

Forebygging

Prosjekt (2013-1-627)

«Seniortreff»

Cerebral Parese-foreningen

Forord

Seniorgruppen innenfor CP-foreningen har lenge ønsket seg et fellesskap med likesinnede. Behovet ble ytterligere aktualisert i forbindelse med innføringen av Samhandlingsreformen. Seniorgruppen kjenner økende uro over at mange av deres behov nå skal ivaretas av hardt pressede kommuner, og har i den forbindelse ønsket å dele uro og erfaringer med likesinnede.

CP-foreningen har også ønsket å få kunnskap om hva våre eldste medlemmer er mest opptatt av. Denne gruppen har lenge vært mindre synlig enn mange av våre andre aktive medlemsgrupper, den har stilt få krav og hatt lave forventninger med hensyn til egne tilbud.

CP-foreningen arbeider systematisk med å utvikle gode og spissede tilbud til medlemmene. «Seniortreff» (eller «Temakvelder for godt voksne») skal være et svar på ett av gruppens behov; et forum for sosialt samvær, og erfaringsdeling. At gruppen også ønsker seg stadig mer kunnskap om diagnosen og behandlingsmuligheter, ga CP-foreningen god anledning til å utvikle et likemannstilbud til de eldste medlemmene noen steder i landet.

Med støtte fra Extrastiftelsen har vi greid å utvikle et håndterbart konsept, som med enkle midler kan driftes lokalt på frivillig basis.

Oslo, februar 2016

Marit Helene Gullien
prosjektleder

Sammendrag Prosjekt Seniortreff (2013-1-627)

Bakgrunn

Personer med Cerebral Parese som nå er omkring 50 år eller mer, er bekymret for fremtiden og konsekvensene av samhandlingsreformen, med tanke på gruppens økte hjelpebehov. CP-foreningen ønsket å få frem mer kunnskap om hva gruppen tenker i denne forbindelsen. Prosjektets mål har vært å etablere seniorgrupper i de største byene, drevet på frivillig basis. CP-foreningen mener det finnes et potensial for frivillighet også blant voksne med CP. Mange har personlige ressurser og erfaring med å leve et liv med funksjonsnedsettelse som kan være viktige bidrag.

Målsetting

Å etablere lokale seniorgrupper i byer eller tettsteder. Treffene skal bli en målgruppespesifikk del av CP-foreningens likemannsarbeid. Målsettingen er også at treffene skal bidra til mindre isolasjon, økt sosial deltakelse og gi økt kunnskap om gruppen og diagnosen, og opplevd sosialt fellesskap med likesinnede. CP-foreningen ønsker også å nytte seg de synspunktene som kommer frem i gruppene, gjennom å utvikle informasjonsmateriell som kan støtte gruppen i møte med det kommunale hjelpeapparatet og andre instanser. Seniorgruppene skal også søke kontakt med andre lokale frivillig-ressurser.

Prosjektgjennomføring og metode

Det ble etablert en prosjektgruppe, med prosjektleder Marit Helene Gullien, generalsekretær Eva Buschmann og 4 medlemmer innenfor målgruppen.

Prosjektgruppen har rekruttert lokale driftere gjennom å involvere fylkesavdelingens tillitsvalgte.

Det ble utviklet et konsept: Et treff skal ha et tema, det skal skaffes en innleder, og sendes ut skriftlig invitasjon. Bevertningen skal være enkel, og det skal kunne kreves en egenandel på fra 100 til 200 kroner.

Det ble besluttet å starte på Haug boliger i Ålesund, fordi stedet i seg selv har mange seniorer med CP boende og et velegnet lokale.

Videre ble det besluttet å starte i Trondheim, Oslo, Bergen, Sandefjord og Drammen.

De lokale gruppene bestemmer selv hva de ønsket av temaer og hvilke aldersgrupper som skulle inviteres. Noen valgte en nedre aldersgrense på 50 år mens andre valgte en nedre aldersgrense på 45 år.

Begrunnelsen for å definere personer på 45 år som seniorer ble at personer med Cerebral parese ofte opplever såkalt «tidlig aldring».

Resultater og resultatvurdering

Da prosjektstøtten ble langt mindre enn søknadsbeløpet, har vi måtte skalere ned ambisjonene for prosjektet.

Ved prosjektets slutt har det vært arrangert Seniortreff/Temamøte for godt voksne i Oslo og Akershus, Buskerud, Vestfold, Trøndelag, Bergen og Møre og Romsdal.

Oppslutningen per treff har typisk ligget på omkring 10-12 påmeldte samt noen ledsagere/assistenter.

