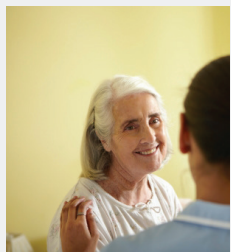




Morgendagens **Hjemme**omsorg

Tjenesteyter : Hverdagsrehabiliterings-reisen : Reise 5

Morgendagens Hjemmeomsorg

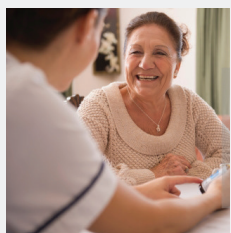


“Velferdsteknologi handler ikke om teknologi, men om mennesker.” Nis Peter Nissen, Direktør Alzheimers-forening, Danmark

Prosjektet Morgendagens hjemmeomsorg har tatt dette på alvor, og søker å dreie fokus fra teknologidrevet til brukerdrevet velferdsinnovasjon.



Prosjektet går ut på å kartlegge hvilke behov eldre har knyttet til å kunne bo lengst mulig hjemme. Målet med prosjektet er at brukerne blir hørt slik at man, gjennom behovskartlegging og brukerinvolvering, kan øke sjansen for gode løsninger og en smartere måte å levere tjenester på.



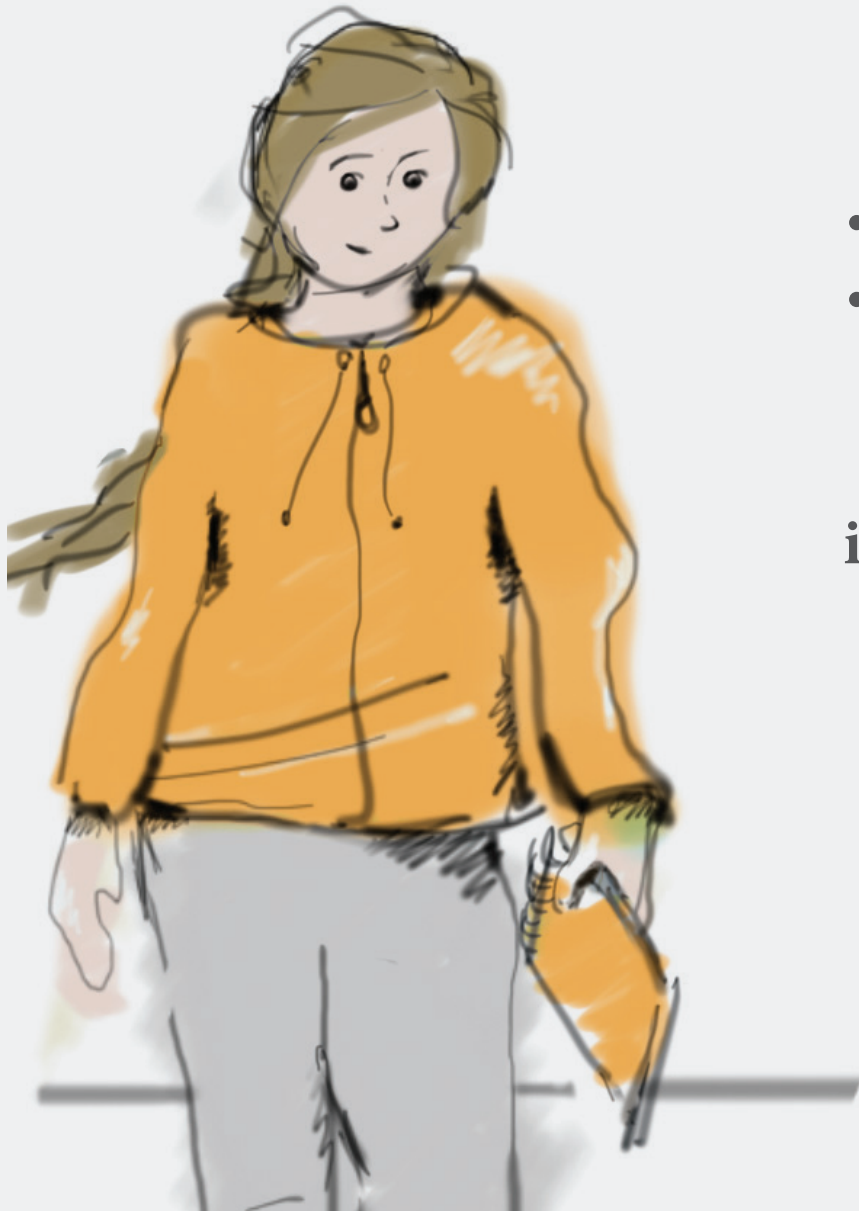
Leveransen tar for seg ulike reiser til typiske brukere, beskrevet gjennom utvalgte personas. Hovedsaklig består leveransen av 6 reiser hvorav 3 reiser til tjenestemottaker (Dagsenter-, Helge- og Hverdagsrehabiliteringsreisen) og 3 reiser til tjenesteapparatet (Hjemmesykepleie-, Hverdagsrehabiliterings- og Aktør-reisen).

