

Sluttrapport for Kafè Baltazar

2015/RB6599

MAI-senteret, Lørenskog kommune

Forord

MAI-senteret er et aktivitetssenter for mennesker med psykiske helseutfordringer. Et lavterskeltilbud som har som hovedmålsetning at brukerne skal oppleve mestring i hverdagen.

Stadig flere unge har psykiske helseutfordringer. Vi er usikre på om de vet om de ulike tilbudene Lørenskog kommune har til unge med psykiske helseutfordringer, samtidig vet vi at de ikke er i aktivitet i Lørenskog kommune

Hovedmålet for prosjektet er å få flere unge til å bruke MAI-senteret. Vi ønsket derfor å etablere en kulturkafè for innbyggerne i Lørenskog kommune, et sted for alle. Et sted for inspirasjon, mestring og glede. En kafè som også tilbyr små kulturelle innslag, et møtested uansett alder, kjønn og etnisitet.

Rapporten beskriver oppstart, gjennomføring, utfordringer og videre arbeid av prosjektet.

Prosjektperioden varte i 3 år, både brukere og ansatte har vært deltagere.

Sammendrag

Vi har etablert og utviklet en kafedrift for brukerne på MAI-senteret, og senteret har fått flere unge brukere.

Kafeen har større grad av brukermedvirkning enn tidligere. Tilbudet er for senterets brukere, og det er et tilbud til kommunens innbyggere som deltar på arrangement.

Kulturelle aktiviteter i Kafè Baltazar fortsetter. Husbandet er fortsatt i vekst, og fortsetter å gi nye brukere mulighet til å utfordre seg med sang og musikk.

Arbeidet med unge er godt etablert og utviklingsarbeidet fortsetter, også i samarbeid med Mental helse ungdom og andre samarbeidspartnere i kommunen.

Lokalene vil fortsatt lånes ut til ulike grupper innbyggere.

Innhold

| | |
|--|----|
| Forord..... | 1 |
| Sammendrag | 1 |
| Kap 1. Bakgrunn for prosjektet / Målsetting..... | 3 |
| Bakgrunn for prosjektet | 3 |
| Målsetting..... | 3 |
| Kap 2. Prosjektgjennomføring..... | 4 |
| Prosjektmedarbeidere..... | 4 |
| Oppstart av prosjektet | 4 |
| Kjøkken / kokk / praksisplasser | 5 |
| Kulturkafè | 5 |
| MAI-senter Ung | 6 |
| Kultur / arrangement | 7 |
| Aktiviteter..... | 7 |
| Sosiale medier | 7 |
| Kap 3. Resultater og resultatvurdering | 8 |
| Prosjektmedarbeidere..... | 8 |
| Oppstart av prosjektet | 8 |
| Kjøkken / kokk / praksisplasser | 8 |
| Kulturkafè | 9 |
| MAI-senter Ung | 9 |
| Kultur / arrangement | 10 |
| Sosiale medier | 10 |
| Kap 4. Oppsummering / Konklusjon / Videre planer | 11 |
| Oppsummering..... | 11 |
| Konklusjon | 11 |
| Utfordringer..... | 12 |
| Videre planer..... | 13 |

Kap 1. Bakgrunn for prosjektet / Målsetting

Bakgrunn for prosjektet

MAI-senteret er et lavterskeltilbud for Lørenskog kommunes innbyggere, som tilbyr ulike aktiviteter til mennesker med psykiske helseutfordringer. Vi vil være et tilbud til de som trenger det, og som kan bruke det uten å bli stigmatisert. Et sted for mestring og glede.

Nyere forskning viser at det blir stadig flere unge med psykiske helseplager. Forskning viser også at det er større mulighet for å komme seg tilbake i arbeidslivet hvis man tidlig får tilbud og oppfølging av plagene. Aktiviteter kan være med på å bringe mennesker ut av isolasjon og å bygge nettverk.

Før vi startet prosjektet så vi lite til de unge brukerne, vi viste ikke hvem de var eller hvor de var. Senteret hadde en stor andel av brukere over 50 år, vi hadde en teori om at det var en av årsakene til at det var vanskelig for oss å etablere kontakt med de unge. Senteret har et allsidig tilbud av aktiviteter tilpasset alle aldersgrupper, samtidig som vi opplevde at unge brukere oftest kom innom en gang, og deretter uteble.

Et av Lørenskog kommunes satsningsområder er forebygging i forhold til unge med psykiske helseplager. Det er ansatt mange som jobber med personer under 18 år, mens etter fylte 18 år er tilbudet likt for alle, enten man er 19 eller 59 år. Få unge vet hva slags tilbud som finnes i kommunen, samtidig som de ikke identifiserer seg med de over 30 år.

Kosthold, og da et sunt et, er en viktig del av psykisk helsearbeidet i kommunen, og det kan være med på å forebygge og bedre våre brukers helse. Vi ønsker å kombinere dette med gode kulturopplevelser. For enkelte er lunsjen de kjøper her det eneste «ordentlige» måltidet de spiser i løpet av dagen.

