



Landsforeningen - We Shall Overcome

WSO-POSTEN 1/2010

Organ for Landsforeningen We Shall Overcome (WSO)

KALENDER

- **Onsdag 27. Januar.** Temamøte om elektroshjokk. WSOs lokaler kl. 19. Mer info under.
- **Mandag 1. Februar.** Dugnad for frihet, trygghet og håp. WSOs lokaler kl 19. Mer info side 2 og 3.
- **Hver onsdag 18-21.** WSO Oslo/-Akershus inviterer til Time Out hos WSO.

TEMAMØTE OM ELEKTROSHJOKK 27. JANUAR KL. 19.00

Vi viser de to programmene om langtidsbivirkninger ved elektroshjokk (ECT) som ble sendt på svensk tv1 i november. Her gis det god innsikt i mulige bivirkninger ved elektroshjokk, og hvordan psykiatrien tildekker denne risikoen.

Etterpå åpnes det for diskusjon.

Møtet ledes av Mette Ellingsdalen, som selv har erfart langtidsbivirkninger etter elektroshjokk, og i 2006 fikk ytringsfrihetspris for å ha fortalt om det i media og startet debatt.

Dessverre har det ikke skjedd store endringer i bruk av elektroshjokk, eller informasjon som blir gitt pasientene, så et tema for diskusjon blir hva vi kan gjøre for å få til forandring.

Et mål med temamøtet er at det skal følges opp med et utspill til helsedirektoratet.

Velkommen, for å lytte eller bidra!

WSOs lokaler, inngang fra bakgård ved Torggata 10

Time Out inviterer til enkel middag kl 18 før møtet for de som vil.

Invitasjon til dugnad for frihet, trygghet og håp! Bla om!

Invitasjon til dugnad!

Mål: Et senter for frihet, trygghet og håp!

Blir du rystet av å lese om overgrepene i psykiatrien, eller har du opplevd dem selv eller på nært hold? Er du frustrert over mangel på menneskerettigheter i psykiatrien, eller mangel på virkningsfull hjelp? Drømmer du om et sted som kan tilby god hjelp til mennesker med psykiske lidelser, hvor man får slippe behandling med psykofarmaka som gir alvorlige bivirkninger og skader?

Drømmer du om et sted som kan gi helhetlig omsorg til mennesker i livskriser, inklusive hjelp med ernæring?

Er du realistisk nok til å se at psykiatrien ikke vil forandre seg med det første, fordi troen på psykofarmaka og diagnoser vil styre feltet i mange år?

Er du utålmodig- på vegne av alle de som lider og ikke får nødvendig hjelp?

Du inviteres til å være med på en kjempe- dugnad!

En dugnad for frihet, trygghet og håp!

Velkommen til dugnadens første møte mandag 1. februar 2010 kl 19.00

Sted: WSO (We Shall Overcome) sine lokaler i Møllergata 12, inngang fra Torggata 10.

(Det vil stå noen utenfor frem til kl 19.00)

MÅL

Å etablere et brukerstyrt senter

- *For mennesker i livskriser*
- *For mennesker som ønsker hjelp med å trappe ned på psykofarmaka*
- *For mennesker som trenger langvarig omsorg etter mange år med bivirkninger og traumer.*

Et senter hvor man kan få beskyttelse uten å bli fratatt frihet, trygghet og håp!

Et senter hvor man møter aksept, forståelse og omsorg.

Et sted hvor man kan få tilbud om ulike former for behandling og rådgivning.

LITT OM BAKGRUNN OG INNHOLD

Årsaker til psykiske lidelser er sammensatte. Den ensidige fokusering på diagnoser i psykiatrien fører til en altfor stor grad av sykeliggjøring av mennesker. Vi kan alle miste kontroll over tanker, følelser og adferd i livskriser. Vi trenger hvile, omsorg fra gode medmennesker, hjelp til god ernæring samt tilskudd av vitaminer og mineraler mm. Vi trenger muligheter til å velge terapier etter eget ønske mens vi er innlagt, enten det er medisiner, nettverksarbeid, psykoterapi/samtaleterapi, kroppsterapier, kunst og uttrykksterapi, healing eller andre metoder.

Flere organisasjoner har dette på programmet. Men det blir bare ord så lenge vi ikke er mange nok, så lenge alle små grupper jobber hver for seg. Vi trenger å forene oss om et praktisk og konkret mål, uavhengig av ideologier og særinteresser for de enkelte gruppene.

STRATEGI

For å sikre senterets uavhengighet er det nødvendig å ikke være avhengig av kun offentlige midler.

Takket være det fantastiske internettet kan vi opprette et nettverk, en dugnadsgjeng, uten kostnader til papir og porto.

