



HAFNARFJÖRÐUR

Ársskýrsla Lækjar 2020

Brynja Rut Vilhjálmisdóttir

06/11/20

Inngangur

Lækur er athvarf fyrir einstaklinga með geðrænan vanda. Í athvarfið kemur fólk til að geta verið í samskiptum við aðra, sem er mikilvægur þáttur í lífi þeirra.

Markmiðið er að draga úr félagslegri einangrun og styrkja andlega og líkamlega heilsu. Þar sem allir fá að njóta sín. Ekki er um að ræða hefðbundinn meðferðarstað né stofnun heldur er lögð áhersla á að skapa heimilislegt andrúmsloft á jafningjagrundvelli þar sem boðið er upp á ýmiskonar afþreyingu og fræðslu. Þannig vinnum við að því að auka lífsgæði þeirra sem eiga við geðrænan vanda að stríða.

Hugmyndafræði-Gildi Lækjar

Unnið er eftir hugmyndafræði **valdeflingar „empowerment“**. Sú hugmyndafræði stuðlar að betri líðan einstaklinga með geðraskanir og vekur upp þætti hjá einstaklingnum eins og að hafa skoðanir, taka ákvarðanir og velja sér lífsstíl sjálfir. Áhersla er lögð á notendastýringu sem þýðir að þeir sem sækja Læk taki þátt í ákvörðunum er varðar starfsemina. Einnig er lögð áhersla á að færni þeirra nýtist við að kenna öðrum og leiðbeina ef þeir treysta sér til þess. **Virðing** og **vinsemd** eru mikilvæg gildi í samskiptum innan Lækjar. Gestir eru vel meðvitaðir um þessi gildi og er reglulega rætt um samskipti og hvernig þau hjálpa hvort öðru að líða vel í athvarfinu með virðingu og vinsemd að leiðarljósi.

Starfsemi Lækjar 2020

Ýmislegt var gert á árinu til að ná markmiðum um aukin lífsgæði fólksins og til að styrkja andlega heilsu þeirra sem sækja Læk. Á Læk er boðið upp á morgunmat, hádegsmat og kaffi. Mikið er um ýmiskonar handavinnu í stofu Lækjar meðan gestir spjalla.

Meira hefur verið lagt upp úr einstaklingsmiðaðri nálgun hvað virkni varðar á Læk eftir að Covid 19 kom upp, þar sem tekin var sú ákvörðun að vera ekki að auglýsa á námskeið. Listarýmið hefur verið mikið notað þar sem gestir hafa unnið með gifs og myndlistarsköpun ýmiskonar. Gestir hafa fengið stuðning jafnóðum með það sem þau hafa áhuga á að gera þann daginn sem þau mæta. Svo eitt dæmi sé tekið, þá hefur einn af okkar gestum unnið að útgáfu ljóðabókar. Þess má geta að hann hefur nú þegar selt um 70 eintök af bókinni.

Einnig hefur verið lögð áhersla á hreyfingu, spilamennsku, handavinnu og hugleiðslu daglega. Í sumar var unnið í matjurtagarðinum og garðurinn nýttur í samveru.

Haldnar hafa verið samskipta umræður, ýmiskonar fræðsla, markmiðasetning og notendastýrður kvíðahópur. Mikið hefur verið bakað og gestir hafa átt góðar stundir saman þar sem vináttusambönd hafa myndast. Einnig má nefnda páskabingo og Þorablót

Opið hús var haldið til að kynna gestum og gangandi starfsemi Lækjar. Gestir tóku þátt í undirbúningi þess og bjuggu til varning sem var til sölu til styrktar ferðafélagi Lækjar.

Reglulega var farið á kaffihús, listasöfn heimsótt eða farið á tónleika. Covid ástandið hefur því miður raskað starfseminni eitthvað í seinni bylgjunni.

Mikið verður síðan lagt upp úr undirbúningi jólanna, farið verður á jólahlaðborð, og haldin verður jólagleði o.fl.

Á Læk er einnig hægt að þvo þvott og fara í sturtu.

