

Sluttrapport



Sang, rett og slett

*Prosjekt innen musikkbasert miljøbehandling
på et sykehjem i Vestfold*

2022-2023

Innhold

Innledning	4
Bakgrunn	4
Aktuelt	5
Finansiering	5
Mål og visjon	5
Målgruppe	5
Mål.....	5
Gjennomføring og metode	6
Metode.....	6
Fremdrift	6
Organisering	8
Prosjektgruppe	8
Referansepersoner	8
Samarbeidspartnere.....	8
Tiltak	9
Vurderinger av prosjektet	13
Suksessfaktorer og utfordringer	13
Evaluerer av tiltak gjennom observasjon og samtaler	13
Spørreundersøkelse	15
Konklusjon	17

Sammendrag

Utviklingscenter for sykehjem og hjemmetjenester i Vestfold, heretter kalt USHT- V har etter prosjekttilskudd fra Helsedirektoratet gjennomført prosjektet *Sang, rett og slett* på Eik sykehjem. *Sang, rett og slett* er et tjenesteutviklingsprosjekt som handler om musikkbasert miljøbehandling.

Prosjektet var opprinnelig planlagt med varighet fra høst 2021/vinter 2022 til vår 2023. På grunn av covid, lederskifte på Eik sykehjem og skifte av personalet på USHT- V ble oppstart av prosjektet utsatt. Prosjektperioden ble derfor gjennomført fra oktober 2022- juni 2023.

Prosjektet har vært ledet av USHT- V. Det er gjennomført flere tiltak ledet av engasjert aktivitør.

Tiltak som har vært prøvd ut i prosjektperioden:

1. *“Sangfortelling” ukentlig.*
2. *“Trim og trall” ukentlig.*
3. *Felles sangstund med Mortenåsen barnehage (skolestarterne) en gang pr. mnd.*
4. *Kompetanseheving av ansatte, i form av en fagdag (halv dag).*

I oppstarten av prosjektet ble det utarbeidet en målsetting med tre delmål:

Hovedmålsetting:

Fremme glede, tilknytning, omsorg, mening og felleskap gjennom sang og stemmebruk.

Delmål:

1. *Minner og sanser er stimulert gjennom tiltak i prosjektet*
2. *Tiltaket “Trim og trall” fremmer bevegelse*
3. *Det er lagt til rette for møter mellom generasjoner*

Prosjektet har loggført all aktivitet, nonverbale- og verbale tilbakemeldinger, gjennomført jevnlig samtaler med personalet på Eik sykehjem og i Mortenåsen barnehage som også har deltatt i prosjektet. Tilbakemeldingene er gode, og det oppleves som at deltagerne har hatt god nytte av aktivitetene.

På bakgrunn av funn via loggføring, samtaler og spørreskjema konkluderer prosjektet med at målsettingen er nådd. Prosjektet har fremmet glede, tilknytning, omsorg, mening og felleskap gjennom sang og stemmebruk.

Tiltaket «*Trim og trall*» har fremmet bevegelse, og det er lagt til rette for møtet mellom generasjoner ved besøk av barnehagen en gang per måned.

Innledning

Bakgrunn

Eldrehelse og musikk

Rundt 84% av beboerne på norske sykehjem har demens (Gjøra, L. et al., 2021). Demens er et samlebegrep for flere kroniske sykdommer som rammer hjernen og som fører til kognitiv svikt (Helse- og omsorgsdepartementet, 2020). Det mest typiske kjennetegnet på demens er hukommelsesvansker, ofte i kombinasjon med språkutfordringer og utfordringer med praktisk utførelse av gjøremål (Engedal, 2008). Andre symptomer på demens kan være svekket kommunikasjonsevne, rom- og retningsproblemer, uro og aggressivitet, angst, depresjon og apati (Helse- og omsorgsdepartement 2020).

