

Ársskýrsla
AE starfsendurhæfingar



2020

Efnisyfirlit	
AE starfsendurhæfing/Hlutverkasetur	3
Grundvallarmarkmið.....	3
Stjórn félagsins.....	3
Starfsfólk	3
Nemar í vettvangsnámi og nemaverkefni	3
Hin ýmsu hlutverk/þættir starfseminnar	4
Markmið	4
Námskeið.....	4
Listanámskeið	5
Leiklist/spuni	5
LAN.....	6
Skák	6
Bíókvöld	6
Söngur	6
Spil	6
Sjálfhjálparhópur	6
Saumar	6
Hreyfing/Jóga/Gönguferðir	6
Heimsóknir og vettvangsferðir í Hlutverkasetur	7
Árangursmat	7
Starfsdagur	9
Samningur við Vinnumálastofnun.....	10
Samningur við Reykjavíkurborg	12
Verkefni 1: Fræðsla, ráðgjöf og jafningjastuðningur	13
Verkefni 2: Atvinnuþátttaka og/eða önnur samfélagsþátttaka	13
Virgni utan Hlutverkaseturs	14
Leikhús, menningarferðir o.fl.	14
Verkefni 3. Úttektir	15
Samstarf við önnur úrræði og félagasamtök	16
Nefndarstörf, kynningarmál og þátttaka á málþingum.....	18
Endurmenntun	19
Samantekt um Covid 19 og áhrif á starfsemina.....	20
Þakkir stjórnar.....	23

AE starfsendurhæfing/Hlutverkasetur

Grundvallarmarkmið

Félagið AE starfsendurhæfing var stofnað 13. maí 2005. Meginmarkmið félagsins er að efla virkni fólks og auka lífsgæði þeirra sem misst hafa hlutverk í lífinu, styðja fólk til þess að ná tökum á þeim á ný eða uppgötva ný. Leiðir til að ná fram þessum markmiðum eru byggðar á hugmyndafræði líkansins um iðju mannsins (MOHO) með áherslu á valdeflingu. Lögð er til þekking og reynsla notenda og fagfólks og unnið út frá jafningjagrunni. Samstarfið byggist á forsendum viðkomandi einstaklings, vilja og áhuga. Virkni er styrkt með ýmis konar iðju, s.s. listsköpun, verkefnavinnu, námskeiðabátttöku og sjálfboðastarfi. Þessi starfsemi fer að mestu fram í virknimiðstöðinni Hlutverkasetri, sem er starfrækt af AE starfsendurhæfingu. Hluti starfsins er fyrir utan eins og fótboltahópurinn FC sækó, sjósund, menningar, sund- og gönguferðir. Þar að auki er veittur stuðningur við atvinnuleit, aðlögun á vinnustað, auk eftirfylgni. Einnig er hægt að fá stuðning við að hefja nám á ný og eftirfylgd á meðan námi stendur.

Stjórn félagsins

Engar breytingar urðu á stjórn á árinu. Sæunn Stefánsdóttir er formaður stjórnar og Þórólfur Árnason er varaformaður. Aðrir í stjórn eru; Andri Árnason, Jóhanna E. Vilhelmsdóttir, Þór Sigfússon og varamaður er Elín Ebba Ásmundsdóttir. Stjórnin fundaði fimm sinnum á árinu og flestir fundir fóru fram í gegnum fjarfundaforritið Zoom þetta árið.

Starfsfólk

Árið 2020 störfuðu 10 starfsmenn í sex stöðugildum í Hlutverkasetri og verktakar voru tveir. Fastráðnir starfsmenn eru Anna Henriksdóttir myndlistakennari, Bergþór G. Böðvarsson NsN starfsmaður, María S. Gísladóttir, fjöllistamaður og iðjuþjálfarnir; Elín Ebba Ásmundsdóttir og Helga Ólafsdóttir. Starfsfólk sem sinnti tímabundnum verkefnum og hlutastörfum voru Ágústa Ísleifsdóttir, Einar Kvaran, Kjell Þórir Seljeseth og Kristian Guttesen. Andri Vilbergsson iðjuþjálfari hætti á árinu og hóf störf hjá Reykjavíkurborg þar sem hann sinnir m.a. íbúakjörnum.

Nemar í vettvangsnámi og nemaverkefni

Hlutverkasetur hefur frá upphafi tekið iðjuþjálfunema í starfsnám. Nemarnir hafa jafnt verið íslenskir sem og erlendir skiptinemar. Að auki leita nemendur í öðru framhaldsnámi á háskólastigi til Hlutverkaseturs til gagnaöflunar. Vegna Covid 19 komu ekki nemar frá Háskólanum á Akureyri né tveir nemar frá Kanada sem var búið að skipuleggja.

- Tveir sjúkliðanemar frá móttöku geðdeild LSH komu sem hluta af sínu námi til að kynna sér starfsemina.

- Þrír iðjubjálfanemar sem áttu að vera í í þriggja daga vettvangsnámi í september frá iðjubjálfunarfræði, heilbrigðisvísindasviði við Háskólann á Akureyri (HA), fengu kynningu og unnu verkefni í gegnum Zoom.
- Nemendur í hönnun í Víkurskóla í Grafarvogi, völdu sér FC-sækó til að æfa sig í hönnun og búa til Logo.

Hin ýmsu hlutverk/þættir starfseminnar

Markmið

Markmið Hlutverkaseturs er að aðstoða þátttakendur að auka lífsgæði þeirra, komast út á almennan vinnumarkað sé þess kostur, hefja og/eða ljúka námi, eða finna sér vettvang í hlutverkum sem hafa þýðingu og gildi fyrir þá, eða vera í sjálfboðaliðavinnu. Ríkur þáttur í starfinu er að efla félagsleg tengsl og rjúfa einsemd. Starfsemin byggir á því að efla trú einstaklinga á eigin áhrifamátt og getu. Að þátttakendur geri sér ljóst að sú iðja sem þeir taka sér fyrir hendur, fólkið sem það umgengst og umhverfisþættir hafi áhrif á heilsu og vellíðan þess.

Sérstaða Hlutverkaseturs er sú að öllum er velkomið að taka þátt og/eða hjálpa til og t.d. bjóða sjálfir upp á námskeið og fyrirlestra. Ekki er þörf á tilvísun frá lækni eða öðrum fagaðilum til þess að mega taka þátt í starfinu. Mæting er á forsendum hvers og eins, sem og tímalengd verunnar í Hlutverkasetri.

Ekki var hægt að fylgja eftir að fólk gæti komið hvenær sem er eftir að fjöldatakmörkanir fóru niður í tíu í byrjun nóvember. Þá var fólki úthlutað tíma til að fylgja eftir tilmælum sóttvarnarlæknis. Þátttakendur gátu einnig tekið þátt í Zoom fundum eða pantað símtal.

Námskeið

Námskeiðin voru 34 talsins árið 2020, samanborið við 33 árið áður. Þannig að þeim fækkaði ekki þrátt fyrir Covid. Hluti af starfsemi Hlutverkaseturs hefur verið í höndum sjálfboðaliða. Virkir sjálfboðaliðar voru færri en sl. ár 14 (20) þar sem þeirra innlegg takmarkaðist vegna aðstæðna í samfélaginu. Dæmi um sjálfboðaliðastarf er; súpueldhús, handavinnuhorn, jóga, söngstund, spuni, Zumba, borðtennis og ýmis konar spil. Margt af þessu þurfti að fella niður.

Þátttaka í fjölbreyttri listsköpun skipar stóran sess í námskeiðaflórinni. Fjallað verður ítarlega um myndlistina og leiklistina hér að neðan.

Dæmi um námskeið:

- Á tali; hópumræða
- Leiklist
- dans
- jóga-leikfimi
- fótbolti
- LAN, tölvusamspil

- slökun
- sund
- gönguhópur
- handavinnuhorn
- sjósund
- skák
- súpueldhús
- tónlistarklúbbur
- fjölbreytt listanámskeið
- tölvuaðstoð

Listanámskeið

Anna Henriksdóttir stýrir námskeiðunum í félagi við Svöfu Björgu Einarsdóttur og Maríu Gísladóttur. Að jafnaði sækja um 8 -10 einstaklingar hvert námskeið í einu í venjulegu árferði. Í ár þurfti að takmarka fjöldann og gátu aðeins fimm verið í einu, en fleiri herbergi voru nýtt meðan 20 manns máttu mæta. Starfið er brotið upp öðru hverju og haldnar Listvistarvikur sem fjalla um valið þema, listamenn, sköpunaraðferðir eða hugmynd. Ein listvistarvika náðist í janúar. Reglubundin listanámskeið falla þá niður á meðan. Listvistarviku lýkur ávallt með samsýningu á þeim verkum sem unnin eru. Listvistin er líka auglýst hjá öðrum geðræktarúrræðum á Stór-Reykjavíkursvæðinu og hafa notendur frá þeim nýtt sér tilboðin á seinustu árum.