A faint, sketchy illustration of a woman with long hair, wearing a yellow hoodie and light-colored pants, carrying a bag. The sketch is positioned on the left side of the slide, partially overlapping the text.

Tjenesteyter : Hverdagsrehabilitering-reisen : **Reise 5**

Dags-reisen 07:30-15:00

Møt Ane, hjemmetrener i Hverdagsrehabilitering



- Ane er 43 år og har jobbet som hjemmetrener i 2år. Før jobbet hun har jobbet i hjemmesykepleien.
 - Hun er gift og har 2 tenåringer.
 - På fritiden liker hun å trene og å strikke.
- i Hverdagsrehabilitering tilbys motiverte eldre i en opptreningsfase etter fall, innleggelse e.l. slik at de skal kunne oppnå samme funksjon som tidligere. Det er som regel HSK som finner deltakerne.

Anes reiser i løpet av et døgn

 Tjenesteyter : Hverdagsrehabiliterings-reisen : **Reise 5**

TEGNFORKLARING

o Observasjon

i Informasjon

f Funn

“ *Sitat*

♥ Følelse

* Idé

p Prosjektforslag

steg 1

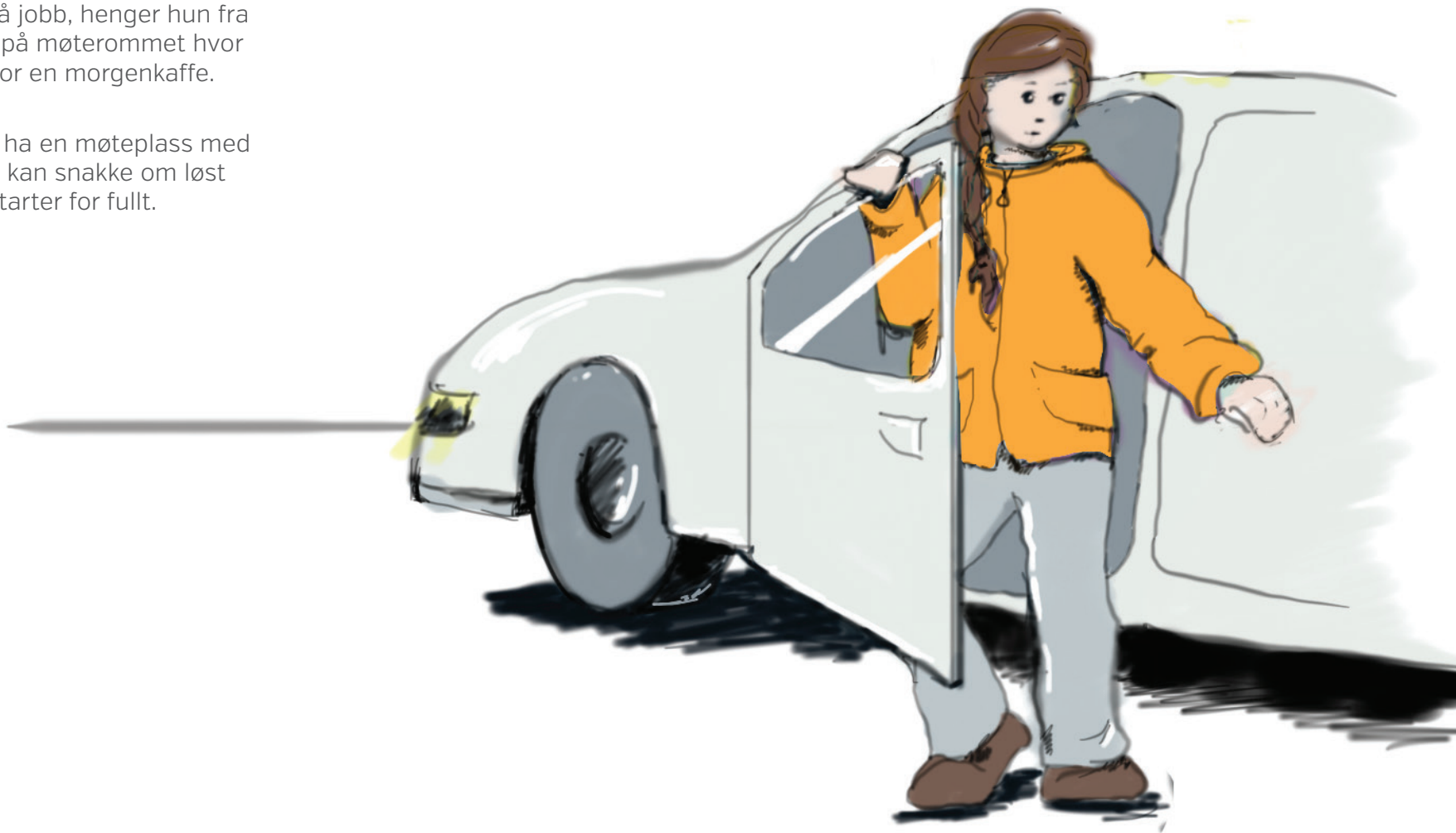
07:25

Tjenesteyter : Hverdagsrehabiliterings-reisen : **Reise 5**

Ankommer jobb på Hverdagsrehabilitering (HRH) sin base

Beskrivelse

- Når Ane kommer på jobb, henger hun fra seg og går rett inn på møterommet hvor de ansatte møtes for en morgenkaffe.