Temaene har vært CP, senskader og tidlig aldring, rehabilitering, brukerstyrt personlig assistanse, livsglede, trygghet og sikkerhet, trygd og pensjon, mindfulness, funksjonstap, opphold på Beitostølen. Det har ved flere anledninger vært brukt hjelpere fra lokal frivilligsentral, til å assistere ved mathenting, servering, forberedelser, rydding, mm.

Målgruppen verdsetter en mulighet til å treffes, prate, spise og drikke, høre om et tema som opptar dem, etter fulgt av samtale/erfaringsdeling. Gruppene har

ikke ønsket å gjøre felles sak med andre lokale pensjonistforeninger, fordi behovet primært er å være sammen med andre som også har Cerebral Parese.

Oppsummering, konklusjon og videre planer

Prosjektet har gitt mange av CP-foreningens godt voksne et spisset tilbud, noe som lenge har vært et savn.

Fra og med 1. januar 2016, er ansvaret for fortsatt drift av gruppene overført til de respektive fylkesavdelingene.

Avslutningsvis har prosjektledelsen gjennomført en questback-undersøkelse for målgruppen, for å kartlegge responsen på treffene.

var å kartlegge i hvilken grad Seniortreffene har nådd ut til og slått an hos målgruppen. Vi ønsket også å kartlegge hvor positiv målgruppen er til fortsatt drift der man er i gang, og til oppstart der en ennå ikke er i gang.

Gruppen ble totalt på 234 personer. Responsen på undersøkelsen ble 49,6%, noe vi er svært fornøyd med. Vi synes tallene er såpass oppmuntrende at vi mener driften bør fortsettes der en allerede er i gang, og at de øvrige fylkesavdelingene også kjenner seg kallet til å utvikle et slikt tilbud i sitt fylke.

En papirutskrift av resultatene sendes Extrastiftelsen i eget brev.

Resultatene er også formidlet ut til den enkelte fylkesavdeling, for å gi disse et bedre beslutningsgrunnlag i arbeidet for denne gruppen lokalt.

Innholdsfortegnelse

Kap 1. Bakgrunn for prosjektet/Målsetting	 7
Kap 2. Prosjektgjennomføring/Metode	 8
Kap 3. Resultater og resultatvurdering	 9
Kap 4. Oppsummering/Konklusjon/ Videre planer	 10

Bakgrunn for prosjektet

Personer med Cerebral Parese som nå er omkring 50 år eller mer, står midt oppe i samhandlingsreformen.

Vi vet at fler av disse bekymrer seg over hva som venter dem i fremtiden med tanke på et enda større hjelpebehov.

CP-foreningen ønsket å få frem mer kunnskap om hvordan de godt voksne/eldre medlemmene tenker om disse og andre temaer relevante for gruppen. Prosjektet ønsket å etablere seniorgrupper i de største byene. Et lokalt tilbud lokalt tilbud drevet på frivillig basis, og med ulik innretting, avhengig av deltakernes ønsker og behov lokalt.

Vi så også at vår nye mestringsbok «fra voksne til voksne» (et prosjekt støttet av Extrastiftelsen) kunne danne opptakt til refleksjon og erfaringsdeling i mindre lokale grupper.

CP-foreningen har som utgangspunkt at det finnes et potensial for frivillighet også blant voksne med CP. Erfaringen er at mange har store personlige ressurser i tillegg til at de har erfaring med å leve et liv med funksjonsnedsettelse som i en viss grad krever assistanse fra andre. Prosjektet ønsker å avdekke hvorvidt seniorer med CP kan være en ressurs også for andre.

Målsetting

Å etablere lokale seniorgrupper i byer eller tettsteder (det må foreligge et tilstrekkelig antall godt voksne med CP som ønsker å treffe likesinnede på jevnlig basis). Gruppene skal treffes med jevne mellomrom, og i løpet av prosjektperioden bli selvdrevne, på frivillig basis. Treffene skal bli en målgruppespesifikk del av CP-foreningens likemannsarbeid. Målsettingen er også at treffene skal ha en egenverdi for deltakerne, de skal bidra til mindre isolasjon, gi økt sosial deltakelse og gi personlig utbytte i form av økt kunnskap om gruppen og diagnosen, og opplevd sosialt fellesskap med likesinnede. Det legges opp til at hvert møte skal ha et tema, en innleder og påfølgende erfaringsdeling og bevertning. Det er også et mål at de etter hvert selvgående gruppene i fellesskap skal sette standarden for hvilke tema de ønsker behandlet. De lokale gruppene skal også selv få bestemme hvilke aldersgrupper de ønsker å inkludere i gruppen godt voksne/seniorer. CP-foreningen ønsker også å nyttegjøre seg de synspunktene som kommer frem i gruppene, og

bekreftelse/støtte opp om disse, gjennom å utvikle nytt og bedre informasjonsmaterieell som kan støtte gruppen i møte med det kommunale hjelpeapparatet og andre instanser. Gruppene skal også være tilgjengelige for andre enn CP-foreningens medlemmer. Seniorgruppene skal også søke kontakt med andre lokale frivillig-ressurser.