Vi er mange nok- hvis vi bare står sammen!

Å forene krefter og danne fellesskap er nødvendig!

Vi vet nok! Det er ikke mangel på kunnskap eller informasjon.

Vi vet nok om både hva som virker og hva som ikke virker!

Vi trenger ikke flere utredninger eller granskninger!

Dette er en god gammeldags dugnad, vi vil ikke bruke unødig tid og krefter på en stor organisasjon.

Det som trengs er å etablere en stiftelse, fordi det bør stå en juridisk enhet bak ved innsamling av penger og etablering av et senter. De som vil støtte med penger kan gjøre dette som frivillige gaver til stiftelsen eller ved å bli støttemedlemmer. Mye av arbeidet både i etableringsfasen og driftsfasen kan gjøres som frivillig arbeid- på dugnad. I første omgang trengs en prosjektleder som kan organisere dugnaden.

Det viktigste er at vi oppretter kontakt, samler oss og begynner å samarbeide om å realisere det vi alle drømmer om!

Et senter for frihet, trygghet og håp!

Vil du være med på dugnaden?

For mer informasjon om hva du kanskje kan hjelpe til med se www.wso.no eller kom på møtet. Veibeskrivelse til WSO finner du også der.

Følgende personer har allerede meldt seg på denne dugnaden: Inger Hagen, LPP- Oslo; Jan-Magne Sørensen, Hvite Ørn; Mette Ellingsdalen, WSO;

post@dugnadforfrihet.no

I den første WSO-posten i 2010 har vi gleden av å være med på en spennende invitasjon til dugnad. Dugnad for frihet er ikke en enkelt organisasjon sitt prosjekt, men ønsker å samle alle gode krefter som ønsker å skape et alternativ til psykiatrien. WSO støtter dette initiativet, og vil være med og støtte med det vi kan for at det skal bli en realitet.

Mener du at Amnesty International burde engasjere seg i menneskerettighetsbrudd som skjer i psykiatrien i Norge? Fortell dem det!

I forrige uke ble Amnesty utfordret på dette i bloggen sin, og flere har kommet med god argumentasjon. Svaret fra Amnestys har så langt ikke vært særlig tilfredstillende, kanskje de trenger å høre mer for å forstå hvorfor de bør engasjere seg?

Bloggen finner du her: <http://blogg.amnesty.no/2010/01/06/jeg-lover/>

Innlegget heter "Jeg lover" og ble publisert 06.01.10

Jan Olaf Ellefsen, som er medlem i WSO, skrev dette i en e-post: ... *Håper flere vil skrive kommentarer. Dersom Amnesty hadde kommet på banen om tvang i psykiatrien, så ville det vært et viktig steg fremover - som ville økt oppslutningen om saken vår masse i resten av befolkningen og brakt saken høyere på dagsorden i de politiske partiene. Dessuten er det uheldig i seg selv at Amnesty International som en menneskerettighetsorganisasjon ikke er motstandere av tvang i psykiatrien - også av den grunn er det viktig å få dem til å forstå. ...*

Skriv inn meningen din, så kanskje vi blir mange nok stemmer til å få Amnesty til å sette tvang på dagsorden, også i Norge!

Informasjon fra WSO Oslo/-Akershus

Grasrotandelen til lokal virksomhet i WSO Oslo og Akershus!

I 2009 stemte 5 personer på WSO i fordelingen av overskudd fra Norsk tipping. Det gav kr 1.370 til WSO av de 210 millionene som ble delt ut. De som leverer spill hos Norsk Tipping kan registrere seg ved å oppgi org nr **993 607 150**. Prøv!

Trim til WSO på onsdager!

Ta buss eller trikk, men gå av et par, tre holdeplasser for tidlig og GÅ til WSO! Der venter sunn mat og en prat med andre trimmere! Velkommen. Styret

Årsmøte i WSO Oslo og Akershus.

Lørdag 10. april 2010 kl 14 er det Årsmøte. Det blir rett etter påske og før WSO Landsforening skal ha sitt Landsmøte. Forslag kan sendes styret. Velkommen!

Landsforeningen We Shall Overcome (WSO)

Støtteforening for mennesker i psykiatrien og deres venner

Stiftelsesår: 1968 / Org.nr.: 980 334 597 / Bankkontonr.: 6242.05.31325

Postboks 8817 Youngstorget, 0028 Oslo - besøksadresse: Møllergata 12, inng. Torggata.

Tlf. 22 41 35 90 - Fax 22 41 35 91 - post@wso.no - www.wso.no

Leder: Mette Ellingsdalen, 908 59 796, mette-el@online.no

Nestleder: Finn Halvorsen, 45023143 finnmhalvorsen@hotmail.com