Det blir stadig økende interesse for bruk av musikk i eldre- og demensomsorg (Stige og Rider, 2016). Både reformen *Leve hele livet* (Helse- og omsorgsdepartementet, 2018), *Demensplan 2025* (Helse- og omsorgsdepartementet, 2020) og *Nasjonal faglig retningslinje om demens* (Helsedirektoratet, 2020) peker på bruk av sang og musikk i eldreomsorgen som verdifullt. Ifølge Kvamme (2020) kan musikk fremkalle følelser og minner, og være en god måte å kommunisere på, også når språket og språkforståelsen er svekket. Musikken har også innvirkning på oppmerksomhet og bevissthetsnivå (Borchgrevink, 2008; Kvamme, 2020).

Leve hele livet

I 2018 la regjeringen frem Meld. St. 15 (2017–2018) «Leve hele livet – En kvalitetsreform for eldre». Hensikten med reformen *Leve hele livet* er å bidra til at eldre skal oppleve mening, delta i fellesskap, ha god livskvalitet og være trygge på at de får den hjelpen de trenger når de trenger den (Helse- og omsorgsdepartementet, 2018). Reformen består av 25 løsninger på områder der det oftest svikter i dagens tilbud til eldre. Disse 25 løsningene er kategorisert i følgende fem innsatsområder: 1) Aldersvennlige samfunn, 2) Aktivitet og fellesskap, 3) Mat og måltider, 4) Helsehjelp og 5) Sammenheng i tjenestene (Helse- og omsorgsdepartementet, 2018).

Prosjektet «*Sang, rett og slett*» vil i hovedsak plasseres under innsatsområdet Aktivitet og fellesskap. Dette innsatsområdet begrunnes i at mange eldre opplever ensomhet og manglende tilgang på meningsfulle og tilpassede aktiviteter. Manglende ivaretagelse av sosiale, kulturelle og eksistensielle behov er også en utfordring for mange (*Leve hele livet*. (Meld. St. 15 (2017-2018)), 2018).

I tillegg vil prosjektet kunne knyttes til det fjerde innsatsområdet, Helsehjelp, særlig når det kommer til løsningsforslaget Miljøbehandling. Bruk av sang og musikk nevnes her eksplisitt som et godt miljøbehandlingstiltak (*Leve hele livet*. (Meld. St. 15 (2017-2018)), 2018).

Aktuelt

USHT-V jobber for å heve kvaliteten på helse- og omsorgstjenestene i region Vestfold.

USHT-V har etter prosjekttilskudd fra Helsedirektoratet gjennomført prosjektet *Sang, rett og slett* på Eik sykehjem. *Sang, rett og slett* er et tjenesteutviklingsprosjekt som handler om musikkbasert miljøbehandling.

Prosjektet var opprinnelig planlagt med varighet fra høst 2021/vinter 2022 til vår 2023. På grunn av covid, lederskifte på Eik sykehjem og skifte av personalet på USHT- V ble oppstart av prosjektet utsatt. Prosjektperioden ble derfor gjennomført fra oktober 2022- juni 2023.

Finansiering

Prosjektet har vært eid og ledet av USHT-V. Prosjektet har vært finansiert av Helsedirektoratet sin tilskuddordning "*Aktivitetstilbud og besøksvert (tilskuddspakke for sårbare eldre)*". Prosjektet har mottatt kr 500 000 av Helsedirektoratet til gjennomføring av prosjektet.

Det er rapportert til Helsedirektoratet i henhold til retningslinjer.

Personvern og GDPR er ivaretatt i prosjektet.

Mål og visjon

Målgruppe

Målgruppen for prosjektet har vært beboere på flere avdelinger på Eik sykehjem, en skjermet avdeling og brukere av dagsenteret.

Mål

Hovedmålsetting:

Fremme glede, tilknytning, omsorg, mening og felleskap gjennom sang og stemmebruk.

Delmål:

1. *Minner og sanser er stimulert gjennom tiltak i prosjektet*
2. *Tiltaket "Trim og trall" fremmer bevegelse*
3. *Det er lagt til rette for møter mellom generasjoner*

Gjennomføring og metode

Metode

Metode for evaluering som er valgt er loggføring av aktivitetene, her loggføres varighet på aktiviteten, antall som deltar, tilbakemeldinger (verbale og nonverbale) og observasjon. Det har vært kontinuerlige samtaler med personalet på Eik, og det har vært sendt ut digitalt spørreskjema (Menti) til personalet april 2023. Det er også gjennomført samtaler underveis med personalet fra Mortenåsen barnehage og en oppsummerende avslutningssamtale med pedagogen som har vært kontaktperson.