Prosjektgjennomføring og metode

Det ble etablert en prosjektgruppe, med prosjektleder Marit Helene Gullien, generalsekretær Eva Buschmann og 4 medlemmer innenfor målgruppen, som dessuten representerte landets 3 største byer (2 fra Oslo). Prosjektgruppen har rekruttert lokale driftere gjennom å involvere fylkesavdelingens tillitsvalgte, , og latt dem legge premissene for «sine» arrangementer, nettopp for å øke det lokale eierskapet til konseptet og derved motivere lokal handlekraft og gjennomføringsevne.

Det ble utviklet et konsept for treffene som gikk ut på at et treff skal ha et tema, det skal skaffes en innleder, og sendes ut skriftlig invitasjon til alle medlemmer innenfor den aktuelle fylkesavdelingen. Det ble også etablert som prinsipp at invitasjon på papir skal sendes alle medlemmer som CP-foreningen ikke har epostadresser til, da flere innenfor denne gruppen ikke har tilgang til epost. Bevertningen skal være enkel, og det skal kunne kreves en egenandel på fra 100 til 200 kroner.

Det skal også opplyses i invitasjonen når møtet avsluttes, av hensyn til behovet for å bestille hjem transport, ledsager/assistent, mm.

Det ble besluttet å få i gang første seniortreff på Haug boliger i Ålesund, fordi stedet i seg selv ligger godt til rette for å komme i gang ved at det har mange seniorer med CP boende, det bor flere seniorer med CP i samme by/fylke, stedet har et velegnet felles lokale og ikke minst et ivrig seniormedlem, som med hjelp fra prosjektleder, ønsket å bidra.

Videre ble det besluttet å starte i Trondheim, Oslo og Bergen. Det ble også jobbet for å motivere til samarbeid mellom Sandefjord og Drammen, (Buskerud og Vestfold), en folkerik region med mange potensielle deltakere.

Etter møter med de respektive tillitsvalgte i disse byene, besluttet begge å delta i samarbeidet.

De lokale gruppene fikk selv bestemme hva de ønsket å kalle møtene og hvilke

aldersgrupper som skulle inviteres. Noen valgte å beholde navnet Seniortreff og en aldersdefinisjon på 50 år eller eldre, mens andre valgte navnet «Temamøte for godt voksne», og satte nedre aldersgrense til 45 år. (Begrunnelsen for å definere personer på 45 år som seniorer ble at personer med Cerebral parese ofte opplever såkalt «tidlig aldring», senskader og slitasjeproblematikk som gjør mange hjelpetrengende langt tidligere enn andre, og gjør problemstillingen mer aktuell også for dem under 50).

Resultater og resultatvurdering

Da prosjektstøtten ble langt mindre enn søknadsbeløpet, har vi måtte skalere ned ambisjonene for prosjektet, og har derfor prioritert de delene av prosjektet som har gitt direkte nytte og utbytte for de menneskene det gjelder, nemlig det medlemsnære likemannsarbeidet.

Prosjektet har heller ikke hatt mulighet til å finansiere det materiellet vi ønsket å utvikle på søknadstidspunktet og som er beskrevet i søknaden. Vi har til dels også undervurdert behovet for personlig engasjement fra prosjektledelsen, for å stimulere og motivere til oppstart av lokale treff. Det har blant annet vært avholdt formøter med alle de lokale drifterne hver for seg, og gjennomført flere motivasjonssamtaler og møter for å komme i gang.

Ved prosjektets slutt har det vært arrangert Seniortreff/Temamøte for godt voksne i

Oslo og Akershus (3 ganger)

Buskerud/Vestfold (3 ganger (2 er avlyst pga for lav påmelding)

Trondheim 1 gang (2 avlyst pga for lav påmelding)

Bergen 1 gang (lørdagsseminar med to innledere)

Ålesund 6 ganger, inkludert sommer- og juletreff.

Treffene har som vist variert i antall, alt etter vurdering og beslutning fra de lokale drifterne og deres fylkesavdelinger i samråd med prosjektleder.

Oppslutningen per treff har typisk ligget på omkring 10-12 påmeldte samt noen ledsagere/assistenter.

Temaene har vært CP, senskader og tidlig aldring, rehabilitering, Brukerstyrt personlig assistanse, livsglede, trygghet og sikkerhet, trygd og pensjon, mindfulness, funksjonstap, opphold på Beitostølen. Gruppene har også brukt

boken «Fra voksne til voksne», som oppspill til erfaringsdeling og refleksjon. Treff og møter med tema som ligger helt utenfor CP-feltet, har i noen tilfeller måttet avlyses pga for svak oppslutning.

