

Hvordan kontakte pasient- og brukerorganisasjoner for rekruttering av brukarmedvirkere?

1. Ta kontakt på flere ulike måter.

Mange organisasjoner drives utelukkende av frivillige. Det er ikke sikkert noen svarer på e-poster hver uke. Prøv gjerne flere e-postadresser. Send melding på sosiale medier og spør om noen kan kontakte deg. Ring til kontaktpersoner eller tillitsvalgte.

Vær oppmerksom på at det ofte er lite aktivitet i organisasjonene i skoleferier, særlig sommerstid vil det kunne være vanskelig å få kontakt der organisasjonene er driftet utelukkende frivillig.

2. Skriv en KORT epost.

Det kommer ofte mange eposter til organisasjonene. Gjør det enkelt å sortere ut hva din epost handler om og hvordan den skal håndteres.

- Skriv i emnefeltet hva du inviterer til eller ønsker hjelp til, f.eks «invitasjon til møte 2.mai kl 19 om forskning på ungdomshelse» eller «ønsker kontakt med mulige brukarmedvirkere med erfaring fra kreftområdet».
- De første ti linjene i eposten bør inneholde *følgende* relevant informasjon:
 - Beskriv kort forventet tidsbruk, ønsket brukerkunnskap og at det utbetales honorar.
 - Skriv datoer og møtesteder tydelig med fullstendig adresse og eventuell kartlenke.
 - Så kan helt kort informasjon om prosjektet følge.
- Legg gjerne ved mer utfyllende prosjektinformasjon i et vedlegg, som kan skrives ut.
- Oppgi kontaktinformasjonen din med både epost og telefon.
- Bruk språkguiden vår, og verktøy som f.eks Liks-analyse eller verktøy for kunstig intelligens for å gjøre informasjonen lettere tilgjengelig.

3. Beskriv forventet tidsbruk.

Det er viktig å formidle omtrent hvor mye tid brukarmedvirkerne forventer å sette av til å arbeide med prosjektet. Er det fysiske eller digitale møter? Hvor ofte og hvor lenge varer de? Hvor lenge varer prosjektet?

4. Beskriv brukererfaringen du tenker er relevant for prosjektet.

Hvilken brukerkunnskap tenker du er nyttig i prosjektet? Ønsker du kontakt med folk som har pårørende- eller pasienterfaring? Er det viktig at brukarmedvirkeren er ung fordi målgruppa for prosjektet er ungdom? Er det viktig med en bestemt type erfaring, alder, kjønn, kulturforståelse eller språk?

5. Vi anbefaler at det alltid er minst to brukarmedvirkere på systemnivå i forskningsprosjekter.

To brukarmedvirkere kan støtte og avlaste hverandre, og gir bredde og økt styrke i hele prosjektet. Dette gjør det også lettere å rekruttere til prosjektet.

6. Vær tydelig på at reiseutgifter refunderes og at det utbetales honorar.

7. Spør om brukarmedvirkeren trenger tilrettelegging.