

Nok.

Elverum

Årsrapport 2022



Ingen skal
bli utsatt for
seksuelle
overgrep

Innhold

Tilbakeblikk på 2022 fra Nok. Norge	4
Tilbakeblikk på 2022 fra Nok. Elverum	6
Virksomhetens organisering	8
Formål og virkefelt	8
Lokaler og åpningstider	10
Nok. Norge	11
Elverum som vertskommune	11
Styrets sammensetning i 2022	12
Ansatte gjennom 2022	13
Brukermedvirkning	16
Traumebevisst tilnærming - traumebevisst omsorg - tbo.....	18
Nok. Elverums tilbud i 2022	21
Samarbeid med andre instanser	26
Nok. Elverum og digitale og sosiale medier.....	30
Forebyggende arbeid og kursvirksomhet	31
Kursdeltagelse for ansatte gjennom 2021	33
Nøkkeltall/ statistikk og veien videre	35
Regnskapsoppgjør for driftsåret 2022	36
Styrets økonomiske årsberetning	40
Rapport fra ekstern revisor	42
Informasjon kontaktpersoner	46

Hilsen fra Nok. Norge. Året som har gått

I 2022 fikk Teams en velfortjent pause til fordel for fysiske møter. Et klart høydepunkt var Landskonferansen “Jakta på godfølelsen”, som ble avholdt i Førde og ledet av Ronny Brede og Tuva Fellmann. Konferansen ble støttet av Helsedirektoratet og hadde 290 deltakere både fra Nok. og tjenester i hjelpeapparatet. Konferansen var et samarbeid mellom Nok. Sogn og Fjordane og Nok. Norge.

I 2022 jobbet ledernettverket for politisk påvirkning fram mot lokalvalget 2023, med god hjelp fra Agenda rådgivning. Vi har utviklet nye prosjekter for felles og likeverdige løsninger og fått faglig påfyll fra blant andre RVTS, Konfliktrådet og NKVTS. I samarbeid med Nok. Bergen og Bufdir ferdigstilles nå en ny veileder for tilbudet til barn.

Nye digitale vaner åpnet muligheten for å etablere Faglig forum, som ble startet etter initiativ fra ansatte ved Nok. Trondheim. Forumet er en digital møteplass på tvers av sentrene der ansatte presenterer fra egen praksis og utveksler kunnskap og erfaringer med de andre.

Antall henvendelser til sentrene økte også i 2021. Nok. Norge er glad for at pågangen øker fordi det betyr at flere får hjelp. Likevel vet vi at mange ikke vet at tilbudet finnes eller mangler et tilbud der de bor. Derfor er “finansieringsordning” og “synlighet” to viktige stikkord fra 2022 som blir med oss videre i arbeidet for et likeverdig og styrket tilbud.

#nullovergrep

Vi vet mye om hvilke tiltak som hjelper for å komme nærmere visjonen om null overgrep. Derfor er det viktig at vi deler kunnskap og snakker sammen med fagmiljø, politikere, organisasjoner og ikke minst våre medlemssentre om hva som må til.

I starten av 2022 arrangerte Nok. Norge et seminar med støtte fra Fritt Ord. Barne- og familieminister Kjersti Toppe åpnet dagen og en rekke paneldeltakere fra fagfeltet bidro med nye perspektiver om nullvisjonen over temaene juss, holdninger og forebygging. [Se seminaret her.](#)

Vi vet også at det å gi små barn kunnskap om egen seksualitet og rettigheter kan være med på å forebygge overgrep og hjelpe barn med å si fra når noe er galt. Derfor lanserte Nok. “Snakk om”-brosjyren våren 2022. Brosjyren er oversatt til 14 språk og skal være et supplement til helsestasjonenes samtaler om seksuell helse med foreldre og

barn (2-4 år). Nok. Norge og Nok. Sør-Vest holdt stand med brosjyren på helsesykepleierkongressen i Stavanger, der brosjyren ble møtt med stor interesse og positive tilbakemeldinger. [Se brosjyren her.](#)

Skal vi komme nærmere #nullovergrep må vi også se på hvordan det står til med den seksuelle folkeskikken. Men hva er det egentlig? Spørsmålet stilte vi til gjestene i podkasten Seksuell folkeskikk som vi lanserte i oktober. Her har vi lett etter nye veier til #nullovergrep sammen med Elsa Almås, Anette Trettebergstuen, Bjørn Erik Thon, Helene Flood Aakvaag, Nanna Klingenberg, Are Saastad og Tuva Fellman. [Hør podkasten her.](#)

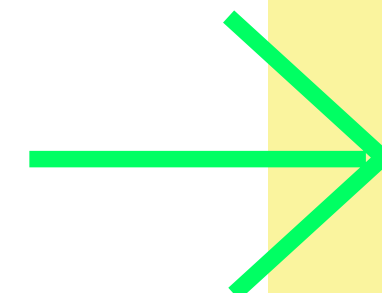
Finansiering av sentrene

På tampen av 2022 skrev [NRK](#) om Maria som ble utsatt for seksuelle overgrep i barndommen. Hun må reise nesten 200 kilometer for å få den hjelpen hun trenger. Maria og mange med henne ønsker tilgang til et Nok.- eller Smiso-senter. De siste årene har tre av tilbudene i Nord-Norge blitt nedlagt, blant annet i Alta der Maria bor.

Nok. Norge har i flere år varslet både Storting og departement om at Nok.- og Smiso- sentrene har en [sårbar og arbeidskrevende finansieringsordning](#). Vi trenger en statlig fullfinansiering for å sikre overgrepsutsatte over hele landet et likeverdig tilbud, i tråd med Opptreppingsplanen mot vold og overgrep (2017 - 2021).

Det har ikke kommet nye retningslinjer fra Barne- og familie-departementet, så arbeidet med finansieringen vil bli viktig også det kommende året. Utover det skal vi i 2023 fortsette å jobbe for å bli enda mer synlige, for gode møter mellom medlemssentrene og for et godt og tilgjengelig tilbud for alle utsatte og pårørende – uansett hvem de er og hvor de bor.

Ingvild Hestad Torkelsen
Daglig leder i Nok. Norge



Et tilbakeblikk på 2022

Det kjennes godt å endelig se tilbake på et år som ikke har vært så preget av pandemi, sykdom og avlyste arrangementer. Året 2022 har vært mer likt som årene før pandemien traff oss i 2020, og det er vi glade for. Dette året har vi faktisk hatt en økning på over 60% i antall brukere, og en generell økning i henvendelser, også fra pårørende/nærstående som er en gruppe vi setter ekstra søkelys på hos oss.

Det har igjen vært et travelt år, med stor pågang og med mange spennende prosjekter og satsningsområder, interne som eksterne. Noen prosjekter har landet, mens andre bare så vidt er påbegynt. Et eksempel er samarbeidet med Åsnes kommunes samtaletjeneste. Her igangsatte vi et kompetanseoverførings-prosjekt/ utviklingsarbeid rundt traumebevisst oppfølging av brukere med overgrepserfaringer og ulike traumetilstander. Prosjektet strakk seg over 1 år med 6 samlinger og ble ferdigstilt høsten 2022. Dette var en måte for senteret å vise hvordan vi kan bidra som fagressurs for bidragkommuner. Dette ble en skikkelig suksess og erfaringene fra prosjektet kan du lese mer om i rapporten. Pårørende-prosjektet vårt utvides siden pandemien kom midt oppi prosjektperioden.

Et annet spennende satsningsområde for oss i 2022 har vært arbeidet med å utvikle en modell for traumesensitiv sansemodulasjon i psykisk helsearbeid. For å få til dette måtte vi «over dammen» og innhente solid erfaring og fagkompetanse fra Danmark i form av forsknings-ergoterapeut Charlotte Andersen på Sanseprofilen.dk/ SPI Consult.

Sammen med henne fikk vi laget et tre dagers sertifiseringskurs innen sanseprofilering på voksne. I Danmark har voksen-psykiatrien benyttet seg av slike verktøy og fagkompetanse innen sansemodulasjon i flere tiår, mens i Norge er dette dessverre svært lite utbredt. Det ønsker vi å gjøre noe med og satser friskt ved å utrope dette som vårt største innsatsområde for de neste 5 årene. I våre grupper og samtaler bruker vi aktivt vår kunnskap om hvordan traumeutsatte ved hjelp av sansemotorisk regulering og forståelse av sitt sanse og nervesystem kan få det bedre og finne sitt anker i nåtid.

Vi er overbevist om at overgrepserfaringer gir såpass kroppslige traumeavtrykk i et menneskes fysiologi – og kan derfor ikke løses av samtaler alene. Vi trenger mer enn tenkning og det kognitive aspektet for å kunne gi overgrepsutsatte hjelp som faktisk hjelper. Vi ser store endringer når vi kobler på kropp og sansesystem i tillegg til å samtale om de emosjonelle aspektene ved deres erfaringer fra overgrep og krenkelser.

Via traumesensitiv sansemodulasjon gir vi den enkelte større muligheter for å forstå seg selv og sitt unike system, en solid verktøykasse og et større handlings-repertoar for selvregulering. Så følg med videre på den spennende sansereisen vår, som foreløpig går under arbeidsoverskriften «Fra sans til samling».

Vi har fortsatt med det interne fag og kvalitetsutviklingsarbeidet med fokus på bærekraftig drift. Vi synes vi nå kan hente noen frukter fra prosessen og de veivalgene vi har tatt underveis. En stor takk rettes her til RVST Øst ved Karin Holt og Rona Andersgaard som gjennom året har stilt opp som sparringspartnere og faglig forankret vår tankegodt via workshops, både digitalt og som fysisk samling. Her har også Espen Thorsrud fra Sevje Utvikling sine innspill gjennom gruppeveiledning vært helt uvurderlige, så tusen takk.

Vår erfaring er at det interne alltid henger sammen med det eksterne, sagt på en annen måte «alt henger i hop med alt». Vi forsøker derfor alltid å se sammenhenger og det store bildet i vår praksis, og å finne hver enkelt sin plass i bildet. Vi har derfor viet temaet selvivaretagelse av hjelperen stor plass. Ansatte og leder har utarbeidet individuelle planer for selvivaretagelse for å finne en god «work/life balance», som det heter på fint.

I en bransje som vår er det en kjensgjerning at det er høy risiko for utbrenthet og sykemeldinger. Det kan være direkte farlig å ikke ta dette temaet på alvor i en organisasjon som vår. Vi tenker at det å aktivt jobbe med balanse og selvivaretagelse hos hjelpere hører helt naturlig sammen med det å være en god og profesjonell fagperson.

NØKKELTALL FOR 2022

HVILKET ÅR?	2020	2021	2022
TOTALT ANTALL HENVENDELSER	1026	1351	1624
BRUKERBESØK	883	1134	1119
SAMTALER PÅ SENTERET	744	700	880

Vi vil takke:

Vi vil få takke våre åtte samarbeidskommuner, Helse Sør Øst, Innlandet Fylkeskommune og Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet for støtte for driftsåret 2022. Takk til styret og til fagveileder og psykologspesialist Hege Briså Strætkvern og Anette Berger ved Modaka yogasenter. Tusen takk til Elverum sanitetsforening for tilskudd som har kommet både brukere, ansatte og kursdeltakere til gode. En varm takk til de engasjerte ansatte for sin helhjertede innsats, sin raushet og varme, store faglighet og vilje til å vise fleksibilitet og samarbeid. Jeg er så imponert over den jobben dere gjør og så glad for det vi sammen skaper her. Sist, men ikke minst: Takk til alle brukerne av senteret som legger ned en enorm innsats for å få til viktige endringer i eget liv. Dette er en krevende reise, og en ære for oss rundt å få være medpassasjerer på.

Elverum 06.02.2023
Heidi Dalby Moe
Daglig leder Nok. Elverum



VIRKSOMHETENS ORGANISERING

Nok. Elverum er registrert som lag/forening, vi er et lokallag av Nasjonalforeningen for Folkehelsen og medlem av Nok. Norge og kompetanseklyngen Helse INN – «Samskaping for bedre helse.» Styret er senterets øverste organ og har arbeidsgiveransvar. Det skal være minst en representant fra brukerne og en representant fra de ansatte i styret samt at en plass er forbeholdt en representant oppnevnt av kommunestyret i vertskommunen. Styremedlemmer velges for en periode på 2 år av gangen, men kan stille til gjenvalg for neste periode. Styreleder velges for 1 år av gangen og kan sitte over 4 perioder.

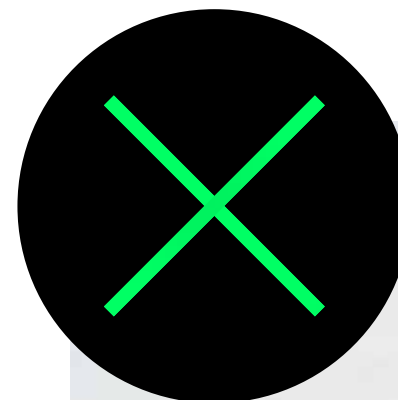
Det er ikke vararepresentanter. Daglig leder er styrets sekretær. To representanter fra bidragskommunene, daglig leder og en medarbeider utgjør valgkomiteen.



Formål og virkefelt:

Nok. Elverum har som formål å tilrettelegge for og gi hjelp til selvhjelp for mennesker som har vært utsatt for incest/seksuelle overgrep og deres pårørende. Nok. Elverum skal motkjempe og forebygge seksuelle overgrep ved å synliggjøre og motarbeide ethvert forhold i samfunnet som legitimerer, underbygger og opprettholder seksuelle overgrep.