Det har ved flere anledninger vært brukt hjelpere fra lokal frivilligsentral, til å assistere ved mathenting, servering, forberedelser, rydding, mm.

Det har vært benyttet ulike lokaliteter, fra konferanserom på hotell, møterom på Lokale Lærings- og mestringssentre og egne lokaler der dette har vært mulig.

Målgruppen verdsetter en mulighet til å treffes, prate, spise og drikke, høre om et tema som opptar dem og samtale/erfaringsdeling etterpå. Det er interesse for å treffe andre i liknende situasjoner og lære mer om temaer som er knyttet til det å ha Cerebral Parese spesielt, eller livet i sin alminnelighet (livsglede, mindfulness, mm) som appellerer.

Bare å samles til kafebesøk eller liknende, som også har vært forsøkt, har måttet avlyses pga for svak deltakelse.

Alle grupper har vært invitert til selv å foreslå temaer lokalt. Gruppene har ikke ønsket å gjøre felles sak med andre lokale pensjonistforeninger, fordi behovet primært er å være sammen med andre som også har Cerebral Parese.

Oppsummering, konklusjon og videre planer

Prosjektet har gitt mange av CP-foreningens godt voksne/seniorer mange steder i landet et spisset tilbud, og derved plassert en ellers nokså lite krevende gruppe «på kartet» innad i CP-foreningen, som ellers er preget av mange initiativrike ungdommer og engasjerte foreldregrupper.

Fra og med 1. januar 2016, er ansvaret for fortsatt drift av gruppene overført til de respektive fylkesavdelingene. Det er satt av likemannsmidler i CP-foreningen, som fylkesavdelingene kan søke om, til fortsatt drift eller også oppstart av likemannstiltak som dette.

Avslutningsvis har prosjektledelsen gjennomført en questback-undersøkelse blant alle sine medlemmer på 45 år eller eldre, der vi søker å kartlegge responsen fra de fylkene der treffene har vært arrangert, og behovet for slike

der det ikke har vært slikt tilbud til seniorene.

Resultatene av undersøkelsen er sammenstilt og formidlet ut til den enkelte fylkesavdeling, for å gi disse et bedre beslutningsgrunnlag i arbeidet for denne gruppen lokalt, se nedenfor.

«Seniorquest 2015» - resultater

I desember 2015 ble Prosjektet Seniortreff avsluttet med tanke på prosjektoppdraget og midlene fra Extrastiftelsen.

«Seniortreff» (eller «Temakveld for godt voksne» som noen har valgt å kalle det, vil fortsette i fylkesavdelingene, som har ansvar for videre drift av dette likemannstilbudet fra januar 2016.

Målet mer undersøkelsen har vært å finne ut i hvilken grad Seniortreffene har nådd ut til og slått an hos målgruppen. Vi ønsket også å kartlegge hvor positiv målgruppen er til fortsatt drift der man er i gang, og til oppstart der en ennå ikke har laget et slikt tilbud.

Vi valgte å sende undersøkelsen til alle medlemmer i CP-foreningen som er 45 år eller eldre, som vi har mailadresse til.

Gruppen ble totalt på 234 personer. Responsen på undersøkelsen ble 49,6%, noe vi er svært fornøyd med. Vi synes tallene er såpass oppmuntrende at vi mener driften bør fortsettes der en allerede er i gang, og at de øvrige fylkesavdelingene også kjenner seg kallet til å utvikle et slikt tilbud i sitt fylke.

Vedlagt finner dere en utskrift av undersøkelsen med grafisk fremstilling av svarene i farger, slik at det skal være lett å se hvordan forskjellene fordeler seg. Resultatene kan gi fylkesavdelingene innspill til tema og aktiviteter, som er foreslått av medlemmene selv.

Noen av resultatene:

74% av alle medlemmer på 45 år eller eldre er blitt invitert til seniortreff/temamøter for godt voksne.

42% har deltatt.

83% av alle som har deltatt var fornøyd eller svært fornøyd med tilbudet.

66% av hele målgruppen svarer at de vil takke ja til å være med dersom de blir invitert igjen.

75% ønsker å lære mer om ulike tema, når vi spør om hvilket utbytte de ønsker seg av slike treff.

61% oppgir at de også ønsker å treffe andre for å prate og hygge seg.

Undersøkelsen viser at gruppen godt voksne eller seniorer interessert i svært mange ulike tema. Gruppen har også forslag til mange ulike aktiviteter de kan tenke seg å delta i, så mulighetene er mange. Vi ønsker å stimulere til fortsatt drift og oppstart av flere grupper. Denne gruppen trenger et eget målrettet tilbud.

VEDLEGG: 1 (Utskrift av Questbackundersøkelsen som ettersendes i eget brev).