Listasýningar í Hlutverkasetrinu. Í ár eins og í fyrra var fólki sem unnið hafði í listasmiðjunni boðið að setja upp myndlistasýningu. Markmiðið er m.a. að æfa sig í að setja upp sýningu og fá leiðsögn. Frá 2. mars til 27. mars sýndi Kristinn Arinbjörn Guðmundsson teikningar, vatnslitaverk og málverk undir heitinu *Ef hálfur heilinn er abstract hvað er hinn?*

Frá 20. maí til 14. september var samsýning á myndskreyttum ljóðum sem búin voru til í skapandi skrifum (30) hjá Kristian Guttesen og skreytt í listasmiðjunni. Frjálst var að velja hvaða ljóð sem var til myndskreytingar úr stórum bunka af ljóðum (47) sem Kristian hafði safnað saman frá þátttakendum. Mikil þátttaka var á báðum smiðjum (24) og því allir veggir þaktir af myndum og ljóðum. Sýningin var allt sumarið og fram á haust, litrík og spennandi. Frá 15. september til 15. október var María Gísladóttir með yfirlitssýningu yfir verk sín frá fjögurra ára til sextugs. Sýning átti að vera í mánuð en varð í fjóra mánuði vegna Covid. Verkin voru fjölbreytt; teikningar, klippimyndir, pastel, vatnslitir, leirverk, skólaverkefni, bútasamur, hljóðfæri, útskurður og margt fleira. Sýningin bar heitið *Sitt af hverju tagi*. Ný sýning sem átti að taka við með kínverskri málun frestaðist. Í nóvember þurfti í fyrsta sinn að stjórna hverjir kæmu á hvaða tíma. Vinnustofur voru opnar frá 10 til 12 og 13 til 15. Að jafnaði voru 3 til 4 skjólstæðingar sem gátu verið á sama tíma í einu í listasmiðjunni.

Leiklist/spuni

Spuni er vinsæll og gefur fólki tækifæri að spreyta sig í alls kyns aðstæðum. Þeir sem stunda þessa iðju reglulega finna fyrir auknum styrk og sjálfstrausti. Tveir notendum fóru á námskeið á vegum LHÍ í

trúðslátum sem stóð yfir á hverjum degi í 4 vikur. Það reyndi því á úthald þátttakenda. Spuni var í janúar, febrúar og mars og svo aftur yfir sumarmánuðina (4-7). Þegar smit fóru að aukast frá haustinu varð að fella tímarnir niður. Leiklistaræfingar og uppákomur féllu allar niður.

LAN

LAN er tölvuleikur í rauntíma leikinn með samtengdum tölvum. Íbúar frá Bríetartúni, Laugarási og Batamiðstöðinni hafa nýtt sér þetta tilboð. LAN var tvisvar sinnum í viku (2-5) frá janúar fram í miðjan mars, um sumarið og reynt var aftur í september. LAN varð að fella niður þegar að smit fóru að aukast í október.

Skák

Tveir gestir frá Vin mæta einu sinni í viku og kenna skáklistina, sem hluta af samstarfi á milli staðanna (4-12). Flestir sem mæta í taflklúbbinn búa í íbúakjörnum á vegum Reykjavíkurborgar og hafa verið virkir í taflinu í Vin. Áhugamönnum um skák fór að fjölga yfir sumarmánuðina. Þegar fjöldatakmarkanir urðu tíu í nóvember þurfti af aflýsa skáklúbbnum.

Bíókvöld

Engin bíókvöld voru haldin á árinu, en einu sinni í viku var sýnd mynd á dagtíma (3-7). Yfirleitt voru valdar grín og hasarmyndir og íslenskar kvikmyndir voru líka vinsælar. Þegar að fjöldatakmarkanir voru settar í apríl og í nóvember varð að fella þennan dagskrárlið niður.

Söngur

Söngstund var einu sinni í viku (3-8). Tekin voru fyrir þekkt lög með gítarspili. Inn á milli hefur verið karíóki. Tímarnir féllu niður í mars, apríl, maí, nóvember og desember.

Spil

Boðið var upp á borðspil 1-2 sinnum í viku. Spilað (2-5) var Trivial pursuit, Besserwisser, Uno, Ludo, Master mind, Yatzy og fl. Spilin féllu niður í fjöldatakmarkunum.

Sjálfhjálparhópur

Sjálfhjálpar og stuðningshópur sem heitir *Á tali* í Hlutverkasetri var einu sinni í viku (3-6), en féll niður í mars, apríl, nóvember og desember.

Saumar

Að búa til sína eigin Covid grímu hófst eftir verslunarmannahelgi og í framhaldinu var ráðin starfsmaður í hlutastarfi með notandareynslu sem sér um léttan saumaskap og viðgerðir.

Hreyfing/Jóga/Gönguferðir

Jóga (2-6) var einu sinni í viku, Zumba (2-5) tvisvar í viku, styrktaræfingar (2-5) þrisvar sinnum í viku og slökun (2-5) tvisvar í viku. Yfir sumarmánuðina var farið í frisbígólf (2-6) á Klambratúni. Þegar að 10

manna fjöldatakmörkanir skulu á voru gönguferðir farnar á hverjum degi frá Hlutverkasetri og þrisvar í viku frá Kópavogi.

Sund og sjósund

Farið er vikulega í sjósund (2-8) og sund (2-4) meðan staðirnir voru opnir. Fyrir Covid skapaðist stemning að fara oftar í sjósund þar sem nokkrir voru mjög áhugasamir. Aftur var farið af stað í maí en ekki tókst að ná sömu stemmingu og árið áður. Fólk veigraði sér við að fara og var hrætt við að þar gæti leynst smit. Farið var í Sundhöllina einu sinni í viku meðan laugarnar voru opnar sem gekk betur og byrjað var að prófa sundferðir í Kópavoginum.

Heimsóknir og vettvangsferðir í Hlutverkasetur

Fjölmargir starfsmannahópar og einstaklingar koma á hverju ári til að kynna sér starfsemina í faglegu tilliti eða til að auka samstarfið á milli staða. Einnig hafa stórir sem smáir hópar komið erlendis frá. Í ár náðu nokkrir hópar að koma í heimsókn fyrstu mánuði ársins en engir komu erlendis frá.

- Janus starfsendurhæfing (8) kom með starfsfólk og skjólstæðinga í heimsókn til að kynna sér hvað væri í boði varðandi áhugamál og tímstundir.
- Starfsfólk geðheilsuteymi Vestur(10) kom í kynningu.
- Geðrofsteymi geðdeildar Landspítala (5) kom og kynnti sér starfsemi Hlutverkaseturs og á hvern hátt það gæti nýst skjólstæðingum frá þeim.

Árangursmat

Úttektir og mat á árangri Hlutverkaseturs eru starfseminni mikilvæg. Iðjuþjálfanemar í starfsnámi frá heilbrigðisvísindasviði HA og erlendir iðjuþjálfanemar, hafa lagt árangursmat fyrir notendur Hlutverkaseturs sem hluta af sínu starfsnámi. Matsaðferðir hafa verið fjölbreyttar s.s. viðtöl, spurningalistar, rýnihópar o.fl. Úrvinnsluaðferðir eru ýmist eigindlegar eða meginindlegar. Þar sem engir nemar voru í ár var könnun framkvæmd í október og nóvember af Einari Kvaran sem var þá nýráðinn starfsmaður. Fyrst var talað við þá sem voru að mæta á staðinn, síðan hringt í fólk sem var í sjálfskipaðri sóttkví. Takmarkið var að ná 30 viðmælendum og lokatalan urðu 33 einstaklingar. Spurt var um kyn, aldur, hve lengi fólk hefði tekið þátt í starfseminni og hvernig þátttakan hefði nýst viðmælendum. Varðandi Covid 19 var spurt: Á hvern hátt veiran hefði haft áhrif á ástundum, líðan, hvernig þjónustan hefði breyst og hugmyndum um hvort hægt hefði verið að gera betur. Í upphafi könnunarinnar var 20 manna fjöldatakmörk og þá voru tekin 12 viðtöl.

Eftir hertar sóttvarnaraðgerðir þar sem fjöldatakmarkanir fóru niður í tíu voru tekin 21 viðtöl. Af þeim 33 sem tóku þátt voru 17 karlmenn og 16 konur á aldrinum 24–73 ára. Meirihlutinn var á aldrinum 30–59 ára, 76% (25). Flestir höfðu stundað setrið í 0–3 ár, 58% (19) og algengasta ástæðan fyrir komu var vegna félagslegrar einangrunar og/eða sem liður í endurhæfingu 82% (27). Meðan 20 manns máttu koma saman hafði það lítil sem engin áhrif á mætingu og líðan þátttakanda. Stærsti hlutinn 83% (10) sögðu að 20 manna fjöldatakmarkanir höfðu haft lítil áhrif á mætingu og tæplega helmingurinn af þeim fjölda 42% (5) að það hafi haft lítil áhrif á líðan. Þegar að fjöldatakmarkanir fóru niður í tíu fóru afleiðingar að koma í ljós. Hjá rúmlega helmingnum 52% (11) minnkuðu mætingar og 19% af þeim (4) hættu að mæta. Þá fundu 71% (15) fyrir neikvæðum áhrifum á móti 29% (6) sem fundu lítil sem engin neikvæð áhrif.

