplegg, der skoler besøkte LHLs hovedkontor. I samarbeid med disse la vi inn noen stikkord i veilederen for hva en slik pasienthistorie bør inneholde. Det må imidlertid bli opp til hver enkelt likemann å lage sin historie. Hvem er jeg? Kort om min sykdomshistorie. Hvordan er dagen min? (Om leveste (gjøremål/aktiviteter), medisiner, miljøet. Om røykeslutt. Om støtte/hjelp fra pårørende/familie og øvrig nettverk. Om rehabilitering og fysisk aktivitet, for eksempel gjennom opphold på LHLs institusjoner eller deltakelse i lokale trimgrupper. Om jobben min og evt. behov for støtte og tilrettelegging fra arbeidsgiver. Hvis ikke i jobb, hva gjør jeg i hverdagen? Hva er jeg engasjert i? På samlingen for representanter (likemenn) fra lokallagene 7 – 8 september ble denne delen av opplegget prøvd ut. Vi fikk en test av hvordan disse pasienthistoriene kan presenteres, og det kom gode og nyttige tilbakemeldinger fra deltakerne.

Vi laget en **tilpasset presentasjon om pasientorganisasjonen LHL, et bedre liv, hvem er vi og hva gjør vi?** Her forteller vi hva en interesseorganisasjon er og hvordan vi er organisert, litt organisasjonshistorie, om det å påvirke samfunnet for å bedre forholdene for kronisk syke og funksjonshemmede, om likemannsarbeidet, om vårt kampanje- og helseinformasjonsarbeid på nett og papir, om rådgivingstjenesten og om våre behandlings- og rehabiliteringstilbud ved våre klinikker rundt om i landet. Det er viktig at en helsefagarbeider vet hva en pasientorganisasjon er og hva den gjør. LHL er også en organisasjon som selv har egne behandlings- og rehabiliteringstilbud til hjerte- og lungepasienter. Vi mener derfor at det er

viktig at elevene også vet om disse tilbudene når de kommer i kontakt med hjerte- og lungepasienter og deres pårørende i sin periode som lærling og jobb i helsevesenet. Representanten fra lokallaget (den frivillige) som skal bruke presentasjonen står fritt til å gjøre sine egne tilpassinger av denne; bl.a. informasjon om lokal LHL-aktivitet i det aktuelle området.

Presentasjonen finnes på LHLs nettside: <https://www.lhl.no/om-lhl/presentasjoner/med-hjerte-og-lungehelse-pa-timeplanen/>

De skoler og elever som ønsker det kan bestille brosjyren "LHL Et bedre liv" fra LHL via vår nettbutikk eller via vårt lokallag. Mange lokallag har også egne brosjyrer om sine aktiviteter som de vil ta med på skolebesøkene.

Som en takk for at representanten fra LHL (likemannen/den frivillige) får komme på et skolebesøk oppfordrer vi lokallag til å gi klassen LHLs treningsprogram med øvelseshefte og CD, nivå 2 eller 3. Da kan elevene i en gymsstime prøve ut et program på ca. 1 time med kondisjon- og styrkeøvelser, som er tilpasset trening for hjerte- og lungesyke.

Delmål 3 var å gjennomføre et kurs i presentasjonsteknikk for utvalgte representanter fra lokallag som skulle teste ut opplegget i prosjektperioden. Kurset skulle bidra bli at deltakerne ble tryggere i sin rolle som kunnskapsformidlere. Invitasjon til kurset ble sendt alle lokallag som kunne tenke seg å gjennomføre skolebesøk. Det meldte seg 19 frivillige fordelt på 9 fylker og 15 lokallag. På kurset ble deltakerne presentert for en foreløpig oversikt over hvordan gjennomføre skolebesøk samt at de fikk øve seg på å planlegge og stå foran en forsamling og gjennomføre en presentasjon. Selv om kurset ble positivt mottatt viste det seg å bli vanskelig å få alle deltakerne engasjert i fortsettelsen av prosjektet. Vi har imidlertid håp om at dette vil endre seg når opplegget nå ligger klart for bruk.

I prosjektperioden ble det gjort flere framstøt for å få flere lokallag til å melde interesse for å delta i prosjektet. Det viste seg imidlertid vanskelig å få respons på invitasjonene som gikk ut til alle lokallag. Gjennomgangen av undervisningsopplegget for lag som ønsket å delta i prosjektet som var planlagt gjennomført i april 2017 måtte derfor utsettes. Dette førte også til at undervisningsopplegget ikke kunne legges ut på våre nettsider før høsten 2017 og etter at det var gjennomgått av referansegruppe og representanter/frivillige fra lokallagene.