Mange av kommunens innbyggere i alderen 20 til 40 år som sliter psykiske helseplager, ønsker å bruke MAI-senteret, men tør ikke i frykt for å bli stigmatisert. Vi ønsket derfor å etablere en kulturkafe for alle innbyggerne i Lørenskog kommune. I kafeen skal man kunne være både gjest og deltager. Et sted å møtes hvor hovedmålet er å få flere unge til å bruke senteret. Et sted som tilbyr mer enn mat og drikke, som gir små konserter, utstillinger, diskusjonsfora ol. Gjennom vårt arbeid har vi sett nytten av kulturelle tilbud. Det skjer noe med mennesker når de hører musikk, ser på bilder, leser en bok eller er med og diskuterer et tema. En åpen kafe vil da være med å redusere stigma rundt psykisk helse.

Det ble søkt om prosjektmidler for å lønne en kokk i 50 % stilling, utstyr for å etablere og drifte kafeen, flyers og plakater.

Målsetting

Hovedmålgruppen for dette prosjektet er innbyggere mellom 20 og 45 år, som har psykiske helseutfordringer. Tilbudet er for alle uavhengig av om de har et behandlingstilbud eller ikke. Noen er i tiltak, mens andre ikke er klare for å være i skole, jobb eller annen sysselsetting enda. Ved en åpen kulturkafe mener vi det blir lettere å komme seg ut av isolasjon. Her kan man komme på lik linje med andre gjester, uten å føle seg stigmatisert. Og man kan få «påfyll» ved at det skal holdes små, og store utstillinger, konserter, foredrag eller andre kulturelle innslag. Vi ønsket også å se på mulighetene til å ha et fleksibelt åpningstilbud til de unge på ettermiddagen, slik at de som er sysselsatt på dagtid har mulighet til treffe andre i samme situasjon på ettermiddagen.

Sekundærmålgruppen for prosjekt «Kulturkafé» er alle som bor i Lørenskog, både dagens brukere og andre. Vi håper at det kan bli et hyggelig sted å møtes for mennesker uansett alder, etnisitet, kvinne eller mann, et sted der man kan være gjest, deltager eller begge deler.

Ved å ansette en kokk ville vi også ha mulighet til å ha praksisplasser på kjøkkenet. Målet var å etablere et samarbeid med Nav og Nitor (en vekstbedrift i Lørenskog kommune) for å tilby praksisplasser med tilpasset arbeidstrening, og eventuelt språktrening. I tillegg ønsket vi å etablere et samarbeid med Fredheim atelier, Kunstvisitten, Lørenskog musikk- og kulturskole og flyktningkontoret for kulturelle aktiviteter.

Vi ønsker at Lørenskog kommune skal ha et godt tilbud til kommunens innbyggere med psykiske helseplager, også de unge. Det skal være lett å finne informasjon om hvilke tilbud som finnes i kommunen for mennesker med psykiske helseplager. Samtidig skal vi være et dynamisk senter med aktiviteter tilpasset alle med psykiske helseplager uansett alder, kjønn og etnisk bakgrunn. Målet er ikke at vi skal ha flest mulig brukere her til en hver tid, men å kunne tilby et senter som brukere kan benytte i perioder ved behov. Senteret kan være en sosial treningsarena før de skal tilbake til skole, arbeid eller annet tiltak. MAI-senteret jobber for aktiv brukermedvirkning, og å gi mennesker gode mestringsopplevelser gjennom deltagelse i aktivitet.

Kap 2. Prosjektgjennomføring

Prosjektmedarbeidere

Prosjektet byttet prosjektleder i 2014, hun som startet prosjektet valgte å gå av med pensjon før prosjektet startet opp.

Det var to ansatte som skulle overta prosjektet, en som prosjektleder med overordnet ansvar og ansvar for økonomi, den andre skulle ha hovedansvar for det kulturelle. Etter at prosjektet byttet leder, var hun med ansvar for det kulturelle mye syk, hun ble langtidssykemeldt i slutten av 2016 og sa etter hvert opp stillingen sin. Prosjektleder fikk da ansvaret for hele prosjektet, det var ingen andre ansatte som hadde ønsket om å ha ansvar i prosjektet.

Oppstart av prosjektet

I kommunes forslag til økonomiplan, høsten 2014, ble det foreslått at MAI-senteret skulle legges ned. Før jul vedtok politikerne at vi fikk fortsette driften. Leiekontrakten for lokalene våre gikk ut i august 2015, kommunen begynte derfor å se på muligheter for å finne nye lokaler på nyåret. Usikkerheten rundt videre drift og flytting gjorde at vi valgte å utsette oppstart av prosjektet. Samtidig startet vi forsiktig opp med konserter og utstillinger, vi ventet med å ansette en kokk og å gjøre endringer på kjøkkenet / kafeen til det ble avklart hvor vi skulle holde til. Avgjørelsen om flytting ble avklart i juni 2015, og vi flyttet inn i nye lokaler i september samme år. Kokk i 50 % stilling ble ansatt 1. august 2015. Lokalene var ikke egnet for vår drift, og det var ikke budsjettert med utgifter til oppussing. For å få etablert et tilbud tilpasset våre aktiviteter brukte vi egne ressurser til oppussing, samtidig som vi opprettholdt daglig drift. Oppussingen ble ferdig i mai 2016, oppstart av kafeen ble prioritert og åpnet 1. desember 2015.