Nok. Elverum jobber for å spre kunnskap om incest og seksuelle overgrep ved forebyggende arbeid. Nok. Elverum skal være et gratis lavterskeltilbud uten krav om henvisning. Nok. Elverum skal samarbeide med det offentlige hjelpeapparatet og andre aktører som arbeider med overgrepssproblematikk. Nok. Elverum er partipolitisk og livssynsnøytrale og skal ikke være tilknyttet bestemte organisasjoner, partier eller trossamfunn. Nok. Elverum er LHBTQ vennlig senter og ønsker å gi alle som kontakter senteret et godt tilbud, uansett alder, kjønn, bakgrunn, livssyn eller bosted.



Lokaler og åpningstider

Senteret holder åpent alle hverdager fra 08.00-15.30. Det er åpent for henvendelser fra brukere og samarbeidsinstanser fra 09.00-15.00 hele uken. De ansatte har arbeidstid fra 08.00 til 15.30. Lokalene ligger i 3 etasje, men har tilgang til romslig heis, tilrettelagt for personer med bevegelseshemming. Vi kan kontaktes pr e-post og telefon hver dag mellom 08.00 og 15.30. Nok. Elverum holder til sentralt i Storgata 10 i Elverum, 3 etasje. Gjennom året har vi i perioder fått tilgang til et ekstra rom i 2 etg hvor sansegruppene holdes.

Senteret har heis som kan romme personer med funksjonsnedsettelse/rullestol o.l. Lokalene består av 3 samtale rom/kontor, 1 kontor, 1 møterom, stue med kjøkkenkrok, samt gang, toalett og lager. Beliggenheten er midt i sentrum med kort vei til offentlig kommunikasjon.

Samarbeidspartnere i daglig drift:

I det daglige samarbeider vi med Elverum Regnskapsservice, Sandberg Revisjon, Bardus design, Smart IT og Rydje Renhold. Senteret har sin avtale om bedriftshelsetjeneste hos FALCK HMS/BHT hvor vi har mottatt ekstern gruppeveiledning fra psykotraumatolog Espen Thorsrud samt lederveiledning. Fra 2022 har vi startet med jevnlig saks/fagveiledning fra psykologspesialist Hege Briså Strætkvern. Vi samarbeider også med Modaka yogasenter om den traumebevisste yogagruppen. Nok. Elverum drives ellers som en partipolitisk og religiøs uavhengig organisasjon og arbeider etter Nok. Norges etiske retningslinjer og felles faglige plattform. Trykksaker er levert av Flisa Trykkeri/fortell.no



Nok. Norge – Nok. sentrenes paraplyorganisasjon

Nok. Elverum er medlem av Nok Norge sammen med 15 andre sentre i landet. Paraplyorganisasjon til Nok-sentrene jobber for at personer som har vært utsatt for seksuelle overgrep og deres pårørende skal få et likeverdig tilbud uansett hvem de er og hvor i landet de bor. Nok. Norge skal også bidra til å utvikle senterne til enda bedre organisasjoner ut fra brukernes behov, fag, ny forskning og øvrige samfunnsforhold. Daglig leder er Ingvild Hestad Torkelsen. De skal jobbe for å fremme medlemmenes interesser og være et bindeledd opp mot offentlige styringsmakter. Nok. Norge skal også legge til rette for fagutvikling, og samarbeid på tvers av senterne.

Daglig leder ved Nok. Elverum har deltatt på alle ledersamlingene gjennom 2022 og på alle møter i regi av Nok. Norge, både fysiske og digitale møter.

Elverum som vertskommune

Elverum kommune er Nok Elverums vertskommune og har slik sett et særlig ansvar for senterets drift. Vertskommunen er representert ved leder for sektor Familie og Helse Lars Kiplesund, utviklingsleder Hege Rismoen og rådgiver Inger Sorkmoen. Gjennom 2022 har det her blitt endringer i staben og Hege Rismoen jobber ikke lenger i Elverum kommune. Kontakt for vertskommunen er nå leder i sektor helse ; Aino Kristiansen.

Senternes vertskommuner har via Barne-ungdoms og familiedirektoratet fått et ansvar om å bidra til senterne i spesielt krevende og vanskelige saker, og det er også vertskommunen som står som søker og hjelper til med rapportering på statstilskudd fra Buf.dir.

Foruten møter om søknad og rapportering avholdes det to faste samarbeidsmøter i året. Vertskommunen er også behjelpelig når det kommer til lån av kommunes lokaler til å arrangere større møter eller kurs og dette er noe vi svært takknemlige for. I 2022 er vi igjen svært takknemlige for at vår vertskommune Elverum forsto senterets vanskelige situasjon og vedtok ekstrabevilgning da vi fikk avkortet tilskudd fra Fylkeskommunen.

Styrets sammensetning i 2022

Styreleder: Erik Larsen. Kommunikasjonsrådgiver

Nestleder: Unni Hågensen. SLT koordinator Elverum kommune

Styremedlem: Jan Bjerktun. SLT koordinator Våler/Solør regionen

Styremedlem: Ola Løland. Allmennlege v/ Aktimeid /Falck Helse

Brukerrepresentant: Gry

Ansattrepresentant: Tove Jansrud. Faglig veileder Nok. Elverum

Daglig leder Heidi Dalby Moe er sekretær for styret. Regnskapsfører Øyvind Kolgrov fra Elverum regnskap er med på hvert styremøte, men uten stemmerett. Styreleder får 10 000 kr i en engangssum og styremedlemmer får 500 kr pr styremøte.

Styrets aktiviteter i 2022

Det har vært avholdt 4 styremøter i 2022, pluss årsmøte i februar. Flere styremøter er holdt heldigitalt og noen ved en blanding av digitalt og fysisk oppmøte – slik er nok den nye normalen etter årene med pandemi. Det har fungert greit, og fordelene kan være at det er mindre tidkrevende, men vi synes også at noe går tapt ved at ikke alle møtes fysisk og vi får sett hverandre og dermed i større grad ta oss tid til de gode og mer grundige diskusjonene.

Styret har gjennom året blitt oppdatert i forhold til økonomisk status, generell drift på senteret, utfordringer med smittevern hensyn og gjennom dette fått kunnskap om senterets aktiviteter, utfordringer og mål. Planen var på nytt å avholde et styreseminar som skulle stake ut kursen for de neste fire årene. Først satte pandemien en stopper for dette, så ble det likevel ikke avklart om det ble statlig fullfinansiering eller ikke. Styret avventer på nytt å lage en strategiplan til det foreligger en avklaring om statlig fullfinansiering og endelig utgave av Barne- ungdoms og familiedirektoratet sin nye veileder for Nok. Senterne. Styremedlemmene får i forkant av hvert styremøte tilsendt en egen aktivitetsrapport for hver periode, utarbeidet av daglig leder. Slik har styret gjennom hele året vært grundig orientert om smått og stort som skjer ved senteret.

Ansatte gjennom 2022

Daglig leder: Heidi Dalby Moe

Heidi har grunnutdanning som sosionom med videreutdanning i traumeforståelse, pluss utdanning som helse og sosialfaglærer og lederutdanning fra Høgskolen Innlandet. Motiverende Intervju (MI), samt 2 moduler AIM- kursing «Barn med skadelig seksuell atferd». Heidi har arbeidet ved senteret siden 2009 og tiltrådte som fast leder fra 2015. Hun har i flere år hatt undervisning og forebyggende arbeid som sitt hovedansvar. I tillegg til administrasjon/ledelse/personal tar hun på seg noe undervisnings og veiledningsoppdrag og kan bistå ved spesielt krevende saker.



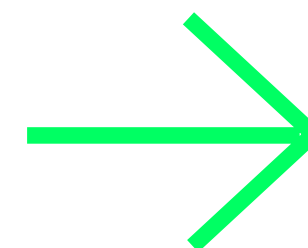
Faglig veileder: Tove Jansrud

Tove har vært ansatt siden 2009. Har en master i kriminologi v/ UIO samt flere videreutdanninger innen traumeforståelse, samt videreutdanning i psykisk helsearbeid, 3 moduler i AIM- kursing «Barn med skadelig seksuell atferd» samt EMDR trinn 1. Tove jobber som primærkontakt for brukere og er medansvarlig for det miljøterapeutiske tilbudet ved senteret, leder selvhjelpsgrupper og deltatt i kompetanseoverførings-prosjektet i Åsnes kommune. Hun er fast veileder for Konfliktrådets Ungdomskoordinatorer og har hovedansvar for statistikkføringen på senteret.



Faglig veileder: Anette Sveen

Anette jobber som faglig veileder og har hatt et særlig ansvar i forbindelse med Åsnes- prosjektet. Anette har bakgrunn som barne og ungdomsarbeider med vernepleier som grunnutdanning og har lang erfaring i å jobbe med mennesker med alvorlig traumelidelser. Hun har flere kurs og videreutdanninger innen traumeforståelse, sexologi og psykisk helse, samt 3 moduler i AIM-kursing «Barn med skadelig seksuell atferd». Ble i 2018 ferdig med sin videreutdanning innen traumer og dissosiasjon på Modum bad og har også EMDR trinn 1+2. Anette har også ansvar for senterets traumebevisste yogatilbud i samarbeid med Modaka yogasenter.





Faglig veileder og barnefaglig ansatt Sara Greger

Sara er utdannet førskolelærer med ulike videreutdanninger, og jobber 40% deltid som faglig veileder på Nok Elverum. Hun har jobbet med mennesker i alle aldre, i alle livets faser og med sine historier hele yrkeslivet. Har jobbet for det meste i barnehage, men har også erfaring fra arbeid i forskjellige institusjoner. Sara har fordypet seg i hjernens utvikling, tidlige traumer, sanseprosesseringsvansker og sansemotorisk regulering innen traumefeltet. Saras egen Facebookside «SanseSmart» er et resultat av denne kunnskapen som vi er glade for å kunne benytte oss av som en del av tilbudet vårt. Sara har utviklet sanse og reguleringsgruppe-konseptet og har vært gruppeleder og instruktør for gruppene i 2022.



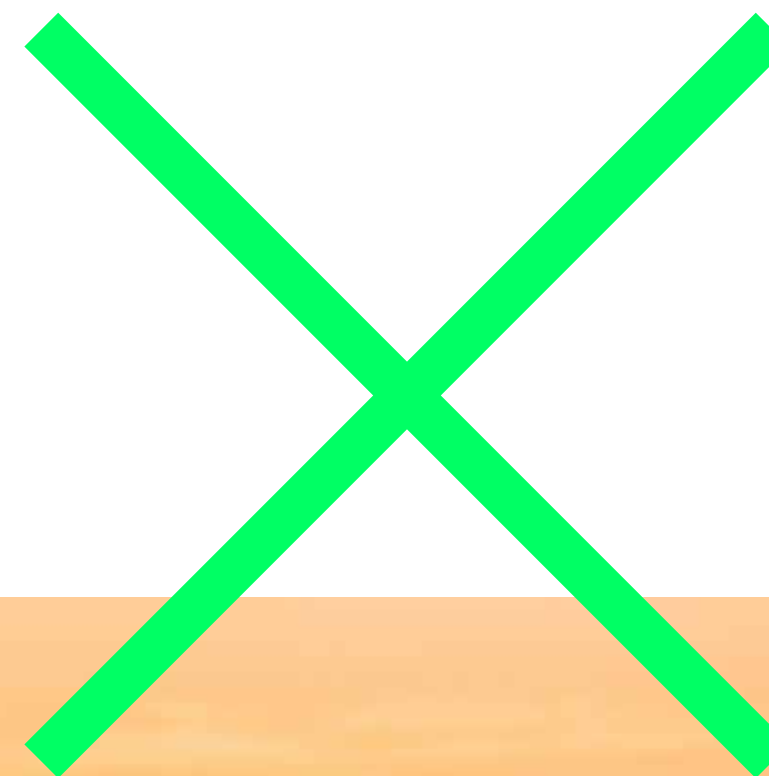
Pårørendeansvarlig /faglig veileder. Heidi Cicilie

Heidi Cicilie jobber i 80% prosjektstilling som pårørendeansvarlig og faglig veileder. Hun har lang fartstid som lærer i grunnskolen og utdannet spesialpedagog og sosialpedagog. Har jobbet i barneverntjeneste både som saksbehandler og som miljøterapeut ved institusjoner for vanskeligstilte ungdommer. Gjennom pårørendeprojektet som Heidi Cicilie står i bresjen for- har vi som senter for alvor fått øynene opp hvor vesentlig det er å favne de menneskene som står rundt overgrepsutsatte. Gjennom satsningen synes vi kvaliteten på hele tilbudet vårt har økt.



Faglig veileder – vikar. Anna Strålin

I løpet av 2022 har vi vært heldige å få tak i en god vikar i Anna Strålin. Hun har bakgrunn som sosionom og psykiatrisk hjelpepleier. Anna har erfaring fra arbeid på sykehus og arbeid med barn, personer med psykisk utviklingshemming og med eldre.



Brukermedvirkning

Senterets brukerrepresentant gjennom 2022 heter Gry og er brukerrepresentant både i styret og inne på huset. Hun har egen oppslagstavle i gangen med info fra brukerrepresentant pluss at hun har laget en hylle ved PC kroken i fellesrommet hvor brukere kan gi henne beskjeder. Hun har egen e-postadresse hvor andre brukere kan nå henne og ta opp saker. Daglig leder og brukerrepresentant har gjennom 2022 hatt jevn dialog og brukerrepresentant har tilbud om faste møter med daglig leder. Her kan det drøftes tilbakemeldinger fra brukerne og andre saker, og dersom det kommer klager fra brukere kan hun også kobles inn.

