

«Inn på tunet» i Vågan kommune

En dans blant roser

Tilbudene i Vågan

Vågan kommune har ca 9500 innbyggere

Ca 180 av disse har en kognitiv svikt på demensnivå.

Vi har etablert et ordinert dagsentertilbud 5 dager i uka med ca 7-8 personer pr dag

Vi har 76 langtidsplasser, hvorav 40 er tilrettelagt for personer med demens

Vi har 70 omsorgsboliger som er heldøgns bemannet av hjemmebasert tjeneste

Vi har aktivtør i 100 prosent stilling som brukes aktivt inn mot personer med demens

Vi ønsker noe for yngre personer med demens og de i en tidlig fase.

- Derfor startet vi prosessen med «Inn på tunet»
- På kurs og konferanser kommer de som har fått det godt til å forteller at de har fått det godt til.
- Mens vi har slitt litt
 - Ingen som har gjort dette tidligere som vi kjenner og føler vi kan sammenligne oss med.
 - Hvordan er regelverket?
 - Hvem kan vi spørre?
 - Kontrakt
 - Hva koster det?
 - Hva er de ulike aktørene
 - Ønsker hjelp med prosessen

Men tilbud ble det 😊

- Og i år har vi faktisk 2 tilbydere, den ene godkjent og den andre under prosess mot godkjennelse, som vi kjøper tjenester av.

Helle gård

- Jordbrukseiendom på 7500 da
- Grovfôrproduksjon på 134 da
- 70 vf sauer, 25 høns, 2 hunder og 3 katter



Historie

- Finnes omtalt i Snoressagaene som samlingsplass for stevner og styrkeprøver.
- Fra 1500-tallet var det væreiere som drev og eide gården.
- Det har vært et eget samfunn tilknyttet stedet med bakeri, gjestgiveri, apotek og lensmannskontor med arrest.
- Senere også telegrafstasjon og flyktningeleir under krigen
- Har vært i familiens eie siden 1933. Er nå 3. generasjon som driver den.



Hvem er jeg?

- Oppvokst på gården.
- Bred **livserfaring** fra bla utenlandsreiser, forsvaret, ambulansetjeneste, pleieassistent på pleiehjem, NATO-tjeneste og gårdsarbeider før
- Utdannet **fysioterapeut**, arbeidserfaring fra bedriftshelsetjeneste, rehabiliteringssenter, kommunal fysioterapi og nå privatpraktiserende u/ driftstilskudd.
- Videreutdannet innen fysioterapi for barn og unge.
- Bonde siden 2003
- Mor til 4 barn
- Fosterhjem
- Besøkshjem
- Solgt velferdstjenester til Vågan kommune, demensomsorgen siden 2015



Hvordan komme i gang?

- Tanker om aktuelle målgrupper
- Kommunen
- Matmerk
- Kontakt fra interessert avdeling.



Helle gård

- Etablering
- IPT godkjenning
- Brukere
 - Antall
 - Konstellasjoner



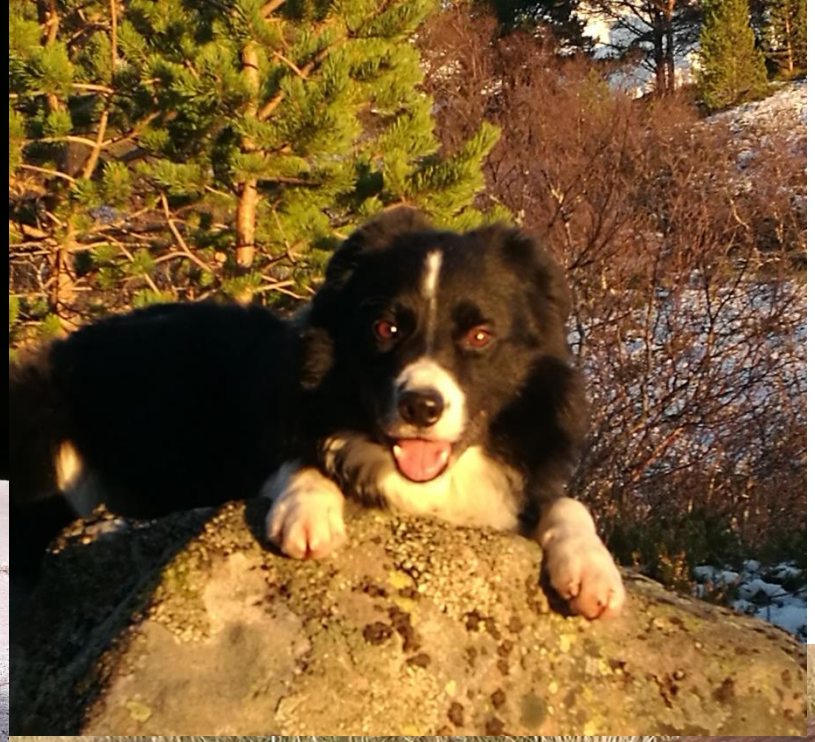
Helle gård

- Aktiviteter









Ved å vise omsorg og omtanke for et annet menneske, har du mulighet til å sette dype spor!



