



Oppegård
kommune

Struktur for aktiviteter og miljøterapi på demensavdeling Høyås bo- og rehabiliteringssenter



av
**Gry Elisabeth Hole,
Marieke Bossen Håbesland
Merete Horgen**





Høyås bo- og rehabiliteringssenter eies og drives av Oppegård kommune. Senteret ble åpnet høsten 1994.

Bygget inneholder 64 enerom med tilhørende bad, gruppert i bogrupper med 8 beboere i hver enhet.



Demensavdelingen har

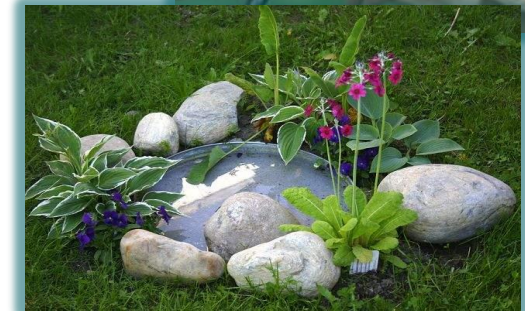
- 31 årsverk, 40 personer i turnus
- 31 beboere fordelt mellom fire boenheter, hvorav en skjermet avdeling
- Bemanning: To pleiere på 8 beboere alle dager/tre pleiere på 7 beboere på skjermet avdeling





De ansatte på Høyås har bestemt at følgende nøkkelverdier skal gjelde for alt arbeid :

- ❖ *RESPEKT*
- ❖ *TRYGGHET*
- ❖ *INDIVIDUELL OMSORG*
- ❖ *FAGLIG DYKTIGHET*
- ❖ *LOJALITET*





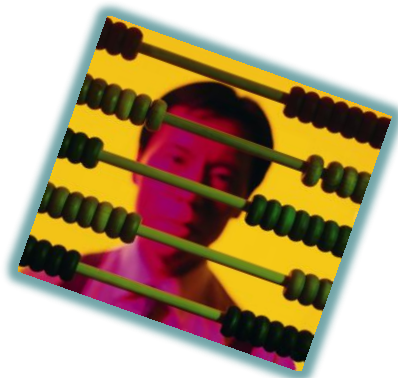
Hensikten med prosjektet var å videreutvikle og utprøve et system for miljøterapi tilbud som fungerer uavhengig av hvilke personer som er på vakt .



Resultatmålet var at det skulle være et tilbud om aktiviteter tilpasset personer med demenssykdom *hver dag, også i helger og om kvelden*



- Prosjektbeskrivelse
- Søkte om eksterne midler
- Delfinansiert med eksterne midler fra Sosial- og helsedirektoratet fordelt av Undervisningssykehjemmet i Helseøst





Forutsetninger for å lykkes

1.

Beboeren i fokus!
Se hele personen,
med den enkeltes
historie og identitet

2.

Livskvalitetsmål
Hvordan gjøre hverdagen
til en god dag for hver enkelt?

3.

Brukermedvirkning
Fokus på den enkeltes
behov
Opplevelse av å bli sett og
hørt i hverdagen

4.

Kompetanseutvikling
Systematisk, langsiktig
kompetanseutvikling
Eldreomsorg
Klinisk spesialist
Fornyhet demensomsorg -
alderspsykiatri i praksis



- Noen frivillige
- Noe eksisterende tilbud
- Alle på hver sin tue
- Personavhengighet
- Tilfeldig når og om vi hadde miljøarbeid





Utvelgelse av prosjektgruppe

- En pleier fra hver bolig
- Engasjement for miljøarbeid
- Idérikdom



Best mulig forankring i kulturen på avdelingen

- Brennende hjerter samlet i prosjektgruppa
- En pleier fra hver bogruppe
- Erfaring med miljøarbeid
- Kunnskaper om demens og behov
- Eierforhold til prosjekt



- Avdelingsleder deltok i prosjektgruppa
- Prosjektgruppa hadde "frie tøyler" til å gjennomføre endringer og utvikle det eksisterende
- Kreativitet: Nyskapning og forbedring
- Satt tilbudet bedre i system
- Nyttiggjorde seg kunnskapen på avdelingen





Målet for prosjektgruppen

- Alle beboere skulle få et individuelt tilrettelagt tilbud om aktiviteter innen prosjektperioden
- Dette skulle dokumenteres på lik linje med andre tiltak i pleieplanen i dokumentasjonssystemet Gericca
- Når aktiviteter ikke gjennomføres skulle det avviksregistreres
- Endringer i det fysiske miljøet
- Innkjøp av utstyr
- Frikjøpt tid





Tilbudet skal bestå av enkle og gjennomførbare aktiviteter som stimulerer beboerne og være energigivende for personalet



- Strukturere hverdagen – Mer tid
- Dagsplanleggings-skjema – Mindre stress
- Dokumentasjon – Mer trygghet
- Mer samarbeid - Mer fellesskap
- Synliggjøring – Blir sett
- Magnet på fagfolk





Resultater: Personalet

- Prosjektet har gitt mange ansatte mulighet til å ta i bruk kunnskapene de sitter inne med på arbeidsplassen.
- Dette skaper faglig vekst
- Personalet ser mulighetene og klarer å gjennomføre til tross for utfordringer





- Forutsigbar hverdag
- Gjenkjennelse og glede
- Økt bevegelighet, bedret kondisjon, bedret koordinering
- Søker bekreftelse
- Opplever læring og mestring
- Ivaretagelse av selvbilde