Kommunen dekket lønnsutgifter utenom til kokken, husleie og strøm, i tillegg til at vi fikk midler fra Lions Lørenskog til kjøp av biljardbord.

Kjøkken / kokk / praksisplasser

Vi ansatte en kokk som hadde tidligere erfaring med etablering kjøkken, i tillegg til å ha drevet egen virksomhet innen fagfeltet. Hun jobbet selvstendig og planmessig, lagde gode rutiner og hadde tett oppfølging av de som var her i arbeidspraksis.

Kokken hadde ansvaret for servering av lunsj 4 dager i uka, en dag i uka var det brukernes ansvar å servere lunsj.

Vi etablerte kontakt med Nitor og Nav for praksisplasser på kjøkkenet, og startet opp med 2 deltagere som fikk tett oppfølging. I januar 2016 ble kokken langtidssykemeldt, uten oppfølging av ansatte ble det for utfordrende for de i arbeidspraksis å være alene på kjøkkenet og arbeidsforholdene ble avsluttet. Vi fikk tak i en vikar med god erfaring fra storkjøkken, men hun ønsket ikke å ha ansvar for oppfølging av praksisplasser. Vikaren opparbeidet et godt samarbeid med en bruker som hjalp til på kjøkkenet daglig, brukeren lagde også lunsj den dagen i uka det ikke var kokk på kjøkkenet, og i ferier. Vikaren ønsket en 100 % stilling, hun var aktiv arbeidssøker og sluttet i september 2016. Samtidig sa kokken opp, og stillingen ble utlyst. Vi hadde søkere inne til intervju, to var aktuelle, men begge trakk søknaden sin. Det er vanskelig å få tak i faglærte i 50 % stilling med arbeidstid kl. 10.00 – 14.00 fire dager i uka. Vi ansatte da en bruker i et midlertidig vikariat, hun var hos oss fram til januar 2018. Brukeren som var på kjøkkenet sammen med vikaren i 2016 har hele tiden vært med på kjøkkenet, og deltar der fortsatt.

I kafeen har vi hatt fokus på å servere brukerne et sunt og næringsrikt måltid til en rimelig penge daglig. I tillegg blir kjøkkenet brukt til kurs i kosthold, juicing og smoothie, og Frisklivssentralen holder sine «Bra mat» kurs der. Phillips har gitt oss to juicingmaskiner som vi bruker til kurs, og til utlån til senterets brukere.

I siste delen av prosjektperioden ble det klart at virksomhetsleder ikke ville videreføre prosjektet inni daglig drift etter at prosjektperioden var over, men at kjøkkenet skal være brukerstyrt. Vi etablerte da en kjøkkengruppe med brukere og et personal.

Målet er å gi et mattilbud til brukere på MAI-senteret, samtidig som de som er med i kjøkkengruppa skal få økt kompetanse og kunnskap i kjøkkendrift. Det skal være høy grad av brukermedvirkning, opplevelse av mestring og myndiggjøring, samtidig som de må forholde seg til hverandre Deltagerne har mulighet til å få en attest på hva de har av kompetanse og jobben de har gjort i kafeen. Det har vært syv brukere og et personale med i gruppa, lederen av senteret var med i oppstarten. Kjøkkengruppa har opprettet en lukket Facebookgruppe hvor de kan utveksle informasjon.

Kulturkafè

I stua bygget vi en scene til kafe Baltazar. For å tilrettelegge for å få flere unge til å benytte seg av tilbudet vårt, har vi hatt fokus på at det skal være en avslappet og litt «kul» atmosfære i kafeen, ikke noe institusjonspreg. Scenen blir brukt ukentlig til øving av husbandet vårt, Rett fra sjela, og til fredagskaffen. De holder også konserter i forbindelse med verdensdagen for psykisk helse, sommerfester og julebord for brukerne. I tillegg har brukere som ikke er med i bandet utfordret seg selv med å bruke scenen til å synge eller lese et dikt / en tekst foran publikum. En del av brukerne har også vært med på å synge inn en CD. Scenen blir også brukt av eksterne aktører på enkelte arrangement.

Vi ønsker at Kafè Baltazar skal være åpen for Lørenskog kommunes innbyggere. Kaféen blir ukentlig brukt som en møteplass for Kvinneklubben i Lørenskog, Mental helse ungdom Romerike og Mental helse Lørenskog på ettermiddag / kveld. De har sine faste møter og sosiale arrangement i kaféen. I tillegg har kommunen gjennomført dialogmøter mellom politikere, brukere og aktuelle foreninger her. Flyktingkontoret og somalisk kvinneforening i Lørenskog bruker kaféen noen ganger i året til enkelte av sine arrangement.

En sosionomstudent startet opp en strikkekafe i samarbeid med TeamAhus, hvor det ble produsert luer, sokker og tepper til nyfødtintensiven på Ahus. Det var samling en gang i måneden i første halvår 2016, samarbeidet avsluttet da studenten var ferdig i praksis.