Þeir sem töldu að Covid hafi haft lítil sem engin áhrif svöruðu flestir þannig að Covid hefði ekki breytt neinu í þeirra daglega líf. Þeir hefðu hvort sem er lifað einangruðu lífi. Einu breytingarnar voru lokanir eins og í ræktina, sjósund og sundlaugar en það skiptu þá engu. Þeir vildu ekki velta sér upp úr ástandinu, töldu það leiðinlegt, þó að vissulega hefði Covid haft slæm áhrif á allt samfélagið.

Almennt voru þó flestir á því að Covid hefði haft slæm áhrif almennt séð, aukin kvíði og þunglyndi...*"ég var hræddur við að leita til læknis og fá hugsanlega slæmar fréttir"*. Það voru erfiðleikar við að höndla óvissu sem fylgdi ástandinu. Neikvæð áhrif tengdust takmörkuðu aðgengi að úrræðum sem hjálpuðu eins og sjúkráþjálfari sem þurfti í sóttkví, *...tímarnir féllu niður og verkirnir jukust*". Erfiðleikar samfara því að vera innilokuð heima. Hræðsla og vanlíðan samfara því að vera í sjálfskipaðri sóttkví...*„ég var innilokuð heima, ég var hrædd að fara að versla"*. Upplifun af auknum þvingunum samfara því að geta ekki hitt fólk. Covid þreyta sem afleiðing af frelsisskerðingu og grímuskyldu. Hræðsla við að mæta í Hlutverkasetur, ef fólk gleymdi sér og héldi ekki fjarlægðartakmörkunum. Aukin félagsleg einangrun samfara því að geta ekki stundað sjálfboðaliðastörf. Atvinnumissir. Veigra sér við að mæta til að taka ekki pláss af öðrum. Hræðsla við að smitast, *...„ég hætti bara að mæta"*. Aukinn einmannaleiki samfara því að rútína fer úr skorðum og því að möguleikar á hreyfingu skerðast...*"er með undirliggjandi sjúkdóm og treysti mér því ekki til að mæta"*. Covid hafi víðtækari félagsleg áhrif eins og einn sem gat ekki heimsótt foreldra sína þar sem faðirinn er með undirliggjandi sjúkdóm.

Fyrir hertar reglur voru aðeins 17% (2) sem upplifðu breytingar. Það sem viðmælendur nefndu voru að færri kæmust á námskeiðin og að námskeiðum hefði fækkað. Breytingar á þjónustunni í Hlutverkasetri kom

fyrst fram eftir að samkomubannið miðaðist við 10 þátttakendur. Þá sögðu 81% (17) að þjónustan breyttist. Breytingar fólust í því að fólk hætti að mæta, minna framboð var á námskeiðum, þátttakendur stoppuðu styttra en áður, þeir fengu úthlutuðum tíma, þurftu að fara fyrir til að aðrir kæmust að, spjall minnkaði og fólk hélt sér meira til hlés á staðnum.

Fyrir hertar sóttvarnaraðgerðir voru sex sem ekki voru með neinar hugmyndir hvað mætti betur fara og hinir sex vildi breyta hlutum sem hafði ekki neitt með Covid að gera eins og að stækka staðinn, hafa fleiri námskeið og taka á móti fleirum, fara oftar eitthvað út fyrir staðinn, fjölga ákveðnum námskeiðum, og sumir söknuðu gamalla námskeiða eða starfsfólks. Varðandi hvað hefði verið hægt að gera betur eða öðruvísi voru 71% (15) sem ekki gátu bent á neitt. Sex söknuðu helst námskeiða sem féllu niður.

Hringt var reglulega í þá sem mættu ekki á staðinn, boðið var upp á námskeið á netinu og Zoom fundir haldnir daglega. Þeir sem nýttu sér Zoom voru ánægðir með það. Meiri einvera fór þó illa í fólk. Það kunní vel að meta að hringt væri reglulega í það og að boðið væri upp á göngutúra nær þeirra heimabyggð. Þátttakendur töluðu líka að gott hefði verið að fá að hringja og athuga hvort einhver pláss væru laus. Einkenni eins og kvíði og þunglyndi jukust, fólk fann fyrir auknum einmannaleiki, meira eirðarleysi og pirringi að vera í þessum aðstæðum. Þol datt niður. Fullur skilningur var þó á hertum aðgerðum og skertri þjónustu.

Þeir sem stunduðu listasmiðjurnar voru ánægðir með hvernig skipulaginu hafði verið breytt og fólk dreift um svæðið. Þeir sem voru að mæta óreglulega og nýttu starfseminu sem stuðning við vinnu eða skóla kunnu ekki við að koma meðan aðgerðir voru sem harðastar. Þau vildu ekki taka pláss frá þeim sem voru að nýta sér staðinn reglulega. Varðandi hugmyndir um breytingar var bent á að gott væri ef hægt væri að sækja fólk heim. Fólk fannst starfsfólkið leggja sig mikið fram að aðlaga sig að breyttum forsendum. Viðmælendur voru ánægðir að setrinu hefði aldrei verið lokað og reynt að þjóna sem flestum. Mikilvægt að geta mætt eitthvert...*"ég verð að hreyfa mig og fara út"...* *Hlutverkasetur skiptir miklu máli fyrir heilsu mína*". Starfsfólkið fékk hrós. Það hafði staðið sig vel.

Starfsdagur

Sú hefð hefur skapast að hafa starfsdag einu sinni á ári þar sem teknir eru fyrir ákveðnir þættir í starfseminni. Árlegur starfsdagur þar sem allir taka þátt þurfti að fella niður. Halda þurfti starfsdag þar sem einungis starfsfólkið tók þátt til að finna út hvernig hægt væri að halda staðnum opnum og einungis 10 manns máttu vera á staðnum í einu.

Samningur við Vinnumálastofnun.

Samningurinn á milli Vinnumálastofnunar og Hlutverkaseturs hefur tvíþætt markmið. Í fyrsta lagi stendur úrræðið til boða þeim sem standa höllum fæti vegna skorts á grunnmenntun eða annarri hæfni og hafa því færri atvinnutækifæri. Í öðru lagi að aðstoða með sértækum endurhæfingaraðgerðum einstaklinga með geðraskanir til þess að komast út á vinnumarkað eða finna annað starf/hlutverk við hæfi t.d. með því að mennta sig frekar. Úrræðið hentar einnig þeim sem vilja auka lífsgæði sín og virkni t.d. langveikum. Samningurinn gildir til ársloka 2021.

Í þeim vikum sem var eðlileg starfsemi komu á milli 10–15 einstaklingar í kynningu. Flestir skiluðu sér ekki aftur og sumir mæta í nokkur skipti, en skrá sig ekki. Heildarfjöldi þeirra sem skráðir voru á vegum Vinnumálastofnunar s.l. ár og uppfylla skilgreininguna varðandi þjónustuflokka 1–5 voru 150 (149) einstaklingar. Fjöldi þátttakandi fækkaði ekki þrátt fyrir takmarkanir vegna Covid. Innan sviga til samanburðar er fjöldinn fyrir árið 2019. Í hverjum mánuði komu 75-91 (65-88) sem er fjölgun frá fyrra ári. Kynjahlutfallið hefur breyst lítillega á milli ára, karlar aðeins fleiri 73 (65) en konur færri, 77 (84). Meðalaldur var 44 ár (45) (tafla 1). Við komuna í Hlutverkasetur meta iðjupjálfar mismunandi þarfir hvers og eins. Einstaklingar sem þurfa lítinn sem engan stuðning tilheyra fyrsta flokknum og svo eftir sem þörf á stuðningi eykst hækkar flokksnúmerið. Meirihluti þátttakenda í Hlutverkasetri voru í þjónustuflokki 2–4 (tafla 3). Aldursdreifing jöfn, sjá töflu 2.

