



## Hverdagsrehabilitering på Plejecenter Kildevældet

*Projektbeskrivelse udarbejdet af projektmedarbejder Inge StounbjergBarash*

29.7.2013

### 1. Projektbaggrund og formål

Plejecentre har ofte i folkemunde været at betragte som livets endestation, hvor den kompenserende støtte til borgeren, har afløst en mere rehabiliterende indsats. Denne projektbeskrivelse omhandler Plejecenteret Kildevældet, Hedensted kommune – et rummeligt sted på flere måder med ca. 48 beboere. At mestre livet bedst muligt, når en borger får problemer med sine daglige gøremål, er vigtigt - også for beboere på plejecentre - og etisk set en lige så vigtig del af begrebet "hverdagsrehabilitering". **Vi sætter fokus på at understøtte plejehjemsbeboerens håb, ønsker og drømme – og fokus på hvorledes man bedst bevarer egen identitet ved indflytning på plejecentret.**

## **Vi vil derfor arbejde med, hvordan vi via borgernes aktivitet og involvering i dagligdagen kan fastholde og udvikle færdigheder og mestringsevne.**

For at tænke hverdagsrehabilitering ind i en stærkt funktionshæmmet gruppe borgere, hvor op mod 70 % er demente - i middel til svær grad, har vi ligeledes i personalegruppen taget udgangspunkt i det at skabe en **Innovationskultur**, hvor det at forholde sig kreativt og tænke ud af kassen, skaber grobund for nye behandlingsstrategier og tiltag. **Mindfulness** bruges endvidere som et praktisk dagligdagsredskab til at møde beboeren, der hvor han er - og som et stress reducerende redskab i en til tider travl hverdag for medarbejderen.

I dette projekt er projektmedarbejderen en aktiv del af huset og har således kontaktflade til hele medarbejdergruppen - hvilket giver en mulighed for at gå udenom diverse administrative kasser og få hverdagsrehabiliteringen centreret direkte ned i hverdagslivet på plejecentret. (Projektmedarbejder som facilitator)

Formålet med projektet er at udvikle, afprøve og implementere en model af

Hverdagsrehabilitering, som er skræddersyet til Hedensted Kommunes plejecentre.

Grundtanken er, at hverdagsrehabilitering altid er en mulighed, også for funktionsmæssigt hårdt ramte borgere - blot vi graduerer og planlægger indsatsen i tæt samarbejde borger, medarbejder og pårørende imellem.

Vi ønsker at hjælpe beboerne med størst mulig følelse af mestring i eget levet liv

Formålet med hverdagsrehabilitering er

- At understøtte et paradigmeskifte, hvor den ældres behov for meningsfyldte og udviklende aktiviteter er i fokus; fysisk, socialt, psykisk og åndeligt. (jvf. COPM måleredskab se bilag), og således ændre opfattelsen af alderdom som afvikling.
- At understøtte et paradigmeskifte hvor en innovationskultur bygges op på arbejdspladsen. Ideer omsættes til bedre praksis - og skaber altid en merværdi. (og et bedre arbejdsmiljø) Jævnfør Hedensteds Kommunes politik
- At tænke rehabiliterende behandling ind i en bred ramme - kontra udelukkende kompenserende indsats.

Omdrejningspunktet er at arbejde med de aktiviteter som giver størst mulig mening for borgeren. I Kildevældets kontekst må der ud fra de ældres til tider stærkt reducerede kognitive færdigheder (demens) arbejdes med alternative måder at finde frem til de meningsgivende aktiviteter. Her tænker vi at bruge det private såvel som det professionelle netværk aktivt.

## **2. Målgruppe**

Målgruppen er primært borgerne, som bor på Kildevældet. (der kan være en overførselsværdi til andre plejecentres borgere i kommunen.)

Det som kendetegner denne gruppe er at de i høj grad har brug for pleje og praktisk hjælp, og således er visiteret til Plejecentret. En stor gruppe beboere har ikke nødvendigvis de kognitive

forudsætninger, der generelt kendetegner et samarbejde om hverdagsrehabilitering (70 % demente)

En del af borgerne kan definere mål med støtte fra personale – og en stor gruppe er kommunikativt ikke i stand til dette – og kræver således alternative former for samarbejde for at kunne lave meningsgivende mål.