MAI-senter Ung

Mange av de unge er opptatt på dagtid, så ønsket vi å gi de unge et tilbud på ettermiddagen etter ordinær åpningstid. Vi kontaktet da ungdomskonsulentene på Nav, Utekontakten, helsestasjon for ungdom, helsesøstre på videregående skoler, og Mental helse ungdom Romerike til et samarbeidsmøte for å kartlegge hva de unge i kommunen har av tilbud, hva de trenger og hvordan vi kan samarbeide. Vi etablerte raskt et tett samarbeid med Mental helse ungdom, og startet våren 2017 med et tilbud for de unge annenhver onsdag fra kl. 16.00 – 20.00, MAI-senter Ung. Mental helse ungdom har sine aktiviteter også annenhver onsdag i våre lokaler, i motsatt uke av oss. Det gjør at det alltid er et tilbud til de unge på onsdagskveldene, uavhengig av om det er et tilbud fra MAI-senteret eller Mental helse ungdom. Det første halvåret deltok det en ansatt fra Utekontakten på våre kvelder, og andre ansatte fra Utekontakten kom innom med ungdom. Kontrakten hennes gikk ut og samarbeidet avtok. Helsestasjon for ungdom og ungdomskonsulentene fra Nav og tar med seg og introduserer nye brukere for oss når de møter noen som er aktuelle for vårt tilbud. Vi har hatt et tett samarbeid med psykisk helsearbeidere i kommunen i mange år, de følger også unge brukere til oss.

Da vi flyttet inn i nye lokaler hadde vi et ledig rom som kunne være egnet for de unge. Vi søkte om midler til biljardbord fra alle Lionsklubbene i Lørenskog, de gikk sammen og bevilget oss penger til et biljardbord, som ble kjøpt inn i mai 2016.

Innholdet på MAI-senter Ung kveldene varierer, vi serverer alltid mat, maten lager vi sammen med brukerne. Aktivitetene avhenger av hvem som kommer, det kan være kortspill, quiz, brettspill, biljard, filmkveld, aktiviteter i hagen eller å sitte og prate sammen. Vi hadde planer om å gjøre noen aktiviteter utenfor senteret, men det ble vanskelig å gjennomføre. Siden det er et lavterskeltilbud så vet vi ikke når, hvem og hvor mange som kommer fra gang til gang. For å skape trygge rammer, ta godt imot nye og følge opp de som har det vanskelig, så har vi valgt å ha to ansatte tilstede på disse kveldene.

For mange av de unge er det vanskelig å komme innom å sette seg ned i stua for å ta en prat i ordinær åpningstid. Både fordi det er mange som er mye eldre enn dem, og de trenger en arena som er mer skjermet fra stua og det store fellesskapet, og det er en trygghet å vite at det alltid er ansatte tilstede.

På sikt ønsker vi at Mental helse ungdom skal overta aktiviteten med de unge på kveldstid.

Kultur / arrangement

Kunstvisitten har vi hatt et godt samarbeid med i flere år, de har fire vandretstillinger i året i våre lokaler. I forbindelse med utstillingene kommer det en kunstner og formidler kunsten til brukerne, dette fører ofte til spennende samtaler rundt temaene. I tillegg holder de to kurs i året for oss. Det er ulike kreative kurs, der ulike kunstnere er kursholdere, for eksempel; maleri, grafikk, keramikk og tekstilarbeid.

I forbindelse med Verdensdagen for psykisk helse arrangerer vi «Verdensuka» i samarbeid med Mental helse ungdom og Mental helse Lørenskog. Da er MAI-senteret fylt med forskjellige kulturelle innslag hele uka. Vi har utstillinger, av både brukere på huset og eksterne kunstnere, husbandet vårt «Rett fra sjela» spiller flere kvelder og vi har forskjellige foredragsholdere i forhold til Verdensdagens tema. Vi har blant annet hatt besøk av Simen Almås, Adil Kahn, Ingar Helge Gimle og Ingrid Brun som har holdt foredrag hos oss.

Mental Helse Lørenskog er en samarbeidspartner vi gjennomfører temakvelder og andre arrangement sammen med. De bruker også lokalene våre til medlemsmøter og andre arrangementer for medlemmene sine. Vi har etablert regelmessige samarbeidsmøter, og vi jobber med å videreutvikle samarbeidet om temakvelder og andre arrangement.

«Rett fra sjela» har ukentlige øvelser på scenen. De har gitt ut en CD, og jobber nå med en ny. Det er også åpent for andre enn deltagere i bandet til å delta på CD`en, på den neste blir det blant annet diktlesning. I tillegg til å holde konserter internt på huset, har de underholdt blant annet hos andre dagsenter i forbindelse med Verdensdagen for psykisk helse, på Rådmannens ledermøte og på Lørenskog kommunes 17. mai feiring.

Tjenesten rus- og psykisk helse bruker lokalene til sommerfest og julebord til sine brukere.

Kafeen blir også brukt til utstillinger, juleverksted, pepperkakebaking og andre kreative aktiviteter.

Aktiviteter

MAI-senteret er et lavterskeltilbud hvor vi har fokus på mestring, ikke sykdom og diagnoser. Vi har et variert aktivitetstilbud, hvor de fleste finner noe de trives med, opplever mestring i, og blir kjent med andre som også har psykiske helseutfordringer. De fleste aktivitetene er lavterskelaktiviteter, av og til må de melde seg på for å delta på aktivitetene ut i fra funksjonsnivå, og de fleste aktivitetene er gratis. Foruten om MAI-senter Ung, som er en lukket aktivitet for de under 32 år, så er det ikke aldersbestemte aktiviteter. Deltagerne har felles interesse for aktiviteten og alder blir lite viktig, det er som regel de fysiske utfordringene som avgjør om man kan delta i en aktivitet.