Sitater fra personalet har blitt kvalitetssikret med ansatte på Eik sykehjem og i Mortenåsen barnehage.

Fremdrift

Prosjektet var opprinnelig planlagt med varighet fra høst 2021/vinter 2022 til vår 2023. På grunn av covid, lederskifte på Eik sykehjem og skifte av personalet på USHT- V ble oppstart av prosjektet utsatt. Prosjektperioden ble derfor satt til oktober 2022- juni 2023. Prosjektet har holdt justert fremdrift.

Det er søkt Statsforvalter i Vestfold og Telemark om en fortsettelse av prosjektet fra august 2023- august 2024. Eik sykehjem har ansvar for søknad og eventuelt en videreføring av prosjektet. USHT- V er kun rådgivende part i en eventuell fortsettelse av prosjektet.

Fremdrifts- og milepælsplan 2022/2023

Uke	Milepæl	Mål
Uke 38	Oppstart prosjekt	Sette mål, fremdrift/aktivitetsplan, møteplan, plan for tiltak, fordele oppgaver.
Uke 42	Prosjektmøte	Oppstartsmøte med prosjektmedarbeidere fra Eik sykehjem, aktivitør og prosjektleder. Legge planene for prosjektet.
Uke 43	Oppstart aktivitet	«Sangfortelling» ukentlig. Starter først i omsorgsboligen.
Uke 46	Prosjektmøte	Med prosjektmedarbeidere fra Eik, aktivitør og prosjektleder. Fremdrift og endringer på tid, sted og rom
Uke 46	Oppstart aktivitet	«Trim og trall» ukentlig på aktivitetsrommet
Uke 46	Statusmøte	Statusmøte aktivitør og prosjektleder
Uke 50	Observasjon og statusmøte	Prosjektleder observerer aktiviteten og statusmøte på biblioteket

2023		
Uke 3	Prosjektmøte	Med prosjektmedarbeidere fra Eik, aktivitør og prosjektleder. Fremdrift og avklaringer
Uke 5	Statusmøte	Statusmøte aktivitør og prosjektleder
Uke 10	Prosjektmøte	Med prosjektmedarbeidere fra Eik, aktivitør og prosjektleder om fagdagen.
Uke 11	Søknadsfrist Statsforvalter	Søknad om en evt fortsettelse av prosjektet er sendt
Uke 11	Fagdag Eik sykehjem	Fagdag for ansatte med lege Audun Myskja. Halv dag fra lunsj på Eik sykehjem
Uke 15	Prosjektmøte	Med prosjektmedarbeidere fra Eik, aktivitør og prosjektleder om spørreundersøkelsen
Uke 21	Statusmøte	Statusmøte aktivitør og prosjektleder om prosjektrapporten
Uke 22	Prosjektmøte	Med prosjektmedarbeidere fra Eik, aktivitør og prosjektleder. Prosjektavslutning
Uke 23	Aktiviteten avsluttes	Prosjektets sluttdato er 9.juni 2023

Prosjektgruppen har møttes 6 ganger i prosjektperioden (oktober 2022-juni 2023). Møtene har vært ledet av prosjektleder. Aktivitør og prosjektleder har hatt statusmøter om aktivitetene 4 ganger. Aktivitør har hatt kontinuerlig kontakt med personalet på Eik sykehjem og Mortenåsen barnehage.



Organisering

Prosjektgruppe

Rolle	Navn	Tilhørighet
Prosjektleder	Ida Eide Johansen	USHT-Vestfold
Prosjektdeltaker/aktivitør	Hilde Henriksen	Velklang AS
Prosjektdeltaker	Kristin Løyningen	Eik sykehjem Avdelingsleder
Prosjektdeltaker	Jannicke Engebø Søybye	Eik sykehjem Dagsenteret
Prosjektdeltaker	Grethe Målfrid Skåli	Eik sykehjem Frivilligkontakt
Prosjektdeltaker	Britt Almenning	Eik sykehjem Dagsenteret
Prosjektdeltaker	Elisabeth Kjølner Gundersen	Eik sykehjem Resepsjon

Referansepersoner

På grunn av sen oppstart ble det ikke opprettet en referansegruppe.