Den sekundære – men anden meget vigtige målgruppe er personalet, som arbejder på Kildevældet – da projektet også omhandler et paradigmeskifte og opbygning af en innovationskultur – og via mindfulness et redskab til at kunne være i et travlt og ofte forandringspræget arbejdsliv.

### 3. Indsatsområder og mål

Det overordnede mål er: ***at Kildevældet borgere via aktivitet og involvering i dagligdagen – en målrettet hverdagsrehabiliterende indsats -kan fastholde og udvikle færdigheder og mestringsevne.***

Aktivitet dækker bredt (materiale COPM – (Et ergoterapeutisk redskab til resultatmåling, konstrueret med henblik på at opfange ændringer i en klients egen vurdering af tilfredshed med udførelsen af vigtige aktiviteter - se bilag 1)

**Egenomsorg:** Personlig omsorg, Funktionel mobilitet, Forbruger/ samfundsborger

**Arbejde:** Lønnet/ ulønnet arbejde, Husarbejde og omsorg, Leg skole og uddannelse

**Fritid:** Stille aktiviteter, fysisk krævende aktiviteter, sociale aktiviteter.

Projektets resultat består af flere **indsatsområder:**

#### **Indsatsområde1: Afdækning af udvalgte beboeres ønsker og mål.**

(fem borgere udvælges til projektet)

Via COPM finde borgerens for ham/ hende mest meningsgivende hverdagsrehabiliterende delmål (eks være i stand til på selvstændig vis at vaske sig i ansigtet hver morgen)

**Delmål:** samarbejde beboer, plejepersonale, evt. pårørende og projektmedarbejder om de ønskede delmål (kommer senere...!)

Ugentlig skalering på en skala fra 1 -10 udførelse og tilfredshed. Såvel beboer som personale evaluerer hver for sig den ønskede aktivitet. (se bilag 1)

#### **Resultatmål:**

At de borgere som modtager tilbuddet forventes 60% at vedligeholde eller forbedre den ønskede funktionstræning.

At de borgere som modtager tilbuddet forventes 40 % en uændret eller dalende funktion (Qua plejecentrets stærkt funktionsnedsatte gruppe af borgere)

At 70 % af borgerne er tilfredse med kvaliteten af indsatsen.

## **Indsatsområde 2: Paradigmeskift i virksomhedskulturen på Kildevældet.**

For at kunne tænke hverdagsrehabilitering ind – og arbejde fagligt, målrettet og kreativt med de ressourcer der findes, kræver det et opgør med "gamle vaner", og oparbejdning af en innovationskultur, hvor det er tilladt at afprøve, komme med nye ideer - og qua færre ressourcer tænke ud af kassen og i alternative løsninger.

For at turde være en aktiv – og nødvendig deltager i en hastigt udviklende ældresektor kræver det en form for accept af tingenes tilstand - og det at kunne forholde sig til *nu og her* – på en ikke dømmende måde. Innovationsprojekt og Mindfulness som redskab i hverdagen for medarbejderen på Kildevældet, er de to overordnede og sammenhængende indsatsområder i forhold til personalegruppen.

**Delmål:** At personalet engagerer sig i de to nye tiltag - samarbejder - og selv tage ansvaret for spørgsmål og tvivl til projektet - via mulighed for daglig kommunikation med projektmedarbejder, samt via deltagelse i møder og undervisning

### **Resultatmål:**

at 90 % af personalet deltager i to Innovations kick off workshop møder.

At 90 % af personalet deltager i fire undervisningslektioner i Mindfulness som redskab i arbejdet på Kildevældet – og 50 % deltager på morgenmøder og eftermiddagsmøder i implementeringsfasen.

At to medarbejdere frivilligt melder sig til en arbejdsgruppe hvor indsatsområder og delmål jvf. indsatsområde 1, præciseres.

