



Landsforeningen - We Shall Overcome

## ***WSO-POSTEN 2/2008***

### ***Organ for Landsforeningen We Shall Overcome (WSO)***

Her kommer årets andre WSO-post. De første månedene i et nytt år går ofte med til å oppsummere det gamle, få orden på regnskap og årsmelding osv. WSO er i full gang med arbeidet, strategimøtet 4. januar var en lovende start. Det var ikke så mange som dukket opp sånn rett over jul, men vi som var der hadde et fruktbart møte hvor vi snakket om det som opptar oss. Vi håper å kunne arrangere flere strategimøter etter hvert, så vi kan samle oss om hva WSO skal jobber for og mot.

22 februar hadde vi temamøte med Lisbeth Furu om "Hjelp til selvhjelp – personlig frigjøring fra tvang og institusjonsmakt." Lisbeth delte fra sin personlige historie og hvordan hun har brukt systemet til sin fordel for å komme ut av det, og viktigheten av å skaffe seg et faglig nettverk utenfor DPS og sykehus. Vi samlet oss deretter i grupper for å diskutere temaet.

WSO åpner de nye hjemmesidene våre i uke 17, der vil vi legge ut informasjon om temaer og arrangementer som vi tror er av interesse for dere. Vi gleder oss til å ta i bruk de nye nettsidene og håper dere vil være med å bygge de ut etter hvert, ved å komme med forslag til innhold. Vi ønsker at nettsidene skal være en enkel måte å komme i kontakt med oss, og finne informasjon.

Vi vil også komme med en liten oppfordring til å verve medlemmer. Vi har plass til flere!

Vennlig hilsen WSOs sentralstyre  
v/leder Mette Ellingsdalen

### **ÅRSMØTE Landsforeningen WSO**

Lørdag 26. april kl 13

i våre lokaler i Hasleveien 38, inngang 6

Årsmøteinnkalling blir sendt ut i uke 15.

### **Årsmøte i WSO Oslo/-Akershus**

Lørdag 19. april kl 14 i Hasleveien 38, inngang 6

Innkalling er vedlagt for medlemmer i Oslo og Akershus.

**Kurs i brukermedvirkning.**

Mental Helse Kompetanse skal fremover arrangere kurs i "Verktøykassa for brukermedvirkning". WSO ønsker å tilby dette til våre medlemmer. Verktøykassa er et ganske omfattende kurs som går over 40 timer. Hvis du er interessert i å lære mer om brukermedvirkning og eventuelt ønsker å bruke det til å representere WSO der du bor, skriv til oss eller send e-post hvor du sier noe om hvem du er, hvorfor du ønsker et slikt kurs og ev. hvis du har noen tanker om hvordan du ønsker å bruke det videre. Vi vet ikke enda hvor og når kursene skal holdes, men hvis du melder interesse til oss tar vi kontakt videre med Mental Helse Kompetanse.

Les mer om Mental Helse Kompetanse på side 4.

*Om kurset, hentet fra brosjyren:*

*Formålet med verktøykassa er å bidra med kunnskap, metoder, ideer og inspirasjon til at brukere kan lære opp og styrke hverandre i brukermedvirkning og til at brukere kan lære opp tjenesteapparatet i hva reell brukermedvirkning innebærer ut fra brukernes perspektiv.*

*Verktøykassa gir opplæring i brukermedvirkning ut fra et empowerment-perspektiv med vekt på å styrke brukerne slik at de får økt selvtillit, tør å stå fram og hevde sine meninger og blir bevisst sine ressurser, muligheter, rettigheter og plikter. Gjennom kurset får deltakerne kunnskap om brukermedvirkning og empowerment og innføring i bruk av ulike metoder fra opplevelsesbasert læring. Kurset legger ellers stor vekt på personlig utvikling, diskusjon og refleksjon.*

**Prosjektoppdrag.**

WSO søker en person til arbeid på kontoret i Hasleveien 38. Prosjektet varer 6 mnd, med lønn som tilsvarer ½ G.

Vi ser etter en person som har sans for orden til å organisere kontoret. Det blir både selvstendig arbeid og i samarbeid med kontorvaktene.

Du må kunne forholde deg til faste arbeidstider og også kunne være fleksibel.