Vi arrangerer allmøter opptil 2 ganger i året hvor brukerrepresentant har sitt eget punkt på dagsorden. Disse møtene er åpne for alle som bruker senteret og her kan man være med på å ha innflytelse på utforming av tilbud og komme med tilbakemeldinger. Vi jobber kontinuerlig for at brukere og ansatte i fellesskap sammen prøver å skape et best mulig senter. I og med vi benytter KOR/FIT som verktøy i samtaler ønsker vi å skape en tilbakemeldingskultur og at brukerne derigjennom får direkte mulighet til å påvirke og ha innflytelse på utformingen av sitt eget hjelpetilbud. På systemnivå har vi til nå praktisert brukermedvirkning også ved at brukerrepresentant sitter i styret og har stemmerett.

Senterets 8 bidragskommuner:



Nok. Elverum har åtte bidragskommuner og er glad for at det samarbeidet vi i fellesskap har utviklet. I 2022 har kommune nevnt over gitt sine driftstilskudd til senteret. Ved at disse kommunene deltar på spleiselaget gir de sine innbyggere tilgang på ettertraktet spisskompetanse innenfor et krevende fagområde som er i stadig endring.

Vi er også et tilbud til hjelperne i kommunene og kan bistå med råd og veiledning og være en fagressurs for de kommunale tjenestene. Vi holder årlig kompetanseheving og etter-spurte kurs, med da et visst antall gratisplasser forbeholdt bidragskommuners ansatte. Slik forsøker vi å gi noe tilbake til bidragskommunene og istandsette tjenestene rundt oss i

forhold til overgrepstematikk. Det blir avholdt 1 dialogmøte med senteret og kommunene. Vi har dette møtet hver høst i oktober i kommunestyresalen på Elverum rådhus. Vi har flere brukere fra kommuner rundt oss som ikke er bidragskommuner. Dette gjelder for eksempel Tynset, Alvdal, Stor Elvdal og Folldal, Rendalen og Os. Vi har flere brukere fra disse kommunene, og dermed et ønske om at disse kommunene betaler for seg i spleiselaget.

Som alle andre merker også at vi at vi er inne i dyrtiden- og vi merker at kommunene rundt oss strever med økte kostnader. Vi har flere bidragskommuner som er innunder Robek- administrasjon. Et resultat av det er dessverre at vi i år har mottatt en oppsigelse av samarbeidsavtale om tilskudd til senteret fra en bidragskommune. Dette er bekymringsfullt for senteret, spesielt i et år hvor vi har økt med over 62% i antall brukere fra fjoråret. Vi kan ikke få understreket nok hvor viktig det er å få plass en stabil og forutsigbar finansieringsordning for Nok. sentrene – både av hensyn til brukerne, driften og de ansatte.

Øvrige økonomiske bidragsytere

Av offentlige bidragsytere er det Barne, ungdoms og familiedirektoratet, Helse Sør Øst og Hedmark Fylkeskommune som gir bidrag til senteret. Regionale offentlige økonomiske tildelinger dekker 20% av senterets driftsmidler. Disse utløser inntil 80% statlige midler hos Barne- ungdoms og familiedirektoratet, som er senterenes fag og forvaltnings-direktorat.



Faglig og metodisk tilnærming

Senteret har eksistert siden 1996 og ble i utgangspunktet opprettet som et lokallag under Nasjonalforeningen for folkehelsen. Vi er fortsatt medlem av denne folkehelseorganisasjonen, da vi i likhet med WHO mener at det å ha vært utsatt for overgrep er et av de største folkehelseproblemer som eksisterer. Nå som vi har endret navn og profil til Nok. Elverum er senteret i en utmeldingsprosess og på jakt etter en mer egnet selskapsform enn lag/forening.

Vi ønsker ellers å være et tilbud som stimulerer til vekst og utvikling i forhold til det å kunne forholde seg til sin egen overgrepshistorie. Nok. Elverum er et tilbud i tillegg til det offentlige, og senteret er et hjelpetilbud uten krav om henvisning. Vi har spisskompetanse på traumereaksjoner etter seksuelle overgrep og er fri for berøringsangst med tematikken. Det er kostnadsfritt å benytte seg av tilbudet, og man trenger ingen henvisning. Alle ansatte har taushetsplikt. Man kan ta direkte kontakt med senteret via e-post, telefon, SMS eller personlig oppmøte på døren. Man kan henvende seg anonymt om man ønsker, men det er ikke anbefalt.

Senteret har et tilbud til unge og voksne over 16 år som har opplevd seksuelle overgrep, uavhengig av kjønn, etnisk opprinnelse eller seksuell orientering. I tillegg har vi også

tilbud for pårørende som familie, partner, samboer, ektefelle, søsken, venner eller andre så støttespillere. Nok. Elverum driver ellers etter prinsippet om *hjelp til selvhjelp*.

“Selvhjelpsforståelsen bygger på at det i alle mennesker finnes iboende ressurser som kan aktiveres og mobiliseres når det oppstår problemer. Selvhjelp er å gripe tak i din egen opplevelse av en situasjon, våge å stå i og utfordre det som smerter, for så å ta ansvar for egne følelser ved å gjøre noe med situasjonen” (Selvhjelp Norge 2017)

Tilbudet ved sentrene bygger på den enkeltes erkjennelse av at en trenger hjelp, og brukerne skal tilbys verktøy for å nyttiggjøre seg selvhjelp. Vi legger til rette for brukermedvirkning og veiledet likemannsarbeid mellom brukerne basert på likeverd og gjensidig hjelp. Vi kan også legge til rette for deltakelse i samtale- og /eller selvhjelpsgruppe basert på faglige vurderinger av gruppens sammensetning og brukernes individuelle behov.

Traumebevisst tilnærming – traumebevisst omsorg – TBO

Komplekse traumer er betegnelsen for sammensatte, gjentatte og vedvarende traumatiske belastninger av mellommenneskelig karakter, hvor man er hjelpeløs og prisgitt en eller flere truende andre. Vi opplever at majoriteten av de som oppsøker senteret kommer med traumatisk bagasje, og mange har PTSD, av type enkel eller kompleks. De ansatte på Nok. Elverum har alle videreutdanninger og tilleggskompetanse innen traumeforståelse. I tillegg har flere ansatte gjennomført kompetansehevingsprogrammet om relasjonstraumer via RVTs Øst. Til sammen opplever vi at dette har gitt oss viktige verktøy og forståelsesrammer slik at vi kan møte og ivareta brukergruppen på en god og forsvarlig måte.

Mye av arbeidet som gjøres på senteret vårt er derfor stabiliseringsarbeid og et forsøk på å gjenopprette trygghet og tillit til mennesker og til verden. Det overordnede rammeverket er å arbeide etter grunnpillarene og prinsippene i traumebevisst omsorg som er: **Relasjon, tid og trygghet**.

Traumesensitiv sansemodulasjon – (TSM) i psykisk helsearbeid

Nok. Elverum har stor tro på sansemotorisk tilrettelegging i psykisk helsearbeid, mer spesifikt kaller vi det for vår målgruppe; traumesensitiv sansemodulasjon, som vi forkorter med TSM. Dette er noe vi har vært opptatt av i flere år hos oss. I år var vi så heldige å få tak i sanseprofilerings-kompetanse fra Danmark, via Charlotte Andersen fra Sanseprofilen. dk. Hun holdt et 3 dagers sertifiseringskurs for oss i sanseprofilering 17-19 november. Dette er nyttig kompetanse som ikke på systematisk vis finnes eller benyttes i norsk voksenpsykiatri, men som forhåpentligvis er på vei. Her håper vi på å kunne gi noen viktige bidrag i årene som kommer. Vi merker at nysgjerrigheten, engasjementet vi får fra fagmiljøene rundt oss er stor- så følg med videre på sanse-reisen vår «fra sans til samling» både på våre nettsider, på Facebook og Instagramprofilen vår.

Sanse og reguleringsgruppe og yogatilbudet er begge eksempler på hvordan vi tar denne kunnskapen aktivt i bruk ved senteret. Vi bruker det også hyppig inn i individuelle samtaler for de som har gjort gode erfaringer av å for eksempel benytte vektteppe, stressballer eller sansebrett og ulike baller med tyngde. Ved rett bruk kan mange oppleve å få kontakt med pust og tilstedeværelse, et slags «anker i nåtid».

KOR/ FIT. Klient-resultatstyrt praksis /Feedback informerte

Klient- og resultatstyrt praksis (KOR/FIT) er et eksempel på systematisk brukermedvirkning på individnivå. Gjennom dette tilbakemeldingsverktøyet gis brukerne mulighet til å evaluere egne hjelpetilbud. Arbeidsmåten har interesse for klinikere som ønsker å sette klientens perspektiv i fokus og samtidig evaluere effekten av eget arbeid. Reell brukermedvirkning på individnivå forutsetter at fagpersoner har respekt for brukernes valg i forhold til egen sykdom/lidelse og livssituasjon. Det betyr ikke at helsepersonell hverken kan eller skal fraskrive seg ansvaret for å handle faglig forsvarlig, men det innebærer at man i større grad skal lytte til både brukeren og til pårørende, og ta dette aktivt med inn i arbeidsprosessen. Tilnærmingen representerer en praksis der en systematisk innlemmer brukerens vurdering av prosessen og selve utbytte, og sikrer også systematiske brukerevalueringer og brukermedvirkning. Det gis her rikelig med anledning til skreddersøm for hver enkelt bruker. Ansatte på senteret praktiserer en kultur hvor tilbakemeldinger fra brukerne etterspørres og gis betydning i utformingen av tilbudet.



Motiverende Intervju (MI):

Motiverende samtale forkortes ofte til MI etter det engelske navnet for metoden Motivational Interviewing. Dette er en målrettet og brukerorientert samtalemetode for å bygge opp brukerens motivasjon og engasjement for endring. Dette er en metodikk som passer inn med vårt prinsipp om hjelp til selvhjelp. To av de ansatte har tatt videreutdanning i MI ved Høgskolen Innlandet. Vi tar i bruk MI der hvor vi ser at det er naturlig, for eksempel ved at brukere har konkrete ønsker om endring i atferd eller vaner.

Internt fag- og kvalitetsutviklingsarbeid:

I 2022 har vi fortsatt med det interne fag og kvalitetsutviklingsarbeidet vårt. Vi ønsker å være et bærekraftig tilbud av god kvalitet, og et riktig tilbud sett ut ifra de rådende rammer og ressurser vi har til disposisjon. Dette er spennende arbeid og vi håper med tiden at dette vil være med på å gjøre oss mer tydelige på de tilbudene vi har inn mot både brukergruppen og samarbeidsinstanser. Vi er svært glade for at RVTS Øst sine fagfolk i form av Karin Holt og Rona Andersgard har villet bruke av sin tid og fagkunnskap til å forankre våre veivalg i vår prosess om å bli et tydeligere og mer bærekraftig ressursenter av god kvalitet. Vi har hatt to workshops i løpet av året. Det har vært veldig fint og gitt masse påfyll og inspirasjon til å fortsette på veien vår. Psyko-traumatolog Espen Thorsrud fra Sevje utvikling (på oppdrag fra Falck BHT) har over flere år gitt oss uvurderlige innspill gjennom gruppeveiledning. Her har vi turt å se på oss selv og vår praksis og kommet frem til endringer og tøffe veivalg. Vi synes prosessen har bidratt til å forbedre kvaliteten og komme nærmere vår identitet som senter. Gjennom året har vi også fått knyttet oss til psykolog-spesialist Hege Briså Strætkvern for saksveiledning i komplekse saker som utfordrer ekstra innenfor traumefeltet.

Nok.
Elverum

Har du eller noen du kjenner vært utsatt for seksuelle overgrep?

Nok. Elverums tilbud i 2022

Sosiale tilbud / åpent hus/ felles lunsj- Tema lunsj

Ved åpent hus regner man alle besøk til senteret som ikke har noen avtalt tid for enesamtale eller andre planlagte aktiviteter. Tilbudet har aldersgrense 18 år og er beregnet for de som har gått til fast oppfølging over tid.

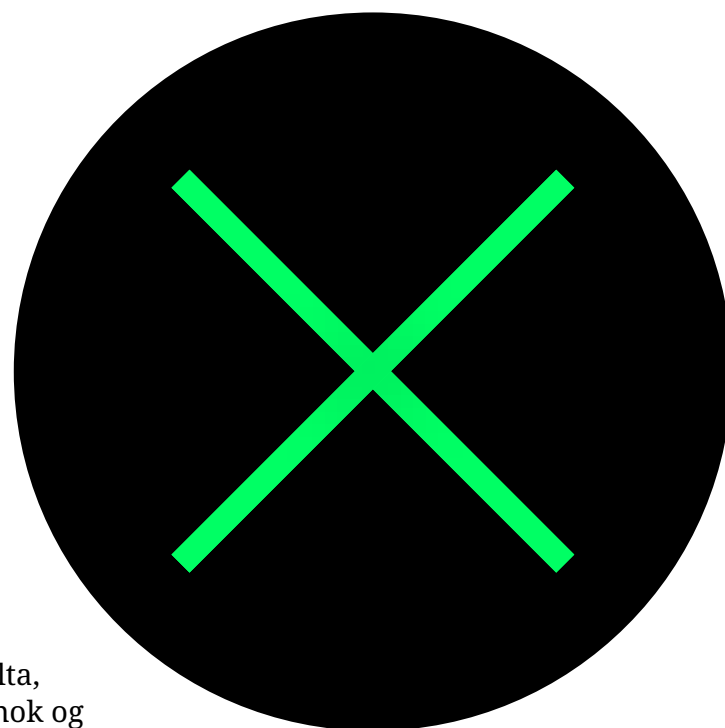
Temalunsj/ åpent hus innebærer at vi den siste onsdagen i hver måned inviterer relevante instanser til å komme å snakke om et spesifikt tema til brukergruppen. Alt fra advokat som kan informere om rettigheter, hesteassistert terapi, psykomotorisk fysioterapi osv.