At 80 % af medarbejderne, hvis beboere er udvalgt til et målrettet hverdagsrehabiliteringsprojekt, samarbejder målrettet om dette.

At 70 % af medarbejderne kan give udtryk for små positive ændringer i virksomhedskulturen ved projekts slutning.

## **5. Interessenter**

Projektet har flere interessenter

- Beboere på Kildevældet, pårørende og andre borgere
- Frontmedarbejdere og ledelse
- Projektstyregruppe (projektmedarbejder, ledelse på Kildevældet samt de udvalgte medarbejdere i arbejdsgruppe)
- Hedensted Kommune, politiker, praktiserende læger, HMU

- Faglige organisationer, Interesseorganisationer, Frivillige, Andre kommuner og indsatser.

## 6. Tids og aktivitetsplan

<b>Fase</b>	<b>Hovedaktivitet</b>	<b>Tidsperiode(start og slut)</b>
<b>Forberedelse og start</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kick off workshop</li> <li>2. Innovationsworkshops/ undervisning af personale x 2 (Kaos før struktur)</li> <li>3. Uddeling af kreativt sæt og instruktion til innovativ tænkning til personalegruppen.</li> <li>4. Projektmedarbejder deltager og observerer arbejdsgange og kultur på diverse afdelinger.</li> <li>5. Samarbejde med Terapeuterne Øst</li> <li>6. Ugentlig sparring med leder.</li> <li>7. Indføring i Kildevældets indsatsområder og planarbejde.</li> <li>8. Projektbeskrivelse</li> <li>9. 16.1 2013: indsnævring af indsatsområde via stormøde med personale – Innovativ tilgang.</li> <li>10. Daglig konsulentbistand ift. innovationsprojekt.</li> <li>11. Udarbejdelse af nyhedsbreve</li> <li>12. Sikre fagligt niveau og finde egnede evalueringsmetoder</li> <li>13. Etablering af arbejdsgruppe til præcisering af indsatsområde og delmål jvf. overordnet mål for projektet.</li> <li>14. Interview med beboere, pårørende og frivillige (brugerdreven innovation)</li> </ol>	<b>December 2012 – januar 2013</b>

<p><b>Hverdagsrehabiliterings tiltag implementeres</b></p>	<p><b>Udarbejdelse af delmål</b></p> <p>Til borgerindsatsområde: Via evaluering og borgertilfredshedsredskab COPM, beskrives delmål og daglige tiltag ned i mindste delfunktion, så manualen kan bruges til hele plejegruppen. Delmål udarbejdes i et samarbejde mellem beboer, pårørende(hvis nødvendigt), personale og projektmedarbejder.</p>	<p><b>Evaluering af delmål</b></p> <p><b>Fra uge5 2013.</b> Ugentlig evaluering af delmål med anvendt skala fra COPM. Skaleres såvel af borger som personale <b>Uge 11</b> midtvejsevalueres – borger, projektmedarbejder og personale. <b>Uge 18:</b> Slutevaluering</p>
<p><b>Mindfulness kultur og værktøj implementeres fortsat vedligeholdesestræning i en innovativ kultur</b></p>	<p>Undervisning af personalet i Mindfulness- samt implementering i de forskellige afdelinger i vagtskifte. Innovationstilgangen bruges ved udarbejdelse af indsats for borgere og i almindelig daglige aktiviteter og kommunikation på Kildevældet. Nyhedsbreve udsendes vedrørende Mindfulness værktøj og innovationskultur - og synlig projektmedarbejder på afdelingerne, som dagligt arbejder med tilgangen.</p>	<p><b>Februar til Maj 2013</b></p>
<p><b>Evaluering af projekt Vidensdeling Temadage Presse</b></p>	<p>Projektet evalueres ud fra de givne delmål og resultatmål. Deltagelse i konference for ergo projekter Personale evaluering af projekt Beboerevaluering af projekt.</p> <p>Artikler i fagblade/ Interesseorganisationer Fremlæggelse for ledelse Orientering til politikere</p>	<p><b>Maj – juni 2013</b></p>

## 7. Risikovurdering af projektet

Projekt hverdagsrehabilitering Kildevældet har en lille risiko i målgruppens kognitive færdigheder. Da en stor del af beboerne er demente og således har ofte svære kommunikative

vanskeligheder, kan det være uklart om, hvorvidt vi tager udgangspunkt i den enkeltes klare og definerede ønske og behov. I forbindelse med dette er det vigtigt ved demente borgere at inddrage de pårørende, og desuden måle tilfredshed ud fra ansigtsudtryk og anden non verbal mimik.

