



Løvåsen Sykehjem, Undervisningssykehjem

Undervisningssykehjemsprosjekt:

# FRIVILLIGHETSARBEID I SYKEHJEM



Høgskolelektor Britt Øvrebø Haugland  
og ledende aktivitør / frivillighetskoordinator Birte Eliassen

**RAPPORT 2008**

<b>1.0 Innledning .....</b>	<b>3</b>
1.1 Bakgrunn.....	3
1.2 Prosjektet frivillighetsarbeid ved Løvåsen Undervisningssykehjem.....	4
1.2.1 Hovedmål for prosjektet .....	5
1.2.2 Prosjektorganisering .....	5
1.2.3 Situasjonen ved prosjektstart: .....	5
<b>2.0 Rekruttering, kvalitetssikring, oppfølging og veiledning av frivillige .....</b>	<b>7</b>
2.1 Rekruttering .....	7
2.1.1 Informasjonsbrosjyre .....	7
2.1.2 Andre måter å rekruttere frivillige .....	7
2.2 Kvalitetssikring .....	8
2.2.1 Undersøke om den frivillige egner seg til oppgaven .....	8
2.2.2 Kvalitetssikre frivillighetsarbeidet ved systematisk oppfølging av de frivillige og beboerne .....	8
2.3 Oppfølging .....	9
2.3.1 Kurs for frivillige .....	9
2.3.2 Sosiale arrangementer for å styrke samholdet blant de frivillige .....	9
<b>3.0 Organisering av frivillighetsarbeidet .....</b>	<b>10</b>
3.1 Eksempler på oppgaver de frivillige deltar i.....	10
3.2 Kartlegge mulige eksterne samarbeidspartnere .....	11
3.2.1 Eksempler på eksterne samarbeidspartnere .....	12
<b>4.0 Kartlegging av hvilke aktiviteter som kan være av interesse for beboerne .....</b>	<b>13</b>
4.1 Metode .....	13
4.2 Gjennomføring av kartleggingen. ....	14
4.2.1. Utvalg.....	14
4.2.2. Gjennomføring av kartleggingen .....	14
4.2.3. Resultat .....	15
4.2.4. Drøfting av kartleggingen .....	18
<b>5.0 Evaluering av prosjektet og veien videre.....</b>	<b>19</b>
5.1 Prosjektorganiseringen.....	19
5.2 Forberedelser for å starte frivillighetsarbeidet.....	20
5.3 Rekruttering, kvalitetssikring og oppfølging av frivillige .....	21
5.4 Spørreundersøkelsen .....	22
5.5 ”Punktvis” råd om oppstart og drift av frivillighetsarbeid.....	23
<b>Vedlegg:.....</b>	<b>25</b>

# 1.0 Innledning

## 1.1 Bakgrunn

Det er lovbestemt at beboerne ved sykehjem skal ha tilbud om varierte aktiviteter. I Rundskriv om "Kvalitet i pleie og omsorgstjenester" fra Sosial- og helsedepartementet, mars 1997 og revisjon juni 2003, heter det at beboerne /beboerne har krav på tilbud om variert og tilpasset aktiviteter både inne og ute.

I juni 2007 ble det sendt et rundskriv om aktiv omsorg fra helse og omsorgsdepartementet til landets kommuner og fylkesmenn. I skrevet påpekes det at det er på det sosiale og kulturelle området dagens omsorgstjeneste kommer til kort og at tilbud om dagaktivitet mange steder fremstår som det manglende mellomledd i omsorgskjeden. I stortingsmelding nr. 25 (2005-2006) mestring, mening og mangfold peker regjeringen på dette som en av de fem viktigste omsorgsutfordringene og legger opp til aktiv omsorg som en hovedstrategi for fremtidens omsorgstjenester. Dette vil kreve innsats fra flere hold, både tverrfaglig og fra frivillige.

Næss (2005) påpeker i sin doktorgradsavhandling at uforutsette hendelser, slik som pasientens dagsform og humør, virker inn på den pleietrengendes behov. Omsorg som kompetanse består ofte av forhåndsdefinerte oppgaver som pleierne må løse, derfor blir det mindre rom for å tilpasse omsorgen etter brukernes behov. For de ansatte handler det ofte om å få tingene gjort. Næss viser til at de som er pleietrengende og har et dårlig sosialt nettverk ikke får dekket sine behov for andre aktiviteter.

Undersøkelser av tilfredshet hos eldre på institusjoner har vist at de spurte er minst fornøyd med manglende muligheter for kulturelle og sosiale aktiviteter. Mange eldre har en opplevelse av å bare eksistere. Vi har erfart og dokumentert at satsing på kultur gir helse, og bidrar til opplevelse av mening og velvære for den enkelte. Sammenhengen mellom kultur og helse går ofte via sosial deltakelse. I det sosiale fellesskapet styrkes identiteten og det produseres energi til å kunne mestre livet også når man er alene. Mange tenker på helse som fravær av sykdom. Når vi snakker om god helse for den enkelte mener vi deres overskudd til å møte eller mestre livets påkjenninger. Kultur er en av flere innfallsvinkler i det trivsels- og helsefremmende arbeidet som drives på eldreinstitusjoner. (Tidligere generalsekretær Helen Bjørnøy, Kirkens bymisjon).

### 1.1.1 Frivillig engasjement og frivillig sektor

Frivillig aktivitet er en kraft som er helt nødvendig for å skape et godt samfunn; Et samfunn som er bygd opp nedenfra gjennom familien, nærmiljø, lokalsamfunn og frivillig sektor. De frivillige organisasjonene er helt avgjørende for å opprettholde levende og trygge lokalsamfunn. På individplan utgjør frivillig aktivitet en arena for personlig engasjement, aktiv deltakelse og felleskap med andre.

Verken det offentlige eller markedet klarer å løse alle oppgavene alene. Frivillige organisasjoner, interesseorganisasjoner og ulike foreninger har vært – og er – sentrale bidragsytere til mangfold, livskvalitet, kultur, politikk og demokratiske holdninger. Frivillig innsats og dugnadsånd er sterkt rotfestet i norsk kultur. Frivillig arbeid blir i dag sett på som så

viktig at det i mange sammenhenger blir betegnes som den tredje sektor, i tillegg til offentlig og privat sektor.

Mange tror at det er mindre av frivilligheten i dag enn før, men frivillighet er en sterk livskraft som ikke har gått av moten. Den norske Hopkinsundersøkelsen, som er en del av en stor internasjonal undersøkelse om frivillig arbeid, viser at antall nordmenn som bidrar med frivillig arbeid har økt de siste årene. I 1997 deltok 52 prosent av nordmenn med ubetalt innsats til frivillige organisasjoner i løpet av et år - i 2004 var tallet steget til 58 prosent. Halvparten av den voksne befolkningen og tre fjerdedeler av barn og unge er med i frivillige organisasjoner og sammenslutninger. Dette er imponerende og en viktig ressurs vi ikke klarer oss uten – verken som enkeltmenneske, organisasjon eller samfunn.

Det som har skjedd av endring er at folks frivillige innsats fått en noe annen karakter enn før. Færre vil binde seg til verv og langsiktige medlemskap i organisasjonene. Maktutredningen snakker om en ny organisasjonsform – øyeblikksorganisering – som kjennetegnes av at folk bidrar med frivillig arbeid etter hvilke saker som opptar dem og når de har tid til å gjøre en innsats. Det ligger også en egenverdi i at folk ønsker å gjøre en innsats for andre. Det at folk gir av tiden sin og engasjementet sitt til andre eller en sak de brenner for er viktig for hele samfunnet.

Fagkompetanse kan ikke erstattes av frivillighet, det frivillige arbeidet vil alltid komme i tillegg til de ansattes arbeid. Derfor må det frivillige arbeidet utvikles i tett samarbeid med de ansatte.

Fagorganisasjonen KFO har kommet med et rundskriv der de setter fokus på at frivillige ikke skal fylle stillinger til arbeidstakere som kan risikere å miste jobben.

## **1.2 Prosjektet frivillighetsarbeid ved Løvåsen Undervisningssykehjem.**

Prosjektet frivillighetsarbeid i sykehjem kom i gang på bakgrunn av et ønske om at Løvåsen sykehjem, Undervisningssykehjem (USH) skal være et sted med trivsel, mening og innhold for den enkelte beboer. En ønsker å bedre livskvaliteten til beboerne gjennom sosiale aktiviteter. Satsing på kultur gir helse, og bidrar til opplevelse av mening og velvære for den enkelte. En ønsker også å følge opp myndighetenes pålegg om tilrettelegging av meningsfulle aktiviteter for beboerne ved sykehjemmet. Det har også tidligere vært gjort et godt arbeid med å sikre beboerne ved Løvåsen USH en aktiv fritid. Hensikten med dette prosjektet er å styrke og utvide det gode arbeidet som har vært gjort med å tilby beboerne meningsfulle aktiviteter. I denne sammenheng ser en at samarbeid med frivillige kan gi beboerne et enda mer variert tilbud. Arbeidet med å rekruttere, kvalitetssikre og følge opp frivillige skal styrkes og settes mer i system.

Målsettingen for det frivillige arbeid er å bidra til å øke livskvaliteten og trivsel ved at frivillige personer og organisasjoner går inn i et konkret samarbeid med de ansatte, brukere og deres familie. Dette arbeidet vil naturlig nok preges av de verdier og tradisjoner som er tilstede i institusjonen og nærmiljøet. Det kan utvikles et mangfold av områder og oppgaver for den frivillige innsatsen ved Løvåsen USH. Det kan dreie seg om individuell besøkstjeneste, sosialt

fellesskap, kulturelle arrangementer, gruppeaktiviteter, administrative oppgaver og dugnadsarbeid.