STALL FAGERBAKKEN
www.stall-fagerbakken.no





Stall Fagerbakken

Jordbrukseiendom på 178 dekar
grovforproduksjon
utegang med 5 hester og 8 sauer
9 kaniner og 1 hund











Inn på tunet (IPT) er tilrettelagte og kvalitetssikrede velferdstjenester på gårdsbruk.

Tjenestene skal gi **mestring, utvikling og trivsel.**





Aktiviteten i
tjenestetilbudet
er knyttet opp
til gården, livet
og arbeidet der.



STALL FAGERBAKKEN har tilbud i følgende kategorier:

- Barnehage/gårdsbarnehage/tilbud til barnehager og førskolebarn
- Skolefritidsordning/fritidsaktiviteter for barn i skolealder
- Skole/Gården som pedagogisk ressurs
- Tilrettelagt arbeid/arbeidstrening
- Yrkesopplæring/skolering/omskolering
- Tilbud for fysisk funksjonshemming
- Tilbud for psykisk funksjonshemming
- Tilbud i psykisk helse
- Eldreomsorg/tiltak for eldre m/demens
- Arbeid og språkopplæring for flyktninger
- Kriminalomsorg
- Rusrelatert omsorg
- Barnevern/avlastning



Hva gjør vi?

- Dagaktivitetstilbud til ulike brukergrupper
- Hest og Helse
- Hest- for folk flest
- Ridning på inngjerdet ridebane 20 x 40 meter
- Turridning
- Dyreassisterte intervensjoner
- Hesteassisterte intervensjoner
- Stell av hester, kaniner og sauer
- Fjellturer og andre turer i nærmiljøet
- Skoging og kvisting/ skogsarbeid
- Innendørs aktiviteter/ håndarbeid
- Bærplukking/planting av blomster og frø
- Friluftsliv og fysisk aktivitet for alle-tilrettelagte friluftaktiviteter
- Vedlikeholds- og gårdsarbeid
- Sosialt samvær og tilrettelagt veiledning
- Strandturer/livet i fjæra og skogen
- Meningsfull fritid



Hvem er jeg?

- **Sykepleier** (2003) med erfaring fra demensomsorgen, habiliteringen, miljøterapi og akuttmedisin
- Gruppeleder for demensomsorgen og fagleder for habiliteringstjenesten
- **Tur- og treningskompis** prosjektet for støttekontaktordningen Vågan kommune
- Eldreomsorgens ABC / Aldring og helse
- Er godkjent **Inn på tunet** tilbyder fra 2018
- Har flere kurs om tilrettelagte aktiviteter for mennesker med ulike funksjonsnedsettelse
- Har kompetanse innen hest fra kurs og videreutdanninger
- Inn på Tunet med hest/**HEST OG HELSE**
- Dyreassisterte intervensjoner/**NMBU**
- Hesteassisterte intervensjoner/**NMBU**



- Stall Fagerbakken startet med tilrettelagte aktiviteter og ridning fra juni 2017
- **Godkjent Hestesenter** fra Mattilsynet 2017
- **Godkjent Hestebedrift** fra Norsk Hestesenter 2017
- **Godkjent Inn på TUNET gård** april 2018



Stall Fagerbakken har deltatt i
Folkehelseuken i Vågan Kommune 2018
med åpen dag og gratis barneridning

Stall Fagerbakken fokuserer på **folkehelse
& friluftsliv** og har mottatt tilsagn fra
Norges Rytterforbund (NRYF) for å fremme
fysisk aktivitet gjennom prosjektet «**Hest-
for folk flest**»



Prosjektet «**Hest – for folk flest**» drives av **Hest og Helse/NRYF** og har til hensikt å utvikle **aktivitetstilbud med hest i naturen for personer med nedsatt funksjonsevne**. Stall Fagerbakken har siden juni 2017 hatt aktivitetstilbud for ungdommer med ulike funksjonsnedsettelse

Stall Fagerbakken er bedriftsmedlem i **Hest og Helse**, en frivillig organisasjon som har til formål å fremme hest i helsesammenheng og aktivt bidra til optimal kvalitet i arbeidet med å **bedre fysisk, psykisk og sosial helse**.