Komur, aldur og kynjahlutfall

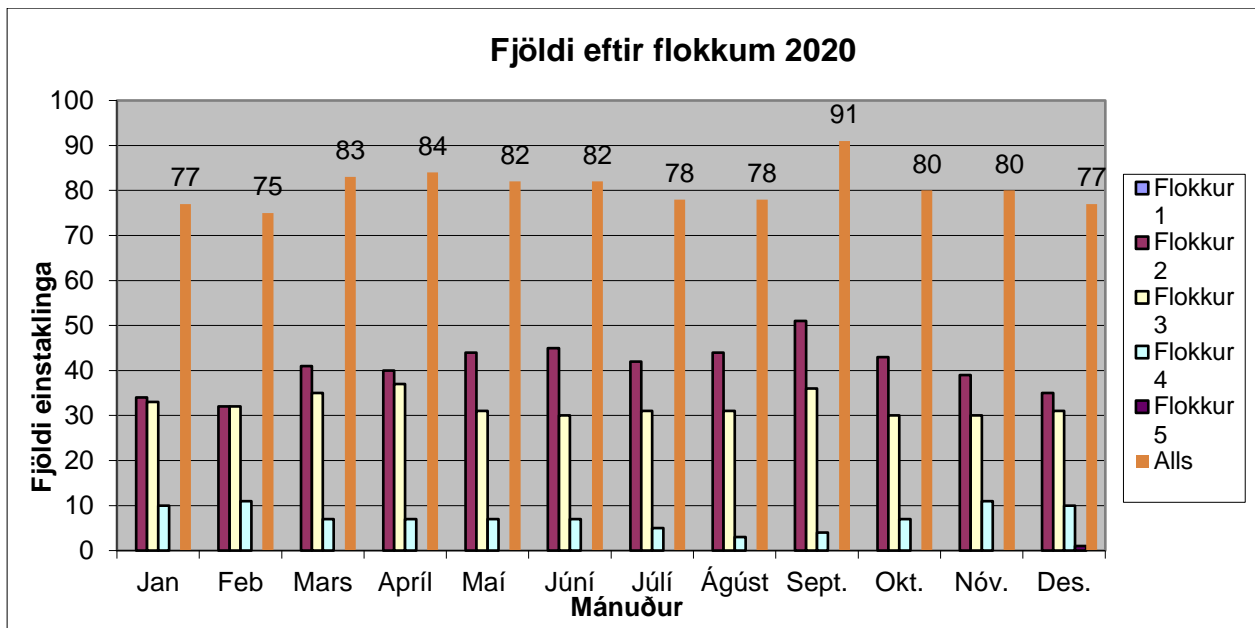
	2020	2019
Komur á ári	150	149
Komur á mánuði	75-91	65-88
Meðalaldur	44	45
Karlar	73	65
Konur	77	84

Tafla 1

Aldursdreifing þátttakenda

Aldursdreifing	Fjöldi	%
18-29	29	19,3
30-39	32	21,3
40-49	39	26,0
50-59	34	22,7
60+	16	10,7
Alls	150	100

Tafla 2



Tafla 3

Þegar framfærsla er skoðuð eru flestir þátttakendur á örorkubótum og endurhæfingarlífeyri 79% (118), sjá töflu 4. Flestir þátttakendur koma frá Reykjavík 81% (122). Tafla 5 sýnir nánari búsetudreifingu þátttakenda. Þeir sem koma á eigin vegum hefur fækkað aðeins á milli ára, frá um helming þátttakanda sl. ár niður í 38% (57). Flestum er vísað frá fagaðilum af geðsviði LSH og öðrum fagaðilum 49% (73). Hluti hópsins sem segist hafa komið á eigin vegum hefur í upphafi verið bent á Hlutverkasetur í gegnum VMST eða VIRK. Á þeim tíma hafa þeir ekki verið tilbúnir að taka þátt og koma því seinna. Þegar þeir taka þátt koma þeir því að eigin frumkvæði en ekki vegna tilvísunar.

Í töflu 7 má sjá hvernig samfélagsþátttaka þeirra sem hafa nýtt sér þjónustuna eykst. Veran leiðir yfirleitt til meiri virkni einstaklinga sem leiðir af sér meiri áhugahvöt og vilja til þátttöku úti í samfélaginu. Margir halda áfram að nýta sér Hlutverkasetur sem bakland. Töluverður fjöldi er einnig með eftirfylgd af starfsfólki Hlutverkaseturs til stuðnings við nám, atvinnuþátttöku, hjálparstörf o.fl.

	Jan	Feb	Mars	Apríl	Maí	Júní	Júlí	Ágúst	Sept.	Okt.	Nóv.	Des.
1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2	34	32	41	40	44	45	42	44	51	43	39	35
3	33	32	35	37	31	30	31	31	36	30	30	31
4	10	11	7	7	7	7	5	3	4	7	11	10
5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Alls	77	75	83	84	82	82	78	78	91	80	80	77

Innkoma

Innkoma	Fjöldi	%
Atvinnaleysibætur	8	5
Örorkubætur	76	51
Endurhæfingarlífeyrir	42	28
Félagsstyrkur	6	4
Vinna	8	5
Óþekkt	5	3
Sjúkradagpeningar	5	3
Nemi	0	0
Samtals	150	100

Tafla 4

Búseta þátttakanda

Bæjarfélag	Fjöldi	%
Reykjavík	122	81
Kópavogur	10	7
Garðabær	1	1
Hafnarfjörður	7	5
Mosfellsbær	3	2
Seltjarnarnes	2	1
Reykjanesbær	1	1
Vogar	0	0
Annað	4	3
Alls	150	100

Tafla 5

Tilvísunaraðilar

Tilvísunaraðilar	Fjöldi	%
Rvk	7	5
LSH	39	26
VMST	1	1
Á eigin vegum	57	38
Önnur úrræði	8	5
Virk	4	3
Aðrir fagaðilar	34	23
Samtals	150	100

Tafla 6

Samfélagsþátttaka

Hvert	Fjöldi	%
Hlutverkasetur	78	52
Vinna	12	8
Nám	4	3
Önnur úrræði	47	31
Annað	0	9
Bið	9	6
Samtals	150	100

Tafla 7

Samningur við Reykjavíkurborg

Samningur AE starfsendurhæfing/Hlutverkaseturs og Reykjavíkurborgar gildir út árið 2021. Skipting styrksins á milli verkefna er samkomulagsatriði og gerð í samráði við þjónustukaupanda eins og gert hefur verið síðastliðin ár.

Samningurinn fyrir árin 2019-2021 er svohljóðandi:

Verkefni 1: Fræðsla, ráðgjöf og jafningastuðningur.

Verkefni 2: Verkefni um atvinnuþátttöku og aðra samfélagsþátttöku.

Verkefni 3: Úttektir.

Frá áramótum hafa 22 (35) einstaklingur verið skráðir hjá Reykjavíkurborg, í tengslum við almenna starfsendurhæfingu. Fækkun á milli ára skýrist aðallega af hertum sóttvarnaraðgerða innan íbúakjarnanna. Innan sviga eru tölur frá 2019. Um er að ræða 18 (29) karla og 4 (6) konur, þar af eru 20 (26) Íslendingar og 2 (9) af erlendum uppruna.

Verkefni 1: Fræðsla, ráðgjöf og jafningjastuðningur

Bergþór G. Böðvarsson náði að heimsækja nokkra íbúakjarna áður en Covid skall á, hélt stutt innlegg með umræðum á eftir um valdeflingu og réttindi fatlaðs fólks samkvæmt samningi sameinuðu þjóðanna. Í janúar var farið í heimsókn á Flókagötu og kynning á dagskrá Hlutverkaseturs (5). Einnig var farið á Lindargötu 27 (4). Í febrúar heimsókn á Dalbraut (4). Síðan féllu kynningar niður. Um miðjan maí var opinn fundur/spjall um bataferli og geðrænar áskoranir, haldinn á Facebook fyrir nemendur í Bataskólanum og fleiri (9).

Bergþór vinnur einnig í Geðheilsuteymi austur. Hann hefur komið með notendur þaðan í kynningar í Hlutverkasetur (10), suma oftast en einu sinni. Tveir náðu að tengjast og mættu reglulega þangað til Covid varð að veruleika. Flestir sem hafa komið í kynningar hafa sýnt áhuga á að koma aftur en Covid setti strik í reikninginn, eins og svo margt annað.

Ebba og Bergþór funduðu tvisvar með forstöðumanni og deildarstjóra Gunnarsbrautar í janúar og febrúar til að koma á reglulegum samskiptum á milli staðanna. Einnig funduðu þau með starfsfólki staðarins. Einnig var netpóstur og síminn nýttur. Einu sinni í viku höfðu starfmenn Gunnarsbrautar aðgengi að spila borðtennis í Hlutverkasetri með íbúum. Kjell Þórir sem sá um LAN fundaði með forstöðumanni og deildarstjóra Gunnarsbrautar til að athuga hvort hægt væri að búa til LAN lið sem gæti nýtt sér aðstöðuna til að spila. Íþróttahreyfingin hefur tekið LAN inn sem rafíþrótt og markmiðið var síðan að tengja hópinn við hana. Ekki var hægt að framfylgja neinu plani vegna Covid. Fundað var með forstöðumanni liðsauka í febrúar til að athuga hvernig þeirra skjólstæðingar gætu nýtt sér aðstöðuna og finna mögulegan samstarfsflöt. Kjell Þórir réði sig sem starfsmann hjá liðsaukanum. Aftur var fundur með forstöðumanni og teymisstjórum liðsaukans um haustið. Rætt var um hvernig virkja mætti starfmenn út frá þeirra áhugasviði. Þrír einstaklingar frá þeim hafa nýtt sér starfsemina í framhaldinu. Ebba fundaði einnig með Kristjönu og Aðalbjörgu bæði í gegnum, síma, tölvupósta og Zoom í tengslum við stöðu og samstarf nokkra úrræða.

Bergþór og Ebba voru bæði með kennslu í Bataskólanum í janúar og febrúar. Bergþór hélt erindi um notendasýn og geðsjúkdóma, Ebba um seiglu og geðrækt.