Sosiale medier

Vi vet at det er mange unge som sliter med psykiske helseplager, men vi vet ikke hvem de er og hvor de er. For å kunne gi de et tilbud så må vi først finne dem og deretter finne ut hva slags tilbud de ønsker. Siden vi ikke driver med oppsøkende arbeid må vi opplyse de unge gjennom de medier de bruker. Nye brukere får ikke med seg informasjon om aktiviteter på senteret som blir hengt opp på tavla, det er en fordel å kunne finne informasjonen de ønsker når de er hjemme i trygge rammer. Vi har hatt fokus på å utarbeide en brukervennlig blogg og opprettet en Facebookside, hvor informasjon om hva som skjer på senteret blir lagt ut. Både brukere og samarbeidspartnere kan følge med på hva som skjer. I tillegg har «Rett fra sjela»

opprettet en lukket Facebookgruppe hvor de deler informasjon om øvelser, spilleoppdrag og referat fra møter.

I samarbeid med Nav har vi hatt en i arbeidspraksis som har hjulpet oss med å utvikle bloggen vår, gitt den et godt og brukervennlig design, både til pc og mobil.

Kap 3. Resultater og resultatvurdering

Prosjektmedarbeidere

Prosjektet fikk ny prosjektleder fordi hun som startet prosjektet valgte å gå av med pensjon. Det har vært utfordrende å overta etter en ildsjel som har eid prosjektet alene. Hun er kunstner, og hadde mange bekjenskaper som hun hadde planer om å knytte til prosjektet. Det var vanskelig å jobbe videre i den retningen uten å ha disse bekjenskapene. Ekstra utfordrende ble det da hun som skulle overta ansvar for den kulturelle delen av prosjektet også sluttet

Oppstart av prosjektet

Politiske avgjørelser og kommunale vedtak kan man ikke gjøre noe med. Det var hensiktsmessig for oss å utsette oppstart av prosjektet i denne prosessen, det sparte oss for masse ekstraarbeid. Samtidig var det krevende å jobbe med ansettelse, oppussing av kjøkken og oppstart av kafe, samtidig som vi flyttet, pusset opp resten av lokalene og hadde ordinær drift av senteret. I tillegg hadde vi 50 % redusert bemanning pga. sykemeldinger.

Kjøkkenet ble prioritert og åpnet 5 mnd. før resten av senteret var ferdig oppusset. Kokk ble ansatt, og kafeen ble etablert og kom godt i gang med servering av sunn, næringsrik og god mat til brukerne. Vi startet opp med to praksisplasser med oppfølging på kjøkkenet.

Kjøkken / kokk / praksisplasser

Vi har etablert et kjøkken som er funksjonelt, godt utstyrt og kan brukes til daglig servering av lunsj til brukerne, og til store arrangement. Det har blitt servert lunsj nesten daglig siden kjøkkenet ble åpnet. Kokken ble etter kort tid langtidssykemeldt og sa etter hvert opp stillingen sin. Det har vært brukermedvirkning på kjøkkenet i hele prosjektperioden, fokuset på sunn og næringsrik mat blir ikke like godt ivaretatt når det ikke er faglærte med og utvikler menyen. Brukerne har ikke god nok kompetanse til å utføre arbeidet på kjøkkenet tilfredsstillende ut fra våre mål og Mattilsynets krav. Det er utarbeidet lister over arbeidsoppgaver som skal utføres på kjøkkenet i tillegg til å lage mat, det blir ikke utført tilfredsstillende, og renholdet burde vært bedre. For at arbeidet på kjøkkenet skal fungere tilfredsstillende krever det tett oppfølging av personale, en arbeidsoppgave som kommer i tillegg til andre oppgaver. Ingen av miljøterapeutene har ønsket denne arbeidsoppgaven, en påtok seg ansvaret med å følge opp kjøkkengruppa, men ikke å delta i matlagingen, fra april 2018.

Oppmøtet til brukerne er ustabil, vi er avhengig av å ha flere brukere med i gruppa slik at det ikke blir så sårbart når noen er borte i korte eller lengre perioder. Av de syv brukerne som startet opp, er det kun to igjen, en av dem er på kjøkkenet nesten daglig. Dette arbeidet gir brukeren arbeidstrening og stor mestringsopplevelse, selv om samarbeidet ikke er formalisert

gjennom Nav eller Nitor. De andre i kjøkkengruppa har falt ut av forskjellige årsaker, en er kommet ut i jobb og de andre har nok med egne utfordringer. For å få til en stabil kjøkkengruppe tror jeg det også er viktig å ha nok ressurser til å følge tett opp hver enkelt bruker, og ha hyppige møter for å skape trygghet og gode rammer.

På grunn av mye sykefravær og vikarer har det ikke vært mulig for oss å ha praksisplasser på kjøkkenet, det krever tett oppfølging av personalet å gi deltagerne en meningsfull og relevant arbeidstrening med opplevelse av mestring.