Samarbeidspartnere

Prosjektgruppen har samarbeidet med de ulike aktørene ved behov. Samarbeid har bestått av blant annet kvalitetssikring, erfaringsutveksling, og i å danne nye samarbeidsrelasjoner.

Samarbeidspartnere:

- Eik sykehjem
- Lege Audun Myskja
- Mortenåsen barnehage

Tiltak

Prosjektet har igangsatt musikkaktivitetstiltak med hovedvekt på sang til beboere ved Eik sykehjem i Tønsberg kommune. Det ble i prosjektgruppe først avtalt at tiltakene skulle prøves ut i omsorgsboligen, men etter noen gjennomføringer ble det endret til et felles aktivitetsrom og åpnet for deltakelse fra beboere på flere avdelinger i tillegg til omsorgsboligen og dagsenter. Et tiltak ble lagt til skjermet avdeling. All aktivitet har vært gjennomført i grupper i perioden oktober 2022 – juni 2023.

Tiltak som har vært prøvd ut i prosjektperioden:

1. *“Sangfortelling”*.
2. *“Trim og trall”*.
3. *Felles sangstund med Mortenåsen barnehage (skolestarterne) en gang pr. mnd.*
4. *Kompetanseheving av ansatte i form av en halv fagdag.*

Hvorfor satse på sang?

- Sang er knyttet til følelser og emosjoner
- Sang er knyttet til energi, aktivitet og avspenning
- Sang er knyttet til identitet
- Sang er knyttet til pust, kroppsholdning og koordinasjon
- Sang er kommunikasjon – en måte å være sammen på uten krav til kognitiv kapasitet eller språklige ferdigheter

“Sangfortelling”

- Tiltaket har vært gjennomført i grupper en gang i uken, med 30-45 min varighet
- *Oppstart:* oktober 2022- juni 2023
- *Måling av effekt:* gjennom loggføring, observasjon, samtaler med personalet underveis og spørreundersøkelse til personalet i april 2023

«Sangfortelling» er et helsefremmende kulturtiltak med vekt på enkel sang. Deltakere har sittet sammen i en ring ledet av aktivitør. Aktivitør synger uten akkompagnement 10-12 gamle sanger fra Mads Berg Skolens sangbok (1967), vår felles sang og kulturarv. Sangene bindes sammen i en fortelling.

Sangfortelling er meningsfullt ved at beboere kjenner igjen og kan huske deler av sangene, og de kan synge med. Dette kan igjen bidra til verdifullt minnearbeid og sette beboerne i kontakt med sine levde liv og dermed gi dem en følelse av sammenheng. I Følgeevalueringen – Sang i eldreomsorgen (Batt-Rawden 2019) beskrives slike sangstunder som musikalsk omsorg. Det gir trivsel, glede, samhold og fellesskap og virker derfor helsefremmende.

“Trim og trall”

Det er utviklet et konsept for trim og musikk, med sang og bruk av stemme.

- Tiltaket har vært gjennomført i grupper en gang i uken, med varighet på 30-45 min.
- *Oppstart:* november 2022 – juni 2023
- *Måling av effekt:* gjennom loggføring, observasjon, samtaler med personalet underveis og spørreundersøkelse til personalet i april 2023

Deltakerne har sittet på stol i en ring, ledet av aktivitør. Aktivitør har sunget kjente sanger fra Mads Berg Skolens sangbok, og de som vil har sunget med. Sangene synges hovedsaklig uten akkompagnement eller playback slik at tempo lett kan tilpasses deltakerne og deres evne til bevegelse og koordinasjon.

Gamle, kjente sanger og melodier bidrar til verdifullt minnearbeid og setter beboerne i kontakt med sine levde liv og dermed gir dem en følelse av sammenheng som beskrevet i Sangfortelling.

Sammen med sangen har det vært gjort strekk- og vri-bevegelser og enkle styrkeøvelser for bein, skuldre, armer, ledd og rygg slik at beboerne har fått beveget seg og trent kroppen sin i en enkel trim. Vi har også «sittedanset» enkle ringdanser som f.eks. Per Spelmann. Prosjektet har kjøpt inn en fallskjerm for felles bevegelser og sansning. Opplegget har økt trivsel for både kropp og sinn, fremmet fellesskap, gitt glede og dermed økt livskvalitet.

