

# Livskvalitet på Seljetunet

## Kvalitetsutvikling og livsglede



Leve *heile* livet

## OVERSIKT

### 1. Bakgrunn

### 2. Livskvalitet

### 3. Prosjektplan

Mål, delmål, oppstart

### 4. Kartlegging

Problemstilling, utfordringa, behov

### 5. Satsingsområder

### 6. Tiltak /handlingsplan

- Aktivitet og fellesskap
- Mat og måltid,
- Rutinar/tilrettelegging
- Samarbeidspartnarar / avtalar

### 7. Vegen vidare

### 8. Økonomi

Vedlegg:

- a) Brev til bebuarane
- b) Lesarbrev januar – april
- c) Lesarbrev mai – desember

## 1. BAKGRUNN FOR PROSJEKTET

Etter fleire år med omstilling, lav leiartettleik og bemanningsreduksjonar var arbeidssituasjonen for dei tilsette krevjande. Det daglege vart prega av høgt tempo og for lite tid til fokus på effekt for pasientane, mindre tid til fagleg utvikling, og i det heile kunne gi god nok pleie og omsorg.

I 2016 og 2017 sette leiinga ved Seljetunet i gang eit meir systematisk arbeid med fokus på livskvalitet for bebuarane. Ein prosess for kvalitetsutvikling med to innfallsvinklar:

1. Sikring av formelle lover, reglar og faglege krav. Objektive standardar.

Døme på utfordringar/ problemstillingar: Medikamenthandtering, mangel på tilgang til datamaskiner på avdelingane, redusert dokumentasjonssystemet Profil. (Ansvar: leiar v/ Seljetunet)

**2. Utvikling av livskvalitet for bebuarane.** (Ansvar: Prosjektleiar)

Eit prosjekt med dette fokuset (i kommunen), er også i tråd med regjeringa si satsing på eldreomsorg gjennom den nye kvalitetsreforma for eldre, Leve heile livet.

Selje kommune søkte fylkesmannen og fekk ei løyving på til saman 423 966,92,-

Hausten 2017 løyvde Kommunestyret 300.000 kr. Desse midlane skulle i hovudsak nyttast til ei halv stilling som prosjektleiar, resterande til innkjøp av inventar/utstyr og arrangement knytt til målsetjinga i Livskvalitetsprosjektet.

## 2. LIVSKVALITET

Livskvalitet er ein standar vi set sjølv. Opplevinga av god livskvalitet er individulet og kan ha stor variasjon, men det er også mykje like behov for alle menneske.

Litt om Livskvalitetsforskning

Anton Aggernæs «Livskvalitet»:

- De elementære biologiske behov
- Behov for menneskeleg kontakt
- Behov for meningsfull aktivitet
- Behov for varierte opplevingar

Erik Allardt: Att ha, Att ælska , Att vera

- Å ha: Faktoren handlar om det fysiske og fysiologiske. Korleis rommet er utforma, stovene, der bebuarane oppheld seg. Ernæring, medisiner, stell og fysisk pleie. Tiltaksområder vil vere det å skape tryggleik, sikre helse, rehabilitering. Sikre det formelle, grunnlaget i lov og forskrift. Effektiv drift og i stor grad generelle føringar som gjeld alle tilsette og alle bebuarane.

- Å elske: Faktoren handla om relasjonar. Tilrettelegging i høve pårørande. Kommunikasjon med tilsette. Venner og lokalsamfunn. Tiltaksområder vil vere korleis «invitera» vi pårørande, vener og andre inn i sjukeheimen. Refleksjon om korleis vi kommuniserer og møter bebuarane. I stor grad individuelle tilpassingar.

- Å vere: Faktoren handlar må sikre og å utvikle sjølvbilde til bebuarane. Tiltaksområda er å vidareføre interessene bebuarane har, og har hatt tidligare i livet.

Mange pasientar får ein klar kvalitetsheving på «Å ha» ved innlegging på institusjon, men samtidig opplever mange redusert livskvalitet. . .

### 3. PROSJEKTETPLAN

Hovudmålet i prosjektet er auka livskvalitet/ utvikling av livskvalitet for bebuarane på Seljetunet.

