

Fagnyheter

Fra **Sør-Trøndelag**



Strategiens fjerde delmål
Omsorgskonferansen 2015
Tema: Demens
Et demensvennlig samfunn



Utviklingssenter for
sykehjem og hjemmetjenester



Senter for
omsorgsforskning
MIDT-NORGE



Tilrettelegger for forskning og utvikling i helse- og omsorgstjenestene:

Strategiens fjerde delmål

Utviklingssentrene skal gjennom visjonen «utvikling gjennom kunnskap», være pådrivere for kunnskap og kvalitet i hjemmetjenester og sykehjem.

Fra 2011 har Utviklingssentrene blitt oppfordret til å:

- Etablere samarbeid med aktuelle forskningsmiljøer og stimulere til samarbeidsprosjekter på tvers av institusjoner og fagområder.
- Arbeide for at forskning i kommunen har den nødvendige materielle tilrettelegging.
- Tilrettelegge arbeidsmessig og bidra til gjennomføring av mastergrads-, doktorgrads- og andre forskningsprosjekter.
- Bidra til at anerkjente forskningsresultater gjøres kjent, diskuteres og tas i bruk.
- Være pådriver for å implementere forskning som en naturlig del av praksis.

Forskernettverk

Kommuner har i liten grad hatt tradisjon for å omdanne kunnskapsbehov til forskbare problemstillinger. Kommuner er avhengige av samarbeid med akademiske institusjoner om utforming og gjennomføring av forskningsprosjekter.

Utviklingssentrene har bidratt til godt samarbeid med sykehjem og hjemmetjenester i andre kommuner i fylket og landet. Tett samarbeid med utdanningsinstitusjoner og forskermiljø har medvirket til å sikre kompetanse- og kvalitetsutvikling. Arbeidet har også bidratt positivt til fokus på forskning og medvirket til økt forståelse av at det er en nødvendig satsing i kommunal virksomhet og tjenesteyting.

Hvorfor forskning i kommunene?

Kommunesektoren har en sentral rolle i folkehelsearbeidet. Det er avgjørende at vi har effektive og behovstilpassede tjenester for at flest mulig er friske lengst mulig, og for at tjenestene skal

være økonomisk bærekraftige over tid. Dette krever økt satsing på forskning, innovasjon og utdanning i kommunesektoren. *Helse- og omsorgstjenesteloven av 2012* tydeliggjør kommunens ansvar for å medvirke til, og legge til rette for forskning.

St.mld.nr.47 (2008-2009) *Samhandlingsreformen* legger vekt på at pasientene skal behandles på lavest mulig omsorgsnivå og at oppgavene til den kommunale helsetjenesten endres. I dag er helseforskningsinnsatsen i liten grad rettet mot primærhelsetjenesten, og står ikke i forhold til utfordringene og de store offentlige ressursene som brukes i kommunene. Forskning i helse- og omsorgssektoren må reflektere sektorens behov, og sektoren må derfor påvirke forskningsprogram og -virkemidler.

KS (Kommunesektorens organisasjon) ønsker mer forskermedvirkning i kommunale utviklings- og innovasjons-

Åfjord Helsecenter



Søbstad Helsehus



Hva er forskning?

Forskning kan defineres som virksomhet av original karakter som utføres med vitenskapelig metodikk for å skaffe til veie ny kunnskap. Forskningen kvalitetssikres gjennom fagfelle – vurdering («peer review») og publiseres i forskningstidsskrifter. (Fra Helsedirektoratet: Utvikling gjennom kunnskap, Utviklingscenter for sykehjem og hjemmetjenester – en nasjonal satsing Overordnet strategi 2011-2015).

prosesser, og en forskning som bidrar til praksisendring i kommunesektoren. Det er også sterkt behov for forskningsformidling som faktisk fører til økt kunnskap, læring og bruk i praksis. Med forskjellige fokusområder og problemstillinger, vil ikke forskningsresultatene fra spesialisthelsetjenesten gi kommunene de svarene de har behov for. Det oppleves at praksisnære prosjekter hvor kommuner møter forskere er mer nyttige for primærhelsetjenesten.

Problemstillinger som det forskes på i kommunene er blant annet:

- Livsstilssykdommer
- Tjenesteutfordringer i forbindelse med at det blir flere eldre og økte forventninger i befolkningen
- Teknologiutvikling
- Oppgaveoverføring fra 2. linjen
- Sammensatte sykdomsbilder

Strategien HelseOmsorg21 sier:

«Vi må i større grad få forskningsbasert profesjonsutdannelse - og utøvelse. Det må avsettes betydelige midler og utvikles et system mellom forsknings- og utdanningsinstitusjoner og kommunene, som sikrer forskning av høy kvalitet. Forskningen må være relevant for kommunenes ansvarsområder innenfor forebygging, helse og velferd.»