Det er et ønske om at også at Løvåsen USH skal være en ressurs for beboerne i Fyllingsdalen. Beboere i Fyllingsdalen med tid, overskudd og lyst skal få være frivillige. Vi ønsker oss mangfold og liv, det vil si at frivillige i alle aldre og med forskjellig bakgrunn er velkomne til å prøve seg som frivillig. Sykehjemmet vil samarbeide med skoleelever, uføretrygdede, pensjonister, husmødre, tidligere og nåværende pårørende og tidligere og nåværende ansatte som frivillige.

For den enkelte beboer vil det kunne bety muligheter for aktiviteter som det ellers ikke hadde vært rom for. Regelmessige turer ut i fri luft, handleturer til Oasen, å få ivareta hobbyer, få nye interesser og nye opplevelser. Frivillig arbeid er ubetalt. Vi tror at de frivillige får noe tilbake: De treffer andre, likesinnede, hyggelige mennesker. De får følelsen og gleden av å bety noe for andre. De får selv liv og mening i sin hverdag og de får sjansen til å lære og å erfare noe nytt.

### **1.2.1 Hovedmål for prosjektet**

Hovedmålet for prosjektet er å lage et program for frivillighetsarbeid i sykehjem. Da Løvåsen USH er et regionalt ressurscenter skal det lages et organisatorisk opplegg for frivillighetsarbeid som har overføringsverdi for andre sykehjem.

### **1.2.2 Prosjektorganisering**

Prosjektet frivillighetsarbeid i sykehjem har vært gjennomført i regi av Løvåsen USH fra juni 2006. På samme måte som alle prosjekt ved Løvåsen USH har prosjektet vært organisert med en referansegruppe og en prosjektgruppe. I tillegg har en hatt en arbeidsgruppe. Arbeidet ble ledet av en ekstern prosjektleder i 20 % stilling fra juni 2006 til juni 2007. I perioden Des 2007 - jan 2008 ble det på ny engasjert en ekstern prosjektleder i 50 % stilling og 25 % i febr til mars 2008. Prosjektet ble slutført med en spørreundersøkelse blant beboere, pårørende og ansatte. Arbeidet ble dokumentert med en avsluttende rapport.

### **1.2.3 Situasjonen ved prosjektstart:**

Mye av det arbeidet en tenker at de frivillige kan utføre ligger under fagområdet til aktivtørene, da blir det naturlig at aktivtørene får et tett samarbeid med de frivillige hjelperne. Den frivillige hjelpen bør være et supplement til det aktiviseringsarbeidet som allerede foregår. Aktivtørene har mye kompetanse og erfaring i å tilrettelegge og forenkle aktiviteter slik at beboerne får bruke de evner og ressurser de fremdeles har igjen. Denne fagkompetansen er svært viktig i det tverrfaglige arbeidet som drives ved sykehjemmet.

Ved Løvåsen USH tilbyr Aktivitetsavdelingen mange og varierte aktiviteter, men med 3,25 % stilling på 188 beboere blir tilbudet begrenset. Pleiepersonalet må for det meste prioritere rene pleieoppgaver. Ved prosjektstart, som var ved gamle Fyllingsdalen Sykehjem, var det en egen aktivitetsavdeling med et fellesrom/arbeidsstue for beboerne. I tillegg til varierte tilbud på arbeidsstuen foregikk det også mye tilrettelagt aktivisering på postene, hovedsakelig på demenspostene. To av aktivtørene arbeidet nesten bare på disse postene. Ved flytting til det

nye sykehjemmet på Løvås (30. oktober 2006) er det ikke egen arbeidsstue for beboerne. Da blir det naturlig at aktiviseringsarbeidet foregår rundt om på de forskjellige enhetene.

Det nye sykehjemmet har mange enheter. For å gi et bredt tilbud til beboerne ser en det som en stor fordel å få etablert et nett av frivillige hjelpere før en flytter inn i det nye sykehjemmet. Den store sansehagen, som kommer i tilknytting til det nye sykehjemmet, vil gi mulighet for nye aktiviteter for beboerne. Her kan frivillige hjelpere bidra med mye; for eksempel tips om hagestell, gå tur med beboerne i hagen, plukke inn frukt og bær med dem, eventuelt safte og sylte m.m. Den store hallen i inngangspartiet til det nye sykehjemmet skal kunne egne seg til konserter for beboerne. Da vil det også bli behov for frivillige til å bringe og hente beboerne dit.

I tidligere brukerundersøkelser ved Fyllingsdalen undervisningssykehjem har beboerne gitt uttrykk for at de ønsker å komme seg mer ut på tur. Både spaserturer, handleturer og bilturer. Noen beboere ønsker også å følge opp de foreninger og klubber de er medlemmer i. Manger beboere trenger å ha noen å prate med.

Resepsjonen har ingen bemanning på ettermiddag og i helgene, dette medfører at utgangsdøren må være stengt for å hindre at uønskete personer tar seg inn i bygget. Det samme gjør det vanskelig for beboerne å benytte resepsjonsarealet og utearealene om ettermiddagen. Vi ønsker et levende resepsjonsareal med tilbud om salg av kaffe og vafler, åpen utgangsdør og noen som kan hjelpe beboere som trenger hjelp til å komme ut til utearealene eller opp med heisen til postene.

Det er behov for mange flere frivillige til å hjelpe til ved store arrangementer; fester, dansetilstelninger, basarer og konserter. Aktivitørene har i dag en frivillig som kan kontaktes ved store arrangementer. I tillegg er det noen pårørende som er flinke til å hjelpe til når de ser det trengs. Kiwanis Club Fyllingsdalen spanderer og arrangerer en fest i året for beboerne på sykehjemmet.

Mange pensjonister har mange ressurser, noen er flink til å spille for eksempel piano, noen er flink til høytlesing, andre kan være gode lyttere, noen er god til å sy – (reparere tøy), noen er svært sosiale, etc. etc. For mange kan det være meningsfylt å få lov til å bruke seg selv og gjøre noe for andre.

Ved å rekruttere frivillige medarbeidere vil flere beboere få mulighet til å komme seg ut, og hverdagen vil bli mer innholdsrik for mange.

## **2.0 Rekruttering, kvalitetssikring, oppfølging og veiledning av frivillige**

### **2.1 Rekruttering**

#### **2.1.1 Informasjonsbrosjyre**

Det ble enighet om å utvikle en informasjonsbrosjyre der en inviterer frivillige til å engasjere seg ved Løvåsen Sykehjem. Arbeidet med brosjyren startet i prosjektgruppen. Det viktigste var å kartlegge hva en ønsket at de frivillige skulle bidra med. Alle i prosjektgruppen kom med innspill. Det ble tatt utgangspunkt i de mange ulike aktivitetene som aktivitetene har ansvar for. Det var enighet om å styrke og utvide disse aktivitetene ved hjelp av frivillige. Presten ønsket også hjelp av frivillige på Gudstjenestene. Det ble foretatt en liten spørreundersøkelse for å kartlegge om noen ønsket besøksvenner og om noen eventuelt hadde dette fra før. Brosjyren ble utarbeidet i arbeidsgruppen og justert og godkjent i prosjektgruppen.

Det ble lagt vekt på at brosjyren skulle være innbydende med tydelig informasjon om sykehjemmet og hva de frivillige kan bidra med. Det er også oppgitt navn og tlf. nr til frivillighetskoordinatoren som er kontaktperson på sykehjemmet. I ettertid har flere av de frivillige oppgitt at det var den innbydende og informative brosjyren som gjorde at de valgte å bli frivillig ved Løvåsen USH.

Brosjyren ble et viktig redskap i rekrutteringen av de frivillige. Denne ble lagt i vestibylen, på bordene i kaféen og de få frivillige vi allerede hadde, tok med seg brosjyrer til foreninger og lag de er medlemmer i. I tillegg ble det sendt brosjyrer til biblioteket, videregående skole i Fyllingsdalen og til rådhuset der en kontaktperson delte dem ut. Vi var også i den heldige situasjon at vi flyttet inn i et helt nytt sykehjem høsten 2006. Det kom mange på omvisning og vi sørget ofte for at de fikk med seg en brosjyre.

#### **2.1.2 Andre måter å rekruttere frivillige**

Til jul i 2006 ble det tradisjonelle julemarked arrangert. Da er det åpent hus. Denne gangen ble det laget ”flyers” til nabolaget der vi i tillegg til å annonsere julemarkedet også informerte om at vi trengte frivillige medarbeidere. Julemarkedet ble annonsert i de to store avisene i Bergen og i lokalavisen for Fyllingsdalen og Laksevåg. På julemarkedet hadde vi en stand der vi, arbeidsgruppen og de få frivillige vi allerede hadde, delte ut brosjyrer, gratis gløgg, gratis lodd,( trekning av en stor fruktkurv), samtidig som det ble informert om det frivillige arbeidet. Dette er nå blitt et fast innslag på julemarkedet.

Vi har også passet på å få presseoppslag ved forskjellige arrangement vi har, der de frivillige har deltatt. Da oppfordrer vi alltid flere om å melde seg som frivillig. Det ble blant annet arrangert en åpen dag i januar 2007 der lokalbefolkningen ble invitert til foredrag, omvisning og kaker og kaffe. Frivillighetskoordinator informerte da om det frivillige arbeidet. Det ble rekruttert flere frivillige da.

Frivillighetsarbeidet ved Løvåsen USH har fått omtale i kommunen sine aviser: ”Fiin gammel” og ”Bergenseren”. Der ble det innformert om tilbudet og kurset for frivillige ble beskrevet. Lokalavisen ”Sydvesten” hadde en hel side om ”treffet” for frivillige i tillegg til at de har skrevet om høstefesten og julemarkedet der de frivillige blir omtalt.