I gjennom

- å kartleggje
- skape eit felles verdigrunnlag
- sette felles prioriteringar
- vurdere ny døgnrytmeplan og rutinar
- sette i verk tiltak og tilbod
- Etisk refleksjon

auke evne til refleksjon over eigne haldningar, eiga åtferd

- Samarbeid (vinn-vinn)

opprette tettare og nye samarbeid med andre etatar, frivillige lag og organisasjonar

- å vere synlege i, og ein del av lokalsamfunnet elles.

#### Oppstart

Det vart tilsett ein prosjektleiar i 50 % stilling 01.01. 2018.

Prosjektleiar danna, ilag med leiinga, ei arbeidsgruppe der alle avdelingane, tillitsvalte og yrkesgruppene var representert.

Arbeidsgruppa skal reflektere, diskutere prioriteringar, konkretisere mål og tiltak og vere eit bindeledd til resten av personalet.

Første perioden omhandla mykje om å få ut informasjon/ skape kjennskap og engasjement rundt prosjektet. Involvere dei som kjenner til utfordringane aller best .

Nemleg bebuarane, tilsette og pårørande.

Det vart sendt ut informasjonsbrev til alle bebuarane på huset og heim til pårørande. Tilsette vart (og blir) involvert og informert på avdelingsmøter og igjennom infoskriv/meldingar og referat.

I informasjonen fortalde ein om satsinga på sjukeheimen vår og oppmoda alle om å engasjere seg og seie si meining om kva som er/var bra og kva ein skulle ynskjer vart betre.

Det kom inn mange skriftlege og munnlege innspel frå

dei som bur her, jobba her (pleiarar, reinhaldarar, leiing) pårørande og besøkande.

### 4. KARTLEGGING

Spørjeundersøking

Det vart utforma ein enkel spørjeundersøking for bebuarane. Der dei først skulle gi terningkast 1- 6 på pleie/helsehjelp, mat og måltid og aktivitet og tilbod. I tillegg nokre spørsmål om kva dei er nøgde med og kva dei kunne tenke seg var betre.

Nokre bebuarar gjennomførte undersøkinga sjølv/aleine. Dei som trengde litt assistanse fekk hjelp frå pårørande og/eller primærkontakt.

Spørjeundersøking var frivillig og det var eit fåtal som takka nei til å delta.

Undersøkinga viste at dei alle fleste er godt fornøgd med den pleia og helsehjelpa dei får. Terningkast 5 i snitt.

Kommentarane og tilbakemeldingane var blant anna at dei får den hjelpa dei treng, dei føler seg trygge og at dei som jobbar her er kjekke og hjelpsame.

Det kom fram at dei merkar at personalet har dårleg tid, og at dei gjerne skulle hatt meir kontakt og tid saman med dei. Nokre sa dei av og til føler seg utanfor.

Vi skåra og høgt på mat og måltid. Terningkast 5

Bebuarane tykkjer maten er god. Dei fleste set pris på å ete ilag og meina tidspunkta for måltida er bra, men ein del melde tilbake ynskje om meir variasjon i helgene og at det er litt langt mellom kvelds og frukost. Ønskje om meir tid med tilsette kjem også fram her.

Det å kunne sitte saman rundt bordet.

Som forventa skåra vi lågast på aktivitet og tilbod. Terningkast 3,5

Dei aller fleste ynskjer eit meir aktivt og sosialt liv. I større og mindre grad.

Dei ynskjer meir selskap/kontakt med andre bebuarar, tilsette, familie, venner og kjende.

Meir aktivitet og trim. Meir musikk, møtestadar med spel og strikking m.m.

Meir ute i frisk luft, meir kommunikasjon, fleir born og dyr på besøk.

Nokre treng og ynskjer mykje ro, og då nokon å berre vere/sitte saman med. (ikkje vere aleine)

Det er mange som har ein draum om å komme seg ut på biltur og besøke heimbygda si.

For mange er det lange dagar, ein kjedar seg.

Er einsame.

## Møter mellom *menneske*



Seniordansarane på besøk.

## 5. SATSINGSOMRÅDER

Utifrå dei innkomne innspela, spørjeundersøkinga, samt bakgrunnen for prosjektet, også sett i samanheng med Leve *heile* livet reforma, vart dette satsingsområda:

### - Aktivitet og fellesskap

Fordi vi skåra lågt på dette og ein veit at mange er passive og einsame.