Felles sangstund med barnehage

- *Oppstart:* november 2022 – april 2023
- *Måling av effekt:* gjennom loggføring, observasjon, samtaler med personalet underveis både på Eik sykehjem og Mortenåsen barnehage, spørreundersøkelse til personalet på Eik sykehjem og avsluttende oppsummeringssamtale med Mortenåsen

Mortenåsen barnehage med skolestarterne har vært på Eik sykehjem en gang pr. mnd. Barna har hovedsakelig sunget tradisjonssanger som er kjente for beboerne og som brukes i «Sangfortelling» og «Trim og trall». Barna har også sunget nyere sanger som er ukjente for beboerne. På denne måten har tiltaket knyttet generasjonene sammen gjennom sang, rett og slett. Generasjonssang har skapt glede i møte mellom små og store!

Program utarbeidet i samarbeid med Mortenåsen barnehage, en blanding av de gamle sangskattene, samt sangleker for aktivitet, liv og røre:

- Hode skulder kne og tå med bevegelse
- Alle fugler 3 vers
- Boogie woogie, med bevegelse
- En bonde i vår by, sanglek
- Mot i brystet, med bevegelse
- Et barnehagebarn synger sang på annet språk

- Fallskjerm
 - Se min kjole
 - Bjørnen sover
- Ta den ring og la den vandre, 5 runder
- Bro bro brille
- Bedre og bedre dag for dag

Kompetanseheving av ansatte på Eik sykehjem i form av halv dags fagdag

Den 16. mars 2023 ble det arrangert en felles fagdag for personale på Eik sykehjem. Det var fokus på musikkbasert miljøbehandling, metoden og elementene. Audun Myskja ledet dagen, han er overlege med mer enn 40 års erfaring fra helsevesenet. I sin doktorgrad om musikk i eldreomsorgen utviklet han musikkbasert miljøbehandling. Myskja er også fagveileder for Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg ved Nord Universitet i Levanger. Han mottok Den norske legeforenings kvalitetspris for musikkterapi i eldreomsorgen i 2002.

Tiltak i prosjektperioden, antall deltakere:

Uke	Trim og trall	Sangfortelling	Sangstund med barnehagen
Uke 47	15		
Uke 48	14		45 + barn
Uke 49	12	3 + 1 pårørende	
Uke 50	17		
Uke 51	20		
Uke 1 2023	10	3+1	
Uke 2	15		40 + barn
Uke 3	22	4+1	
Uke 4	19	2+1	
Uke 5	17		30 + barn
Uke 6	23	3+2	
Uke 7	21		

Uke 8	25		
Uke 9	21	3+1	
Uke 10	27	4	24 + barn
Uke 11	24		
Uke 12	18	7 + 2 pårørende	
Uke 13	30	4	
Uke 14	22		
Uke 16	17	4	
Uke 17	23		40 + barn
Uke 19	20	3	
Uke 20	21		
Uke 21	18	3	

Vurderinger av prosjektet

Suksessfaktorer og utfordringer

Suksessfaktorer i dette prosjektet har vært tett dialog med Eik sykehjem gjennom hele perioden. For å lykkes med tiltak har prosjektet vært helt avhengig av en dedikert aktivitør som har hatt en prosentandel i prosjektperioden. Utfordringene var mest i oppstarten for å gjøre prosjektet kjent. Tiltakene er evaluert gjennom loggføring av tilbakemeldinger og observasjoner, spørreundersøkelse og samtaler med personalet både på Eik sykehjem og ansatte i Mortenåsen barnehage.

Evaluering av tiltak gjennom observasjon og samtaler

Sangfortelling

Sangfortelling har totalt vært gjennomført 12 ganger, det har vært fra 2-5 deltakere hver gang. Gjennom loggføring har vi observert, og fått følgende tilbakemeldinger fra personalet:

«Det kom en gjeng smilende ned trappa til dagsenteret etterpå».

En dame synger plutselig to-stemt på flere sanger.