Det blir ellers ved mange anledninger informert om det frivillige arbeidet ved Løvåsen sykehjem. Ledende aktivitør/ frivillighetskoordinator har et lite innlegg på introduksjonsdagen for vikarer og nyansatte der hun informerer om aktivitørenes oppgaver og frivillighetsarbeid i sykehjemmet. I tillegg har Lions Club hatt årsmøtet sitt på sykehjemmet, der har det blitt informert om frivillighetsarbeidet vårt.

Den siste, men kanskje viktigste måten vi rekrutterer på, er å få de frivillige medarbeiderne til å trives her. Da anbefaler de gjerne arbeidet til bekjente og andre aktuelle kandidater.

## **2.2 Kvalitetssikring**

### **2.2.1 Undersøke om den frivillige egner seg til oppgaven**

Det blir lagt vekt på at når noen melder seg som frivillig skal de bli godt mottatt. Frivillighetskoordinatoren avtaler så snart som mulig et møte der hun og den frivillige går gjennom et spørreskjema vi har utarbeidet. Det er viktig å få vite hvilke forventninger den frivillige har, hvorfor han / hun vil bli frivillig, hva de ønsker å bidra med og hvor ofte de ønsker å komme til oss.

Vi har ikke bedt om referanser, men mange kommer med dette selv. Vi bruker god tid på denne samtalen, vi viser gjerne rundt på sykehjemmet og hilser på personalet, beboere og andre frivillige som er tilstede. Vi blir ofte i denne samtalen enig om noe den frivillige kan begynne å ta del i. Det blir også gjort klart at de kan få en prøvetid og se om de liker seg hos oss. Alle blir informert om taushetsplikten og må skrive under på skjema.

Hvis det er aktuelt å begynne som besøksvenn blir det gjort helt klart for både beboer og den frivillige at de kan trekke seg hvis ikke kjemien stemmer mellom dem.

### **2.2.2 Kvalitetssikre frivillighetsarbeidet ved systematisk oppfølging av de frivillige og beboerne**

Vi forsøker så godt vi kan å følge opp de frivillige. Dette blir gjort med ”startsamtale” kurs, treff for de frivillige og oppfølgingssamtaler ved behov. Det har vært en styrke at vi er mange aktivitører + prest som de frivillige kan samarbeide med og få veiledning av underveis. Frivillighetskoordinatoren, har ansvar for å følge opp de frivillige. Vi har tenkt å få til faste oppfølgingssamtaler men tiden har ikke strukket til. Det er viktig å tenke på at jo flere frivillige vi får, desto mer tid trenger man til oppfølging.

Oppfølging av beboerne: I forbindelse med dette prosjektet er det blitt utført en stor spørreundersøkelse blant beboerne, pårørende og personalet for å kartlegge hva de ønsker at de frivillige skal bidra med. Ellers har vi en god dialog med våre beboere for å høre hva som fungerer bra og hva som ikke gjør det.



## **2.3 Oppfølging**

### **2.3.1 Kurs for frivillige**

Våren 2007 ble det arrangert kurs for frivillige. På grunn av at Løvåsen USH er undervisningssykehjem har det blitt vektlagt å ha gode undervisningslokaler. Det gir oss en fordel i kurssammenheng. Hvilke tema som skulle tas opp ble grundig diskutert i prosjekt og arbeidsgruppen. Kurset ble skreddersydd for våre frivillige av prosjektlederen med hjelp fra personer i referansegruppen.. Arbeidsgruppen fikk også i oppdrag å holde innlegg på kurset. Når programmet var klart ble det laget innbydende kursbrosjyre.

Kurset gikk over tre kvelder onsdager fra kl. 18.00 – 21.00. De frivillige ble informert om dette kurset i den første samtalen med dem, de fikk utlevert brosjyren med tema, sted og tidspunkt for kurset. Vi inviterte også de få frivillige vi hadde fra før til å delta. Første kurskveld ble de frivillige ønsket velkommen av institusjonsleder, seksjonsleder for fag og forskning og prosjektlederen. Det ble informert om sykehjemmet og om frivillighetsprosjektet. Alle i arbeidsgruppen var også til stede. Det ble informert om lover og regler, og ikke minst taushetsplikten. Frivillighetskoordinator informerte om eksisterende aktiviteter og hvilke aktiviteter vi tenkte de frivillige kunne ta del i. Her var vi åpne for kreative innspill. Presten holdt foredrag om etikk og holdninger. I tillegg til det faglige programmet ble også det sosiale vektlagt. Det ble lagt inn pause med kaffe og kaker.

Neste kurskveld var tema demens og kommunikasjon. Siste kurskveld tok vi for oss normale endringsprosesser i kroppen, livskvalitet, utveksling av erfaring og til slutt hadde vi en liten oppsummering. Det ble også lagt opp til diskusjon underveis i kurset. Vi brukte både egne og eksterne foredragsholdere til kurset.

Vi fikk gode tilbakemeldinger fra de frivillige om at det hadde vært et informativt og nyttig kurs. De frivillige har også vært invitert til å delta på interne kurs for de ansatte her på sykehjemmet, hvis det har vært relevante tema for dem.

### **2.3.2 Sosiale arrangementer for å styrke samholdet blant de frivillige**

Vi har hatt to store felles samlinger med de frivillige. En på våren og en på høsten 2007. Det er meningen at vi skal ha en samling hvert halvår. Da er vi primært sammen for å bli bedre kjent og å utveksle erfaringer. Vi gjennomgår også aktivitetsplanene våre. Det har vært et ønske fra de frivillige om å ha et tema/ undervisning på disse treffene. På høsttreffet hadde vi et lite brannkurs. Den sosiale delen av kurset anses som viktig og det er derfor alltid en matpause i kurset.

De frivillige får lov til å bruke trimrommet til de ansatte på sykehjemmet, de kan også benytte massasjestol og solarium.

For at de frivillige skal trives godt er det viktig at alle de ansatte tar godt i mot dem. Det har vært en styrke at det er mange ved sykehjemmet som har jobbet med dette prosjektet. De frivillige møter ofte et kjent fjes i vestibulen når de kommer og gjerne slår av en liten prat med

dem. Ellers hender det ofte at de frivillige spiser sammen i kantinen vår – kantinen vår er åpen for alle. Alle de frivillige får et skilt med ”frivillig hjelper”. Etter hvert ønsket de å ha fornavnet sitt i tillegg til ”frivillig hjelper” på skiltet.

### **3.0 Organisering av frivillighetsarbeidet.**

Frivillighetskoordinatoren har ansvaret for å organisere og koordinere frivillighetsarbeidet. Når en ny frivillig melder seg, avtales det et tidspunkt for det første møte mellom den frivillige og frivillighetskoordinatoren. I dette møte avklares forventninger til begge parter.

Frivillighetskoordinatoren informerer om sykehjemmet og frivillighetsarbeidet. Den frivillige forteller om sine erfaringer, interesser og hva hun / han kan tenke seg å bidra med. I denne samtalen er spørreskjemaet et godt redskap til å kartlegge hva den frivillige skal begynne med. Vi blir tilslutt enig om en konkret oppgave han / hun skal starte opp med. Noen ønsker å bli tilknyttet en bogruppe og andre vil helst starte med å delta på arrangementer der det er andre frivillige eller aktivitører tilstede. Mange av de frivillige øker sitt engasjement når de føler de er blitt mer kjent med beboerne og huset.

Ønsker den frivillige å bli tilknyttet en bogruppe tar frivillighetskoordinatoren kontakt med bogruppen, presenterer den frivillige for dem og lager et infoskriv til bogruppen slik at alle ansatte blir informert. Det er viktig at alle i bogruppen vet at de får en ny frivillig, hvem det er, når den frivillige kommer og hva han/hun kan bidra med.

Aktivitørene og presten lager aktivitetsplaner på ukes, måneders og halvårsbasis. De frivillige får disse planene og gir tilbakemelding på hva de har anledning til å være med på. Ved store arrangementer, med servering, tar frivillighetskoordinatoren kontakt med de frivillige for å få en viss oversikt på hvor mange som kommer. Presten gjør det samme med søndagsgudstjenestene.

På konsertene våre kommer det alltid flere frivillige og hjelper til, uten at vi direkte trenger å spørre dem. Noen gir beskjed på forhånd og andre dukker bare opp. Mange av de frivillige synes selv det er hyggelig å høre konsertene og mange har kort vei til sykehjemmet, så det er en stor fordel å ha mange frivillige i nærmiljøet. For å få til et godt og allsidig aktivitetstilbud er en avhengig av eksterne samarbeidspartnere.

### **3.1 Eksempler på oppgaver de frivillige deltar i**

De frivillige har utført mange og ulike oppgaver ved sykehjemmet. Mange av aktivitetene for beboerne hadde vært vanskelig å gjennomføre uten dem. Løvåsen USH er et stort sykehjem med 15 boenheter. Da er det godt å ha de frivillige til å følge beboerne til de store felles samlingene vi har i vestibylen og kantinen; konserter, Gudstjenester, dans, fester, basarer osv. De hjelper også til med å flytte møbler, servere kaffe og kaker, rydde og ikke minst være sammen med beboerne. Det er også godt å ha de frivillige med på turer for beboerne.

Ved flyttingen til det nye sykehjemmet måtte en tenke nytt i forhold til organiseringen av aktiviteter. Tidligere hadde man en stor felles arbeidsstue. Det er ikke lagt inn i det nye bygget. Her har man vinterhager mellom demensavdelingene. En av vinterhagene mellom avdelingene blir tatt i bruk hver torsdag. Der kan beboere fra alle bogrupperne møtes for en prat over en

kopp kaffe og de som ønsker det kan holde på med håndarbeid. Man tenker seg at på sikt kan noen av de "stabile" frivillige kanskje overta ansvaret for dette "treffet".

