Handlingsplan 2022-2024
Norsk Revmatikerforbund

Innhold

Forord 3
NRF som folkehelseaktør 4
Organisasjonsutvikling og organisasjonskultur 5
Rekruttering og medlemspleie 6
Barne- og ungdomsarbeid 7
Diagnosearbeid 8
Friskliv, likepersoner/veiledere og brukermedvirkere 9
Kommunikasjon 10
NRFs eiendom på Costa Blanca-kysten i Spania 11
Interessepolitisk arbeid 11
Økonomi 13

Forord

Denne handlingsplanen er et hjelpemiddel for å sikre økt og målrettet aktivitet i lokallag, fylkeslag og i NRF sentralt, og staker ut en del politiske områder som er viktig for NRF. Handlingsplanen har mål om å være tydelig, men ikke for detaljert. Den gir frihet i hvert ledd til å lage egne aktiviteter og årshjul, men gir samtidig alle en klar retning for hvor felles innsats må rettes. Respekt og tillit til hverandre gir gode forhold for et godt samarbeid.

NRFs hovedmål er å fortsette med de gode aktivitetene for alle våre medlemmer, samt møte nye behov i et moderne samfunn med nye behandlingsregimer. Vi skal også ha fokus på yngre målgrupper og overgangen mellom BURG og NRF.

Alle ledd i organisasjonen oppfordres til å jobbe med målrettede aktiviteter innen følgende områdene i neste periode:

- Barne- og ungdomsarbeid
- Diagnosearbeid
- Friskliv, veiledningsarbeid og brukermedvirkning
- Kommunikasjon
- Organisasjonsutvikling og -kultur
- NRF som folkehelseaktør
- NRFs eiendom på Costa Blanca-kysten i Spania
- Interessepolitisk arbeid
- Rekruttering og medlemspleie
- Økonomi

Disse områdene representerer hovedutfordringer som organisasjonen står overfor og som bør jobbes med i alle ledd for å styrke NRF som helhet. Det er oppgaver som alle ledd utfører, og bør fortsette med.

Alle i organisasjonen oppfordres til å utvikle aktiviteter og detaljerte årshjul med utgangspunkt i de retningsgivende områder vi står sammen om i denne planen. Hvert enkelt organisasjonsledd kan selv bestemme mer detaljert hvordan arbeidet best innrettes hos seg.

NRF som folkehelseaktør

Norsk Revmatikerforbund arbeider for bedring av alle personer med revmatiske, muskel-, og skjelettsykdommer og -plager sin helsemessige, sosiale og økonomiske situasjon, samt kulturelle forhold. NRF er en møteplass for medlemmene for omsorg, fellesskap og kunnskap, og skal bidra til bedring av trenings- og behandlingsmuligheter.

NRF vil bidra til vitenskapelig forskning om revmatiske, muskel- og skjelettsykdommer, og støtte fagpersonells videre utdannelse i behandlingen av disse. NRF skal formidle og opplyse om sykdommene, deres forebygging, behandling og samfunnsmessige konsekvenser.

Gjennom aktivt å oppsøke de arenaer der en kan utøve innflytelse, skal NRF bidra til at både samfunnet og tjenestetilbudet utvikler seg i den retning våre medlemmer har behov for.

Gjennom synlige medlemmer, frivillige, tillitsvalgte og ansatte, er NRF en ressurs og en viktig stemme i samfunnsdebatten.

Lokalleddet anbefales å:
- være en samarbeidspartner for kommunens politikere og administrasjon. - samarbeide med andre lokale brukerorganisasjoner, FFO og helsefaglige aktører. - lage årshjul med mål for sitt interessepolitiske arbeid.
Fylkesleddet anbefales å:
- være en samarbeidspartner med fylkets politikere og administrasjon. - drive opplæringstiltak innen interessepolitisk påvirkningsarbeid. Gjerne i samarbeid med sentralt ledd. - støtte og veilede lokallagene, styrke diagnosearbeidet. - samarbeide med andre brukerorganisasjoner, FFO, frisklivssentraler og helsefaglige aktører.
Sentralt anbefales det å:
- synliggjøre kostnader ved dagens helsepolitikk og de nåværende valgte løsninger. - jobbe opp mot nasjonale helsepolitikere og helsefaglige miljøer. - styrke diagnosearbeidet. - tilby erfaringskompetanse til offentlige myndigheter, frisklivssentraler og andre aktuelle aktører.

