



Elin H. Aarø Strandli, prosjektleder,  
Nasjonalt kompetansesenter for aldring og helse



” Ja, jeg synes jo ikke det er nødvendig å overnatte der borte, hvis jeg skal si det helt ærlig da. Jeg synes det er allright å komme og gå. Komme om morran og dra igjen om ettermiddagen. Men det gjør meg ikke noe heller å overnatte der borte. Det er allright det. Det er .... ja, landlige omgivelser og sånn.

Ja da, det er greit, men det er dette med at borte bra, men hjemme best naturligvis, når det gjelder å sove og sånn. ”

# Borte bra, men hjemme best!

## Erfaringer fra prosjekt «Gårdstreff med overnatting»

### Hva er *Inn på tunet*:

- ◆ *Inn på tunet* er tilrettelagte og kvalitetssikrede tjenester på gårdsbruk. Tjenesten skal gi mestring, utvikling og trivsel.
- ◆ Gårdsbruk er en eiendom som benyttes til jord-, skog-, eller hagebruk. Aktivitetene i tjenestetilbudet er knyttet opp til gården, livet og arbeidet der og tilpasset ulike målgrupper.
- ◆ Gårdbruker og kommunen inngår forpliktende samarbeid om tilbudet. Eksempler på brukergrupper er skoleelever, personer med funksjonshemninger, personer med behov for arbeidstrening og personer med demens.

Mer informasjon om *Inn på tunet* finner du her:  
<http://matmerk.no/inn-pa-tunet/>

Ved utgangen av 2011 avsluttet Nasjonalt kompetansesenter for aldring og helse (NKAH) et treårig prosjekt *Gårdstreff med overnatting*. Bakgrunnen for prosjektet var å møte behovet for avlastning for pårørende til hjemmeboende personer med demens, med å utvikle alternative avlastningsplasser.

### Et alternativ til tradisjonell avlastning på sykehjem

Et dagaktivitetstilbud er som oftest gitt etter vedtak ut fra brukers behov, men kan også være begrunnet i pårørendes behov for avlastning. Tradisjonelt skjer avlastning på døgnbasis i sykehjem (1). Slike avlastningsopphold har som regel en varighet på én til fire uker. Dette kan være et godt tilbud for personer med demens som har behov for et høyere omsorgsnivå, og som er på vei til å bli institusjonstrengende. For personer som er i en tidlig til moderat fase av sykdomsutviklingen kan tilbud i sykehjem være lite tilfredsstillende fordi det oppleves å være preget av pasienter som er sikere og mer skrøpelige enn dem selv.

Avlastningstiltak gis for å forebygge stress og sykdomsutvikling hos pårørende (2). Mangel på tilrettelagte tilbud kan muligens medvirke til at mange pårørende

kvier seg for å gi fra seg omsorgsansvaret til hjelpeapparatet. Mange pårørende venter for lenge med å nyttiggjøre seg av dagaktivitetstilbud, enten fordi de ikke vil sende sine kjære fra seg eller at vedkommende selv ikke vil (3). Dersom tilbudet tilrettelegges ut fra brukerens eget funksjonsnivå, behov og interesser, kan dette gjøres så fleksibelt at pårørende og personen selv ønsker å benytte tilbudet tidligere i sykdomsforløpet.

### Presentasjon av prosjektet

Prosjektet ble finansiert av Innovasjon Norge og NKAH, og er en videreutvikling av *Inn på tunet* dagaktivitetstilbud (4) til døgntilbud tilrettelagt for hjemmeboende personer med demens og deres pårørende. Døgntilbud gjelder i denne sammenhengen etablering av overnattingsmuligheter på en gård, der det allerede eksisterer et dagaktivitetstilbud. Gårdbruker har driftsavtale med kommunen, og kommunen er ansvarlig for å sikre kvaliteten på tilbudet. Tilbudet er beregnet på hjemmeboende personer med demens som er brukere på det samme dagaktivitetstilbudet, og derfor er godt kjent med omgivelsene. Brukerne tilbys enerom med tilgjengelig bad/dusj og toalett.

