

URO
lettomrus.no

IOGT

Region Sør-Norge



FO



HALVÅRSRAPPORT URO

HØSTEN 2023

Rapporten er skrevet av prosjektleder Lise Holm, ekspert Camilla Melvoll Berntsen og ekspert Erik Johan Steenbuch.

HALVÅRSRAPPORT URO

HØSTEN 2023

I august 2023 hadde URO penger til å starte for alvor. Endelig kunne vi jobbe med det vi aller helst ville. Vi var heldig og fikk med oss Ragnhild på laget. Sammen lagde vi logo og kort som forteller hva URO er. I november var hjemmesiden vår klar, vi er veldig stolte av den. Vi har opplevd mye. Vi har reist på turer og konferanser og truffet mange hyggelig mennesker. Vi har fortalt om rus og utviklingshemming, og at det er viktig å snakke enkelt. Alle har rett til å få informasjon de kan forstå. Vi har også opplevd vanskelig ting. Ragnhild ble syk og kunne ikke være med å gjøre ferdig hjemmesiden. Det har gjort at noen av planene våre ble forsinket. En av våre viktige frivillige, Roar Holm, døde i desember. Han jobbet hardt for at URO skulle få mulighet til å bli et stort prosjekt. Vi er takknemlig og husker hans blide humør.

Alt vi opplevde i 2023 gjør at vi står sterkere sammen. Vi vet at vi kan få til mye når vi jobber sammen.

Vi er veldig takknemlig for alle som hjelper oss både økonomisk og praktisk. Vi er glade for at vi møter så mange mennesker som er interessert i det vi gjør, og sier hyggelige ting til oss.

Vi gleder oss til å jobbe videre med URO, og skal nå målene våre.

Tusen takk til alle våre venner, vi sees i 2024.

URO hilsen fra
Camilla, Erik og Lise

S
N
A
K
K
S
Å
J
E
G
F
O
R
S
T
Å
R



**ALT BLIR BEDRE NÅR VI
HAR DET GØY SAMMEN**

FOLKA I OG RUNDT URO

Mange mennesker har vært engasjert i URO høsten 2023.
Her kan du lese om mange av de som gjør det mulig å drive URO prosjektet.

ANSATTE - DE SOM JOBBER OG FÅR LØNN FRA URO

Prosjektleder: Lise Holm 100% stilling
Kommunikasjonsansvarlig: Ragnhild Løvold 50 % stilling
Ekspert: Camilla Melvoll Berntsen 100 % stilling
Ekspert: Erik Johan Steenbuch 100 % stilling
Julie Maria Rasmussen, innleid for å ferdigstille hjemmesiden i november og desember.



STYRINGSGRUPPA – DE SOM EIER URO, OG PASSER PÅ AT URO GJØR DET DE SKAL

Tor Arne Walskaar, leder IOGT Region Sør-Norge
Berit Langseid, økonomiansvarlig IOGT Region Sør-Norge
Camilla Melvoll Berntsen, ekspert i URO
Lise Holm, prosjektleder i URO

REFERANSEGRUPPE – DE SOM HJELPER URO SLIK AT DET VI GJØR BLIR BRA.

Bjørn Roar Vagle KORUS Stavanger
Frode Dragsten Rådgiver NAKU
Henriette Hvarnes Hansen leder i Erfaringsutvalget i NFU
Maria Strømman Berteig Rådgiver FO
Lise Holm Prosjektleder i URO

FILMTEAM – DE SOM LAGER DOKUMENTARFILM OM URO

Produsent: Bjørnar Grønhaug
Regi og fotograf: Daniel Howlid
Fotograf: Harald Stensland
Teknisk og fotograf: Lars Kristian Sjetne

ØKONOMISKE BIDRAGSYTERE – DE URO FÅR PENGER FRA

FO- Fellesorganisasjonen for barnevernspedagoger, sosionomer, vernepleiere og velferdsvitere.
IOGT region Sør-Norge
Sparebankstiftelsen Sparebanken Sør.
Stiftelsen Dam via Norsk Forbund for Utviklingshemmede



URO SAMARBEIDET MED MANGE

Dette er noen av dem:

FO Vestfold og Telemark

De hjelper oss å finne deltakere til fokusgrupper.

