



SJEF I EGET LIV OG FELLESSKAP MED ANDRE

- Personfokuserede tjenester,
systematisk medvirkning og
opplæring for beboerne på
Flisa Borettslag.



HVEM ER VI?

Monica R. Guvåg

- Fagansvarlig i bofellesskapet

Birgitte Fossnes

- Teamkoordinator og medisinsk ansvarlig i bofellesskapet



Hvor
kommer vi
fra?

Flisa omsorgsboliger i Krokstadelva.

17 beboere med ulike funksjonsnedsettelse

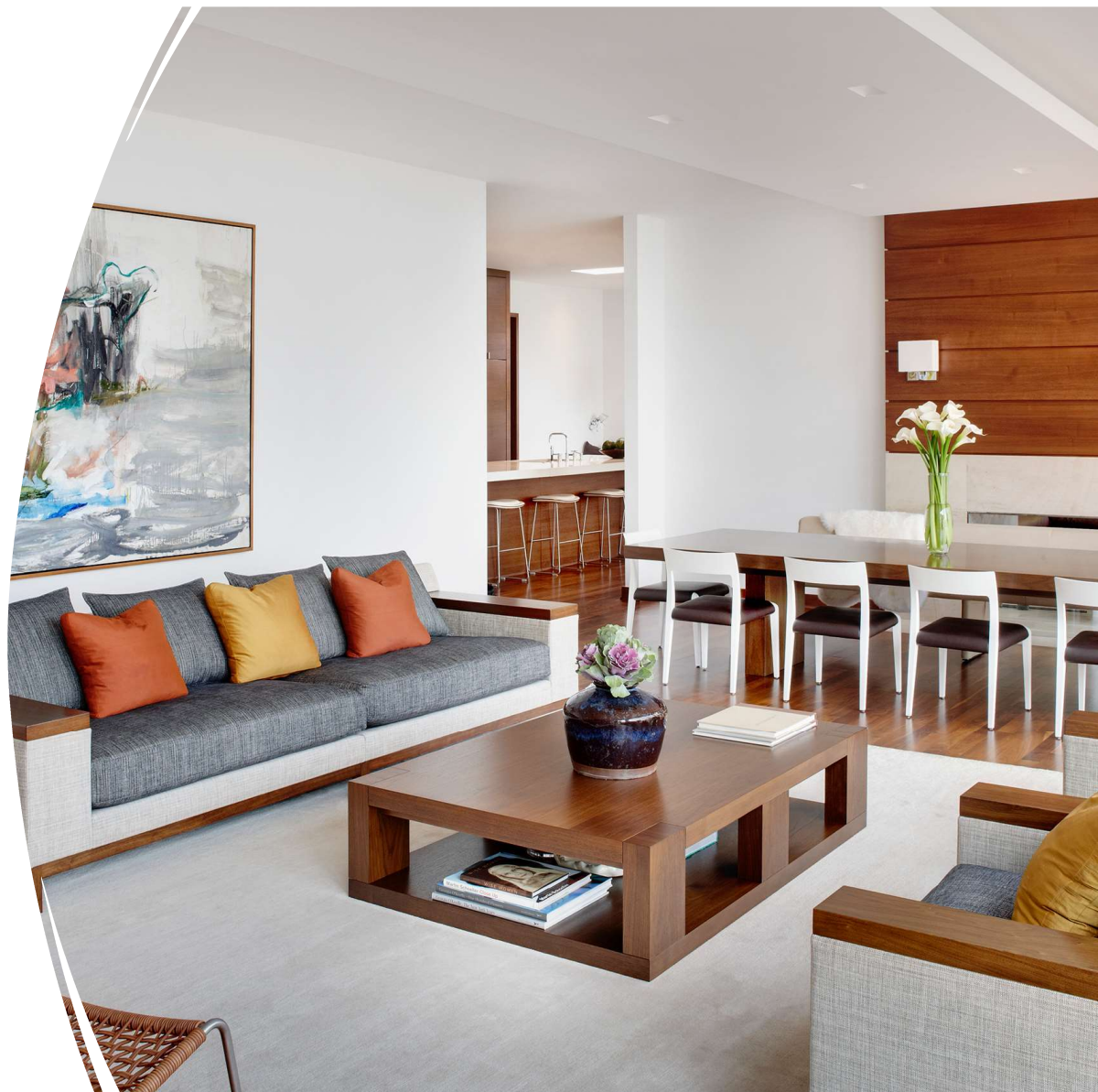
Alle har egne fullverdige leiligheter

Ca 35 årsverk og døgkontinuerlig drift

Totalt er vi ca
90 ansatte med faste og vikarer.



ET LITE TILBAKEBLIKK



"DET ER
MITT
HJEM"





"JEG BESTEMMER"