### Rekruttering av kommuner

Arbeidet med å rekruttere kommuner ble gjort i samarbeid med fylkesmanns-embetene ved skriftlig informasjon og møtevirksomhet i flere fylker. Samarbeidet mellom Fylkesmannen og NKAH har vært til stor nytte i markedsføring av prosjektet på nasjonalt nivå til kommuner som hadde etablert eller ønsket å etablere dagaktivitetstilbud. I tidsrommet 2007 til 2010 har det vært samarbeidet med de fleste fylkesmenn om rekruttering av kommuner. Totalt har det vært kontakt med 34 kommuner. I tillegg kommer kontakt med gårdbrukere som ønsket tilbud, men som ikke hadde driftsavtale med kommunen.

Det var i rekrutteringsperioden til prosjektet (2007-2009) fem etablerte dagaktivitetstilbud innen *Inn på tunet*. Nasjonal kartlegging av kommunenes tilbud til personer med demens utført i 2010, viste at antall *Inn på tunet*-dagaktivitetstilbud hadde økt fra fem i 2007 til 26 ved årsskiftet 2010-2011 (5).

Drift av dagaktivitetstilbud var en forutsetning for prosjektdeltagelse, i tillegg til administrativ og politisk forankring. Noen kommuner har hatt nok med å etablere dagaktivitetstilbud før de har innsett muligheten til å satse på videreutvikling til døgntilbud.

Kommuner som i utgangspunktet ønsket å delta oppgav følgende årsaker til at de trakk seg fra prosjektet:

- ◆ Kommunens økonomiske situasjon
- ◆ Gårdbrukeren kunne ikke ut fra hjemmesituasjonen tilrettelegge for døgntilbud på ønsket tidspunkt
- ◆ Utfordringer med å rekruttere brukere til dagaktivitetstilbudet
- ◆ Pårørende til brukere og brukere av dagaktivitetstilbudet hadde ikke behov for avlastning/tilbud på døgnbasis
- ◆ Press på annet utviklingsarbeid i kommunen.

Horten kommune i Vestfold har som eneste kommune, deltatt i prosjektet. Tilbudet ble tilrettelagt på Freberg gård. Gårdbruker var i prosjektperioden ansatt i kommunen som daglig leder av døgntilbudet (dagaktivitets- og overnattings-tilbudet). Døgntilbudet var en del av den kommunale omsorgskjeden til hjemmeboende personer med demens og deres pårørende. Det var kun brukere av dagaktivitetstilbudet som fikk tilbud om helgeopphold.

### Innsamling av data

Det ble samlet inn data om kommunens kriterier for kvalitetssikring og om driften av tilbudet. Ved prosjektstart ble det innhentet demografiske data, bakgrunnsdata, demensdiagnose og data om brukers funksjonsnivå. Bakgrunns-

og demografiske data ble innhentet fra pårørende.

Ved prosjektets slutt ble det foretatt intervju av tre brukere og fire pårørende om opplevelser av og erfaring med døgntilbudet. Intervju ble gjennomført i eget hjem, og brukere ble intervjuet dagen etter deltagelse på overnattings-tilbudet.

### Noen erfaringer

Gårdstreff med overnatting var, i prosjektperioden, administrativt underlagt Indre Havn sykehjem. Faglig ansvarlig for driften var enhetsleder ved sykehjemmet, som også var budsjett- og personalansvarlig for tilbudet. Kommunen mente at den organisatoriske tilknytningen hadde stor betydning ved oppfølging av bruker og eventuell flytting til et høyere omsorgsnivå senere i sykdomsforløpet.

Demenskoordinator i kommunen hadde en sentral rolle i prosjektsamarbeidet med NKAH og var tilknyttet både hjemmesykepleien og Indre Havn sykehjem. Demenskoordinators funksjon ble vurdert å være nyttig i forhold til å rekruttere brukere til dagaktivitetstilbudet og dermed indirekte til døgntilbudet.

Inntakskriteriene var at brukerne skulle ha en demensdiagnose, være i en tidlig fase av sykdomsutviklingen, og de måtte kunne gå selv, også i trapper. Når bruker ble for dårlig fungerende til å

## BAKGRUNN

# Nye muligheter ved bruk av nye arenaer

I 2000 arrangerte Fylkesmannen i Vestfold, landbruksavdelingen og Nasjonalt senter for Natur-Kultur-Helse (NaKuHel) en to dagers konferanse med tema «Hvordan kan landbrukets mangfold være en ressurs i eldreomsorgen?»

