

Årsberetning 2015

Trappen Motiveringssenter er en uavhengig frivillig organisasjon som driver med ettervern for tidligere rusmiddelavhengige og er nå inne i sitt 12. driftsår. Trappen har et enestående tilbud å gi rusmiddelavhengige som er i/har vært i medikamentfri behandling, samt stabile LAR brukere. Vi har unike muligheter til å lage tiltak og aktiviteter tilpasset personlige ønsker og behov. Trappen Motiveringssenter er en nisje tiltak, da de har personlig oppfølging av elevene, samt utdannet personlig trene og kostholdsrådgiver.

Noen av våre målsetninger for elevene er:

- Mestring av rusproblemer.
- Mestring av dagliglivets utfordringer.
 - Rusfritt nettverk.
 - Fritidsaktiviteter.
 - Yrkesrettet aktivitet.

Trappens Venner

Pr. 31. desember 2015 har Trappen 2181 som liker på <https://www.facebook.com/Trappen-Motiveringssenter-46100089697/?ref=ts&fref=ts> og 3429 venner som er tilknyttet Trappen, og 276 støttespillere/venner på www.trappen.origo.no Dette er en veldig god økning fra i fjor, og alle støttespillerne/vennene får fortløpende info via internett. Styret i TM håper på en ytterligere økning i registrerte aktive venner når dette tilbudet blir enda mer kjent.

Styret i Trappens Motiveringssenter

Arbeidsstyret, Trappen Motiveringssenter:

Styreformann:	Tor Blaha
Styremedlem:	Kari Edvardsen
Styremedlem:	Inga – Alice Næss Blaha
Styremedlem:	Irene Mariell Birkeland
Styremedlem:	Odd Rønning
Styremedlem:	Tone Bjorøy

I perioden har det vært endringer i styresammensetning, som ble valgt inn etter årsmøte 2014

Styret har hatt 3 arbeidsmøter, og ellers telefonkontakt ved behov, Samt ett felles personell møte med styret og ansatte og fellesmøte med styret og elever.

www.nattinorge.com/imr.html - www.trappenmotivering.no – <http://trappen.origo.no>

Studenter på Trappen

Trappen har i 2015 hatt en student. Det var en gutt fra HIB sosialfaglig utdannelse som var hos oss første halve år. Han fikk være med på blant annet: samtaler, besøk i fengsel, ansvarsgruppemøter, trening og arbeidstrening. Han var en meget lærevillig student som taklet praksisen fint, og hadde et ansvar for en del elever. Han var flink å stille på aktiviteter i helger og ettermiddager.

Møter/kurs innen russektoren

Både styret, ansatte og ledelsen i Trappen har vært aktive på møter/kurs innen rusomsorgen. I tillegg har Trappen holdt flere informasjonsmøter for behandlings steder og ellers i hjelpeapparatene. Vi har fått svært gode tilbakemeldinger fra deltakerne om den kunnskapstilførselen de har fått om oppfølging, motivering/sosialisering, tilbud til pårørende og om bekjempelse av rusmisbruk.

Trappen har hatt noen dager i Bjørgvin fengsel/Bergen Fengsel hvor vi har deltatt på møter med klienter som skal løslates samt på åpne dager i fengslet der flere organisasjoner presenterer seg om de tilbud de har. Trappen har tett kontakt med leger i Bergen ang. rusproblematikken og oppfølging av rusavhengige/deres pårørende. Trappen har fast avtale med Askøy behandling og Bergensklinikkene om faste informasjons møter på Skuteviken og Hjellestad klinikken.

Lokaler

Lokalene vi disponerer i Strandgaten 197 har vært samlingspunktet for Trappens virksomhet. Trappen har også god kontakt med AA, NA og Lisa Gruppen (3 frivillige organisasjoner innen ettervern og ettervern). Disse gruppene driver med samtaler sammen med familie og den som har vært i behandling. Fire av elevene på Trappen er fast hver tirsdag på Lisa gruppen. Trappen har også godt samarbeid med MO senteret på Wergeland, der noen av elevene er faste gjester.

Profilering

Det er nødvendig å legge stor vekt på profilering, dersom flere skal få kjennskap til Trappens tilbud. Trappen har derfor profilert seg kraftig i media, på seminarer, samlinger, etc. og vi sender ut mye informasjon til aktuelle instanser. Trappen er også mottaker av grasrotandel i Norsk Tipping og deler ut info om dette. Vi har også fått god profilering på Nav - kontorene og legekantorene innenfor Bergen kommune, samt flere advokater. Imidlertid gjenstår mye arbeid. Fremdeles strir de fleste rusavhengige med sine problemer uten det viktige støtteapparatet og den nødvendige kunnskapen som Trappen kan tilby.