Kjøkkenet blir også brukt som kurslokale, selv om lokalene ikke er optimale til dette formålet, det er for lite arbeidsflater i forhold til mange deltagere. På kursene blir det ikke laget mat for salg, kravene fra Mattilsynet gjelder ved salg av mat.

Kulturkafè

«Rett fra sjela» øver i kafeen på ettermiddagen, ikke i et lukket rom som tidligere. Annenhver uke er det åpen øving slik at musikantene får øvd med publikum.

Etablering av Kafè Baltazar har bidratt til at vi har fått flere unge brukere, både lokalene og tilbudet passer de yngre bedre nå enn tidligere.

Vi har åpnet opp for at andre i kommunen kan bruke kafeen utenom MAI-senterets åpningstider. Her gjennomføres det temakvelder, møter, sosiale arrangement og festligheter.

For å unngå stigma rundt psykisk helse, ønsket vi å åpne kafeen for kommunens innbyggere. Det har vi ikke oppnådd, kafeen er åpen daglig for senterets brukere. Med dagens ressurser er det urealistisk. Kontinuitet, forutsigbarhet, oppfølging og god planlegging må til for at det skal kunne gjennomføres.

MAI-senter Ung

Åpningstider kun for de unge på ettermiddagen har gitt positive resultater, her møter vi også unge som vi ikke ser på dagtid. For enkelte er det utfordrende nok å komme når det er lukket gruppe, andre blir etter hvert bedre kjent med både brukere og ansatte, og bruker senteret også på dagtid.

Mat trekker folk, og er samlende. Det har variert hvem som er med på kjøkkenet og lager maten, det er forskjellige brukere fra gang til gang. Vi lager langbord og spiser i fellesskap. Personalet følger med på om alle finner seg til rette, og hjelper til ved behov.

Aktivitetene er brukerne med på å avgjøre, det hender at vi har forskjellige aktiviteter i forskjellige rom. Det avhenger av hvor mange som er her, hvem de er og om de har utfordringer det tas hensyn til. Brukerne bestemmer selv hvor lenge de vil være tilstede, de fleste blir her til vi stenger. Det er også rom for en samtale med en av de ansatte hvis det er behov for det.

Samarbeidet med Utekontakten var positivt, de kom innom av og til, med og uten brukere. Det var en trygghet for deres bruker de hadde en ansatt her en periode. At de har trukket seg ut av samarbeidet merker vi, de har også sluttet med kveldsjobbing på onsdager, og kommer derfor ikke innom med nye brukere lenger.

Biljardbordet vi fikk fra Lions blir daglig brukt av nye og gamle brukere, og er et naturlig samlingspunkt på tvers av alder og kjønn. Selv om det er kun to personer som får spilt om

gangen, så sitter det ofte mange inne på biljardrommet. Her prates det om løst og fast, og man kan være en del av et fellesskap selv om man ikke spiller. Mange av de unge sitter ofte på biljardrommet den første tiden de er her, når de har etablert bekjentskap med andre så er det lettere å gå ut i kafeen etter hvert.

Målet med arbeidet med de unge er at de skal komme seg ut i jobb, skole eller annen sysselsetting. Noen har begynt på skole, andre har fått seg jobb og andre slutter av andre årsaker. Utfordringen er å etablere en stabil gruppe brukerne føler seg trygg i, enkelte er ressurspersoner og sørger for at alle har det bra, mens andre trenger tid på å tilpasse seg gruppa. Når brukerne kommer seg videre må vi etablere gruppa på nytt, det kan ta litt tid, selv om noen fortsatt er med fra tidligere. Gruppa blir mindre og det tar tid å opparbeide en ny trygg arena med nye brukere.

At vi er to ansatte til stede gjør at vi kan gi et bedre og variert tilbud. Det gir oss mulighet til å følge opp nye, de som har det vanskelig, eller vi kan gjennomføre forskjellige aktiviteter samtidig. For enkelte er det en trygghet at det er ansatte tilgjengelig på huset. De ansatte er som regel med i aktivitetene etter ønske fra de unge.

Kultur / arrangement

Samarbeidet med Kunstvisitten har fortsatt som tidligere, både vandreutstillinger med kunstformidling og forskjellige kurs. Kursene er populære, det er dyktige kursholdere, og mange brukere deltar. Det er alltid et personale med på kursene, for å kunne videreføre aktiviteten etter at kurset er avsluttet.

«Verdensuka» er et stort arrangement vi samarbeider med Mental helse ungdom Romerike og Mental helse Lørenskog om. Vi har ansvar for hver våre arrangement, av og til har vi også fellesarrangement. Vi starter «verdensuka» med en kunstutstilling av eksterne og interne kunstnere. Samme dag har vi også en foredragsholder og et musikalsk innslag. Kunstnerne har ansvaret selv for utstillingen, og vi står for bevertning fra kafeen. Det er også blitt en tradisjon med en kveld hvor vi serverer høstsuppe før det blir musikk og foredragsholdere. Disse arrangementene er åpne for allmennheten, og de er godt besøkt.

Et av målene for prosjektet var å etablere et samarbeid med kunstnerne på Fredheim, det har vi delvis gjennomført. En av utstillingene i «verdensuka» var med kunstnere fra Fredheim.