Foto: Angunn Flatebø
Dårflot



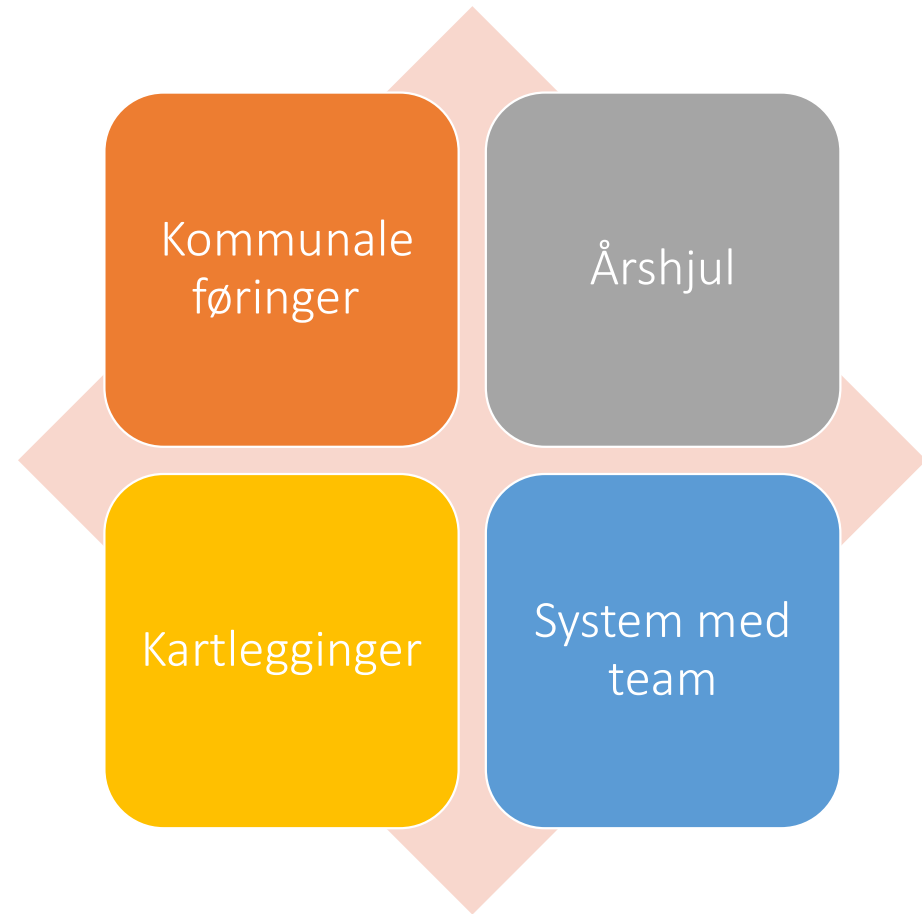
BIRGITTE

Deltakelse på
egne premisser

-makt og avmakt



Med fokus på
Beboermøtet
som centralt
i den daglige
driften.



Kommunale føringer

Kommunen skal blant annet:

➤ **Sørge for:**

- Medvirkning i planlegging, utforming, gjennomføring og evaluering av egne tjenester
- Medvirkning på systemnivå
- Individuell tilrettelegging av tjenestene som gis

➤ **Legge til rette for:**

- En meningsfylt og aktiv tilværelse
- Muligheten for å utøve selvbestemmelse

(Fra veilederen:

"Gode helse og omsorgstjenester til personer med utviklingshemming, kap. 3)

Årshjul 2023

Januar/Februar: Personfokuserte tjenester og selvbestemmelse

Mars/April: Ernæring og aktivitet

Mai/Juni: Seksualitet

August/September: Psykisk helse og diagnoseforståelse

Oktober/November: Kollegastøtte /debrifing

Sexkunn									
	Beboer	kjønn og kropp	Pubertet	Hygiene	Følelser og relasjoner	å ha sex	grenser og overgrep	Prevensjon og seksualundervisning	
Skår	x		26	11	8	14	4	8	5
	x		18	9	6	21	7	13	12
	x		7	7	4	15	3	12	8
	x		29	6	8	19	7	15	9
	x		2	7	1	16	6	9	6
Gj.snitt			16,4	8	5,4	17	5,4	11,4	8
Maksskår			29	15	12	25	8	15	14
Kroppskunn									
	Beboer	kjønn og kropp	Hygiene	Pubertet	Følelser	Venner & kjærester	Grenser		
Skår	x		18	12	6	7	5	6	
	x		27	13	10	7	10	6	
	x		27	14	11	6	9	6	
	x		18	12	13	9	12	7	
	x		28	10	7	9	8	5	
	x		28	14	11	9	12	5	
Gj.nnitt			28,6	15	11,6	9,4	11,2	7	
Maksskår			39	19	16	14	13	6	

Kartlegging av beboere

Kunnskaper

Ferdigheter

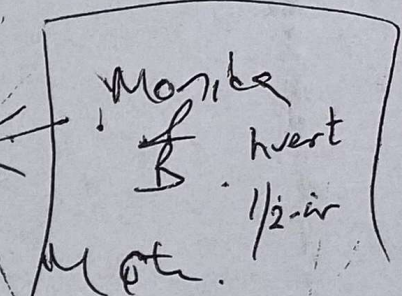
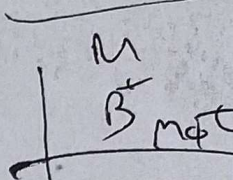
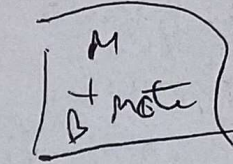
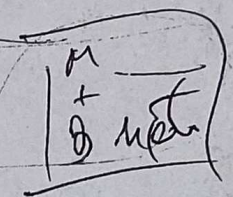
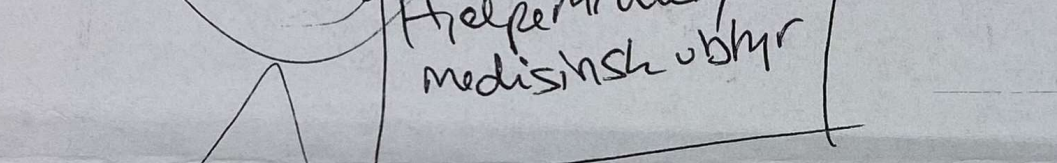
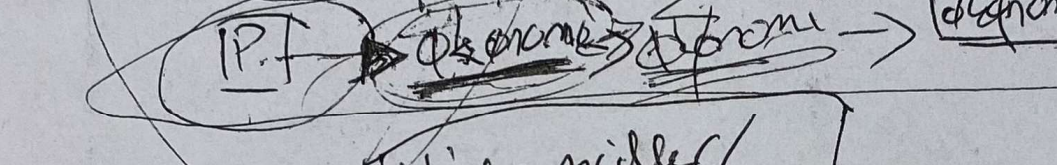
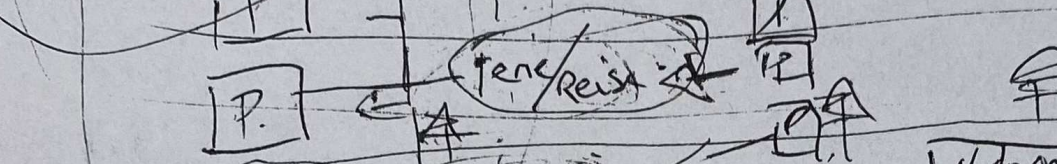
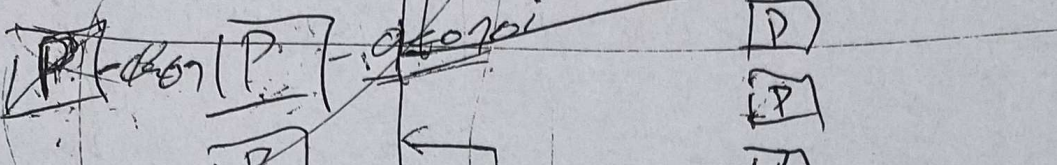
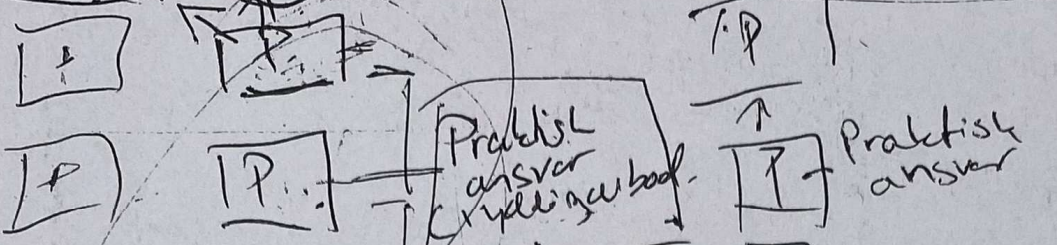
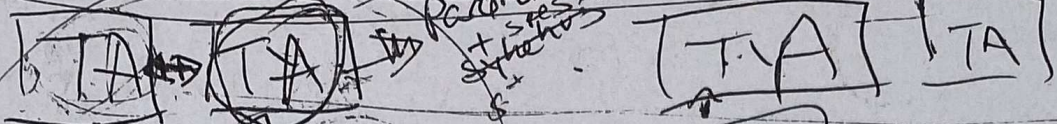
Fremstillingen er kun et eksempel