- ♥ Det er alltid kjekt å ha en møteplass med de andre hvor man kan snakke om løst og fast før dagen starter for fullt.



steg 1



Tjenesteyter : Hverdagsrehabiliterings-reisen : **Reise 5**

Ankommer jobb på Hverdagsrehabilitering (HRH) sin base

Observasjoner, funn og sitater

ORGANISERING

“ Få vet om oss.

- HRH Hjemmetrener

“ Tiden er ikke stressfaktor, så vi har nok tid
pr bruker.

- HRH Hjemmetrener

Idéer

KOMMUNIKASJON

- * Profilere HRH-programmet utad mot pårørende og tjenestemottakere.
- * Informere hjemmesykepleien bedre om eksisterende tilbud i kommunen.

MESTRING

- * Legge om programmet til å være 3 ganger i uka og gjerne litt kortere tid pr tjenestemottaker, da flere deltakere uttrykte at de opplevde det for intenst. Programmet kan gå over et lengre tidsrom, men sjeldnere og sjeldnere besøk slik at tjenestemottakerne opplever en naturlig overgang mot hverdagsmestring uten å ramle tilbake til gamle vaner.



Koordineringsmøte

Beskrivelse

- Ane deltar på det daglige koordineringsmøtet hvor avdelingsleder går gjennom alle brukerne og hvor det tas opp plenumssaker.
- Det deles ut mobiltelefoner og enhetsleder sier høyt hvem som har hvilken mobil. De ansatte noterer.
- Etter at møtet er ferdig, blir Ane sittende for å drikke opp kaffekoppen. Hennes første avtale er kl. 08:30.