Vi måtte derfor endre strategi. Vi tok direkte kontakt med en del utvalgte lokallag hvor tillitsvalgte hadde uttrykt interesse for å starte opp med skolebesøk. Disse ble sammen med referansegruppen invitert til en samling 7 – 8 september 2017 hvor de skulle få være med å teste ut veileder og undervisningsmateriellet. Vi hadde dessverre ikke kapasitet og økonomi til å utvide samlingen til også å øve på presentasjonsteknikk. 20 deltakere fra 17 lokallag deltok. Samlingen gjennomgikk utkast til veileder ved skolebesøk og to likemenn fortalte hvordan de hadde presentert sine historier ved skolebesøk. I tillegg ble presentasjonene om hjerte- og lungeundervisning og om pasientorganisasjonen LHL gjennomgått. Etter denne samlingen reiste deltakere entusiastisk hjem og ville prøve å få til skolebesøk høsten 2017. Samtlige deltakere på samlingen fikk tilsendt alt materiell samlet på en minnepinne, slik at de raskt og

enkelt skulle kunne nyttiggjøre seg materiellet ved planlegging av høsten og vinterens skolebesøk.

Delmål 4 handlet om å lage plansjer med hjerte- og lungetegninger som skulle distribueres til skolene. Vi valgte å gå bort fra plansjer og la heller inn illustrasjoner/bilder i en powerpoint-presentasjon som kan lastes ned fra LHL sin nettside. Det er laget to presentasjoner med hjerte- og lungeundervisning med støttetekst og bilder av hjerte- og lungesykdommer til bruk for ansatte med helsefaglig bakgrunn. De som skal bruke presentasjonen står fritt til å gjøre sine egne tilpassinger av presentasjonene.

Presentasjonene er utarbeidet av helsefaglige rådgivere i LHL med bistand fra helsepersonell ved LHL-klinikken Feiring (hjerte) og LHL-klinikken Glitre (lunge) og vil jevnlig bli oppdatert. **Hjerteundervisningen inneholder tekst og bilder** om hjerte- og lungekretsløpet, hjertets ledningssystem, kranarterier, om sirkulasjonssystemet med anatomi og hjertesykdommer, om angina pectoris – hjertekrampe og hjerteinfarkt, dannelse av blodpropp, symptomer ved hjerteinfarkt, diagnostisering og behandling, om PCI og ACB, forebygging og rehabilitering av hjerteinfarkt, høyt blodtrykk, hjertesvikt, hjerterytmeforstyrrelser, hjertestans, atrieflimmer.

Lungeundervisningen inneholder tekst og bilder om respirasjonssystemet, lungene, om inn- og utpust, noen forskjellige lungesykdommer (astma, kols, forskjell på astma og kols, lungefibrose, lungekreft, bronkiektasier, tuberkulose, alfa-1-antitrypsinmangel)

Presentasjonene er lagt ut som åpne powerpointpresentasjonene på LHLS nettside: <https://www.lhl.no/om-lhl/presentasjoner/med-hjerte-og-lungehelse-pa-timeplanen/>

Skoler og elever som ønsker det kan bestille brosjyremateriell fra LHL via vår nettbutikk eller via våre lokallag. Blant våre mange brosjyrer vil vi særlig anbefale brosjyrene "Å leve med hjertesykdom" og "Å leve med lungesykdom".

Delmål 5 var å gjennomføre minst 3 skolebesøk i hvert fylke til 57 skoleklasser med til sammen ca. 850 elever. Forsinkelser og opphold i prosjektet samt vansker med å rekruttere nok lokallag og frivillige (likemenn) inn i prosjektet i løpet av prosjektperioden gjorde det umulig å nå målet om skolebesøk i alle fylker og det antall skoleklasser det var lagt opp til i prosjektbeskrivelsen.