Noen av de frivillige har faste beboere som de besøker. Noen har gått fast på besøk til en bestemt bogruppe der de snakker med eller spiller spill med de beboerne som er på stuen. Noen frivillige hjelper til på ukentlige bingoer. Vi har en frivillig som har holdt malekurs for noen av beboerne. Pr. i dag er det 9 frivillige som kommer til faste dager på faste oppdrag, enten en eller flere dager i uken.

Vi har 4 frivillige som følger beboerne til legeavtaler, tannlege, røntgen etc. utenfor huset. I forhold til behovet er det for få og en kunne ønske seg flere. Forespørsler til slike oppdrag går gjennom frivillighetskoordinatoren.

Noen frivillige har vært med og registrert kursdeltagere på store seminarer/kurs i regi av Løvåsen USH.

Hver tirsdag på ettermiddagstid, når kantinen er stengt er det to frivillige som steker vafler og lager kaffe slik at pårørende kan ta med seg sine til en hyggelig kaffestund i kantinen / vestibylen.

Det er noen frivillige fra Frikirken som i mange år har holdt andakter en kveld i måneden på sykehjemmet. De har nå fått hjelp av flere frivillige til å arrangere disse møtene. Så dette er en gruppe som klarer seg selv.

Mange av de frivillige arbeider nå ganske selvstendig. Vi har dessverre ikke et eget rom til de frivillige. Det kunne ha vært nyttig med tanke på at de etter hvert skal jobbe mer selvstendig og kanskje administrere noen av oppgavene selv. Nå er det stort sett aktivitetene og presten som legger opp til aktivitetene som de frivillige tar del i.

På sikt tenker en å danne mer faste grupper av frivillige som kan arbeide mer selvstendig med veiledning fra frivillighetskoordinatoren. I etterkant av dette prosjektet og kartleggingen av beboernes interesser kommer vi til å forsøke å organisere grupper i tråd med beboernes ønsker og koble dem sammen med frivillige som også har interesser på det aktuelle feltet. Mange frivillige har ytret ønsker om å delta i en hagegruppe. Noen har også tilbydd seg å delta i velværeaktiviteter (håndmassasje, stell av hender og negler til beboerne).

### **3.2 Kartlegge mulige eksterne samarbeidspartnere**

For å kartlegge mulige samarbeidspartnere startet vi med en gjennomgang av hvilke eksterne samarbeidspartnere vi allerede hadde. Etter gjennomgangen viste det seg at vi hadde mange gode ressurser å bygge videre på. I prosjektperioden har vi også funnet nye samarbeidspartnere. Vi har systematisert og laget et arkiv med kontaktpersoner med adresse og telefon nr. oversiktene oppdateres til enhver tid.

Av samarbeidspartner har vi både frivillige som underholder vederlagsfritt og profesjonelle.

### 3.2.1 Eksempler på eksterne samarbeidspartnere

Løvåsen USH har vært så heldig å samarbeide med mange eksterne frivillige gjennom mange år. Vi har et godt samarbeid med Røde Kors, som har arrangert mange flotte bussturer for beboerne. Det har blitt betalt en egenandel pr. beboer for disse turene. Ved oppstart av frivillighetsarbeidet kontaktet vi Røde Kors besøkstjeneste. De kan stille med besøksvenner, men må få oppgitt en bestemt person de skal besøke. Dette er ressurser vi kan komme tilbake til.

Veldedighetsorganisasjonen Kiwanis Club i Fyllingsdalen, har hvert år spandert en fest for våre beboere. De stiller med underholdning, kaker, gave til sykehjemmet og en blomst til alle våre beboere. De stiller mannsterke, leder festen, serverer kaffe og kaker og rydder opp etter festen! Dette er en fest våre beboere setter stor pris på.

Lions Club Bergen Fyllingsdalen og Lions Club Bergen Varden har også arrangert og spandert turer for våre beboere og gitt støtte til fester og andre trivselsformål.

I 26 år har det vært et godt samarbeid med sjøkrigsskolen. Kadetter, fra studentforeningen ”Valkyrien”, stiller hvert år opp som kavalerer for beboerne på høstfesten vår. Dette er en flott tradisjon der vi ser at både kadettene og beboerne storkoser seg. Vi samarbeider også med buekorpset ”Sandviken bataljon” som stiller med en liten gruppe som gjør starten på festen svært så høytidelig.

I Fyllingsdalen har vi et flott kor som kaller seg ”Sydvestkoret”. De holder gratiskonsserter på sykehjemmet. Hver jul kommer de med kaker som de serverer til våre beboere etter konserten, og vi har gjerne litt allsang.

Fyllingsdalen kulturhistoriske forening har fått ansvar for et fredet kårhus som tilhørte Nebbestølen gård. Dette er bevart med gamle møbler, bøker, gamle gjenstander og klær. Dit er vi så heldig å få komme, ganske ofte, på kaffebesøk og høre om gårdens og Fyllingsdalens historie. Da er det frivillige fra foreningen som tar i mot oss og serverer vafler og kaffe samtidig som de viser fram gamle ting, klær og kalosjer – og vi synger gjerne litt. De skaper en flott minnestund for våre beboere!

Fyllingsdalen videregående skole har teater og musikklinje. Vi har hatt elever derfra som har hatt prosjekter der de har intervjuet noen av våre beboere. Til gjengjeld har de avsluttet med å underholde med sang og musikk.

Det har vært mange som har holdt gratiskonsserter for sykehjemmet. Bl.a. Gamlekarmusikken, Frelsesarmeen, div. kor og noen dyktige pianospillere.

I prosjektperioden har vi vært så heldig å få to personer en hel dag hver uke fra Bonusprosjektet i Bergen kommune. Dette er et prosjekt der seniorer kan velge å gjøre noe helt annet enn den vanlige jobben sin en dag i uken. De har deltatt i frokostgrupper og på forskjellige arrangementer for våre beboere. Det har vært og er en stor berikelse å ha dem hos oss.

Ved prosjektstart kontaktet vi Fyllingsdalen kirke og frivillige organisasjoner i Fyllingsdalen for å eventuelt få til et samarbeid med dem. Det har vi ennå ikke klart å få til. Men vi har hatt noen besøksvenner fra Fyllingsdalen kirke. Vi har også kontaktet andre frivillighetssentraler bl.a. her i Fyllingsdalen. De har slitt litt med rekrutteringen, men vi ser dette som en mulig samarbeidspartner videre.

Rieber-fondene har gitt midler til frivillighetsarbeidet. Vi er svært takknemlige for våre støttespillere.

## **4.0 Kartlegging av hvilke aktiviteter som kan være av interesse for beboerne**

### **4.1 Metode**

For å kartlegge hvilke aktiviteter som er av interesse for beboerne, ble det gjennomført en spørreskjemaundersøkelse. Svaralternativene for ønsket aktivitet er fremkommet ut fra erfaring av vellykkede tiltak, aktiviteter som har vært tilbudt tidligere og aktiviteter som en tenker er realistiske å tilby. Realistisk i forhold til det de ansatte kan legge til rette for sammen med frivillige. Respondentene ble bedt om å svare ja eller nei i forhold til om de var interessert i de foreslåtte aktivitetene. I tillegg til de foreslåtte aktivitetene ble respondentene bedt om å komme med egne forslag. Det ble laget tre spørreskjema. Ett til beboerne, ett til deres pårørende og ett til de ansatte. Spørsmålene om ønsket aktivitet/fritidstilbud er identiske. Hensikten med å spørre de tre gruppene er å kartlegge om det er forskjell på hvilke aktiviteter de eldre selv ønsker og hva de pårørende og ansatte tror de eldre ønsker.

Spørsmål til beboerne:

Spørreskjemaet inneholder bakgrunnsspørsmål om kjønn, alder og boenhet. Beboerne blir så spurt om hvilke aktiviteter som kan være av interesse for dem. Aktivitetene er delt opp og organisert etter fellesaktiviteter, som stort sett foregår i sykehjemmets storstue i resepsjonsområde og gruppeaktiviteter, som foregår i mindre grupper i boenhetene. I tillegg blir det spurt om ulike typer utflukter. Til slutt blir beboerne spurt om de er interessert i å få besøk av en besøksvenn, som er tenkt å ha en til en kontakt. De blir også spurt om de har behov for kontakt med egen menighet.

Spørsmål til pårørende:

De pårørende blir spurt om tilknytning til beboeren. De blir videre bedt om å svare på hvilke aktiviteter de tror kan være av interesse for deres pårørende. Svaralternativene er identiske med beboernes.

Spørsmål til de ansatte:

De ansatte blir spurt om hvilke aktiviteter de tror kan være av interesse for beboerne på deres avdeling / boenhet. Svaralternativene er identiske med beboernes. I tillegg blir de spurt om beboerens interesser og hobbyer rutinemessig blir påført beboeropplysningsskjema.

## 4.2 Gjennomføring av kartleggingen.

### 4.2.1. Utvalg

I denne kartleggingen ønsket en å spørre alle beboerne ved Løvåsen USH om hvilke aktiviteter som kan være av interesse for dem. 15 avdelinger / boenheter er med i undersøkelsen. Rehabiliteringsavdelingen er ikke med i undersøkelsen pga. smitteregime på undersøkelsestidspunktet. Rehabiliteringsavdelingen har dessuten et annet utvalg av pasienter enn resten av sykehjemmet, i prinsippet har de ikke langtidsplasser, kun rehabiliterings og korttidsplasser.