Koordineringsmøte

Observasjoner, funn og sitater

KOMMUNIKASJON

- I motsetning til hjemmesykepleien, går man mer inn på hver enkelt tjenestemottakere på HRH koordingeringsmøtet. Det blir en koordinering med alle ansatte om alle tjenestemottakerne, og i noen tilfeller går de inn på spesifikke brukerbehov.

MESTRING

- “ *Vi prøver å motivere brukerne til videre gruppetilbud, også sosialt, i kommunen.*
- HRH Hjemmetrener
- “ *Jeg skulle ønske vi hadde bedre oppfølging av brukerne som er ute av eller ferdige med opplegget. Hvordan går det med dem?*
- HRH Hjemmetrener

Idéer

KOMMUNIKASJON

- * Kortere koordineringsmøter, se mot hjemmesykepleien hvor kun det viktigste blir tatt opp.
- * Stille rapport som hjemmesykepleien



Kler seg, tar med seg nødvendig utstyr og går til bilen

Beskrivelse

- Ane tar med seg arbeidslista og går til bilen.
 - Det er fint å starte dagen med en liten spasertur bort til kommunehuset hvor bilene står parkert.
- i Hjemmetrenerne har egne arbeidsbiler, i og med at rutene er ganske faste, og de dekker hele byen. De har dermed ansvaret for egen bil når det gjelder bensin, vedlikehold etc.





Kler seg, tar med seg nødvendig utstyr og går til bilen

Observasjoner, funn og sitater

MESTRING

- f De fleste prosjektdeltakerne snakket om hverdagsmestring, men det var hovedsaklig i Hverdagsrehabilitering de faktisk praktiserte det.

“ Vi skal helst jobbe med hendene på ryggen.
- HRH hjemmetrener

“ Vi kunne ha ventet med å åpne, men vi har ikke tid, og det trengs å modnes. Jeg bare låser meg inn.
- Helsefagarbeider

“ Vi må kanskje stramme enda mer inn når det kommer til motivasjon, det holder ikke at tjenestemottakerne kun vil ha en turvenn.

- HRH Hjemmetrener

KJØRING

- Hverdagsrehabilitering bruker mye tid på parkering og transport t/r base.

ORGANISASJON

- ABI-systemet ikke tilpasset HRH. Dersom avlysninger pga. legebesøk etc. går de i minus.

“ HRH bør inngå som en integrert del i all hjemmetjeneste, nå er avstanden stor mellom tjenestene. HRH tar nå også over overlappende oppgaver for hjemmesykepleien.

- Sykepleier

Idéer

HJELPEMIDLER

- * Fotforhøyning. Korte ned bestillingstid på fotforhøyninger etter bl.a lårhalsbrudd. Dette ga utslag i forverring av helsetilstanden og økt hjemmetjeneste ved å gå i lang tid uten fotforhøyning. Flere hadde gått i flere måneder, opp til et halvt år uten å få dette hjelpemiddelet.

ORGANISASJON

- * HRH inngå som en integrert del av hjemmetjenesten - som et ressurslag.

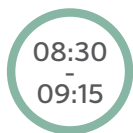


Tjenestemottaker 1: Gåtur i nabolaget

Beskrivelse

- Ane parkerer bilen ute i gata, og ringer på døra til tjenestemottaker 1.
 - Han åpner, men har ikke kledd på seg.
 - Han byr henne inn, og hun tar av seg skoene og går inn i stua.
 - Han gir tydelig uttrykk for at han ikke kan trene i dag. Ane spør ham litt ut, og får til slutt klarhet i at det egentlig bunner i at han ikke vil ut i regnet.
 - Ane gir ham motstand på dette, i og med at avtalen deres er å gå tur. Det er dette han trenger, og som står på dagens plan.
 - Ane vet å ta motvillige tjenestemottakere med et lurt smil, og han gir seg til slutt. De blir enige om å ta en litt kortere tur enn vanlig.
 - Tjenestemottaker 1 ber Ane om å få hjelp til å ta på seg skoene, men Ane holder hendene på ryggen. Han klarer det selv, etter litt prøving.
 - De går ut. Tjenestemottaker 1 bruker uterullator. De ender med å gå den lange runden likevel, og han er veldig fornøyd med egen innsats.
 - De kommer tilbake til huset, og Ane blir med inn en tur og ser at tjenestemottaker 1 får av seg klær og får kommet seg på kjøkkenet for å lage seg litt mat.
 - Hun tar farvel, og setter seg ut i bilen.
- ♥ Ane synes det er herlig å se at tjenestemottaker 1 egentlig synes at det er godt å komme seg ut.
 - ♥ Hun synes det er motiverende å se den fine fremgangen samt å registrere mestingsfølelse og bedring i humør.
- i Hjemmetrener og tjenestemottaker planlegger gjerne sammen dagen i forveien hva neste dag skal bringe med bakgrunn i treningsplan.