Der er også en risiko for modstand overfor forandringer – såvel for medarbejder som beboere, og derfor vigtigt med styring og klar støtte fra ledelse – samtidig med at der arbejdes bottomdown, så medarbejderen blandt andet via Kick off workshop og deltagelse i projektarbejdsgruppe selv er medbestemmende overfor relevante tiltag. Endvidere vil en klientcentreret evalueringspraksis og undersøgelsesmetode (COPM) sandsynligvis nedbringe risikoen.

## **8. Projektevaluering**

Projektet slutevalueres ift. Det overordnede mål og diverse indsatsområders delmål og resultatmål. (se indsatsområder og mål)

Projektet midtvejs og slutevalueres jvf. tidsplan.

Der skrives en skriftlig rapport som afslutning på projektet. Rapport og projektbeskrivelse bruges ved pressedækning, vidensdeling og temadage. Kvalitative beboer, pårørende og medarbejderinterview kan være en mulighed for en mere nuanceret beretning om projekt hverdagsrehabilitering på Kildevældet.

## Projekt Hverdagsrehabilitering på Plejecenter Kildevældet

*En måde at fastholde og udvikle hverdagsfunktioner via fysisk rehabilitering*

Projekt Hverdagsrehabilitering tager i dette halvårlige projekt udgangspunkt i, at det altid er muligt at udvikle og fastholde funktioner – også som beboer på et plejecenter. Projektet gør således op med Plejecentre som et udelukkende serviceminded organ, som i værste fald servicerer i så høj grad, at beboeren mister gode daglige færdigheder. Således er der tale om et paradigmeskifte, hvor alderdom ikke blot er afvikling – men også kan være udvikling. Vi arbejder en mere rehabiliterende indsats ind (kontra kompenserende) – med projektarbejderen i øjenhøjde med personale og beboere - og som facilitator for den nye kursændring.

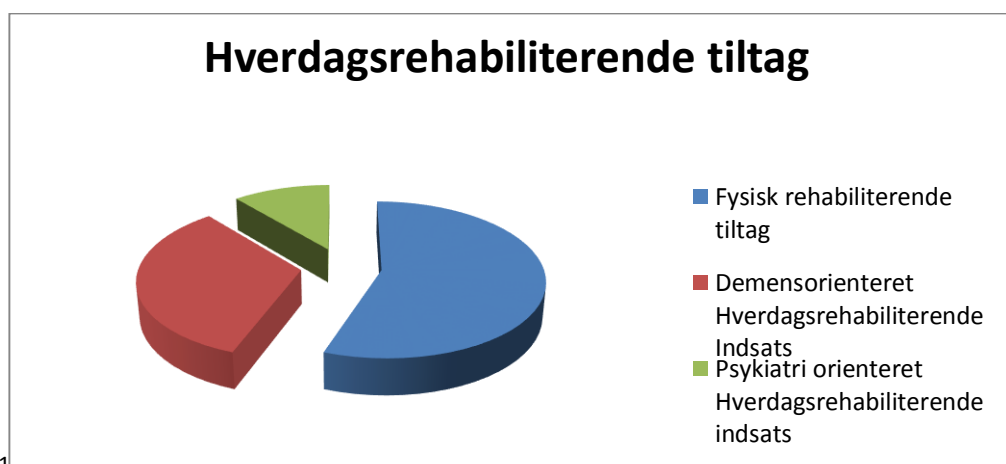
Formålet i projektet er, via et overordnet fysisk rehabiliteringsmål, at have fokus på delmål (her metoder), som giver mening i beboerens liv. Via fokus på et enkelt delmål og med en bred koordineret indsats af bl.a. plejepersonale, aktivitetsmedarbejdere, træningsterapeuter, sygeplejersker, køkkenpersonale, frivillige og evt. pårørende) målrettes indsatsen og gradueres til den enkelte beboeres fysiske, og mentale formåen.