Så spiser vi felles lunsj sammen etterpå – og gjennomfører det tilbudet som kalles «åpent hus» - et mer uorganisert sosialt tilbud. Man kan velge om man vil delta på en eller begge aktivitetene og noen velger å slå følge til den ukentlige yogagruppen som er etter lunsjen.

Etter mange avlysninger og for få påmeldte har vi landet på ha fast tema-lunsj/åpent hus den siste onsdagen i måneden, for de som ønsker et mer uorganisert sosialt tilbud. Når det er sagt så må vi ta konsekvensene av de begrensede midlene vi har til rådighet – og prioritere ressursene til de tilbudene som er mest etterspurt og som vi ser er til hjelp for folk.

Vi kan ikke forsvare å bruke ansatte til å holde åpent for et uorganisert tilbud for de svært få- så lenge det er såpass stort trøkk på henvendelser og samtale oppfølging. Sosiale tilbud, turer og opplevelser uten spesifikke faglige begrunnelser er derfor ikke noe vi kommer til å holde på med.

Vi stiller oss undrende til om uorganiserte sosiale tilbud er til særlig nytte for vår målgruppe - med ofte komplekse traumetilstander, ofte manglende evne til grensesetting på grunn av relasjonstraumer. All den tid vi har knapt med ressurser til rådighet for å faglig forsvare slike tilbud vil vi ikke gjennomføre det. Vår erfaring er tvert imot at det bidrar til å opprettholde lidelse og at mange ubevisst blir værende i en passiv pasient/ mottaker/offerrolle fremfor å handle mer som aktør i eget liv. Hadde vi hatt et døgntilbud med nok ansatte til å kunne regulere hver enkelt deltager, ville det stilt seg annerledes. Vi ser absolutt fordelene med å kunne samles med andre og oppleve noe sammen. Men kvaliteten på et slikt sosialt tilbud er helt avhengig av mange nok kvalifiserte ansatte til å delta, for å sikre at opplevelsen og samlingen blir reelt trygg nok og ok for alle som deltar.



Bearbeidende samtaleoppfølging.

Dette er individuelle bearbeidende samtaler mellom bruker(e) og faglig veileder som for det meste blir holdt inne på senteret. Vi tilbyr også parsamtaler eller familiesamtaler der det er et ønske. De kan også gjøres over telefon for de med særlig lang reisevei og i spesielle tilfeller kan de også holdes utenfor senteret i trygge og kjente omgivelser for brukeren.

Gruppetilbud: Traumebevisst yogagruppe og sanse-reguleringsgruppe. Traumesensitiv yogagruppe og avspenning – et samarbeid med Modaka Yogasenter

Fokus på kroppslige reaksjoner og fungering, er et viktig element i traumbearbeiding. Kroppens signaler og språk er vel så viktig som den kognitive tilnærmingen via samtaler og bruk av ord. Fokus på begge deler er en stor fordel, er vår erfaring. For mennesker som har opplevd seksuelle overgrep kan det være utfordrende å ha kontakt med egen kropp og akseptere kroppen sin, dermed er det en vanlig strategi å stenge helt eller delvis av for kroppslige reaksjoner. Traumesensitiv yoga er her et fint verktøy for å koble sammen kropp og sinn, og utforske reaksjoner og skape rom for endring og aksept og falle til ro i seg selv. Yogagruppen har rullet og gått som vanlig hver onsdag hele året og er veldig populær. Dette tilbudet har ikke vært nedstengt en eneste gang under hele pandemien, siden det også kan gjennomføres digitalt. Det er flere som benytter seg av yogatimen enten ved å møte opp fysisk, eller online hjemme i stuen sin. Brukerne har ingen kostnader knyttet til dette og vi samarbeider med en yogainstruktør, Anette Berger ved Modaka yogasenter.

Sanse og reguleringsgruppe:

Hensikten her er å la brukerne bli godt kjent med sansesystemet sitt og lære enkle verktøy for hvordan man kan «skru ned volum» på fryktresponsen og regulere nervesystemet sitt og ta i bruk enkle verktøy i hverdagen for å roe ned eller aktivere sitt eget system. Etter traumatiske erfaringer er det for mange veldig hjelpsomt å øve på og ha tilgang til enkle verktøy som de kan få bruk for i hverdagen sin i situasjoner hvor de lett kan bli trigget. Det er vår faglige veileder Sara Greger som er gruppeleder på dette tilbudet, sammen med en av de ansatte. I denne gruppen er ikke lagt opp til erfaringsdeling, men å lære seg om sitt eget sansesystem og hvordan man kan hjelpe seg selv i situasjoner som utfordrer. Etter 3 gruppesamlinger blir det mulighet for å avtale individuelle timer med Sara. Vi har fått veldig gode tilbakemeldinger på dette tilbudet og må ha ventelister. Vi kjører 4 runder.

Tilbud til pårørende - pårørendeprojektet:

Senteret har alltid hatt et tilbud til pårørende som selv ønsker det. I 2021 trappet vi imidlertid opp fokuset på støttespillerne og de nærstående rundt overgrepssutsatte og startet et eget pårørendeprojekt. Det har vært en suksess fra første dag. Vi ansatte en egen pårørende-ansvarlig, spesialpedagog Heidi Cicilie Rønning. Det gjennomgående er at oppfølgingstilbud til pårørende for overgrepssutsatte synes å være en mangelvare. Vår erfaring er at det å ha en pårørendeansvarlig ved senteret løfter kvaliteten på hele tilbudet.

Vi har fokus på å styrke pårønderollen ved å ta samtaler rundt bekymring, stress og alt som kan tappe den pårørende for krefter. Vi ser ofte at det at ved at de pårørende kan legge fra seg bekymringer og vansker hos oss, står de sterkere og bedre rustet i sin rolle som pårørende. Vi har nå egne brosjyrer til pårørende til voldtekts-utsatte gir ut boken «NÆR» en mestringsbok for pårørende som PIO (Pårørendesenteret i Oslo) har gitt ut. Vi tilbyr pårørende grunnleggende kunnskap om traumebevisst omsorg og psykoedukasjon om hva som skjer i hjernen og kroppen under traumatisk stress. Slik kan de i sin tur bedre forstå utbrudd, uforståelig adferd og triggere og få bedre evner å regulere seg selv i møte med sine nærmeste. Ikke minst jobber vi mye med at de pårørende skal våge å ta mer plass og kjenne på egne grenser og lære seg om selv-ivaretagelse. Vi etablerer også kontakt med andre instanser der dette er nødvendig. Barn som pårørende mellom 16-18 år kan fremdeles benytte tilbudet, men da i samarbeid med andre instanser, og helst de foresatte, om det lar seg gjøre. Vi følger årlig opp rett i underkant av 20 ulike nærstående – fordelt på samboere, ektefeller, søsken, partnere, foreldre/foresatte, eldre barn av utsatte, kjærester og venner. På grunn av pandemien besluttet vi å utvide prosjektperioden ut 2023.



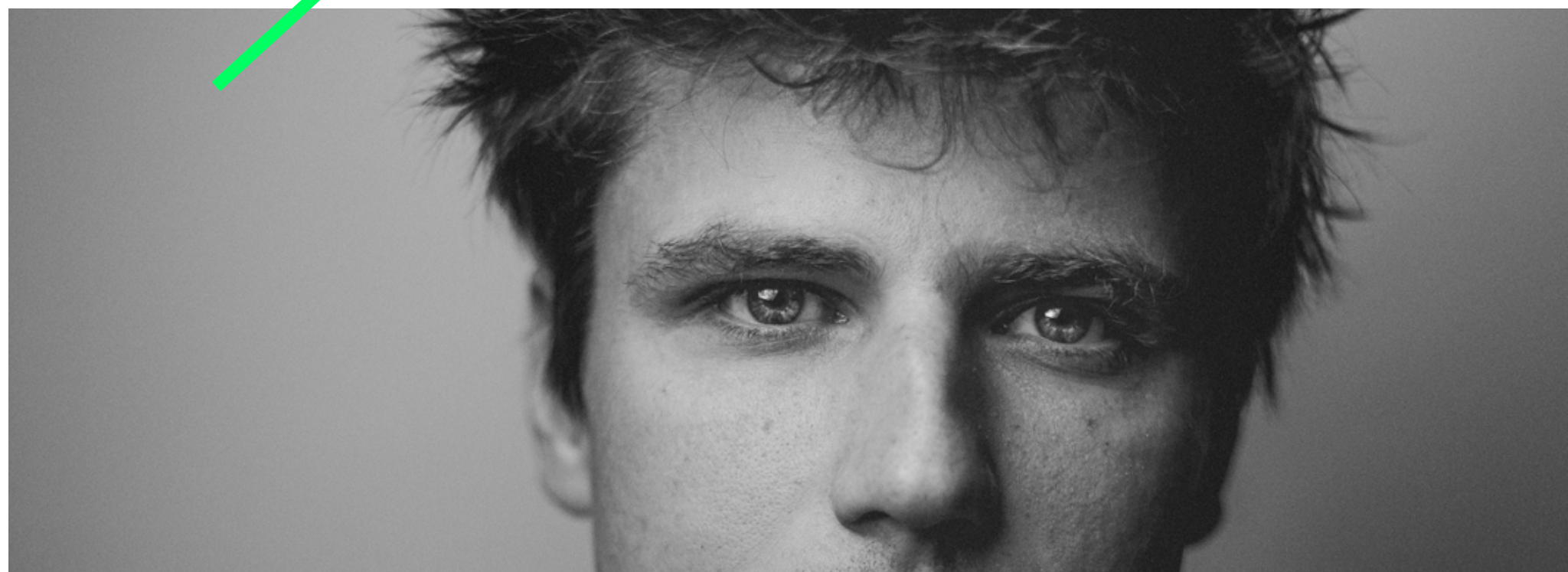
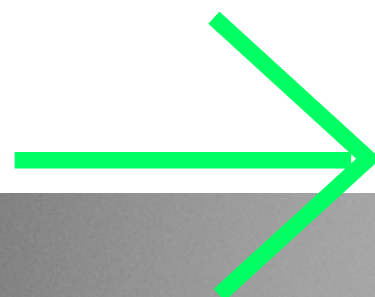
Tilbud til gutter og menn:

Nok Elverum har et eget tilbud til gutter og menn. I 2021 hadde vi en økning på over 60% av mannlige brukere, og i 2022 ser vi at vi ligger samme antallet som i fjor. I vårt opplysningsarbeid prøver vi å rette et særlig søkelys på overgrep mot gutter og menn og informere om at vi også har et tilbud til menn. Vi har vi utarbeidet en egen brosjyre som henvender seg til gutter og menn.

Vi bruker aktivt nettressurs og kunnskap fra MHHRI og RVTS om overgrep i krig og konflikt – som gjelder en god andel overgrepsutsatte menn. Dette er en gruppe som vi får noen henvendelser fra – Ikke direkte, men via hjelpeinstanser eller boliger for mindreårige flyktninger som ser at de strever enormt. Vi ønsker å sette oss mer inn i denne problematikken og synes at håndboken og materialet utviklet av MHRI og RVTS er til veldig god hjelp for å bedre kunne forstå kompleksiteten og virkeligheten disse sårbare menneskene har stått i, og fortsatt står i når de har kommet til Norge.

Tilbud til barn og unge under 18 år:

Nok. Elverum kan ta imot personer under 18 år, men må ha fylt 16. Personer som er over 16 kan bruke senteret alene, selv om vi helst foretrekker at det skjer i samarbeid med foresatte eller øvrig hjelpeapparat. Brukere under 18 år har ikke anledning til å benytte seg av senterets fellestilbud. Er man under 16 så kan vi i noen få tilfeller vurdere å gi et tilbud, men det er under forutsetning av at det skjer i et samarbeid med f.eks. BUP, barnevern, familieteam, helsesykepleier, foresatte eller andre i hjelpeapparatet som er koblet på. I disse sjeldne tilfellene vil vi uansett ha søkelys på å overføre saken raskt, og være behjelpelige med å sortere og få andre instanser til å komme på «rett spor» i oppfølgingen. Vi tilbyr å stille opp med veiledning / være fagressurs til instanser som blir koblet på. I de få tilfellene hvor bruker er under 16 år har vi skriftlige rutiner som sikrer rettigheter juridisk og egen barnefaglig ansatt. I og med vi ikke journalfører på lik linje som offentlige hjelpetjenester, blir



ikke hjelpen dokumentert og vi kan heller ikke utløse annen hjelp eller diagnostisere. En annen spørsmålstilling er i hvilken grad et barn under 16 år er i stand til å nyttiggjøre seg et Samtale/selvhjelpstilbud i saker som omfatter seksuelle overgrep. Dersom myndighetene åpner opp for og ønsker at Nok. senterne skal ta inn og gi barn under 18 år et direkte tilbud, etterlyser vi helt andre rammer, ressurser og retningslinjer for at det skal bli et godt nok og trygt nok tilbud. Når det er sagt, så ser vi et skrikende behov for og et hull i hjelpeapparatet for en tjeneste for psykosial oppfølging av barn/ unge under 18 år - og deres familier/foresatte i tiden under og etter at seksuelle overgrep er avdekket. Fokuset er mye på avhør og å reise tiltale eller ikke- Men når det er avgjort og saken er henlagt eller det er dom, er det svært få eller ingen tilbud i vårt område til denne målgruppen.