Da hadde *Inn på tunet* (Grønn omsorg) allerede i flere år hatt tilrettelagt arbeidstilbud for personer med psykiske lidelser. Erfaringene var så positive at både Horten kommune, som da

jobbet med «Tiltakskjede for demente», og Nasjonalt kompetansesenter for aldring og helse så en mulighet til også tenke *Inn på tunet* innen eldreomsorgen.

Fra før var en av utfordringene å finne meningsfylte aktiviteter som også fristet menn i en tidlig fase av sykdommen. For mange av dem var terskelen for å ta imot et aktivitetstilbud på et sykehjem for høy. De opplevde seg selv som ikke «så» syke og

for mange var det for stillesittende og håndarbeidspregede aktiviteter.

I 2001 fikk Horten kommune utredning og tilretteleggingsmidler (BU-midler) fra Fylkesmannen i Vestfold til å utvikle og etablere et dagtilbud for yngre eldre personer med demens i en tidlig fase.

I 2002 fikk Nasjonalt kompetansesenter for aldring og helse prosjektmidler fra Innovasjon Norge for å utarbeide modeller for samarbeid mellom

være på Freberg gård, samarbeidet gårdbruker med demenskoordinator, institusjonstjenesten og hjemmesykepleie for å sikre en god overgang til et høyere omsorgsnivå.

Gårdbruker/daglig leder, som var utdannet omsorgsarbeider, samarbeidet med demenskoordinator om å legge til rette for fire overnattingshelger høsten 2011. Hensikten med overnattingstilbudet var å legge forholdene til rette for mestringsopplevelser, trivsel og stimulering. Dagsrytmen på dagaktivitetstilbudet ble videreført til døgnstilbudet. Måltider ble spesielt vektlagt, hvor opplevelsen av å være inkludert i storfamilien var en aktivitet. Andre aktiviteter kunne være spaserturer, kjøreturer, deltagelse på underholdningskvelder i regi av sykehjemmet, spill, lesing og musikk. Tilbudet ga mulighet for observasjon av brukers evne til ivaretagelse av hygiene og observasjon av atferd og søvnrutine.

Fire brukere deltok på to overnattingshelger hver. Brukerne var i tidlig til moderat fase av sykdomsutviklingen. Hjemmebaserte tjenester bistod ved behov for sykepleietjenester. Ved akutte, uforutsette hendelser skulle gårdbruker kontakte vakthavende sykepleier ved Indre Havn sykehjem. Demenskoordinator, med ansvar for veiledning, var regelmessig til stede på tilbudet. Det ble gitt tre til fire timer veiledning per måned. I tillegg var gårdbruker på faste samarbeidsmøter hver måned med ansatte på

dagsenter i institusjonen. Overnattingsstilbudet var åpent for brukere fra fredag kl. 16.00 til søndag kl. 16.00. Ansatte startet arbeidet kl. 15.00 på fredag og avsluttet kl. 16.00 på søndag. Døgnet var delt opp i følgende vaktordning: Dag fra kl. 08.00 til 16.00, kveld fra kl. 16.00 til 23.00, og hvilende nattevakt fra kl. 23.00 til kl. 08.00.

Etter at de pårørende hadde søkt om avlastning tok de ansatte, i samarbeid med demenskoordinator, beslutning om hvilke brukere som skulle få hvilke helger. I prosjektperioden har det vært de samme fire brukerne som har fått to overnattingshelger hver.

### Brukers opplevelse av overnattingstilbudet

Alle brukerne sa at de trivdes med tilbudet og at dette i høy grad var knyttet til det sosiale livet og de personene som var til stede. Kontakten med familien på gården, ikke minst deres to barn, var en viktig del av dette. Alle brukerne sa at de kunne tenke seg å anbefale til andre å overnatte på gården.

*Jeg gikk til sengs og sovna momentant, sov hele natta. Det samme har jeg gjort to ganger, og det er så deilig altså. Jeg synes det var veldig fint. Det var laga til et sånt lite hus kan du si som dem brukte bare til dette å sove. Det fikk jeg lov til å bruke, så der har jeg bodd nå i disse dagene.*

*Det er jo andre som kan bruke det da, men det var veldig fint å ligge der å sove.*

*Senga er god å ligge i!*

Det kom frem at brukerne ønsket seg flere aktivitetsmuligheter. Dette var spesielt i forhold til fysisk utfoldelse. Spesielt ble nevnt arbeid med ved og annen form for «styrketrening».