Spørreundersøkelsen blant beboerne ble gjennomført i desember 2007. I undersøkelsesperioden var det 157 beboere innlagt ved de deltakende avdelingene. 54 personer kunne ikke delta pga at de manglet språk eller var for fysisk syke i følge personalet. Det aktuelle utvalget for undersøkelsen er derfor 103 personer. 89 var med på spørreundersøkelsen. 7 personer startet intervjuet, men fullførte ikke fordi de ikke klarte å svare adekvat på spørreskjema. 7 personer ønsket ikke å delta.

Det ble sendt ut et brev med spørreskjema til hver av pasientenes pårørende. Den som er ført opp som pasientens nærmeste pårørende ble tilskrevet. Det ble sendt ut 157 brev. Undersøkelsen blant de pårørende ble gjennomført i januar 2008. Det er ikke mulig i undersøkelsen å spore pårørende opp mot den enkelte beboer. Hensikten med spørreskjemaet var å vite hvilke aktiviteter gruppen pårørende tror kan være av interesse for beboerne.

De ansatte som er med i undersøkelsen er kun ansatte som arbeider på dagtid og har 50 % stilling eller mer. Grunnen til dette utvalget er at en går ut fra at det er disse ansatte som kjenner beboerne best og kan gi en vurdering av hvilke aktiviteter de tror kan være av interesse for beboerne. På undersøkelsestidspunktet utgjorde det 98 personer.

### 4.2.2. Gjennomføring av kartleggingen

Spørreundersøkelsen av beboerne ble gjennomført på følgende måte. Med utgangspunkt i spørreskjemaet ble det gjennomført et intervju. Beboerne svarte ja eller nei i forhold til hvilke aktiviteter de syntes kunne være av interesse å delta på. I tillegg til de standardiserte svaralternativene kunne beboerne føye til tilleggs kommentarer ble påført skjemaet. Prosjektleder for spørreundersøkelsen har foretatt alle ”intervjuene”. Alle respondentene er således spurt på en så lik måte som mulig.

For å få mest mulig ro i forhold til intervjusituasjonen var ønsket at intervjuet skulle foregå på rommet til beboeren. I de tilfeller der det var praktisk mulig ble intervjuene foretatt på beboerrommet. I en del tilfeller ønsket ikke beboeren å flytte på seg eller forflyttingen var forbundet med ekstra belastning for immobile beboere. I de tilfellene ble intervjuet foretatt på et rolig sted i dagligstuen eller på spiserommet. Tiden for gjennomføring av intervjuet varierte fra 10 min til 45 min. Noen av beboerne gav uttrykk for at de satte pris på at noen hadde tid til å snakke med dem, og tok opp andre tema i tillegg til det spørreskjemaet la opp til. Andre ville svare på spørsmål og bli fort ferdig.

Spørreundersøkelsen av de pårørende ble gjennomført på følgende måte: Spørreskjemaet ble sendt ut sammen med et brev som informerer om undersøkelsen. Brevet var undertegnet av institusjonssjefen. De pårørende ble bedt om å returnere utfylt skjema til Løvåsen sykehjem. Da det ikke finnes oppdaterte lister over beboerens nærmeste pårørende sentralt i institusjonen ble konvolutter med brev og spørreskjema delt ut til bogrupperne som ble bedt om å skrive navnet og adresse til beboerens nærmeste pårørende og levere konvoluttene i resepsjonen for utsendelse. Skjemaene er umerket og vil ikke kunne spores tilbake til den som har svart. For likevel å ha en viss oversikt ble respondentene bedt om å merke spørreskjema med hvilken avdeling / bogruppe deres pårørende er tilknyttet.

Spørreundersøkelsen av de ansatte ble gjennomført på følgende måte: Spørreskjema til de ansatte sammen med et brev som informerer om undersøkelsen ble delt ut til ansatte. Brevet var undertegnet av institusjonssjefen. Brevet ble delt ut på bogrupper av bogrupperleder. Skjemaene er umerket og vil ikke kunne spores tilbake til den som har svart. For å likevel ha en viss oversikt ble respondentene bedt om å merke spørreskjema med hvilken avdeling / bogruppe de er tilknyttet. De ansatte ble bedt om å returnere utfylt skjema i resepsjonen til Løvåsen sykehjem. Av 98 utdelte skjema ble 61 returnert. Spørreskjema utgjorde 1 ark der spørsmålene var fordelt på begge sider.

### **4.2.3. Resultat**

#### **4.2.3.1 Svar fra beboerne**

89 personer gjennomførte spørreundersøkelsen, av disse var 72 kvinner og 17 menn. Gjennomsnittsalderen var 85 år. Den yngste var 66 år og den eldste var 101 år.

Det var svært stor interesse for fellesarrangement som for det meste foregår i resepsjonsområdet. Konserter var mest populært med 80 % interesserte. Deretter følger gudstjenester med 74 %, dans 71 % og basar med 70 %.

Interessen for foreslåtte gruppeaktiviteter, som kan foregå på bogrupperne fordelte seg i følgende rekkefølge: sang 72 %, bakegruppe 66 %, håndarbeid 65 %, trim 61 %, hagearbeid 58 %, bingo 53 %, dikt / lesegruppe 46 %, høytlesning / avislesning 37 % og malegruppe 25 %.

Det var også stor interesse for ulike former for utflukter. Interessen fordelte seg som følger: Spasertur 85 %, bil / busstur 79 %, kulturarrangement 56 % og handletur 53 %.

38 % var interessert i å ha en individuell besøksvenn. 15 % oppgav at de ønsket en kontakt med egen menighet.

#### *Tilleggs kommentarer*

Det var svært mange av beboerne som sukket og sa, tenk å få komme ut i frisk luft.

#### **4.2.3.2 Svar fra de ansatte**

Av 65 returnerte skjema hadde 16 unnlatt å svare på spørsmålene på den ene siden av skjemaet. De ubesvarte spørsmålene ble registrert som "missing". De manglete utfylte feltene får konsekvenser for spørsmålene som gjelder utflukter, interesse for individuell besøksvenn og ønske om kontakt med egen menighet. Den prosentvise fordelingen som oppgis er korrigeret for "missing".

Når de ansatte skulle oppgi hvilke aktiviteter de trodde beboerne har interesse for var resultatene som følger: 99 % trodde at beboerne var interessert i konserter, deretter følger dans med 75 %, gudstjenester med 71 % og basar med 62 %.

De ansatte trodde at beboerne var interessert i en eller annen form for gruppeaktivitet som foregår på boenheten. Antatt interesse var rapportert i følgende rekkefølge; sang 98 %, trim 85 %, høytlesning / avislesning 80 %, bingo 75 %, dikt / lesegruppe 65 %, bakegruppe 54 %, håndarbeid 48 %, malegruppe 28 % og hagearbeid 18 %.

Av utflukter trodde de ansatte at beboerne ønsket å være med på følgende utflukter; bil / busstur 86 %, spasertur 82 %, kulturarrangement 57 % og handletur 47 %.

76 av de ansatte trodde beboerne var interessert i å ha en individuell besøksvenn. Kun 8 % ansatte trodde beboerne hadde interesse av kontakt med egen menighet.

#### **4.2.3.3 Svar fra de pårørende**

Av de 32 som returnerte skjema hadde 6 unnlatt å svare på spørsmålene på baksiden av skjema. De ubesvarte spørsmålene ble registrert som "missing". De manglete utfylte feltene får konsekvenser for spørsmålene som gjelder utflukter, interesse for individuell besøksvenn og ønske om kontakt med egen menighet. Den prosentvise fordelingen som oppgis er korrigert for "missing".

Av foreslåtte fellesarrangement trodde 81 % at deres pårørende var interessert konserter, 63 % dans, basar 56 % og gudstjeneste 53 %

Antatt interesse for gruppeaktiviteter var rapportert i følgende rekkefølge; sang 72 %, trim 63 %, bingo 59 %, høytlesning / avislesning 56 %, håndarbeid 25 %, bakegruppe 25 %, dikt / lesegruppe 22 %, malegruppe 13 % og hagearbeid 9 %.

Når det gjelder utflukter trodde de pårørende at interessen for å delta er som følger; bil / busstur 73 %, spasertur 65 %, kulturarrangement 46 % og handletur 27 %.

50 % trodde at deres pårørende var interessert i å ha en individuell besøksvenn. 12 % av de pårørende trodde at deres pårørende hadde interesse av kontakt med egen menighet.

#### *Tilleggs kommentarer*

Det var flere av de pårørende som foreslo velværetiltak som massasje, hånd, negl og hudpleie som tilleggs kommentarer.



OVERSIKT OVER AKTIVITETER SOM KAN VÆRE AKTUELT Å DELTA PÅ FOR BEBOERNE VED LØVÅSEN SYKEHJEM.