Personlig egnethet vektlegges. Brukererfaring fra psykiatri anses som en fordel, men er ikke et krav.

Hvis dette kunne passe for deg send en skriftlig søknad til WSO v/Mette Ellingsdalen, PB 8817 Youngstorget, 0028 Oslo.

For mer informasjon, ta kontakt med Mette Ellingsdalen, tlf 90859796  
Søknadsfrist 26.04.08

## ***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: Hasleveien 38, 0571 Oslo**

**Tlf. 22 35 35 55 – Fax 22 35 25 55 – [post@wso.no](mailto:post@wso.no) – [www.wso.no](http://www.wso.no)**

Leder: Mette Ellingsdalen, 908 59 796, [mette-el@online.no](mailto:mette-el@online.no)

Nestleder: Hjørdis Rikstad Lundsbakken, 911 95 797, [hjoerdis2@hotmail.com](mailto:hjoerdis2@hotmail.com)

Redaktør WSO-posten: Jo Lundsbakken, 909 64 753, [jo@lund.as](mailto:jo@lund.as)

### **Kontoret er åpent mandag, onsdag og fredag fra 12-15.**

Det er åpent for medlemmene til å ringe kontoret på 22 35 35 55 hvis du har noe på hjertet. De du møter på kontoret er:

Eva Eriksen, styremedlem i WSO Oslo og Akershus.

Finn M. Halvorsen, nestleder i WSO Oslo og Akershus og medlem i sentralstyret.

Madelene Gulbrandsen, medlem i sentralstyret.

Lisbeth Furu

### **Søkelyset**

Vi håper vi får ferdigstilt Søkelyset 28 til utsendelse før/i løpet av sommeren. **Det betyr at stoff som skal med i dette nummeret må være levert innen 1 mai.**

Redaksjonen oppfordrer WSO sine medlemmer til å sende inn stoff til Søkelyset. Hvis du har noe du har skrevet som du ønsker å dele, et leserbrev, dikt eller artikkel, eller tips om bøker eller andre ting som kan omtales i Søkelyset, send det til [post@wso.no](mailto:post@wso.no) eller direkte til meg som redaktør til [jo@lund.as](mailto:jo@lund.as) eller som post til Søkelyset, Postboks 8817 Youngstorget, 0028 Oslo

Jo Lundsbakken, redaktør i Søkelyset

**[www.wso.no](http://www.wso.no)**

WSO kommer på nett igjen i uke 17.

## Seminar om Tvang

**Mandag 7 april kl 10-15** i Tårnbygget på Gaustad.

Dette er et åpent seminar som blir arrangert ca. fire ganger i året. Det er åpent for brukere, pårørende og fagfolk til snakke om temaet og fortelle om sine erfaringer.

WSO har deltatt på disse seminarene, og flere er velkommen.

OBS! Seminarene blir arrangert helt uavhengig av Gaustad.

### **Mental Helse Kompetanse.**

WSO er representert i styret til Mental Helse Kompetanse. MHK er et kompetansesenter under oppbygging, som skal være et felles kompetansesenter som samler bruker og pårørende kunnskap. MHK drives av Mental Helse, med midler fra Sosial og Helse direktoratet, og skal være tilgjengelige for alle bruker og pårørende organisasjoner innen psykisk helse feltet. MHK gjør et nyskapende arbeid når det gjelder brukermedvirkning og brukeropplæring, bla. med "Verktøykassa for brukermedvirkning" som er et undervisnings opplegg som WSO forhåpentligvis også kan dra nytte av fremover. MHK har arrangert fagdager om menneskerettigheter og medisiner.

Vi mener at det er viktig at vi som organisasjon er med på å bidra til at vår kunnskap blir hørt, og til at MHK kan bli et kompetansesenter som bidrar til å løfte frem erfaringsbasert kunnskap, og også synliggjøre den kunnskapen som ikke er så kjent i det mer konvensjonelle fagmiljøet.

Les mer om Mental Helse Kompetanse på nett:

[http://www.mentalhelse.no/Mental\\_Helse\\_Kompetanse/](http://www.mentalhelse.no/Mental_Helse_Kompetanse/)

### **Amaliedagene 2008**

Sett allerede nå av dagene 17-22 august.

Amaliedagskomiteen er godt i gang med planleggingen, og vi kan glede oss til et spennende program.