Intern kartlegging av arbeidsmiljøet



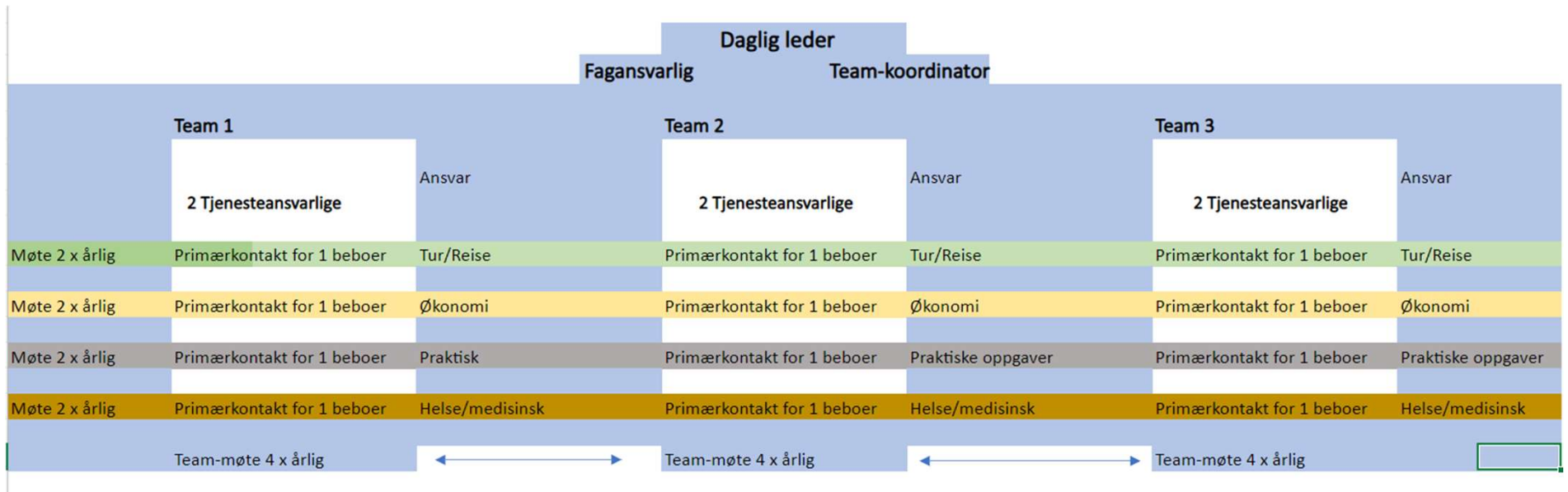
1 + 2 + 3 + 4 + 5 + 6 + 7 + 8 + 9 + 10 + 11 + 12 + 13 + 14 + 15 + 16 + 17 + 18 + 19 + 20 + 21 + 22 + 23 + 24 + 25 + 26 + 27 + 28 + 29 + 30 + 31 + 32 + 33 + 34 + 35 + 36 + 37 + 38 + 39 + 40 + 41 + 42 + 43 + 44 + 45 + 46 + 47 + 48 + 49 + 50 + 51 + 52 + 53 + 54 + 55 + 56 + 57 + 58 + 59 + 60 + 61 + 62 + 63 + 64 + 65 + 66 + 67 + 68 + 69 + 70 + 71 + 72 + 73 + 74 + 75 + 76 + 77 + 78 + 79 + 80 + 81 + 82 + 83 + 84 + 85 + 86 + 87 + 88 + 89 + 90 + 91 + 92 + 93 + 94 + 95 + 96 + 97 + 98 + 99 + 100



Hjælpermidler /
medisinsk ubtør

x met med dynamisk test

Oversikt over systemet på Flisa



Hvorfor valgte vi teamarbeid?



Balansere jobbressurser og arbeidskrav



Øke grad av involvering og tillit gjennom samarbeid



Skape rom for aktiv deltakelse



Mer kunnskap og erfaring inn i teamene



Mer tid hos beboerne i teamet – tettere oppfølging/bedre kvalitet i tjenestene?

Ved å jobbe
systematisk, så
ønsker vi:

➤ **Ansatte som:**

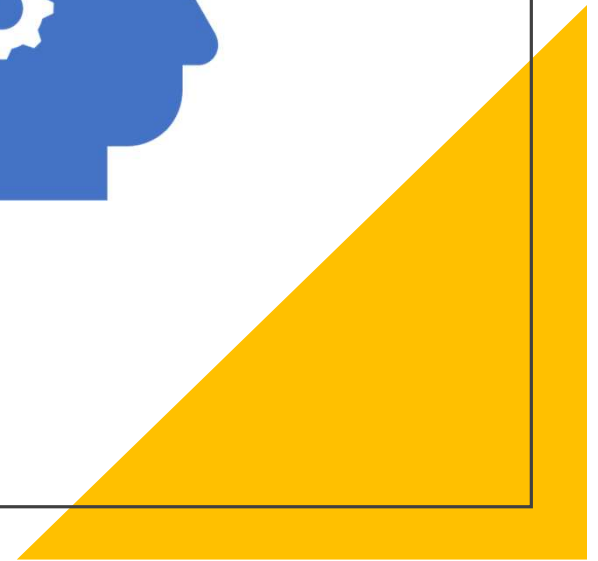
- trives
- får brukt sin kunnskap og sine erfaringer
- føler et eierskap
- drar lasset sammen
- er tilstede for beboere
- har god kjennskap til beboerne og deres ressurser og utfordringer

➤ **For beboere:**

- Skape trygghet og forutsigbarhet på grunn av bedre kvalitet i tjenestene
- Medvirke både på individ- og systemnivå gjennom beboermøte.