Resultater og resultatvurdering

Prosjektet har utarbeidet et 3 – 4 timers undervisningsopplegg for skolebesøk som vi kaller "Med hjerte- og lungehelse på timeplanen". Opplegget består av en veileder for lokallag/frivillige som ønsker å planlegge og gjennomføre skolebesøk. Veilederen inneholder bl.a. stikkord til likemann/frivillig til bruk i deres "pasientfortelling"/hverdagen med hjerte/lungesykdom. **Veileder for lokallag ved skolebesøk** kan lastes ned her : <https://www.lhl.no/om-lhl/presentasjoner/med-hjerte-og-lungehelse-pa-timeplanen/>

Opplegget inneholder også tre powerpointpresentasjoner som inngår i undervisningen på skolebesøk:

- 1) **Om pasientorganisasjonen LHL, et bedre liv, hvem er vi og hva gjør vi?** Til bruk for representanten fra lokallaget (likemann/frivillig)
- 2) **Undervisning om hjertesykdom.** Til bruk for ansatte med helsefaglig bakgrunn.
- 3) **Undervisning om lungesykdom.** Til bruk for ansatte med helsefaglig bakgrunn.

Presentasjonene vil bli oppdatert ved behov og i henhold til plan for oppdatering av LHLs nettsider.

Delmål 5: Målet om å gjennomføre minst 3 skolebesøk i hvert fylke til 57 skoleklasser med til sammen ca. 850 elever ble ikke nådd. Det er i perioden fra 7. desember 2016 – 31. desember 2017 gjennomført besøk til 19 klasser med til sammen ca. 280 elever (med et snitt på ca.15 elever pr. klasse). Dette var elever fra videregående skoler i Buskerud, Telemark, Oslo, Akershus og Hordaland.

At vi ikke nådde dette målet har flere årsaker: Fra starten undervurderte vi at det tar lang tid for å få våre lokallag interessert i å påta seg nye oppgaver. Vi har erfart at det er nødvendig å bruke god tid på organisering og opplæring slik at lokale tillitsvalgte/likemenn blir trygge i sine roller som organisatorer og formidlere. Særlig utfordrende er det å finne likemenn som vil stå foran en skoleklasse å fortelle sin historie om det å leve med en alvorlig sykdom i hverdagen.

Vi er imidlertid kommet i gang og har et opplegg vi mener vil fungere. Lokallag og frivillige/likemenn må imidlertid med jevne mellomrom motiveres til å ta det i bruk. De frivillige må gis tro på at deres erfaringskompetanse er etterspurt av skolen og framtidens helsearbeidere. Det vil også være nødvendig å følge opp lokallag og frivillige/likemenn som er i gang med skolebesøk. Slik kan organisasjonen høste erfaringer med opplegget og få innspill til forbedringer.

Prosjektets betydning og videre planer

Prosjektet vil bidra til å styrke den helsefaglige kompetansen til helsefagarbeidere, særlig med tanke på pasientomsorg. Vi har erfart at pasienthistoriene er viktig for elevene. I møte med en hjerte- og lungesyke får de en ufiltrert fortelling om det å leve med en alvorlig sykdom, som de vil ha stor nytte av når de kommer ut i arbeidslivet som helsefagarbeidere. Kunnskapen om hva en pasientorganisasjon er og hva den gjør, vil en helsefagarbeider ha stor nytte av. Vi ser at skolebesøkene vil tilføre våre lokallag en ny aktivitet de kan holde på med i mange år fremover. Prosjektet vil ha overføringsverdi til andre funksjonshemmedes organisasjoner.

I mars 2018 planlegger LHL en presentasjon av opplegget på de fylkesvise samlingene som organisasjonen arrangerer for tillitsvalgte fra lokallagene. På disse samlingene vil vi bruke tillitsvalgte/likemenn fra lokallag som har gjennomført skolebesøk eller deltatt på samlinger i prosjektet, til å motivere flere lokallag til å planlegge og gjennomføre skolebesøk.

Vi har god tro på at vi vil få til mange skolebesøk i 2018 og i årene som kommer. Dette krever imidlertid at organisasjonen legger til rette for god organisering og opplæring slik at lokale tillitsvalgte/likemenn blir trygge både i organisatorrollen og i formidlerrollen.

Vedlegg:

- Veileder for lokallag ved skolebesøk (versjon september 2017)

Veileder for lokallag ved skolebesøk – Med hjerte- og lungehelse på timeplanen

Hva er et skolebesøk?

Elever i videregående skole møter LHL. Dette kan skje ved at lokallaget besøker en skoleklasse eller ved at en skoleklasse kommer på besøk til et lokallag eller til en LHL-klinikk.

Hvilke elever skal vi møte?

Vi anbefaler besøk til/fra elever som går helsefagarbeiderlinjen (tidligere hjelpepleier), en linje under helse- og oppvekstfag. Denne linjen finnes over hele landet og elevene vil være rundt 17 år gamle. Vær oppmerksom på at helsefagarbeiderutdanningen noen steder også tilbys som voksenopplæring.