Verkefni 2: Atvinnuþátttaka og/eða önnur samfélagsþátttaka

Andri Vilbergsson sá um atvinnuþátttöku, sem tengist m.a. samningnum við VMST. Hópurinn samanstendur af einstaklingum sem hafa lokið hefðbundinni starfsendurhæfingu, en hafa ekki skilað sér út á vinnumarkaðinn í framhaldinu. Flestir koma sjálfir og biðja um aðstoð til að finna hlutastörf eða þurfa stuðning meðfram vinnu. Flestir hafa verið úrskurðaðir óvinnufærir, eru komnir á örorku en vilja vinna. Frá áramótum höfðu 23 einstaklingar fengið ráðgjöf og handleiðslu til að komast aftur út á vinnumarkaðinn. Tveir af þeim voru í vinnu og fengu eftirfylgd, fimm voru í virkri atvinnuleit, tíu hættu, sex fengu ráðgjöf en voru ekki í virkri atvinnuleit.

Andri fór einu sinni í viku í Batamiðstöðina á Kleppi til að auka samstarf og samfellu á milli staðanna. Andri tengdist sjö einstaklingum þaðan sem hófu ferlið að koma sér út á vinnumarkaðinn.

Störf hjá Reykjavíkurborg. Samvinnuverkefnið á milli Reykjavíkurborgar og Hlutverkasetur hefur staðið yfir í rúm þrjú ár. Markmið með samstarfinu er að auka atvinnuþátttöku íbúa sem búa í íbúakjörnum. Í byrjun árs voru þrír einstaklingar sem fengu handleiðslu og unnu sem liðveitendur. Einn hætti vegna þess að skjólstæðingurinn vildi ekki þiggja liðveislu lengur. Annar tók pásu vegna Covid og hefur ekki sýnt áhuga að halda áfram. Sá þriðji byrjaði í september og gengur vel. Viðkomandi er dæmi um árangur sem sýnir jafnframt hvað margir koma að og hve langan tíma það getur tekið að virkja fólk til atvinnuþátttöku. Viðkomandi hefur tengst Hlutverkasetri í nokkur ár. Hann reyndi fyrst fyrir sér sem fulltrúi notenda og fékk stuðning frá starfsmanni Hlutverkaseturs í samráðsvettvangi geðúrræða á höfuðborgarsvæðinu. Hann mætti reglulega á þessa fundi, tók þátt í umræðum og mætti sem fulltrúi notenda á öðrum vettvangi. Í framhaldinu fékk hann hlutastarf í Hlutverkasetri í tæpt ár. Hann hefur haldið status sínum á staðnum sem sjálfboðaliði. Hann hefur tekið virkan þátt bæði í fótboltanum, 10. okt hópnunum, leiklistinni og spuna. Hann tók þátt í leiklistarnámskeiði á vegum LHÍ í sumar og fékk bæði stuðning frá sínum íbúakjarna og Hlutverkasetri. Almenn þátttaka og virkni eru undanfari atvinnuþátttöku fyrir einstaklinga sem hafa litla sem enga vinnusögu.

Virkni utan Hlutverkaseturs

Listasýningar. Listasýning var í Borgarbókasafninu í Spönginni menningarhúsi sem bar nafnið *Ævintýraland*. Sýningin stóð frá 5. desember 2019 til 16. janúar 2020. Sautján listamenn tóku þátt í sýningunni þar sem 42 myndir voru sýndar og auk þess 26 leirstyttur og þrjár handbrúður.

Listasýning var í Bókasafni Seltjarnarness og bar heitið *Hula hversdagsins* þar sem 22 listamenn áttu verk þar, þemað var grímur. Sýndar voru ullargrímur, teikningar og styttur og málaðir diskar. Sýningin var framlengd til janúar 2021 en hún var sett upp 3. september. Bókasafnið bað hópinn um að vera með leiðsögn um sýninguna og grímukennslu á safninu. Vegna þriðju bylgju nýrra smita var það sett á bið.

List án Landamæra. Verk eftir Gísla Kristinsson sem stundað hefur listasmiðju Hlutverkasetur í mörg ár voru valin til sýningar í listasalnum Midpunkt í Kópavoginum. Sýningin fór einnig fram rafrænt.

Leikhús, menningarferðir o.fl.

Nokkrir íbúar frá íbúakjörnum sem mæta ekki reglulega í Hlutverkasetur eru samt sem áður leikhúsvinir. Það þýðir að ef Hlutverkasetri eru boðnir miðar í leikhús þá er einnig haft samband við þá.

Borgarleikhúsið. Ein leiksýning var farin á árinu áður en Covid náði Íslandi en það var leiksýningin Helgi rofnar (30).

Leikhús Garðabæjar. Leiklistarhópnum var boðið á sýninguna Senupjófurinn (8).

Bíóferðir. Farið var þrisvar sinnum í Bíó Paradís (35) og á kvikmyndina Þriðji Pólinn í Háskólabíó.

Töframáttur tónlistar. Menningarmargfætlan fór á tónleika sem Gunnar Kvaran hélt utan um í febrúar (7).

Menningarsöfnin buðu skjólstaðingum Hlutverkaseturs á söfnin á sínum vegum og náðist að fara í tvö söfn í september, Sjóminjasafnið (14) og Ljósmyndasafnið (13). Listasafn Reykjavíkur og Árbæjarsafnið buðu einnig upp á heimsókn en ekki náðist að fara. Hugmyndin var samstarf á milli staða til að nýta sem innlegg í listvistarnámskeið og í framhaldi myndu þátttakendur sýna verk sín í Líkn Árbæjarsafni. Batamiðstöðinni og notendastarfsmönnum heilsugæslunnar í Geðheilsuteymi vestur og austur var boðið að taka þátt sem hluta af samvinnu á milli staða.

Ferðir. Fella þurfti niður sumarbústaðaferð sem fyrirhugað var í byrjun september. Fyrir marga er þetta eina ferðin sem þeir fara út fyrir bæinn. Stefnt er að fara næsta vor. Bergmál hefur lánað bústaðinn endurgjaldslaust og Samhjálp styrkt hópinn með ýmsum mat. Fólk hefur náð að tengjast vel í þessum ferðum og það myndaðist t.d. kvannahópur síðast sem hittist áfram reglulega án aðkomu Hlutverkaseturs. Því voru mikil vonbrigði að fella þurfti ferðina niður þar sem mikilvægi hennar hefur sýnt sig á síðustu árum.

Fótboltaverkefnið FC Sækó

Fótboltaverkefnið FC sækó (10-15) geðveikur fótbolti fyrir konur og karla sem glíma við andleg veikindi og aðra áhugasama. Verkefnið er afrakstur af einni NsN úttektinni 2011 og er samstarfsverkefni á milli Hlutverkaseturs, Velferðarsviðs Reykjavíkurborgar og Landspítala Háskólasjúkrahúss. Æfingar á tímabilinu voru þrisvar í viku frá janúar fram í miðjan mars eða þangað til lokað var vegna Covid. Þær voru alla jafna tvisvar í viku yfir sumartímamann en byrjuðu svo aftur þrisvar í viku í september, en féllu síðan niður í þriðju bylgju. Alls voru æfingar 72 sinnum á tímabilinu. Þann 10. júní var spilaður æfingaleikur við Fram Unified (áður Öspin), 12 liðsmenn FC Sækó tóku þátt, þar af voru tvær konur. Frá 16. júní til 9. september tók FC Sækó þátt í Gulldeildinni en það er 7 manna fótbolti sem spilaður er á Leiknisvelli í Breiðholti. Spilaðir voru 10 leikir, hver leikur 2 x 25 mínútur og tóku 14 liðsmenn þátt í þeim.

Verkefni 3. Úttektir

NsN þjónustukönnun. Á tímabilinu 2019–2021 verða tekin NsN viðtöl til að skoða aukið samstarf húsnæðis fyrir fatlað fólks og styrkþega og kortlagning gerð á áhugasviði starfsmanna og íbúa. Ákveðið var að taka út stöðuna hjá þremur úrræðum til að byrja með. Fyrstu viðtölin voru tekin í nóvember og desember 2019 (3), tvö þeirra á búsetukjarna og eitt í Hlutverkasetri. Í

janúar 2020 tóku tveir NsN starfsmenn viðtal við tvo starfsmenn á búsetukjarna. Reglur um sóttvarnir settu verkefnið í bið meðan fundið var út hvernig hægt væri að halda áfram í gegnum fjarfundarbúnað. Þrjú viðtöl voru tekin í maí og tvö í september í gegnum fjarfund. Covid og erfiðleikar að fá aðgengi að starfsmönnum hefur hindrað framgöngu verkefnisins. NsN starfsmenn eru algjörlega háðir því að forstöðumenn og/eða deildarstjórar hafi áhuga á verkefninu og sjái gildi þess. Þó svo að yfirstjórn velferðarsviðs leggi ríka áherslu á NsN úttektir hefur gengið erfiðlega að fá aðgengi að starfsmönnum.