Informasjon til Trappens Venner:

Trappen bruker internett for å gi informasjon til Trappens venner. De mest aktuelle sidene er: www.trappen.origo.no - <http://idrett-mot-rus.origo.no/> - <https://nb-no.facebook.com/pages/Trappen-Motiveringssenter/46100089697> Her har emner/temaer og andre aktiviteter fra styret blitt presentert. Et informasjonsbrev blir også sendt til alle samarbeidspartnere, behandlingssteder og politikerne i Bergen via mail. Aktuelle artikler blir samlet i klipparkiv som står til elevenes disposisjon, og vi kan tilby et lite bibliotek hvor elevene har tilgang til aktuell litteratur/film. Kontoret har også en pc som elevene kan disponere og her er det tilrettelagt maler for søknader og annen korrespondanse.

Informasjon til politiske myndigheter

Styret har vært aktiv i det politiske miljø og vi holder jevnlig kontakt med politikere for å holde dem oppdatert. Det er av veldig stor betydning at de til enhver tid skal huske rusproblemene i samfunnet. Trappen debatterer ofte i media for å synliggjøre rusproblematikken. Samtidig minner vi dem på at det må gjøres noe med ettervern/oppfølging, da dette er et stort problem i dagens samfunn.

Vi har fått direkte kontakt med en del aktive politikere, og vi har også meget god kontakt med de aktuelle komiteene i Bergen Kommune.

Trappen i media

Trappen har profilert seg selv og aktuelle ruspolitiske saker i mediene. Det har vært arbeidet aktivt for å formidle organisasjonens eksistens og innhold til pressen (både radio og tv), samtidig som Trappen har satt fokus på debatten om aktuelle ruspolitiske saker. Gjennom arbeidet med media har det blitt knyttet kontakter både med journalister og redaksjoner, og dette har igjen resultert i oppmerksomhet og henvendelser til Trappen.

Trappen har også opprettet en støttegruppe for ” Idrett Mot Rus” med godt over 410 støttespillere. Og Trappen er meget aktiv på Face book, med oppdateringer.

Økonomisk støtte/sponsor

Trappen har fått økonomisk støtte fra Sosial- og Helsedirektoratet og Bergen kommune, UNI stiftelsen og fra Kulturoperatørene (dåps gave) Spesielt tilskuddene fra SH-dir. og Bergen kommune er veldig viktige. Vi håper på mer støtte fra Bergen Kommune. Disse utgjør en av grunnpilarene for at Trappen kan drives. I tillegg har vi fått støtte fra sponsorer og private, Eikedalen Skisenter, Elixia og Fitness 1 har vært gode bidragsytere på deres produkter. Disse gavene gjør at vi kan tilby flere å benytte seg av Trappen. For mer info om våre sponsorer, se www.trappenmotivering.no

Trappen Maritime

Trappen Maritime har vært stabil i 2015, med elever som trives med båt og sjø livet. Da vi er med i fellesskapet på Sandviken Kystkultursenteret, bli det en del å gjøre. Det er laget ferdig grinda bygg, oppbygging av smie, hjulpet Museum Vest med nyåpningen. Ellers har det vært mye vedlikehold i høst på Trappen båten. Elevene har også hjulpet til på familiedagene som kystkultursenteret arrangeres 2 ganger pr år, samt åpne dager i sommer månedene for publikum.

Vi har 1 ansatt der som daglig ansvarlig. Vi utfører terapeutisk arbeidstrening der, med arbeid på båten, være aktiv for de andre i fellesskapet som maskinavdelingen, treverk stedet og muséet. Vi ser at flere ønsker å være på «Trappen Maritime» på grunn av fin nettverksbygging.

Trappen har også en representant i havnestyret der. <http://trappenmotivering.no/maritime.html>

Elever på Trappen i 2015. Prosjekt « På rett spor»

På Trappen blir elevene fulgt opp med tanke på å arbeide seg ” tilbake til livet ”. Vi har unike muligheter til å lage individuelt tilpassede tiltak, aktiviteter tilpasset elevens ønsker og behov, og gir hjelp til praktiske formål som skole og arbeidstrening. Vi kan også være hjelpelige med å finne relevante kurs for elevene, dataopplæring, trening av sosiale ferdigheter og motiveringssamtaler. Trappen har et prosjekt « På rett spor» som tilbyr elevene arbeidsrettet tiltak mot næringslivet og mestringskurs som inneholder arbeidstrening og

fysisk trening. Vi har hatt mange samtaler og motiveringsopplegg, - både for tidligere rusavhengige og pårørende.

