

# Aktiviteter for menn

Enhet Omsorgstjenester Haugvoll  
Sarpsborg kommune



Vigdis Prüfer og Marit Hornnes  
Enhet Omsorgstjenester Haugvoll 2014



# Hvorfor akkurat menn?

**Forskning viser at menn lettere blir passivisert i sykehjem enn det kvinner blir.**

**Et raskt blick på 3 studier som vi har hatt nytte av.....**

## "Aktiv Omsorg - prioritering, kompetanse og kompetansebehov"

- Stor utfordring å utvikle gode og varierte tilbud for menn
- En kartlegging fant lite aktiviteter rettet mot menn
- **Menn oftere enn kvinner pasifiseres i omsorgstjenestene**

## «Større faglig bredde som bidrag til mer aktiv omsorg for sykehjemsbeboere?»

- Konklusjon: Det er vanskelig å få til tverrfaglig samarbeid med tanke på aktiv omsorg i sykehjem.
- Men informantene uttalte at ved gode rutiner og en bevisst utnyttelse av eksisterende ressurser, kunne man realisere mer aktiv omsorg.

## «Meningsfulle aktiviteter på sykehjemmet»

- **Pasientene ønsket i stor grad aktiviteter der de selv er aktive.**
- De ansatte trodde at beboerne var interessert i aktiviteter der de ansatte er aktive.
- Studien konkluderer med at de ansatte ikke kjenner beboernes ønsker og behov godt nok og at de undervurderer beboernes evne og vilje til å være aktive.



# «Aktiviteter for menn»



Et fagutviklingsprosjekt ved  
Enhet Omsorgstjenester Haugvoll 2014

Med støtte fra Utviklingssenter for sykehjem /Fylkesmannen

Vigdis Prüfer og Marit Hornnes Enhet Omsorgstjenester Haugvoll

2014

# Prosjektgruppa

- 2 beboer-representanter
- Aktivitør
- 2 pleiepersonell fra hver avdeling, også Bofellesskapet
- 2 teamledere
- 1 fra administrasjonen
- Prosjektleder / undervisningssykepleier
- Styringsgruppa består av enhetsleder, aktivitør og prosjektleder

# Samarbeidspartner

- Dagavdelingen - Kruseløkka Omsorgstjenester (som er lokalisert på Haugvoll)



Vi ville gi våre mannlige pasienter et regelmessig aktivitetstilbud hvor de selv er aktive med ting som gir mening, mestring og livskvalitet.

# Regelmessig aktivitetstilbud med åpne dører...

- For menn i sykehjem og bofelleskap, eller som bor hjemme og har dagtilbud på aktivitetsavdeling
- Som også er åpent for hjemmeboende i området rundt Haugvoll

- Men hvordan skulle vi organisere dette uten å ansette flere folk?
- Prosjektgruppa la hodene i bløt..

# Haugvoll modellen

- Vi laget en modell for hvordan et aktivitetstilbud for menn kan gjennomføres på tvers av avdelinger, uten å tilføre ekstra ressurser i form av økt bemanning.
- Hver tirsdag og torsdag året rundt
- En modell som enkelt kan overføres til andre omsorgstjenester

# Flere enn antatt...

- I utgangspunktet så vi for oss at 15-20 menn (deltakere) kunne ha glede av et slikt tilbud en eller to ganger i uka
- Det har vist seg at i alt 32 menn (deltakere) har vært involvert
- 5 er ikke beboere i omsorgstjenesten



# 3 aktivitetstilbud

- Tirsdagsforum (Møteplass for menn)
- Friluftsgruppa på torsdager (ut i det fri, med picknic, i sommerhalvåret)
- Hobbyaktivitet på torsdager i vinterhalvåret

# Tirsdagforum

- Samtaleforum for menn. Vi startet 1.april, og har siden fortsatt nesten uavbrutt med 37 tirsdager
- Et par ganger har det kollidert med fellessaktiviteter i enheten – konserter o.l – og vi har derfor nylig revidert prosedyren slik at vi prioriterer fellesaktivitetene
- Til sammen 28 menn har vært innom Tirsdagsforum. Gjennomsnittlig har det vært 6,46 deltakere