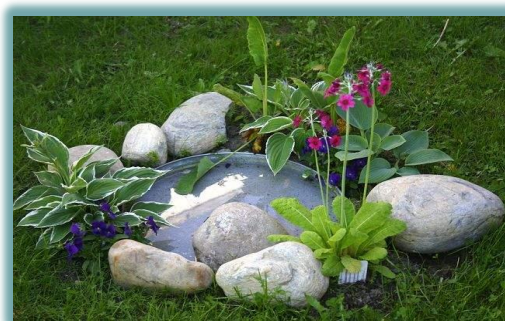
- De dagene aktivitetene må avlyses har vi mer uro og rastløshet



- Pårørendearbeid – Mer tilfredshet
- Mer attraktivt å jobbe som frivillig
- Gaver



Erfaringen viste at arbeidsmengde, ufaglærte medarbeidere og vikarer krever stor grad av struktur i hverdagen. Slik at vi i størst mulig grad får en forutsigbar hverdag, kveld og helg.
Når alle vet nøyaktig hva de skal gjøre og hva som er forventet, øker tryggheten og arbeidslysten både for beboere og personalet





Forside: Svært detaljert fordeling av personalets arbeidsoppgaver

Bakside: Gruppeaktiviteter

- Tid
- Sted
- Beboer
- Ansvar





- Aktivitetene er miljøbehandling
- Miljøbehandling likestilles med pleie og medisinsk behandling

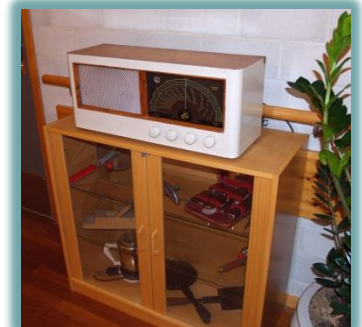


Dokumentasjonssystemet Gerica (Pleieplan)



Tilrettelegging av lokaler

- Skapt Storstua for aktiviteter
- Skapt sansegang for reminisens
- Skapt plass for gym og dans





Gruppeaktiviteter på demensavdelingen

- Vi har frokostgrupper, fredagsdans, lesegrupper, bussturer, arbeidsstue, pianospill, samlinger med varierende aktiviteter i Storstua, trimgruppe, tur- og gåtreningsgrupper, sansegruppe, sangandakt, fredagshygge, spillgruppe, bingo,
- lørdagshygge med tema, måltidene som aktivitet og turer i sansehagen





Hvordan gjøre det i praksis

- Vi som jobber med personer med demens vet at det ikke skal mye til før det oppstår forvirring og uro i denne gruppen med beboere.
- Det er av denne grunn viktig at aktiviteten er godt forberedt. Vi fordeler hvem som har ansvar for aktiviteten, allerede på rapporten. Dette ansvarliggjør personale i forhold til gjennomføring.





På leting etter de "Grønne bladene"

- Vi tar med de beboerne vi tror har glede og nytte av aktivitetene. Hovedmålet, er å øke livskvaliteten og lage de gode øyeblikkene. Ofte har personalet en god oversikt over den enkelte beboerens ferdigheter og behov.
- La noen beboerne prøve seg på en ny aktivitet, de kan overraske.....





På leting etter de "Grønne bladene"



Vi hadde som en del av prosjektet, funnet ut at korridoren kunne brukes som et område hvor vi kunne sette ut saker og ting som stimulerer til aktivitet som pilkast, sykkel, ribbevegg og basketballkurv.

I starten ble dette brukt noe sporadisk .

Basketballkurven var best likte.

Tilfeldig organiserte vi en cup med flere av beboerne, noe som var meget vellykket.

Vi opplevde:

- Glede over leken.
- Konkurransinstinkt som våknet.
- En større grad av engasjement for de andre beboerne. (klappet for hverandre og skrøt av de andre)
- Mange av beboerne viste tydelig glede over å prestere.
- Overraskende gode ferdigheter med ball fra beboere... vi ventet ikke dette.
- Hver enkelt beboer ble sett og tydeliggjort når det var deres tur å kaste ballen.
- Vinnerglede.
- Vi opplevde det gode øyeblikket og vi fant noen grønne blader** 😊





Oppegård
kommune





- Stoler til alle er satt frem på forhånd
- Det er en pleier ved basketballkurv når de kommer til aktiviteten som hjelper beboerne på plass og holder de informert om hva som skjer.
- Man bør være to personale under gjennom føringen, en som skriver poeng, og en som fokuserer på den enkelte deltager som skal kaste.
- For noen av beboerne er den store kurven for vanskelig , bruk da en liten kurv og liten ball for dem.
- De av personale som er med på aktiviteten bør kjenne beboerne kunne navnene deres..... spøke litt med dem lage oppmerksomhet rundt hver enkelt .
- Det er også hyggelig om resten av personalet tar seg tid til å være med som heiagjeng.
- Mellom 5-10 runder er ofte nok, hvis noen da ligger likt i poeng blir det først mål som vinner, noe som ofte skaper glede.
- Kår en vinner.
- Avslutte med å fortelle tydelig hva som skjer. (Nå slutter vi. Vi skal spise aftenmat).
- Følge beboerne til boligen. Ro ned.





- Sansestimulering i stellet
- Reminisens og sang/musikk i stellet
- Roomservice
- Tur i sansegangen eller ute
- Hagearbeid
- Spabad og aromaterapi
- Fotbad, fotpleie og massasje
- Frisør





- Struktur gir frigjøring av tid!
- Vi får gjort mer!
- Personalet blomstrer!
- Vi ivaretar enkeltmenneskene !
- Kvaliteten øker!