### -Mat og måltider

Ja, maten er god her, men det er mykje vi kan bli betre på innan ernæring og opplevinga av måltidet. Vi skal ha fokus på alle detaljar for å heve standard.

(Mindre tomme kaloriar, meir matlukt og varierte smakar. Matro, verdigheit og meistring m.m.)

Satsingsområda går også ein del inn i kvarandre.

Mat og måltid handlar om ernæring, lukt, smak, minner/erindring.

Det er sosialt og er ein aktivitet i seg sjølv.

Ein vil auke livskvaliteten til bebuarane igjennom desse satsingsområda og då med stort fokus på medverknad, meistring, deltaking og individuell behandling.

## 6. TILTAK/ HANDLINGSPLAN

Å auke livskvaliteten for bebuarar på ein intuisjon omhandlar mykje og mange. Eller rettare sagt alle. Tilsette, leiing, politkarane, rutinar og prosedyrar, hjelpemiddel, teknologi, kultur, bemanning, bebuarane sjølve, pårørande m.m.

Det er krevjande med eit slikt vidt tema og med mange involverte.

Ein må arbeide med ein del parallelt , og frå forskjellige kantar.

Enkelte ting kan ta lang tid, noko vil vere svært kostbart og andre ting kan vere relativt enkelt og raskt å sette til verks. Noko er rimeleg og noko er til og med gratis.

Det har vore svært viktig at bebuarane m. fl. oppleve ein forskjell.

At noko skjer, og at det ein jobbar med blir ei varig endring.

Målet er at tiltaka blir ein del av drifta/tenestetilbodet, og at ein bygger opp og skapar ein kultur der alle ser si rolle og sitt ansvar for bebuarane sin livskvalitet i kvardagen.

Eit breitt samarbeide mellom *alle* er nøkkelen for å oppnå dette.

*Alle* er: Tilsette, pårørande, bebuarar, frivillige lag og organisasjonar, andre kommunale etatar og lokalsamfunnet elles.

Føljande tiltak og arrangement er gjennomført i prosjektperioden:

(Merka med **blått**, er utsyr som er kjøpt inn til Seljetunet og tiltak som er innarbeidd i drifta og såleis er blitt ei rutine /eit fast tilbodet på Seljetunet.)

## Aktivitet og fellesskap



Fellestrim kvar  
onsdag

Kva	Kven, kvifor og korleis
Fellestrim kvar onsdag	Trimmen er for bebuarane, men og pårørande og besøkjande. Tiltaket er blitt ein del av rutinen / tilbodet på sjukeheimen. Tilsette bytar på å leie trimmen. Nokre dagar er fleire tilsette med.
Innkjøp av kino lerret	Både til å ha kino, men og til å ha bildeframsyning og slike ting.
Innkjøp av anlegg og nettbrett	Eit i kvar av etasjane sin foajé. Der pårørande, tilsette og bebuarane sjølv kan sette på musikk, radio og evt lydbøker.
Kino	Har so langt i prosjektperioden vist ein gammal slager, fjolls til fjells, sette MGP finalen (delar av den) og sett ein dokumentar frå Selje som vart vist på NRK i 1984. Ein såg att mange kjende. Vi hadde sjølv sagt snaks og drikke!
Påskedans	Sentrum spelemannslag, eit lokalt folkemusikk band spelte opp til dans og seniordansarane kom og dansa for og med oss. Dette gjorde dei på dugnad. Sentrum spelmannslag har spelt for oss to gangar til seinare på året, og vil gjerne komme att.

