

Org.nr.: 995 888 637
Hvite Ørn Østfold
Postboks 622
1704 Sarpsborg



Årsberetning for Hvite Ørn Østfold, 2022

Sarpsborg, 15.03.2023

Styret har i 2021 bestått av:

Styreleder: Anders Wingren (AW), Halden

Styremedlem: Zvonimir Bosnjak (ZB), Fredrikstad

Hvite Ørn Østfold (HØØ) har avviklet et årsmøte i 2022. Det har vært mange innom lokalkontoret i Sarpsborg, noen for en kopp kaffe og en prat, andre for likemannssamtaler og noen fra andre virksomheter som vil vite mer om Hvite Ørn.

Jan-Magne T. Sørensen (JMS) har også i 2022 vært daglig leder og har organisert brukermedvirknings- og likepersonsarbeid i Østfold. JMS har vært HØØs representant i brukerutvalget (BU) i Sykehuset Østfold HF, hvor han har deltatt på fem BU møter, et styremøte og et dialogmøte i 2022. JMS har også vært med i Brukerrådet for psykisk helsevern på Kalnes, der han har deltatt på to av fire møter samt et rådslag - psykisk helsevern i Helse Sør-Øst på Lillestrøm i 2022. JMS har også vært likemann og hatt besøk av medlemmer på kontoret og snakket med mange på facebook-chat, Skype og Zoom. JMS har også bistått som rådgiver for både pårørende til og medlemmer som har vært tvangsinnlagt i psykisk helsevern på Kalnes. Anders Wingren har hatt jevnlig likemannsmøter med et medlem i Halden.

Kurs i recovery med gjensidig selvutvikling

Kurskonseptet er unikt i sitt slag og utviklet av den danske psykologen Klaus Gormsen. Halvor Torp og Jan-Magne T. Sørensen har videreutviklet kurset og tilpasset begreper og metoder slik at det passer inn i en likepersonsetting der deltakerne jobber i par. Metodene bygger på anerkjent kunnskap innen psykologi og helsefremmede strategier, og erfaringen så langt viser at metoden egner seg for personer med psykiske utfordringer som har interesse for, og tro på at selvutvikling kan bidra i retning av økt livskvalitet og livsmestring. Sentrale elementer i metoden er å lære å ta eierskap til egen helse og ta utgangspunkt i egne ressurser for å komme seg videre. Deltakerne får nye innsikter ved å hente lærdom fra egne og andre deltageres erfaringer, utvikle seg gjennom og forbi de vanskene de har opplevd.

Her er noen av tilbakemeldingene fra kursdeltagere i 2022:

«Rett og slett en kunnskapsrik, tålmodig lærer med svært god formidlingsevne. Veldig flink til å forklare, og et strålende eksempel med egen deltakelse. Strukturert og avslappet på samme tid.»

«Jeg likte strukturen, og gjennomføringen av kurset var veldig bra. På kort tid har jeg fått mye ut av metodene samt nettverk fra gruppen. Dette gleder jeg meg til å se hvordan vil utspille seg fremover. Både deltagerne og kursholderne har gitt mer enn nok rom til å utbre egne meninger og synspunkter og bygde en arena hvor vi kan være oss selv!»

«Hverdagslige og relevante eksempler ble gitt under introduksjonen og gjennomgang av metodene. Kursholderne har vært tålmodige og jeg har gledet meg til hver helg jeg skulle hit. Jo mer jo bedre av

tilsvarende som dette. Tusen takk for en fantastisk opplevelse som jeg er sikker på at jeg tar med meg livet ut!»

«Kurslederne var inkluderende, lette å snakke med. Åpnet opp for refleksjoner i etterkant av øvelsene/sesjonene. Kurset gav meg nye/andre perspektiver på måter å se utfordringer/metoder på. Det gav meg verktøy som jeg kan bruke i livet mitt og i jobben min. Fått møte mennesker som har en annen livsinnsikt. Fått deltatt i utvidende refleksjoner rundt store livsspørsmål.»

Det ble gjennomført 9 kurshelger og nettverkssamlinger i 2022 i samarbeid hovedorganisasjonen:

- | | |
|-----------|---|
| 29-30.01: | Recovery-kurs med gjensidig selvutvikling del 1. Sarpsborg |
| 12-13.02: | Recovery-kurs med gjensidig selvutvikling del 2. Sarpsborg |
| 26-27.02: | Recovery-kurs med gjensidig selvutvikling del 3. Sarpsborg |
| 12-13.03: | Recovery-kurs med gjensidig selvutvikling del 4. Sarpsborg |
| 23-24.04: | Recovery-kurs med gjensidig selvutvikling del 1. Sarpsborg |
| 07-08.05: | Recovery-kurs med gjensidig selvutvikling del 2. Sarpsborg |
| 21-22.05: | Recovery-kurs med gjensidig selvutvikling del 3. Sarpsborg |
| 04-05.06: | Recovery-kurs med gjensidig selvutvikling del 4. Sarpsborg |
| 27-28.08: | Recovery-nettverkssamling for dem som har fullført del 1-4. Sarpsborg |

Andre medlemsaktiviteter.

09.05: Tur til Bryggestien, Ravneberget og Appelsintoppen.

03.11: Foredrag Hvite Ørns kurslokaler i Sarpsborg. «Valgfrihet mellom ulike behandlingstilnærminger i psykiske helsetjenester er viktig!»

Turer ute i naturen

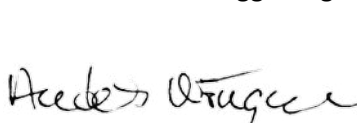
HØØ har over flere år kjøpt inn en del turutstyr som fiskestenger, soveposer, hengekøyer og telt som kan lånes ut til medlemmer som ikke har eget utstyr. Vi har arrangert turer der alle medlemmene og andre interesserte har blitt invitert. Vi har hatt med bjørkeved, grillmat, kokekaffe og annen drikke. Det har blitt lånt ut en del utstyr til medlemmer. Jan-Magne har også hatt med seg medlemmer på turer med overnatting og tre dagsturer ute i naturen hvor det har vært en del av likepersonstilbudet og bidrag som hjelp til selvhjelp..

Kontorlokale i Sarpsborg

HØØ leier kontor i Astrids gar 34 i Sarpsborg, Vi leier av R-K Eiendom og det er to rom på til sammen ca. 25 kvadratmeter.

Økonomi

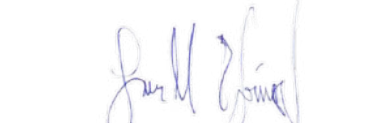
HØØ har hatt 156.587 kr i inntekter i 2021 og et overskudd på 3.754 kr. Avdelingen har fått driftsmidler fra Grasrotandelen, Viken fylkeskommune, Helse Sør Øst RHF og Hvite Ørn Norge Funkis Østfold. Det foreligger regnskap ført av Siffer Økonomi AS i Halden.



Styreleder, Anders Wingren



Styremedlem, Zvonimir Bosnjak



Daglig leder, Jan-Magne T. Sørensen