Videre anbefaler *HelseOmsorg21* at kommunenes medvirkningsansvar for forskning forsterkes og tydeliggjøres ved å omfatte deltakelse i samarbeid

om og finansiering av forskning på regionalt nivå og deltakelse i utviklingen av en instituttsektor for kommunesektoren. Dette må ledsages av en nasjonal konkurransearena for forskning i, med og på kommunene.

Kunnskapsbaserte helse- og omsorgstjenester med høy kvalitet og sikkerhet vil bidra til kunnskapsutvikling. God kommunal planlegging med fokus på stimulerende fagmiljøer vil forhåpentligvis øke rekrutteringen av kvalifisert helsepersonell til kommunene.

Senter for omsorgsforskning

Sammen med Utviklingscenter for hjemmetjenester og sykehjem er opprettelsen av omsorgsforsknings-sentrene en helhetlig nasjonal satsing i tråd med Omsorgsplan 2015. Fem regionale sentre er knyttet til hver sin helseregion og ulike utdanningsinstitusjoner. Omsorgsforsknings-sentrene skal samle, produsere og formidle kunnskap om omsorg og omsorgsarbeid. De skal yte forskningsfaglig bistand og veiledning til utviklings-sentrene og utføre praksisnær forskning i primærhelsetjenesten i samarbeid med utviklings-sentrene.

Utfordringer og veien videre

Vi er kastet ut i en samhandlingsreform der vi har fått en rekke nye oppgaver, men har kanskje ikke fått mulighet til å utvikle kunnskapen godt nok på forhånd. Fra politisk hold legges det økt vekt på folkehelsearbeidet i kommunene og på innsatsen i primær-

Hva er utviklingsarbeid?

Utviklingsarbeid kan defineres som systematisk virksomhet rettet mot å utvikle eller videreutvikle modeller, prosesser og systemer med den hensikt å forbedre tjenestene. Med modeller mener vi beskrivelser og fremstillinger av innholdet i og organiseringen av tjenestene inkludert lokale retningslinjer, prosedyrer, sjekklister osv. (Fra Helsedirektoratet: Utvikling gjennom kunnskap, Utviklingscenter for sykehjem og hjemmetjenester – en nasjonal satsing Overordnet strategi 2011-2015).



helsetjenestene. Dette er store oppgaver som må ha en bred og tverrsektoriell tilnærming.

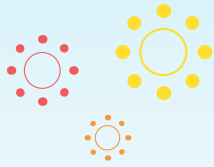
I kommunene brukes det både tid og penger på prosjekter som i en del tilfeller mangler en dokumentert effekt, eller gir ønsket resultat. Nye tjenester/ tiltak **skal kunne dokumentere effekt og måloppnåelse** ved hjelp av forskningsbasert kunnskap.

Vi vil derfor stille spørsmålene:

- Har kommunene tilstrekkelig oversikt over alle prosjekter, og nytten av prosjektene som har vært gjennomført de siste fire årene?
- Hvem og hvordan «tar vi vare på» all kunnskap som prosjektene tilfører oss?
- Bruker vi resultatene rett i utforming av tjenestene våre, eller blir vi historieløse?
- Hva er det vi ønsker å drive med i kommunene, hva kan vi drive med og vet vi nok om hva forskning innebærer?
- Har kommunene gode nok strukturer og ressurser knyttet til hvordan en skal:
 - Velge ut «de rette» prosjektene?
 - Styre prosjektene?
 - Evaluere prosjektene?
 - Implementere prosjektene i drift?
- Vil det i fremtiden være slik at de

kommuner som klarer å bygge opp god forskerkompetanse vil stå først i køen når nye finansieringsordninger kommer på plass?

*Skrevet av Laila D. Refsnes
Leder Utviklingssenter for hjemmetjenester
i Sør-Trøndelag/Ålfjord kommune*



Forskning for bedre kommunale helse- og omsorgstjenester

En håndbok om hvordan kommunene kan medvirke og tilrettelegge for forskning



Et verktøy for kommunene:

Publikasjonen er laget som en håndbok for hvordan kommunene kan medvirke til og tilrettelegge for forskning i helse- og omsorgssektoren. Den er utarbeidet av Senter for omsorgsforskning Sør og Senter for omsorgsforskning Vest på oppdrag fra Helse- og omsorgsdepartementet.

Syv punkter om hvordan kommunen kan medvirke og tilrettelegge for forskning

1. Kommunen skaffer seg oversikt over egne forskningsbehov
2. Kommunen tar kontakt med forskere og forskningsinstitusjoner for å legge fram problemstillinger og forskningsbehov
3. Kommunen etablerer faste samarbeidsfora med forskningsinstitusjoner
4. Kommunen stiller data fra tjenestene til rådighet for forskning
5. Kommunen legger til rette for at forskningen kan gjennomføres i egen kommune
6. Kommunen etablerer samarbeid med andre kommuner med hensyn til forskning
7. Kommunen deltar i forskningsinstitusjoners referansegruppe



Omsorgs-
konferansen
2015

Morgendagens omsorg og satsning på frivillig sektor

Hvordan skal offentlig sektor og frivillig sektor samhandle til beste for brukerne?

