

Prosjekt 8-84-3212

**Aktivitetsvenn for hjemmeboende med
demens i Stavanger**



**Finansiert av Extra Stiftelsen
Helse og Rehabilitering
gjennom Nasjonalforeningen
for folkehelsen**

Bakgrunn

Prosjekt Aktivetsvenn i Stavanger (opprinnelig benevnt Fritidskontakter) hadde oppstart våren 2013. Et prosjekt fullfinansiert med EXTRA midler. Prosjektet som skulle gå over 2 år hadde som mål å utvikle og etablere et individuelt tilpasset fritidstilbud til personer med demens først i Stavangerområdet, deretter for hele Rogaland.

Prosjektet hadde 5 hovedtiltak:

1. Utvikling av innhold i aktivitetsvennordningen
2. Rekruttere aktivitetsvenner
3. Utvikle og gjennomføre opplæring og oppfølging av aktivitetsvenner
4. Utprøving av aktivitetsvennordningen; kopling av frivillige og hjemmeboende med demens
5. Utvikling av en veileder (bok-/hefteformat)

Ved oppstart i mai 2013 ble arbeidet ledet av prosjektleder i 100 % stilling. De første månedene gikk hovedsakelig til informasjon, som det må være når en driver nybrottsarbeid. I løpet av de første 10 månedene var likevel de første 4 hovedmålene prøvd ut i småskala, begrenset til 2 bydeler.

Hendelser som påvirket mål og fremdrift i Stavangerprosjektet.

I Etterkant av NRK TV-aksjonen 2013 etablerte Nasjonalforeningen for folkehelsen et landsdekkende prosjekt med Aktivetsvenner for personer med demens, og etablerte regionale prosjektleder-stillinger. Mye av det som startet opp i Stavanger ga nyttige bidrag til det nasjonale prosjektet.

En av oppgavene for det nasjonale prosjektet ble å utvikle en veileder. Hovedtiltak 5 falt derfor bort fra Stavangerprosjektet. Det er utviklet «Verktøykasse» med informasjonsmateriell, vervebrosjyrer, rekrutteringsmaterieell og kurspakke i det nasjonale prosjektet.

Fra mars 2014 gikk «vår» prosjektleder over i stilling som regional prosjektleder i det nasjonale prosjektet. Stavanger-prosjektet var uten prosjektleder frem til september 2014. Det ble i mellomtiden søkt om å endre prosjektlederstillingen i til 70 %, forlenge rest-tiden til 1,5 år og begrense arbeidsområdet til Stavanger også i fortsettelsen. Parallelt ble

sluttproduktet søkt endret til å søke etter løsninger for videre drift etter prosjektperioden, i stedet for å utarbeide veileder for oppstart nye steder.

I søknaden ble det også angitt et ønskelig «bi-produkt»; hvordan prosjektet kan bidra til å skape møteplasser for aktivitetsvenner og brukere.

Ved opprinnelig sluttdato 31.12.15 gjenstod midler tilsvarende mer enn ett års drift. Vi søkte og fikk tillatelse til å videreføre prosjektet ut 2016 på restmidlene.

Arbeidsfase fra september 2014 til desember 2016

Ny prosjektleder tiltrådte 01.09.14 og har siden da jobbet med å videreutvikle prosjektet både i mengde og innhold.

Parallelt ble to av medlemmene i prosjektets styringsgruppe fra Oslo erstattet med to fra Stavanger kommune; frivillighetskoordinator og politisk medlem fra levekårsstyret. Det var et bevisst valg på veien mot å nå et nytt hovedtiltak 5.

Styringsgruppen har hatt to møter årlig.

Det har i tillegg vært avholdt flere møter med kommunens ledelse om tilskudd til videre drift. At prosjektet kunne fortsette med EXTRA midler og forlenges til ut 2016 har vært av uvurderlig betydning for at stillingen nå blir videreført med kommunalt tilskudd.

Det er tidkrevende å drive nybrottsarbeid og vinne fram med forståelse av hva nye tilbud betyr for ulike målgrupper.

Rekruttering og oppfølging av frivillige

Antall aktivitetsvenner øker fortløpende og det er testet ut flere steder å rekruttere fra. Det er veldig bra når de som allerede er aktivitetsvenner rekrutter egne venner, kolleger og tidligere kolleger. Det oppfatter vi er et kvalitetsstempel for produktet!

