

**Innlegg holdt av Anita Vatland, daglig leder i Pårørendealliansen, på webinar om rettigheter for personer med funksjonsnedsettelser og deres familie, 18. januar 2022.**

Mitt navn er Anita Vatland, og jeg er daglig leder i Pårørendealliansen og hvor vi er 3 ansatte.

Vi er en paraplyorganisasjon som skal arbeide for å synliggjøre og forbedre pårørendes interesser og rettigheter, uavhengig av hvem man er pårørende til. Vi har nå 34 medlemsorganisasjoner med rundt 750 000 personer tilknyttet. Vi løfter frem utfordringer men foreslår også løsninger!

Som person er jeg glad i både tenke og snakke i bilder.

Hvis jeg var leder i en kommune så ville jeg gjort det samme.

Jeg ville tenkt på de ressursene som kommunene har og som til sammen får hjulene til å gå rundt innen helse og omsorg og sosialtjenesten.

Den første ressursen er de mange fagfolkene som går på jobben i denne sektoren hver dag, de som er i frontlinje og som møter pasienter og brukere i jobben sin.

Denne gruppen er det profesjonelle Forsvaret – de som holder hjulene i gang og som hjelper de som trenger det.

Den andre gruppen av ressurser jeg ville tenkt på, er det som jeg kaller Heimevernet.

Og siden jeg skal snakke om pårørende i dag, så skjønner dere sikkert her da, at jeg med Heimevernet da mener pårørende og familier som ivaretar sine nærstående på mange ulike vis:

- Enten det er hun som lever med han som har demens
- Søstera som handler og steller hjemme hos broren sin med rusutfordringer i en kommunal bolig
- familien som har 3 barn hvorav det ene er sterkt pleietrengende med mange diagnoser
- Hun som har en sønn som bor i egen bolig og som er så kjempeglad i jobben sin på Dagsenteret
- Han som daglig vekker sin kjære datter for å følge henne opp, støtte og motivere så hun kommer seg opp og i gang med de aktiviteter som er en del av behandlingen
- de som ringer sine foreldre på hjemstedet hver dag og som reiser opp i helgene for å gjøre det som de gamle nå ikke klarer å gjøre selv, og som det ikke finnes vedtak på at kommunen gjør.

Alle disse små og store ting som gjøres av den ofte usynlige ressursen pårørende – de som gjør det av kjærlighet, av plikt og av ønske om at deres kjære skal ha det best mulig.

Denne innsatsen utgjør minst 50 % av all omsorgen og hjelpen til ytes til pasienter og brukere.

Minst halvparten – ofte mer. Vi vet alle dette kan bli en 24/7 jobb i tiden før det offentlige tar over, som når man er hjemme som syk og hjelpetrengende, før man får en institusjonsplass.

Så derfor kjære kommuner – nå må det planlegges for de uformelle omsorgsyterne!

For når Forsvaret kommer i krig – ja da endrer de plan.

Da omdisponeres folk til de stedene hvor det trengs mest ressurser.

Det skjer i pandemien også – man har omdisponert helsetjenesten for en krig mot viruset.

og - Det betyr mange endringer for sårbare grupper. Pasienter og brukere som møtte stengte dører, fikk reduserte tilbud, avlyste behandlinger, fikk skoler som ble stengt og transporttjenester som ble borte. Besøksforbud. For en del pårørende så betød det at de ikke får gått på jobb eller skole eller får sin hardt tiltrengte avlastning og støtte.

Livene til de rundt de sårbare gruppene ble sterkt påvirket.

Pandemien har vist oss ganske tydelig at mange for eksempel ikke hadde

- planer for pårørende med store omsorgsbyrder,
- for familier som måtte leve isolert og uten nødvendig hjelp,
- plan for hvordan vi skulle få ut informasjon om endringer
- plan hvis pårørende selv skulle bli syke og ikke kunne yte livsnødvendig omsorg
- eller for å kontakte pårørende og høre hvordan det stod til – etter at vi hadde stengt.

Vi hadde kanskje gode planer for helseForsvaret, men få gode planer for omsorgsHeimevernet.

Dette har vi fortalt Koronakommisjonen, til Stortinget og dette vil vi gjenta ut til alle kommuner:

- Nå er derfor tiden for å jobbe med beredskapsplaner - for hverdag og for langvarige kriser.
- Hvordan skal helse og omsorgstjenestene støtte opp – når man omdisponerer for en pandemi?
- Man må i alle fall erstatte noe av det som blir borte - med noe annet!
- Det sies ofte at når en dør stenges, så åpner det seg en annen. Det skjedde ikke alltid i pandemien.
- Det skjedde altfor mange ganger at kommunene tok bort hjelp og tjenester og erstattet det med – stillhet. Ikke en telefon engang.
- 8 av 10 pårørende sa at de aldri var kontaktet for å høre hvordan det gikk med dem etter 1 år.

Ikke en gang en samtale for å høre hvordan det går.

Dette er ikke holdbart. Sånn behandler man ikke en ressurs.

Pårørende har ikke så mange rettigheter.

Men dere bør huske på at de heller ikke har så mange plikter til å gjøre alt det de faktisk gjør – og at man da er smart om man gjør en innsats for å ta vare på og hjelpe dem!

Informasjon kan for eksempel gis i mange kanaler og det kan være kjekt å tenke på:

- Å gi informasjon også til pårørende om endringer i tjenester, vedtak og tilbud – særlig i en krise
- Mange pårørende bor ikke alltid i samme kommune.
- Mange brukere informere ikke alltid sine pårørende.
- Pårørende er i ulike livsfaser og aldre så bruk alle de kanaler som finnes, også sosiale media.
- Hva med egen «pårørendeside» på sine kommunale nettsider, hvor informasjonen samles.
- Telefonen er undervurdert som kontakt
- Å ta en tur på døra og ring på
- å omdisponere ressurser så alle kan få tilbud om avlastning eller en tur eller samtale

Forsvaret og Heimevernet er jo bilder på den formelle og den uformelle omsorgen og hjelpen som til sammen ytes i dette landet.

Skal vi ta vare på de sårbare gruppene, så må vi støtte det livsviktige nettverket de har rundt seg og som de er så avhengige av!

Hvis vi svekker Heimevernet for de sårbare gruppene i kriser - så gjør vi dem jo enda mer sårbare.

Så derfor - ta pårørende på alvor, ikke ta de for gitt.

Når man tar noen på alvor, så gjør man det de sier de trenger og det de har sagt er:

- 1 - en kontaktperson som de kan nå
- 2 - inkludere dem i planer for hverdag og kriser!

Da skal vi sammen klare dette - takk for oppmerksomheten