«Dette var koselig»

En dame gråter da vi synger «Den fyrste song».

Tiltaket flyttes til skjerma avdeling:

Sykepleier: «Den urolige pasienten som vandrer, at hun sitter i ro kan være en anerkjenning, kanskje en tilnærming.»

«Hun sitter ikke ned av høflighet, dette gir henne noe. Helt frivillig setter hun seg i ringen uten protest. Hun er rolig, kjenner igjen sangene har glede av det, og hun fullfører. Hun må bestemme selv».

«Hun får med seg ting. Hun er oppsøkende ved å gå tvers gjennom ringen så mange ganger».

«Dette er veldig fint» sier en pleier og smiler. «Hun satt lenge før hun begynte å vandre, synes jeg».

«Du gir deg ikke du, vet du» sier damen som går og går med et smil. Hun synger med på Per Spelmann og viser rytme ved å slå takten i bordet. Hun løfter glasset og sier «Skål! Skal vi ta en skål med saft, da?» På vei ut tar hun små, sikre dansetrinn med rullatoren i takt med Per Spelman.

«Det skal mange ganger til før det etableres, det ser du i dag».

Trim og trall

Trim og trall har vært gjennomført 25 ganger i løpet av prosjektperioden, det har vært fra 10-30 deltakere på aktiviteten. Gjennom loggføring har vi observert, og fått følgende tilbakemeldinger fra personalet:

En forsiktig, stille mann med rullator, gjør sterke og store bevegelse, løfter beina høyt og gjør det med kraft, mer enn det jeg viser. Synger med. «Er du gammel gymlærer du, kanskje?» «Nei, jeg er gårdbruker med melkekyr». Han smiler, det ser virkelig ut som at han nyter å bruke kroppen og musklene sine.

To glade, smilende damer sier «Dette er så hyggelig! Vi snakker om det på stua etterpå, og da er du øverst!»

En beboer beveger skuldrene sine etterpå, smiler og sier «Det virker».

«Det er så fint å være her. Det er deilig å røre på seg. Du er så flink».

Sykepleier: «Dette er veldig fint. De er ordentlig med, jeg ser at de synger og at det gir veldig mye glede».

En som aldri har villet være med på noe, ble med på trim og trall en gang etter litt overtalelse og etter det hver uke. Beboer synes dette var moro og fint.

En minoritetsspråklig mann deltok i dag, pleier sa at han ikke forstår norsk. Men han beveget leppene med en gang vi startet med sangen i rommet, og hun som fulgte ham fortalte at han brukte stemmen og sang med. Var undrende tilstede mange ganger, kikket rundt, og det virket som han likte fellesskapet med sang i rommet uten kjennskap til de tradisjonssangene. Han smilte og var også aktivt deltagende da pleier holdt handa hans og gjorde bevegelser sammen med han.

«Positivt og nyttig for beboere og en glede for ansatte i avdelingen å se hva dette gjør med våre beboere.»

Felles sangstund med barnehage

Det har vært gjennomført sangstund med skolestarterne ved Mortenåsen barnehage 5 ganger i prosjektperioden. Det har vært fra 24-45 beboere og gjennomsnittlig 36 deltakere som har deltatt på felles sangstund. Gjennom loggføring har vi observert, og fått tilbakemelding fra personalet på Eik:

Flere pleiere ble rørt til tårer over aktiviteten første gang

«Barnehagebarna er jo så gode»

«Beboerne var glade, de likte det»

«Veldig fint at yngre og eldre ser hverandre, mange barn ser ikke så mange i denne gruppen»

Tilbakemelding fra barnehagen:

«For barn er det viktig å lære de gamle sangene så de ikke blir borte. Barna har vært hos besteforeldre og sunget. Det blir samtaler mellom barn og voksne ut fra sangtekstene om at sånn var det før i tida. Fine samtaler både i barnehagen og hjemme.»