Prosjektleder har oppsøkt samlingssteder/klubber for seniorer, NAV og samlingssteder for nye/langtidsarbeidsledige som rekrutteringsarena.

Nasjonal rekrutteringskampanje i samarbeid med Frivillig.no fører til at nye selv tar kontakt for å få mer informasjon.

Kurs tilbys regelmessig, og tilbudet er utvidet til også å omfatte frivillige på sykehjem.

Oppfølging av frivillige har vært og er en viktig del av prosjektleders fokus. Frivillige skal ikke bare rekrutteres, de må følges opp både faglig og sosialt for å velge å bli. Å føle seg trygg i rollen som frivillig for personer med en lite kjent og/eller fryktet sykdom er av vesentlig betydning. Det gjennomføres samling for frivillige 2 ganger årlig, der innholdet en gang er fagrelatert, en gang «bare» sosial sammenkomst og erfaringsutveksling.

Ved utgangen av 2016 er det 40 aktivitetsvenner som har gjennomført kurs, og i overkant av 10 som venter på kurs på nyåret. Noen få har sluttet underveis. Flere aktivitetsvenner har etter hvert mistet den de først var aktivitetsvenn for, men har valgt å bli i vervet og bidra overfor nye personer med demens.

Vi har sett at det er viktig å ha en fast person å henvende seg til når «ett-eller-annet» oppstår. At det finnes en som kjenner til både den demenssyke, evt. pårørende og/eller kontaktperson i hjemmetjenesten, som kan formidle beskjed videre gir trygghet for de frivillige.

Rekruttering og oppfølging av brukere

Det er også utviklet nye arenaer for å nå flere brukere. Hjemmebaserte tjenester var den første. Vi ser at det fungerer best i de bydelene der denne tjenesten er organisert gjennom demensarbeidslag. Etter hvert har kunnskap om tilbudet nådd ut til fastleger og til hukommelsesklinikken. I tillegg rekrutteres noen gjennom organisasjonens egne demensforeninger og pårørendeskoler. Omtale i media er også en nyttig måte å nå ut med informasjon om tilbudet.

For å finne riktig match mellom aktivitetsvenner og brukere er det viktig at den som kobler har god kjennskap til begge parter, og fortrinnsvis også har dialog med brukerens pårørende. I mange tilfeller har det vist seg å være viktig at prosjektleder som har vært på hjemmebesøk og er «en kjent person», også er tilstede ved første møte mellom bruker og aktivitetsvenn – enten hjemme eller på annen møteplass (som «Ågesentunet».)

Erfaringer underveis

Å være aktivitetsvenn en til en til en person med demens kan for noen oppleves utrygt i begynnelsen, og vi så tidlig at det ville være en styrke for arbeidet om det fantes en møteplass for frivillige aktivitetsvenner og brukere av tjenesten.

Relativt tidlig startet en prosess for å få opprettet en slik møteplass. Målet var å få et tilbud tilsvarende det friske seniorer har tilbud om; treningstilbud, kafe, sang og musikk. Det var viktig å ha et tilbud på et «friskt» sted, som ikke var tilknyttet et sykehjem.

Hverdagsglede – en ønsket møteplass

Bi-produktet i form av møteplasser for aktivitetsvenner og brukere som vi ønsket, ble utviklet i samarbeid med Skipper Worse, en stiftelse som ligger under Nasjonalforeningen i Stavanger. «Hverdagsglede» åpnet våren 2014, og er en møteplass som er lagt til et gammelt tømmerhus «Ågesentunet» i en av Stavangers bydeler. Dette er en frisk plass, uavhengig av sykehjem. Huset eies av kommunen og leies av Skipper Worse.

«Hverdagsglede» drives med midler fra Helsedirektoratet og tilskudd fra kommunen, og har en sykepleier som leder. I tillegg er det et stort antall frivillige. Hverdagsglede er åpent 3 dager i uken med alle aktivitetene som var ønsket, og i tillegg gågruppe.

Det er flere aktivitetsvenner som starter som frivillige «på huset» før de tar steget videre og blir aktivitetsvenn en til en. Det er også flere av aktivitetsvenner og brukere som benytter Hverdagsglede som et møtested for sitt samvær. Og noen brukere blir introdusert for sin aktivitetsvenn første gang sammen med en pårørende på «Ågesentunet».

