

SLUTTRAPPORT AKTIVITET OG LIVSLYST, UTANDØRS AKTIVITETS- OG GENERASJONSMØTESTAD

Forord

Prosjektet er eit førebyggingsprosjekt, med mål om å skape ein aktivitets- og generasjonsmøtestad på Fjaler sjukeheim. Prosjektets varigheit er 2 år, men det fyrste året var allereie finansiert før ein søkte om midlar frå ekstrastiftinga til å utvikle prosjektet. Prosjektet har vore eit samarbeid med mellom Lions Club Fjaler, Frisk i Fjaler og Fjaler kommune.

Samandrag

Prosjektet hadde som mål å skape ein aktivitetsbage og møtestad for alle generasjonar, samt å gje bebuarane på sjukeheimen i Dale eit tilbod om utandørs fysisk aktivitet som alle kan klare å gjennomføre, som i tillegg kan samle familien. Hagen har blitt brukarvennleg og innbydande sidan prosjektstart. Lysthus, aktivitetsapparat, fugleredehuske, benkar og grill er på plass. Hagen har fått eit vesentleg løft med nye planter og busker. Hagen har fungert godt som generasjonsmøtestad. Fugleredehuska har vore myke brukt av born, bebuarar på sjukeheimen, ansatte og familie. Det som gjenstår er å lage ein hellegang gjennom hagen der bebuarane enkelt kan ta seg fram med rullator og rullestol. Vi ventar også på eit aktivitetsapparat til, samt at noko hagearbeid har vorte utsett til våren grunna praktiske årsaker. Til våren vert det arrangert ein offisiell opningsfest for hagen.

Innholdsfortegnelse

Kap 1. Bakgrunn for prosjektet

Kap 2. Prosjektgjennomføring/Metode

Kap 3. Resultat og resultatvurdering

Kap 4. Oppsummering/Konklusjon/Vidare planar

Bakgrunn for prosjektet

Hausten 2014 gav Lions Club Fjaler 20 000,- i gåve til sjukeheimen i Dale, Fjaler Kommune. Etter samtale med folkehelsekoordinator der fleire aktuelle prosjekt vart drøfta, landa Lions Club Fjaler på at dei ville gje gåva til aktivitetsapparat for eldre bebuarar på sjukeheimen.

I tilknytning til sjukeheimen er det ein hage. Sommaren 2014 fekk ein opp gjerde og port i denne slik at eldre bebuarar på sjukeheimen, då særleg personar med

demens, kunne få vere ute her utan at personalet slapp bekymre seg for om dei «vandra vekk». Det var ein veldig god start for hagen, men elles er det lite som har skjedd med hagen dei siste åra grunna manglande økonomi til opprusting.

Med gåvetildelinga frå Lions Club Fjaler, byrja ein å tenkje på kva ein kunne gjere med hagen. «Frisk i Fjaler», som er ei venneforeninga til Fjaler Sjukeheim, starta eit samarbeid med Lions Club Fjaler, med mål om å gjere hagen til ein stad der ein vert glad av å vere i. Gåva som Lions Club Fjaler har gjeve er ein flott start på prosjektet, men for å sikre at hagen vert ein kjekk opphalds- og aktivitetsstad er det fleire delmål som må gjennomførast.

Vi fekk 115 000,- av extrastiftinga for å gjennomføre dette prosjektet.

Prosjektet har vore eit todelt prosjekt, over to år. Første fase vil vere ferdig i 2015, men utgangspunkt i midlane Lions Club Fjaler har gitt i gåve. Fase 2, som vi har fått midlar av Extrastiftinga til, vart gjennomført i 2016.

Plan for fase 1 var å arrangere dugnad for å rydde hagen, tinge aktivitetsapparat og møblar. For å sikre at hagen vert brukt, gjekk ein i fase 2 inn for å lage eit attraktivt uteområde med lysthus, fleire benkar, nye blomar, så i plen, kjøpe sittegruppe, parasoll og grill. For å gjere hagen attraktiv for fleire generasjonar, ønskte vi å få på plass eit aktivitetsapparat for borna.

Prosjektgjennomføring

I Fase 1 av prosjektet hadde ein dugnad der ein rydda hagen, skar ned busker og planta nokre nye. Plenen vart rydda, og underlaget spylt og reinska for ugras.

I fase 2 fekk ein på plass ei fugleredehuske, ei disse som kan brukast av både born og vaksne. For at hagen skal verte brukt også i regnveir, tinga vi eit lysthus som Lions Club Fjaler sat opp på dugnad. Vi tinga også 2 benkar frå ein lokal handverkar, samt eit aktivitetsapparat. Grill og hagemøblar er kjøpt inn, og planter planta på dugnad av prosjektgruppa. Benkane og lysthuset vart måla på timebetaling. Sittegruppe, parasoll og krukke med blomar er kjøpt inn.

Aktivitetstrappa er ikkje enno levert, den er teikna i samband med fysio- og ergoterapitenesta. Elles er ikkje plenen sådd i enno. Det er ikkje laga sti som bebruarane kan gå på, men dette skal planleggast og utførast til våren. Elles har alt gått etter planen.

Resultat og resultatvurdering

Hagen har vorte innbydande og brukarvennleg. Den er no rydda for ugras og store busker klipt ned. Etter at fugleredehuska kom på plass, samt benkar og lysthus har hagen vore mykje nytta. Mange av bebruarane har våga seg oppi huska, den er

også svært populær blant borna, familie og tilsette på sjukeheimen. Nokre av pasientane har nytta dissa mykje, noko som ser ut til å skape glede og livskvalitet for den einskilde.

Det å ha eit uteområde som ein kan nytte i godvørs dagar er noko bebruarane set stor pris på. Dette har også vorte ein stad der dei tilsette på Fjaler Helsetun har nytta som pauserom i sumarhalvåret. Dette er positivt då bebruarar på sjukeheimen og tilsette i dei ulike einingane i Fjaler kommune har ein uformell møteplass.

Hagen har vore mykje nytta av familie og pårørande på kveldstid og helg, og har dermed fungert svært godt som ein Aktivitets- og generasjonsmøtestad.

Oppsummering

Aktivitet og livslyst – utandørs aktivitets- og generasjonsmøteplass har vore eit positivt prosjekt som har skapt mykje glede både for bebruarar, personal, familie og pårørande. Prosjektgruppa ser fram til å halde ein offisiell opningsfest til våren, til å få på plass hellegangen og så i plenen. Vidare ønskjer vi å plante meir blomar og få på plass treningstrappa. Denne trappa tenkjer fysio-og ergoterapitenesta i kommunen å nytte i behandlinga si, den kan også verte nytta til eigentrening av bebruarane.