«Barna skal synge Alle fugler, Bedre og bedre dag for dag og Hode, skulder, kne og tå for foreldrene på sommerfesten. Alle avdelinger kan disse sangene nå pga prosjektet. Fordi skolestarterne øver, hører og lærer også de små barna de gamle kulturskattene. Unger sitter i sandkassa og synger»

«Det lille vi gjør, hvor stor glede det kan skape»

«Vi kan ha samtaler om holdninger, om det å bli gammel, om ensomhet og demens i kjølvannet av prosjektet. Vi kan være glade vi er forskjellige»

«Minoritetsspråklige barn opplever å være stolt av språket sitt, stolt av røttene sine, når de synger sang på sitt eget språk foran alle på sykehjemmet.

Kompetanseheving av ansatte på Eik sykehjem i form av halv dags fagdag

Det ble gjennomført en fagdag 16. mars 2023 på Eik, 34 ansatte deltok på fagdagen.

Tilbakemeldingen fra ansatte etter fagdagen har vært følgende:

«Det var et svært vellykket og inspirerende arrangement med faglig påfyll for alle oss som jobber på Eik sykehjem»

«Formidlingen til Myskja gir inspirasjon og mening til jobben»

Spørreundersøkelse

Menti undersøkelse april 2023

Det ble sendt ut et digitalt spørreskjema (Menti) april 2023 til alle avdelinger på Eik sykehjem. Det ble markedsført med at avdelingen med høyest svarprosent fikk en kake. Spørsmålene ble stilt åpne, der svaralternativene var: *helt enig, enig, verken eller, uenig og svært uenig*. Og noen spørsmål der de kunne utdype/kommentere.

Vi fikk inn til sammen 10 svar.

Spørsmål som ble stilt, og svarene:

1. Hvilken avdeling jobber du på?

- 2 på dagsenter
- 1 på korttid
- 3 fra avdeling B
- 2 fra omsorgsbolig

2. Beboer/bruker og jeg har deltatt på:

1. Sangfortelling: 6 stykker
2. Trim og trall: 10 stykker
3. Sangstund med barnehage: 8 stykker

3. Jeg opplever aktivitetene som positiv for beboer/bruker: her svarte 8 stykker at de var helt enig, og 1 at de var enig.

4. Jeg opplever at beboer/bruker har hatt glede av aktiviteten de har deltatt på: her svarte 6 stykker at de var helt enig og 4 stykker at de var enig.

5. Jeg ser endring i humøret hos beboer/bruker etter aktivitetene: her svarte 3 at de var helt enig, 6 enig og 1 verkel eller.

6. Hvis du ser endring i humøret, gjerne utdyp:

- Glade når de kommer tilbake
- Engasjert, lyser opp, synger med, viser glede over å være med
- En som aldri har villet være med på noe, ble med på trim og trall en gang etter litt overtalelse og etter det hver uke. Beboer synes dette var morro og fint
- Beboerne har hyggelige samtaler i etterkant
- Beboerne kommer fornøyde etter aktivitetene og har hatt en fin opplevelse

7. Jeg opplevde fagdagen med Audun Myskja som nyttig: her svarer 7 stykker at de er helt enig og 2 at de ikke deltok.

8. Din opplevelse av aktivitetene:

- Positivt og nyttig for beboere og en glede for ansatte i avdelingen å se hva dette gjør med våre beboer.
- Koselig stund for alle som er med, for både beboer og ansatt.
- Fint at det hilses på beboerne da de kommer. Tror alle opplever seg sett. Sangene blir sunget i ettetid: Rulle, rulle rulle rull... !
- Barnehagebarna er jo så gode

9. Jeg ønsker at aktivitetene skal fortsette også etter prosjektslutt mai 2023: 9 stykker svarer at de er helt enig.

10. Har du andre innspill:

- Sang og trim er en positiv og fin ting for beboerne.
- Kanskje litt mer visesang.
- På avdeling B er de veldig glad i 70/80 talls musikk

Konklusjon

Gjennom metoden som er valgt har vi fått verdifull informasjon om prosjektets effekt. Gjennom loggføring ser vi at tiltakene har hatt positiv effekt for de som har deltatt (observasjon), prosjektet har fått tilbakemeldinger om gode opplevelser med glede og entusiasme for beboerne, dette understøttes av Menti-undersøkelsen som ble sendt ut til personalet april 2023.