Det har under tiden utviklet seg et tett samarbeid mellom de to prosjektene, noe vi ser har vært en styrke for begge.

Kommunen opplever at tilbudene er så gode at de legger til rette for at begge skal fortsette, med kommunal støtte fra 01.01.2017.

Tilbakemeldinger fra ulike målgrupper

Primærmålgruppen var hjemmeboende personer med demens. Pårørende og frivillige aktivitetsvenner sees også som målgrupper.

Tilbakemeldinger fra alle målgruppene tilsier at dette tiltaket er et godt tilbud; Avhengig av mulighetene til å kommunisere gir personer med demens sine tilbakemeldinger.

En av de første damene som fikk en aktivitetsvenn sa det slik: *«Jeg husker ikke hvem du er, men jeg blir så glad inni meg når jeg ser deg.»* Andre sier: *«Du kan veien, da er jeg trygg!»* og *«Når vi går tur kan jeg fortelle deg om hvordan her så ut da jeg var liten.»*

Tilbakemelding fra pårørende er veldig god. Noe av det som sies er: *«Det er godt å ha en aktivitetsvenn som kommer og tar den syke med seg, ikke bare får vi et friminutt, men det er så godt med en som ikke har så nær relasjon til den syke, men som likevel blir et ankerfeste i livet».*

«Når min mann har vært ute med sin aktivitetsvenn har vi en god ettermiddag og kveld.»

Også aktivitetsvennene melder tilbake at oppgaven som aktivitetsvenn for en person med demens er svært givende; *«Jeg gleder meg til hver gang vi skal være sammen»*

«Det gir meg så mye som menneske å være sammen med en som trenger meg»

Det har gitt meg mye og ny kunnskap om det å ha en demenssykdom, og hvordan vi kan «være» sammen.

Andre målgrupper

I begynnelsen så vi på spesialisthelsetjenesten SESAM (senter for eldremedisin og samhandling) og kommunen som samarbeidspartnere for å få tilbudet startet. Underveis har vi erfart at arbeidet med prosjektet har ført til tettere samarbeid med begge parter.

Spesialisthelsetjenesten bidrar med faglige foredrag på kurs og samlinger for aktivitetsvenner, og har i egne prosjekt behov for hjelp til å skaffe frivillige (sjåførere til forskningsprosjektet Demensskolen).

Representanter i kommunen som kunne invitere oss inn i demensnettverket var viktige for oss for å nå ut med informasjon til «alle» som jobber med familier med demens. Det har utviklet seg et gjensidig samarbeid med ansatte i kommunen. Noen henvender seg for å melde behov for sine brukere, og tar også del i kobling mellom brukere og aktivitetsvenner.

Et samarbeid som er utvidet til å gjelde i andre sammenhenger enn prosjektet det ble innledet med.

Oppsummering

Det som var tenkt å vare i to år har som følge av uforutsette hendelser og heldige tilfeldigheter strukket seg over nesten fire år.

I løpet av disse årene har stadig flere hjemmeboende med demens opplevd å få en venn som kan bidra til at den demenssyke kan delta i aktiviteter han/hun har vært med på før og

fysisk fortsatt er i stand til å være med på, men er avhengig av at noen er med og viser vei. I tillegg til aktivitetsvenn en til en er det med god effekt lagt til rette for gruppeaktiviteter.

Tilbakemeldinger fra pårørende at den som har vært ute er mer tilfreds langt utover dagen/kvelden når han/hun har vært ute med sin venn og at dette tilbudet gir et reelt friminutt for den pårørende.

Også frivillige melder at det å være aktivitetsvenn er givende, og de fortsetter som aktivitetsvenner selv om den de opprinnelig var venn til er blitt for syk til å gå ut lengre. Noen følger videre til sykehjem i en periode, mens andre får ny «venn».

Vi opplever stadig økende etterspørsel etter aktivitetsvenner, og henvendelser fra nye frivillige.

Å jobbe med prosjektet gjennom de siste 4 årene har vært svært givende.

Tusen takk til dere som har støttet prosjektet og gitt oss muligheter til å utvikle et tilbud som gjør en forskjell, både for demenssyke, pårørende og frivillige!