# Friluftsgruppa (april-september)

- Ut i det fri! Spasertur rundt sykehjemmet til sansehaven på besøk hos hønene Agda og Klara.
- Til sammen 16 friluftsjaktiviteter gjennomført i prosjektperioden fram til 1.oktober.
- Ved dårlig vær går vi i kantina og hygger oss med fysisk aktivitet.
- 5 ganger har det vært arrangert bussturer. Vi har da rullert på tilbud om deltakelse.
- Friluftsgruppa har hatt totalt 18 deltakere innom. Gjennomsnitt pr gang har vært 5,5.

# Hobbyaktivitet (oktober-mars)

- Enkle hobbyaktiviteter som for menn hver torsdag  
8 menn har så langt deltatt, og veien blir til mens vi går.
- En beboer har tidligere drevet mye omtrekkingsarbeid og reparasjoner av møbler, men kan ikke utføre så mye nå. Beboeren forklarer og peker, mens en aktivitetsleder er «hendene hans» .
- Treprodukter – hyller mm - blir pusset grunnet og malt. Vi sikret oss fine ting da vi hadde loppemarked i høst.
- Tett oppfølging må til - viktig å være mange nok aktivitetsledere. Det løser seg ved at praktikanter og andre stiller opp...

# Evaluering hver gang

- Alle aktivitetene avsluttes med å skrive logg
- Hvem deltok, hva gjorde vi, hva snakket vi om?
- Hva fungerte bra og hva kan vi bli bedre på - konkrete forslag til forbedringer.
- Aktivitetsledere bruker loggen som forberedelse til dagens aktivitet - derfor nyttige for alle

# Ingen ferie...

- Alle 3 aktivitetene fortsetter etter at prosjektperioden er over, det har hele tiden vært en intensjon
- Tilbudet opprettholdes også i ferier
- Det er kun på røde dager at aktiviteten ikke foregår

# Alle ansatte = Aktivitetsledere



Vigdis Prüfer og Marit Hornnes Enhet  
Omsorgstjenester Haugvoll 2014



# Opplæring i aktivitetsleder-rollen

- Gode rutiner gir trygghet og raskt innblikk i oppgaven
- På personalmøter blir det gitt opplæring
- Medlemmer i prosjektgruppa har et særlig ansvar for motivasjon og opplæring i sin avdeling
- 1.oktober hadde 57 ansatte vært aktivitetsleder
- Elever og studenter - verdifull læring.  
Aktivitetslederansvaret alltid hos en ansatt.

# Gode resultater for beboere og miljøet

- Noen har blomstret opp og sier at de har fått et positivt innhold i livet.
- En som var svært passiv og nesten aldri snakket, er blitt sosial og smiler mer.
- En som hører dårlig, men elsker å lese, stortrives med oppgaven som «bibliotekar».
- Ansatte trives med å gjøre en annerledes jobb som gjør en forskjell.

# 2014/2015: «Implementering av aktiviteter til menn i kommunehelsetjenesten»

- Et samarbeidsprosjekt mellom Haugvoll og HIØ pågår i disse dager, som følge av prosjekt «Aktiviteter for menn»
- Studie hvor deltakere og ansatte «aktivitetsledere» er blitt intervjuet
- Snart får vi vite hva som fremmer og hva som hemmer deltakelse i aktiviteter for menn
- Vi får mer kunnskap om egen praksis, og mulighet til å gjøre en enda bedre jobb!

# Takk



- Takk til Frivillighetssentralen Sarpsborg Øst for gode råd ifht å inkludere frivillig medarbeider, og stor imøtekommenhet...
- ...og Haugvolls venner og Trivselteamet for bidrag til bussturer i nærområdet.
- Takk kjære Utviklingssenteret / Fylkesmannen for Frie midler til vårt prosjekt. Elisabeth og Eivind - god veiledning og oppfølging!