Tjenestemottaker 1: Gåtur i nabolaget

Observasjoner, funn og sitater

MOTIVASJON

- “ Brukerne får mer styrke og energi, samt bedre appetitt og fordøyelse.
- HRH Hjemmetrener

HEMMELIGE TJENESTER

- “ Kan vi ikke sette oss og drikke kaffe? Jeg har så vondt i kneet altså!
- Kvinne, 74 år

HJELP FRA PÅRØRENDE

- “ Viktig å ha pårørende som støtter opp og motiverer, og som kan følge opp i etterkant.
- HRH Hjemmetrener

MAT OG DRIKKE

- Det er viktig at tjenestemottakerne får i seg mat og drikke etter at de har trent.

KOMMUNIKASJON

- Dårlig hørsel hos mange tjenestemottakere kan føre til dårlig kommunikasjon og misforståelser.

Idéer

ORGANISASJON

- * HRH hele veien. Sette et forenklet HRH-program inn ved oppstart av hjemmesykepleie og ved forverring og annen endring av behov. [idéark 10]
- * Øke opp HRH til å være tilgjengelig kveld og helg. [idéark 10]
- * *Kulturendring*. Få hjemmesykepleien til å praktisere tildelte tiltak på hverdagsmestring. [idéark 10]



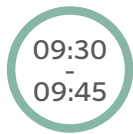
Tjenestemottaker 2: innlagt dagen i forveien. Bomtur.

Beskrivelse

- Ane parkerer bilen i oppkjørselen.
- Hun registrerer at gardinene er trukket for, noe de ikke pleier å være på den tiden av døgnet. Dessuten henger avisa fortsatt bak dørhåndtaket.
- Hun ringer på, men ingen åpner.
- Hun tar avisa, og låser seg inn.
- Det er tomt for sko o.l. i gangen.
- Ane roper "hallo", men ingen svarer. Hun sjekker litt rundt i huset, og konstaterer at tjenestemottaker ikke er til stede.
- Ane antar at hun er innlagt. Tjenestemottakeren har nemlig hatt noen fall i det siste.
- Hun ringer inn til basen for å sjekke opp hva som har skjedd. Enhetsleder sjekker CosDoc (rapporteringssystemet) og sykepleier-journalen. Det viser seg at tjenestemottaker ble innlagt dagen i forveien uten at HRH har blitt informert, eller at det har blitt lagt inn i HRH-rapporten.
- Ane låser, og setter seg i bilen.
- I og med at hun ligger foran skjema, ringer hun tjenestemottaker 3 for å høre om hun er klar.

- ♥ Ane fryktet det verste da hun kom til boligen, og var litt urolig. Hun ble lettet da tjenestemottaker ikke var til stede.
- ♥ Ane synes det er en uting at hjemmesykepleien ikke legger inn et notat i HRH-rapporten. Det er ikke første gang. Selv informerer hun alltid hjemmesykepleien.





Tjenestemottaker 2: innlagt dagen i forveien. Bomtut.