Det er viktig for Trappen å tenke på familie, søsken og andre nære pårørende i samtaler. Flere pårørende tar kontakt med oss for hjelp til sine rusavhengige, - både før og etter behandling.

Mange føler de ikke får den nødvendige informasjon eller hjelp fra det offentlige.

Vi har hatt 193 hjelpesaker/samtaler på Trappen i 2015, og resultater viser at de fleste er veldig fornøyd med den hjelpen vi gir. Vi ser at lagspill og nettverkbygging er en viktig del av rehabiliteringen, og at dette hjelper dem videre til et stabilt og verdifullt liv.

I 2015 har det vært 49 elever på oppfølging av Trappen Motiveringssenter (2 av disse elevene har gjennomført samfunnsstraff og inklusiv 1 på EK soning her). Pr. 31. desember 2015 har Trappen 21 elever i terapeutisk arbeidstrening/fysisk trening. 5 elever har gått videre til fast jobb eller skole. Trappen hjelper også elever med å lete etter bolig, 2 har fått egen leid leilighet.

Samarbeidet med kommunen, hjelpeapparatet og behandlingsplassene er meget bra, og vi blir ofte kontaktet for vår informasjon.

Trappen har holdt foredrag om rusproblematikken og forebygging i skoler, behandlingssteder og har også gitt informasjon til leger.

Flere av elevene har fått hjelp til søknader, legehjelp, tannlegebesøk og gjeldssanering, samt strøket gjeld som har vært stor belastning.

Terapeutisk arbeidstrening/fysisk trening

En viktig faktor på Trappen Motiveringssenter er arbeids- og fysisk trening, og dette er et tilbud til alle elevene. Dette er et attraktivt tilbud som mange velger å benytte seg av. Trappen har tilbud alle dager i uken med fysisk aktivitet og arbeidstrening. Vi er også behjelpelig med videre arbeid i samarbeid med NAV, bedrifter og andre.

Videre får elevene tilbud om et individuelt treningsopplegg eller i små grupper, og det gjennomføres fast fysisk trening, turer og svømming hver uke fra mandag til fredag. Det blir også gitt informasjon om kosthold, dietter og vitaminer. Trappen har utdannet 2 personlig trenere, samt de også er kostholds veileder. Dette er meget verdifullt for Trappen.

Elevene har i året 2015 gjennomført 5804,5 timer arbeidstrening/fysisk trening, en liten økning fra 2014.

For å bygge gode sosiale nettverk samler vi også ofte elevene til kino, pizza, volleyball, fotball, hyttetur og lignende.

Aktivitetene er helsefrembringende for våre elever og er fordelt på Fysisk trening i helsestudio, Svømming i ADO Arena, Klatring og fast fotballtrening samt tilbud hver dag på trenings senter etter middager og kvelder 7 dager i uken.

Idrett Mot Rus

Trappen ble hovedkoordinator for "Idrett Mot Rus" i Hordaland siden 2005. Da inngikk vi et samarbeid med Civitan om gjennomføringen av arrangementer. Vi har hatt flere små arrangementer med "Idrett Mot Rus" i 2015; sandvolleyball, innefotball, skihelg på Kvamskogen og klatring. Vi har hittil i år arrangert 12 "Idrett mot rus"-tiltak, og 262 har vært med å delta på disse aktivitetene. Deltakerne kommer fra fengsel, Myrsæter bo- og rehabiliteringssenter, Hjeltestad, Askøy behandling, Floen, LAR og Røde Kors (døråpneren). Dette er veldig gode samarbeidspartnere for Trappen. Det er mange frivillige som stiller for at de ulike arrangementer skal kunne gjennomføres på en god og profesjonell måte. Disse kommer fra Natteravnene i Bergen sentrum, Civitan, Trappen og en del gamle elever fra Trappen. Det er lagt ned mange dugnads timer på Idrett Mot Rus arrangementene.

I november var vi invitert til Oslo med Idrett Mot Rus i hele Norge, der det skulle være en fotballturnering. Vi reiste med deltakere fra, oppfølgings elever, Gatefotball, Trappen og hadde et sammensveiset mix lag. Dette var kostnadsfritt for alle deltakerne. Vi overnattet i Oslo, og hadde middag på kveldstid. Dette kommer til å bli et årlig arrangement, og det er en fantastisk flott nettverksbygging nasjonalt. Det var 15 lag med i turneringen. Vi har også godt samarbeid med Hordaland Idrettskrets og Gatefotballen i Bergen, der en del av elevene er meget aktive, og med trening/kamper 2 ganger i uken.