En dynamisk prosess

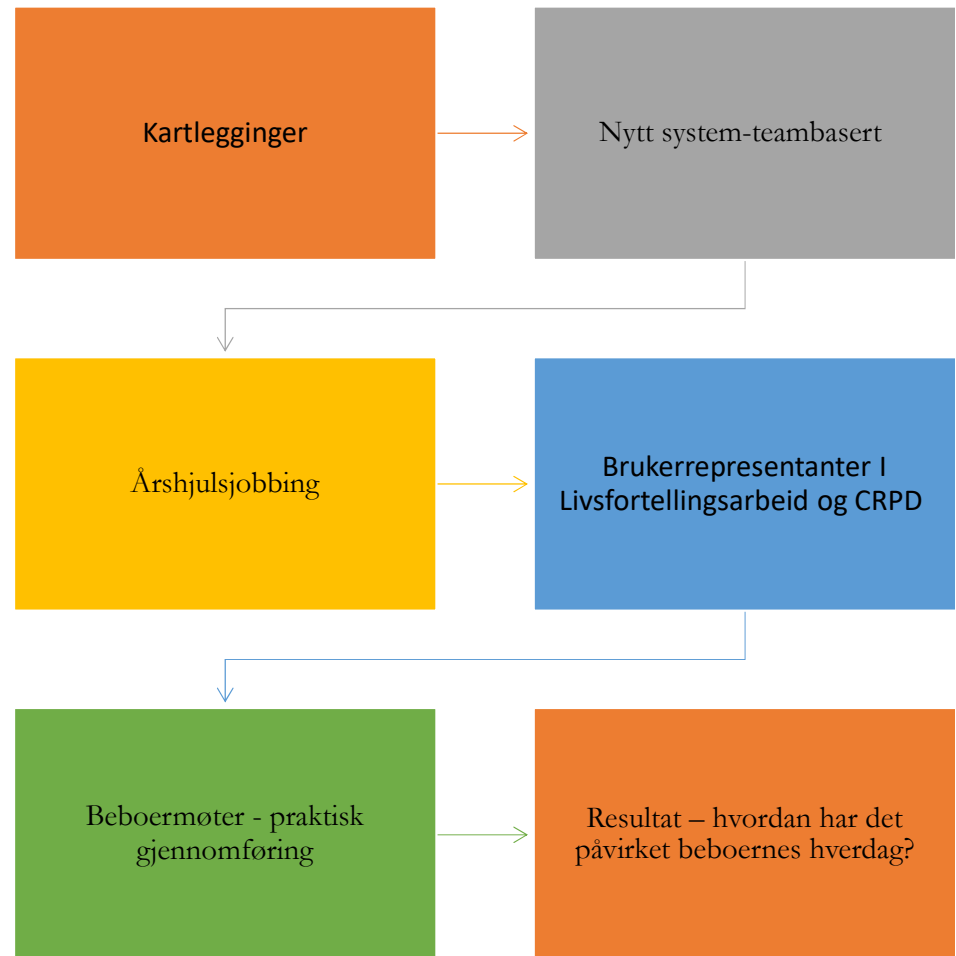
Vår grunntanke: Når at de ansatte trives, så
ytes det bedre tjenester til beboerne.





Monica

HVORDAN GIKK VI FREM:



KARTLEGGING

– sammen
med
beboerne



Finne rett kommunikasjons
metode



Tilpasset informasjon



Kunne gi støtte i deltakelsen

ÅRSHJUL FOR BEBOERNE 2023

Januar/Februar:
Personfokusede
tjenester og
selvbestemmelse

Mars/April: Ernæring
og aktivitet

Mai/Juni: Seksualitet

August/September:
Psykisk helse

Oktober/November:
Beboerstøtte
(kollegastøtte)

Desember: JUL



BRUKERREPRESENTANTER LIVSFORTELLINGER og CRPD


- Styrket kunnskap om egne rettigheter
- Større bevissthet om egne ønsker og behov.
- Utfordret oss i hvordan vi jobbet med brukermedvirkning.
- Tydelig uttrykk for at de ønsket å være mer delaktige i eget liv og ha større innvirkning på driften.



HVEM ER JEG

- Ligger i FAS-perm
- Side 1 - beboers egne ord om hva som er viktig for dem
- Har en side 2- opplysninger fra teamet
- Opplæring av nyansatte

Hvem er jeg?



Jeg heter Lene Kjeksrud og blir 39 år gammel i år. Jeg har bursdag 8 april og jeg gleder meg bestandig til bursdagen min.

Jeg har jobbet på Eiker Vekst i mange år. Jeg har også vært på aktiviteten men nå er jeg pensjonist.

Jeg bader på Furumo Mandager og Tirsdager og trener på Friskis og Svettis på Onsdager.

Jeg trives også veldig godt i leiligheten min.

For meg er ro og fred viktig, jeg liker å sitte i leiligheten å gjøre mitt. Vil også helst spise alene.

Jeg liker å sitte i leiligheten og perle, tegne og å holde på med «kontorarbeid».

Jeg liker å se på «Mot i Brøstet» og å sitte på nettbrettet. Jeg er glad i shopping og i å pynte meg.

Jeg har en egen bil som jeg liker at dere tar meg med på kjøreturer i.

Jeg er også veldig glad i rosa ting og prinsesser.

Jeg liker ikke mørket, eller å gå ute når det er glatt.

Jeg trenger hjelp til å dusje, sårstell, tannpuss og til å gjøre i stand mat.

Familien min er Mamma (Gunn Marit), Ivar (mammans kjæreste), søsteren min (Elin), Viktoria (tantebarn) og Daniel (tantebarn).