Engar formlegar niðurstöður hafa verið teknar saman. En hér koma fyrstu vísbendingar um atriði sem vert er að skoða betur og vinna áfram með. Stefna staðanna er að fylgja eftir áhugasviði og áherslum íbúa. Margir íbúar hafa hvorki komið sér upp áhugamálum, rútinu né virkni og starfsmenn hafa ekki alltaf forsendur til að vinna með áhugahvöt né almenna virkni. Fara þarf reglulega yfir með starfsmönnum hvað er í boði til að geta hvatt íbúa þegar þeir sýna áhuga. Eins þarf að gefa tíma til að íbúar nái að tengjast stöðum. Einn viðmælandinn benti t.d. á að sumir íbúar þurfi að fá fylgd í úrræði yfir einhvern tíma og fá skipti nægja engan veginn. Þessi tími í einstaklingseftirfylgd verður undir þegar manna þarf almennt íbúakjarnana. Þeir starfsmenn sem fylgja eftir ákveðnum íbúum sökum öryggis þurfa að fá skýra leiðsögn að vera þátttakendur með íbúum í iðju en ekki vaktmenn, sem sitja áhugalausir, kannski niðursokknir í sínum sínum. Skoða þarf á hvern hátt mætti nýta betur og meir liðveislu til að auka virkni. Annað sem kom fram sem hefur áhrif á valdeflingu er almenn orðræða á stöðunum. Starfsmenn eru uppteknir af sínum réttindum og íbúar af sínum. Slíkar umræður ýta undir óheppilegan aðskilnað, við og þið. Neikvæð umræða hvort það tengist réttindum, veðrinu, Covid eða öðrum úrræðum í viðurvist íbúa getur dregið úr áhuga þeirra og virkni. Að vinna í anda valdeflingar reynir á allt skipulagið. Erfitt er fyrir forstöðumenn og þeirra sem vinna í mestri nálægð með íbúum að fylgja eftir stefnu velferðarsviðs ef reglugerðir og réttindi starfsmanna hindra að hægt sé að vinna út frá jafningagrundvelli. Kjarnarnir virðast nú vinna meira hver í sínu horni og samvinna þeirra á milli hefur minnkað. Verkefni eins og FC sækó reyndi á samvinnu allra og hefur tekist vel. Kannski vegna Covid virðist ekki vera sami farvegur eða áhugi til að takast á við sameiginlega hagsmuni, hindranir og ýta fram góðum hugmyndum.

Samstarf við önnur úrræði og félagasamtök

Hlutverkasetur er með samstarf við önnur úrræði og stofnanir til að þekking nýtist sem best á milli staða og til að meiri samfella og stuðningur sé við einstaklinga á milli úrræða. Eins hefur Hlutverkasetur tekið þátt í verkefnum sem hafa samfélagsleg gildi. Sem dæmi um samvinnu þá vinnur Bergþór G. Böðvarsson bæði í Hlutverkasetri, Batamiðstöðinni LSH v/Klepp, Geðheilsuteymi austur og kennir í Bataskólanum. Ágústa Ísleifsdóttir vinnur

bæði í Hlutverkasetri og í Geðheilsuteymi vestur. Þetta gefur mörgum skjólstæðingum samfellu á milli úrræða. Andri Vilbergsson fór einu sinni í viku á Batamiðstöðina að Kleppi og tengist skjólstæðingum þar sem vildu vinna. Ebba tók m.a. þátt í hugmyndavinnu í tengslum við aðstandendur í Bataskólanum. Ebba, Ágústa og Einar Kvaran voru öll í stjórn Geðhjálpar.

Eftirfarandi aðilar sem ber að hampa hafa stutt við starfsemi Hlutverkaseturs og alltaf verið til taks og stutt sína skjólstæðinga með dáðum; Kolbrún Borg Guðjónsdóttir félagsráðgjafi á Hvíta bandinu, Andri Haukstein Oddsson sálfræðingur hjá fangelsismálastofnun og Hrafnhildur Björg Gunnlaugsdóttur félagsráðgjafi á Kleppi. Eftirfarandi einstaklingar komu með mikilvægt innlegg sem nýttist þátttakendum vel; Geirharður Þorsteinsson var með fyrirlestur um áfallastreitu (12) complex PTSD from surviving to thriving byggt á hugmyndum Pete Walker. Irena Maksimoska studdi við nokkra listamenn að finna leiðir til sjónrænna frásagna í gegnum vefmiðla (5), Viktoría Birgisdóttir náms- og starfsráðgjafi bauð fram krafta sína varðandi atvinnuþátttöku með áherslu á narrativa nálgun.

Samstarf við geðsvið LSH. Iðjubjálfar á geðsviði LSH við Hringbraut komu reglulega með skjólstæðinga í Hlutverkasetur í tengslum við námskeið á þeirra vegum. Sú starfsemi lagðist niður á árinu og starfsemi iðjubjálfa færðist alfarið yfir á Batamiðstöðina á Kleppi. Samstarfið heldur áfram og nú í gegnum Batamiðstöðina. Formlegur samstarfssamningur var gerður á milli Batamiðstöðvarinnar og Hlutverkaseturs varðandi stuðning við atvinnuþátttöku, sem Andri sinnti. Samstarf iðjubjálfa á Laugarási og Hlutverkaseturs var að þróast hægt en féll niður í mars og náðist ekki að virkja aftur.

Samstarf milli geðræktarúrræða. Samstarf geðræktarúrræðana hefur verið í mörg ár undir forsjá Geðhjálpar. Það féll alfarið niður á árinu.

Samstarf við búsetukjarna Reykjavíkurborgar. Lítil vísir af samstarfi hefur þróast þar sem starfsmenn geta komið út frá eigin áhugamálum og virkjað íbúa og þá sem eru á staðnum. Covid stoppaði það, þar sem alla slíka tíma þurfti að fella niður.

Samstarf við Freymar Marinósson í tengslum við notendastýrt úrræði sem á að rísa á Tálknafirði og nefnist Traustur kjarni.

Samstarf við Vin. Tveir félagar í Vin, komu einu sinni í viku og kenndu skákmennsku.

Samstarf við Vinnumálastofnun. VMST aðstoðar við atvinnuleit og gerð vinnustaðasamninga og Hlutverkasetur sér um aðlögun og eftirfylgd á vinnustaðnum. Formlegir fundir féllu niður í byrjun mars. VMST sendir einstaklinga í Hlutverkasetur sem þurfa meiri virkni og betri daglega rúttínu sem undirbúning fyrir vinnumarkaðinn.

Samstarf við KIM senteret í Þrándheimi. Samstarf hefur verið í mörg ár milli KIM senteret og Hlutverkaseturs í tengslum við NsN úttektir og aukin áhrif

notenda í þróun þjónustu. Unnið var með umsóknir til að þróa frekari samstarf og fá fleiri norðurlönd í liðsheildina.

Samstarf við Virk. Ekki tókst að koma á formlegu samstarfi við Virk og ferlið þurfti að setja á bið. Hlutverkasetur hefur aðallega nýst skjólstæðingum sem eru að bíða eftir þjónustu hjá Virk, eða hefur verið hafnað um þjónustu. Virk hefur stutt starfsemi Hlutverkaseturs með styrkjum síðastliðin þrjú ár.

Nefndarstörf, kynningarmál og þátttaka á málþingum

Þrjár frá Hlutverkasetri voru í nefnd Alþjóða geðheilbrigðisdagsins 10.okt sem sá um skipulagningu á hátíð sem haldin var á netinu þetta árið. Gerð voru myndbönd þar sem fjallað var um hina ýmsu staði sem þjóna fólki með geðheilsuþrest.

Sæunn, Þórólfur og Ebba funduðu með félagsmálaráðherra og hans aðstoðarfólki í byrjun árs. Markmiðið var að kynna starfsemina og undirstrika mikilvægi samninga og að þeir fylgdu vísitölunni. Ebba og Helga funduðu með Söndru hjá VR á vormánuðum til að undirbúa samstarf á milli VR og Hlutverkaseturs. Covid hindraði frekari úrvinnslu.

Anna Henriksdóttir, listkennari tók þátt í samsýningu í Gallerí Gróttu 24. september til 17. október. Þar sýndi hún 16 olíumyndir sem lið í að vera góð fyrirmynd fyrir skjólstæðingana og mynda tengsl við aðra listamenn. Anna var með listamannaspjall um myndirnar í fyrstu viku opunarinnar fyrir skjólstæðinga Hlutverkaseturs (14) og komu margir til að skoða sýninguna. Sýningin var opin í sjö daga, þá skall á samkomubann. Anna aðstoðaði við brúðugerð í Þjóðleikahúsinu og uppsetningu á sýningunni *Brúðumeistarinn* Ágústa Ísleifsdóttir og Elín Ebba Ásmundsdóttir, sátu þrjá fundi í heilbrigðisráðuneytinu sem fulltrúar geðúrræða á Stór-Reykjavíkursvæðinu, sá fyrsti var í ráðuneytinu og hinir tveir í gegnum Zoom.

Bergþór G. Böðvarsson, fór úr stjórn Geðhjálpár en er í stjórn FC Sækó. Hann var jafningjafræðari í Bataskóla Íslands.

Einar Kvaran, sat í stjórn Geðhjálpár og er fulltrúi í nefnd á vegum Landsspítalans um að auka störf notenda á geðsviði. Einar var í 10.okt undirbúningi og sá um viðtölin sem tekin voru upp á myndband og sett á netið í því tilefni.

