

Maria og Himmerlandshave Ældrecenter vandt en Trone Gyngestol



Af Anne Ristorp Kraufeldt

KONKURRENCE Trone Danmark og Magasinet Pleje udlovede i oktober en 'Trone Gyngestol', der bl.a. bruges i demensplejen på mere end 140 plejehjem, sosu-skoler og institutioner.

Det var populært! Vi fik rigtig mange tilmeldinger fra læsere, som gerne ville vinde en gyngestol.

"Vi er et mindre dagcenter for borgere med en demenssygdom ... Vi har 10 borgere i centret hver dag, heraf en del, som i perioder er urolige og rastløse. Vi

har til vores have anskaffet en ældre hænge-sofa vi kan gynge i, men hen over den kølige tid vil gyngestolen være super-perfekt."

"Uh, vi mangler lige sådan en til vores ny-indrettede sanserum"

"Jeg vil give den til det demensplejehjem, hvor min far bor..."

Sådan lød nogle af de mange mails, vi modtog på Magasinet Pleje.

Og nu er en heldig vinder trukket (tilfældigt) ud.

Vinderen er: *Maria Andersen, Himmerlandshave Ældrecenter, i Suldrup.*

- Som arbejdsmiljørepræsentant er jeg rigtig glad på Himmerlandshave Ældrecenters borger og personales vegne, idet vi nu får et redskab, der kan hjælpe de mange demensramte borgere, der har svært ved at finde ro, siger en glad Maria Andersen.

Tillykke til Maria og Himmerlandshave Ældrecenter.

Livskvalitet på hjul

Cykling uden alder sætter gang i nyt projekt på plejehjem

Af Lotte Brochmann

PROJEKT Gennem snart fire år har Cykling uden alders mange piloter rundt om i landet cyklet ture sammen med plejehjemsbeboere på rickshaws. Cykelturene giver vind i håret, fællesskaber og glæde for både de ældre passagerer og de frivillige piloter. Og nu sætter Cykling uden alder gang i endnu et projekt, som skal være med til at skabe større livskvalitet for beboere på plejehjem.

- Vi vil prøve at tage endnu mere afsæt i dét, som passagerne drømmer om at kom-

me ud og opleve, fortæller projektleder Cecilie Marie Nielsen fra Cykling uden alder.

- Det gør vi jo en lille smule i forvejen på de daglige ture, fordi når den frivillige pilot og de ældre passagerer mødes omkring en cykeltur, så taler man selvfølgelig om, hvad der kunne være fedt at lave i dag og hvor beboerne godt kunne tænke sig at komme hen. Men det er ofte de frivillige cykelpiloter, som kommer med ideer til, hvor turen skal gå hen, forklarer hun.

I det nye projekt er det i højere grad passagerne, der inviterer de frivillige piloter til at komme med dem ud på oplevelser. Det kunne for eksempel være forskellige kulturelle oplevelser, eller det kunne være en cykeltur ud i naturen eller måske en tur forbi beboerens barndomshjem.

Opfylder drømme

I første omgang deltager fem plejehjem i projektet.

Og indtil videre handler det især om at få udviklet nogle metoder og arbejde

med, hvordan man kan få skabt nogle cykelture, som tager udgangspunkt i, hvad beboerne drømmer om, og hvad der skaber livskvalitet for dem, fortæller Cecilie Marie Nielsen. Det arbejder plejehjemmene med lige nu.

På ét af plejehjemmene har de for eksempel haft beboerne samlet til en snak om, hvad de godt kunne tænke sig at opleve på cykelturene, og det har resulteret i et idékatalog, som er blevet sendt ud til de frivillige piloter.

- Og cykelpiloterne kan så være med til at opfylde de her drømme for de ældre, forklarer hun.

Det kan bringe stor glæde at komme ud i den friske luft og følge med i byens og områdets udvikling og møde andre mennesker i nærområdet, fortæller Cecilie Marie Nielsen.

- Og vi har en formodning om, at det også skaber livskvalitet at få oplevelser, som man selv har ønsket at komme ud at opleve. Derudover håber vi også, at projektet medfører, at de ældre passagerer selv i højere grad kan



beslutte, hvilke oplevelser, de gerne vil fylde deres dage med, siger hun.

Projektet "Brug byen - livskvalitet på hjul" har fået støtte fra satspuljen til initiativer, som skal give større livskvalitet for beboere på

GLOVAC

- Easy and Comfortable Hand Protection



PROBLEMSTILLING

Når man dagligt arbejder med kemikalier, vand og snavs, eller arbejder i et sterilt miljø, er det nødvendigt at bruge handsker.

Trods stort handskeforbrug ses der stigende vækst i anmeldelser af:

- Hudsygdomme og dårligt helbred
- Sygdomsfravær
- Dårligt arbejdsmiljø

Tætsiddende og utætte handsker er direkte årsag til:

- 1400 brugeres anmeldelser af eksem på hænderne
- 600 brugeres anmeldelser af allergi på hænderne

70% af anmeldelserne omkring håndeksem og -allergi udløser erstatninger - det bliver til en årlig udgift på 150 millioner DKK.



ANVENDELSESOMRÅDER

GloVac er en alsidig handskeløsning, som kan anvendes indenfor mange brancher, bl.a.:

- Rengøringselskaber
- Fødevareproducenter
- Frisører
- Off-shore
- Auto- og transportbranchen
- Bygge- og anlægsbranchen
- Landbrug og skovdrift
- Private
- og mange flere...

