

# Amaliedagene 2012

## Generell beskrivelse av Amaliedagene

Amaliedagene er en brukerfestival som arrangeres årlig i forbindelse med Amalie Skrams fødselsdag i august. Amaliedagene er et vellykket samarbeidsprosjekt mellom flere bruker/pårørendeorganisasjoner innen psykisk helse, som tiltrekker seg mennesker på tvers av organisasjonstilhørighet, både brukere av psykisk helsevern, tidligere brukere, pårørende, fagfolk, aktivister og den nysgjerrige eller engasjerte borger.

Amaliedagene har et variert program, hvor vi ønsker å belyse temaet psykisk helse fra et erfaringsbasert perspektiv og i en bred sammenheng med resten av livet. Dette innebærer kunst/kultur, litteratur, faglig diskurs, personlige erfaringer, politisk debatt, sosialt samvær, osv. Programmet har satt mange viktige temaer på dagsorden opp gjennom årene, og vært med å synliggjøre en ofte stigmatisert og usynliggjort gruppe i samfunnet. Amaliedagene handler om rehumanisering, inklusjon, annerkjennelse, debatt og nyskapning.

Gjennom 14 års drift har Amaliedagene vist seg å være et levedyktig arrangement som har sitt utgangspunkt i grasrota. Festivalen har utviklet seg mye de siste årene og det er store muligheter og planer for videre drift, da vi ser et økende behov både i form av deltakelse og respons.

## Amaliedagene 2012

19-22 august pågikk Amaliedagene for 14 år på rad i regi av Rådet for Psykisk helse, Hvite Ørn Oslo Akershus, Aurora, Landsforeningen We Shall Overcome (WSO) og We Shall Overcome - Oslo/Akershus, med økonomisk støtte fra Oslo Kommune og Landsforeningen for Pårørende innen Psykisk helse. Amaliedagskomiteen, ledet av Haakon Sandøy, organiserte tiltaket og var basert på frivillig arbeid fra hovedsakelig brukere og pårørende innen psykisk helse.

Årets festival var en stor suksess både i forhold til innhold, gjennomførelse, antall besøkende og tilbakemeldinger på deltakertilfredshet. Tittelen var **"Ekspertes - til hjelp eller besvær"** og trakk fullsatte saler ved hvert arrangement.

Den største forskjellen i år fra fjor var omstruktureringen av programinnholdet, hvor dette året forsøkte å samle arrangementer ut i fra målgruppe.



**DAG 1: Åpningsdag** med fokus på sosiale, kulturelle og politiske aspekter av psykisk helse. Målgruppe: erfarere/brukere, pårørende og engasjerte. Nøkkelord: inklusjon, fellesskap, rehumanisering.

Gudstjenesten i Ris kirke var etterfulgt av en rørende minnemarkering ved "Skammens Grav" der sanger og dikt ble delt i fellesskap mens ordet var fritt for å minnes de som er gått bort.

Deretter ble det servert chilligryte til 40stk i aktivitetssenteret "31b" sine lokaler før kveldsprogrammet startet ved samme sted: Tone Tellevik Dahl, leder i Helse og Sosialkomiteén Oslo holdt politisk innslag, Øystein Wingaard Wolf holdt litterært innslag, Eva Britt Hansen og Tormod Bakke bidro med musikalske innslag og Anna M. Have Holm og Inger Middleton bidro med kunstneriske/kulturelle tekster/dramatiseringer.

Alt i alt var det flere tilbakemeldinger på at det var en følelsesladet dag med godt samhold. Erfaringer til neste år: være enda mer sensitiv på stigmatisering i.fht kultur/religion.

DAG 2: Fagdag med tittel: "**Psykiatriske behandlingsmetoder -- til hjelp eller skade?**" ble ledet av Mette Ellingsdalen som har egenerfaring med både elektrosjokk og psykofarmaka, som var behandlingsmetodene oppe for debatt. Målgruppe: Brukere, pårørende, fagfolk og helsepersonell.

Roar Fosse, psykolog og forsker, holdt et tettpakket og kunnskapsrikt foredrag om faggrunnet for elektrosjokk sin effekt/skade-effekt etterfulgt av Anne Vedlogg og Kjersti Bjøntegård med hver sine innholdsrike beretninger om egen erfaring med elektrosjokk som behandling og hvilken pris de har måttet betale i etterkant..

Etter lunsj var det psykolog Ragnfrid Kogstad som meddelte om grunnlag, erfaringer og skadevirkninger av psykofarmaka, før N. H., student, leverte en stor del av seg selv i sitt ærlige portrett av egen historie og sine opplevelser med psykofarmaka gjennom to år i Barne- og ungdomspsykiatrien (BUP).

Vi fikk låne Fritt ord sine lokaler som holder ca. 70 personer. Salen var fullsatt og passet perfekt til formålet. Dette var en dag spekkfull av inntrykk og positive tilbakemeldinger. Målet var å oppnå en større deltakelse fra fagfolk på denne fagdagen, noe som trengs å jobbes videre med til neste år.

