

Prosjektets diarienummer, navn og omfang i tid

Dnr 2019-013, Eldre, alkohol og ensomhet, prosjektgjennomføring i 2020, samt videreføring inn i 2021.

Organisation og organisationsnummer

DNT - Edru Livsstil org.nr. 944 438 599

Prosjektets mål samt eventuelle forandringer i forhold til prosjektansøken

Gjennom prosjektet ønsket vi å sette større fokus på alkoholbruk i siste halvdel av livet, samt arbeide for bedre og mer åpen dialog om temaet "eldre, alkohol og ensomhet" som ofte er skambelagt. Etter at prosjektet ble tildelt 250 000 SEK som i hovedsak skulle rettes mot foredrag i utdanningsinstitusjoner i prosjektsøknaden, har vi redusert planene på mediekampanjen, og satt vårt fokus på foredrag og forelesningsarbeid.

DELMÅL

- o Gjennomføre foredrag, kurs og undervisning
- o Foredrag for Senioruniversitet.
- o Gjennomføre kompetanseheving og veiledning til helsepersonell i minst fem kommuner.
- o Gjennomføre veiledning og understøtte til pårørende.
- o Gjennomføre kurs på fagdager som handler om å øke kunnskap om eldres alkoholbruk og pårønderollen, samt belyse temaer som livskvalitet for eldre, demens og rus i et pårørendeperspektiv.
- o Gjennomføre undervisning til minst 90 sykepleierstudenter ved HVL.
- o Etterfølgende veiledning til minst fem bachelorstudenter som vil skrive om temaet.

Planerte aktiviteter

Januar/februar:	Kontaktsøkende virksomhet, arbeide med foredragsplan vår.
Mars/april:	Standarbeid 8.mars «Kvinnedagen». Foredragsrekke og undervisning HVL, kompetanseheving og veiledning helsepersonell, veiledning studenter HVL.
Mai/juni: Standarbeid	Foredragsrekke andre. Forberedelse til oktoberkampanje. 8.juni «Rusfri dag». Kontaktsøkende virksomhet, arbeide med foredragsplan høst.

Juli:	Ferie
August/september:	Veiledning og understøtte til pårørende. Samtale i gruppe eller en-til-en med pårørende. Skolering i kommunikasjon til pårørende. Foredrag.
Oktober/november:	Standarbeid og foredrag 1.oktober «Eldre-/Seniordagen».
Desember:	Evaluering

Vilka aktiviteter har gjennomført?

Ettersom SAFF bevilget økonomisk tilskudd til påvirkningsarbeid rettet mot utdanning, og ikke bevilget midler til mediekampanje, har arbeid mot presse og kampanjearbeid ikke blitt gjennomført i noen stor skala. Vi har likevel produsert noen få kronikker og artikler. Eksempelvis Dagbladets vedlegg «Alt om din helse» som 10.oktober gav oss hovedoppslag med temaet «Bryt tausheten om de eldres psykiske helse» og lenke til vårt nettsted. Saken ble også presentert i digital form, og vil bli liggende ved søk framover i tid. Vi har også flere fagsaker om temaet eldre og alkohol i hver utgave av organisasjonens eget medlemsblad: «Nytt år med nye muligheter», gjesteskribent Karin Tuvmarken: «Pårørende til personer med alkoholproblem – en glemt gruppe?», «Omsorg i koronaens tid – livssorg og livsglede», «Eldreprosjektet – høsten 2020», «Livet som senior», «Veiledning av sykepleierstudenter ved Høgskolen på Vestlandet», bokanmeldelse av mestringsboka NÆR – et pårørendeperspektiv og et par annonser med tilbud om bussturer for pensjonister i Oslo og omegn. Hovedfokuset vårt har likevel vært å bruke prosjektmidlene til foredrag og undervisning.

- o Foredrag for Senioruniversitet. Mål: Nå ut til minst 500 deltakere gjennom 5 foredrag.

Eldre mennesker er en sårbar gruppe som har vært de mest beskyttede i samfunnet under pandemien. Grunnet covid-19-pandemien og stengte seniorsentre og senioruniversitet gjennom hele året 2020 har dette forståelig nok ikke vært mulig å gjennomføre. Blant annet ble et planlagt foredrag ved en seniorsamling i Kristiansand 29.april av samme grunn avlyst. Det samme gjaldt foredrag for Fagforbundets pensjonistgruppe, foredrag ved seniorsentre i Oslo i november o.a. Til tross for pandemien var det likevel noen få samlinger som ble gjennomført selv under pandemien, eksempelvis foredrag ved demensforeningen i Osterøy kommune i september.

- o Gjennomføre kompetanseheving og veiledning til helsepersonell i minst fem kommuner. Målet er å nå ut til 150 ansatte innen helse- og omsorgstjenesten.

Helsepersonell er også en utsatt gruppe som har vært ekstra beskyttet mot smitte under pandemien. Grunnet ekstra stor arbeidsbelastning blant helsepersonell under pandemien har det derfor vært vanskelig å nå denne målgruppen i 2020 - 2021. prosjektleder har likevel holdt oppe kontakten med målgruppen, og senest 23.april 2021 ble det arrangert en stor helsekonferanse kalt "Aldring og helse - hvorfor bry seg?" som et samarbeid mellom vårt prosjekt "Eldre, alkohol og ensomhet", Actis Oslo og omegns prosjekt "Gylne øyeblikk" og selveste Ahus (Akershus sykehus). omlag 170 personer deltok på konferansen - noen fysisk,

men de fleste digitalt. Konferansen var en heldagskonferanse, og ble åpnet av sykehusets direktør, Pål Wiik etterfulgt av innledning ved assisterende direktør i helsedirektoratet, Espen Nakstad. Programmet videre inneholdt kyndige og faglig sterke foredragsholdere som seniorrådgiver ved Korus Sør, Fred Rune Rahm, psykiater og spesialist i rus- og avhengighetsmedisin, Hiep Tran, spesialrådgivere ved Korus Øst, daglig leder i PIO, Inger Hagen, leder og kirurg ved Ahus, Geir Arne Larsen for å nevne noen. Prosjektleder Bognø var konferansier i første halvdel av konferansen.

