

PIXI-bogen

“Alle de gode ideer”

**Fra medarbejdere og pårørende på
workshops i OK-Fonden**

Temaer:

Overgange – Den gode modtagelse
Pårørende
Dagligdagen – Det gode liv

**Konstruktiv, støttende adfærd, beskrevet med
små variationer fra alle arbejdsgrupper:**

Opbygning af relationer	Nærværende
Kontinuerlig kommunikation	Lyttende
Skift i perspektiv	Anerkendende

Tema: Overgange – den gode modtagelse

- Fokus på forberedelse til indflytning og den første tid
Ny dagligdag for beboer og pårørende – forventningsafstemning mellem pårørende og medarbejdere
- Løbende samtaler, fx når demensen udvikler sig
- Samtaler, der forbereder på afskeden med livet – meget forskelligt, hvordan det ønskes håndteret, fx stillingtagen til genoplivning

Ideer

- Hjemmebesøg inden indflytning, opstart af relation, evt. kontakt til tidligere bosted/fagpersoner, opbygning af gensidig tillid
- 5 gode råd til indflytning på første side på alle indflytningspapirer
Pjece "Når du flytter ind på xx", seneste numre af "xx-nyt"
- Få talt om det pres, der kan opstå, når man kommer i nye rammer
- Fysisk brev sendes om tilbuddet: Henvise til hovednummer, telefontid i administration
Velkomstmaterialet skal være konkret og tilpasset; onboarding-program for beboer og pårørende (fx 7 timer, 7 dage, 7 uger, 7 måneder)
- Hurtig aftale om indflytnings samtale, spørg – begge veje – vær i dialog
En helt ny verden, både beboere og pårørende skal lære at kende. En verden som medarbejderne kender og måske ikke altid får præsenteret helt nok – fx vigtigt, at alle pårørende ved, hvad en "kontaktpersons" rolle er, at forskellige medarbejdere kan forskelligt, hvem tager hvilke samtaler?
- Hyppige korte, aftalte samtaler mellem pårørende og medarbejdere – vigtigt for at man kan lære medarbejdere at kende og føle sig velkommen til at stille de spørgsmål, man som pårørende har. Hvordan skal der kommunikeres (mail, telefon, andet)
- Personalet skal hjælpe de pårørende, så de føler sig velkommen til at hjælpe til – fx hente kaffe, finde teske, rydde lidt op osv. Tydelige rammer for, hvad man må / kan hjælpe til med som pårørende. Vigtigt at pårørende kender arbejds gange ift. forskellige aftaler omkring beboeren.

Tema: Pårørende

- Tilhørsforhold / tilknytning til plejehjemmet for de pårørende
- Inkludere de pårørende i daglige rutiner med hjælp med at finde en god balance, afhængigt af de enkelte pårørende – se som ressource
- Sikre, at familieaktiviteter kan fortsætte med støtte fra plejehjemmet
- Plejehjemmet som en ny familieramme
- Aktiviteter for pårørende

Idéer

- Samtaler om særlige ønsker, som de pårørende og beboerne har, afstemme, hvad der kan lade sig gøre
- Hjælp fra personalet til at kunne fortsætte familieaktiviteter
- Plads til at være ægtefælle/partner efter indflytning
- Obs: Nuancer i forhold til, hvad det vil sige at være pårørende – roller og behov (ægtefælle/partner, søn/datter, ven, nabo)
- Med information fra livshistorien hjælpes man ad med at finde aktiviteter, der passer beboerne – afprøves. Skal følges op af kontaktperson. Vigtigt at få forklaret, hvad livshistorien skal bruges til, hvorfor det er vigtigt. Det kan føles som en meget stor opgave, fordi der er så mange punkter, der skal udfyldes. Evt. bryde den op, så man laver den løbende over den første tid, og man er tryk ved at skulle dele ud af livshistorien
- Aftabisere at have demens
Demensgrupper for pårørende, erfagruppe af pårørende til demensramte beboere
Viden om sygdommen, hvad indebærer den, og hvad kan vi forvente, der kommer, fx:
Pårørendeaftener, forståelse for andre beboeres sygdomme / levevis / livshistorie
Ring til en ven, pårørende-dialog forum
- Benyt tilbud i kommunen:
Hukommelsesklinikken, demenskoordinator, demenskonsulent, pårørendekoordinator
Tilgængelig information på kommunens hjemmeside
- Andet, fx er en psykolog, præst, en at tale med
- Aktivitetscenter – få tilbagemelding ift. den næres funktionsevne, og behovet for støtte til gøremål. Kan også fungere som er "wake-up call" for os som pårørende.

Tema: Dagligdagen – Det gode liv

- Struktur på dagligdagen - Kendt dagligdag
- Genkende sit hjem: møbler, billeder osv., personlige ting: make-up osv.
- Livshistorien bruges til at afdække behov og sikre livskvalitet:
- Fortsætte med de ting, man har kær
- Blufærdighed, identitet, madvaner, personlig pleje, vaner og rutiner, religion (hvilken), musiksmag, særlige behov
- Udarbejdes i fællesskab - pårørende kan tilføje
- Fælles oplevelser / aktiviteter
- Måltidet, maden

Idéer:

- Faste rutiner, som pårørende kan byde ind på
- Hjælpe pårørende med at tage ansvar for beboerens livskvalitet
- Tale om hvad man må og ikke må
- Tavle, der viser hvem, der er dagens medarbejdere / Billeder af personalet i alle vagtlag
- Opsætning af kendte symboler, der kan hjælpe pårørende og beboere med at finde rundt
- Hyggekroge til mindre grupper, hygge og oplæsning
- Tiltag, der gør, at de pårørende føler sig velkomne, daglig dialog
- Månedlige møder med kokken, pårørende og beboere om ønsker til kost
- Aktivitetsplan meget synlig, skal kunne findes af alle, med fx:
 - Invitation af pårørende til aktiviteter, da det kan hjælpe beboerne og give meningsfuldt samvær for pårørende og beboere
 - Bred vifte af aktivitetstilbud, både i større grupper og i små grupper
 - Sikre beboernes forskelligheder, at der er aktiviteter, der passer til alle, graduerede aktiviteter, så det er muligt at deltage i en lille del
 - Sanserum (low arousal/high arousal)
 - Udeaktiviteter, fx have, gå/cykelture, sæsonture, skov, strand, museer, parker, busture, ture til kolonihave, kirke
 - Invitere lokalsamfundet ind, fx besøg af børnehave, skolebørn, præst, kor
 - Kulturelle arrangementer ude og inde, fx nytårskur, pårørendecafé
 - Bowlingaftener for pårørende og personale