DAG 3: Hele dag 3 ble tilbrakt i Fredshusets lokaler. Dagstema var "**Nye veier til psykisk helse**" og besto av interaktive workshop både i mindfulness ved Lisbeth Petterson og "Snu problemene til muligheter - psykisk helse i et sjamanistisk perspektiv" ved Jan Magne Sørensen, leder i organisasjonen Hvite Ørn. Målgruppe: De som er nysgjerrige på mestring av egen psykisk helse.

I motsetning til gårsdagens stillesitting og tunge innhold, var denne dagen viet bevegelse både fysisk og psykisk. Det var akkurat passe plass til de 40 som kom slik at det ble intimt nok men fortsatt plass til å utfolde seg for hver enkelt.

Kveldsprogrammet var foredrag av Mette Ellingsdalen (Norge), Maths Jespersen (Sverige) og Eric Olsen (Danmark) etterfulgt av dialog rundt "**Internasjonale perspektiver -- menneskerettigheter og selvbestemmelse**". I forbindelse med konvensjonen for mennesker med nedsatt funksjonsevne og Norges pågående prosess med å ratifisere denne med de foreslåtte tolkningserklæringene var dette en lærerik kveld med mye debatt. Det var ca. 30

fremmøtte, noe mer enn beregnet og akustikken i Fredshuset sine lokaler viste seg å være relativt dårlig. Om denne typen arrangement videreføres vil evt. mikrofon og gruppedialoger kunne være et alternativ.

DAG 4 var delt opp i to arrangementer under tittelen "**Diagnoser - til bruk eller misbruk**" hvor dagen utspilte seg på Cinemateket før festivalen ble avsluttet med paneldebatt i Litteraturhuset. Målgruppe: En blanding av folk med erfaringskunnskap og/eller fag/praksiskunnskap innen psykisk helse.

På Cinemateket hadde vi leid den minste salen som tar 70 pers, og det var kun én ledig sitteplass igjen. Dagen startet med historisk og litterært innslag fra Joar Tranøy om Arnold Juklerød sin kamp for andres beste, etterfulgt av visning av filmene "*Til ditt eget beste*" og "*Makt og mening*" av Haakon og Åshild Sandøy. I pausen var vi så heldige å få låne Rådet for Psykisk Helse sine lokaler, som ligger rett over gata for Cinemateket, til å servere lunsj.

Både foredraget og filmene gjorde stort inntrykk, da valg av lokaler passet ypperlig til programinnholdet. Det ble ivrig dialog både i kinosalen og matpausen, hvor mange fortsatte diskursen til kveldsarrangementet på litteraturhuset der Tormod Bakke sang folk i gang med 3 sanger før en lang paneldebatt utspilte seg med Ingunn øye (erfaringskonsulent), Mette ellingsdalen (leder i brukerorganisasjonen WSO) Charlotte Lunde (lege) og Andreas Høstmælingen (psykolog).

Målet var å oppnå et panel som gikk mer i dybden av problemstillingen heller enn i konflikt med hverandre, noe som fungerte bra. Brukerstemmene ble også veldig tydelig, da panelet var delt 50/50 av fag-/praksiskunnskap i.fht. erfaringskunnskap.

Salen Nedjma rommer ca. 100 stykker og vi måtte hente ekstra stoler utover dette i tillegg til at noen måtte stå helt bakerst i lokalet. Avslutningsdebatt på litteraturhuset var en stor suksess, men selve salen fungerte noe dårlig da det kun var 2-3 vinduer som kunne åpnes og de var selvfølgelig rett ved de 2 kameraene som var rigget opp. Også en lydsjekk bør foretas ved neste anledning da vi ikke betalte for lydtekniker, men justerte lyden på egen hånd.

## Måloppnåelse og refleksjoner til neste år

Målet fra i fjor om å nå bredere ut til flere deltakere viste seg å fungere, da absolutt alle de forskjellige salene som ble brukt til arrangementer var fullsatt, noe som tyder på at beregning av mat og utstyr var godt planlagt.

Mye av grunnen til høy deltakelse kan nok skyldes forandringen fra i fjor med et mer gruppert/samlet program i.fht. de forskjellige arrangementene i stedet for en "lett blanding" av arrangementer som tidligere år. Ved å markedsførte enkeltarrangementer noe forskjellig fra hverandre, nådde vi ut til flere målgrupper. Men dette er fortsatt et område vi kan forbedre til neste år, da det kunne vært ønskelig med en større deltakelse fra fagfolk innen psykisk helsearbeid på de arrangementene der faglig diskurs og politisk debatt foregår.

Mål for neste år: Økt markedsføring for å oppnå økt deltakelse fra folk med fag/praksis-erfaring, da vi tror dette kan bidra til rehumanisering av brukere og nyskapning innen psykisk helsearbeid.

Alt i alt en vellykket utført festival uten større problemer, med masse positiv tilbakemelding fra alle hold. Strukturen bør videreføres med små justeringer til neste år, som blir jubileumsår!

-----  
Leder av Amaliedagskomiteén, Haakon Sandøy

-----  
Leder av Landsforeningen We Shall Overcome, Mette Ellingsdalen

-----  
Leder av fylkeslaget We Shall Overcome Oslo/Akershus, Bjørn Ingar Pedersen