Elín Ebba Ásmundsdóttir, tók þátt í Geðheilbrigðisdeginum 10.okt í gegnum viðtal þar sem hún kynnti Hlutverkasetur. Hún skrifaði grein sem birtist í fagblaði iðjuþjálfara sem bar heitið *Aðdragandi og uppbygging iðjuþjálfunar á geðsviði Landspítalans*. Tekið var viðtal við hana í Geðhjálpárblaðinu um starfsemi Hlutverkaseturs. Hún tók þátt í kynningu á 39.is sem var verkefni á vegum Geðhjálpár í samstarfi við Píeta samtökin til að vekja athygli á fjölda þeirra sem falla fyrir eigin hendi á hverju ári. Í tilefninu voru tekin viðtöl við hana í Fréttablaðinu *Hrós út í búð getur gert gæfumuninn*, fréttum Stöðvar 2 og í þætti Lindu Blöndal tileinkað efninu á sjónvarpsstöðinni Hringbraut. Hún

ásamt Sveini Rúnari Haukssyni afhenti heilbrigðisráðherra í framhaldi af 39.ís níu punkta um stefnu Geðhjálpar í geðheilbrigðismálum. Mbl.is tók myndbandsviðtal við hana í framhaldinu. Hún kynnti starfsemi Hlutverkaseturs á starfsdegi starfsfólks Pieta samtakana. Hún tók þátt í umræðuþætti *Rauða borðið* þar sem rætt var um áhrif Covid á heilsu þeirra sem tilheyra jaðarhópum. Hún tók að sér hugvekjju sem tengdist afleiðingum Covid á vegum Lótushússins. Hún sendi reglulega inn umsagnir um áhrif Covid á starfsemi Hlutverkaseturs. Umsagnirnar voru sendar til velferðarsviðs Reykjavíkur og félagsmálaráðuneytisins. Ebba var hópstjóri á vefráðstefnu um heilbrigðisráðuneytisins um *Framtíðarsýn í geðheilbrigðismálum*. Hópurinn sem hún stýrði nefndist *Virkir notendur*. Hún var einnig þátttakandi í Nordic welfare sem bar heitið *Active involvement of people with disabilities to create better solutions*. Viðfangsefnið var á hvern hátt norðurlöndin gætu styrkt fólk með fötlun til áhrifa í stefnumótum stjórnvalda, þróun þjónustu og í rannsóknum. Markmið ráðstefnunnar var einnig að deila góðum lausnum í smærri hópum um notendaáhrif sérstaklega fyrir Nordic Baltic löndin.

Elín Ebba Ásmundsdóttir og Helga Ólafsdóttir, fóru á opið hús hjá Bataskólanum og voru viðstaddar opnunar á nýju úrræði á vegum Reykjavíkurborgar sem nefnist Liðsaukinn.

Helga Ólafsdóttir, var með hugmyndaspjall við starfsfólk Sjálfsbjargar í gegnum Zoom og hélt kynningu í gegnum Zoom fyrir Bataskólann.

Helga Ólafsdóttir og María Gísladóttir, voru með Facebook live kynningar um starfsemi Hlutverkaseturs.

Endurmenntun

Áhersla er lögð á að starfsfólk Hlutverkaseturs sinni endurmenntun með ýmsum hætti. Þrátt fyrir Covid var hægt að halda úti endurmenntun því flestir ráðstefnur, fræðsla og málþing féllu ekki niður heldur voru send í gegnum netið.

Anna Henriksdóttir, hélt áfram á námskeiðum í olíumálun á vegum Myndlistaskóla Kópavogs hjá Steven L. Stevens í aðferðum gömlu meistarana. Hún hélt einnig áfram að læra brúðugerð hjá Brend Orgrödnig ásamt Svöfu Björgu Einarsdóttur.

Ágústa Ísleifsdóttir, fór á námskeið hjá Hringsjá sem nefndist *Sjálfsmyndhyggja*. Elín Ebba Ásmundsdóttir, sat tveggja daga netrúðstefnu á vegum Heilbrigðisvísindasviðs Háskólans á Akureyri sem nefndist *Sjónaukinn velferð nær og fær*. Hún sat einnig vefráðstefnu haldna af Geðhjálpar sem nefndist *Liggur svarið í náttúrunni* þar sem aðalgesturinn var dr. Robin Carget Harris. Hún fór á fræðslufund á vegum Geðhjálpar um *Þvingaða meðferð* sem Helga Baldvins Bjargardóttir lögmaður hélt. Hún sat Zoom málþing Geðhjálpar og frístundaráðs Reykjavíkurborgar og Menntasviðs HÍ, Málþing um stráka sem

rekast á í skólakerfinu, *En ég var einn!*. Hún sat vefmálþing Geðhjálpar og Geðverndar *Taktu eftir mér, hlustaðu á mig* um börn foreldra með geðrænan vanda. Hún sat einnig heilbrigðisþingið *Mönnun og menntun í heilbrigðisþjónustunni* á vegum Heilbrigðisráðuneytisins. Hún sat vefmálþing á vegum ÍþÍ af tilefni alþjóðadags iðjuþjálfunar *Að endurhugsa hversdaginn*. Hún horfði á mynd gefna út af Mental Health Europe sem nefndist *Medication Normal* og fylgdist með umræðum í kjölfar myndarinnar.

Elín Ebba Ásmundsdóttir og Helga Ólafsdóttir, sátu ráðstefnu Vinnueftirlitsins, Virk, Landlæknisembættisins og Endurmenntun HÍ sem nefndist *Jákvæðir starfshættir og heilsueflandi vinnustaðir*. Eins sátu þær vefráðstefnu á vegum Virk, Landlæknisembættisins og Vinnueftirlitsins, *Kulnun – hvað höfum við lært sem nýttist okkur nú*, þar sem dr. Christina Masluch var aðalfyrirlesarinn.

Ágústa Ísleifsdóttir, Bergþór G. Böðvarson, Elín Ebba Ásmundsdóttir, Einar Kvaran, Helga Ólafsdóttir og María Gísladóttir sátu vefráðstefnu heilbrigðisráðuneytisins um *Framtíðarsýn í geðheilbrigðismálum*. Bergþór, Einar, Ebba og Ágústa voru síðan fulltrúar í 4 mismunandi umræðuhópum sem fylgdu í kjölfarið.

Helga Ólafsdóttir, sat vefráðstefnu *Meira vinnur vit en strit*, vefráðstefna á vegum Vinnueftirlitsins, Félagsmálaráðuneytisins, Samtaka aðila vinnumarkaðsins og Virk. Hún sat einnig vefyrirlestur Iðjuþjálfafélags Íslands um *Sveigjanleika grasrótarinnar*.

Helga Ólafsdóttir og Andri Vilbergsson, fóru á eins dags fyrirlestur um *IPS hugmyndafræðina* hjá VIRK.

Samantekt um Covid 19 og áhrif á starfsemina

Starfsemin var eðlileg í janúar febrúar og stóran hluta af mars. Þegar fréttir fóru að berast um að Covid 19 væri farin að dreifast fyrir utan Kína fór fólk að ókyrrast og láta vita að ef veiran greindist hér myndi það hætta að mæta. Þetta voru helst einstaklingar í áhættuhópun eða með heilsukvíða. Flestir voru þó lítið að velta sér upp úr þessu eða voru ekki að fylgjast með. Á þessum tímamarki byrjaði starfsfólkið að undirbúa sig. Leitað var upplýsinga um sóttvarnir og hvað þyrfti að gera. Keypt var handspritt, hanskar og grímur. Prentaðar voru út leiðbeiningar um handþvott og allt tilbúið þegar veiran greinist svo á Íslandi. Margir urðu óttaslegnir og fólk fann fyrir auknum kvíða. Sumir fóru strax í sjálfsskipaða sóttkví á meðan aðrir vildu halda rútinu.

Í fyrstu bylgju voru námskeið felld niður og áhersla sett á samveru, spjall og létt verkefni. Kynningar voru felldar niður og ekki tekið á móti nýju fólki. Á meðan mestu samkomutakmarkanirnar voru sinnhvoru megin við páska voru 17 til 27 einstaklingar að mæta daglega eða að meðaltali 19. Starfsmenn undirbjuggu hvað væri hægt að bjóða upp á í gegnum Zoom eftir páska. Sett var upp dagskrá fyrir Zoom og voru nokkrir sem nýttu sér þetta

og þá helst til að spjalla og vera í tengslum. Ekki vildu allir nýta sér þessa tækni og gat það verið út af þekkingarskortum, hræðslu eða að fólk fann ekki þörf fyrir að nýta sér þetta.

Um vorið og sumarið þegar smitum fækkaði og voru í lágmarki nutu flestir þess að geta komið og verið saman og viðhaldið sinni hefðbundnu rútínu. Nokkrir skiluðu sér þó ekki til baka. Í lok júlí var Hlutverkasetur lokað í tvær vikur vegna sumarfría. Þegar opnað var aftur eftir verslunarmannahelgi og fram eftir hausti var mjög góð mæting og nýir að bætast í hópinn. Góð stemming var á staðnum, fólk dreifði sér vel í öll herbergi og hjálpaðist við að spritta snertifleti og minna hvort annað á persónulegar sóttvarnir.