GoActiv

Vi trener hos GoActiv.

Vi samarbeider om å lage lett forklaring til treningsøvelser.

Grenlandsnettverket

Legger til rette for fokusgrupper

Helt Med

Hjelper oss med ansettelse.

Metodecentret Center for Innovation og Metodeudvikling, Aarhus

Gir oss råd.

Hjelper oss med hvordan vi kan lage lett informasjon.

NAV

Hjelper oss med ansettelse

Nettverk for inkluderende

Lærer oss om forskning og litteratursøk.

NFU Vestfold og Telemark

Gir oss gode råd om hvordan lage lett informasjon.

Porsgrunn kommune

Ansatte får være med i fokusgrupper

Rusfeltets hovedorganisasjon

Hjelper oss å bli kjent på rusfeltet.

Skien kommune

Ansatte får være med i fokusgrupper.

Stiftelsen SOR

Gir oss råd.

Frivillige

URO har mange venner og mange som jobber frivillig for URO.

Over 300 dugnadstimer ble brukt i URO fra august til desember i 2023.

Noen vil vi si spesielt takk til:

Emil Stålerød

Hjelper oss med PCer og data

Vegard Svendsen

Altmuligmann, han hjelper oss på kontoret og når vi er på tur.

Roar Holm

Hjalp oss på kontoret.

Hjalp oss, og hentet oss på Arendalsuka.

Aud og Svein Olsbu

Hjalp oss på Arendalsuka.

Passet på at alle gjestene våre på Arendalsuka fikk hjemmebakete kaker.

Hjørdis Almelid Vikenes

Hjelper oss når vi vil at noe skal skrives på nynorsk.

Styret i IOGT Region Sør-Norge

Støtter oss i alt vi gjør.

ARRANGEMENTER OG KONFERANSER

Arendalsuka

Vi var på Arendalsuka fra mandag til onsdag.
Arendalsuka var veldig gøy, veldig slitsomt og veldig nyttig.

Vi hadde fire mål på Arendalsuka. Vi nådde målene våre

TREFFE GAMLE VENNER

Vi traff mange gamle kjente.
Vi traff mange av de vi samarbeider med.
Arendalsuka er viktig for å holde kontakt med folk.

FÅ NYE VENNER

Vi ble kjent med flere.
Det er viktig å utvide nettverket.
Det er fint å ha flere å samarbeide med.
Vi likte å ha besøk i leiligheten.
Det er hyggelig og trygt å kjenne mange.
Vi føler at vi ikke er alene.
Vi oppleve felleskap blant andre samfunnsengasjerte.

LÆRE NYE TING

Vi lærte å være foran kamera.
Vi lærte mye om temaene URO skal jobbe med, og organisasjonsliv.
Arrangementer kan være fint for å treffe folk.
Det er viktig å planlegge hvilke arrangementer vi skal gå på.

FORTELLE OM URO

Synlig URO-klær ga oppmerksomhet, og gjorde det lettere å starte en prat.
Vi delte ut 150 flyers om URO
Vi delte ut 150 invitasjoner til arrangementet vårt.
Det kom 35 på arrangementet.
Mange samarbeidsparter kom.
Vi fikk positiv tilbakemelding fra de som kom.
Det er fint å invitere til et arrangement,
vi kan fortelle om det når vi treffer nye folk.
Mange var interessert i å høre om URO
Mange sa at vi gjør en viktig jobb.



Konferanser

Det er viktige å være på konferanser.
Vi forteller om URO til de som jobber med utviklingshemming.
Vi forteller om URO til de som jobber med rus.
Vi får nye venner.
Vi lærer nye ting.

RUSFELTETS FAGKONFERANSE

Camilla, Erik og Lise deltok.
Vi lærte om regjeringens ruspolitikk
Vi lærte om hva som kan skje når en som er gravid bruker rus.
Vi lærte om hvorfor diagnoser noen ganger kan gjøre ting vanskelig.
Vi lærte om hvilke rusmidler det er mest vanlig å bruke.

SOR KONFERANSEN

Camilla, Erik og Lise deltok.
Vi lærte om livskvalitet og hva som er viktig for å ha det bra.
Vi traff mange kjente.
Vi ble kjent med noen nye.