Hobbyverkstad	Ein lokal pensjonert kunstnar har hatt fem hobbyverkstadar for kunstinteresserte bebuarar. I tillegg til å lage diverse kunstverk, steikte ein vaffel, drakk kaffi og kosa seg ilag.
Musikk kafé	Musikkpedagogisk tredelt opplegg, der ein både får nokre soloinnslag, allsongar og ynskjesong.
Aktivitetskalender	Før prosjektet var det fleire arrangement og tilbod som besøksvenna, Sanitet som kom med butikk på hjul, andakt m.m. Dette, og nye arrangement og tilbod har blitt betre koordinert, planlagt og gjennomført gjennom ein felles aktivitetskalender. Denne blir hengt opp på alle avdelingane, ved inngangen og lagt ut på nett.
Dugnad i hagen	Samarbeid med 10 .klasse v/ Selje skule. Som takk for hjelpa fekk dei eit støttebeløp til klasseturen sin. Bebuarar var også med dette.
Innkjøp av El passasjer sykkel	Det er kjøpt inn to EL sykklar med plass til to passasjerarar. Opplæring blir gitt til tilsette, pårørande, besøksvenner og no til våren: ungdomsskuleelever.
Babysong	Kyrkja er arrangør og har nokre av samlingane sine på Seljetunet.
Klassisk konsert	Distriktsmusikarane frå Gloppen gav oss ein nydeleg klassisk konsert; Nordisk lys.
Sommarfest/ julebord og pårørandetreff	Desse arrangementa er tradisjon. Dette året har det vore eit samarbeid med prosjektet/ prosjektleiar.



Det var ei stund sidan førre sykkelturn.

Ragnhild fortalde at ho sykla mykje før, men måtte slutte på grunn av svimmelhet.

Nancy hadde aldri før brukt sykkelhjelm, men gjekk med på å prøve 😊

El syklane er finansiert av prosjektmidlar, gåvomidlar og støtte frå lokalt næringsliv.

Tusen takk til Ervik Havfiske, Paneda, Kvernevik AS, Fiskevegne, Uniformpartner, SFE og Annemorfondet.



## Mat og måltid

Seljetunet har eit produksjonskjøkken som produsera mat til pasientar og brukarar i heile kommunen etter kok- kjø, kok – server og souvidemetode.

Kjøkkenet har tre tilsette.

Kjøkkenet er stengt i helg, høgtider og kveld.

Dei er svært opptatt at kvalitet, oppleving og å kunne møte ynskjer og behov til brukargruppa. Dei ser stadig etter nye løysningar og idear. Dei bakar og leverar ut heimelaga brød og kaffimat . Man - torsdag køyrer dei ut fersk/varm middag til avdelingane og Selje eldretun som ligg rett ved. I prosjektåret har ein fått til endå meir, blant anna fersk/varm middag til dei andre eldretuna i kommunen.



Draumen er eit kok- Server kjøkken som er ope kvar dag heile året. Muligheitene rundt kva ein kan få til rundt mat og måltid vil vere mykje større. I tillegg til at det er bra for miljøet/ mindre plastbruk og arbeidsoppgåvene vil vere mindre belastande for betjeninga. (utpakking av mat 1 g. pr. veke)

Kva	Kven, kvifor og korleis
Seinkvelds med heimelaga suppe  Som ein del av rutinane/døgnrytmeplanen.	Etter bebuarundersøkinga var dette tiltaket eit av dei første som vart sett i verks. Ein har hatt rutine om seinkveldstralle før, men då med «rett i koppen suppe.» Av ein eller anna grunn vart ikkje seinkveldstralla lenger praktisert. Tilsette har sjølvstaga laga til seinkvelds for dei som har hatt behov. Men no får alle tilbodet om seinkvelds kvar kveld. Ein tilbyr blant anna varm heimelaga suppe. (rimelegare, bra for miljøet og ekstra godt ☺) I tillegg til suppe, har ein andre alternativ i mat og drikke.
Steike/lage kaffimat på avdelinga	Kvar måndag får avdelingane ferdiglaga vaffelrøre, deig til kjeks som skal steikast på avdelingane. Dette for å kjenner meir matlukt, men og ein aktivitet ein kan gjere saman.
Ernæringskartlegging	Under arbeid. Ansvar: sjukepleiarar
Utleiving av varm middag til eldretuna	Etter eit møte mellom leiarar i helse og omsorg, fekk ein til eit fint samarbeid der noko som treng oppgåve/gjeremål, levere ut varm mat til eldretuna. (vekedagar)
Matgledekveld	I eit stort samarbeidsprosjekt mellom kjøkken, besøksvenna, andre frivillige, tilsette og elevar på Selje skule, vart der arrangert ein fantastisk kveld for bebuarar og pårørande. Ordførar og kommunalsjef for helse og omsorg var også til stades. Alle fekk sjå og velje frå ein nydeleg buffé og høyre på herleg taffel musikk frå organist Jon Inge Sigerland.