Dette er tema for Fylkesmannens neste Omsorgskonferanse som skal gjennomføres 28. og 29. oktober 2015 på Thon Hotell Prinsen i Trondheim.

Både Stortingsmelding 29- Morgendagens Omsorg og Regjeringens plan for omsorgsfeltet 2015-2020 er tydelig på dette: **Frivillig sektor er, – og kommer til å bli en viktig bidragsyter når tjenestekabalen skal legges. Ikke i stedet for, men i tillegg til den kommunale omsorgstjenesten.**

Offentlig sektor vil ikke i framtiden kunne klare å dra lasset alene, og det er mye å hente ved å ha en god samhandling med frivilligheten. **Men hvordan skal vi få det til?**

I samarbeid med utviklingssentrene for sykehjem og hjemmetjenester i Sør-Trøndelag, Kirkens Bymisjon, Hornemannsgården og organisasjonen FIRE- ett steg videre jobber Fylkesmannen med programmet for omsorgskonferansen.

Målgruppen for konferansen vil være ansatte og ledere i helse- og omsorgstjenesten i kommunene, bruker- og pårørendeorganisasjoner og frivillige organisasjoner, politikere og andre interesserte.

Utviklingssentrene vil i konferansen ha en viktig rolle med å synliggjøre den offentlige omsorgstjenestens ståsted i forhold til samhandlingen med frivillig sektor. Hvilke utfordringer møter man på når man som offentlig tjeneste skal samhandle med frivilligheten? Hva fungerer godt, og

hvor ligger forbedringspunktene hos begge parter?

Frivillig sektor skal på samme måte synliggjøre sitt ståsted overfor den offentlige sektor og vise overfor konferansedeltakerne hvor de mener de gode eksemplene er, og hva som kan gjøres bedre.

Det blir viktig under konferansen å se verden fra forskjellige vinkler, og dermed også bryte noen barrierer, og forhåpentligvis klare å se en farbar vei framover.

Vi ønsker at konferansen skal gi deltakerne faglig påfyll. Samtidig ønsker vi å bidra til mer kunnskap om hva frivillig sektor er og hva de kan bidra med. Både Kirkens Bymisjon, organisasjonen FIRE og Hornemannsgården skal presentere seg og sitt arbeid, og det ligger i kortene at vi får krydret foredragene med de gode historiene.

For å løfte bevisstheten ytterligere når det gjelder samhandling mellom frivillig og offentlig sektor, er vi på jakt etter en foredragsholder som kan ha et mer filosofisk skråblikk på frivillig arbeid.

Mye gjenstår før programmet er klart. Men vi ser allerede nå konturene av en spennende konferanse som forhåpentligvis frister mange ansatte og ledere i kommunal sektor til å melde seg på.

*Skrevet av Siri Ramberg Stav
Seniorrådgiver, Sosial- og helseavdelingen,
Fylkesmannen i Sør-Trøndelag*



Treningsarena for helsearbeidere

Trondheim kommune har fått sin egen treningsarena for sykepleiefaglige prosedyrer!

På Søbstad helsehus har Trondheim kommune, i samarbeid med USH, fått etablert et øvingsrom som inneholder dukke med simuleringspad. Her kan alle kommunens ansatte innen helse og velferd, som utfører sykepleiefaglige prosedyrer, komme for å øve på prosedyrer som blodprøvetaking, innleggelse av PVK, kateterisering osv.

Praktiske Prosedyrer i Sykepleietjenesten er et digitalt oppslagsverk for prosedyrer helsearbeidere bruker i arbeidshverdagen. PPS blir brukt som veiledningsverktøy.

Med flere og avanserte oppgaver i kommunehelsetjenesten har vi behov for kompetente, trygge og faglig oppdaterte helsearbeidere. For å få til dette må vi ha muligheter for å øve oss og oppdatere oss på ny kunnskap.

Hensikten med å etablere treningsarenaen er å øke og kvalitetssikre den sykepleiefaglige kompetansen knyttet til både teoretiske og praktiske ferdigheter. Gjennom samhandlingsreformen har kommunene fått et større krav om økt spisskompetanse innenfor behandling og ivaretagelse av pasientene (Meld. St. 47, 2008-2009). Man ser at kravene til kompetanse innenfor



praktiske prosedyrer er økende og man ønsker mindre bruk av spesialisthelsetjenesten for å få utført sykepleiefaglige prosedyrer som kan utføres i primærhelsetjenestene.

Man ønsker videre å kunne benytte treningsarenaen som en del av et systematisk opplæringsprogram for ansatte i kommunen. Dette kan gjelde opplæring av nyansatte, vedlikeholde kompetansen til ansatte, kvalitets-

sikring av utførelsen av praktiske sykepleiefaglige prosedyrer og lignende.

Tilbakemeldingene fra ansatte så langt har vært gode. De synes det har vært svært nyttig å få et øvingsrom hvor de kan komme å øve seg på utførelsen av praktiske prosedyrer!