Tilbud til psykisk utviklingshemmede og funksjonshemmede:

Nok. Elverum har et tilbud til psykisk utviklingshemmede personer og mennesker med funksjonshemming- både synlig og usynlig funksjonshemming. I løpet av 2022 har vi hatt noen få brukere med både psykisk utviklingshemming og funksjonsnedsettelse av ulik art. Fra forskning og undersøkelser vet vi at mennesker med psykisk eller fysisk funksjonshemming og atferdsforstyrrelser er minst 2 til 3 ganger mer i risiko for å bli utsatt for seksuelle overgrep enn funksjonsfriske. Vi er glade for at denne gruppen av brukere også finner frem til vårt tilbud, dog vi gjerne skulle sett at det var flere. Vi er usikre på hvilken grad lokale hjelpetjenester og boliger er klar over at landets Nok. Sentere gir direkte tilbud til denne målgruppen. Vi opplever at oppfølgingen av denne gruppen stiller andre krav til oss ansatte og det stilles krav til den fysiske utforming av lokalene og økt plassbehov og ytterligere universell utforming. Vi har en vei å gå her, da våre lokaler er utformet som en leilighet og ligger i tredje etg, med heis riktignok. Å skulle gjøre våre lokaler universelt utformet på alle nivå ville blitt veldig kostnadskrevenende for vårt budsjett. Vi samarbeider med NAV rundt bruk av bildetolk eller tegnspråk-tolk der det er et behov.

Tilbud til brukere med minoritetsbakgrunn:

Vi har gjort oss noen erfaringer med å følge opp brukere med minoritetsbakgrunn og som har vært flyktninger og som bor i mottak, som antagelig skal returneres eller hvor fremtiden er svært uviss. Disse har vært utsatt for massive påkjenninger og traumer både før, under og etter flukt. Det er krevende arbeid på alle måter, ikke minst i forhold til disse menneskenes mangel på rettigheter og god helsehjelp. Vår erfaring er at dersom man bruker nok tid på å opprette en god relasjon og utnytter de mulighetene en god relasjon gir og får til godt samarbeid med en tolk, så bærer det som regel godt av sted, selv om det likevel kan by på utfordringer med tanke på språk og kultur. Vi lener oss ellers på innholdet i veilederen til Nok. Norge innen denne målgruppen i felles faglig plattform. I 2022 har vi videreført vårt fokus på å lære mer om gutter og menn utsatt for overgrep under flukt fra krig og konflikt, da vi får noen henvendelser fra hjelpeapparatet og læringssentre rundt akkurat dette. Brukere med minoritetsbakgrunn utgjør et fåtall av brukergruppen vår, og vi tenker at årsakene til det er svært sammensatte.

Samarbeid med andre instanser

Nok. Elverum er opptatt av at vi skal gi et kvalitativt godt tilbud til både utsatte og pårørende. Vi er videre også opptatt av at hjelpeapparatet i kommunene våre rundt oss og øvrige tjenester vi samarbeider med, skal oppleve senteret som en ressurs og en seriøs samarbeidsaktør. Tilbudene våre skal først og fremst være et supplement og et tillegg til øvrig hjelpeapparat. Det faglige tilbudet ved Nok. Elverum skal gi hjelp til selvhjelp som et alternativ til, eller et tillegg til, behandling i det offentlige hjelpeapparatet.

I løpet av de siste årene ser vi tydelig at det er flere i hjelpeapparatet som aktivt bruker oss og henviser til oss. Vi ser og at det er flere som tar kontakt etter å ha fått anbefalt senteret fra ulike hjelpeinstanser i sin kommune. Vi har i 2021 hatt ekstra mange samarbeidsmøter med alle relevante instanser for å spre informasjon om vårt nye pårørendeprojekt.

De aller fleste som er brukere av senteret har vært, er eller har kontakt med det offentlige hjelpeapparatet i en eller annen form. For at hver enkelt bruker skal få en så helhetlig og god oppfølging som mulig er det derfor viktig at vi samarbeider med de relevante instansene rundt den enkelte- selvsagt kun etter samtykke med den aktuelle brukeren.

Samarbeid med sykehuset innlandet om voldtekt-utsatte:

Vi har de siste årene utviklet et svært godt og formelt samarbeid med overgrepsmottaket på Elverum sykehus. Vi sitter i SO- ressursteamet som er en tverrfaglig ressursgruppe/team. Den består av to representanter fra politiet, Hamar krisesenter, Nok. Hamar, Støttesenter for kriminalitetsutsatte, gynekolog, og to ansatte på overgrepsmottaket. I løpet av 2022 har skjedd endringer i denne gruppe på grunn av at politidistriktet er veldig utvidet og favner hele Innlandet, derav er to voldtektsmottak på sykehus, Elverum og Lillehammer. Politidistriktet har tatt over ledelsen av tverrfaglig ressursteam og det blir spennende å se på den nye organiseringen av gruppe og det videre samarbeidet. Det kan være at det åpnes opp for å lage to lokale samarbeidsteam for å sikre godt samarbeid i det videre.

17 november arrangerte tverrfaglig ressursteam en større konferanse på Lillehammer kino. Fagdagen omhandlet hele tiltaks-kjeden som blir igangsatt etter at overgrepsmottak på sykehus får inn en voldtekt. Målet med dagen var at hver instans i tiltakskjeden ble kjent

med de andres roller. Dagen ga alle en innsikt i hva som skjer videre med den utsatte og med saken. Med en slik årlig felles fagdag kan alle ledd i kjeden bli enda bedre på å samarbeide – til det beste for den som er utsatt.

I 2022 fikk Nok. Elverum henvist 27 voldtektsmottak totalt fra sykehuset i Elverum. Antallet pleier å ligge et sted mellom 30-40 årlig, med unntak av pandemiåret 2020 hvor tallet var mye lavere. Det som tegner seg som et tydelig mønster på SO mottakene for 2022 er at de utsatte utelukkende er jenter, de er veldig unge, de fleste er godt under 21 år, og at tiltalte/mistenkt overgriper gjennomgående er bekjent av eller venn av den utsatte.

Fra 2022 har vi inngått i et samarbeid med NKVTS – (Nasjonalt kompetansesenter om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging) om å inngå i den nasjonale TRUST studien. Det blir spennende å se hva denne store studien vil gi av data om de utsattes opplevelse av den hjelpen de får etter å ha vært utsatt for en voldtekt.

Nok.

Elverum

Voldtatt eller lur
på om du har blitt
utsatt for voldtekt?

Pårørende til
voldtektsutsatt?



Samarbeid med distrikts psykiatrisk senter - elverum

Det er svært gledelig at vi i løpet av 2022 har startet opp en god dialog og undervisning/ infomøte med ansatte i spesialisthelsetjenesten rundt oss, både på ansatt og ledernivå. Vi har mange felles brukere og et tettere og mer forpliktende samarbeid har vi tro på at vil gagne brukerne/pasientene. Det er fra 2023 planlagt faste kvartalsvise samarbeidsmøter med DPS Elverum med oppstart i februar 2023. Vi ser frem til dette samarbeidet og har tro på at vi i fellesskap kan gi våre felles brukere enda bedre hjelp.

Flere vi har samarbeidet med gjennom 2020:

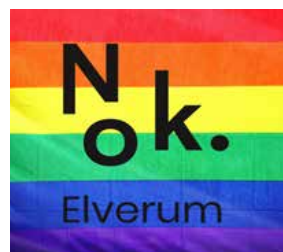
Psykisk helsetjeneste ute i bidragkommunene
 Nok. Hamar og Nok. Gjøvik
 Nok Norge
 Øvrige Noksentre i landet via ledernetverket
 RVTS Øst Regionalt ressurscenter om vold og traumatisk stress og selvmord
 Støttesenteret for kriminalitetsutsatte, Innlandet politidistrikt
 Modaka yogasenter
 Politidistrikt Innlandet
 Hamar interkommunale krisesenter
 Barneverntjenesten i Elverum Kommune
 Helsestasjoner i bidragkommunene
 Ulike fastlegekontorer i våre bidragkommuner
 Statens Barnehus Hamar
 BUP Elverum- Hamar
 DPS Elverum-Hamar
 FACT Team Hamar
 Innlandet Idrettskrets
 Høgskolen Innlandet rundt kurssamarbeid og undervisning
 Kompetansekyngen Helse INN
 Overgrepsmottaket på sykehus Innlandet, avd. Elverum
 SO ressurs team -Tverrfaglig ressursteam om voldtekt
 NAV Elverum
 SLT koordinator Våler/Solør distriktet
 SLT koordinator Elverum kommune
 NKVTS – i forbindelse med Trust studien
 Skoler og barnehager i våre bidragkommuner
 Amajo
 HelseINN
 Sanseprofilen v/ Charlotte Andersen og SPI Consult Dk.
 Konfliktrådet Innlandet
 Elverum sanitetsforening



Nok. Elverum og digitale og sosiale medier

Det er viktig at vårt tilbud til målgruppen og vårt nye navn blir godt kjent ute blant publikum og når ut til tjenestene og potensielt nye brukere og samarbeidsinstanser. Vi jobber derfor med å være synlige på nett og sosiale medier.

Den nye hjemmesiden vår har en moderne drakt og er lett å finne frem i, samt at den er viktig i markedsføringen av senteret for å spre kunnskap om seksuelle overgrep og våre nasjonale og lokale tilbud. Det kan være en alternativ måte for brukere å søke informasjon på en informativ, anonym og trygg måte. Vi ser også at vi i større grad når frem til de litt yngre brukerne med den nye profilen vår. Nok Elverum er på Facebook. Siden har nå om lag 900 følgere og siden oppdateres daglig med smått og stort. Her deler vi videre info om egne aktiviteter og kurs, fagartikler, nyhetsoppslag, kronikker og innlegg om ny og relevant forskning innenfor traumeforskning, overgrep og psykisk helse. Her kan vi også informere om endringer i tilbudet og dersom vi arrangerer ulike kurs eller arrangementer. Vi har også egen Instagram profil. I 2022 har Nok. Elverum deltatt på alle felleskampanjer på sosiale medier i regi av Nok. Norge. Temaene på kampanjene har bl.a vært å spre bevissthet og oppmerksomhet rundt seksuelle overgrep mot menn og spre Nok. sentrenes budskap om Nullvisjonen i #nullovergrep#. Vi har også vært med å distribuere brosjyren om seksuelle helse inn til våre bidragskommuners helsestasjoner. Målsetting digitalt har også vært å gjøre Nok. Senternes nye navn og profil kjent, samt markere Pride og at Nok. sentrene har et tilbud til alle kjønn og for å vise med all tydelighet at vi feirer mangfoldet. I løpet av året har senteret blitt skrevet om i lokale nyhetsmedier flere ganger og intervjuet i lokal radioen.



Forebyggende arbeid undervisning og øvrig kursvirksomhet

Det utadrettede og forebyggende undervisningsarbeidet utgjør en mindre del av driften ved Nok. Elverum, da det ikke skal gå på bekostning av direkte brukerrelatert arbeid- jf. retningslinjer for tilskudd Barne-ungdoms og familiedirektoratet. I og med vi har så stor pågang på henvendelser fra utsatte og pårørende som ønsker samtaleoppfølging, må vi velge vekk noe. I og med forebygging og undervisning ikke går inn under det som defineres som kjernevirksomhet må vi si nei til flere henvendelser om undervisningsoppdrag. Det er synd, men inntil vi får flere ressurser til å ansette flere, er det ikke noe vi får gjort med det.

Vi får likevel til ett og annet oppdrag innimellom og prioriterer da henvendelser fra våre bidragskommuner eller studieretninger på Høgskolenivå som skal ut å arbeide med barn og unge. Vi sier fortsatt ja til undervisningsoppdrag fra videreutdanning i psykososialt arbeid med barn og unge, en veldig god videreutdanning ved HINN som vi varmt anbefaler for å lære om traumebevisste tilnærminger til barn og unge. I slike anledninger får vi gitt ut nyttig informasjon om tematikken samtidig som vi får vist frem senteret og fortalt om vårt tilbud. Vi avholder også en god del samarbeids/informasjonsmøter med relevante aktører og utøver påvirkningsarbeid rettet inn mot publikum og lokale politikere. I mangel av at vi kan arrangere større kurs på grunn av pandemien har vi heller startet et kompetanseoverføringsprosjekt/pilotprosjekt til psykisk helsetjeneste i en av våre bidragskommuner, Åsnes, som vil bli omhandlet som et eget punkt under. Det er gledelig at vi i løpet av 2023 i samarbeid med RVTs Øst, skal arrangere kurs sammen.

