



Geðræktarmiðstöðin Setrið eins árs

Freydís Jóna Freysteinsdóttir félagsráðgjafi
(MSW, PhD) og félagsmálastjóri
og Erla Alferðsdóttir iðjuþjálfari og
forstöðumaður geðræktarmiðstöðvar

Þann 10. október árið 2007 fagnaði Setrið eins árs afmæli sínu en það var formlega opnað við hátíðlega athöfn á alþjóðlega geðheilbrigðisdaginn fyrir ári síðan.

Starfsemin fór vel af stað og hafa notendur jafnt sem samfélagið í heild tekið þessum stað fagnandi. Greinilegt er að mikill áhugi og þörf er fyrir starfsemi sem tengist geðheilsu eða geðrækt á þessu svæði enda langt fyrir Þingeyinga að sækja sér slíka þjónustu.

Setrið er gott dæmi um hverju hægt er að koma í framkvæmd, ef hagsmunaaðilar taka sig saman með ákveðið markmið í huga. En í janúar árið 2005 var stofnaður stuðningshópur fagaðila um geðheilbrigði í Þingeyjarsýslum sem kallaði sig Bakhjarl. Hópurinn samanstóð af fulltrúum frá Fjölskylduþjónustu Þingeyinga, Rauða krossi Íslands og Heilbrigðisstofnun Þingeyinga. Einnig var fulltrúi frá Sjálfsbjörgu í Bakhjarli ásamt sóknarpresti Húsvíkinga. Megin markmið Bakhjarls var að stuðla að bættri geðheilbrigðisþjónustu í Þingeyjarsýslum og fjölga úrræðum sem hefðu batahvetjandi áhrif á einstaklinga með geðræn vandkvæði. Geðræktarmiðstöð var ein þeirra hugmynda sem komu fram hjá hópnum. Ekki leið langur tími frá því Bakhjarl var myndaður og þar til undirbúningur hófst við opnun geðræktarmiðstöðvar á Húsavík og var geðræktarmiðstöðin Setrið opnuð á haustmánuðum árið 2006. Þess ber að geta að ýmsir aðrir aðilar studdu við verkefnið með vinnuframlagi, gjöfum og styrkjum.

Starfssemi Setursins

Setrið er staður þar sem einstaklingar sem búa eða búið hafa við geðröskun og aðstandendur þeirra, geta komið og unnið að því að byggja upp andlegt, líkamlegt og félagslegt þrek. Setrið er opið daglega alla virka daga frá kl. 12 – 16 og auk þess er opið tvo morgna í viku, en þá sjá notendur alfarið um starfsemina. Áhersla er lögð á valdeflingu notenda, að þeir séu virkir þátttakendur í að móta starfið. Unnið er á jafningjagrunni þar sem allir geta haft áhrif. Jafningjastuðningur er líka mikilvægur þáttur og eru notendur meðvitaðir um gagnsemi hans.

Mikið er lagt er upp úr jákvæðu andrúmslofti og hefur notendum ásamt starfsfólki tekist vel upp við að skapa umhverfi sem er heimilislegt og notalegt. Jafnframt er lagt upp að fólki gefist tækifæri til að taka þátt í skapandi iðju og félagslegum athöfnum. Hvorutveggja hefur áhrif á heilsu fólks og er því afar mikilvægur þáttur í að byggja upp batahvetjandi umhverfi. Reglulega er farið í einhverjar menningar- og skemmtiferðir sem ætíð hafa lukkast ljómandi vel. Útivist, hreyfing og slökun eru einnig lykilþættir í bata geðsjúkra og hefur sitt pláss í starfseminni.

Stór þáttur í því að vinna gegn fordómum og að efla vald geðsjúkra á eigin lífi felst í fræðslu til notenda og samfélagsins. Í Setrinu hefur því verið boðið reglulega upp á fræðslu tengda geðrækt og hefur m.a. verið leitað í þekkingu notenda sjálfra. Einnig er áhersla lögð á að starfsemin sé sýnileg en það hefur verið gert með því að bjóða upp á opið hús

við hátíðleg tækifæri og fara með kynningar á starfseminni til félagasamtaka. Þrír aðilar starfa við Setrið, þar af iðjuþjálfari sem veitir því forstöðu, stuðningsfulltrúi og félagsliði. Jafnframt starfar einn sjálfboðaliði við Setrið. Auk þess hafa notendur sjálfir verið duglegir að leggja Setrinu lið á ýmsan hátt. Frá opnun Setursins hafa um 2500 gestir heimsótt það. Komur notenda eru 1700 fram til þessa sem þýðir að 8 manns hafa að meðaltali sótt Setrið á degi hverjum.

Könnun á upplifun notenda, aðstandenda og fagaðila

Í byrjun var um tilraunaverkefni að ræða. Mikilvægt var því að kanna hvernig til hefði tekist og var Þekkingarsetur Þingeyinga fengið til að vinna þá könnun. Markmiðið var að kanna helstu viðhorf og væntingar þeirra aðila sem tengjast starfseminni, þ.e. þeirra sem nota Setrið, aðstandenda þeirra og fagaðila. Fram kemur í skýrslu Þekkingarsetursins að allir þessir aðilar telja að Setrið hafi jákvæð áhrif á notendur þess og að þátttaka í Setrinu hafi batahvetjandi áhrif á þá sem þangað koma. Allir svarendur í hópunum þremur telja að nauðsynlegt sé að tryggja áframhaldandi rekstur Setursins, enda almenn ánægja með starfsemi þess. Hins vegar ber að geta þess að flestir svarendur telja að Setrið þurfi að komast í stærra og betra húsnæði, enda er Setrið nú staðsett í iðnaðarhúsnæði sem er fremur þröngt og umhverfi húsnæðisins gæti verið meira aðlaðandi. Í ljósi þess hefur Setrið tekið annað stærra húsnæði á leigu og mun flytja starfsemi sína þangað í janúar 2008.

Þingeysku heilbrigðisverðlaunin

Á ársfundi Heilbrigðisstofnunar Þingeyinga þann 29. nóvember 2007 voru Þingeysku heilbrigðisverðlaunin veitt geðræktarmiðstöðinni Setrinu. Þingeysku heilbrigðisverðlaunin eru veitt fyrir frumkvöðlastarf, uppfinningar eða vel heppnaða útfærslu hugmynda, sem stuðla að heilbrigði og bættri líðan almennt eða ná til tiltekinna hópa einstaklinga eða sjúkdóma á starfssvæði Heilbrigðisstofnunar Þingeyinga.

Verðlaunin eru mikil hvatning fyrir þá sem starfa við Setrið, hvort sem um er að ræða starfsfólk eða notendur, til að halda ótrauð áfram og gera enn betur í framtíðinni. Markmiðið verður áfram að móta og þróa starfsemina í samstarfi við notendur ásamt því að vera í takt við þær áherslur sem notendur telja að hafi batahvetjandi áhrif.