

ERNÆRINGS - PROSJEKT PÅ SVERTINGSTAD



Smak og kjenn at maten gjør noe godt med
deg

Else Marit Undheim og Anne Grethe Enåsen

SVERTINGSTAD BOFELLESKAP

- ◉ Oppstart mai 2014
- ◉ Fullverdige leiligheter
- ◉ Fellesareal med kjøkken, personalbase og kontorer
- ◉ 9 beboere
- ◉ Rusavhengighet og samtidig psykisk lidelse
- ◉ 6 menn og 3 damer fra 27 til 45 år

BEBOERNE

- ◉ Boevne: treng tilrettelegging, mangler ferdigheter, likegyldighet
- ◉ Psykisk lidselse
- ◉ Rusavhengighet
- ◉ Medisiner
- ◉ Hjelpemiddelapparatet
- ◉ Nettverk
- ◉ Grenser og trygghet
- ◉ Egenomsorg

PERSONALET

- ◉ 17 ansatte, ulik utdanning og bakgrunn; både helsefaglig og sosialfaglig
- ◉ 12,5 årsverk
- ◉ Turnusarbeid
- ◉ Godt arbeidsmiljø

MÅLSETTING

- ◉ Økt livskvalitet
- ◉ Trygg og likeverdig Relasjon først
- ◉ Brukermedvirking
- ◉ Skadereduksjon

TILBUD I BOFELLESSKAPET

- ◉ Koordinering av tenester
- ◉ Stabilitet: trygge faste personal, trygg bolig
- ◉ Aktivitetstilbud
- ◉ Boopfølging
- ◉ Oppfølging av avtaler
- ◉ Medisiner og sårstell
- ◉ Mat...

UTFORDRINGER

- ◉ Rusproblematikk og kriminalitet: begrense/ skaderedusere..?
- ◉ Et verdig liv på tross av rus?
- ◉ Maktesløshet
- ◉ Selvbestemmelsesrett kontra faglig forsvarlighet

ET INNOVASJONSPROSJEKT...?

- ◉ Lederopplæring ift innovasjon i 2014
- ◉ Starte opp et prosjekt i avdelinga
- ◉ Utvelgelse: Kva er me gode på? Kva virker?
- ◉ Gjer meir av det som virker!
- ◉ Kosthold og livsstil
- ◉ Me kan ikkje endre valg av livsstil, men me KAN gjere noko med kosthold.
- ◉ Kosthold og rus? Lite forskning på det..
- ◉ Me lager et matprosjekt!

ERNÆRINGSGRUPPE

- To utvalgte medarbeidere
- Faste møter
- Prosjektplan
- Implemterering av planen i personalgruppa
- Alle «eig» prosjektet
- Eindel av arbeidsplassen
- Ein del av kommunen; del av hovedprosjekt
«maten er ikkje gitt før den er spist»
- Samarbeid med Måltidets hus/ innomed

BAKGRUNNSTANKER OM MAT...

- ◉ Kostholds betydning for fysisk og psykisk helse
- ◉ Uten regelmessige måltider, synker blodsukkeret.
- ◉ Når ein spiser lite, er det ekstra viktig at det ein spiser inneheld næring
- ◉ Mat er meir enn nødvendige næringstoffer..
- ◉ Mat er tradisjoner, omsorg, trygghet og glede
- ◉ Mat er et ufarlig samtaletema..

DETTE VIL ME FINNE UTAV...

- Kan regelmessige måltider med næringsrik mat dempe uro og agressjon?
- Kan et godt måltid bidra til bedre søvn?
- Kan et bedre kosthold være skadereduserende ift utvikling av tilleggssjukdommer..?
- Vil beboerne oppleve tilbudet som økt livskvalitet?

ERFARINGER ETTER ET ÅR..

- ◉ «Eg blir urolig når eg ikkje har spist»
- ◉ «Eg føler meg privilegert som får så fin mat»
- ◉ «Eg orker ofte ikkje mat, men smootien om morgonen gjer meg energi til å starte dagen»
- ◉ «Eg har så dårlige tenner, det er flaut å ikkje kunne tygge maten, så eg blir glad når eg ser det er supper å slik mat».
- ◉ Beboerne forteller personalet kva mat som gjer krefter. Kjem sjølv med matforslag.
- ◉ Beboerne har lettere for å gjenkjenne kroppslige symptommer
- ◉ En god infallsvinkel for den gode samtale
- ◉ Søvnkvalitet oppleves som bedret
- ◉ Mindre uro
- ◉ Populært tilbud! Stor opslutning om måltider. Maten forsvinner...
- ◉ Mer bruk av fellesareal.
- ◉ Spiser mer variert. Frukt mellom måltider, variert kosthold.
- ◉ Det som serveres spises.
- ◉ Alliansen mellom bruker og personal er blitt styrka.

TILTAKA SOM ER GJORT PÅ SVERTINGSTAD

- ◉ Smoothie og variert frokost kvar morgon
- ◉ Brødmåltid midt på dagen
- ◉ Middag tilrettelagt for dårlig tannhelse og dårlig matlyst
- ◉ Tilbud om mat før leggetid
- ◉ Målrettede samtaler om mat
- ◉ All mat frå botnen. Mose mat.
- ◉ Fysiske rammer: stemning, oppdekking
- ◉ Mattilbudet vert tilpassa kvar enkelt bruker sine behov
- ◉ Brukermedvirkning: involvere brukerne i meny

TANKER VIDERE...

- ◉ Fokus på rapportering om ernæring
- ◉ Dokumentering av uttalelser og observasjoner frå bebuarane
- ◉ Samanheng mellom økt ernæringsstatus, regelmessige måltid, og ein lavere frekvens av uro og utagering?
- ◉ Bidra til redusert risiko for utvikling av tilleggssjukdommer?
- ◉ Vil gode måltider føre til ei følelse av verdighet, omsorg, trygghet og være stabile holdepunkter i ein ustabil kvardag?

- ◉ Matprosjektet er gått fra prosjektstatus til innarbeida rutiner.
- ◉ Er fra høsten 2016 blitt et varig tilbud i bofellesskapet