At udvikle og vedligeholde færdigheder på et plejecenter, kræver omlægning af såvel personalets - som beboeres daglige rutiner. Beboeren kan kun opnå den grad af udvikling som personalet er i stand til at facilitere. Som et ekstra indsatsområde har vi i projektet valgt at arbejde med metaperspektiv, faglig og personlig refleksion – nærvær i arbejdet og bevidste valg – via Mindfulness, som projektmedarbejderen tilbyder i de tre vagtskifter.

Oplevelsen af tilværelsens omskiftelighed og mange krav i arbejdslivet, kræver evnen til at se det hele lidt fra oven og kunne prioritere. 95 % af personalet deltager i Mindfulness – og har overvejende gode erfaringer med dette; således udtrykker en medarbejder.. *Jeg er begyndt med at se det hele lidt fra helikopteren – og husker på at tanker og følelser er forbigående.*

Innovation var projektets kick starter og motivationsskaber - og flere tiltag kommer fra personale, pårørende og beboernes innovative forslag: Tiltag for de demente borgere; en kreativ værktøjskasse – med redskaber til demensramte. Solskinscafe gruppe for demente. Indflytningssamtaler med fokus på madvaner, har bidraget til øget samarbejde køkken og plejepersonale, samt er nu gået videre til Hedensted Kommunes Ernæringskonsulent, og kan måske i revideret form bruges på flere Plejecentre. Der er ved at blive sat stærekasser med kamera op. Ideer med "natur reality TV" er ved at blive udviklet af stedets pedeller (muligvis snart optagelser fra pedellens fuglebræt, og der bliver indkøbt DVD er med togrejser i Norge og Danmark i naturlig fart.) Desuden arbejdes der på at åbne dørene for Massage og Zoneterapi.

**Lidt om projektets:** 9 beboere har til 1. april deltaget i projektet, og de dertil hørende hverdagsrehabiliterende tiltag fordeler sig således. Alle tiltag har et overordnet fysisk rehabiliteringsmål.



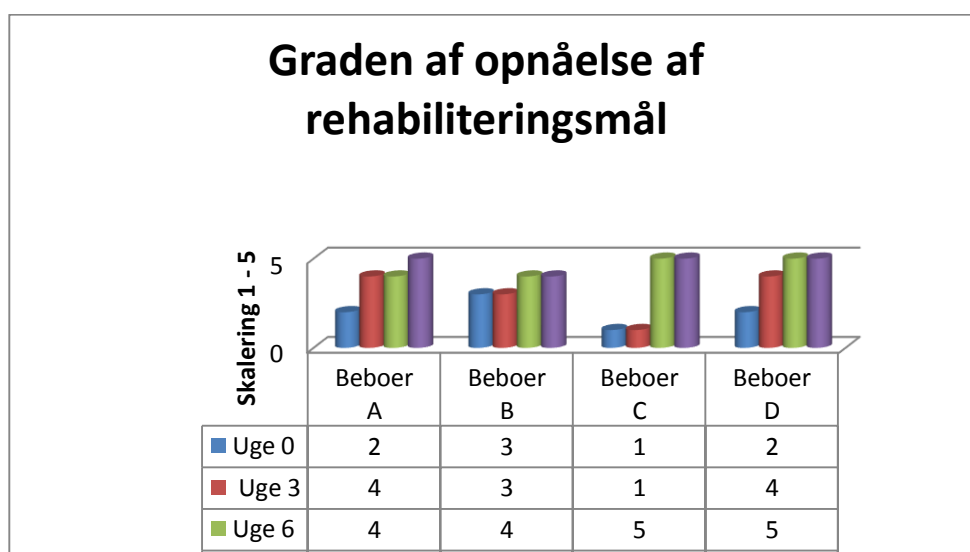
Figur 1

Alt efter kognitiv formåen, er der i samarbejde mellem beboer, personale og projektmedarbejder som igangsætter, blevet lavet et delmål på en aktivitet, som giver mening for beboeren.