*Skrevet av Tone Dypaune
Fagutviklingssykepleier ved Søbstad helsehus,
Utviklingscenter for sykehjem i Sør-Trøndelag*



Organisering og drift

**Senter for omsorgsforskning, Midt-Norge (SOF) er lokalisert til Høgskolen i Nord-Trøndelag (HINT).
Kontoradresse, Steinkjer.**

Senter for omsorgsforskning Midt-Norge legger vekt på omsorgsutfordringer, kompetanseutvikling og formidling i kommuner i regionen. Dette vektlegges ved at økt kvalitet på omsorgstjenestene skal komme samfunnet og innbyggerne til gode. Senterets forskning skal bidra til å styrke fag- og metodeutvikling. Vi skal gjennom vår aktivitet styrke praksisnær forskning og utvikling i kommune-

ne. Senterets aktivitet skal skje i samarbeid mellom kommuner, høgskoler og andre relevante forskningsmiljø.

Senteret skal:

- Være en nasjonal /regional og lokal ressurs innen forskning- og utviklingsarbeid
- Tilrettelegge for at fordringer og behov defineres i og av kommunene. Dette skal danne grunnlag for utvikling og forbedring av omsorgstjenesten

Senterets overordnede oppgave er i første rekke å styrke praksisnær og

forskningsbasert kunnskap i omsorgssektoren og formidle denne kunnskap og erfaring til regionenes kommuner.

Sentralt i arbeidet med disse oppgavene er å knytte og opprettholde kontakt med aktuelle miljøer innen de enkelte kommuner. Her har senteret et særskilt ansvar for samarbeid med Utviklings-sentrene (USHT) i regionen.

Forskning - og utviklingsarbeid

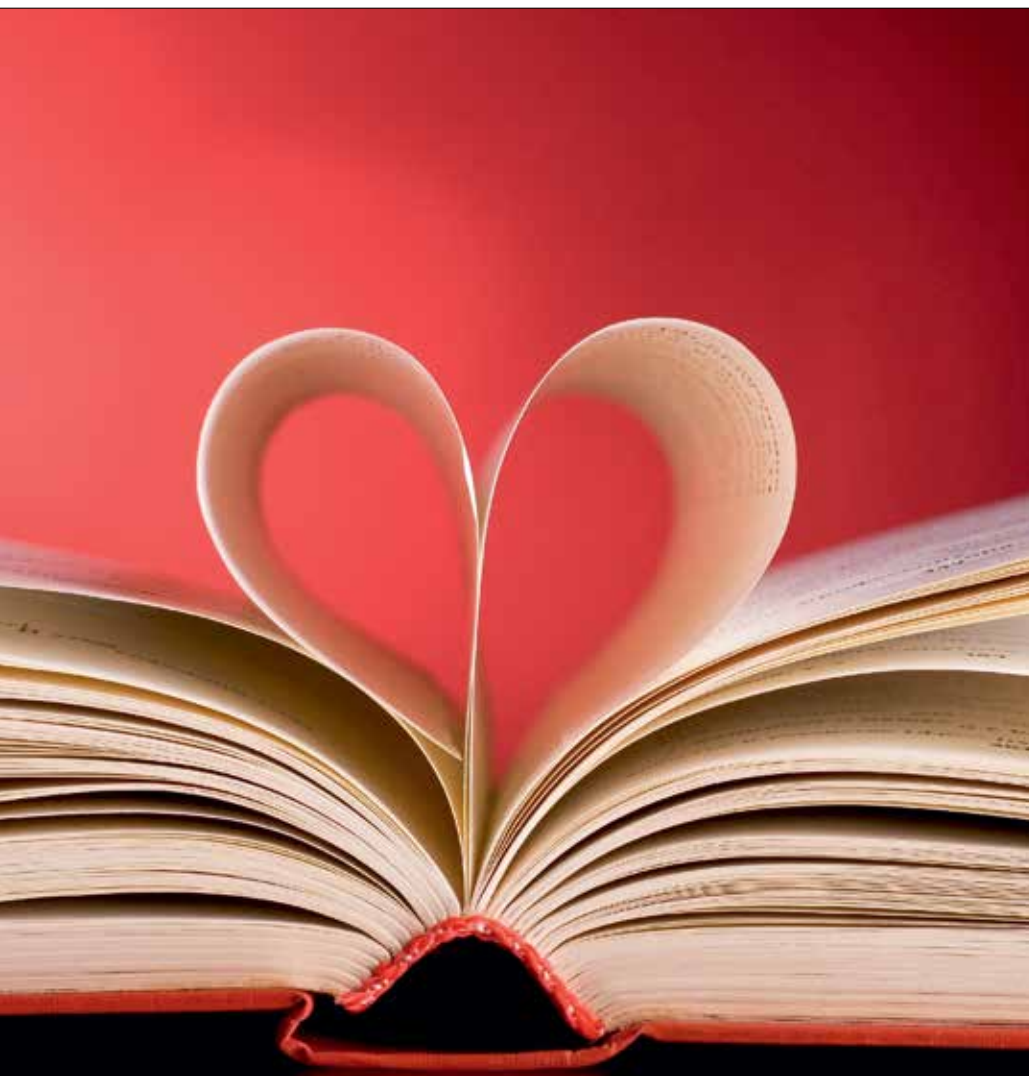
Pasientsikkerhet er et viktig fundament for god pleie- og omsorg. Ved Senter for omsorgsforskning Midt-Norge har vi valgt å legge dette til grunn for vår forskningsstrategi. De fleste av senterets forsknings- og utviklingsprosjekt har en link til pasientsikkerhet, og dette forskningsområdet vil bli videreutviklet framover.