Organisasjonsutvikling og organisasjonskultur

Norsk Revmatikerforbund skal være en åpen, inkluderende og fremtidsrettet organisasjon, der medlemmer, frivillige, tillitsvalgte og ansatte opplever romslige rammer og stort handlingsrom, og der vi møtes med forståelse og respekt for hverandres ulikheter.

Lokalleddet anbefales å:
- arrangere relevante aktiviteter. - lage et årshjul med mål og aktiviteter, med tiltak for å rekruttere, kommunisere og finne ekstern finansiering. - prioritere å delta på kompetansetiltak for å fornye og forbedre lokalarbeidet. - ta i bruk nye metoder og arbeidsverktøy etter hvert som de stilles til rådighet, eksempelvis nettbaserte løsninger.
Fylkesleddet anbefales å:
- støtte oppunder lokallagenes aktivitet og være det organisatoriske bindeleddet mellom lokalt og sentralt nivå. - ta ansvar for at tillitsvalgtes kompetanse er relevant for organisasjonen. - sørge for oppfølging av nasjonale tiltak på området. - ha et aktivt forhold til diagnosearbeidet ved å sette seg i stand til å utøve diagnosearbeid i tråd med NRFs retningslinjer for diagnosearbeid. - sette seg i stand til å utøve sine oppgaver og aktivt oppdatere sin kompetanse på områder som er relevante for fylket og underordnede lokallag.
Sentralt anbefales det å:
- sette fylkene i stand til å utøve sine oppgaver og ha kompetanse på områder som er relevante for organisasjonen, som diagnoser, veiledningsarbeid, brukermedvirkning, livsstil og mestring. - bygge en organisasjon med et godt arbeidsmiljø for tillitsvalgte og ansatte hvor vi bygger vår kultur gjennom etiske retningslinjer, samarbeid og samspill. - utvikle og implementere helhetlige kompetanseplaner for tillitsvalgte og ansatte. - jevnlig oppdatere, implementere og videreutvikle effektive digitale verktøy. - ta ansvar for å utvikle og oppdatere kursmateriell digitalt.

Rekruttering og medlemspleie

NRF er en organisasjon for alle og skal være en stor organisasjon med stor gjennomslagskraft. Organisasjon ønsker å styrke sitt fokus på medlemsvekst. Nye medlemmer skal ønskes velkommen og ivaretas. Eksisterende medlemmer tilbys gode aktiviteter og relevant informasjon slik at utmelding ikke er et attraktivt alternativ.

NRF skal fornye og synliggjøre medlemsfordeler og utvikle og implementere aktiviteter for økt livsmestring og gode levevaner.

Lokalleddet anbefales å:
- gjennomføre og utvikle relevante aktiviteter, som bidrar til økt mestring og gode levevaner for medlemmene. - ta i bruk og delta i de nasjonale kampanjer som igangsettes. - ta ansvar for å rekruttere medlemmer og sette mål om medlemsvekst i sine årshjul.
Fylkesleddet anbefales å:
- være en samarbeidspartner for lokalforeningene/BURG i arbeidet med å rekruttere nye, og beholde eksisterende, medlemmer. - drive opplæringsaktivitet innen medlemspleie. - ta i bruk og delta i de nasjonale kampanjer som igangsettes og støtte opp om lokallagenes arbeid med disse.
Sentralt anbefales det å:
- synliggjøre medlemsfordeler og utvikle nye. - lage et årshjul med oversikt over ulike medlemstilbud og -aktiviteter, samt de ulike tidsbestemte budskapene, med tanke på å beholde og rekruttere medlemmer. - utvikle nasjonale vervekampanjer for alle ledd, og aktivt jobbe med fylkeslagene for å implementere disse. - arbeide for å lage en god overgang mellom BURG og NRF ved egne tilbud rettet mot denne målgruppen. - styrke diagnosearbeidet for å rekruttere og beholde medlemmer. - utarbeide forslag til velkomstbrev for bruk i lokalforeningene og utarbeide forslag til årlig oppfølging av medlemmer og ved utmelding.