Vi har her udvalgt fire delmål ud af den samlede indsats. Det overordnede mål er for alle delmål Fysisk **rehabilitering**: **Beboer A** skal selv mindst fire dage om ugen tage makeup af og på. **Beboer B** skal selv mindst 80 % af tiden løfte sine ben op i sengen og bevare sin gangfunktion f.eks. via dagligt med aktivitetsmedarbejder at tømme sin postkasse. **Beboer C** skal mindst en halv time dagligt deltage i en for hende meningsgivende aktivitet. (demensorienteret) **Beboer D**: Klarlægge og støtte op om beboeres trykstrategier, således at beboeren oplever mere ro i sit indre - og sin adfærd. (psykiatriorienteret)

Delmålet tjener som midlet til at udvikle evnen til at varetage flere dagligdags funktioner af fysisk karakter. Således kan den psykiatriske beboer regrediere i mindre grad, såfremt han arbejder med trykstrategier, og derved f.eks. selv gå på toilet - og spise uden guidning. Den demente beboer kan få mere ro på sig selv (mindre en til en personale kontakt) – og mere værdighed og mestring. (hjælper med at folde servietter og pudser selv sit sølvtøj) Den beboer som lægger vægt på personlig pleje (makeup) har i skrivende stund ytrret at hun gerne vil træne mere – da det giver hende en god følelse selv at kunne varetage makeuppern – på sigt kan det muligvis betyde mindre arbejde til plejepersonalet – måske kan beboeren selv begynde at børste tænder – nu da hun mestrer makeuppern. Fælles for de hverdagsrehabiliterende indsatser er, at de til tider tager længere tid i starten – for på sigt at lette plejepersonalets arbejde – samt mest af alt give den ældre beboer en oplevelse af selvværd og mestring.



Figur 2

#### Skaleringstabel : 1-5

1. Beboer magter i særdeles ringe grad at udføre den hverdagsrehabiliterende indsats.
2. Beboer kan udføre små delfunktioner af den hverdagsrehabiliterende indsats.
3. Beboer kan i middel grad udføre den hverdagsrehabiliterende indsats.
4. Beboer udfører den hverdagsrehabiliterende indsats lidt over middel.
5. Beboer udfører den hverdagsrehabiliterende indsats over forventning

Konklusionen er, at ved at sætte fokus på hverdagsrehabilitering på et Plejecenter, kan vi forbedre og vedligeholde beboerens daglige færdigheder i en sådan grad, at vi på sigt skønner, at den ændrede kultur giver mere kvalitet i hverdagen for beboeren – her er personlig mestring centralt. Det højner den faglige indsats og refleksion, og ændrer indsatsen fra mere kompenserende til mere rehabiliterende. Det sparer på sigt tid for plejepersonalet, og giver borgeren mulighed for et mere aktivt og meningsfyldt liv.

#### Det fremtidige mål

De sidste to måneders af projekt Hverdagsrehabilitering på Kildevældet, skal alle 48 beboere skal have et fysisk rehabiliteringsmål. Dette udfordrer den vante kultur på Plejecentre omkring måltrettet rehabiliterende indsatser i plejen, og giver en mulighed for et fagligt løft i daglige dokumentation. Projektmedarbejderen trækker sig ud fra "arbejdet i marken" og bliver en slags faglig konsulent for den enkelte medarbejder til indarbejdning af de nye vaner og måder at forholde sig til alderdom, og ansvaret for at fortsætte hverdagsrehabiliteringen lægges nu ud til Plejepersonalet. Projektet bliver fulgt af pressen; Horsens Folkeblad, Helse og skal præsenteres på Ergoterapeutforeningens jubilæumskonferencer rundt i landet. Model Kildevældet kan med fordel anvendes på kommunens øvrige Plejecentre.