BEBOERMØTE - hjertet



Ønske om et fora der beboerne kan være med å påvirke egne tjenester og driften av boligen.



Startet med å bli kjent med konseptet – utviklet det videre sammen med beboerne



En gang i måneden - i forkant av personalmøtet



I beboermøtet er det fokus på respekt og glede. Samtidig som vi øver på å ta ordet og ytre meninger.



Sammen laget vi det vi først kalte regler for fellesstue og beboermøtet, men som ble endret til "vi har det bra i beboermøtet/på fellesstuen fordi" som alle var enige i at hørtes mye bedre ut.



Tema for møtet fra årshjulet- bruker lettlest veileder.

BEBOERMØTE FORTS.



Ut fra kartleggingen – Rollespill, undervisning og samtaler



Beboerne kommer med forslag til turer og aktiviteter - jobber for at alle skal få en ferietur i løpet av sommeren etter ønske, interesser og forutsetninger.



Beboerne kommer med forslag til fellesmiddag



Beboerne har mulighet til å ta opp saker de er opptatt av



Vi ansatte har mulighet til å belyse ulike utfordringer - for eksempel konflikter på fellesstuen – rollespill med påfølgende diskusjon (metoden som vi ser når flest etter kartlegging)

BEBOERMØTE FORTS.



De som har behov for det, har med seg en ansatt som støtte - for eksempel dårlig hørsel, er utrygg, trenger støtte til å uttrykke seg



Alle er velkomne uavhengig av funksjonsnivå - for noen er det viktig bare å få være på møterommet sammen med de andre og få si noe uavhengig av om det er knyttet til tema. Det å bli sett og hørt er viktig for alle.



BEBOERMØTE - Månedens representant

- Ønsket å inkludere beboerne i hele prosessen da dette er deres fora.
 - Vurderte arbeidsgruppe, men valgte en representant da det sikret at beboer fikk medvirke ut fra sine forutsetninger.
 - Trekkes på beboermøte ut i fra de som har meldt interesse
 - Er beboernes representant frem til neste beboermøte
 - Ta saker fra beboermøtet inn til f.eks personalmøtet og tur/arrangement gruppa.
-



Oversikt: OPPGAVER FOR MÅNEDENS REPRESENTANT

OPPGAVER/ UKE

Hjelpe til med å dekke bord til beboermøtet

Være med å bestemme servering og handle inn til beboermøtet

Lese fra «veilederen» på beboermøtet

Gå igjennom PowerPoint og komme med innspill

Ta opp referat og saker på personalmøtet sammen med Monica & Birgitte



OPPGAVER FOR MÅNEDENS
REPRESENTANT 😊

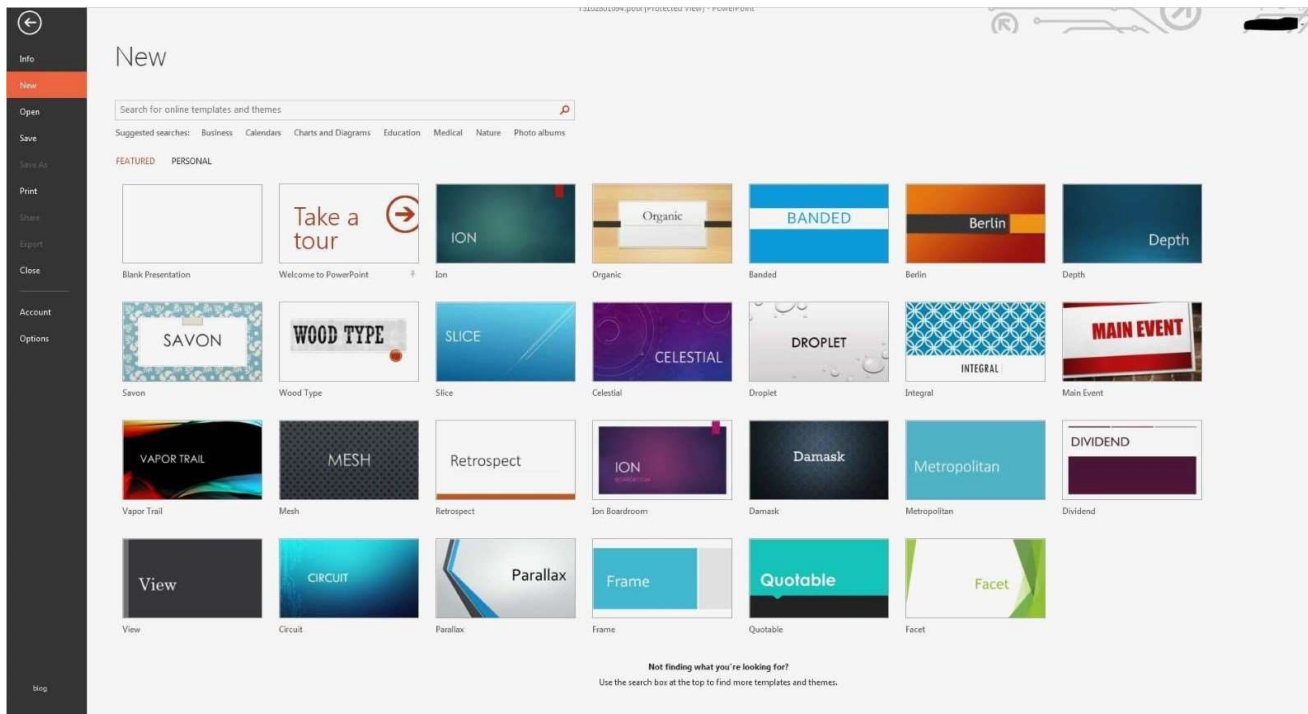
- **VELG DE OPPGAVENE DU ØNSKER**

<https://eqt.auxex.eu/france/fr/les-delegues-du-personnel/>

HJELPE TIL Å DEKKE BORD TIL BEBOERMØTET

Kilde: www.adshop.no





GÅ IGJENNOM POWEPOINT OG KOMME MED INNSPILL PÅ BEBOERMØTE

Kilde: www.ccgps.org

VÆRE MED Å HANDLE INN TIL BEBOERMØTET

FOR EKSEMPEL:

2 VALGFRI SUKKERFRI BRUS

1 VALGFRI GRØNNSAK

1 VALGFRI FRUKT

1 RØMME

1 DIPP



KILDE: <https://sunnstart.no/produkt/meny-og-handleliste/>

LESE FRA «VEILEDEREN» PÅ BEBOERMØTET



- www.Helsedirektoratet.no

ØNSKE VELKOMMEN TIL BEBOERMØTET


- Kilde: <http://www.tegneseriekurs.com/2019/07/blogoversikt.html>




Kilde: <https://www.infobilder.com/bilde-ma-te-i30658.html>

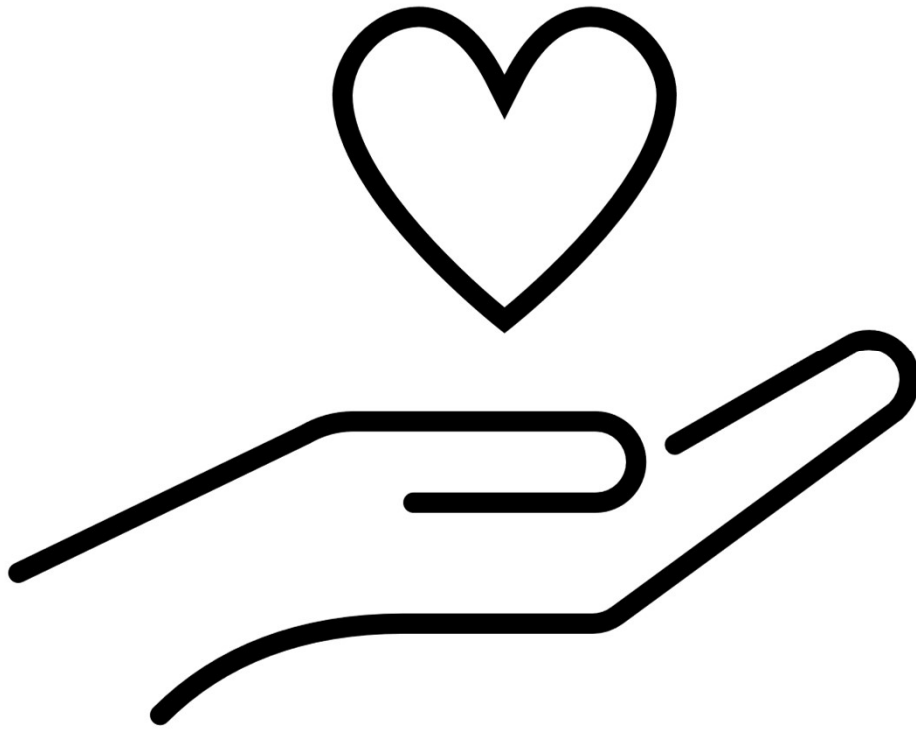
REFERAT OG SAKER PÅ PERSONALMØTET SAMMEN MED MONICA & BIRGITTE





Hvordan ser et
typisk beboermøte
ut





BEBOERMØTE
26.09.23





PLAN FOR MØTET

VELKOMMEN VED BEBOER REPRESENTANTEN TURID

VIL HAR DET BRA PÅ BEBOERMØTET OG FELLESSTUEN FORDI..

ÅRSHJULET

TEMA – HVA MENES MED PSYKISK HELSE

VEILEDEREN

SAKER FRA BEBOERNE/ANSATTE

SOR-SJEF I EGET LIV

TAKK FOR I DAG

SERVERING

- Kokoskaker
- Te
- Kaffe
- Brus
- Druer

MÅNEDENS
REPRESENTANT
ØNSKER
VELKOMMEN



VI HAR DET BRA
PÅ BEBOERMØTE
FORDI VI:

Rekker opp hånda før vi skal si noe

Har respekt for hverandre

Er blide og snille med hverandre

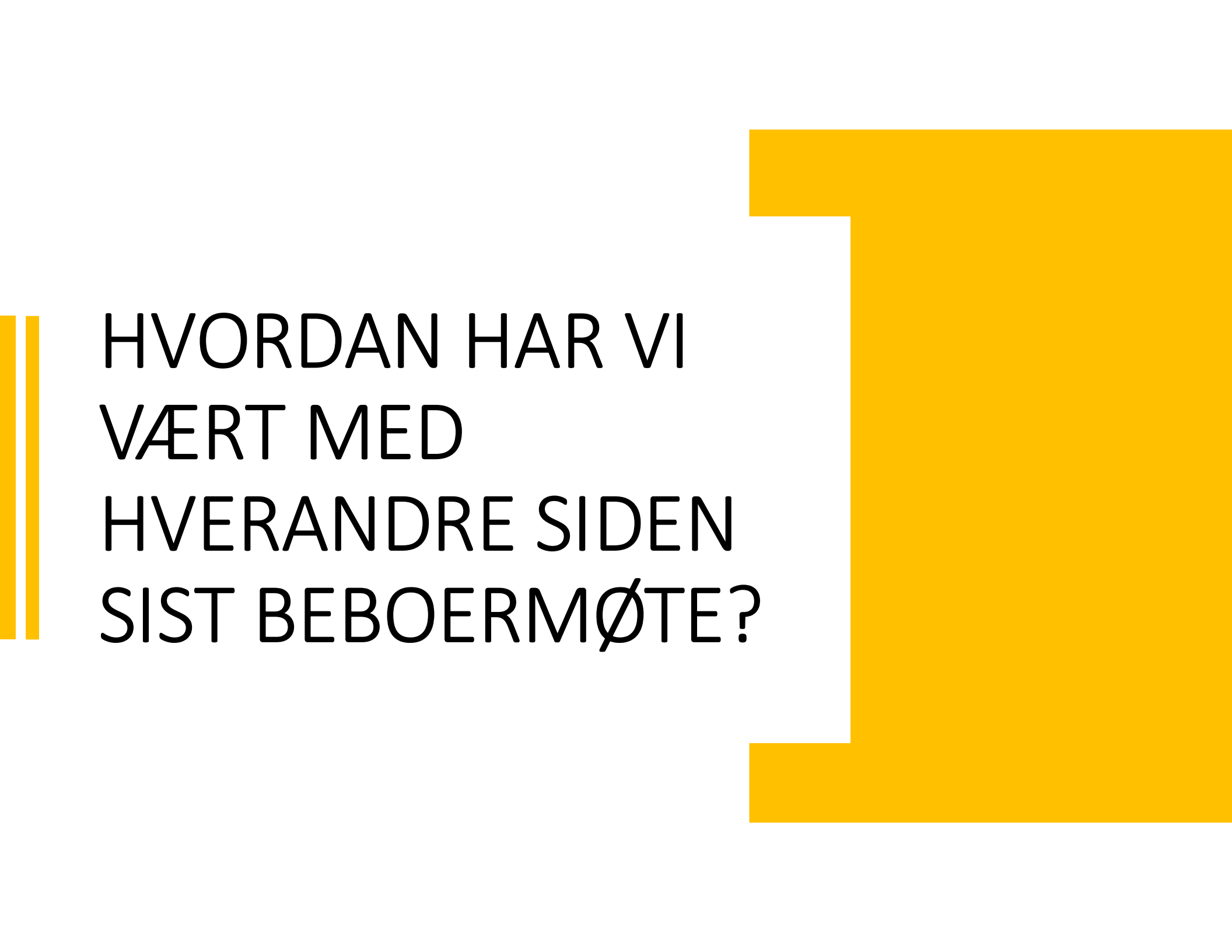
Er stille når andre snakker



VI HAR DET BRA PÅ FELLESSTUEN FORDI:

- Alle er greie og snille mot hverandre
- Vi har respekt for hverandre. Viser kjærlighet, omsorg og forståelse.
- Vi snakker ikke stygt om eller til hverandre.
- Vi kommenterer ikke negativt om hvordan andre ser ut.
- Vi skriker ikke eller snakker høyt
- Alle får være med på aktiviteter
- Kyssing er fint om man gjør i leiligheten





HVORDAN HAR VI
VÆRT MED
HVERANDRE SIDEN
SIST BEBOERMØTE?

Årshjul 2023

Januar/Februar:
Personfokuserete
tjenester og
selvbestemmelse

Mars/April: Ernæring
og aktivitet

Mai/Juni: Seksualitet

August/September:
Psykisk helse

Oktober/November:
Beboerstøtte
(kollegastøtte)

Desember: JUL

BLIME DANSEN 2023





MÅNEDENS
TEMA:
PSYKISK
HELSE



HVA BETYR PSYKISK HELSE?

- ✓ Hvordan jeg har det.
 - God psykisk helse betyr at jeg har det bra.
 - Dårlig psykisk helse betyr at jeg har det vondt og vanskelig.



PSYKISK SYKDOM

- **Psykisk sykdom betyr at jeg er syk i tankene og følelsene mine. Jeg har det vondt og vanskelig.**




HVA SIER
VEILEDEREN?




PSYKISK HELSE



• Illustrasjon: Helsenorge

- 
- Alle har en psykisk helse.
Det handler om tanker, følelser og om hvordan jeg har det i livet mitt.
 - Når jeg har en god psykisk helse, har jeg det bra i livet mitt.
Jeg kjenner meg ofte fornøyd og glad.
 - Jeg må passe godt på min psykiske helse.
Hvis jeg har det vondt og vanskelig, er det viktig å snakke med noen.



- Jeg kan være trist og lei meg noen ganger.
Jeg kan være sur og sint noen ganger.
Da kan jeg spørre personalet om hjelp.


- Personalet skal hjelpe meg med
å passe på min psykiske helse.
Fast-legen min kan også hjelpe meg.

- Personalet eller fast-legen kan hjelpe meg
med å bestille time hos psykolog,
eller en annen som kan mye om psykisk helse.

- Hvis jeg har en psykisk sykdom, må personalet hjelpe meg hvis jeg blir dårlig.
- Noen kan bli så sinte og lei seg at de oppfører seg farlig. De truer hverandre, slår eller kaster ting, eller skader seg selv eller skader andre.
- Dette kaller vi utfordrende atferd. Den som har en utfordrende atferd, må få hjelp til å få det bedre, eller hjelp til ikke å skade seg selv eller andre.



Utfordrende adferd

- Hvis jeg eller en annen person slår eller kaster ting, eller skader seg selv eller skader andre.
- 

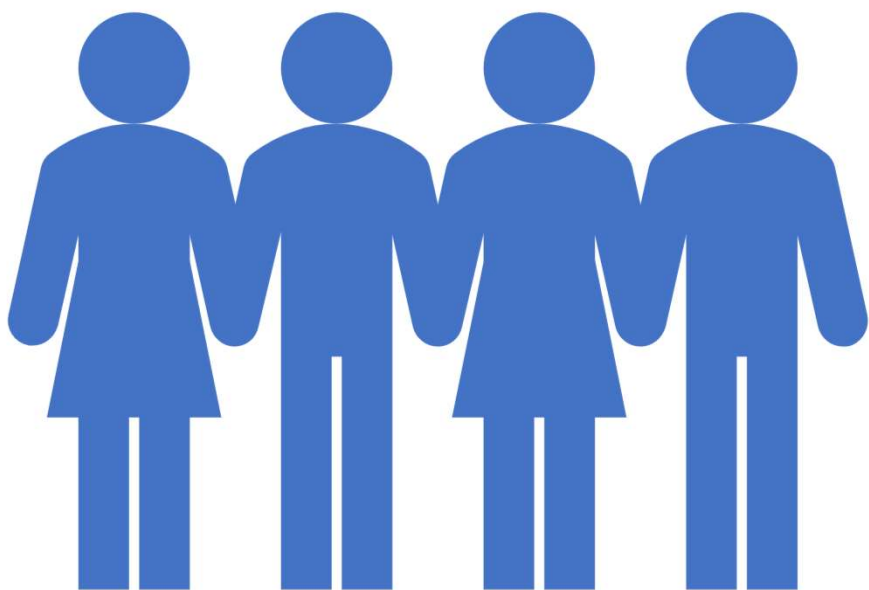


NOEN
TANKER OM
PSYKISK
HELSE?

LIVSGLEDE

HVA GJØR DEG GLAD?