Barne- og ungdomsarbeid

Barne- og ungdomsarbeidet er en viktig del av NRF. Å ivareta de unge, både som medlemmer, tillitsvalgte, veiledere og brukermedvirkere er å sikre NRFs fremtid. Jo tettere de unge er knyttet til BURG, jo tettere er de knyttet til NRF. BURG-gruppene skal følge vedtektene. BURG Norge skal støtte arbeidet i gruppene.

Lokalleddet anbefales å:

- informere om barne- og ungdomsarbeidet i NRF.
- verve barn og unge.
- støtte BURG-gruppen i fylket, eksempelvis praktisk og økonomisk.

  Hvis BURG-gruppe ikke finnes, anbefales det å gi økonomisk støtte til BURG-medlemmer i eget lokallag, slik at de kan delta på BURG-aktiviteter arrangert av fylket, andre BURG-grupper eller sentralt.

Fylkesleddet anbefales å:

- etablere BURG-kontakt i fylkesstyret.
- informere om barne- og ungdomsarbeidet i NRF.
- støtte BURG-gruppen i fylket, eksempelvis praktisk og økonomisk.

  Hvis fylket mangler BURG-gruppe: Jobbe for å opprette BURG-gruppe i fylket, i samarbeid med BURG Norge.

BURG-gruppene i fylket anbefales å:

- utvikle informasjon og spisset medlemstilbud for barn, unge og deres pårørende.
- arrangere aktiviteter og tilbud som tiltrekker nye medlemmer og bevarer eksisterende medlemmer.
- jobbe for å være representert i lokale råd og utvalg som ivaretar medlemmenes interesser.
- jobbe for å rekruttere nye likepersoner, og sørge for at disse deltar på kurs.
- informere om barne- og ungdomsarbeidet i NRF.

Sentralt anbefales det å:

- utvikle informasjon og spisset medlemstilbud for barn, unge og deres pårørende.
- synliggjøre barne- og ungdomsarbeidet, og gjøre det attraktivt og tilgjengelig.
- arbeide for å skolere tillitsvalgte, veiledere og brukermedvirkere som har barn og unge som fokus.
- drive interessepolitisk arbeid som følger opp barn og unges interesser innenfor vårt felt, samt utvikle materiell som kan brukes i utdanningen for ansatte i barnehage og skole.
- utforme informasjonsmateriell som resten av organisasjonen kan bruke når de skal informere om BURG, og verve barn og unge.

Diagnosearbeid

NRF styrkes som organisasjon gjennom å legge til rette for et bredt og spisset tilbud til en mangfoldig medlemsmasse. Diagnosearbeidet er en viktig satsning for å legitimere NRF som en organisasjon som bidrar overfor ulike medlemsgrupper. Diagnosegrupper styrker NRFs helsefaglige kompetanse og synliggjør NRF som en relevant folkehelseaktør på nye områder.

Diagnosearbeidet har sitt utgangspunkt i vedtektene, § 7 Diagnosearbeidet i organisasjonen, og retningslinjene for diagnosearbeidet vedtatt i forbundsstyret er utgangspunktet for NRFs arbeid med ulike diagnoser og diagnosearbeid.

Lokalleddet anbefales å:
- informere om diagnosearbeidet i NRF og tilrettelegge for lokal aktivitet. - delta på opplæring og ha diagnoseaktivitet.
Fylkesleddet anbefales å:
- prioritere diagnoseaktivitet gjennom temamøter i fylket. - etablere fylkesdiagnosekontakter og arrangere en årlig samling for diagnosekontakter. - informere om diagnosearbeidet i NRF, samt støtte og veilede lokalforeningene.
Diagnosegruppene/foreningene anbefales å:
- delta aktivt i utformingen av relevant politikk og aktivitet for NRFs diagnosearbeid. - være en ressurs for fylkene og lokallagene. - bidra til den generelle veiledningskompetansen, og videreutvikle det diagnosespesifikke veiledningsarbeidet. - være behjelpelige med å etablere fylkes-diagnosekontakter.
Sentralt anbefales det å:
- utvikle informasjon og spisset medlemstilbud for flere diagnoser. - synliggjøre diagnoseinformasjonen og gjøre den attraktiv og tilgjengelig på nett og i kampanjer. - arrangere årlig samling for kontaktperson eller diagnoseledere. - arbeide for å opprette diagnosespesifikke aktiviteter, veiledere og, etter behov, brukermedvirkere. - arbeide aktivt for å informere fylkesstyrene om diagnosearbeidet og hvordan dette arbeidet skal drives med diagnosekontakter.