Samarbeid med flyktningkontoret og Lørenskog kultur- og musikk-skole er ikke gjennomført, vi har ikke hatt kapasitet til å utvikle flere samarbeidsarenaer enn det vi allerede har.

Sosiale medier

Det har vært nyttig å få hjelp til å designe bloggen vår av en med riktig kompetanse. Bloggen vår har fått et godt design, den gir et godt førsteinntrykk og er lett å navigere på.

En ansatt har fått hovedansvaret for å legge ut informasjon på blogg og Facebook. Her blir det lagt ut både aktiviteter som kommer, og hva vi har gjennomført. For at flest mulig skal følge med så legger vi ut nye innlegg ca. 3-5 ganger i uka. Vi fordeler informasjonen utover i uka for at det ikke skal bli for mye informasjon på en gang, samtidig som det ikke må bli for sjelden.

Samarbeidspartnere gir oss tilbakemelding om at de har begynt å følge med på bloggen vår for å se hva slags aktiviteter vi har å tilby. Samtidig erfarer vi at flere av de unge får med seg mer av hva vi har å tilby nå etter at vi begynte å legge ut informasjon på Facebook.

Kap 4. Oppsummering / Konklusjon / Videre planer

Oppsummering

MAI-senteret har de siste årene vært i stor endring, både for brukere og ansatte. Senteret har gått fra et godt sted å være for noen innbyggere i kommunen, til et aktivitetstilbud som både skal være et godt sted å være og en mestringsarena for å utvikle seg. Det har vært en nødvendig prosess for å møte behovene blant brukere innenfor psykisk helse, spesielt unge brukere. Endringene har også påvirket brukergruppa, de bruker senteret annerledes nå enn for få år siden. Tidligere kom brukerne tidlig på dagen og ble til stengetid. De var ikke så mange og alle kjente hverandre godt. I dag er det flere som kommer for å delta på en aktivitet, setter seg ned med en kopp kaffe og en liten prat før de drar igjen. Kontinuiteten og fellesskapsfølelsen er mindre enn tidligere, det er en større utfordring å få brukere til å ta ansvar. Mange klarer ikke å forplikte seg til faste arbeidsoppgaver. Ikke alle ønsker å etablere et større nettverk enn det de har, men ønsker en møteplass hvor de kan slappe av og bli godtatt for den man er.

Prosjektet hadde en utfordrende oppstart med flytting, sykemeldinger og vikarer. Vi har etablert og utviklet en kafedrift for brukerne på MAI-senteret. Kafeen er godt besøkt, både på dag- / og kveldstid, det er et sted som oppleves trygt og man kan være der på egne premisser. Noen bruker stedet som en mestringsarena for å etablere gode rutiner for å komme tilbake til skole eller arbeidsliv. Andre trenger et sted å møte andre i samme livssituasjon, og noe positivt å fylle hverdagen med. Og senteret har fått flere unge brukere.

Vi brukte mye ressurser på oppussing, åpning av kafeen ble prioritert for å ha rammene klare til å sette i gang arbeidet med prosjektet. Samtidig har vi hatt to langtidssykemeldinger, 30 - 40 % av arbeidsstokken ble borte fra august 2015, det var de to ansatte som hadde de mest sentrale rollene i prosjektet. I tillegg ble bemanning av miljøterapeuter redusert med ett årsverk i prosjektperioden. Vi utsatte oppstart for å slippe å bygge om kjøkkenet to ganger.

Det har vært ressurskrevende å jobbe med prosjektet i tillegg til andre arbeidsoppgaver. Særlig fordi kokken som skulle ha det største ansvaret ble syk, og vi ikke klarte å få tak i en vikar som fylte hele funksjonen til kokken. Vikarene har hatt behov for tett oppfølging, og miljøpersonalet har ikke hatt kompetanse til å opprettholde rutiner og krav fra Mattilsynet.

Da prosjektet ble etablert var det med støtte fra virksomhetsleder, det har vært tre virksomhetsledere siden prosjektet ble etablert. Nåværende virksomhetsleder ønsket ikke å videreføre prosjektet da prosjektperioden var over. Føringene var at kjøkkenet skal bli brukerstyrt. Det har vært lite tilfredsstillende å starte opp et prosjekt, jobbe hardt for å få etablert og gjennomført det, for så å få beskjed om at det ikke skal videreføres. Vi har jobbet med brukermedvirkning i mange år, men synes det er vanskelig å få det til på en tilfredsstillende måte.

Konklusjon

Det har skjedd mye i prosjektperioden, og det har vært lærerikt.

Vi har etablert et kjøkken som serverer lunsj til brukerne daglig. Vi har ikke nådd målet om å ansette en kokk i fast stilling som kan drifte og utvikle kulturkafeen, og ta imot og følge opp personer i arbeidstrening. Vi jobber fortsatt med å få etablert en brukerstyrt kafedrift med servering av sunn mat. Det er noen brukere som er i gang, samtidig som det jobbes med å få med flere. Det er et tett samarbeid mellom brukerne og ansatt.

Målet om en åpenkafe som kan samle innbyggerne og redusere stigma rundt psykisk helse har vi heller ikke fått til. Kafedriften har ikke vært stabil nok til å invitere resten av kommunens innbyggere. Kafeen vil i første omgang tilby lunsj til aktivitetssenterets brukere, og når dette er innarbeidet utvides det til kafetilbud ved arrangementer.