Þegar önnur bylgjan hófst hafði það minni áhrif en í fyrstu bylgjunni. Listanámskeiðin héldu áfram og aðeins námskeið sem kröfðust nálægðar felld niður. Fólk var staðráðið í að halda áfram og láta veiruna ekki hafa áhrif á daglegt líf. Smit í samfélaginu voru færri og stöðugri en áður og hjálpaði það til. Þeir sem sækja Hlutverkasetur eru margir hverjir að berjast við félagslega einangrun og ekki í samskiptum við marga og því upplifði fólk ekki sama ótta við smit og áður. Þekking fólks á hvað þyrfti að gera var meiri og þeir sem höfðu farið í sjálfsskipaða sóttkví voru síður tilbúnir til þess aftur.

Þegar þriðja bylgjan byrjaði þá var enn mjög góð mæting. Voru 22-38 að mæta á hverjum degi eða að meðaltali 29 manns á dag og á bakvið þessar tölur eru rúmlega 100 einstaklingar. Þörfin fyrir að vera í félagslegum samskiptum og að viðhalda rútínu hafði ekki breyst. Starfsfólk og skjólstaðingar fór að finna fyrir *Covid* þreytu og mátti sjá aukin einkenni og kvíða hjá mörgum. Margir voru líka viðkvæmari fyrir áreiti og áttu erfiðara með að takast á við álag. Margir kvörtuðu yfir eirðarleysi og það ætti erfitt með að koma sér í gang. Þegar samkomutakmarkanir fóru niður í 20 þá tókst að halda námskeiðunum gangandi. Passað var upp á fjöldatakmarkanir og fólk hvatt til að vera með grímu. Sumir dagar voru þyngri en aðrir fjöldalega séð og var þá brugðist á það ráð að starfsfólk fór út í auka gönguferðir með skjólstaðinga á álagstímum og kannað hvort fólk væri til í að fara fyrr til að gefa öðrum pláss. Þegar mest var voru 10 einstaklingar sem þurftu frá að hverfa eða bíða með að komast inn.

Í byrjun nóvember þegar samkomutakmarkanir voru komnar niður í 10 manns þá var starfsemi felld niður í einn dag til að skipuleggja hvernig hægt væri að halda staðnum opnum. Sett voru upp þrjú hólf yfir daginn. Frá 10-12, 13-14:45 og 15-17. Uppsetningin var þannig að tveir starfsmenn voru í hverju hólf, boðið var upp á eitthvað námskeið/virkni í fyrstu tveim hólfunum og það síðasta snerist meira um spil, spjall og samveru. Reynt var að raða inn í hólf eftir áhugasviði hvers og eins og tengslum. Fyrirvarinn var ekki mikill og því gátu ekki allir nýtt sér sín pláss. Þetta fyrirkomulag var óvanalegt í starfsemi Hlutverkaseturs og það tók tíma fyrir alla að venjast en almenn

ánægja var með að staðnum væri haldið opnum. Í byrjum fékk hver einstaklingur að koma frá einu til þremur skiptum í viku og þegar reynsla fór að koma á var því breytt eftir þörfum. Sumir þurftu að koma oftár til að ná að halda rúttínu. Þeir sem mættu höfðu mikla þörf fyrir að vera í samskiptum og nálægð við hvort annað óháð hvað var í boði.

Einn starfsmaður vann heiman frá sér og sá alfarið um að hringja í fólk og bjóða uppá viðburði í gegnum Zoom. Viðburðir voru morgun og síðdegisspjall, slökun, spilafjör og vikuleg fræðsla fyrir þá sem voru á endurhæfingarlífeyri. Mikil ánægja var með að fá símtal, en fáir nýttu sér Zoom en það jókst þegar lengra leið á tímabilið og um áramótin höfðu 16 einstaklingar nýtt sér að vera í reglulegum tengslum í gegnum Zoom.

Aukið var við gönguferðir og var farið daglega frá Hlutverkasetri og þrisvar sinnum í viku frá austurhluta Kópavogs. Nokkrar umsóknir komu á þessu tíma og var nýjum einstaklingum vísað í gönguferðirnar sem leið til að tengjast. Tekin voru niður nöfn og símanúmer þeirra sem vildu svo hægt væri að hafa samband.

Í lok desember voru enn nokkrir einstaklingar sem höfðu ekki skilað sér aftur eftir fyrstu bylgjuna vegna hræðslu við að smitast en reglulegt samband hefur verið við þau. Því má ætla að töluverð vinna verði áfram á næsta ári í utanumhaldi og hvatningu við skjólstæðinga Hlutverkaseturs að komast aftur í gang.

Hjálparsími Rauða krossins vísaði meir á Hlutverkasetur yfir sumarmánuðina, einnig starfsmenn á velferðarsviði Reykjavíkurborgar sem sinna heimilisláusum, Fangelsismálastofnun og Geðheilsuteymi vestur og austur. Margir skjólstæðingar sem bættust í hópinn yfir sumarmánuðina áttu við fjölþættari vanda að stríða og þurftu meira utanumhald.

Hlutverkasetur er opin virknimiðstöð og allir velkomnir, fólk með geðræn vandamál, atvinnuleitendur, fólk sem býr við fátækt, félagslega einangraðir, fólk í fíknivanda, útlendingar sem ekki hafa náð að fóta sig og fólk með líkamlegan vanda. Öll þjónusta skertist vegna ástandsins. Að sinna þessum fjölbreytta hóp í sameiginlegu rými er áskorun, en á sama tíma stolt staðarins og sérstaða. Suma daga reyndi töluvert á, einn skjólstæðingur vegna hegðunarvanda í framkomu gat fælt þá sem voru viðkvæmir fyrir. Góð samskipti og samvinna á milli ólíkra úrræða er sérstaklega mikilvæg. Vegna aðstæðna í samfélaginu verður brýnna en nokkru sinni fyrr að efla heimaþjónustu og fjarþjónustu. Það er fólk þarna úti sem ekki mun koma að sjálfsdáðum og þarf frekari stuðning til að koma sér út á meðal fólks og í rúttínu.

Þakkir stjórnar

Stjórn Hlutverkaseturs vill þakka starfsfólki, sjálfboðaliðum, þátttakendum, styrktaraðilum og samnings- og samstarfsaðilum fyrir þeirra mikla starf og stuðning á síðasta ári. Kófið hefur opinberað áskoranir í félags- og heilbrigðisþjónustunni og ljóst er að efla þarf samvinnu og samfellu á milli aðila sem sinna fólki í viðkvæmri stöðu. Staðir sem veita þjónustu eru oft einangraðir og ekki í náinni samvinnu við hvern annan. Ef einn staður lokar hefur það ekki bara áhrif á þá sem missa þjónustuna heldur hefur það víðtæk áhrif á allt kerfið. Kófið hefur kennt okkur margt og þá ekki síst að nú er nauðsyn að horfa til virknistarfsemi og þekktra uppbyggilegra áhrifa hennar og tengja hana formlega við félags- og heilbrigðisþjónustuna. Eins þarf að koma í veg fyrir að einstaklingar verði háðir því að mæta bara á einn stað. Íbúakjarnar á vegum Reykjavíkurborgar sem og Rauði krossinn hafa verið í fararbroddi hvað varðar félagslegan stuðning við einstaklinga og geðheilsuteymi á heilsugæslunni eru að koma sterkt inn. Starfsfólk Hlutverkaseturs vill vinna enn nánar með þessum aðilum og byggja brýr á milli. Þessi brúargerð fór forgörðum í kjölfar Covid. Starfsmenn sem og íbúar héldu að sér höndum. Heimsóknabönn, sundlaugalokanir, lokun úrræða, lokun þjónustumiðstöðva, skert þjónusta þjónustumiðstöðva sveitarfélaga og lokun félagsstarfs hvers konar hafði gríðarlega víðtæk áhrif á geðheilsu almennt í samfélaginu og á starfsemi Hlutverkaseturs.

Efnahagshrunið varpaði ljósi á mikilvægi virkni og rútínu á geðheilsu. Á sama hátt hefur Covid 19 varpað ljósi á mikilvægi félagslegra samskipta, tengsla, frjálsra ferða og aðgengi að ýmis konar þjónustu og menningarstærfermi. Sá hópur sem Hlutverkasetur sinnir upplifir slíkt ástand reglulega sökum eigin hindrana og/eða umhverfishindrana. Tengsl og stuðningur við aðra manneskju er jafn nauðsynleg og almenn næring. Í slíku verkefni þarf að virkja fólk með notendareynslu. Að takast á við einsemd, mikilvægi virkni og stuðnings á vinnumarkaði er nú orðin samhljómur allra og viðurkennt af hálfu stjórnvalda.

Í þeim hröðu samfélagsbreytingum sem við nú upplifum er það enn mikilvægara en áður að Hlutverkasetur verði stutt í því markmiði sínu að sporna gegn félagslegri einangrun og einsemd, sem eru helstu áhættuþættir heilsu og velferðar fólks í nútímasamfélagi. Við skorum á ykkur að koma með í þá vegferð.

Fyrir hönd stjórnar Hlutverkaseturs,

Sæunn Stefánsdóttir, formaður stjórnar