Friskliv, likepersoner/veiledere og brukermedvirkere

Gjennom utstrakt samarbeid på tvers, vil organisasjon stå sterkere som helhet enn summen av det enkelte ledd. Som ressurspersoner for hverandre og samfunnet rundtløftes alle og den enkelte. NRFs hovedaktiviteter er sentrert rundt friskliv og livsmestring, aktiv veiledning og kompetent brukermedvirkning.

Lokalleddet anbefales å:

- rekruttere likepersoner som gjenspeiler medlemsmassen, samt sørge for støtte, oppfølging og opplæring.
- tilby trenings-/aktivitetsgrupper med fokus på friskliv og livsmestring.
- etterlyse og støtte opp om kommunenes tiltak som fremmer fysisk, psykisk og sosial mestring.
- rekruttere brukermedvirkere til minst en av de lokale arenaene der NRF kan utøve brukermedvirkning.

Fylkesleddet anbefales å:

- rekruttere brukermedvirkere og sørge for at disse får støtte og blir hørt.
- rekruttere frisklivsagenter, samt trenings- og mosjonskontakter.
- rekruttere og skolere likepersoner/veiledere.
- arrangere årlig samling for likepersoner/veiledere og instruktører.
- ta ansvar for opplæring av de generelle og de diagnosespesifikke-/BURG-veilederne i sitt fylke.
- etterlyse og støtte opp om fylkeskommunenes tiltak som fremmer fysisk, psykisk og sosial mestring.
- skolere brukermedvirkere, gjerne i samarbeid med FFO eller andre.
- skaffe seg overblikk over arenaer for brukermedvirkning i fylket.
- sikre NRF-brukermedvirkere i alle regionale sykehus og helseforetak, NAV og hjelpemiddelsentralene, samt råd for mennesker med nedsatt funksjonsevne.
- Skaffe seg overblikk over arenaer for brukermedvirkning i alle kommuner der NRF har lokallag.
- samarbeide med BURG og diagnosekontaktene om relevante aktiviteter.

Sentralt anbefales det å:

- arrangere årlig samling for frisklivsagenter og trenings- og mosjonskontakter.
- sørge for god opplæring av instruktører, gjerne i samarbeid med fylkeslag, i tråd med nyere forskning.
- jobbe for et sterkere fokus på fysisk, psykisk og sosial mestring i helsesektoren.
- utvikle gode systemer for å rekruttere, utvikle og organisere brukermedvirkere i NRF på alle nivåer.
- arrangere årlig kurs for brukermedvirkere i forskning, gjerne i samarbeid med relevant forskningsinstitusjon.

Kommunikasjon

Et aktivt kommunikasjonsarbeid vil sørge for at medlemmene holdes oppdatert og inkludert. NRF skal fremstå som en relevant aktør overfor myndighetene, arbeids- og næringsliv og frivillig sektor. NRF vil være til stede i samfunnsdebatten med en tydelig og kompetent stemme.

Alle anbefales å ta i bruk kommunikasjonsaktiviteter, nettsider og sosiale medier for å nå ut til både nåværende og potensielle medlemmer.