Svar fra beboerne, totalt 89 av 103 aktuelle				Svar fra ansatte, totalt 65 av 98				Svar fra pårørende, totalt 32 av 157			
Rangering		Antall	%	Rangering		Antall	%	Rangering		Antall	%
	Fellesaktiviteter	85	96		Fellesaktiviteter	65			Fellesaktiviteter	31	
1	Konsserter	71	80	1	Konsserter	64	99	1	Konsserter	26	81
2	Gudstjenester	66	74	2	Dans	49	75	2	Dans	20	63
3	Dans	63	71	3	Gudstjenester	46	71	3	Basar	18	56
4	Basar	62	70	4	Basar	40	62	4	Gudstjenester	17	53
	<b>Gruppeaktiviteter</b>	<b>86</b>	97		<b>Gruppeaktiviteter</b>	<b>65</b>			<b>Gruppeaktiviteter</b>	<b>31</b>	
1	Sang	64	72	1	Sang	64	98	1	Sang	23	72
2	Bakegruppe	59	66	2	Trim	55	85	2	Trim	20	63
3	Håndarbeid	58	65	3	Høytlesning / avislesning	52	80	3	Bingo	19	59
4	Trim	54	61	4	Bingo	49	75	4	Høytlesning / avislesning	18	56
5	Hagearbeid	52	58	5	Dikt / lesegruppe	42	65	5	Håndarbeid	8	25
6	Bingo	47	53	6	Bakegruppe	35	54	5	Bakegruppe	8	25
7	Dikt / lesegruppe	41	46	7	Håndarbeid	31	48	6	Dikt / lesegruppe	7	22
8	Høytlesning / avislesning	33	37	8	Malegruppe	18	28	7	Malegruppe	4	13
9	Malegruppe	22	25	9	Hagearbeid	12	18	8	Hagearbeid	3	9
	<b>Utflukter</b>	<b>85</b>	96		<b>Utflukter</b>	<b>50</b>			<b>Utflukter</b>	<b>26</b>	
1	Spasertur	76	85	1	Biltur	42	86	1	Biltur	19	73
2	Biltur	70	79	2	Spasertur	40	82	2	Spasertur	17	65
3	Kulturarrangement	50	56	3	Kulturarrangement	28	57	3	Kulturarrangement	12	46
4	Handletur	47	53	4	Handletur	23	47	4	Handletur	7	27
	Individuell besøksvenn	34	38		Individuell besøksvenn	37	76		Individuell besøksvenn	13	50
	Kontakt med egen menighet	13	15		Kontakt med egen menighet	4	8		Kontakt med egen menighet	3	12

Tabell: Oversikt over aktiviteter som kan være interessante for beboerne ved Løvåsen sykehjem, Fordelt på respondentgrupper.

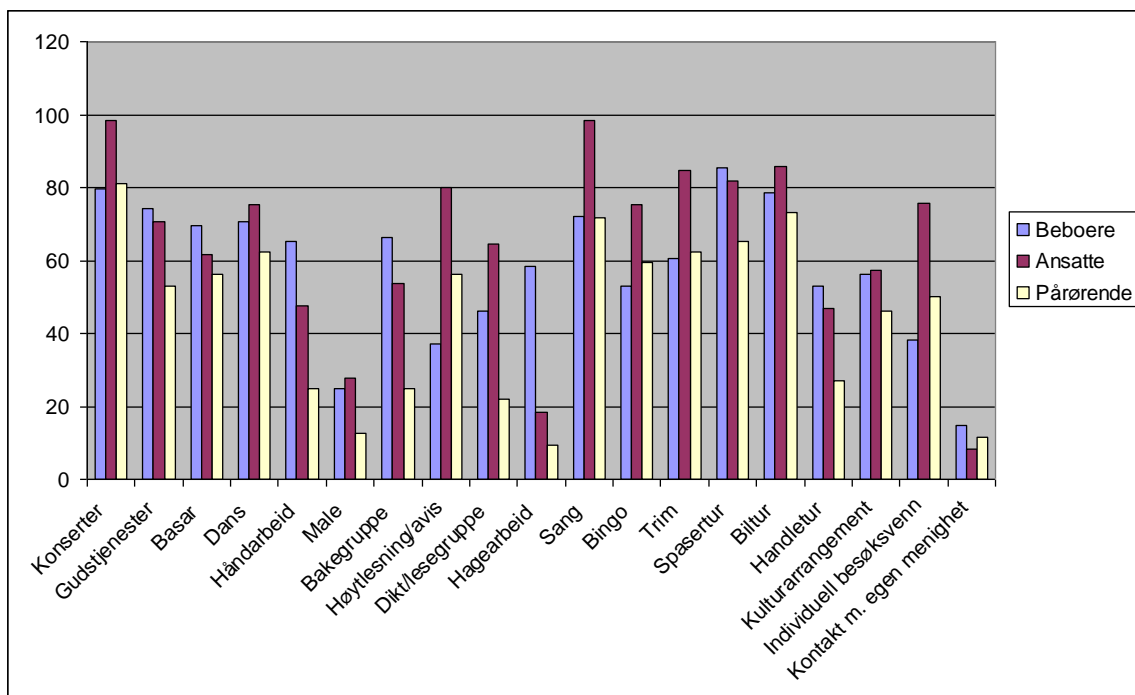


Diagram: Oversikt over aktiviteter som kan være interessante for beboerne ved Løvåsen sykehjem, Fordelt på respondentgrupper.

#### 4.2.4. Drøfting av kartleggingen

##### 4.2.4.1 Sammenligning av svarene de ulike respondentgruppene.

Dersom en sammenligner resultatene fra de ulike gruppene oppgir alle gruppene at fellesaktiviteter kan være av interesse for beboerne.

Når det gjelder foreslåtte gruppeaktivitet oppgir en stor andel av beboerne interesse for aktiviteter av ”aktiv karakter” som bakegruppe, håndarbeid, trim og hagearbeid som aktiviteter de kunne tenke seg å være med på.

De ansatte på sin side oppgir mer ”passive aktiviteter” (med unntak av trim) når de skal angi hva de tror kan være av interesse for beboerne. Sang, bingo og høytlesning, trim og dikt / lesegruppe. De pårørende setter også de mest ”aktive” formene for aktivitet sist.

Av beboerne er det bare 37 % som er interessert i at f. eks avisen blir lest høyt for dem. Denne aktiviteten er rangert som nr. 8 av alle ”gruppeaktivitetene”. Av de som ønsket å bli lest for var begrunnelsen oftest at de ikke hadde tilstrekkelig syn til å lese selv. Av de ansatte var det 80 % som trodde at beboerne hadde interesse av å bli lest høyt for. De rangerte høytlesning som nr. 3 av gruppeaktivitetene. De pårørende ”rangerte” høytlesning som nr. 4 av interessante aktiviteter. 56 % trodde at deres pårørende ville ha interesse av å bli lest høyt for.

Det er større samsvar i forhold til interesse for utflukter. Både beboere og ansatte har vist stor interesse for utflukter. Av alle aktiviteter på hele spørreskjema var spasertur det som flest av beboerne (85 %) ønsket.

Av beboerne er det kun 38 % som oppgir at de ønsker en individuell besøksvenn. Av de ansatte tror 76 % at beboerne ønsker en individuell besøksvenn / samtalepartner. Den høye

antagelsen fra de ansatte samsvarer også med antagelsen prosjektgruppen hadde da spørreskjemaet ble laget. Det ble antatt at de fleste beboerne ønsket en individuell besøksvenn / samtalepartner. En tenkte seg at dette var et stort behov i forhold anvendelse av de frivillige. Behovet er likevel større enn en kan tilby pr. dags dato.

62 % av beboerne var ikke interessert i å ha en individuell besøksvenn. Mange begrunnet det med at de hadde familie og venner som besøkte dem og de ønsket ikke en fremmed.

Ulikehetene i svar fra de ulike gruppene kan ha flere forklaringer. Det kan være at beboerne ønsker å være mer aktivt deltagende enn både de ansatte og pårørende tror. Hele 58 % av beboerne svarte at de kan tenke seg å være med på f. eks hagearbeid mens de ansatte og pårørende har satt har satt hagearbeid på sisteplass av gruppeaktiviteter. Det kan tyde på at både de ansatte og pårørende ”undervurderer” beboernes ønske om og evne til aktivitet.

En annen forklaring kan ligge i at kartleggingen har foregått på ulik måte de ulike gruppene. Alle tre gruppene har fått de samme spørsmålene. Forholdene har likevel vært noe forskjellig og kan gi seg utslag i ulike svar. Både ansatte og pårørende fikk utlevert et spørreskjema med et informasjonsskriv. Beboerne fikk de samme spørsmålene, men her var det prosjektleder som intervjuet beboerne med utgangspunkt i spørreskjemaet. Dersom det var uklarerheter kunne det lettere oppklares i intervjusituasjonen. I tilfelle med hagearbeid kunne enkelte av beboerne si at de ikke var spreke nok til å grave i jorden, men ville gjerne være med å gi råd. Da de fikk bekreftelse på at det var nok, ville de gjerne være med. Ansatte og pårørende hadde ikke samme muligheten til å avklare og måtte svare ut fra sin egen tolking av hvordan de forsto deltakelse i hagearbeid.

Svarene fra de ulike gruppene kan også avspeile utvalget. Av 157 innskrevne beboere er de beboerne som ikke har språk eller er for fysisk syk til å delta utelukket. Utvalget er derfor 103. Utvalget av pårørende som fikk tilsendt brev med spørreskjema er pårørende til alle de innskrevne 157 beboerne. De ansatte blir bedt å vurdere beboerne på sin boenhet og vil igjen avspeile alle 157 beboerne.

Av de 157 brevene som ble sendt ut til de pårørende var det 32 som svarte. Spørreskjemaet ble sendt i brev form til nærmeste pårørende. Mange av dem har oppført ektefelle som nærmeste pårørende. Gjennomsnittsalderen på beboerne i undersøkelse er 85 år. Av dette kan en tenke seg at også ektefellen har en høy alder. Det er ikke å forvente at en får så høy svarprosent fra mennesker med så høy alder. 10 av konvoluttene kom i retur med ukjent mottaker. Av 32 svar fra pårørende var kun 2 svar fra ektefelle 19 var fra datter eller sønn, de øvrige fra pårørende med annen tilknytning. Svarene er derfor ikke pålitelige, men gir en retning.

## **5.0 Evaluering av prosjektet og veien videre**

### **5.1 Prosjektorganiseringen**

Prosjektet var organisert med en referansegruppe, en prosjektgruppe og en arbeidsgruppe. Alle prosjekter ved Løvåsen USH er organisert med referansegruppe og prosjektgruppe. Seksjonsleder ved USH er prosjekteier.

Seksjonsleder ved Løvåsen USH har vært oppdragsgiver og har fått arbeidet i gang. Hun har også gjort en del av forarbeidet til prosjektet og ansatt ekstern prosjektleder.