Kafetilbudet har hatt en sentral plass i den daglige driften og ved arrangementer (kunst, kultur, samarbeidsmøter, temakvelder, verdensdagen for psyk) på senteret. Ved arrangementer etableres arbeidsgrupper slik at ansatte og brukere sammen står for arrangementet.

Det er flere unge brukere som benytter seg av MAI-senterets tilbud nå enn da vi startet opp prosjektet. Mange har vært her i en periode for så å gå videre, og noen ønsker å benytte seg av tilbudet en stund til. Det er mange som bruker senteret som en mestringsarena.

Kunst og kultur gjør noe med folk, det beveger. Vi har fått brukere til å uttrykke seg både med musikk og andre kunstformer. Mange har gått langt ut over komfortsonen sin eller oppdaget nye sider og evner hos seg selv, de har opplevd mestring.

Vi tar med oss all erfaring videre i arbeidet vårt med å utvikle MAI-senteret, vi har satt i gang en prosess vi skal jobbe videre med.

Det har vært nødvendig at prosjektperioden har gått over 3 år, det har tatt tid. Å ha hatt mulighet til å kontakte Charlotte Elvedal, prosjektkoordinator i Rådet for psykisk helse, for å få råd og veiledning underveis har vært verdifullt.

Utfordringer

Den største utfordringen har vært å overta prosjektet etter en ildsjel som eide prosjektet alene, og sluttet da prosjektet skulle starte opp. Jeg ble prosjektleder fordi ingen andre ønsket det ansvaret. Siden jeg overtok har jeg jobbet hardt for å få prosjektet gjennomført. Det har også vært utfordrende å engasjere kollegaene mine i prosjektarbeidet, det ideelle hadde vært å være minst to personer som kjenner prosjektet godt. I tillegg har det vært mye sykefravær, og to av de som jobbet mest med prosjektet sluttet tidlig i perioden. For å få til et godt prosjekt er det viktig at prosjektleder «eier» prosjektet sammen med andre kolleger. Det har ikke vært lett å «arve» et prosjekt man ikke eier og har forutsetninger til å følge opp alene, og det er sårbart når man blir stående alene med arbeidet. En prosjektgruppe hadde vært å foretrekke, da ville det vært lettere å overta / fortsette prosjektet hvis en slutter.

Arbeidstiden for 50 % stilling på kjøkkenet, kl. 10-14, har også gjort det vanskelig å få tak i kvalifisert personell. Kjøkkenet er blitt driftet av brukere, og de trenger tettere oppfølging enn en kokk ville gjort. I tillegg er det et krav og føringer fra Mattilsynet som krever oppfølging, ingen av miljøterapeutene har hatt kompetanse til å følge opp dette tilfredsstillende.

Brukere som arbeidskraft på kjøkkenet er ustabil, de trenger en arbeidsleder. Med lite ressurser har dette vært krevende.

At virksomhetslederen som ga klarsignal til å starte opp prosjektet sluttet, og ikke videreformidlet sine tanker om prosjektet, har vært frustrerende. Det er viktig at prosjektet er forankret i ledelsen hvis det skal være en mulighet for å videreføre arbeidet inn i daglig drift. Nåværende virksomhetsleder ønsket ikke å gi bruke midler til videreføring av prosjektet. Det ble besluttet at kafeen skal bli brukerstyrt uten at det settes inn ekstra ressurser, det er ressurskrevende å få til et godt og tilfredsstillende tilbud med fokus på et sunt og næringsrikt kosthold.

Hvis kommunen hadde hatt et lite prosjektlederkurs i oppstarten av prosjektperioden, så ville det lettet arbeidet betraktelig. Innholdet kunne være alt fra rapportering og ikke minst økonomi, noe av det som har vært vanskelig har vært å ikke vite på forhånd hvordan dette skal håndteres innad i kommunen. Det har vært en bratt læringskurve.

Videre planer

Prosjektet avsluttes i den formen som først tenkt. Kafeen blir brukerstyrt, og det er opprettet en aktivitet som ledes av en ansatt. Utvikling av tilbudet planlegges og gjennomføres innenfor ordinær drift i tett samarbeid med brukerne. Kafetilbudet for senterets brukere fortsetter, og det vil fortsatt være tilbud til innbyggere som deltar arrangement.

Det vil fortsatt jobbes med å tilbys kulturelle aktiviteter i Kafè Baltazar, både utstillinger, foredrag og musikalske innslag. Husbandet er fortsatt i vekst, og vil fortsette å gi nye brukere mulighet til å utfordre seg med sang og musikk. Det har gitt mange brukere mestringsopplevelser på områder de aldri før har turt å oppsøke. Samarbeidet med Kunstvisitten vil fortsette i samme form som tidligere.

Arbeidet med de unge er godt etablert og vi vil fortsette å utvikle arbeidet med dem. Samarbeidet med Mental helse ungdom fortsetter og utvikles. I tillegg vil vi jobbe i kommunen med samarbeidspartnere som jobber med unge, for å gi kommunens innbyggere et bredere tilbud til de unge voksne som sliter med psykiske helseutfordringer.

Det vil fortsatt være viktig å ha en levende blogg- og Facebookside som oppdateres jevnlig.