Utvikling av «Tidsskrift for omsorgsforskning» og «Omsorgsbiblioteket» er blant de aktiviteter som sentrene har i fellesskap. SOF Midt har én representant med i redaksjonsgruppen for tidsskriftet, og har redaktøransvar for emnet «Pasientsikkerhet» i Omsorgsbiblioteket.

Formidling og nettverksarbeid

Vi har nå rundt 350 mottakere av vårt nyhetsbrev. Vi har fått god tilbakemelding på denne formen å dele og spre kunnskap på i vår region. Hjemmesiden <http://omsorgsforskning-midt.no/> benyttes til presentasjon av pågående og avsluttede prosjekter.

Skrevet av Kirsten Lange, Daglig leder Senter for Omsorgsforskning Midt-Norge





Et demensvennlig samfunn

I 2013 gikk midlene fra TV-aksjonen til Nasjonalforeningen for Folkehelse og demenssaken. I den anledning startet de satsingen på å gjøre kommunene mer demensvennlige.

Nå oppfordres landets kommuner til å delta i kampanjen og å skrive en kontrakt med Nasjonalforeningen for Folkehelsen. Håpet er at så mange kommuner som mulig vil ta steget og forankre dette politisk. Kampanjen har ett hovedmål: At kommunene skal bli bedre på å møte mennesker med demens.

Inkluderer hele samfunnet

Det kalles et demensvennlig samfunn når det legges til rette for at den som har demens kan oppleve å bli inkludert og møtt med støtte og forståelse i sitt nærmiljø. Det er mye en kan gjøre for å legge til rette for at personer med demens skal kunne opprettholde et aktivt liv så lenge som mulig.

Mennesker med demens trenger ikke bare gode omsorgstjenester og pleie. De trenger også å få hjelp til å leve selvstendig, være trygge når de er ute og gjør ærender eller går tur, og få en hjelpende hånd når det er vanskelig å orientere seg. Derfor kan alle deler av samfunnet bidra, ikke bare helse-sektoren.

Lange tradisjoner for demensarbeid

Åfjord har i over ti år drevet målrettet demensarbeid, og nå ser demensteamet muligheten for å ta demensomsorgen i kommunen et skritt videre. Vi har et godt grunnlag med innarbeidet person-sentrert omsorg, Eden Alternative, gode rutiner for utredning, oppfølging og ulike tilbud til brukere og pårørende. Dette gjør at det er enkelt for oss å ta steget ut over «helsesenterets grenser».



Illustrasjonsfoto: Shutterstock

Mange bedrifter møter i ulike sammenhenger personer med demens, både ansatte og kunder. Et av tiltakene vil være å tilby kurs til bedrifter hvor de kan tilegne seg kunnskap om demenssykdommen og hvordan de skal møte personer med demens på en best mulig måte. Eksempelvis kan dette være bedrifter som bank, apotek, drosjesjåfører, tannleger, butikkansatte, servicetorg osv. Bedrifter som deltar på kurset vil bli sertifisert som demensvennlige bedrifter.

Kommunens Helsesenter er nå i en utbyggingsfase hvor vi tilstreber å gjøre både ute- og inneareal mer demensvennlig. I den forbindelse vil vi gjennomføre flere tiltak som blant annet:

- Anlegge aktivitetspark i samarbeid med friluftsbarnehage
- Samarbeide med kantinedriften om oppstart av en mindre dagligvare-butikk for senterets beboere og utvidet kafédrift

- Oppstart av «klubber» på bakgrunn av beboernes interesser
- Åfjord er også i oppstartfasen med et annet av Nasjonalforeningens satsingsområder: å rekruttere frivillige Aktivitetsvenner. Dette er et samarbeid mellom prosjektleder for Aktivitetsvenn fra Nasjonalforeningen for Folkehelsen, demenskontakter Fosen, helselagene og Demensforeningen på Fosen. I årene fremover vil vi oppleve mangel på helsepersonell og dette er ment som et supplement til helse-tjenesten.

Håper på kontrakt

Vi er allerede godt i gang med tiltak for å gjøre kommunen til et mer demensvennlig samfunn. Forhåpentligvis vil kommunen bli en av de første i landet til å signere kontrakten som forplikter oss til å videreføre satsningen.