Lokalleddet anbefales å:
- synliggjøre egne aktiviteter i lokalpresse og -media. - sørge for at laget har ressurspersoner med ansvar for hjemmesiden.
Fylkesleddet anbefales å:
- drive opplæringsaktivitet i digitale verktøy som medlemsregisteret, nettside og sosiale medier. - besørge god opplæring i hver forening av én til to ressurspersoner som har ansvaret for hjemmesidene. - støtte fylkesveileder i sin informasjonsaktivitet.
Sentralt anbefales det å:
- gjøre det enkelt for fylkes- og lokallagene å kommunisere med sine medlemmer. - utvikle digitalt og ikke-digitalt informasjonsmateriell, diagnosespesifikt og generelt, for bestilling fra fylke, lokallag og BURG/diagnosegruppene. - jobbe aktivt for igjen å få på plass bladutgivelse for medlemmer og andre interessenter. - besørge god opplæring i hvert fylkeslag av én til to ressurspersoner som har ansvaret for hjemmesidene. - videreutvikle og profesjonalisere merkevarebygging. - utarbeide årshjul for nasjonale kurs og samlinger.

NRFs eiendom på Costa Blanca-kysten i Spania

NRFs eierskap skal sørge for at eiendommen bevares og videreutvikles. Eiendommen skal fortsatt være det foretrukne og det beste reisemålet for norske revmatikere, uansett om man ønsker ferie, velvære eller behandling. Alle nivåer i organisasjonen oppfordres til å stimulere til god bruk, og i egen regi arrangere reiser og aktiviteter (f.eks. kurs) som med fordel kan gjennomføres i Spania.

Lokalleddet anbefales å:
- stimulere medlemmene til bruk av stedet. - formidle invitasjoner fra fylkeslaget og medvirke til at slike gruppeturer gjennomføres.
Fylkesleddet anbefales å:
- arrangere turer for medlemmene hvor trening og ferie kan kombineres. - være pådriver for bruk av stedet til kursvirksomhet. - støtte RS-kontakten i sin informasjonsaktivitet.
Sentralt anbefales det å:
- bidra med ressurser for å sikre god informasjonsflyt. - hjelpe fylkes- og lokallagene til å være gode ledd i informasjonsflyten. - bidra til bruk av stedet til kurs og annen aktivitet der det er formålstjenlig. - synliggjøre muligheter for alle ledd til å søke støtte gjennom nasjonale fond. - bistå med å oppnå sunn drift i datterselskapet.

Interessepolitisk arbeid

NRF skal være engasjert på områder som helse- og arbeidslivspolitikk og skape et best mulig samfunn nedenfra og opp for personer som lever med en kronisk sykdom, diagnose eller plage. Gjennom et målrettet interessepolitisk arbeid, skal NRF fronte utfordringer i folks hverdag, arbeidsplass eller ut i kommunene de bor i, på områder som habilitering/rehabilitering, friskliv og universell utforming.

NRF vil jobbe for et arbeidsliv som skal være inkluderende for personer med revmatisk sykdom. Både offentlige myndigheter og arbeidsgivere må aktivt søke best mulig tilrettelegging og bruk av hjelpemidler for arbeidstakere som lever med en kronisk sykdom, diagnose eller plage. Sammen skal man finne riktig tiltak til riktig tid. Et forløp for arbeidsrettet rehabilitering krever god samhandling med helsevesenet.

NRF vil prioritere å arbeide med å heve levekårene for personer som lever med en kronisk sykdom, og arbeide for at alle skal ha en inntekt å leve av. Gode ordninger skal kompensere for nedsatt funksjonsevne, det være seg grunnstønad, bilstønad eller andre ordninger.

Gjennom samhandlingsreformen og folkehelsemeldingen har kommunene blitt delegert et ansvar for folkehelsearbeidet og rehabilitering. NRF vil arbeide for at revmatikere skal få et optimalt rehabiliterings- og frisklivstilbud i sin kommune, samt sikre en så god hverdag og så god livskvalitet

som mulig. NRF skal jobbe for at den spesialiserte rehabiliteringen, så som rehabiliterings-/opptreningsinstitusjoner og behandlingsreiser til utlandet, opprettholdes og videreutvikles. Dette bør prioriteres både sentralt, så vel som i fylkesting og kommunestyrer.

Friskliv er både politikk og en innstilling til livet, der det bør handle om å se muligheter. NRF definerer friskliv som best mulig fysisk, psykisk og sosial mestring av livet - kort sagt å oppnå best mulig livskvalitet. Det handler om å gjøre de små, riktige tingene i hverdagen, som fører til et så friskt liv som mulig på tross av diagnose, smerter og sykdom. Alle har ansvar for egen helse og velvære, men kommunene må ha god politikk som gjør personer som lever med en kronisk sykdom, diagnose eller plage i stand til å ivareta, og for mange oppnå, en bedre livsstil.