Observasjoner, funn og sitater

SAMHANDLING

- f HRH ønsker seg flere tjenestemottakere og mer samhandling, gjerne gjennom utplassering og tverrfaglig samarbeid.
- “ Dersom hjemmesykepleien merker at de gir mye hjelp til bagateller som er mulige å gjennomføre for brukeren selv, burde de henvende seg til HRH.
 - HRH Hjemmetrener
- o Når tjenestemottaker ikke er til hjemme, er det vanlig prosedyre at hjemmetrener skal ringe til basen for å få klarhet i saken før vedkommende drar fra stedet.
- “ Vi manglet info om at tjenestemottakeren var blitt innlagt, derfor ble det en bomtut.
 - HRH Hjemmetrener

Idéer

SAMHANDLING

- * Klarere rutiner og tilrettelagte systemer for rapportering mellom ulike aktører. Videreformidling av info i cosDoc om tjenestemottakerne på tvers av aktører, eksempelvis at hjemmesykepleien markerer hvem som skal få oppdatering og slipper å måtte legge det inn manuelt.
- * Dersom hjemmetrener hadde hatt tilgang på CosDoc i felt, kunne de spart tid ved å gå inn og sjekke journal selv, samt unngå bomturer.
- * Utplassering og tverrfaglig samarbeid mellom hjemmesykepleien, hverdagsrehabilitering og eventuelle andre ressurslag.



Tjenestemottaker 3: Siste trening - gåtur og buss

Beskrivelse

- Ane ankommer Gudborgs enebolig. Hun ringer på, og venter på at Gudborg skal komme seg ned trappen, og åpne døra.
- Gudborg triller rullatoren ut fra skapet i gangen, og de går sammen ut. Den fysiske formen til Gudborg er litt opp og ned etter lårhalsbruddet, så de er begge spente på om Gudborg klarer turen.
- Hun skal også øve seg på å ta bussen med rullator, noe hun har fått skrekken for etter at hun falt.
- Mens de går, prater de om løst og fast. Gudborg blir anpusten, og Ane motiverer så godt hun kan uten å presse Gudborg.
- Det er tydelig at Gudborg ønsker å mestre turen, og de kommer i mål til slutt.
- Gudborg gir klart uttrykk for at hun er usikker på om hun vil tørre bussturen tilbake. Ane ufarliggjør.
- Når bussen kommer, går Gudborg på bak med rullatoren. Hun har månedskort, så hun slipper å betale.
- Bussjåføren starter å kjøre før Gudborg har kommet helt på plass, og hun blir litt engstelig.

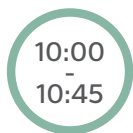
“ De kjører som noen svin.

- Gudborg

- Hun kommer seg av bussen, og de går sammen opp til huset mens de evaluerer økten. Ane tar farvel og får en klem med på veien som takk for turen.

- Dagen etter siste trening brukes til en avsluttende samtale om hvordan opplegget har vært, og planer for det videre egenrehabiliteringsarbeidet.





Tjenestemottaker 3: Siste trening - gåtur og buss

Observasjoner, funn og sitater

MESTRING

- o Det er store forskjeller på antall tjenestemottakere og tid pr tjenestemottaker hos hjemmesykepleien i forhold til Hverdagsrehabilitering, og hjemmesykepleien skyver derfor mye av mestringsarbeidet over på hverdagsrehabilitering.
- “ *De i Hverdagsrehabilitering har god tid til meg.*
- Mann, 85 år
- “ *Hjemmesykepleien sier god morgen og kommer rett inn.*
- Kvinne, 75 år

- o Prosjektdeltakerne fra Hverdagsrehabilitering var gjennomgående opptatt av hverdagsmestring. For dem er mestring i det små noe av det viktigste fokuset både Hverdagsrehabilitering og Hjemmesykepleien bør ha, små hverdagslige oppgaver som å lukke opp selv, hente avisa, gå ut med søppelet etc. Dette skåret også blant topp fem da samtlige prosjektdeltakere skulle vekte de viktigste funnene fra skyggingen.