*Skrevet av
Barbro Ugedal, avdelingsleder for
Åfjord Helsesenter*

Aktivitetstilbud til yngre

«Et kjærkomment tilbud om en meningsfull og aktiv hverdag for yngre personer med demenssykdom og deres pårørende».

Lavollen aktivitetssenter i Trondheim er et avlastnings- og aktivitetstilbud for unge personer med demenssykdom. USH, Søbstad Helsehus, startet planlegging og igangsetting av aktivitetstilbudet sammen med brukere og deres pårørende i 2013. Vi tilbyr i dag plass til 13 personer på dag- og ettermiddagstid, samt samtaler - og veiledningsgrupper, undervisning både for brukere og pårørende. Ungdom i familier med demenssykdom får også tilbud om samtale.

Tilbudet som gis er i stor grad et lærings- og mestringstilbud med brukernes mål i sentrum. Optimal mestring og livskvalitet er verdier de ansatte legger til grunn for sitt arbeid. Det er lagt vekt på å ha et bredest mulig tilbud til de som deltar. Tilbudet ved Lavollen er i hovedsak gruppebasert, men individuell oppfølging i overgangsfaser står også på programmet.

Fysisk aktivitet har stort fokus på Lavollen, og lokalenes beliggenhet i

Bymarka gir et glimrende utgangspunkt for markaturer, både til fots og på ski.

Møte med og arbeid med dyr, praktiske oppgaver i hus, eiendom og bil, formingsaktiviteter og kulturelle opplevelser er også en viktig del av tilbudet.

I forbindelse med TV-aksjonen i 2013 ble det laget en film fra Lavollen, «En film om demens». I filmen ble noen av deltakerne intervjuet, og de fleste ga uttrykk for hvor viktig det sosiale aspektet ved tilbudet er. Å få være sammen med andre i samme situasjon, more seg og slappe av uten å måtte bruke krefter på å skjule sin funksjonssvikt er av stor betydning for yngre personer med demenssykdom.

Alle deltakerne som benytter seg av tilbudet er i en tidlig til moderat fase av sin sykdom og er i alderen 50-71 år. De har behov for varierende grad av tilrettelegging for å oppnå mestring i hverdagen. Alle bor hjemme – noen alene, mens andre bor sammen med ektefelle/samboer og ungdom. Pårørende er derfor en viktig samarbeidspart og ressurs i tilbudet.

Vi har også erfart at pårørende har et stort behov for støtte, informasjon

og avlastning. Livet blir snudd på hodet når ens livsleider får demensdiagnose og mange gir opp sin egen karriere. Det er etablert eget forum for pårørende, samtidig som det blir gitt tilbud om individuelle samtaler. Målet er å øke pårørendes innsikt i sykdommen, tilby avlastning, men også å støtte og hjelpe dem som omsorgspersoner når deres nærmeste har fått en demenssykdom.

Aktivitetstilbudet har åpent på dagtid mandag til fredag. Foruten faste åpningstider tilbys også aktiviteter på ettermiddager og kvelder:

- Avlastningstilbud på kveld er åpent hver mandag. Tilbudet har to faste deltakere, ellers dropp inn
- Lavollen har et lærings- og mestringstilbud for deltakerne og pårørende på ettermiddag/kveld i tilknytning til avlastningstilbudet på kveld
- Samtalegruppe for ektefeller: Annenhver mandag gjennom hele året. Det tilbys avlastning for personen med demenssykdom parallelt med samtalegrupper for ektefeller
- Samtalegruppe for ungdom: Hver tredje mandag hele året i samarbeid med Ressurssenter for demens i Trondheim kommune
- Åpne kvelder: Undervisning for brukere og pårørende, og samtaler etter avtale

Lavollen aktivitetstilbud deltar i følgende prosjekt:

- Trygge spor/aktive spor
- Landmannen gård
- «Underveis». Et helhetlig tilbud til pårørende med krevende omsorgsoppgaver
- Fysisk aktivitet og tilrettelagt trening for yngre personer med demens et samarbeid med Cranåsen idrettsklinikk

Gjennom 2014 har Lavollen aktivitets-



Lavollen aktivitetssenter i Trondheim er et avlastnings- og aktivitetstilbud for unge personer med demenssykdom. Stedet tilbyr en rekke aktiviteter og har tilbud både for brukere og pårørende.

personer med demens



Det er viktig for demente å kunne være med på aktiviteter og ha et sosialt liv, tross sykdommen.

Illustrasjonsfoto: Shutterstock

tilbud jobbet målrettet med å legge til rette for at yngre personer med demens får ivaretatt sin restfunksjon, mestringsopplevelse og sin omsorg for seg selv. I tillegg har man fått etablert flere tilbud for å styrke pårørende som omsorgsgiver. Personer med demenssykdom og deres pårørende skal oppleve at det er en enkel og ubyråkratisk vei fra diagnose til aktivitetstilbud. Utredningsposten ved nevrologisk avdeling på St. Olavs Hospital bidrar til å etablere kontakt med aktivitetssenteret. Slik slipper personene lange omveier gjennom

offentlige instanser for å komme i kontakt med tjenesten. Aktivitetstilbudet bistår deretter familien med å etablere kontakt med det øvrige hjelpeapparatet.

