

Tværkommunalt pilotprojekt, der skal bekæmpe ensomhed blandt



Elisabeth Rasmussen mener, at der i høj grad skal skabes tillid mellem borger og hjemmeplejer for, at borgeren kan motiveres til nye bekendtskaber. FOTO: CLAUS HANSEN



Joan Andersen erkender, at det kan være svært at definere ensomhed. Hun mener, at det kan være forskelligt fra borger til borger, hvad ensomhed betyder for den enkelte. FOTO: CLAUS HANSEN



Gitte Falch mener, at hjemmeplejerne skal ind og arbejde med vaner og rutiner i deres daglige arbejde. FOTO: CLAUS HANSEN



Karina Støchkel mener, at hjemmeplejerne kan være med til at sætte et håb hos de borgere, som kan betegnes som værende ensomme. FOTO: CLAUS HANSEN

Fire af de godt 10 hjemmeplejere fra Guldborgsund Kommune på anden undervisningsdag på Maribo Sundhedscenter. Fra venstre: Karina Støchkel, Joan Andersen, Elisabeth Rasmussen og Gitte Falch. De er de første hjemmeplejere fra begge kommuner på Lolland-Falster, der skal på kursus i at spotte, motivere og understøtte ensomme borgere. FOTO: CLAUS HANSEN



Pilotprojekt, hvor ensomhed skal bekæmpes med mad,

Ensomhed skal

LOLLAND-FALSTER En gruppe på godt 10 hjemmeplejere fra Guldborgsund Kommune har over to dage i denne måned været på kursus i at spotte ensomheden blandt de borgere, de møder i deres daglige arbejde.

De er de første af en lang række hjemmeplejere fra hele Lolland-Falster, der henover det kommende halvandet år skal gennemføre samme kursus.

Hjemmeplejerne er nemlig meget centrale personer i det tværkommunale pilotprojekt "SeniorNET - når mad & mennesker mødes", der er ved at blive løbet i gang i kommunerne på Lolland-Falster i samarbejde med blandt andre Dansk Folkehjælp. Det centrale i projektet er,

at fælles middage og madlavning med fokus på "det gode måltid" skal modvirke ensomhed blandt enlige ældre, der modtager mere end en times hjemmehjælp om dagen - og som kan betegnes som værende imobil.

Specialdesignet kursus Det er i den forbindelse, at personalet i hjemmeplejen skal spotte, opspore og rapportere ensomhed blandt borgerne - og derved identificere potentielle borgere, som projektet er rettet mod.

Kurset er specialdesignet kun til dette projekt, så det er klart, at den feedback, vi får fra de første kursister, kan bruges til at finpudse og justere kurset til de senere kursister, ly-

der det fra Anne-Margrethe Larsen, projektkonsulent i Dansk Folkehjælp.

De fire kursister Gitte Falch, Karina Støchkel, Joan Andersen og Elisabeth Rasmussen er enige om, at det er en god idé at forebygge ensomhed og gøre meget for at komme ensomheden til livs hos mange af de borgere, som de som hjemmeplejere er i berøring med i deres daglige arbejde.

Det første hold er pionerer - Vi på det første hold er pionerer og en slags prøveklude. Det er meget spændende, for det er et andet element, vi skal lægge ind i vores arbejde med borgeren, lyder det fra Karina Støchkel. - Til daglig er vi problem-

knuser, hvor vi hjælper borgeren med at klare alle de daglige gøremål - ligefra den personlige hygiejne, til at fikske støvsugeren, der er gået i stykker, supplerer Joan Andersen.

Nu ser de fire hjemmeplejere også sig selv som nogle, der skal sætte noget initiativ i nogle af borgerne. - Vi kan være med til at sætte et håb hos de borgere, som kan defineres som ensomme, siger Karina Støchkel.

Vanskelig definition - Men ensomhed er svært at definere. Det kan være forskelligt fra borger til borger, erkender Joan Andersen. Hun peger derfor på, at hjemmeplejerne via kurset, også har fået inspiration til at afkode, om en borger

borgere på Lolland-Falster med mad, er ved at blive løbet i gang



er skudt i gang med kursus for hjemmeplejere

spottes på LF

kan være ensom - uden at borgeren nødvendigvis selv er klar over det.

- Nogle gange beder en borger os om, at drikke en kop kaffe sammen med dem - eller de forsøger på anden vis af holde på os. Det kan være udtryk for ensomhed, fortæller Joan Andersen.

