

Plan for Lærings- og mestringssenteret i Bergen (LMS) 2025-2030

“Sammen om å fremme helsekompetanse og livskvalitet”

Ifølge Lov om spesialisthelsetjenester har sykehusene som en av fire hovedoppgaver, ansvar for opplæring av pasienter og pårørende (Spesialisthelsetjenesteloven, 1999, § 3-8).

Forskning viser at lærings- og mestringstilbud er effektivt for å kutte kostnader i helsetjenesten gjennom færre og kortere sykehusinnleggelser og færre konsultasjoner i poliklinikk og hos fastlege (Stenberg et al. 2018). Lærings- og mestringssentrene er etablert som et ledd i å skape en bærekraftig helsetjeneste for å bidra til at brukere, pasienter og pårørende skal få tilgang til lærings- og mestringstilbud som gjør dem i stand til å øke sin helsekompetanse¹ og livskvalitet ved å være en aktiv deltaker i egen helse (Nasjonal helse og sykehusplan 2020-2023, Nasjonal helse og samhandlingsplan 2024 – 2027).

LMS i Bergen ble etablert i 2004 og er et samarbeid mellom Helse Bergen (HBE) (85%) og Haraldsplass Diakonale Sykehus (HDS) (15%) (Halstensen m.fl./Helse Bergen HF. 2004). LMS skal overordnet i samarbeid med avdelingene, divisjonene og klinikkene ved HBE og HDS ha en koordinerende funksjon (en paraplyfunksjon) i å skape et likeverdig, tilgjengelig og tverrfaglig lærings og mestringstilbud ved spesialisthelsetjenesten i Bergen. Tilbudet skal styrke egenomsorg og forebygge komplikasjoner (Styringsdokument 2024, Helse Bergen HF).

Utfordringsbildet for LMS i dag er et stadig økende behov for pasient- og pårørendeopplæring samtidig som tilgang på fagpersoner som kursholdere er krevende. Riksrevisjonens rapport “Rehabilitering i helse- og omsorgstjenestene” slår fast at det har vært lite utvikling i tilbudet siden 2012 (Riksrevisjonen, 2024). Det er fremover behov for å sette tilbudet ytterligere i system for imøtekomme fremtidig behov for lærings- og mestringsaktivitet. Dette fører oss til tre overordnede strategiske mål.

Strategiske mål for LMS i Bergen.

1. LMS skal være pådriver for å **etablere, utvikle og forbedre** gruppeopplæring av pasienter og pårørende, bidra til at fagkunnskap og brukererfaring er likestilt og at opplæring og mestring er en integrert del av pasientforløpene (Styringsdokument 2024, Helse Bergen HF. Utviklingsplan 2022-2035, Haraldsplass Diakonale sykehus, Utviklingsplan 2022-2035, Delplan kompetanse Helse Bergen, Haukeland Universitetssjukehus). Ved ledig kapasitet i senteret skal hovedfokus være på større grupper av pasienter med kroniske lidelser og deres pårørende med hovedvekt på pasientgruppene:
 - Eldre med skrøpelighet
 - Barn og unge
 - Personer med psykiske lidelser og rusproblematikk
 - Personer med flere kroniske tilstander(Nasjonal helse og samhandlingsplan 2024-2027)
2. LMS skal være et **kompetansesenter** for helsepersonell, brukermedvirkere og studenter i helsepedagogikk for å øke den pedagogiske veiledningskompetansen blant klinikere og bidra til at kompetansen er kunnskapsbasert (Halstensen m.fl./HBE. 2004). LMS skal også fungere

¹ Helsekompetanse:” dreier seg om grunnleggende ferdigheter, kunnskap og motivasjon som gjør individet i stand til å finne, forstå, vurdere og anvende helseinformasjon med den hensikt å kunne ta helserelaterte beslutninger i hverdagen. (Nasjonal kompetansetjeneste for læring og mestring innen helse, 2022)

som et møtested og informasjonssenter for pasienter og pårørende for å utnytte verdien av møte med likemenn i en sykdomssituasjon (Nasjonal helse og samhandlingsplan 2024-2027)

3. LMS skal **samhandle** med kommunene i Bergensområdet for å skape et felles kurstilbud mellom de ulike nivåene i helse- og omsorgstjenesten (Nasjonal helse og samhandlingsplan 2024-2027). Videre skal LMS samhandle regionalt og nasjonalt.



Hvordan nå de overordnede strategiske målene?