Ekstern prosjektleder har hatt en overordnet rolle i prosjektet og har vært sekretær i referansegruppen. Hun har rapportert til seksjonsleder. Fra Des. 2007 ble det ansatt en ny prosjektleder i avslutningen av prosjektet, for å gjennomføre spørreundersøkelsen og skrive rapport. Det er selvsagt ikke ideelt for kontinuiteten å skifte prosjektleder underveis, men en høy grad av kommunikasjon mellom de to prosjektlederne, med seksjonsleder og resten av arbeidsgruppen har gjort at det likevel har gått greit.

Referansegruppen representerer et vidt spekter av ressurser som har gitt nyttige innspill til arbeidet. Gruppen består av ressurspersoner som kan mye på sine områder. Referansegruppen har kun hatt 3 møter i hele prosjektperioden. De har likevel vært svært viktig, spesielt i oppstartingsfasen av prosjektet.

Prosjektgruppe har vært viktig, ikke minst for å få innspill fra ulike aktører. Prosjektgruppen har hatt ca. 3 møter pr semester. Prosjektgruppen har vært bestående av 10 personer. Det har vært viktig at så mange av berørte parter som mulig har vært med. På denne måten kan en se betydningen av frivillighetsarbeidet fra mange sider. Når så mange representanter skal møtes kreves det stor grad av koordinering. I mange tilfeller var det vanskelig å samle hele gruppen. I mange tilfeller fikk ikke ansatte fra avdelingen anledning til å komme pga. forskyvning av arbeidsoppgaver. For kontinuiteten til prosjektgruppen er det viktig at de ansatte får disponere tid til deltakelse i gruppe. I dette tilfelle valgte prosjektgruppen en mindre arbeidsgruppe som kunne møtes litt oftere og drive arbeidet i et større tempo enn om hele prosjektgruppen hadde møtt hele tiden.

Arbeidsgruppen har møttes jevnlig og har vært helt avgjørende for å få den progresjonen en har hatt i arbeidet. Gruppen var sammensatt av prosjektleder, 2 aktivitører (ledende aktivitør er også frivillighetskoordinator) og institusjonspresten. Sammensetningen av gruppen har gjort at den har fungert svært bra. Det har vært viktig å ha en prosjektleder fra høgskolen som kan strukturere arbeidet og "trekke i trådene". Gruppen har hatt gode kreative prosesser og forskjellige innfallsvinkler til prosjektet. En fare med en liten arbeidsgruppe der beboere og andre ansatte ikke er representert kan være at de øvrige ikke får samme eierforholdet til prosjektet. Ved at arbeidsgruppen hadde ca 3 møter i semesteret sammen med resten av prosjektgruppen har en hatt muligheter for erfaringsutveksling med resten av prosjektgruppen og de gruppene de representerer.

## **5.2 Forberedelser for å starte frivillighetsarbeidet**

Det har i mange år vært et ønske om å inkludere frivillige i arbeidet ved sykehjemmet. Det har også tidligere vært sporadiske forsøk uten en har lyktes helt. Det kreves planlegging og systematisk arbeid for at frivillighetsarbeidet skal lykkes. I dette prosjektet, på lik linje med alle prosjekt en setter i gang ved Løvåsen USH har arbeidet vært forankret i ledelsen. Det er viktig at en også setter av ressurser til arbeidet. Selv om de frivilliges innsats er en ekstra ressurs for sykehjemmet, må en være villig til å sette av de ressurser som trengs for at arbeidet skal lykkes. Prosjektorganiseringen har hjulpet oss til å strukturere arbeidet. Vi ser som svært viktig at enkeltpersoner i organisasjonen ansvarliggjøres og får avsatt til tid å planlegge, organisere og ivareta de frivillige. Ved Løvåsen USH har ledende aktivitør fått satt av 25 % av

sin (75 %) stilling til frivillighetskoordinator. Det har vært helt nødvendig for å starte opp arbeidet. For å utvikle arbeidet videre kunne det vært ønskelig med større stillingsandel.

For at frivillighetsarbeidet skal være vellykket er det viktig at de øvrige ansatte på sykehjemmet er involvert og har et eierforhold til arbeidet. Prosjektet startet med møter der øverste ledelsen, ved styrer og seksjonslederne var representert. Videre var bogrupslederne innformert både skriftlig og muntlig. De ble også spurt muntlig om hvem av beboerne som hadde en personlig besøksvenn og hvem de trodde kunne ha nytte av det. Det har blitt satt opp skriftlig informasjon på bogrupsene om aktuelle aktiviteter der frivillige deltar og aktivitetene går rundt og orienterer før fellesarrangement. Det er fremdeles ikke alle ansatte som føler at aktiviteter der frivillige deltar angår dem. Der frivillige deltar direkte i bogrupsen, føler de ansatte i større grad at frivillighetsarbeidet angår dem. Den største utfordringen i forhold til de ansatte er å bidra til at de ser betydningen av aktiviteter som foregår utenfor boenheten. At de planlegger og samordner pleieplanene med tilbudet om aktivitet. I tråd med hensikten med aktiv omsorg har beboerne krav på en meningsfull fritid på samme måte som fysisk pleie. Begrenset bemanning er selvsagt en utfordring i forhold til oppgaver utover pleie. I denne sammenheng kan tilbudet fra de frivillige være et verdifullt tilskudd.

Avklaring av hva de frivillige skal brukes til har vært viktig. Informasjon om at de frivillige skal være et ekstra tilskudd for å bedre beboernes hverdag har vært viktig. De frivillige skal ikke ta jobben fra de ansatte, men være med å gi beboerne en meningsfull fritid. I prosjektet ved Løvåsen USH har det vært helt klart at de frivillige ikke skal brukes i pleieoppgaver. Løvåsen sykehjem har tatt på alvor at de eldre har rett til en aktiv fritid. Tilbudet har derfor blitt styrket ved hjelp av de frivillige i stedet for å frata beboerne de aktivitetstilbudene de hadde.

I dette prosjektet har det vært gjort en spørreundersøkelse blant beboerne, pårørende og de ansatte i forhold til hvilke aktiviteter beboerne har interesse av. Undersøkelsen ble gjennomført etter at prosjektet formelt var avsluttet. Ideelt burde en hatt en kartleggingsundersøkelse før en startet arbeidet. I vårt tilfelle har likevel prosjektet bare vært oppstarten til et arbeid som skal gå videre. Spørreundersøkelsen er derfor nyttig for å korrigere arbeidet og satsningsområdene videre.

### **5.3 Rekruttering, kvalitetssikring og oppfølging av frivillige**

Som beskrevet i kapittel 2 har det vært benyttet flere metoder for å rekruttere frivillige. Den mest vellykkede markedsføringen har imidlertid vært ”jungeltelegrafene”. Fornøyde frivillige har anbefalt arbeidet til sine bekjente.

Vi har hatt svært god erfaring med de fleste frivillige. For å være enda sikrere for tilbudet som gies til beboerne har det vært vurdert om en skulle be om referanser. Vi har imidlertid tenkt at kanskje krav om referanser ville gjøre at aktuelle frivillige ville føle seg mistenkeliggjort og ikke melde seg til frivillighetsarbeidet. Det er likevel et moment som vil bli arbeidet videre med.

Vi har fått tilbakemelding på at en av grunnene til at de frivillige liker seg og vil fortsette å arbeide som frivillige ved Løvåsen USH er at det har vært et godt ”apparat som har tatt seg av dem. Mange har oppgitt at de har satt pris på interessante og seriøse kurs. I arbeidet videre ønsker vi å kartlegge behov og ønsker fra de frivillige i forhold til ”påfyll” i form av kurs. Vi

ønsker å systematisere kurstilbudet og lage en mal for kurspakker som alle de frivillige kan få tilbud om. For å følge opp de frivillige ønsker vi å sette i system faste oppfølgingssamtaler med evaluering. Evalueringen av de frivilliges erfaringer kan også foregå i fellesskap, gjerne i forbindelse med treff for frivillige.

## 5.4 Spørreundersøkelsen

Det har vært en nyttig erfaring å gjennomføre spørreundersøkelsen. Først av alt har det vært en nyttig påminning om å spørre de det gjelder, når en skal iverksette tilbud. Det har vært mange verdifulle og interessante samtaler med beboerne. Ved mange boenheter var personalet skeptisk med hensyn til at vi skulle spørre beboerne. Et typisk utsagn var at her er det ikke vits i å snakke med dem, for her er de demente. Vi vet ikke eksakt hvor mange av deltakerne i denne undersøkelsen som har diagnosen men en regner med at ca 75-80% av sykehjemsbeboere i Norge er demente. Erfaringen med undersøkelse var likevel at når en spurte dem enkle spørsmål om hva de hadde lyst til og hva som interesserte dem, var svarene fra de fleste klare og kontante. 89 av 103 aktuelle kandidater gjennomførte undersøkelsen. Dvs de svarte adekvat på alle spørsmålene.

En konsekvens av spørreundersøkelsen er at vi ønsker i enda større grad å tilby aktiviteter i tråd resultatene av spørreundersøkelsen. Vi ønsker å organisere frivillige i grupper som skal fungere mest mulig selvstendig. Tilbudet må bli gitt enda mer i tråd med de områdene som beboerne oppgav at de var interessert i.

Under rubrikken ”annet” på spørreskjema var det pårørende som oppga ønsket velværetiltak for sine pårørende. I forhold til tilbud som de frivillige kan være med på har vi blant annet tenkt å lære noen opp i å ha velværestund med beboerne; stell av hender og negler med massasje av hendene.