MEDFORSKERKONFERANSEN OG ÅRSKONFERANSEN I INKLUDERENDE FORSKNING

Erik, Camilla og Lise deltok.
Camilla og Lise skrev abstrakt før konferansen.
Vi fortalte om URO på konferansen.
Vi lærte mye om forskning.
Vi fikk noen nye venner.
Camilla ble valgt inn i arbeidsutvalget for nettverk for inkluderende forskning.

MEDIA

Vi har 477 følger på Facebook.
Vi har en helt ny Instagram konto.
Sykdom gjorde at vi ikke la ut så mye på Facebook denne høsten.
Vi ble intervjuet på NRK radio to ganger.
Intervju med NRK Vestfold og Telemark, og Nitimen.
[Vi ble intervjuet i Fædrelandsvennen, i Kristiansand.](#)
[Vi ble intervjuet i Tønsbergs Blad.](#)
[Det er et intervju med oss på NAKU sine hjemmesider](#)



UNDERVISNING

VERNEPLEIERSTUDENTER PÅ USN CAMPUS PORSGRUNN

Vi underviste vernepleierstudenter.

Lise, Camilla og Erik snakket om utviklingshemming, rus og rusbruk. Camilla og Erik forklarte hvordan det går an å snakke lett om alkohol. Studentene sa undervisningen var nyttig og at de lærte mye.



FO'S SENIORGRUPPE

De er pensjonerte sosialarbeidere.

Mange kan mye om utviklingshemming.

Vi fortalte om URO

Vi fortalte hva vi har gjort, og hvilke planer vi har.

Vi fikk gode råd.



NFU VESTFOLD OG TELEMAR

Vi var med på helgeseminar.

Vi fortalte om URO

Vi fikk mange gode råd om hvordan lage lett informasjon.

Vi serverte alkoholfrie drikker.

De som var der likte å bli tatt med på råd.

Alle synes det var spennende å smake på alkoholfritt drikke.

BESØK

Vi har besøkt flere steder.

Det er nyttig og lærerikt å reise på besøk

ROP - «SAMTIDIG RUSLIDELSE OG PSYKISK LIDELSE»

Vi besøkte ROP i Vestfold

Vi snakket om rus og utviklingshemming.

De sier at det vi gjør er viktig

De sier at de vet at mange som har rusproblemer kan ha utviklingshemming.



RÅDGIVNINGSGRUPPEN I BÆRUM

Vi fortalte om URO

Vi fortalte om veileder om Gode helse- og omsorgstjenester til personer med utviklingshemming

Vi fikk gode råd

De mente det er viktig å snakke om hva en kan gjøre hvis en ser noen som er veldig rusa.

Vi fikk lære hvordan rådgivningsgruppen jobber



TRENING

Helse er viktig for URO.
Vi samarbeider med GoActiv, treningscenter.
Vi trener en gang i uken.
Vi lager treningsopplegg i samarbeid.