- Stall Fagerbakken er et **lavterskel tilbud** for barn og unge med tanke på omgang med dyr og hester.
- Åpen dag for barnefamilier
- Runderidning for barn i alle aldre
- Ponniklubb for barn mellom 6 – 16 år



Stall Fagerbakken har mottatt støtte fra **Vågan Næringsfond**

50 000,- til etablering av **RIDEBANE**

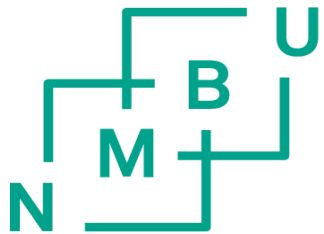
75 000,- til **GRILLHUS 25m2** med HC-standard (2019)



«Driver av Stall
Fagerbakken har et
tydelig engasjement for
sitt prosjekt og har
jobbet målbevisst med
tydelig og faglig fokus.
Hun har dokumentert
faglig tilleggsutdanning
som i kombinasjon med
sin sykepleierutdanning
og engasjement gir et
**godt fundament for
prosjektet.**»

Rådmann/Næringssjef
Vågan kommune





Norges miljø- og
biovitenskapelige
universitet

Driver av Stall Fagerbakken
har tatt studiene
**Dyreassisterte
intervensjoner og
Hesteassisterte
intervensjoner** på NMBU

1 av de første 18 personene
i Norge med denne
videreutdanning fra NMBU



Hva er dyreassisterte intervensjoner?

Dyreassisterte intervensjoner:
aktive, tidsavgrensede tiltak der ulike former for samhandling med dyr brukes som supplement til ordinære tiltak.

- **Dyreassistert terapi**
(terapeut/psykiater)
- **Dyreassistert pedagogikk**
(lesehund)
- **Dyreassistert aktivitet**
(besøkshund sykehjem)



EKSAMEN /NMBU 2017:

«Oppstart av dyreassisterte aktiviteter (DAA) med hest for Storgata Aktivitetssenter i Vågan Kommune og positive helseeffekter som følge av dette.»

Prosjektet gjorde at 5 ungdommer med ulike funksjonsnedsettelser fikk delta på tilrettelagte aktiviteter i 1 år. Deltakerne viste **stor glede** av samværet med dyrene

EKSAMEN /NMBU 2018:

«Kan hesteassisterte aktiviteter være helsefremmende for ungdommer med autismspekterforstyrrelser?»



Hva er hesteassisterte intervensjoner ?

Hesteassisterte intervensjoner: *er en samlebetegnelse på ulike interaksjoner med hester der relasjonen mellom utøver og deltaker er vesentlig*