«Åsnes- prosjektet». Et utviklingssamarbeid med Åsnes kommune samtalejeneste

Høsten 2021 startet vi miniprojekt sammen med Åsnes kommune, nærmere bestemt samtalejenesten. Sammen med Nok. Elverum har samtalejenesten utviklet en modell for kompetanseoverføring for ansatte i kommunen som følger opp personer med overgrepserfaringer og traumesymptomer. Det ble etter hvert i løpet også innlemmet faglig påfyll, praktiske øvelser og oppgaver rundt ivaretagelse av og istandsetting av hjelperne. Det har vært svært spennende å følge prosjektet og tilbakemeldingene fra de ansatte og lederne i samtalejenesten har vært overstrømmende. Det er to ansatte fra senteret som har gjennomført 7 samlinger/workshop a`3 timer med alle de ansatte i samtalejenesten.

«Åsnes – prosjektet» ble avsluttet høsten 2022, og må sies å ha vært en stor suksess og en vesentlig oppgradering av psykisk helsetjeneste i kommunen. Lederne av samtalejenesten presenterte sine erfaringer fra prosjektet på Nok. Elverums årlige dialogmøte med bidragskommunene 25.10 i kommunestyresalen i Elverum.

Undervisningoppdrag i 2022:

Innlegg/ undervisning om seksuelle overgrep på stormøte/workshop med Elverum kommune i forbindelse med nullvisjonsarbeidet i kommunen. Helsehuset 22 mars

Undervisning for hele personalgruppen på Elverum læringscenter 27.april

Undervisning for studenter psykososial videreutdanning for barn og unge ved Høgskolen Innlandet 13 april 2022.

Undervisning /veiledning av Konfliktrådets ungdomskoordinatorer.
To samlinger i 2022 med fortsettelse i 2023

Undervisning for fylkets meklere under meklersamling i Innlandet Konfliktråd
Gjøvik, 20 oktober.

Undervisning for Nord Odal kommunes ansatte i Psykisk helseteam, 14 mars

Undervisning for samtlige ansatte i NAV Elverum- 5 mai.

Bruker/temakveld 27. september «Jenta med den gule kjolen» Kvelden er basert på boken med samme navn og forfatteren er foredragsholder.

Undervisning og veiledning for personalet ved Furunabben barnehage i august.

Undervisning for HINNstudenter - videreutdanning i psykososialt arbeid med barn og unge 31.08

Undervisning for studenter på Høgskolen Innlandet , faglærer kroppsøving
– 2 samlinger

Undervisning/innlegg på HelseInn sin nettverkssamling for medlemmer i november.

Foredrag ved «fagdag om tiltakskjeden etter voldtekt» 17.11

Undervisning/innlegg i desember for Sør-Østerdal Interkommunale Politiske Råd
– (SØIPR) Det er et politisk samarbeidsorgan for Sør-Østerdalregionen

Undervisning om sansemotorisk regulering/traumesensitiv sansemodulasjon.
For personalgruppen ved Distriktpsikiatrisk senter Elverum, Sykehuset Innlandet desember

I tillegg til ekstern undervisning har vi også mindre undervisningsoppdrag for skolegrupper/ studenter/fagpersoner inne på senteret

Kurs og kompetanseheving for personalgruppen gjennom 2022

12/13.01.22: Traumebehandlingskurs v/ RVTS Øst
1 ansatt deltok. I regi av RVTS Øst.

10.02.22: Workshop med RVTS Øst – Faglig forankring av veivalg
Alle ansatte deltok sammen med Rona Andersgaard og Karin Holt fra RVTS Øst – digital samling

24.02.22 Hvordan kommer vi til null? # nullvisjon # nullovergrep.
Paneldebatt på Litteraturhuset i Oslo Alle ansatte deltok – noen digitalt, noen fysisk. I regi av Nok. Norge

29.03.22 «Håndtering av hverdagstress hos kvinner som har opplevd seksuelle overgrep».
Disputas HINN/ Oslo Met. Marianne Torp Stensvehagen Nok. Elverum har over flere år vært med på å gi informanter til denne doktorgradsavhandling som Marianne Torp Stensvehagen har stått for. Daglig leder og en ansatt var tilhører til prøveforelesning og disputas 29 mars.

30/31.08.22 Dissosiative traumetilstander og DID v/Ellen Jepsen Modum Bad
4 ansatte deltok. I regi av Modum bad

08/09.09.22 September konferansen – Traumer og skam.
Alle ansatte deltok. I regi av RVTS Vest

14.09.22: Hvordan forstå omfattende selvskading og kronisk selvmordsatferd
1 ansatt deltok- Webinar, I regi av ISOP seminarer

29.09.22 Workshop med DIXI Ressurssenter.
Fragile begrunnelser for /refleksjon over og utvikling av egen praksis. Alle ansatte deltok /digitalt.

01.10.22 Grunnkurs i bekymringsfull seksuell atferd hos barn og unge
I regi av RVTS Øst, digitalt. 1 ansatt deltok.

17/19.10.22 Sertifiseringskurs i sanseprofilering –Sanseprofilen.dk SPI Consult.
Alle ansatte deltok. Tre dagers samling med spesialergoterapeut Charlotte Andersen fra SPI Consult.

17.11. 22 Fagdag “Tiltakskjeden ved voldtekt”. Lillehammer kino
Tverrfaglig ressursgruppe knyttet til overgrepsmottak sykehuset Innlandet

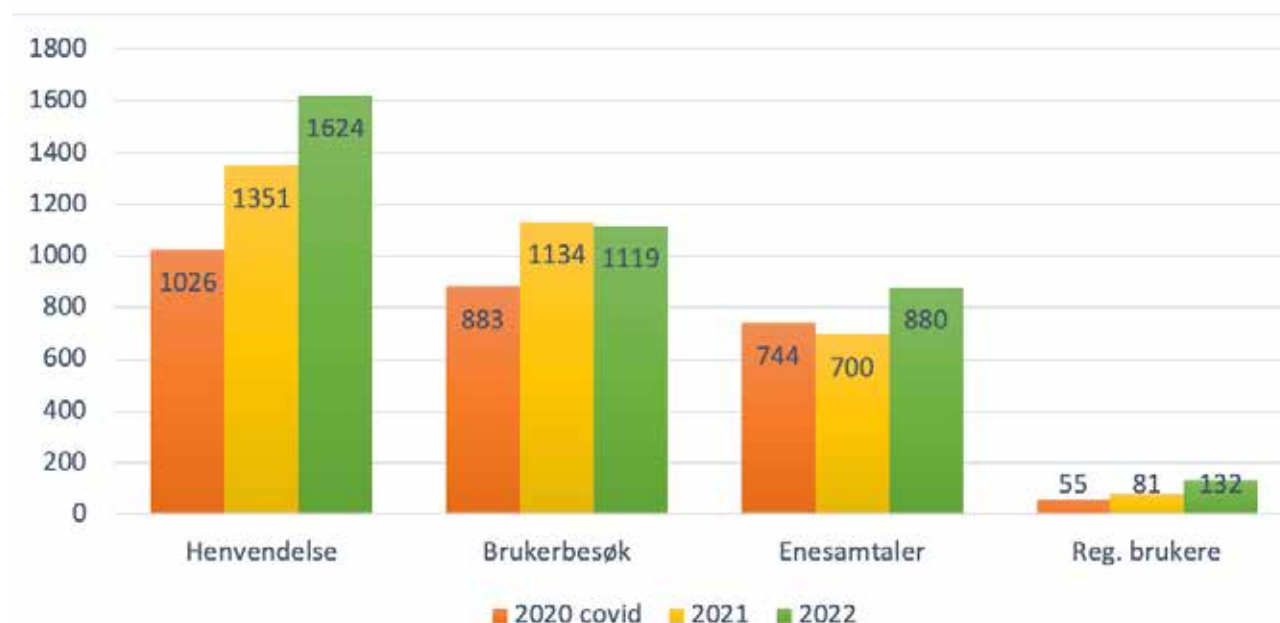
- 2/3.11. 22** **Konferanse på Farris bad for alle støttesentre innunder RVTS region øst og sør**
Alle ansatte deltok. Konferanse var i regi av RVTS Øst og Sør, en fysisk samling for alle sentre i Sør og Øst sin region.
- 19.12.22** **Workshop 2 med RVTS Øst – Faglig forankring av veivalg**
Alle ansatte deltok sammen med Rona Andersgaard og Karin Holt fra RVTS Øst.
Fysisk samling

I tillegg til overnevnte fagkurs har daglig leder også deltatt på en rekke HMS og lederutviklingskurs Våren 2022 ferdigstilte daglig leder sin lederutdanning ved Høgskolen Innlandet.



Nøkkeltall/ statistikk

Driftsåret 2022 har heldigvis ikke vært like mye preget av pandemien som de foregående år. Smittesituasjonen har «stabilt ustabil» men det kan virke som om vi som samfunn i større grad har lært oss å leve med dette og gjøre gode valg. Det gjelder både for våre brukere og de ansatte. I mars i 2020 mistet vi en del brukere på grunn av pandemien og de gjenværende trengte mye mer oppfølging enn tidligere. I 2021 hadde vi en økning på 47% i antall brukere og i driftsåret 2022 ser vi en økning på hele 62% fra fjoråret i antall brukere i oppfølging. Vi har også over 20% økning i totale henvendelser og den samme økning i antall samtaler.



Både i 2020, 2021 og 2022 har det vært stor usikkerhet knyttet til tilskudd fra Innlandet Fylkeskommune. Gjennom senterets snart tretti leveår har Fylkeskommunen vært en av få, men til gjengjeld stabile tilskudds givere. Etter sammenslåingen til nytt fylke har det vært krevende å komme i dialog om tilbudet vi gir, men vi fortsetter å invitere til samarbeid.

Regnskapsoppgjør for driftsåret 2022



Årsregnskap for 2022

NOK. ELVERUM. RESSURSSENTER MOT SEKSUELLE OVERGREP

2408 ELVERUM

Innhold:

- Resultatregnskap
- Balanse
- Noter
- Revisors beretning

Resultatregnskap for 2022			
NOK. ELVERUM. RESSURSSENTER MOT SEKSUELLE OVERGREP			
	Note	2022	
Tilskudd fra Stat, fylke og kommuner		3 875 402	
Egne inntekter og gaver		26 610	
Sum driftsinntekter	1	3 902 012	
Lønnskostnad	2	(2 961 239)	
Annen driftskostnad	2	(937 125)	(958 852)
Sum driftskostnader		(3 898 364)	(3 389 010)
Driftsresultat		3 648	180 635
Annen renteinntekt		40	6
Annen finansinntekt		1 865	1 528
Sum finansinntekter		1 905	1 534
Annen rentekostnad		(295)	(536)
Annen finanskostnad		(183)	0
Sum finanskostnader		(478)	(536)
Netto finans		1 427	999
Resultat før skattekostnad		5 075	181 634
Arsresultat		5 075	181 634
Overføringer			
Overfører 20% av årets resultat til fri egenkapital	3	1 015	36 327
Tilbakeføring av for mye utbetalt statsstilskudd		4 060	145 307
Sum		5 075	181 634

Balanse pr. 31. desember 2022 NOK. ELVERUM. RESSURSSENTER MOT SEKSUELLE OVERGREP

	Note	2022	
EIENDELER			
Omløpsmidler			
Fordringer			
Andre fordringer		58 901	
Sum fordringer		58 901	
Bankinnskudd, kontanter og lignende	4	675 938	752 409
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		675 938	752 409
Sum omløpsmidler		734 839	775 709
Sum eiendeler		734 839	775 709
EGENKAPITAL OG GJELD			
Egenkapital			
Opptjent egenkapital			
Annen egenkapital		158 648	157 633
Sum opptjent egenkapital		158 648	157 633
Sum egenkapital	3	158 648	157 633
Gjeld			
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		44 251	15 794
Skyldige offentlige avgifter	4	205 845	197 006
Annen kortsiktig gjeld		326 095	405 276
Sum kortsiktig gjeld		576 191	618 076
Sum gjeld		576 191	618 076
Sum egenkapital og gjeld		734 839	775 709

17. januar 2023

John Erik Larsen Styrets leder	Unni Hågensen Nestleder	Tove Jansrud Styremedlem
Gry Lene Nesje Eriksfaldet Styremedlem	Ola Løland Styremedlem	Jan Bjerkun Styremedlem
	Heidi Dalby Moe Daglig leder	

BankID Signing
Gry Lene N. Eriksfaldet
2023-01-17
BankID Signing
Jan Bjerkun
2023-01-17
BankID Signing
Heidi Dalby
2023-01-17
BankID Signing
Ola Løland
2023-01-18
BankID Signing
Unni Hågensen
2023-01-18
BankID Signing
Tove Jansrud
2023-01-19
BankID Signing
Unni Hågensen
2023-01-26

Noter 2022 NOK. ELVERUM. RESSURSSENTER MOT SEKSUELLE OVERGREP

Regnskapsprinsipper

I årsregnskapet er alle poster verdsatt og periodisert i overensstemmelse med regnskapslovens bestemmelser og reglene som følger av god regnskapsskikk.