Á næsta ári mun áðurnefnd starfsemi halda áfram en við munum bæta við okkur fjölbreyttari myndlistarsköpun. Búum til sápu, hlaup-brjóstsykur og snyrtivörur. Höldum þeim góða sið að halda sérstakan konu og karladag. Haldin verða námskeið í matreiðslu og skartgripagerð svo eitthvað sé nefnt. Einnig vonumst við til að geta boðið upp á vinnu með leir. Stærra húsnæði býður upp á að hægt sé að halda uppi dagskrá og auglýsa námskeið. Þar sem við getum dreift okkur betur á stærra svæði.

Nýtt húsnæði og áhrif þess á starfið

Lækur fagnar því að flytja í nýtt húsnæði og þeim gæðum og breytingum sem það ber með sér.

Húsnæðið að Staðarbergi 6 mun hafa mikil áhrif á starfsemi Lækjar til hins betra. Húsnæðið er mun stærra og á einni hæð. Auðveldara aðgengi og betra rými fyrir þau námskeið sem í boði verða. Við verðum með mun stærra rými fyrir leikfimi og slökun. Í því rými gefst einnig tækifæri á að vera áfram með hópstarfsemi og fræðslu af ýmsu tagi. Við höldum þar áfram með notendastýrða kvíðahópa og bætum við hóp fyrir einstaklinga með geðklofagreiningu. Einnig verða vikulegir fræðslufundir en gestir koma með tillögur að fræðslu hverju sinni. Fræðslufundir tengjast almennt andlegri líðan, samskiptum eða öðru sem gestir óska eftir. Eldhús aðstaðan í Staðarbergi er mun betri og stærri með viðurkenningu frá heilbrigðiseftirlitinu. Þess vegna getum við núna boðið upp á matreiðslunámskeið þar sem þeir sem

vilja geta tekið þátt. Fyrir utan hefðbundna eldamennsku og matreiðslunámskeið fer ýmiskonar starfsemi fram í eldhúsinu s.s. bakstur og ýmis snyrtivörugerð.

Stofan verður tvískipt hjá okkur, en þar verður almenn setustofa þar sem hjarta hússins slær og flestir koma saman. Við náum einnig að hafa Pool borð og gott rými fyrir þá sem vilja púsla og spila í návist annarra. Einnig gefst rými til að rækta kryddjurtir innandyra og úti er verður gróðurbox og hænsnakofi. Þetta eru atriði sem gestir munu sjá um og verður góð virkni sem mun henta vel fyrir ákveðna aðila.

Á sumrin verður gaman að geta boðið gestum annarra athvarfa s.s. Vinjar og Dvalar að koma og eiga með okkur góðar stundir þar sem rými er fyrir gesti bæði úti og inni.

Um leið og Víkingarnir tæma bílskúrinn þá fáum við á Læk gott rými til að gera listaaðstöðu. En sköpun og list er eitt af því mikilvægasta sem fram fer innan Lækjar. Eftir sem áður þá mun fjölbreytt listakennsla halda áfram og von okkar að geta fjárfest í notuðum leirofni.

Mikilvægt er að huga að þeim hóp sem sækir Læk núna og búa sem best að honum. Í viðauka eru nefndar nýjar hugmyndir af annarri starfsemi sem einnig gæti verið í húsinu með réttu skipulagi.

Opnunartími

Opið var frá kl. 9.00 – 16.00 alla virka daga og 10-16 á föstudögum. Vegna Covid aðgerða þá er opið til klukkan 15 alla daga í stað 16 hluta úr ári.

Innra starf

Starfsmenn

Brynja Rut Vilhjálmssdóttir forstöðumaður, var í barneignarleyfi til ágúst 2020.

Herdís Hjörleifssdóttir leysti Brynju Rut af þar til í lok mars, 2020 (starfar ekki lengur á Læk)

Guðbjörg Þórðardóttir sérfræðingur á Læk leysti Brynja Rut af út júlí

Sólveig Baldursdóttir

Þeir sem leystu af í sumarfríum starfsmanna voru:

Anna Lía Benediktsdóttir

Helga Guðbjarnardóttir

Sólveig Baldursdóttir

Afleysingar

Helga Guðbjarnardóttir

Valur Páll Viborg

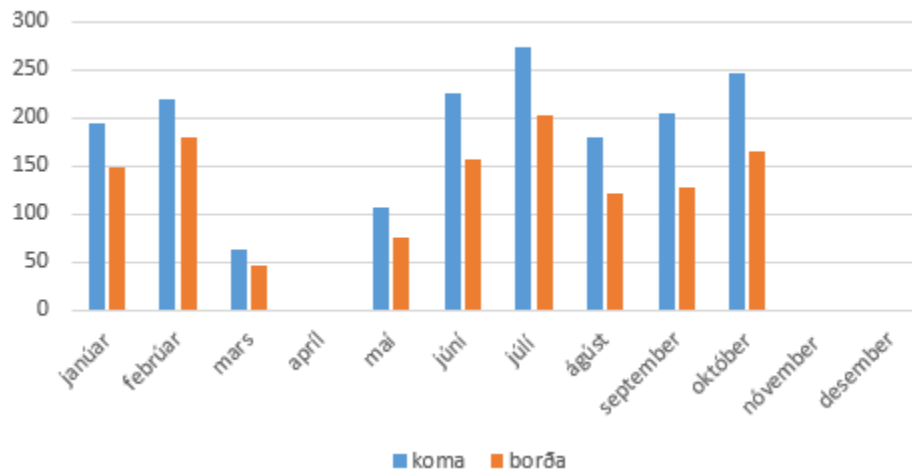
Kristján Örn Rúnarsson

Komufjöldi

Komufjöldi frá Janúar og út október eru 1715, það er að segja að meðaltali 10 - 14 manns daglega. Ekki var mikill munur á milli mánaða, en áberandi er að mesti fjöldinn er í mánuðunum júlí, Júní, september og október. Komufjöldi í mat janúar-október er 1226. Þess ber að geta að covid -19 setti strik í reikninginn en lokað var á Læk í ca. 8 vikur í fyrstu bylgju covid. Til viðmiðunar þá fylgja hér komutölur annars vegar frá 2019 sem voru 2701. Og hins vegar annars komutölur 2018 sem voru 2660.

Komutölur 2020

Koma og borða 2020 Læk



Rekstur Lækjar

Á fjárhagsáætlun var gert ráð fyrir 32.965.771 í rekstur Lækjar.

Rafmagn og hiti var 255.000 kr yfir árið. Þjónustukaup og innri húsaleiga 3.600.000 kr.

Árið 2021 verður húsaleiga í Staðarbergi 6, 3.855.838 kr. á ársgrundvelli. Reiknað er með 100.000 kr í rafmagn og 215.000 kr. í hita.

Beiðni um tvö auka stöðugildi og fjárframlag fyrir aðkeypta ræstingu 1.440.000 kr. verður tekið fyrir á fundi fjölskylduráðs.

Viðauki

Hugmyndir af annarri starfsemi í húsinu sem er þó ólík starfsemi Lækjar

Hægt væri að bjóða upp á mæðra-hópa fyrir seinfærar mæður og börnin þeirra. Þar væri hægt að vera með ýmis konar fræðslu og kennslu að þeirra ósk. Þær myndu taka börnin með sér og væri markmið að styðja þær og efla í móðurhlutverki sínu og auka félagsleg tengsl þeirra sem er hverri móður mikilvægt. Ef að þessu verður þá mun undirrituð fara í frekari skoðun á útfærslu hópsins og skoða það sem til er nú þegar fyrir seinfærar mæður í hverju bæjarfélagi og erlendis. Auk þess hefur undirrituð bæði bakgrunn og góða þekkingu á þessu viðfangsefni, þ.e. mikilvægi fyrstu æviára barna og líðan móður. Ekki er hægt að blanda þessari þjónustu saman við starfsemi Lækjar og yrði útfærslan þá skoðuð í samráði við yfirmenn fjölskyldusviðs. En sem dæmi væri hægt að loka Læk fyrr eini sinni í viku eða annan hvern föstudag t.d. kl 14:00. Þar sem rými gefst fyrir áður nefnt hópastarf.

Önnur hugmynd tengist hópi ungmenum sem eru utanvelta í samfélaginu. Hugmyndin væri þá að efla félagsfærni og samfélagsaðlögun. Eins og kom fram að framan þá eru þessar hugmyndir á frumstigi og augljóslega utan hefðbundinnar starfsemi Lækjar.