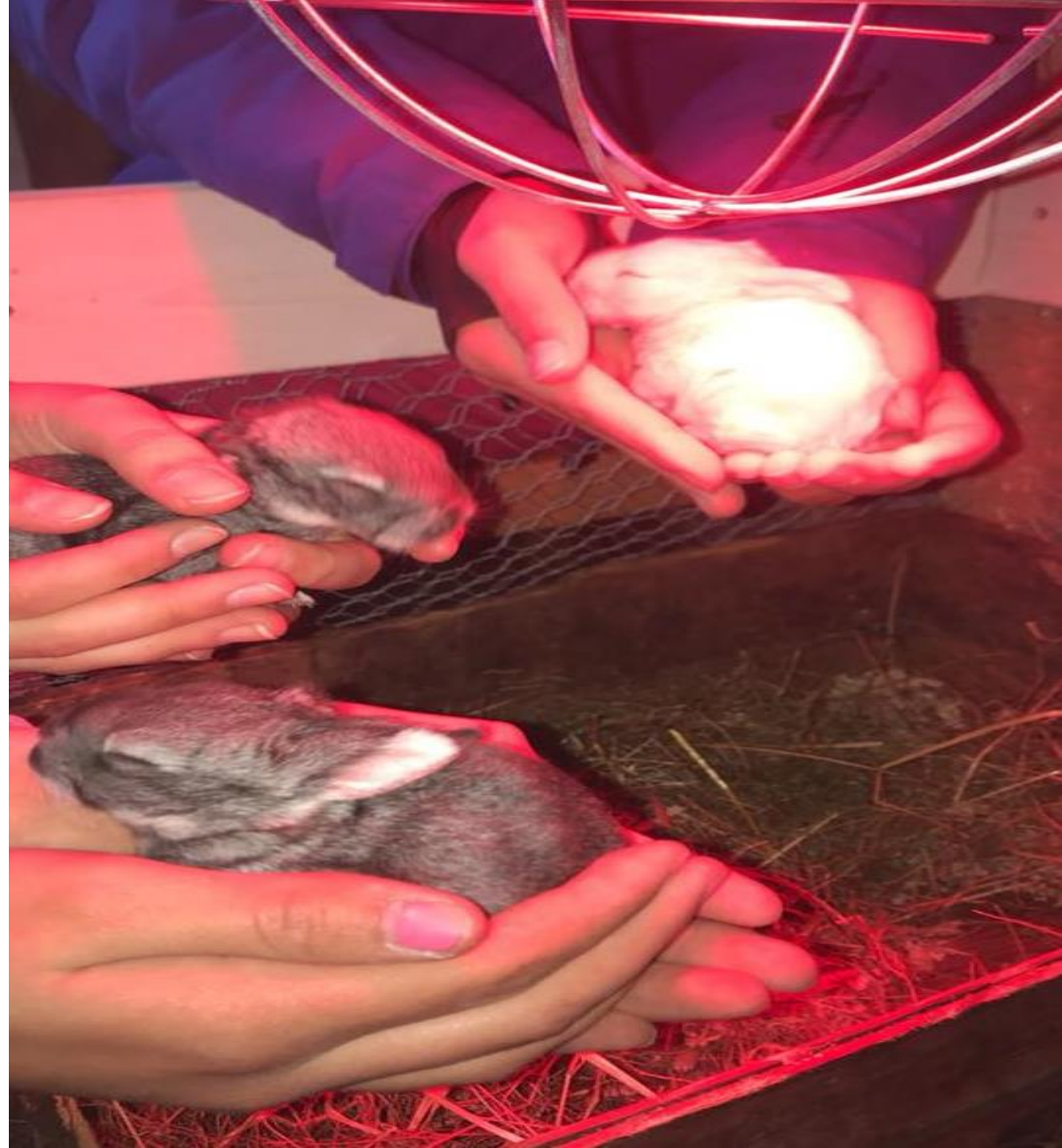
- **hesteassistert terapi**
- terapiridning med fysioterapeut med videreutdanning
- hesteassistert psykoterapi med terapeut/psykiater (Lofoten Hest og Helsesenter, Gaustad sykehus, Modum Bad)
- **hesteassistert pedagogikk**
- **hesteassistert coaching**
- **hesteassistert aktivitet** (Stall Fagerbakken)



Nærhet med dyr

- Gi omsorg og motta omsorg
- Fysiologisk effekt
- Senker blodtrykket og puls
- Nærhet og varme
- Kognitiv stimuli
- Grunnleggende behov
- Reduksjon av stresshormonene og økt utskillelse av oksytocin, velværehormonet
- Mindre depresjon, bedre humør

<http://www.braastad.info/dyr-og-mennesker/>





Fysisk aktivitet

Det er mange grunner til å være **fysisk aktive** etter at en har fått en demensdiagnose.

Personer med demens opplever ofte å få symptomer på tre forskjellige områder: **Kognisjon, adferd og fysisk funksjon**. Dette påvirker tenkning, læring og hukommelse.

Mange demente opplever depresjon, angst, apati og uro. Nedsatt gangfunksjon, muskelstivhet, balansesvikt og inkontinens er vanlige fysiske symptomer.



Når det gjelder **effekten av trening** på fysisk funksjon, så er bevisene klare og tydelige. Personer med demens som trener kan **øke ganghastigheten** sin, de kan få **bedre balanse og kondisjon** og i tillegg forbedre **ADL-funksjonen** sin.

Vi vet at det å være i **fysisk aktivitet** påvirker kognisjon på forskjellige måter. **Det skjer mye i hjernen når vi er fysisk aktive:** Vi kan få større hjernevolum, økt nerveaktivitet og økt blodgjennomstrømning til hjernen.