## Rutinar / tilrettelegging ++

Dei tilsette på Seljetunet er engasjerte og opptatt av å gi best mulig pleie og omsorg til bebuarane. Dei viser stadig fleksibilitet og pågangsmot i ein periode med nedskjeringar og store omstillingar. Arbeidsdagen er til tider prega av høgt arbeidstempo/press som då kan gi eit dårleg meistringsklima, både for tilsette og bebuarane. Behovet er betre tid, fleire hender og betre tilrettelegging, (hev-senk toalett og vaskar og liknande) som gir større muligheit for god individuell behandling. Prosjektet har sett på kvalitetsheving og tidssparing i måten vi jobbar på, endring av rutinar, ansvarsfordeling og samarbeid. Prosjektet har og hatt fokus på den forskjellen kvar enkelt kan gjer og er, i kvardagen i møte med andre menneske.

<b>Kva</b>	<b>Kven, kvifor og korleis</b>
Fellespause	Tidligere hadde ein pause kvar for seg på avdelingsstovene. No går ein ut av avdelinga og ei fellespause. Ein avløyser kvarandre. Rullering sikrar at det er alltid att personale på avdelingane under avvikling av pausen. Leiinga, reinhald og kjøkkenpersonalet tek også pause på same tid (so langt det lar seg gjere.) Dette tiltaket er godt for at kvar enkelt kunne kople heilt av, bra for det sosiale/miljøet, og betre for bebuarane. (brukarfokus)
Gyldne augeblikk	I prosjektperioden har ein hatt stort fokus på <i>Gyldne augeblikk</i> i kvardagen. Her er det viktig å kjenne til forhistorie og interesse til pasientane. Det har og blitt lagt opp til at prosjektleiar kunne avlaste i avdelinga slik at primærkontakt kunne få muligheit til å bruke ekstra tid på sin primærpatient. For eksempel ein sykkel tur. Dette er og eit fokus framover, men prosjektleiar kan ikkje avlaste i avdeling som før.
Kurs for tilsette og leiing	V/ spesialist i eldrepsykologi, Lise Næss frå Senter for gerontologi. Kurset handlar om kvalitetssikring på sjukeheimar. Endring, motivasjon og muligheiter. Kurset var obligatorisk for alle tilsette og leiinga.
Stille rapport	Etter anbefalingar frå blant anna Lisa Næss, er no felles rapport på morgonen byta ut med stille rapport på avdelingane.
Livsarket mitt	<i>Livsarket mitt</i> er eit skjema der ein samlar inn informasjon om kva som får ein til å trivast. Kva er viktig for deg? Eit nyttig verktøy for personalet for å få endå betre kjennskap til menneske dei skal hjelpe og møte i kvardagen. På denne måten kan ein gi betre individuell behandling, skape fleire <i>Gyldne augeblikk</i> og auke livskvaliteten. Alle bebuarane på huset har fylt ut skjema og er no fast prosedyre ved innskriving. Utfylte skjema blir lagt tilgjengeleg på profil / rapport systemet.
Tilgjengelegheit og omdømme	Både sjukeheimen og kjøkkenet på sjukeheimen har oppretta Facebook sider. I tillegg har alle tilsette ei lukka gruppe for å nå ut til alle om diverse arrangement som skal skje, endringar i rutinar, gladsaker til inspirasjon. <a href="https://www.facebook.com/Seljetunet-210103706431204/">https://www.facebook.com/Seljetunet-210103706431204/</a> <a href="https://www.facebook.com/selje.kommune.no/">https://www.facebook.com/selje.kommune.no/</a>