1. Etablere, utvikle og forbedre gruppeopplæring av pasienter og pårørende

I 2026 har LMS

- Gjennom kontinuerlig kartlegging oversikt over lærings- og mestringstilbudet i Specialisthelsetjenesten i Bergensområdet.
- Gjennom tett samarbeid med sykehusene, faggruppene i Helsefelleskapene og deltakelse i aktuelle prosjekter oversikt over pasientforløp for de overnevnte pasientgruppene og bidratt til at lærings- og mestringkurs er en integrert del av forløpene.
- Et likeverdig og tverrfaglig opplæringstilbud for pasienter i de overnevnte pasientgruppene og tilbudene gis etter en tydelig prioriteringsrekkefølge når det blir ledig kapasitet i senteret. Allerede etablerte kurs i senteret har første prioritet.
- Kursholdere får tilbud om årlige evalueringsmøter (digitalt eller fysisk) hvor det aktivt anvendes forbedringsmetodikk for å etablere, utvikle og forbedre opplæringstilbud.
- Digitalisering av kurs er førstevalg i tilfeller hvor det gir like gode resultater som fysiske kurs.
- Fysisk aktivitet er inkludert i kurs hvor det er hensiktsmessig.
- Økt antall kurs og deltakere sammenlignet med 2024.

2. Kompetansesenter for helsepedagogikk

I 2026 har LMS

- Kurs i helsepedagogikk som er basert på forskning og tilpasset drift i sykehusene.
- Nettverk for brukermedvirkere og kursholdere hvor det arrangeres årlige fagsamlinger.
- Utviklet kompetanseplan for kursholdere.
- En synlig og tydelig funksjon ved lærings- og mestringstilbudet ved sykehusene og i kommunene i Bergensområdet.
- Opplæringstilbud i digitale verktøy for pasienter og pårørende.

3. Samhandle

I 2026 har LMS

- Gjennom kontinuerlig kartlegging oversikt over det kommunale lærings- og mestringstilbudet i Bergensområdet.
- Gjennom faste møtepunkt tett dialog med aktuelle brukerorganisasjoner for å tilstrebe samkjørt kurskatalog mellom sykehus og brukerorganisasjoner for å unngå dupliserende kurstilbud.
- Nettverkssamlinger med kommunene i Bergensområdet som fører til en rød tråd av kurstilbud på tvers av nivå.
- Nettverk med samkjørte og tydelige mål for læring og mestring i Helse Vest hvor LMSene i regionen er en ressurs for hverandre spesielt når det gjelder digitalisering av kurs.
- Opprettet samarbeid for helsepedagogikk med høyskoler og universitet i Bergensområdet.

Det utarbeides en konkret tiltaksplan i henhold til de tre punktene over i eget dokument.

Referanseliste:

Stenberg, U., Vågan, A., Flink, M., Lynggaard, V., Fredriksen, K., Westermann, K.F. & Gallefoss, F. (2018). Health economic evaluations of patient education interventions a scoping review of the literature. *Patient Education and Counseling*. 101 (6). S. 1006-1035.

Riksrevisjonen (2023-2024). Riksrevisjonens undersøkelse av rehabilitering i helse- og omsorgstjenestene. Dokument 3:12. [Dokument 3:12 \(2023–2024\) \(riksrevisjonen.no\)](#)

Spesialisthelsetjenesteloven. (1999) Lov om spesialisthelsetjenesten m.m (LOV-1999-07-02-61). Lovdata. <https://lovdata.no/lov/1999-07-02-61>

Nasjonal kompetansetjeneste for læring og mestring innen helse. (2022, 16. November. Hva er læring og mestring? Helsekompetanse. Mestring.no. [Helsekompetanse - mestring.no](#)

Stortingsmelding 7 (2019-2020) Nasjonal helse- og sykehusplan 2020-2023) [Nasjonal helse- og sykehusplan 2020–2023, kortversjon \(regjeringen.no\)](#)

Stortingsmelding 9 (2023 – 2024). Nasjonal helse- og samhandlingsplan. Vår felles helse. [Meld. St. 9 \(2023–2024\) - regjeringen.no](#)

Halstensen, I. L m.fl (2004). Etablering av Lærings- og mestringssenter i Helse Bergen HF

Styringsdokument 2024, Helse Bergen HF. Vedtatt foretaksmøte 14. Februar 2024. [styringsdokument-2024-helse-bergen-hf.pdf \(helse-vest.no\)](#)

Utviklingsplan 2022-2035. Haraldsplass Diakonale sykehus. [Utviklingsplan 2022-2035 - Haraldsplass diakonale sykehus](#)

Utviklingsplan 2022-2035. Helse Bergen, Haukeland Universitetssjukehus. [Utviklingsplan 2022-2035 \(sharepoint.com\)](#)

Forskrift om ledelse og kvalitetsforbedring i helse- og omsorgstjenesten. (2016). (FOR-2020-02-04-119). Lovdata. [Forskrift om ledelse og kvalitetsforbedring i helse- og omsorgstjenesten - Lovdata](#)