I et universelt utformet samfunn kan så mange som mulig delta aktivt, uavhengig av funksjonsevne. NRF vil jobbe for å sikre at alle med nedsatt funksjonsevne kan delta i samfunnet på lik linje med alle andre.

Lokalleddet anbefales å:
- drive kontinuerlig påvirkningsarbeid i kommunen for å bedre helsetilbud og rehabilitering for sine medlemmer, gjennom blant annet god tilgang til fysioterapi og universelt utformede varmtvannsbasseng. - følge opp kommune og sørge for at de tar sitt ansvar for rehabilitering av de grupper NRF representerer. - arbeide for at frisklivssentralene har gode og tilgjengelige tilbud for personer med revmatiske, muskel- og skjelettsykdommer og plager.
Fylkesleddet anbefales å:
- jobbe opp mot fylkestinget og andre aktuelle aktører for å sikre at personer som lever med en kronisk sykdom, diagnose eller plage blir prioritert. - bistå lokallagene i sitt interessepolitiske arbeid.
Sentralt anbefales det å:
- kartlegge levekårene til de som lever med kronisk sykdom, diagnose eller plage. - arbeide for at NAVs kompetanse på personer som lever med kronisk sykdom, diagnose eller plage styrkes. - arbeide for å få hevet levekårene for personer som lever med kronisk sykdom, og arbeide for at alle skal ha en inntekt å leve av. - synliggjøre løsninger basert på brukernes behov, med utgangspunkt i NRFs Sintef-rapport og Menon-rapport. - løfte revmatisme-, muskel- og skjelettområdet og rehabilitering inn på den nasjonale agendaen. - lage verktøykasse som lokallagene kan bruke til å påvirke rehabilitering i sine kommuner. - oppsøke nasjonale miljøer og arenaer der NRFs brukermedvirkere kan påvirke forskning og behandling. - fremme friskliv som godt folkehelsearbeid.

Økonomi

NRF skal ha en sunn økonomi og drives forsvarlig innen de til enhver tid tilgjengelige økonomiske rammer. Landsmøtet gir prinsipielle føringer for ønsket aktivitet og satsningsområder, mens forbundsstyret har ansvar for å fastsette rammer for, og videreutvikle, organisasjonens drift. NRF vil i alle ledd søke ekstern finansiering av drift og prosjektfinansiering for videreutvikling av tilbudet til våre medlemmer, frivillige og tillitsvalgte.

Lokalleddet anbefales å:
- lage minst ett eksternt finansiert prosjekt i løpet av perioden, gjerne et lavterskeltilbud. - aktivt søke etter finansiell støtte for prosjekter og aktiviteter. - støtte sine likepersoner/veiledere i å gjennomføre aktivitet og rapportere sin aktivitet. - oppsøke kommunale frisklivssentraler og tilby kursholder for relevant frisklivsaktivitet.
Fylkesleddet anbefales å:
- bistå lokallagene og fylkesveiledere, samt BURG og diagnosespesifikke likepersoner/veiledere med rapportering av veiledningsaktivitet inn til NRFs sekretariat. - støtte og veilede lokalforeningene i å sikre økonomisk vekst og stabilitet. - lage eget fylkesårshjul med regionale finansieringsmuligheter. - aktivt søke etter finansiell støtte av prosjekter og aktiviteter.
Sentralt anbefales det å:
- aktivt søke etter finansiell støtte av aktiviteter og prosjekter. - utvikle kampanjer og konsepter som gir flere faste givere og flere medlemmer. - søke midler og rapportere til nasjonale myndigheter med utgangspunkt i NRFs veilednings- og likepersonsaktivitet. - øke inntjening fra bedriftsmarkedet. - synliggjøre muligheter for alle ledd til å søke midler gjennom stiftelser, samt andre finansieringsmuligheter. - kartlegge og informere om nasjonale finansieringsmuligheter. - lage årlig kurs i prosjektskriving for tillitsvalgte/frivillige i lokallag, fylkeslag, diagnosegrupper og BURG.