Erfaringene viser at behovet for et aktivitetstilbud er stort og at personene som mottar tilbudet har et stort behov for oppfølging. Dette gjelder også for deres pårørende. Tilbudet er under utvikling og tilbakemeldingene så langt er svært positive!

*Skrevet av Elisabeth Høstland
Prosjektleder ved Lavollen aktivitetssenter*

*Skrevet av Sissel Kvam
Fou-medarbeider ved Utviklingssenter for
sykehjem i Sør-Trøndelag*

**Nasjonalforeningen
for folkehelsen**



**Nasjonalforeningen for folkehelsen har et eget nummer du kan ringe til hvis du har spørsmål om demens: 23 12 00 40
Kl 09-15 på hverdager.**

«Når øyeblikket er

Det er et nasjonalt mål at kapasiteten på dagaktivitetstilbud for personer med demens skal øke (Demensplanen 2015). Hensikten med et dagaktivitetstilbud for personer med demens er å

«Bidra til en meningsfull hverdag i et miljø med fokus på sosialt samvær, trygghet og opplevelse av mestring. Aktivitetene i tilbudene kan bidra til å vedlikeholde dagliglivets funksjoner, påvirke følelsesmessige og atferdsmessige endringer i demensforløpet, forbedre kognitiv funksjon og øke trivsel og livskvalitet.»

(Helsedirektoratet og Nasjonalt kompetansesenter for aldring og helse, 2012, s. 7)

En annen viktig hensikt med dagtilbud er å kunne gi avlastning til pårørende.

Åfjord

I prosjektet «Når øyeblikket er viktig», legges det stor vekt på mestring, trygghet og trivsel i hverdagen for personer med demens. Dagtilbudet skal også bidra til avlastning for pårørende. Vi har fokus på ernæring, fysisk aktivitet, frisk luft, glede og litt galskap.

Behov for tilrettelagt dagtilbud

«Når øyeblikket er viktig» er et prosjekt i regi av Utviklingssenter for hjemmetjenester i Sør-Trøndelag. Målgruppen for tilbudet er personer med demensdiagnose.

Initiativet kom fra hjemmetjenesten/UHT med bakgrunn i manglende tilbud til gruppen hjemmeboende personer med demens. Tilbudet ved dagsentret i dag er ikke tilpasset, eller hemannet, slik at de kan ta imot denne brukergruppen.

En prosjektgruppe, bestående av leder for hjemmetjenesten/utviklingssentret og to fra kommunens demensteam, har arbeidet fram tilbudet. Vi har søkt



midler fra helsedirektoratet som medfinansiering i prosjektperioden.

Vårt mål er at demenssyke skal få flest mulig gode dager og gode opplevelser.

Selv for mennesker der sykdommen har kommet så langt at opplevelser glemmes raskt, viser det seg at de gode følelsene og stemningen aktiviteten skapte, varer. De setter avtrykk hos den syke som de bærer med seg videre i hverdagen.

En pårørende sa for eksempel: «NN sa det var så trivelig på tur. Hun kunne

ikke fortelle noe om hvor de hadde vært, men det hadde vært så bra.»

Gjennom hele prosjektet blir det tatt bilder som dokumentasjon. Bildene viser deltakere som trives og har det bra. «Når øyeblikket er viktig» har over 200 bilder så langt. Vi opplever at ikke alle husker at de hadde vært med forrige uke, men gleden i øyeblikket er dokumentert gjennom bildene.

På tur legger vi ikke vekt på hvem av oss som har diagnose eller ikke. Her er alle like og det er viktig at alle får gå på tur etter sin form.

viktig»

Ulike aktiviteter

Prosjektet startet opp høsten 2014. På grunn av været og mørketid hadde vi mest innendørs aktiviteter. Likevel forsøkte vi å få til en liten tur ut hver gang.

Maling var en aktivitet de ikke var vant til, men som de hev seg over med liv og lyst. Sangstundene var spesielt populære og vi hadde besøk av en frivillig som ledet an. Sangstundene ble holdt uten at det ble utdelt sangbøker, noe som ga stunden en fin ramme. I stedet for å følge med på tekst, lyttet de, så på hverandre og nynnnet eller sang med. Tekster på kjente og kjære sanger som de ikke husket at de kunne ble manet frem og ga gode øyeblikk.

Vi laget skåler av sjokolade, noe som ble en artig aktivitet. Vi trimmet til musikk og deltakerne fikk også prøve seg på rokking

I læreboka står det at «god demensomsorg er forutsigbarhet og det å ta tak i det kjente.» Vi opplever at uvante aktiviteter også slår godt an. Det som er viktig, er trygghet og at kjente, og nok, folk er med. Frivillige er blitt rekruttert til å bistå i prosjektet.