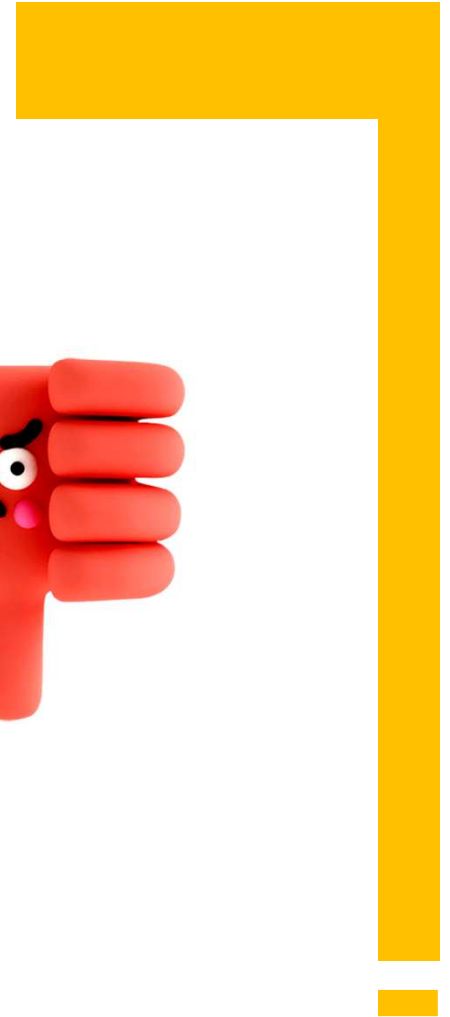
SAKER FRA
BEBOERE
ELLER
ANSATTE

HVA LIKTE DU BEST MED Å VÆRE MÅNEDENS REPRESENTANT?

- Å dekke på og gjøre klar til møtet
- Bestemme hva vi skulle spise
- Rydde bort etterpå



HVORDAN VAR
BEBOERMØTE?





TOMMEL OPP



TAKK FOR I
DAG



RESULTAT

Hvordan har endringene i drift og beboermøtet påvirket beboernes hverdag?

- Mer aktiv deltakelse av beboerne i fellesaktivitetene – grupper satt sammen slik at alle får deltatt utfra sine forutsetninger.
- Tettere samarbeid mellom beboere og ansatte - større gjensidig forståelse
- Større innsikt og kunnskap om egne rettigheter
- Mulighet til å bli bedre kjent med hverandre
- Mer glede og latter, fest og moro
- Flere beboervalgte aktiviteter
- Mulighet til å jobbe aktivt med konfliktløsning sammen med beboerne

RESULTAT -HVA SIER BEBOERNE?



"Jeg synes det er fint at jeg får være med å bestemme hvor jeg skal reise på ferie"



"Jeg synes det er bra at vi kan snakke om at vi skal være snille med hverandre"



"Det er bra at vi kan komme med ønsker til fellesmiddagen"



"Vi blir kjent med de andre på en annen måte når det er en annen setting"



"Det er fint å få være med å forberede beboermøtene og være med å bestemme hva som skal være med i dem"

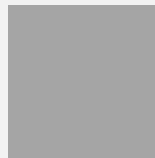


"Hvis det har skjedd noe kan vi ta det opp på beboermøtet å snakke om det"

HVA SIER BEBOERNE FORTS.?



"Jeg brenner for CRPD og synes det er fint at vi kan snakke om våre rettigheter i møtet



"Jeg synes det er fint at jeg får være med å lage dagsplanen min og når det skal skrives vedtak. Det ønsker jeg mere av"



At vi får bestemme mer selv og ikke alltid må følge dagsplanen som er satt.

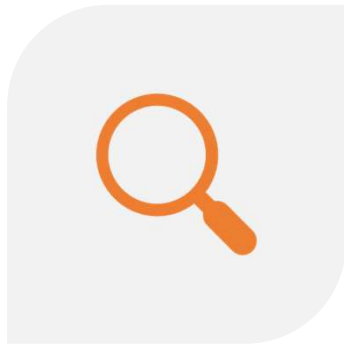
KJAPP OPPSUMMERING

Beboerne gir uttrykk for at:

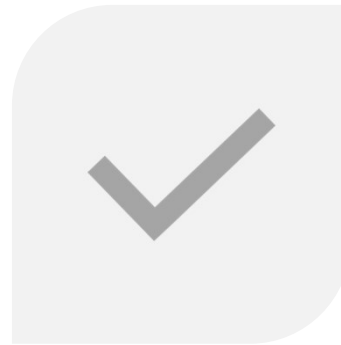
- De har fått flere muligheter til å medvirke i egen hverdag
- Beboermøtet er en fin arena for medvirkning både på individ og systemnivå
- Flere morsomme fellesaktiviteter
- Muligheter for konfliktløsning
- Mer tid med kjent personale



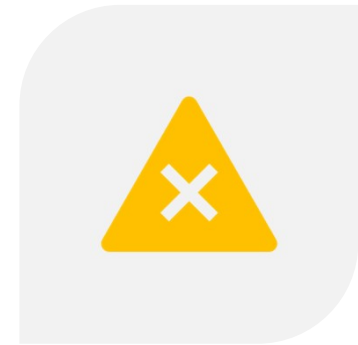
TIL OPPFØLGING:



FINNE TILPASSEDE KURS OG
INFORMASJON TIL TEMAENE SOM
KOMMER



LAGE OVERSIKT TIL HVER ENKELT
OVER TEAMET DE ER TILKNYTTET



JOBBE MED ÅRSAKER TIL
KONFLIKTER – SLIK AT VI KAN VÆRE I
FORKANT



HVA GJØR DEG
GLAD?

"FELLESmiddagen
– Fordi det er
sosialt, gir
samhold og en
god impuls"



"POSITIVE IMPULSER I
LIVET – SOM FOR
EKSEMPEL AKTIVITETER
PÅ HUSET OG
KAFEBESØK"



"Å SKRIVE BREV, LAGE ARMEBÅND
OG ORDNE KONVOLUTTER TIL ALLE
SAMMEN"



"FÅ VÆRE MED Å BESTEMME HVOR JEG SKAL PÅ FERIE OG HVILKE
AKTIVITETER JEG VIL VÆRE MED PÅ"



"MUSIKK"



"MUSIKK"

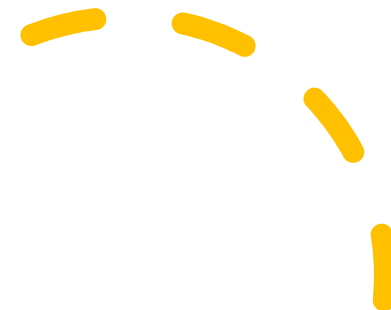


"GLEDE OG
ENERGI -
HVER DAG ER
EN FEST"





"GODE
VENNER"



"GJØRE TING SAMMEN"



"MANNFOLK
OG
KYLINGLÅR"





- TAKK FOR OSS