<https://www.aldringoghelse.no/demens/fysisk-aktivitet/>



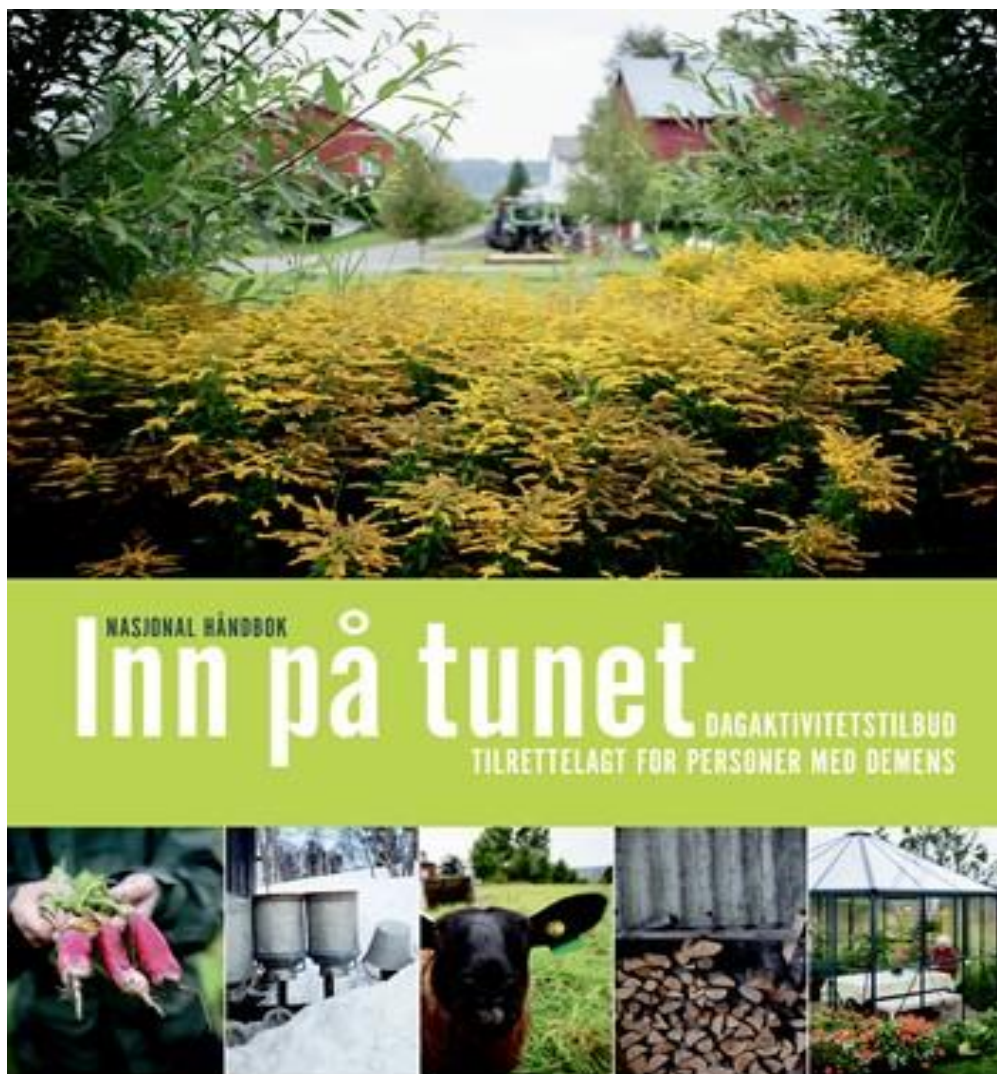
Forskning viser at **fysisk aktivitet** og **kognitiv stimulering i grupper** gir bedre funksjonsevne og livskvalitet for personer med demens

Inn på tunet kan gi **gode opplevelser** i hverdagen til personer med demens.

I et demensforløp er det viktig med tiltak som **ivaretar og stimulerer** både hjerne og kropp, og aktivitetene Stall Fagerbakken tilrettelegger kan bidra til nettopp det.

<https://www.matmerk.no/no/inn-pa-tunet/nyheter/et-kvalitetsloeft-for-tilbudet-til-personer-med-demens>





Dagaktivitetstilbud på gård kan bidra til **økt livskvalitet** for personer med demens og deres pårørende

- Godt sosialt miljø
- Oppeleve mestring og trivsel
- Allsidige og nyttige aktiviteter i naturlige omgivelser
- Opprettholdelse av ADL funksjonene
- Avlastning til pårørende
- Bidrar til at den demente får bo hjemme så lenge så mulig
- Tett dialog med pårørende og kommune

Råd?

- Forankre tilbudet nedover
- Ikke mitt men vårt
- Trygghet
- Forutsigbarhet
- Tydelighet
- Verdi
- Et godt og rolig førsteinntrykk
- Gode stunder
- Gode rapporter
- Tilbudet må pleies