De som tar utdanning for å bli helsefagarbeider, skal etter to år på videregående, ut som lærling i to år innenfor sykehus, ambulansetjeneste, sykehjem eller hjemmesykepleie. Deretter avlegges en fagprøve som helsefagarbeider.

Hvorfor arrangere skolebesøk

Vi arrangerer selvsagt ikke skolebesøk for å verve medlemmer. Skolebesøket handler om å bygge god kontakt til nærmiljøet og gjøre LHL kjent blant alle deler av befolkningen.

LHL ønsker kontakt med fremtidige helsefagarbeidere, for å få elevene bevisst på hva en pasientorganisasjon er og hva vi kan tilby hjerte- og lungepasientene og deres pårørende. Og ikke minst at elevene får møte medlemmer i LHL som kan fortelle sin historie om å leve med en hjerte- eller lungesykdom.

Besøket skal resultere i at elevene får økt kunnskap og oppmerksomhet om hjerte- og lungesykdommer generelt og hjerte- og lungesykes hverdag spesielt.

Innhold

I undervisningsopplegget inngår følgende presentasjoner med bilder og støttetekst

- Hjerteundervisning
- Lungeundervisning
- Presentasjon om LHL

De som skal ha undervisningen står selvfølgelig fritt til å gjøre presentasjonen til sin egen.

Hvordan komme i gang - praktiske forberedelser

Planlegging av et skolebesøk må starte tidlig. Helst i mai/juni foran neste skoleår, slik at et besøk fra LHL kan legges inn i klassens undervisningsopplegg.

Gå inn på den aktuelle skolen sitt nettsted. Under skolens tilbud vil du bla finne helse- og oppvekstfag. Her står kontaktinformasjon til fagansvarlig. Bruk e-post i kommunikasjon enten direkte til fagansvarlig eller til skolen.

Send en e-post til skolen og fortell hva dere har å tilby:

En LHL-dag til fremtidige helsefagarbeidere, for å få elevene bevisst på hva en pasientorganisasjon er og hva vi kan tilby hjerte- og lungepasienter og deres pårørende. At elevene får økt kunnskap om hjerte- og lungesykdommer generelt og får møte en person som forteller sin historie om det å leve med en hjerte- eller lungesykdom.

Tilby gjerne å stille i et møte med fagansvarlig for å gi en nærmere presentasjon av skolebesøket fra LHL og få avklart rammene for besøket.

Timeplanen for et skolebesøk fra LHL kan se slik ut, men lokallaget i samarbeid med skolen, står helt fritt til å organisere dagen slik det måtte passe.

Fra	Til	Tema
0930	1015	Velkommen, Om interesseorganisasjonen LHL, hvem er vi og hva gjør vi?
1030	1130	Undervisning om hjertesykdommer eller lungesykdommer
1130	1215	Lunsj
1215	1300	Å leve med hjertesykdom eller lungesykdom
1300	1315	Oppsummering og eventuelle spørsmål

Vi anbefaler at dere møter en helsefagarbeiderklasse (ca. 15 elever). Vår erfaring fra møter med flere klasser, i et større auditorium, er at det ikke gir god kommunikasjon mellom oss og elevene. I "sin" skoleklasse er elevene tryggere på hverandre og tør å åpne seg og stille spørsmål til oss som kommer fra LHL.

Den tillitsvalgte forbereder informasjon om interesseorganisasjonen LHL.

Det er ikke alle elever som vet hva en organisasjon er, selv om mange av elevene sikkert er medlem i en fotballklubb, håndballklubb eller en miljøorganisasjon. Bruk derfor litt tid på å forklare hva LHL er.

Etter to år på videregående blir disse elevene lærlinger i to år på sykehus, i ambulansetjeneste, i sykehjem eller i hjemmesykepleien. Lærlingene vil møte mange hjerte- og lungepasienter og deres pårørende i sin arbeidshverdag, som vil ha informasjonsbehov om de tilbud LHL har. Det er derfor viktig at elevene får informasjon hva LHL gjør lokalt og hva klinikkene våre kan tilby av undersøkelse, behandling og rehabilitering.

Personen som skal fortelle sin historie kan være en som har, eller har hatt, en hjertesykdom eller lungesykdom. Lokallaget kan også stille med to personer, en som har erfaring med hjertesykdom og en med lungesykdom. Det er viktig at elevene får innblikk i hvordan det er å leve med en alvorlig sykdom og at hverdagen tross sykdommen kan være positiv og at man kan ha et aktivt og godt liv.

