

Handlingsplan for 2018 – 2020

Bipolarforeningen er en frivillig medlemsorganisasjon som jobber for å:

1. spre informasjon og endre holdninger til psykisk helse, spesielt bipolare lidelser
2. støtte forskning, jobbe tett med fagmiljøer og formidle ny kunnskap om bipolare lidelser
3. drive politisk påvirkningsarbeid for å bedre tilbud og behandling
4. skape møteplasser for pasienter og pårørende
5. fremme brukeres interesser og deltakelse i ulike utvalg og råd

Målsettinger i planen

- ✓ Organisasjonsutvikling
- ✓ Kurs og opplæring
- ✓ Brukermedvirkning og likepersonsaktivitet
- ✓ Medlemspleie
- ✓ Forskning

Organisasjonsutvikling

Hovedmål	Kommentar	Tid
Søknader til drift og prosjektmidler	Administrasjonen har ansvaret. Alle søknader skal sendes fra administrasjonen. Administrasjonen holder seg orientert om nye mulige inntektskilder.	Til tidsfrist, gjennom hele året.

Synliggjøring	<p>Nettsiden: Vi har som mål at nettsiden vår skal være samlingsplass for all relevant informasjon om bipolare lidelser. Fagpersoner skal henwise til vår side. Øke antall egenproduserte saker. 4 saker i mnd. Opprydding: Gjøre nettsiden så enkel, informativ og lettlest som mulig.</p> <p>Materiell: bestille en reklamegave SoMe: Facebook-likes 10.000. Generere likes til medlemskap. Veilede til nettsiden. Instagram-følgere 3000 Medier – Utnytte reklamefrie dager. Produsere ny reklamefilm.</p> <p>Årlige tematiske fokusområder</p>	<p>Kontinuerlig</p> <p>I løpet av 2018.</p> <p>I 2018</p> <p>Innen 2020</p> <p>I 2019</p> <p>Årlig</p>
Ansettelse	Foreningen har som mål å øke antall årsverk til 2.	Innen 2020
Rekruttering av fylkeskontakter	Utvide med 2-5 nye fylkeskontakter pr. år. Fylkeskontakter i alle fylkene.	Kontinuerlig Innen 2020.
Retningslinjer, mandat	For Likepersoner For Fylkeskontakter For BfN sine brukerrepresentanter	I 2018 I 2018 I 2018
Samarbeidende organisasjoner	<p>Pleie av samarbeid og aktiv deltakelse på kongresser, konferanser og årsmøter hos:</p> <p>FFO, Rådet for psykisk helse, NORMENT, PiO-senteret, Frivillighet Norge, Batteriet, Funkis</p>	

Kurs og opplæring

Hovedmål	Kommentar	Tid
Mestringskurs	6 mestringskurs fordelt i landet. 15 deltakere. Mål om å utvide.	2018 2019-2020
Nettkurs/Webinar	Utarbeide webinar/nettkurs	2020
Informasjon til helsepersonell, studenter og bedrifter	Vi tilbyr ulike typer foredrag av likepersoner for helsepersonell, studenter og bedrifter (mot betaling).	På etterspørsel, hele landet.
Medikamentkurs	Hvordan medikamenter påvirker kroppen, og hvordan man kan leve med minst mulig.	På etterspørsel med samarbeidspartnere
Temakveld	Temakveld ved behov og ønske	Kontinuerlig

Brukermedvirkning og likepersonsaktivitet

Hovedmål	Kommentar	Tid
Utvide Åpne treff	Minimum ett treff i hvert fylke Kristiansand og Førde Åpne treff kun for pårørende	1-2 ganger i mnd. I 2018 I 2019
Forum	Døgnåpent forum. Administreres av frivillige.	Fortløpende, landsdekkende
Likepersonstjeneste	I 2018 har vi 10 likepersoner. Promotere tilbudet og øke antall samtaler Kurs ved behov med sertifisering. Alle som skal gjennomføre likepersonssamtaler må ha kurs.	I 2018
Brukermedvirkning	Øke antall brukerrådsrepresentanter	Kontinuerlig

Medlemspleie

Hovedmål	Kommentar	Tid
Telefontid	4 dager i uken, 10-14. Mål: 5 dager i uken	Kontinuerlig 2020
Besvare epost og chat		Kontinuerlig
Medlemstilbud	Finne flere medlemstilbud	Hele året. Ansvar admin
Utarbeide digital velkomstpakke	Se på muligheten for å sende ut velkomstpakke	2018-2019
Nyhetsbrev	Regelmessige nyhetsbrev	Kontinuerlig

Forskning

Hovedmål	Kommentar	Tid
Brukerrepresentasjon i forskning Forskningsmiljøer	Økt brukerrepresentasjon i forskning på psykisk helse, og bipolare lidelser spesielt. Delta som aktiv samarbeidspartner i ulike prosjekt. Fortsette og styrke samarbeid med NORMENT og andre ledende forskere innen feltet. Styrke samarbeid med forskningsmiljøer på psykisk helse Publisere resultater av forskning som vi har støttet Publisere internasjonal forskning på våre nettsider Utvide BfN Forskningsutvalg	Kontinuerlig