Samarbeidspartar / avtalar

## Vinn - Vinn 😊



FOTO: Eva Westvik, Fjordens Tidende

Kva	Kven, kvifor og korleis
Barnehagen <i>Generasjonsmøte</i>	Kvar fredag ( i snart eit helt år no ) kjem barnehagen innom. Dei styrer seg sjølv og begynner etterkvart å føle seg heime.
Flyktingtenesta og Bibliotek <i>Språk kafé</i>	Biblioteket og flyktingtenesta er arrangør for Språk- kafé. To av språk-kafeane dei arrangerer i løpet av eit år, skal heldast på Seljetunet.
Aktivitetssenter for psykisk utviklingshemmede <i>Julemesse på hjul</i>	Hove aktivitet senter tok med seg julemessesalet sitt. Her kunne bebuarane både kjøpe ting til seg sjølv og handle flotte julegåver.
Besøksvennane	Besøksvennane har frå før prosjektet, hatt fast besøksdag på sjukeheimen og er elles ein viktig samarbeidspart i mange av arrangementa som blir arrangert. Dei arrangerer og eigne turar og opplevingar.  Ein samarbeida og med å rekruttere fleire til å vere besøksvenn.

## 7.VEGEN VIDARE

Ein menite at det var nødvendig å halde fram, i alle fall eit år til, for å holde på endringane ein har gjort so langt og «smi medan jernet er varmt» . Det vart sett på ulike alternativ, men utan nye løyvingar frå fylkesmannen og kommunestyret, vart løysninga å nytte resterande midlar i prosjektet til ei 20 % prosjektleiarstilling ut 2019.

Vi held fram med fokuset på **Aktivitet og fellesskap, Mat og måltid**



**FOTO: Yvonne Rundereim, Kjøkkensjef**

Engasjement og interessa for å auke kvaliteten på eldreomsorga er stor. (Lokalt og nasjonalt) Som denne rapporten og Leve heile livet reforma viser, er det mykje positivt ein kan få til igjennom ulike prosjekt, samarbeid mellom forskjellige aktørar, meir fokus på gode rutinar/drift, kompetanse og personlege eigenskapar.

Skal ein få til eit skikkeleg løft for livskvaliteten til dei eldre på Seljetunet og eldreomsorga generelt, må ein prioritere meir midlar til Helse -og omsorg budsjettet.

Dette skal det jobbast vidare med i 2019:

- Synleggjere behov for aktivitør, auka bemanning i avdelingar og på kjøkken, sol-skjerming på rom og felles areal (samarbeid med eldrerådet)
- Trivselstiltak som besøksdyr og besøksvenna i alle aldra.
- Fleire vinn-vinn opplegg med skuleklasser/SFO og kulturskule ++.
- Vidare samarbeid og god kontakt med besøksvennane, sanitet, kyrkje, frivillige m. fl.

I tillegg skal ein ilag med leiinga halde oppe og i gang god kvalitet i daglege drift, dei nye rutine og samarbeida ein har so langt. Evaluere og forbetre.

8.  **SELJE KOMMUNE**  
Økonomiavdelinga

**P. 7417 Livskvalitetsprosjektet Seljetunet**

	<b>Rekneskap</b>
<b>Utgifter</b>	<b>780 204,69</b>
Lønnsutgifter inkl. sosiale utgifter	273 506,51
Gruppeliv- og ulykkforsikring	125,00
Inventar og utstyr (inkl. bla. 2 stk. el sykklar)	128 365,12
Køyregodtgjersle	3 050,00
Kurs/opplæring for tilsette og leiing	39 500,00
Datalinjer og datakommunikasjon	129 172,12
Matvarer/Servering	5 173,58
Arbeidsmiljøtiltak (mat og markering til første fellespausa)	4 424,00
Forbruksmateriell og honorar (bla. Hobbyverkstad x6)	15 010,48
Konsert (Distrikt muskarane)	7 000,00
Musikk kafé x3	4 050,00
Avsetning til disposisjonsfond (Restmidlar frå kommunal løyving)	170 827,88
<b>Inntekter</b>	<b>-774 966,92</b>
Tilskot frå Fylkesmannen	-423 966,92
Løyving frå kommunen	-300 000,00
Diverse støtte og gåver	-51 000,00
<b>Sum prosjekt: 7417 Livskvalitetsprosjektet Seljetunet</b>	<b>5 237,77</b>

Prosjektmidlane kommunen fekk frå Fylkesmannen er brukt opp.

Det står att kr. 170 827,88 på disposisjonsfondet knytt til dette prosjektet. Dette skal gå til å dekkje ei 20% prosjektstilling i 2019.

Selje 08.04.2018

Kristin Hennøen  
Økonomirådgjevar