



Gjennom prosjektet
100 år i eget hjem er målet
at alle våre tjenester skal ha
hverdagsmestring som
overordnet og felles tankesett
– for å møte framtidens
utfordringer



Hverdagsmestring

*Slik skal vi jobbe i
tiden fremover*

Økt brukermedvirkning i form av
spørsmålet: «Hva er viktig for
deg?»

Vi skal lære oss å bruke
motiverende samtaler (MI)

Vi skal gi ros og oppmuntring til
våre brukere underveis

Vi skal jobbe tett sammen, og lage
gode mål og tiltaksplaner, slik at
alle jobber med samme målsetting

Vi skal jobbe mer med «hendene
på ryggen»

Ny tilnærming

Fra:

Hva er problemet
du trenger hjelp til?

Til:

Hva er viktige aktiviteter i ditt
liv, som du ønsker å mestre?

Disse begrepene
må vi kunne

Hverdagsmestring

Et overordnet tankesett som skal prege alle våre tjenester, med utgangspunkt i at mennesker ønsker å være mest mulig selvhjulpne, og mestre sin hverdag selv. Hverdagsmestring handler om å legge til rette for at den enkelte kan bestemme over sitt eget liv.

Hverdagsmestring



Hverdagsrehabilitering

Hverdagsmestring knyttes til gjøremål og hverdagsaktiviteter, og er dermed også handlingsorientert. **Hverdagsrehabilitering** blir derfor et viktig verktøy for oss i årene som kommer. Dette skal bidra til at brukerne klarer å utføre dagligdagse aktiviteter som er viktige for dem selv, uten å bli passive hjelpemottakere.

For oss handler det om å la være å overta, klare å "holde hendene på ryggen" og støtte brukerne slik at de kan utføre aktivitetene selv. Hverdagsrehabilitering er tidlig og intensiv innsats i en avgrenset periode, og starter alltid med spørsmålet "hva er viktig for deg"?

Recovery

Recovery er en filosofi og holdning som fremmer muligheter. Selvbestemmelse og selvstyring er sentralt i recovery-prosessen. Ingen mennesker opplever en recovery-prosess alene. Familiemedlemmer og andre støttepersoner spiller ofte en avgjørende rolle. Fagpersoner formidler håp, er tilgjengelige og bidrar til myndiggjøring og tilhørighet. Det er viktig at man er åpen for at det er mange måter å nærme seg recovery på, og at man som fagperson er villig til å være kreativ. Kunnskap om bedringsprosesser må knyttes til livssituasjonen til den enkelte!

Idrettsveien bofelleskap har jobbet recovery-orientert siden 2012.

les mer på



www.melhus.kommune.no/hundrear



"Fremtidens helse- og omsorgstjenester i Melhus" (gruppe for ansatte i kommunen)