Note 1 - Inntekter

Inntekter består av:	2022	2021	2020	2019
Elverum kommune	253.760	243.000	212.440	165.000
Andre kommuner	324.190	326.180	328.200	227.000
Hedmark fylkeskommune	70.000	80.000	120.000	100.000
Helse Sør-Øst	120.000	115.000	110.000	105.000
Staten	3.074.452	2.798.668	2.710.288	2.384.000
Sum offentlige tilskudd	3.842.402	3.562.848	3.480.928	2.981.000
Gaver fra private, foreninger m.v.	33.890	1.010	1.000	67.370
Egenprodusert inntekt	25.712	5.787	13.900	41.183
Total inntekt	3.902.004	3.569.645	3.495.828	3.089.553

Note 2 - Lønnskostnad

Lønnskostnaden består av:	2022	2021	2020	2019
Lønnskostnad	2.529.938	2.066.842	2.348.670	2.317.942
Styrehonorar	20.500	27.500	21.500	12.000
Folketrygdavgift	318.746	286.597	298.522	289.858
Obligatorisk tjenestepensjon	207.980	148.175	130.094	121.617
Andre ytelser	81.892	68.625	58.767	40.706
Lønnsrefusjoner inkl arbeidsgiveravgift	-197.817	-167.581	-297.163	-375.854
Total	2.961.239	2.430.158	2.560.390	2.406.269

Kostnadsført godtgjørelse til/tilsvarte:	2022	2021	2020	2019
Daglig leder	730.422	657.695	640.630	635.006
Styrel	20.500	27.500	21.500	12.000
Revisor	23.750	18.750	24.375	18.125

Note 3 - Egenkapital

Bevegelsene på egenkapitalkontiene har i 2022 vært:

	Fri egenkapital	Gavefond	Sum egenkapital
Egenkapital 1.1	51.749	105.884	157.633
Årets resultat	1.015	0	1.015
Egenkapital 31.12	52.764	105.884	158.648

Note 4 - Bankinnskudd

Av beløpet utgjør kr. 100.801,- i skyldig skattekjøp.

BankID Signing
Gry Lene N. Eriksfaldet
2023-01-17
BankID Signing
Jan Bjerkun
2023-01-17
BankID Signing
Heidi Dalby
2023-01-17
BankID Signing
Ola Løland
2023-01-18
BankID Signing
Unni Hågensen
2023-01-18
BankID Signing
Tove Jansrud
2023-01-19
BankID Signing
Unni Hågensen
2023-01-26

Styrets økonomiske årsberetning



Ingen skal bli utsatt for seksuelle overgrep

 BankID Signing
Heidi Dalby
2023-02-03
 BankID Signing
Gry Lane N Enkeltfaldet
2023-02-03
 BankID Signing
Jan Bjerkum
2023-02-04
 BankID Signing
Unni Hågenesen
2023-02-06
 BankID Signing
Tove Jærnefjell
2023-02-08

**STYRETS ØKONOMISKE ÅRSBERETNING FOR NOK. ELVERUM -RESSURSENTERET
SEKSUELLE OVERGREP FOR DRIFTSÅRET 2022 -**

Virksomhetens art og hvor den drives

Nok. Elverum Ressurssenter har som mål å tilby hjelp til selvhjelp for kvinner og menn over 16 år som har opplevd seksuelle overgrep og deres pårørende. Senteret er et hjelpetilbud uten krav om henvisning- med spisskompetanse på traumatisk stress og konsekvenser etter seksuelle overgrep. Målsettingen er å gi råd, veiledning og støtte, tilpasset den enkelte brukers behov. Senteret er tuftet på empowerment, traumeforståelse og en hjelp-til-selvhjelps -ideologi. Senteret jobber også noe forebyggende og er en fagressurs for hjelpere og gir informasjon til skoler, barnehager, organisasjoner og øvrig hjelpeapparat. Senteret arrangerer også kurs og seminarer om overgrepstematikk. Senteret er lokalisert sentralt i Elverum og er medlem av Nok. Norge, kompetansekyngen HelseINN og Nasjonalforeningen for Folkehelsen.

Fortsatt drift

Forutsetningene for fortsatt drift er til stede og årsregnskapet er satt opp under denne forutsetningen. Videre drift er avhengig av kommunenes og fylkeskommunens driftstilskudd som igjen utløser det statlige driftstilskuddet. Senterets totale budsjett bør være minimum og helst av større omfang enn tidligere for å kunne drive senteret forsvarlig i forhold til mål, kvalitet og formål. Etterspørselen etter senterets tjenester er stadig økende og i dette driftsåret er økningen i antall brukere av senteret på over 60% sammenligner med fjoråret.

Årsregnskapet

Årsregnskapet viser et positivt resultat på kr 5075.
Årsregnskapet gir et rettviseende bilde av senterets inntjening, likviditet og finansielle stilling.

Arbeidsmiljø og sykefravær

Ansatte ved senteret har ikke vært utsatt for ulykker eller skader i forbindelse med utførelse av arbeidet. Senteret har fortsatt med sitt søkelys på psykososialt arbeidsmiljø. De har mottatt ekstern veiledning fra FALCK HMS som forebyggende tiltak også i år. Samlet legemeldt sykefravær hos ansatte har vært lavt, med unntak av en ansatt som har vært langtidssykemeldt med årsak i egen helsesituasjon.

Likestilling

Senteret har i løpet av 2022 hatt 5 kvinner ansatt. Senterets styre har bestått av 3 kvinner og 3 menn. Senteret har en policy om ikke å diskriminere kjønn og ansatte oppfordres til å skaffe seg kunnskap omkring dette. Det er etter hvert blitt et større mangfold av identitet og kjønnskategorier som hører inn under gruppen av dem som bryter med normer for kjønn og identitet. Dette må vi alle kunne mer om, slik at alle kjønn kan føle seg inkludert.

www.nokelverum.no

post@nokelverum.no – Storgata 10 2408 Elverum - tlf 97 15 98 10 - org nr: 976611683



Ingen skal bli utsatt for seksuelle overgrep

 BankID Signing
Heidi Dalby
2023-02-03
 BankID Signing
Gry Lane N Enkeltfaldet
2023-02-03
 BankID Signing
Jan Bjerkum
2023-02-04
 BankID Signing
Unni Hågenesen
2023-02-06
 BankID Signing
Tove Jærnefjell
2023-02-08

**STYRETS ØKONOMISKE ÅRSBERETNING FOR NOK. ELVERUM -RESSURSENTERET
SEKSUELLE OVERGREP FOR DRIFTSÅRET 2022 -**

Virksomhetens art og hvor den drives

Nok. Elverum Ressurssenter har som mål å tilby hjelp til selvhjelp for kvinner og menn over 16 år som har opplevd seksuelle overgrep og deres pårørende. Senteret er et hjelpetilbud uten krav om henvisning- med spisskompetanse på traumatisk stress og konsekvenser etter seksuelle overgrep. Målsettingen er å gi råd, veiledning og støtte, tilpasset den enkelte brukers behov. Senteret er tuftet på empowerment, traumeforståelse og en hjelp-til-selvhjelps -ideologi. Senteret jobber også noe forebyggende og er en fagressurs for hjelpere og gir informasjon til skoler, barnehager, organisasjoner og øvrig hjelpeapparat. Senteret arrangerer også kurs og seminarer om overgrepstematikk. Senteret er lokalisert sentralt i Elverum og er medlem av Nok. Norge, kompetansekyngen HelseINN og Nasjonalforeningen for Folkehelsen.

Fortsatt drift

Forutsetningene for fortsatt drift er til stede og årsregnskapet er satt opp under denne forutsetningen. Videre drift er avhengig av kommunenes og fylkeskommunens driftstilskudd som igjen utløser det statlige driftstilskuddet. Senterets totale budsjett bør være minimum og helst av større omfang enn tidligere for å kunne drive senteret forsvarlig i forhold til mål, kvalitet og formål. Etterspørselen etter senterets tjenester er stadig økende og i dette driftsåret er økningen i antall brukere av senteret på over 60% sammenligner med fjoråret.

Årsregnskapet

Årsregnskapet viser et positivt resultat på kr 5075.
Årsregnskapet gir et rettviseende bilde av senterets inntjening, likviditet og finansielle stilling.

Arbeidsmiljø og sykefravær

Ansatte ved senteret har ikke vært utsatt for ulykker eller skader i forbindelse med utførelse av arbeidet. Senteret har fortsatt med sitt søkelys på psykososialt arbeidsmiljø. De har mottatt ekstern veiledning fra FALCK HMS som forebyggende tiltak også i år. Samlet legemeldt sykefravær hos ansatte har vært lavt, med unntak av en ansatt som har vært langtidssykemeldt med årsak i egen helsesituasjon.

Likestilling

Senteret har i løpet av 2022 hatt 5 kvinner ansatt. Senterets styre har bestått av 3 kvinner og 3 menn. Senteret har en policy om ikke å diskriminere kjønn og ansatte oppfordres til å skaffe seg kunnskap omkring dette. Det er etter hvert blitt et større mangfold av identitet og kjønnskategorier som hører inn under gruppen av dem som bryter med normer for kjønn og identitet. Dette må vi alle kunne mer om, slik at alle kjønn kan føle seg inkludert.

www.nokelverum.no

post@nokelverum.no – Storgata 10 2408 Elverum - tlf 97 15 98 10 - org nr: 976611683

Rapport fra ekstern revisor



REVISJON & RÅDGIVNING

Til årsmøtet i Nok. Elverum. Ressurssenter Mot Seksuelle Overgrep

UAVHENGIG REVISORS BERETNING

Konklusjon

Vi har revidert årsregnskapet for Nok. Elverum. Ressurssenter Mot Seksuelle Overgrep som viser et positivt resultat på kr 5 075. Årsregnskapet består av balanse per 31. desember 2022, årsregnskap for regnskapsåret avsluttet per denne datoen og noter til årsregnskapet, herunder et sammendrag av viktige regnskapsprinsipper.

Etter vår mening

- oppfyller årsregnskapet gjeldende lovkrav, og
- gir årsregnskapet et rettviseende bilde av organisasjonens finansielle stilling per 31. desember 2022 og av dens resultater for regnskapsåret avsluttet per denne datoen i samsvar med regnskapslovens regler og god regnskapsskikk i Norge.

Grunnlag for konklusjonen

Vi har gjennomført revisjonen i samsvar med International Standards on Auditing (ISA-ene). Våre oppgaver og plikter i henhold til disse standardene er beskrevet nedenfor under Revisors oppgaver og plikter ved revisjonen av årsregnskapet. Vi er uavhengige av organisasjonen slik det kreves i lov, forskrift og International Code of Ethics for Professional Accountants (inkludert internasjonale uavhengighetsstandarder) utstedt av International Ethics Standards Board for Accountants (IESBA-reglene), og vi har overholdt våre øvrige etiske forpliktelser i samsvar med disse kravene. Innhentet revisjonsbevis er etter vår vurdering tilstrekkelig og hensiktsmessig som grunnlag for vår konklusjon.

Øvrig informasjon

Styret og daglig leder (ledelsen) er ansvarlig for øvrig informasjon som er publisert sammen med årsregnskapet. Øvrig informasjon omfatter styrets økonomiske årsberetning. Vår konklusjon om årsregnskapet ovenfor dekker ikke øvrig informasjon.

I forbindelse med revisjonen av årsregnskapet er det vår oppgave å lese annen informasjon. Formålet er å vurdere hvorvidt det foreligger vesentlig inkonsistens mellom annen informasjon og årsregnskapet og den kunnskap vi har opparbeidet oss under revisjonen av årsregnskapet, eller hvorvidt informasjon i annen informasjon ellers fremstår som vesentlig feil. Vi har plikt til å rapportere dersom annen informasjon fremstår som vesentlig feil. Vi har ingenting å rapportere i så henseende.