MONTAGE

GloVac systemet kan let monteres på mange flader og stel.



ARBEJDSMILJØ

Engangshandsker i dårlig kvalitet med lav gennemtrængningsbarriere for kemikalier øger risikoen for hudgener. Arbejde med væsker over skulderhøjde kan medføre væskenedløb over arme og tøj.



LØSNING

GloVacs handsker er af meget høj kvalitet og har høj gennemtrængningsbarriere overfor kemikalier. Indbygget tagrende-funktion i handskens sikrer at væske ikke løber ned over arme og tøj.





Aktivitetsmedarbejder på Plejecenter Trekroner Sonia Kirkaldy Nielsen cykler en tur til søen sammen med beboer Annie Pedersen. Foto: Lotte Brochmann.

plejehjem. Erfaringerne fra projektet skal efterfølgende

Trekroner træder i pedalerne

Plejecenter Trekroner har gode erfaringer med cykelture sammen med beboerne

Af Lotte Brochmann

PROJEKT Cykling uden alders nye projekt er netop gået i gang på plejehjemmene. Og et af de plejehjem, som nu skal arbejde med at skabe større livskvalitet for beboerne gennem cykelture, er Plejecenter Trekroner i Roskilde Kommune.

Plejecenter Trekroner er i forvejen med i Cykling uden alder.

- Jeg har kørt sammen med beboere, som er begyndt at synge, når vi kørte, og jeg har kørt med folk, der har set deres barndomshjem. Den effekt, det giver, er fuldstændig fantastisk, både for mig og for dem jeg kører sammen med, fortæller Sonia Kirkaldy Nielsen, der selv tidligere har været frivillig pilot i Cykling uden alder og i dag er ansat som aktivitetsmedarbejder.

Cykelturene giver livsglæde, forklarer social- og sundhedshjælperlev Shazia Khaliq.

- Beboerne får frisk luft og sol i ansigtet, sanserne bliver stimuleret, de oplever noget og kan genkende ting. Og de bliver glade. Og jo mere glad

man er, jo mere sund er man, siger hun.

Der er en frivillig cykelpilot som kommer fast en gang om ugen og kører ture sammen med beboerne, og aktivitetsmedarbejderen og plejepersonalet cykler også ture sammen med beboerne, når der er mulighed for det. For nylig var der for eksempel en koncert i Roskilde Domkirke, som en af beboerne gerne ville opleve. En af medarbejderne kørte sammen med beboeren til koncerten. Det var en fantastisk oplevelse for både beboeren og medarbejderen, og efterfølgende var det også en stor glæde for de pårørende at høre om turen i Domkirken, fortæller Sonia Kirkaldy Nielsen.

Beboerens livshistorie

Det nye cykelprojekt handler netop om at lave cykelture, der tager udgangspunkt i, hvad beboerne drømmer om at opleve.

- Jeg synes, der er en god dialog med beboerne om hvad der optager dem, siger Sonia Kirkaldy Nielsen.

- Jeg sad for eksempel og snakkede med et ægtepar, som er flyttet ind for et par

måneder siden. De har haft et autoværksted på Københavnsvej i næsten 30 år. De vil gerne besøge værkstedet, så en af de næste cykelture bliver et gensyn med forretningen, fortæller hun.

Beboerne fortæller måske ikke altid selv, hvad de godt kunne tænke sig. Men så kan man eventuelt tage afsæt i beboerens livshistorie eller inddrage kontaktpersonen, som kender beboerens interesser, siger social- og sundhedshjælperlev Shazia Khaliq.

Nogle gange taler man

om, hvor man skal cykle hen inden turen starter, men mange gange opstår idéerne også undervejs, fortæller Sonia Kirkaldy Nielsen.

- Vi var for eksempel ude at køre en tur i Roskilde for et stykke tid siden, og så siger en af beboerne "min søn bor derovre". Vi kørte over til ham og ringede med ringeklokkerne. Sønnen var ikke hjemme, men hans kone kom smilende ud i haven og hilste på os. Det var en skøn oplevelse, som spontant opstod, ved at være ude i bybilledet, forklarer hun.

PROJEKTET

- Projektets overordnede mål er at medvirke til, at ældre på plejehjem i Danmark igen bruger byen og lokalområdet til aktiviteter og interesser, der styrker deres livskvalitet og mindsker ensomhed og isolation.
- Drømmen med projektet er, at passagererne får deres ønsker til ture, oplevelser og nye fællesskaber opfyldt gennem cykelture. Metoden er ikke lagt fast. Plejehjemmene skal være med til at udvikle og finde den bedste lokale løsning.
- I 2016 kører projektet på fem plejehjem. Men plejecentre i hele landet kan også søge om at være med i projektet i 2017. Cykling uden alder vil i nærmeste fremtid sende flere informationer ud om, hvordan man søger om at komme med.
- Du kan læse mere om Cykling uden alder på: cyklingudenalder.dk og facebook.com/cyklingudenalder.

Kilde: Cykling uden alder

Friske og velsmagende fødevarer til den lille appetit

KRÆVER IKKE GRØN ORDINATION.



Forhandles via din grossist og i supermarkeder over hele landet.

arla.dk/protino



nyd det gode