Alle prosjektdagene i sommerhalvåret 2015 planlegger vi turer i friluft.

Avlaster pårørende

Vi håper dette prosjektet skal gi oss tro på at vi er på rett vei og at disse timene i uken er et meningsfullt tilbud og en styrke i hverdagen for personer med demens.

Et av målene er at pårørende vil føle at dette bidrar til at de kan de føle seg trygge på at deres nærmeste har det bra. I timene prosjektet varer kan de pårørende dyrke egne interesser når de vet at deres nærmeste har det trygt. De får ro til å konsentrere seg om seg selv og slipper bekymringer for hva som kan skje når han/hun



er hjemme alene. Mange pårørende ønsker å opprettholde et aktivt liv så lenge som mulig og opplever at det gir et pusterom fra omsorgsoppgavene. Prosjektet «Når øyeblikket er viktig» er ment å være et av tilbudene i kommunens demensomsorg som kan bidra til dette.

Videreføring?

Oppsøkende virksomhet i form av hjemmebesøk er nøkkelen for å etablere kontakt med personer med demens og deres familier. Det samme gjelder ulike informasjonstiltak og et godt samarbeid med blant annet fastlegene, demensteamet og hjemmetjenesten. Prosjektet skal bidra til å avdekke behovet for å utvikle flere tilrettelagte tilbud til målgruppen.

Etter prosjektperioden må vi evaluere om prosjektet kan videreføres som et fast tilbud. I dag har Åfjord Helseneter tilbud om langtidsplasser med heldøgns omsorg. Dagtilbud som «Når øyeblikket er viktig» kan på sikt avlaste behovet for heldøgns omsorg ved institusjon.

*Skrevet av Rigmor Hosen
Medlem av Åfjord kommunes demensteam/
prosjektgruppen*

Kommende arrangementer:

AUGUST:

Kurs i lavaffektive teknikker
v/Trude Stenshammer.
Sted: Åfjord

9. SEPTEMBER:

Læringsnettverk for riktig legemiddel-
bruk i sykehjem og hjemmetjenesten i
Sør-Trøndelag.
Sted: Thon Hotel Prinsen, Trondheim.

15. SEPTEMBER:

Konferanse om «Vold mot eldre»
v/Ressursenter om vold, traumatisk
stress og selvmordsforebygging,
region Midt.
Sted: Åfjord



Ressursenter om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging, region Midt

Konferanse om "Vold mot eldre"

Det er behov for økt fokus på vold mot eldre slik at vold blir oppdaget, varslet og stoppet i større omfang enn i dag. Konferansen vil ha fokus på eldres rettigheter, hjelperens plikter, samt viktigheten ved å redusere skam og tabu.

Vi ønsker å ta initiativ til økt kompetanseheving for yrkesgrupper som jobber med eldre. Økt forståelse av å ha handlingsplan mot "vold i nære relasjoner" gjennom et livsløp.

Når:
10. Juni - Levanger
15. September - Åfjord
28. Oktober - Alesund

Målgrupper:
Alle som jobber med eldre, eller har befattning med de eldre som aldersgruppe.

Hold av datoen, mer informasjon kommer.

For spørsmål angående konferansedagene,
ta kontakt med **Grete Ystgård**, grete.ystgard@stolav.no

28.-29. OKTOBER:

Omsorgskonferansen 2015.

Tema: Frivillighet.

Sted: Thon Hotel Prinsen, Trondheim.

Kontaktpersoner

Åfjord Hjemmetjeneste

Telefon 72 53 01 46

Laila D. Refsnes,

Leder hjemmetjenesten

laila.refsnes@afjord.kommune.no

Søbstad Helsehus

Telefon 72 54 79 81

Signe Nyrønning, FoU-koordinator

Telefon 952 63 607

signe.nyronning@trondheim.kommune.no

no

www.us-h-sørtrøndelag.no

Senter for Omsorgsforskning Midt-Norge

Kirsten Lange

kirsten.lange@hint.no

Tlf: +4774112206/91326873

www.omsorgsforskning-midt.no



Lik oss på facebook!

[www.facebook.com/](https://www.facebook.com/utviklingssenter.st)

[utviklingssenter.st](https://www.facebook.com/utviklingssenter.st)

Hold deg oppdatert, se bilder fra kurs og fagdager, finn pekere mm.

Tekst: Utviklingssenter for hjemmetjenester i Åfjord, og Søbstad Helsehus Utviklingssenter for sykehjem, der annet ikke er oppgitt.

Design: Aurora Design & Media as

Trykk: Orkla Grafiske



TRONDHEIM
KOMMUNE



ÅFJORD
KOMMUNE

USHT ønsker alle en fin og solfylt sommer!

Sommerblomster i skjærgården på Linesøy i Åfjord.

Foto: Lillian Storvik

