



Løten kommune



Stange
kommune

Sjelden Hørte Stemmer

Samarbeid med Stange
kommune, Nasjonalforeningen for
folkehelsen og Hamarregionen
demensforening

Midtpunkt med
MANGFOLD

Hva er sjelden hørte stemmer?

- Detagerene har en kognitiv svikt eller demenssykdom
- Fokus på brukermedvirkning
- Oppstart 2019.
- Påvirke lokale tjenester eller saker ved å dele erfaringer og synspunkter på hvordan det er å leve med demens eller kognitiv svikt.



Sjelden hørte stemmer



Bilde fra møte i november 2022. Løten Helsetun

Nybrottsarbeid

- Viktig at kommunen systematiserer samarbeider med frivillige aktører.
Samarbeidsavtale
- Agenda og forventningsavklaring er viktig!
(Ingen tid å miste)
- Lite erfaring med å ha arenaer der personer med demens er sentral aktør i utviklingsarbeid.
- Få kommuner i Norge: Stange, Løten, Stavanger og Mandal/Lindesnes

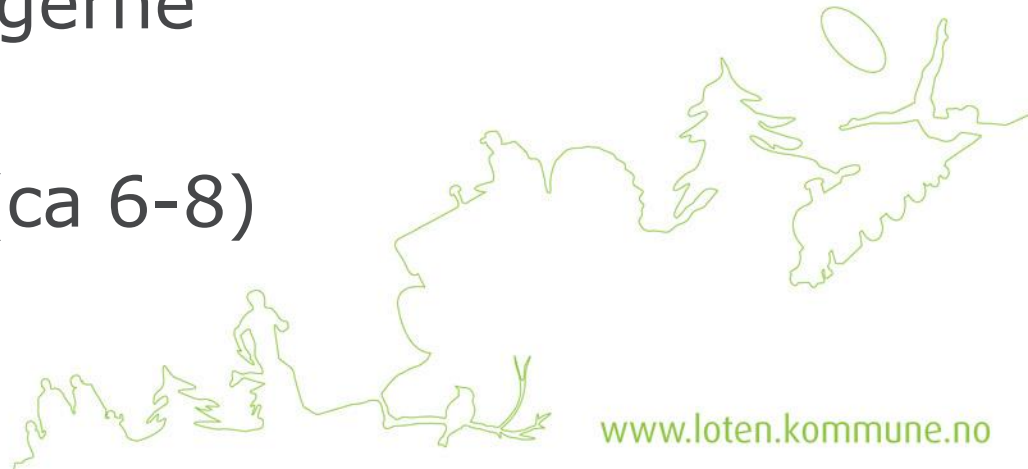
Samarbeid og planlegging

- Demenskoordinatorerne og demensforeningen samarbeider tett
- Egen arbeidsgruppe:
Anne Lise Nessæther, Torgunn Kjølberg Mosfjeld, Silje Gillund og Guro Brenden.
Tilrettelegger og planlegger
- Ca. 4 møter i året.
- Erfaringsgruppe med 6 deltagere



Viktig tilrettelegging

- Invitasjon blir sendt i post eller på mail
- Ringer ca. 1 uke før for å minne på innkalling
- Større skrift, mer luft. Lettfattelig konkret språk
- Oppsummering fra forrige møte først
- 2 timer. Viktig med pause. Bevertning.
- Navnelapper på deltagerne
- Tilbyr skyss til og fra
- Ikke for stor gruppe (ca 6-8)



Hva har vi oppnådd?

- Innspill med erfaringer fra pandemien
- Deltatt i utarbeidelsen av anbudsordning inn på tunet (2019)
 - Hva er viktig med et dagtilbud?
 - Hvordan skal de ansatte være?
 - I forhold til maten på dagtilbudet-Hva tenker dere om den.

«Jeg synes det er fint å være med å lage mat»

«Nå vi kommer på dagtilbudet så deler vi ting og spiser frokost»



Forts...

- Vandring i Storgata, Stange kommune-
miljøgata (2020)
 - Innspill fra erfaringsgruppa.
*«Det er viktig med tydelig skrift, store bokstaver og sånn
Når jeg er i butikken er det mye fram og tilbake».*
- Innspill til Frivillighetstrategi i Stange 2019
- Tjenestegjennomgang Stange kommune
(2022)
 - Hva er bra med tjenestene de mottar i dag,
dagtilbud, hjemmesykepleie m.m.
 - Hva kan gjøre hverdagen bedre?
 - Støtteordninger
 - Samarbeid med fastleger

Forts...

- Sentrumsvandring Løten (2021)
 - Skilting v/undergangen; tydelig skilting av de ulike veiene undergangen ender i.
 - Skiltingen av butikker, kontorer, offentlige arenaer må ha en gjennomgående form i tekst, farger og størrelse.
- Løten Nærstasjon:
 - Tydelig skilting av inngangspartiet. Mange skilt som gir utydelig veivisning.
 - Uteplasspartiet: Nivåforskjellene må justeres og avgrenses, og små gjerder må plasseres og synliggjøres slik at fallulykker forhindres.



Bilde fra sentrumsvandring Løten 2021 Foto:Løten kommune.

- Innspill til rehabilitering av Løten Helsetun. Prosjekt. Sjelden hørte stemmer blir brukt som høringsinnstans



Innspill fra erfaringsrepresentantene

Hvordan det oppleves å ha sykdommen...

- «*Livet er ikke det verste man har*».
- «*Å være frisk og syk er 2 verdener. Mange vet ikke hvordan jeg har det. Det må løftes frem*» Pause «*De må klare å forstå livssituasjonen. At vi kan få til noe, bidra med noe*»
- «*Jeg liker ikke at folk er på meg hele tiden. Jeg vil kunne klare det jeg kan, hvis ikke så visner jeg. Jeg vil kunne tenke selv!*»
- «*Det kan være litt vanskelig å sitte på gjerde å vente, til sykdommen blir verre*»
- «*Er det noen muligheter for å komme på sykehjemmet å se, mens man er oppegående?*»
- «*Jeg har skrevet en del ned. Dersom jeg blir umulig å ha med å gjøre kan jeg få hjelp.. Jeg ser ikke så mørkt på det. Jeg vil ikke bo hjemme for enhver pris.*»

Hvordan tenker dere om alderssammensetning på sykehjemmet. Noen er gamle og noen er unge?

- En referer til et opphold på sykehjem i en kommune et stykke unna i beliggenhet.
- *«Jeg ble satt sammen med både 80 åringer og 100 åringer. Det ble ikke noe prat. Jeg ble sittende i en krok. Jeg følte meg gammel selv. Jeg hadde ikke noe å prate med dem med....Nedverdiggende..og det tror jeg mine nærmeste syntes også..»*
- *«Det må være en avdeling med ikke så mange»*



Hvordan det oppleves å være med i sjelden hørt stemmer

- *«Her er jeg med på nesten alt»*
- *«På dette møte er det ikke noe stress»*
- *«Bare det ikke blir for mange fremmedord. Her snakker vi ikke i munn på hverandre»*
- *«Alle hører på oss som er skadet, men det må også gå den andre veien. De vet mange saker som vi ikke vet. Vi ser ikke det de friske ser»*



Videre jobbing

- Fortsette samarbeidet
- Frivillighet- en krevende jobb. Kunnskap og erfraring.
- Fortsette med systematisert jobbing.
- Sakene er viktig, men også det sosiale spektet. Verdi!!!