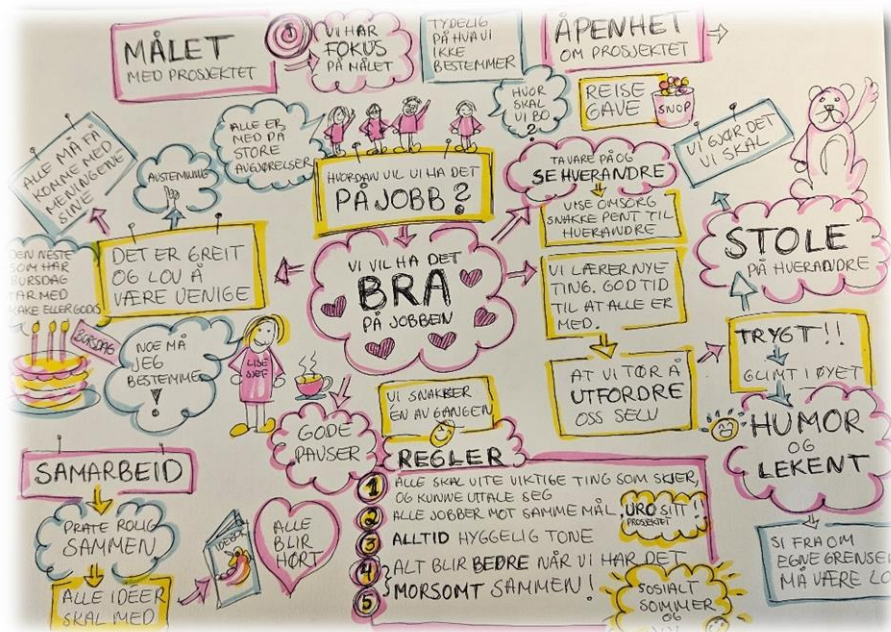
FOKUSGRUPPER

Fokusgrupper skal snakke med oss om rus og utviklingshemming.
De skal hjelpe oss å lage lett informasjon om rus.
De skal snakke om hvilke tiltak som er viktig for å hindre at noen bruker rus på skadelige måter.
Vi har hatt et møte med fokusgruppe i Porsgrunn kommune.
Vi har hatt et møte med fokusgruppe i Skien kommune.
Vi har snakket med Tinn kommune om en fokusgruppe der.
Vi har ikke hatt møte i Tinn kommune.
Vi har avtalt nye møter i Porsgrunn og Skien.



INTERNSEMINAR

Vi hadde internseminar i Kristiansand.
Vi var på hytta til IOGT, Sjøstrand.
Vi la planer for prosjektet.
Vi snakket om hva vi vil og hva vi er flinke til.
Vi snakket om arbeidsmiljø.
Vi laget URO-loven.



ARBEID PÅ KONTORET

HJEMMESIDE

Vi jobbet med å lage hjemmeside hele høsten.

[Vi åpnet vår hjemmeside 24.november.](#)



BROSJYRER OG SAMTALEKORT OM RUS

Vi forbereder hvordan vi skal lage lett informasjon.

Vi har jobbet med lett tekst.

Vi har lest og lært mer om rus og rusmidler.

Vi har fått lov å oversette danske brosjyrer til norsk.

Vi har spurt fokusgrupper om hva de mener er viktig informasjon å gi om rus.

KAMPANJE

Vi har planlagt korte filmer, tegneserier og plakater.

Vi skal gjøre det vi har planlagt i 2024.

Vi skal fortelle om URO i sosiale medier og aviser

Vi skal henge opp plakater som forteller om URO

SPØRREUNDERSØKELSE

Vi vil vite mer om hva som mangler av informasjon om rus og rusmidler

Vi har laget et spørreskjema.

Skjema er laget til personer med utviklingshemming/lærevansker, pårørende og fagfolk.

Vi skal bruke skjemaet fram til mai.

ORGANISERING OG MEDVIRKNING

Vi jobber fast sammen på kontoret tre dager i uka.

Vi spiser frokost og lunsj sammen.

Vi skriver kort referat etter hver arbeidsdag.

Vi har en gruppe på Facebook for å gi hverandre beskjeder.

Alle har PC og egen mail adresse.

Vi bruker kalender i Outlook for å se alle avtaler

Hele gruppa snakker sammen før vi tar store avgjørelser

Vi har personalmøte hver måned

Vi har medarbeidersamtaler hver måned. Alle ansatte har en plan for hva de vil gjøre og hva de vil lære.

SYNLIGHET

Vi har laget genser og t-skjorte med logo.

Vi har laget visittkort hvor det står hva URO er.

Det gjør at flere legger merke til oss.



DOKUMENTARFILM

Vi lager dokumentarfilm, filmen bak URO.

Vi skal vise at folk med utviklingshemming kan noe, vil noe og brenner for å hjelpe andre, og er vanlige mennesker selv med våres utfordringer.

Vi har et filmteam til å hjelpe oss å lage filmen.

Vi har med oss fotograf på konferanser, besøk og på kontoret.

Vi startet å filme på Arendalsuka.

Vi har filmet i hele høst.

Vi bestemmer sammen hvordan filmen skal bli.



**VI HAR LAGT ET SPENNENDE OG LÆRERIKT HALVÅR BAK OSS.
VI GLEDER OSS TIL Å JOBBE VIDERE MED URO.**

CAMILLA, ERIK OG LISE

#snakksåjeforstår