## 5.5 "Punktvis" råd om oppstart og drift av frivillighetsarbeid

Under presenteres en oppsummering av råd til oppstart og drift av frivillighetsarbeid.. Rådene er et resultat av den erfaring Løvåsen USH har ervervet seg gjennom prosjektet Frivillighetsarbeid i sykehjem.

Forberedelser for å starte frivillighetsarbeid:

- Arbeidet må være forankret i ledelsen
- Avklare mål for frivillighetsarbeidet
- Kartlegging av ressurser
- Ansvarliggjøring. Det må settes av arbeidstid til en frivillighetskoordinator.
- Høy grad av informasjon – alle ansatte må få eierforhold til arbeidet og bli involvert.
- De ansatte som er spesielt involvert i frivillighetsarbeidet må få delta på kurs, både for å få input, dele erfaringer og få opp engasjementet. Det er viktig å holde seg orientert om hva som tilbys av kurs. Vi har deltatt bl.a. på kurs arrangert av Helse og sosialdepartementet og Termik.
- Innhente opplysninger og erfaringer fra andre som allerede er i gang. Vi har fått nyttig informasjon fra Haraldsplass diakonale sykehus og Røde Kors Sykehjem i Bergen.
- Det må klargjøres at de frivillige kommer i tillegg, ikke i stedet for de ansatte.
- Klargjøring av hva de frivillige skal brukes til. Eventuelt lage en kartlegging – spørreundersøkelse om behov – ønsker

Rekruttering av frivillige:

- Lage brosjyre - bruk gjerne vår mal
- Markedsføring, gjøre kjent i media, lokalavis, stand, åpent hus, julemarked, informasjon til pårørende – legge ut brosjyrer i fellesareal og bogruppene.
- Arrangement for både beboere og pårørende kan inspirere pårørende til å bli frivillige. Vi har rekruttert pårørende på den måten.

Kvalitetssikring av de frivillige:

- Ha et apparat til å ta imot de frivillige. Klargjøre hvilke oppgaver de kan begynne med
- Gjøre klar samtaleskjema – mal, bruk gjerne vår som utgangspunkt.
- Innkalle til samtale, avklare gjensidige forventninger. Informasjon og underskrift av taushetserklæringen. Avklare hva vedkommende ønsker å bidra med. Registrere ønsket bidrag.

Oppfølging av de frivillige:

- Arrangere kurs for de frivillige.
- Treff for de frivillig, med bl.a. faglig påfyll
- Andre tiltak for å øke trivselen. Eks. gi tilgang til trimrom, solarium osv.
- Informere de aktuelle bogruppene når den nye frivillige starter. De frivillige må også informeres om aktuelle endringer på bogruppen, f.eks smitteregime, dødsfall osv.
- Avklare klare regler / grenser for hva de frivillige kan / ikke kan gjøre
- Adresselister over de frivillige
- Lage oversiktskjema over hva de aktuelle aktiviteter og hva den enkelte frivillige kan bidra med.

## Referanser

1. Helse- og omsorgsdepartementet (2007): Aktiv omsorg: Rundskriv nr. I – 5 /2007.
2. Helse- og omsorgsdepartementet (2007-2008): Stortingsproposisjon nr. 1: Forbudsjettåret 2008
3. Kultur- og kirkedepartementet (2006-2007). Stortingsmelding nr. 39 - *Frivillighet for alle*
4. Helse- og omsorgsdepartementet: Delplan til Omsorgsplan 2015, Demensplan 2015 – ”*Den gode dagen*”.
5. Helse- og omsorgsdepartementet (2005-2006) St. Meld, Nr 25: Mestring, muligheter og mening – *Framtidas omsorgsutfordringer*
6. Sosial og helsedirektoratet: (2007): Glemsk, men ikke glemt – Om dagens situasjon og framtidens utfordringer for å styrke tjenestetilbudet til personer med demens: Rapport, is-1486. s. 12.
7. Næss, S. (2005). Omsorgens vilkår i de kommunale pleie- og omsorgstjenester. Rokkansenteret. Dr grads avhandling ved Universitetet i Bergen 2005
8. Stiftelsen Kirkens Bymisjon Oslo ved Frivillighetssentralen St.Hanshaugen – Ullevål (2000): Verktøyhåndbok for rekruttering og oppfølging av frivillige
9. Helse- og omsorgsdepartementet (1997): Kvalitet i pleie- og omsorgstjenestene: Rundskriv nr 1-13/1997
10. Frivillighetstjenesten ved Røde kors.



## ***Vedlegg:***

- Brosjyre til rekruttering
- Samtaleguide
- Kartleggingsundersøkelsen
  - Spørsmål til beboere
  - Spørsmål til beboere
  - Spørsmål til beboere





# Samtale med frivillige.

Dato.....

Navn:.....

Adresse:.....

Tlf:.....

Mobil:.....

Avklaring av forventninger:.....  
.....  
.....  
.....

Interesseområder:.....  
.....  
.....  
.....

Yrkeserfaring?:.....  
.....  
.....

*Spiller du noen instrument / kan du tenke deg å spille for beboerne?*.....  
.....

Hva ønsker du å bidra med?

- Besøksvenn til en eller flere?
- Turvenn?
- Bilturer?
- Være med beboerne på shopping?
- Delta ved store arrangement? (servere, følge pasienter til og fra, sitte med dem etc.)
- Følge til f. eks. lege, tannlege, forening etc..
- Resepsjonstjeneste?
- Steke vafler etc.?
- Være med i måltider?
- Sommerhalvåret: Være i hagen med beboerne? / stelle i hagen?

Ønske om å jobbe i grupper?

.....

Hvor ofte ønsker du å ha kontakt med beboeren / avdelingen ?

.....

Når passer det best for deg å komme til oss?

- Hverdager?
- Helg?
- Dagtid?
- Kveldstid?
- Ferier og høytider?

Orienterer om taushetsplikt / Skrive under på skjema.

Orienterer om kurs for frivillige.



Gruppeaktivitet:

- Håndarbeid Ja  Nei
- Male Ja  Nei
- Bake Ja  Nei
- Høytlesning / avislesing Ja  Nei
- Dikt / lesegruppe Ja  Nei
- Hagearbeid Ja  Nei
- Sang Ja  Nei
- Bingo Ja  Nei
- Trim Ja  Nei

Annet: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Utflukter:

- Spasertur Ja  Nei
- Biltur Ja  Nei
- Handletur Ja  Nei
- Kulturarrangement Ja  Nei

Individuell besøksvenn (samtalepartner): Ja  Nei

Har du behov for kontakt med egen menighet Ja  Nei

Kommentar: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Gir adekvate svar i henhold til spørreskjema Ja  Nei  (for intervjuer)







## SPØRSMÅL TIL PÅRØRENDE

Hvilken avdeling/ boenhet er din pårørende på: \_\_\_\_\_

3. Hvilken tilknytning har du til beboer:

- |                   |                          |             |                          |                   |                          |
|-------------------|--------------------------|-------------|--------------------------|-------------------|--------------------------|
| Ektefelle/Partner | <input type="checkbox"/> | Datter/Sønn | <input type="checkbox"/> | Bror/Søster       | <input type="checkbox"/> |
| Barnebarn         | <input type="checkbox"/> | Venn        | <input type="checkbox"/> | Annen tilknytning | <input type="checkbox"/> |

4. Hvilke aktiviteter tror du kan være av interesse for din pårørende, kryss av ja/nei

Fellesaktivitet:

- |                            |    |                          |     |                          |
|----------------------------|----|--------------------------|-----|--------------------------|
| • Konserter                | Ja | <input type="checkbox"/> | Nei | <input type="checkbox"/> |
| • Gudstjenester / andakter | Ja | <input type="checkbox"/> | Nei | <input type="checkbox"/> |
| • Basar:                   | Ja | <input type="checkbox"/> | Nei | <input type="checkbox"/> |
| • Dans                     | Ja | <input type="checkbox"/> | Nei | <input type="checkbox"/> |

Annet: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Gruppeaktivitet:

- Håndarbeid                      Ja     Nei
- Male                                Ja     Nei
- Bake                                Ja     Nei
- Høytlesning / avislesing      Ja     Nei
- Dikt / lesegruppe                Ja     Nei
- Hagearbeid                        Ja     Nei
- Sang                                Ja     Nei
- Bingo                                Ja     Nei
- Trim                                 Ja     Nei

Annet: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Utflukter:

- Spasertur                        Ja     Nei
- Biltur                                Ja     Nei
- Handletur                         Ja     Nei
- Kulturarrangement                Ja     Nei

Individuell besøksvenn (samtalepartner):                      Ja     Nei

Behov for kontakt med egen menighet                      Ja     Nei

Kommentar: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**For videre informasjon, ta kontakt med:**

Løvåsen Sykehjem Undervisningssykehjem  
Seksjon for forskning og fagutvikling

Seksjonsleder Liv Berven  
Telefon 53 03 04 22 / 93 25 57 14  
[liv.berven@bergen.kommune.no](mailto:liv.berven@bergen.kommune.no)

Prosjektleder/høgskolelektor Britt Øvrebø Haugland  
Telefon 55 97 96 59 / 95 10 47 95  
[Britt.haugland@haraldsplass.no](mailto:Britt.haugland@haraldsplass.no)

Prosjektleder/høgskolelærer Reidun Ljones  
Telefon 55 50 72 86 / 47 24 60 55  
[Reidun.ljones@betanien.no](mailto:Reidun.ljones@betanien.no)

Ledende aktivitør / Frivillighetskoordinator Birte Eliassen  
Telefon 53 03 04 28  
[Birte.eliassen@bergen.kommune.no](mailto:Birte.eliassen@bergen.kommune.no)

Rapporten er skrevet av:  
Høgskolelektor Britt Øvrebø Haugland og  
medforfatter ledende aktivitør / Frivillighetskoordinator Birte Eliassen