Og her mener Gitte Falch, at det så er i de situationer, at hun og hendes kollegaer skal spørge ind hos borgeren.

- Her skal vi høre borgeren, om det kunne være noget for dem, at få besøg af nogle, som vil spise et måltid mad sammen med dem, siger Gitte Falch.

Men det er ikke givet, at borgeren i første omgang synes, at det er en god idé. - Det kan være noget, der

skal tales om af flere omgange. Borgeren skal have mulighed for at vende sig til tanken - og det handler også om tillid mellem os og borgeren, slår Elisabeth Rasmussen fast.

Vaner og rutiner skal ændres Den store udfordring for personalet bliver at få det implementeret i en travl hverdag, hvor mange opgaver skal løses hos flere borgere.

- Det er en opgave, vi rigtig gerne vil løse og bidrage til at projektet bliver en succes - på trods af travlhed, siger Karina Støchkel med anerkendende nik fra de tre kollegaer.

- Vi skal ind og arbejde med at ændre arbejdsvaner og rutiner - og det er altid en udfordring.

Det er ikke en opgave, der ligger lige til højrebænet, men kan vi opnå nogle små sejre henad vejen, så er det godt, supplerer Gitte Falch.

Kendskab til borgeren Arbejdet med at spotte ensomhed hos borgeren handler også i høj grad om, hvor godt personalet kender borgeren.

- Der er stor forskel på borgere. Vi skal møde borgeren mentalt, hvor borgeren er. Vi skal kende deres livshistorie - og ud af det, skal vi finde ud af, om borgeren også synes, at vedkommende er ensom, fortæller Elisabeth Rasmussen.

Når og hvis borgeren kommer til den erkendelse, så har personalet materia-

le med, som fortæller mere om hele projektet.

- Så opfordrer vi dem til at kontakte Dansk Folkehjælp, eller vi hjælper dem med det, siger Gitte Falch.

Spændt på udfaldet Fælles for alle fire er, at de er spændt på, hvor mange borgere, det lykkes at få med i projektet. - Grundtanken og idéen er ihvertald god - og kurset her har givet os nogle redskaber til at føre det ud i livet, er alle fire enige om.

Det er iøvrigt erhvervspsykologisk konsulent og terapeut, Lene Sheila Gjørup, fra firmaet CopenPsyk, der underviser hjemmeplejerne.

Når og hvis borgeren kommer til den erkendelse, så har personalet materia-

FAKTA

SeniorNET: Når mad & mennesker mødes

Spisevenner er omdrejningspunktet i et nyt projekt, der skal modvirke ensomhed blandt ældre på Lolland-Falster. Projektet "Styrket indsats mod ensomhed blandt ældre mennesker, der modtager meget hjemmehjælp" gennemføres af Lolland og Guldborgsund Kommuner i samarbejde med Dansk Folkehjælp, Fælleskøkkenet, Saksøbing Madskole og Celf med støtte på tre millioner kroner over to år fra Sundhedsstyrelsen.

Kokkebesøg

Et team på to frivillige fra Dansk Folkehjælp besøger en ældre borger, som har svært ved selv at komme udenfor hjemmet. Sammen tilbereder og spiser de et varmt middagsmåltid i alt seks gange. Med til middage er også en anden enlig ældre - et gæstebud - inviteret, som bor i nærheden. Formålet er at give de to ældre mulighed for at skabe en relation, som giver dem lyst til fortsat at have kontakt.

SeniorNET

Sideløbende med fælles middage hos de ældre selv bliver der dannet fem netværk på hver 20 enlige ældre. Sammen med frivillige fra Dansk Folkehjælp deltager de i et 12-måneders forløb med madlavningsaktiviteter og undervisning på blandt andet Saksøbing Madskole og aktivitetscentre. Formålet er, udover at danne netværk blandt de ældre, at lære dem om principperne for "det gode måltid".

Hvis du vil være frivillig, være gæstebud eller have besøg af disse, så kontakt Anne-Margrethe Larsen, Dansk Folkehjælp på 70 220 230.

Kilde: Dansk Folkehjælp



Lene Sheila Gjørup, erhvervspsykologisk konsulent og terapeut, fra firmaet CopenPsyk, underviser det første hold hjemmeplejere på Maribo Sundhedscenter i den motiverende samtale. FOTO: CLAUS HANSEN