Hvem skal gjøre jobben med skolebesøket?

Til undervisningsopplegget trenger dere følgende:

1. En sykepleier eller annen person med helsefaglig bakgrunn, som kan undervise om Hjertesykdommer eller lungesykdommer. Foredragsholderen kan dere finne blant medlemmene, i bekjentskapskretsen, i kommunehelsetjenesten, på lokalsykehuset eller ved LHL-klinikkene.

Vi anbefaler at dere velger enten undervisning om hjertesykdommer eller lungesykdommer. Dere kan velge begge, men da vil dere mest sannsynlig ha behov for minst to undervisningstimer. Og trolig å trenge to forelesere.

Vi har laget ferdig standardpresentasjoner med undervisning om hjertesykdom og lungesykdom. Disse ligger på www.lhl.no/tillitsvalgt

2. En tillitsvalgt i lokallaget som kan informere om LHL, hvem vi er og Hva vi gjør. Presentasjonen om LHL ligger på www.lhl.no/tillitsvalgt
3. En som kan fortelle sin historie om å leve med en hjerte- eller lungesykdom.

Noen stikkord om hva innholdet kan være: Hvem er jeg? Kort om min sykdomshistorie. Hvordan Er dagen min? (Om leveste, medisiner og miljøet). Om støtte/hjelp fra pårørende/familie. Om rehabilitering og fysisk aktivitet, for eksempel gjennom LHL. Om jobben min og evt. behov for støtte og tilrettelegging fra arbeidsgiver. Hvis du ikke er i jobb. Hva gjør jeg i hverdagen? Hva er jeg engasjert i?

Materiell

Skolene etterspør informasjonsmateriell til bruk i undervisningen. Informasjonsbrosjyrer og fakta ark kan bestilles via vår nettbutikk på www.lhl.no/nettbutikk Frakt tilkommer.

LHL har utarbeidet en presentasjonsbrosjyre. Ta med den for utdeling, sammen med lokallagets brosjyre/informasjonsmateriell.

Tips til en gave som takk for at dere fikk komme:

Gi klassen et av LHLs treningsprogram med øvelseshefte og CD, nivå 2 eller 3. Da kan elevene i en gymsøkke prøve ut et program på ca. 1 time med kondisjon- og styrkeøvelser, som er tilpasset trening for hjerte- og lungesyke. Bestilles via vår nettbutikk på www.lhl.no/nettbutikk

Etterarbeid

Skolene etterspør ofte presentasjonene som brukes i undervisningen. Disse finnes lagret på www.lhl.no/tillitsvalgt - Med hjerte- og lungehelse på timeplanen.

Skolebesøkene i 2017 meldes inn til prosjektet "Med hjerte- og lungehelse på timeplanen".

Vi trenger navn på skole med adresse, kontaktperson, hvem som deltok fra LHL, hvilken klasse dere møtte og hvor mange elever som var å tilstede. Gjerne også med et lite notat om hvordan LHL-dagen forløp.

Deretter meldes skolebesøkene inn via lagets årsberetning.

Kanskje lokallaget kan få til fast ordning med et årlig besøk til den videregående skolen?
Hvis dere ikke får det til alene kan dere kanskje samarbeide med et eller flere lokallag?

Lykke til!



Med hjerte og lungehelse på timeplanen

LHL fikk midler fra Ekstrastiftelsen til å utvikle og prøve ut et opplegg for besøk fra lokallag til videregående skoler. Målguppen er elever på helsefagberedning.

Hensikten med skolebesøkene er at framtidens nettsjefarbeidere får økt kunnskap og oppmerksomhet om hjerte- og lungesykdommer generelt og om interesser og nasjonen LHL og hjerte- og lungesykes hverdags spesialt.

Det er laget en veileder for lokallag ved skolebesøk, sammen med tre presentasjoner:

- [Veileder for lokallag ved skolebesøk](#) (PDF)
- [LHL - et ordre liv](#) (PowerPoint)
- [Lungesykdommer](#) (PowerPoint)
- [Hjerteannevnings](#) (PowerPoint)

Kontakt oss

Hår du spørsmål, ta kontakt med prosjektleder Per Buvik, mobil 90 10 00 11 eller send en e-post til per.buvik@lhlnor.com

Publisert 05.10.2017