Alle våre elever har mulighet til å trene flere ganger i uken på to av de kjente treningssenter i Bergen. Her er det også barnepass for de som har behov for dette. Trappen er også et Idrettslag (Trappen IL) innen Norges Idretts Forbund og Horda Idrett. Trappen har jobbet med nye tiltak for 2016 som blir fast klatring i Sandslihallen med idrettslag sør, der vi har en frivillig som er ansvarlig for klatringen, trene opp en maraton gruppe som skal løpe Bergen Maraton 2016 og en sykkelgruppe som skal trene landveis sykling med proffe veiledere.

Samarbeid

I 2015 har det vært 49 elever på oppfølging av Trappen Motiveringscenter (2 av disse elevene har gjennomført samfunnsstraff og inklusiv 1 på EK soning her). Pr. 31. desember 2015 har Trappen 21 elever i terapeutisk arbeidstrening/fysisk trening. 5 elever har gått videre til fast jobb eller skole. Trappen hjelper også elever med å lete etter bolig, 2 har fått egen leid leilighet.

Trappen har et godt samarbeid med Hordaland friomsorgskontor (KIF). Vi tar inn personer som har fått samfunnsstraff, og de kan avtjene den på Trappen. Vi har laget et opplegg for disse som må følges, og som blir brukt som et ledd i rusmestringen. I 2015 hadde vi inne 3 personer som gjennomførte sin samfunnsstraff gjennom terapeutisk arbeidstrening hos oss. Vi ønsker å kunne gi et godt tilbud også til disse personene. 3 av elevene som har vært hos oss i 2015 har gjennomført uten brudd, og de fleste av dem ønsker oppfølging fra Trappen i 2016. Trappen har dokumentert for retten for elever, og lagt frem hvor viktig det er å ha samfunnsstraff gjennom Trappen, da resultatene er så bra ved gjennomføring.

Trappen har også et godt samarbeid med Sammensenteret på Laksevåg som er et lavterskel tilbud for rusmiddelavhengige. Trappen sitter med en representant i styret. Dette hjelper Trappen med at vi kan henvise lavterskel brukere til Sammensenteret. Og vi samler inn diverse tøy og strikk som vi videre leverer til Sammensenteret.

Ansatte/frivillige på Trappen

Vi hadde 1 på 80 prosent stillinger Maritime, en 100 prosent stilling (Idrettsansvarlig), en på 50 prosent (koordinator), 1 prosjektansvarlig frivillig uten lønn på 100 prosent, og 4 frivillige idrettskontakter. (Disse ønsker å jobbe mer frivillig i 2016 også). På grunn av stor pågang av elever, så ønsker vi å knytte til oss flere idrettskontakter i 2016 på ettermiddag/kveld. Vi vil følge opp ansatte/frivillige med interne og eksterne kurser for å bedre kvaliteten på Trappen. Trappen har også knyttet til seg en advokat på frivillig basis, der han kan rettlede og hjelpe Trappen og elevene der. Trappen har i 2015 hatt 2 praksis studenter fra HIB, vår/høst.

Oppsummering

2015 har vært et meget aktivt år på Trappen. Resultatene av 11 års drift viser også en klar og god utvikling innen utvidelse av aktivitetene. I tillegg til støtte og trygghet for elevene, kan vi også vise til gode resultater med problemløsning og ikke minst skape langsiktig rusfrihet og sosial tilpassing for rusavhengige. Som en konsekvens av den økte og de fremtidige krav som vil

stilles til oss (en seriøs organisasjon), er det også lagt ned et betydelig arbeid i de interne rutiner. På den måten ønsker vi å tilrettelegge for en god fremtidig drift hvor vi alle håper å kunne oppnå gode resultater i kampen mot tilbakefall, effektiv behandling av de som er rusavhengige og, - ikke minst -, god hjelp til de pårørende for å mestre sine liv. Samtidig kan pårørende også være i stand til å gi hjelp og støtte til egen familie og andre pårørende. Det er også svært viktig at Trappen jobber aktivt innen ” Idrett Mot Rus” og får opprettet et mottaksnettverk med ukentlige aktiviteter i regi av Natteravnene i Bergen Sentrum, Civitan og Trappen Motiveringssenter. Prosjekt ansvarlig har lagt ned vel 2000 frivillige timer og frivillig hjelp av andre er vel 700 timer. (uten lønn).

**Arbeidsstyret i Trappen Motiveringssenter
Sign.**

Styreleder: Tor Blaha,

Styremedlem: Inga-Alice Næss Blaha,

Styremedlem: Tone Bjørøy

Styremedlem: Irene Mariell Birkeland

Styremedlem: Kari Edvardsen,

Styremedlem: Odd Rønning