### Pårørendes erfaring med overnattingstilbudet

Pårørende var først og fremst opptatt av kommunikasjon og informasjon mellom hjem og tilbud, egen opplevelse av avlastning, og brukers aktivitetsmuligheter.

Følelsen av at det var trygt å gi fra seg omsorgsansvaret var en viktig forutsetning for at de opplevde tilbudet som avlastende. Alle pårørende hadde et tydelig engasjement i hvordan bruker hadde det og hvordan tilbudet fungerte. Temaet aktivitet var gjennomgående hos alle informantene. Pårørende foreslo mer turgåing uansett vær- og føreforhold, og treningsgruppe for å opprettholde eller forbedre fysisk funksjonsevne. Videre mente de at det burde legges til rette for flere aktiviteter ut fra den enkeltes interesser. De ønsket at bruker skulle ha gode opplevelser og bruke seg selv ut fra de ressursene den enkelte hadde.

Noen pårørende opplevde helgeavlastningen som en mulighet for alenetid

landbruk og pleie- og omsorgssektoren, utvikle veiledningsmateriell og publisere erfaringene. Fem kommuner i fem fylker var med i prosjektet. Prosjektleder var Elin H. Aarø Strandli og resultatene er publisert i rapporten «Den beste dagen på mange år... Dagtilbud for personer med demens i Grønn omsorg».

I *Nasjonal kartlegging av tilbudet til personer med demens 2010-2011* (Arnfinn Eek og Øyvind Kirkevold) viser

det at det i 2011 var 26 dagtilbud innen *Inn på tunet* (Grønn omsorg)

### Suksesskriterier

Personlig egnethet hos gårdbruker er svært viktig. At gårdbruker «ser» hver enkelt som kommer på gården, evner å utnytte gårdens mangfold av aktiviteter knyttet til årstider og høytider. Og ikke minst bruker skog og utmark til turer og fysisk trening.

I tillegg er det viktig at tilbudet er godt forankret både i politisk ledelse og i administrasjon. Slik at det er tydelig hvem som har ansvar for hva og ikke sammenblanding av roller. Dette må formuleres i en skriftlig samarbeidsavtale mellom gårdbruker og kommune.

og påfyll. Tilbudet ga pårørende mer frihet til å gjøre ting for seg selv. En av de pårørende beskrev alenetiden som en oppvekker – «det rusker litt opp i meg» og det ble trukket frem at tilbudet ga muligheten til å kjenne på egne behov. Tilbudet gjorde det mulig å planlegge og gjennomføre besøk til familie og venner.

Det kom frem at det i enkelte tilfeller ikke var aktuelt for pårørende å be andre familiemedlemmer om hjelp og avlastning. Især var det utelukket å spørre egne barn som hadde omsorgsoppgaver på døgnbasis. Pårørende mente at dette ville ha den stikk motsatte effekten. Dette fordi disse hadde andre omsorgsoppgaver og i tillegg var i arbeid. Positive faktorer for at opplevelsen av avlastning ble reell, var at tilbudet var kommunalt, med ansatte som fikk betalt for arbeidet, og at bruker og pårørende var trygge på tilbudet. Tilbakemeldinger fra pårørende viste at deres opplevelse og nytte av avlastningen var nært knyttet til brukers opplevelse av trygghet ved å være der.

Det å ha omsorg for en person med demens kan gi lite rom for fellesskap og impulser utenfra. Tilbudet *Gårdstreff* var for noen av de pårørende en arena for kontakt med andre pårørende. De fleste pårørende mente at det å ha ansvaret for transporten til og fra overnattingstilbudet var uproblematisk. Flere mente at kjøring til og fra ga en god mulighet til å bli nærmere kjent med tilbudet. Kaffe-treff ved kjøring og henting i forbindelse med helgeovernatting ble trukket frem som positivt. Tiden ved henting var betydningsfull for formidling av opplevelser og aktiviteter gjennom helgen mellom ansatte, brukere og pårørende. I de situasjonene der dette møtet ikke fant sted, sa pårørende at de savnet det. En bedre informasjonsflyt om helgens program mellom hjem og tilbudet ble etterlyst. Noen skrevne linjer om aktiviteter, hva som hadde vært på menyen, navn på personer som hadde vært endel av

tilbudet og liknende kunne vært et «verktøy» som pårørende kan bruke for å hjelpe personen med demens til å huske. Der denne informasjonen uteble vanskeliggjorde dette kommunikasjonen i hjemmet som igjen var gjenstand for irritasjon hos både bruker og pårørende.