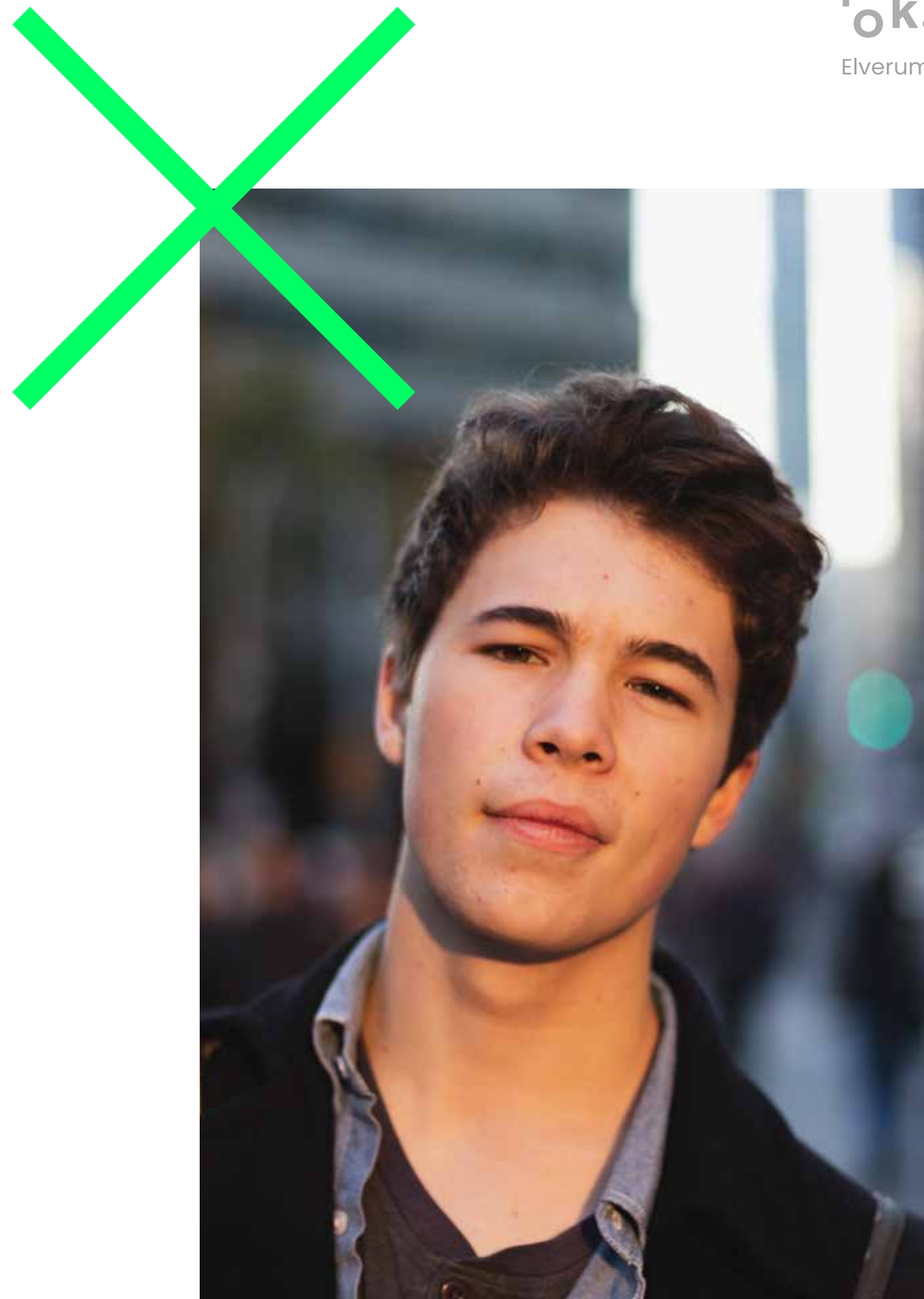
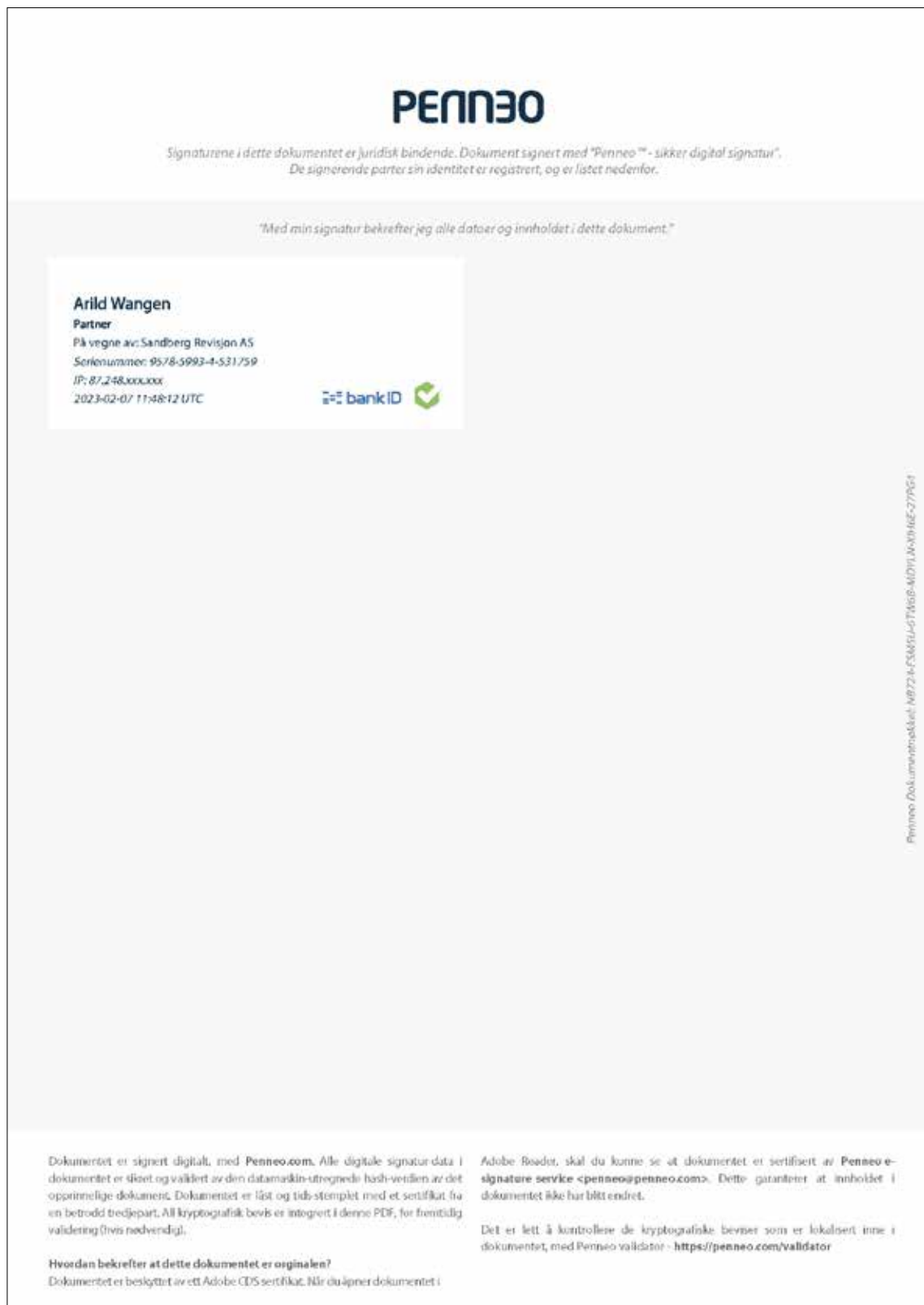
Sandberg Revisjon AS | Adresse: Vangsvengen 73, Pb 4173, 2307 Hamar | Tlf: 62 55 52 00

Bank: 1800.05.14914 | Foretaksnr.: NO 951 697 826 MVA | Medlem av DnR | www.sandberg-revisjon.no



Periøde Dokumentnr.: NB724-FSM5U-6TW6B-MDYLN-XIH6E-27FG4

Periøde Dokumentnr.: NB724-FSM5U-6TW6B-MDYLN-XIH6E-27FG4



Informasjon kontaktpersoner:



Heidi Dalby Moe
Daglig leder
Tlf. 41269036
heidi@nokelverum.no



Erik Larsen
Styreleder i Nok.Elverum
Tlf. 99539111
johne-la@online.com

Kontaktinformasjon:

Nok. Elverum - Ressurssenter mot seksuelle overgrep
Storgata 10. 2408 Elverum
Tlf. 97159810
E-post: post@nokelverum.no
VIPPS nummer: 503968
Organisasjonsnummer: 976611683

Serviceerklæring

SERVICE ERKLÆRING - Nok. Elverum 2022-2023

Nok. Elverum er et ressursenter mot seksuelle overgrep. Vi er et hjelpetilbud uten krav om henvisning og innehar spisskompetanse innen fagområdet seksuelle overgrep, incest, seksuelle krenkelser og traumereaksjoner. Vi utreder og behandler ikke, men kartlegger i noe grad og utgjør slik et viktig supplement til øvrig hjelpeapparat og vi samarbeider tett med disse.

TILBUD OG MÅLGRUPPE:

Senteret gir et direkte tilbud til personer av alle kjønn over 16 år som er eller har vært utsatt for seksuelle overgrep, herunder også voldtekt og/eller incest og andre seksuelle krenkelser, enten fysisk eller digitalt. Vi har et eget tilbud til de som står nær en overgrepsoffer og er pårørende/nærstående. Den utsatte trenger ikke å benytte senteret for å utløse pårørendetilbudet. Alle brukertilbud er gratis, og det trengs ingen henvisning, det vil si at man kan ta direkte kontakt selv. Vi tilbyr en faseorientert tilnærming med kartleggende samtaler med fokus på å forstå seg selv og sine reaksjoner. Vi jobber her med stabilisering, støtte og forståelse, veiledning og grunnleggende psykoedukasjon rundt traumatisk stress. Videre vil samtalene kunne få et mer endringsorientert preg, med et mål om å bedre den enkeltes livskvalitet og mobilisere egne ressurser. Traumatisk stress setter seg ofte i kroppen, så vår erfaring er at man må ta i bruk mer enn bare samtaler når man vil jobbe med overgrepserfaringer og et forhøyet stressnivå over tid. I denne fasen vil vi derfor også tilby psykoedukasjon om og verktøy for å kunne hjelpe seg selv ved å regulere eget sanse og nervesystem via det vi kaller for traumesensitiv sansemodulasjon (TSM).

Nok. Elverum tilbyr også ulike gruppetilbud og sosiale aktiviteter som felles lunsj den siste onsdagen i måneden. Vi har ukentlig tilbud om traumesensitiv yoga hvor man kan delta enten fysisk eller online hjemmefra. Vi holder også sanse/reguleringsgruppene; «fra sans til samling» gjennom hele året. Samlingene skjer samlet med max 5 deltagere og avløses av tid med mulighet for individuell veiledning.

Dersom det i forløpet kartlegges behov for videre utredning og behandling hjelper vi til med det og er brobyggere inn til andre tjenester. Likeså gjelder dette i kontakt med ulike samarbeidende instanser, for eksempel fastlege, psykisk helsetjeneste, DPS, NAV, Politi, rettsvesen og tannhelsetjeneste. Vi kan delta i ansvarsgrupper ved behov, og vi gir også mulighet for par- og familiesamtaler. Senteret er LHBTQ-vennlig og tilgjengelig for psykisk utviklingshemmede og brukere med nedsatt fysisk funksjonsevne. Vi bestiller tolk ved behov der brukeren ikke behersker norsk, engelsk eller bruker tegnspråk. Nok. Elverum tilbyr også forebyggende arbeid med veiledning og kompetanseheving av blant annet personell i psykisk helsetjeneste, skoler / barnehager, PPT og helsesykepleiere m.m. Senteret fungerer som en fagressurs med veiledning og kompetanseheving i ulike helseinstanser og kan ved behov brukes som debriefing- tjeneste for fagpersoner fra våre bidragskommuner. Vi bidrar med forebyggende undervisning i utdanningsinstitusjoner, og er ofte gjesteforelesere ved ulike studieretninger på Høgskolen Innlandet som skal utdanne personell i tjenester hvor de kan avdekke seksuelle overgrep mot barn og unge.

www.nokelverum.no

post@nokelverum.no - Storgata 10 2408 Elverum - tlf 97 15 98 10 - org nr: 976611683

Tilbudet ved senteret formes ut fra brukernes behov og bærer preg av individuell tilpasning og skreddersøm. Vi tror på at brukeren selv innehar de ressursene som trengs for å håndtere sine egne utfordringer og dermed selv er i stand til å definere sine egne behov. Vår jobb er å lete frem og styrke de ressursene som allerede finnes der, hos hver enkelt.

FAGLIG FORANKRING OG ORGANISERING:

Nok. Elverum Ressurssenter er en del av kompetansekyngen HelseInn og medlem av Nok. Norge og Nasjonalforeningen. Styret er senterets øverste organ med arbeidsgiveransvar for daglig leder. Virksomheten og senterets tilbud styres av Nok. senterets felles faglige plattform som alle medlemssentre har vedtatt som sitt faglige og etiske styringsverktøy. Les den her: <https://fms.no/faglig-plattform/>. Vi støtter vår virksomhet på etiske retningslinjer, Nok. Norges faglige plattform, Bufdirs rundskriv, eget verdigrunnlag samt gjeldende lovverk. Andre samarbeidspartnere er Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet, Innlandet Fylkeskommune, Helse Sør- Øst, og RVTS Øst. Vi har taushetsplikt, men er underlagt Barnevernloven § 6-4 som omhandler opplysningsplikt. Vi forholder oss ellers til Helsepersonelloven og Forvaltningsloven. Daglig leder har ansvar for undervisning, fagutvikling samt daglig drift som baserer seg på tilskudd fra 8 bidragskommuner, Fylkeskommune og Helse Sør- Øst. Dette utløser statstilskudd fra Buf.dir. Våre bidragskommuner er Elverum, Våler, Åmot, Engerdal, Trysil, Åsnes, Grue og Nord Odal.

Nok. Elverum har et formelt samarbeid med voldtektsmottaket i Sykehuset Innlandet om den psykososiale oppfølgingen etter voldtekt. Vi har et dynamisk læringsmiljø og evaluerer vår arbeidspraksis jevnlig og får gruppeveiledning av veileder via Falck BHT og saksveiledning av psykologspesialist hver 6.uke. Vi har også tilgang til råd og veiledning via vårt samarbeid med RVTS Øst. De ansatte har minimum treårig relevant høyskole/universitetsutdanning, samt en personlig egnethet som matcher senterets profil og filosofi. Vi er opptatt av tverrfaglighet og de ansatte har høy kompetanse innen sosialt arbeid, vernepleie, kriminologi, pedagogikk og traumerelaterte intervensjoner og forståelsesrammer. Foruten ulike videreutdanninger innen traumeforståelse har senterets ansatte også videreutdanninger og omfattende kursing innen psykisk helsearbeid, motiverende intervju, spesialpedagogikk, sexologi, traumerelatert dissosiasjon, sanseprosessesering og sanseprofilering. Ansatte kurses jevnlig i traumeforståelse og traumereaksjoner, SSA (seksuell skadelig atferd), og oppdaterte intervensjoner som anbefales i traumefeltet. KOR/FIT brukes som tilbakemeldingsverktøy i samtaler. De ansatte har alle VIVAT kurs i selvmordsforebyggende arbeid.

"Ingen skal oppleve seksuelle overgrep.

**Likevel skjer det. Derfor er vi her.
Sammen finner vi veien videre."**

www.nokelverum.no

post@nokelverum.no - Storgata 10 2408 Elverum - tlf 97 15 98 10 - org nr: 976611683

**N
o k.**

Elverum