Sykepleier: «De virkelig glimter til. Du har et veldig bra opplegg; bevegelse og kjente sanger i kombinasjon. Vi som er ansatte har ikke kapasitet, og det skal noe til å tørre å være en som synger og leder. Vi må ut av bobla, miljøarbeid er en vei med denne gruppa, vi må ikke bare tilby pleie. Jeg håper dette kan fortsette til høsten. Denne gruppa trenger tilbud».


Mortenåsen barnehage synes det har vært viktig og fint for barna å synge sammen med de eldre. Sangstundene med barnehagen har vært godt besøkt, og tilbakemeldingene er at de eldre har kost seg sammen med barna.

Pedagog: «Vi vil fortsette med dette til høsten. Det største vi har gjort dette året, det har høyprioritet, vi låner folk/personale fra andre avdelinger».

«Det er viktig at vi bryr oss om andre enn oss sjøl. Ta et skritt side og sette andre først».

Tiltaket «Trim og trall» har fremmet bevegelse, og det er lagt til rette for møtet mellom generasjon ved besøk av barnehagen en gang per måned.

På bakgrunn av funn via observasjoner, loggføring, samtaler og spørreskjema konkluderer prosjektet med at målsettingen er nådd. Prosjektet har fremmet glede, tilknytning, omsorg, mening og felleskap gjennom sang og stemmebruk.



**Det kjennes iblant som
var tunga mi
revet ut,
som gjorde det vondt i
et skrumpent arr
Inne i mørket i munnen.**

**Men nettopp da –
når rå lyd bryter
hjelpeløst gjennom strupen –
kjenner jeg at det er håp:
Et stumt språk
en vår av innerlighet,
skyter knopper under huden
i hendene mine.**

(Hans Børli fra samlingen Isfuglen 1970)

Referanser

- Batt-Rawden, K. (2019) Følgeevaluering – Sang i eldreomsorgen , NTNU
- Borchgrevink, H. (2008). Nevrologisk grunnlag for musikkterapi. I E. R. Gro Trondalen, *Perspektiver på musikk og helse. 30 år med norsk musikkterapi*. Oslo: Senter for musikk og helse.
- Engedal, K. (2008). *Alderspsykiatri i praksis*. Oslo: Forlaget Aldring og helse.
- Gjøra, L., Strand, B. H., Bergh, S., Borza, T., Brækhus, A., Engedal, K., . . . Selbæk, G. (2021). *Current and Future Prevalence Estimates of Mild Cognitive Impairment, Dementia, and Its Subtypes in a Population-Based Sample of People 70 Years and Older in Norway: The HUNT Study. Journal of Alzheimer's Disease, 79(3), 1213-1226. doi:10.3233/jad-201275*. Hentet fra <https://content.iospress.com/articles/journal-of-alzheimers-disease/jad201275>
- Helse- og omsorgsdepartementet. (2018). *Leve hele livet. (Meld. St. 15 (2017–2018))*. Hentet 03.01.2021 fra regjeringen.no: <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-15-20172018/id2599850/>
- Helse- og omsorgsdepartementet. (2020, Hentet 11.03.21). *Demensplan 2025*. Hentet fra regjeringen.no: <https://www.regjeringen.no/contentassets/b3ab825ce67f4d73bd24010e1fc05260/demensplan-2025.pdf>
- Helsedirektoratet. (2020). *Aktivitetstilbud og besøksverter (tiltaksplan for sårbare eldre)*, sist faglig oppdatert 11. februar 2021. Hentet november 20., 2021 fra <https://www.helsedirektoratet.no/tilskudd/aktivitetstilbud-og-besoksvertertiltaksplan-for-sarbare-eldre>
- Helsedirektoratet. (2020). *Miljørettede tiltak og aktiviteter ved demens - Nasjonal faglig retningslinje for demens*. Hentet fra helsedirektoratet.no: <https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/demens/miljorettede-tiltak-og-aktiviteter-ved-demens>
- Kvamme, T. S. (2020). *Å finne tonen - om musikk og demens*. Tønsberg: Aldring og helse.
- Stige, B., & Ridder, H. (2016). Musikk som mulighet og rettighet. I B. Stige, & H. M. Ridder, *Musikkterapi og eldreomsorg*. Oslo: Universitetsforlaget.