Erfaringer så langt viste at det var viktig med en forsiktig tilnærming slik at brukeren fikk en gradvis tilvenning til tanken om å være borte fra hjemmet om natta. Demenskoordinatoren deltok i samtaler underveis sammen med bruker og pårørende i denne tilvenningsprosessen. Dette ble evaluert som positivt. Det var ektepar som fortalte om en gjensidig avhengighet i relasjonen og med et klart ønske om å ha hverandre når kvelden kom. Det var uvant å skille lag etter mange år med netter, side om side.

Det var pårørende som uttrykte tilfredshet med denne type tilbud fremfor et tilbud på institusjon. I intervju med pårørende kom det frem at *Inn på tunet*-tilbudet tilrettela for en mer personsentrert tilnærming enn det sykehjemmet hadde mulighet for å gi. Det ble uttrykt bekymring ved kommunens utfordrende økonomiske situasjon som kunne føre til at tilbudet ikke ble etablert permanent etter endt prosjektperiode. Det ble også uttrykt ønske om større fleksibilitet i åpningstiden. Ett eksempel var å hente på et senere klokkeslett grunnet utfordring med sprik i tid mellom helgetilbudets stengtids og pårørendes ankomst fra weekendopphold.

Der pårørende opplevde stor grad av omsorgsbelastning var ikke dette tilbudet tilstrekkelig til å dekke behovet for avlastning. Utfordringen var i løpet av en helg å omstille seg mentalt fra omsorgsoppgaven til å bare ha fokus på seg selv og sine behov.

### Konklusjon

Mye tyder på at det er behov for å etablere flere typer avlastningsmuligheter i demensomsorgen. Disse skal kunne tilby noe annet enn tradisjonelle avlast-

ningsopphold i sykehjem, med individuelt tilpassede aktiviteter, og være en aktiv sosial møteplass for brukere med demensdiagnose og som er i tidlig til moderat fase av sykdomsutviklingen. Samtidig skal det være avlastning for pårørende over et tidsrom på for eksempel ett til tre døgn. En av suksessfaktorene for å lykkes kan være at denne type tilbud tilrettelegges i naturlige omgivelser, vekk fra institusjonsomsorgen.

*Gårdstreff med overnatting* er en modell som er forsøkt i Horten kommune, og som har gitt mange verdifulle erfaringer. Kommunen drifter tilbudet som et prosjekt i samarbeid med Fylkesmannen i Vestfold og NKAH ut 2013.

Det er ønskelig å videreføre prosjektet *Gårdstreff med overnatting* for å innhente erfaringer fra flere kommuner og landsdeler. Derfor er NKAH interessert i å komme i kontakt med kommuner som ønsker deltakelse. Grunnlaget for å rekruttere kommuner til et nasjonalt prosjekt er større i dag enn i 2009. Interesserte kan ta kontakt med undertegnede.

■ [elin.strandli@aldringoghelse.no](mailto:elin.strandli@aldringoghelse.no)

### REFERANSER

1. Westerberg TH. (red) Gode tilbud i demensomsorgen – demensteam, dagsenter og pårørendeskoler. Kartlegging 2007. Tønsberg/Oslo: Forlaget Aldring og helse, 2009.
2. Zarit SH. Respite Services for Caregivers. Issue brief prepared for the U.S. Administration on Aging, 2001.
3. Ulstein ID. Familien til personer med demens. *Omsorg* 2008; 25 (1): 29-33.
4. Strandli E H Aa. Den beste dagen på mange år..., dagtilbud for personer med demens i Grønn omsorg. Tønsberg/Oslo: Forlaget Aldring og helse, 2007.
5. Eek A, Kirkevold Ø. Nasjonal kartlegging av tilbudet til personer med demens, 2010-2011, Demensplan 2015, Tønsberg/Oslo: Forlaget Aldring og helse, 2011.