Mere udeliv

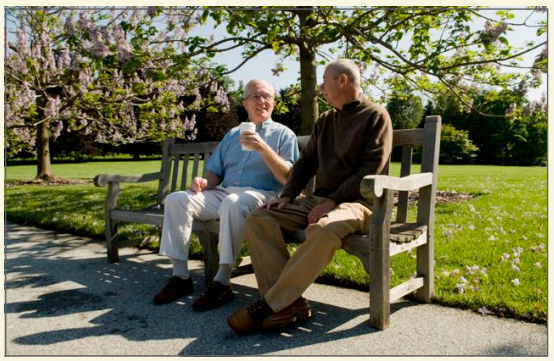
Udeliv er vigtig for de fleste menneskers trivsel - også som ældre. Det at føle medejerskab til de fælles udearealer kan være afgørende for om de ældre anvender disse, og dermed kommer ud og får lys, luft og gode stunder udendørs i hverdagen.

Det er vores erfaring at man gennem bevidst indretning af udearealerne, og medinddragelse af de ældre, pårørende, medarbejderne og nærmiljøet i denne proces, kan skabe mere udeliv.

Læs mere: http://knudramian.pbworks.com/Hverdagslivet+til+fods

Kontakt: University College Nordjylland

Ole Mygind, ergoterapeut, adjunkt
E-mail: olm@ucn.dk
Lisbeth Vinding Madsen, ergoterapeut, underviser
E-mail: olm@ucn.dk



Mere liv i samtalerne

De gode samtaler er en universalnøgle. Ganske små forbedringer af samtalerne kan løse mange problemer.

De små skridts vej er en hjælp til at få fokus på de betydningsfulde samtaler.

Det er vores erfaring, at selv små forbedringer i samtalerne kan lindre smertefuld behandling, skabe tryghed og glæde, kan støtte og aktivere pårørende, skabe motivation for behandling og meget mere.

Læs mere: http://knudramian.pbworks.com/VegaSamtalen

Kontakt: Randers Social- og sundhedsskole.

Joan L. Andersen
joan.andersen@sosuranders.dk
Anne Marie Madsen
E-mail: anne.marie.madsen@sosuranders.dk

Fælles information

Læs mere om "Mere liv i Gamles Hverdag" på http://knudramian.pbworks.com/MereLiv

"Mere LIV i Gamles hverdag" er resultatet af et projekt i VEGA-netværket, der hører hjemme på Gerontologisk Institut. Kontakt: Inger-Lise Dyrholm, Gerontologisk Institut, Tornebuskegade 7;11131 kbh.K ild@post.tele.dk tlf. 3940 1010.

Mere liv

I hverdagen

De små skridts vej

De små skridts vej er en metode, der med små mål, og uge for uge udvikler kvaliteten i ældreplejen. Der kan udvikles mere madlavning og mere udeliv. Bedre aftner og bedre samtaler kan blive vendepunkter i de gamles liv. Denne folder er en hjælp til at komme igang

Mere liv i aftenlivet

Nærvær, kropsligt velvære og gode ritualer er betydningsfulde i menneskers hverdagsliv.

Det er vores erfaring, at man kan udvælge konkrete og individuelle idéer til aftensamvær. Med de små skridts tempo og metode kan de målrettet fastholdes og videreudvikles.

Det kan gøre en stor forskel for den enkelte ældre og blive vendepunkter i de ældres liv i plejeboligen; ikke mindst for ældre med trivselsproblemer.

Læs mere: http//knudramian.pbworks.com/Aften og natteliv
Kontakt: Univercity College Nordjylland

Inge Lange, ergoterapeut, underviser .
E-mail adresse: inl@ucn.dk

Karin Naldahl, sygeplejerske, adjunkt .
E-mail adresse: krn@ucn.dk

Mere liv i køkkenet

De fleste plejeboliger er i dag placeret med et fælles køkken-alrum som centrum. Det giver utallige muligheder for en lang række hverdagsaktiviteter til glæde for beboerne. Ved at arbejde målrettet med ganske små forandringer i de daglige rutiner kan nyt liv opstå omkring køkkenet.

Vi har udviklet en tema-eftermiddag, der nu udbydes til plejecentre, som er interesserede i at skabe mere liv i køkkenet, vel at mærke uden at bruge ekstra ressourcer på det.

På temadagen fortæller social- og sundhedshjælpere og assistenter om deres erfaringer med metoderne i projektet. Vi viser en dokumentarfilm med inspiration fra forskellige plejecentre og hjælper jer i gang med at afprøve en enkel metode til at skabe forandring i hverdagen.

Kontakt Birgitte Højlund
E-mail: b.hoejlund@live.dk eller tlf. 26 16 81 33

Hvordan kommer man igang?

På en halv temadag med ledelse og medarbejdere kan projekterne hjælpe en arbejdsplads igang. Hvor meget i derefter har brug for at trække på projekterne vil variere. Prisen afhænger af, hvor mange i er og hvor meget i vil have hjælp til. Så kontakt derfor projekterne.

Man skal regne med, at de involverede medarbejdere skal bruge ca. en halv time om ugen på at arbejde med selve metoden. Succes forudsætter en leders aktive medvirken og opbakning - som sædvanlig.

De første skridt til en bedre hverdag

En halv temadag

Kontakt en af projektlederne og aftal et oplæg eller en halv temadag inden I beslutter jer til at gå i gang. De første skridt kan være nedenstående aktiviteter, fordelt over en 3-4 måneders periode.

Planlægningsmøde

På et møde aftaler ledelsen tidsplan, formål og fokus/indsatsområder.

Oplæg på et personalemøde

Introduktion til metoden for hele personale-gruppen, så alle ved, hvad der foregår. Baggrund og konkret inspiration til, hvordan cirklerne kan anvendes.

Tovholderne går i gang

Næste skridt er, at hver afdeling udvælger en tovholder, som udfylder et aftalt antal cirkler.

Tovholderne mødes og udveksler ideer til forandringstiltag og hvordan skemaet udfyldes.

Midtvejs-evaluering

Møde med tovholdere – erfaringsudveksling, sparring og justering i forhold til metoden. Drøftelse af hvordan resten af personalegruppen inddrages.

Slut-evaluering

Slut-evaluering – gerne på et personalemøde: Resultaterne fremlægges. Implementering/ tilpasning drøftes. Handleplan for det fremtidige arbejde med cirklerne..