- “ *Utfordring å snu tankegangen til hjemmesykepleien fra behandling og omsorg til bedring og selvhjelp. Vi ser på aktiviteter, som trening. Vi legger treningen inn i de daglige gjøremålene, her må vi være kreative og bruke fantasien.*
- HRH Hjemmetrener

Idéer

MESTRING

- * *Mestring i det små-program* på dagsenter hvor enkle aktiviteter blir drillt inn over tid, gjerne som en sosial aktivitet. Eksempelvis at de skal hjelpe å dekke på bordet ved måltidet.
- * *Mestring i det små-program* for hjemmesykepleien der hver hjemmesykepleie-enhet sammen

med HRH bestemmer seg for enkle ukesoppdrag hvor de skal ha fokus på én og én liten aktivitet pr uke.



Tjenestemottaker 4: Første møte. Plan, mål og motivasjon.

Beskrivelse

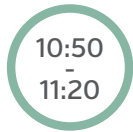
- Ane ankommer tjenestemottaker 4. Hun presenterer seg, og de går inn.
- Tjenestemottakeren har mistet styrke i beina og fått dårligere balanse etter å ha vært sengeliggende en lengre periode.
- Da helse og sosial-kontoret/ bestillerkontoret var på besøk etter utskrivelsen, avdekket de mulighet for og ønske om hverdagsrehabilitering.
- Ane er tildelt oppgaven, og på dette første møtet skal de sammen legge en plan for de neste fire ukene.
- I samtalen dem i mellom, leter Ane etter lystbetonte aktiviteter som vil kunne gi mestring samt nødvendig opptrening.
- Tjenestemottaker avslører at han er redd for å falle i trapper, men at han må mestre dette for å fortsatt bo hjemme. Trappetrening blir et første steg.
- Tjenestemottakeren elsker å spille bingo på den lokale puben, og de bestemmer at det store målet for perioden er at han skal kunne gå for egen maskin med rullator de 500 metrene til puben, og tilbake etter en liten pause.
- De avtaler opplegget for neste dag - trappetrening og noen balanseøvelser.
- Ane lover å ha satt opp et fullstendig

treningssopplegg for tjenestemottakeren til neste dag, slik at han kan henge det på kjøleskapet.

- Han er godt fornøyd, og virker motivert når Ane forlater huset og setter seg i bilen, og kjører/går til basen.



steg 7



Tjenesteyter : Hverdagsrehabiliterings-reisen : **Reise 5**

Tjenestemottaker 4: Første møte. Plan, mål og motivasjon.

Observasjoner, funn og sitater

HJELP AV PÅRØRENDE

- Pårørende bør være med på første møtet slik at de kan fungere som motivatorer underveis.

Idéer

MESTRING

- * *Mestring i det små*-program hvor tjenestemottakerne setter seg små mål som pårørende kan følge opp.
- * Engasjerte pårørende kan få tilbud om å selv være hjemmetrenere for sin tjenestemottaker gjennom et program utarbeidet sammen med Hverdagsrehabilitering.

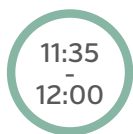


Inne på kontoret: Oppfølging og telefoner

Beskrivelse

- Ane ankommer HRH-basen etter formiddagsrunden.
- Hun henger fra seg, og går til kontorplassen sin hvor hun noterer seg viktige momenter fra runden samt tar noen telefoner.
- Hun starter på rapporten.
- Deretter går hun til møterommet og spiser lønsj med resten av de ansatte.





Inne på kontoret: Oppfølging og telefoner

Observasjoner, funn og sitater

TEKNOLOGI

- f Med telefon som eneste kommunikasjonslinje, er det vanskelig å gi en optimal og forutsigbar tjeneste for Hverdagsrehabilitering. Treningsopplegg burde være mulig å endre underveis, og oppfølging av tjenestemottakerne kunne vært enda tettere.

Idéer

MESTRING

- * Oppfølging etter endt program gjennom et digitalt oppfølgingsverktøy som pårørende kan hjelpe med, og etter hvert tjenestemottakerne selv kan håndtere-
- * Tilbud om gruppetrening etter endt program.

Forslag til prosjekt

MESTRING

- þ Kartlegge tilbakefall gjennom oppfølging etter endt program for å finne ut om HRH bør ha etterbesøk for å holde motivasjonen oppe hos tjenestemottakerne. Eksempelvis én gang i uka i noen uker etter endt program.