- o Gjennomføre veiledning og understøtte til pårørende. Målet er å tilby samtale enten i gruppe eller en-til-en til minst ti pårørende.

Prosjektleder rakk å holde noen få fysiske forelesninger før pandemien satte en stopp for dette. Eksempler er foredrag om eldre, alkohol og ensomhet under Actis Vestlands årsmøte og foredrag om frivillighet ved Bergen Røde Kors i februar.

Pårørenderollen ble også endret radikalt i disse koronatider, og gjennom telefonsamtaler med flere av pårørende har prosjektleder Bognø opplevd at de har behov for og ønsker å snakke om temaet nå som de ikke kan eller får lov til å besøke sine gamle foreldre. Da bringes naturlig nok alkohol i forbindelse med legemidler inn som tema i samtalen, og prosjektleder opplever telefonsamtalene som svært viktige.

Prosjektleder har deltatt på heldagsseminar og holdt foredrag ved A-hus innen temaet "eldre med rusproblematikk og deres pårørende".

En av gjesteskribentene til vårt medlemsblad, Karin Tuvmarken skrev en artikkel om pårørendeperspektivet: «Pårørende til personer med alkoholproblem – en glemte gruppe?»

- o Gjennomføre kurs på fagdager som handler om å øke kunnskap om Eldres alkoholbruk og pårørenderollen, samt belyse temaer som livskvalitet for eldre, demens og rus i et pårørende-perspektiv. Målet er fem kurs. Se info over fra 23.april-helsekonferansen.

Under den store politiske Arendalsuka i august hadde vi planlagt både informasjonsstand og seminar ved Arendal bibliotek. Beklageligvis ble også hele arrangementet Arendalsuka 2020 avlyst pga. pandemien. Planen er å gjennomføre det samme programmet under årets Arendalsuka. Foreleserne som var bestilt inn i fjor har takket ja til å stille på årets seminar som er satt på plakaten 19.august.

- o Gjennomføre undervisning til minst 90 sykepleierstudenter ved HVL.
Mål1 er 90 studenter.
Mål 2 er etterfølgende veiledning til minst fem bachelorstudenter som vil skrive om temaet.

Prosjektleder har holdt en rekke forelesninger gjennom prosjektet. Heldigvis rakk hun å holde fysiske forelesninger før pandemien satte en stopp for dette, og underviste bl.a. ved etterutdanning innen psykisk helse og rus ved Høyskolen Vestlandet, avdeling Stord i januar. Utover dette har all undervisning vært gjennomført digitalt, ved eksempelvis Høyskolen

Vestlandet, avdeling Bergen og avdeling Stord. Forelesninger er gitt til blant andre 3.års sykepleierstudenter. studenter på videreutdanning innen rus og psykiatri og studenter ved tverrfaglig utdanning i avansert gerontologi.

Förväntat resultat

Avholde stands på merkedager.

- o Mål: Minst fem stands ved de tre merkedagene: Kvinnedagen, Rusfri Dag og Eldredagen/Seniordagen.

- Gjennomføre foredrag for Senioruniversitet.
- o Mål: Gjennomføre minst to foredrag.

- Gjennomføre kompetanseheving og veiledning til helsepersonell i minst fem kommuner.
- o Mål: Nå ut til 150 ansatte innen helse- og omsorgstjenesten.

- Gjennomføre veiledning og understøtte til pårørende.
- o Mål: Tilby samtale enten i gruppe eller en-til-en til minst ti pårørende.

- Gjennomføre kurs på fagdager som handler om å øke kunnskap om Eldres alkoholbruk og pårønderollen, samt belyse temaer som livskvalitet for eldre, demens og rus i et pårørende-perspektiv.
- o Mål: Fem kurs.

- Gjennomføre undervisning til minst 90 sykepleierstudenter ved HVL.
- o Mål1: 90 studenter.
- o Mål 2: Gi veiledning til minst fem bachelorstudenter som vil skrive om temaet.

Vilka resultat har oppnått?

- o Mål: Minst fem stands ved de tre merkedagene:

Kvinnedagen ble gjennomført. De resterende dagene ble merkedagene gjennomført digitalt gjennom annonsering og profilering gjennom presse, sosiale medier og på egen nettside.

- o Gjennomføre foredrag for Senioruniversitet. Mål: Gjennomføre minst to foredrag.

Til tross for pandemien var det likevel noen få samlinger som ble gjennomført selv under pandemien, eksempelvis foredrag ved demensforeningen i Osterøy kommune i september.

- O Gjennomføre kompetanseheving og veiledning til helsepersonell i minst fem kommuner. Mål: Nå ut til 150 ansatte innen helse- og omsorgstjenesten.

Se under: info vedr. den store helsekonferansen 23.april. Utover dette har dette målet vært vanskelig å gjennomføre pga. at kompetanseheving ikke har vært prioritert ved sykehjemmene og heller ikke i hjemmetjenestene. Helsepersonell ved institusjoner har hatt

mer enn nok med å håndtere koronakrisen, mange ansatte har vært i karantene og de aller fleste koronasyke bodde på sykehjem og noen i hjemmetjenestene. Dagsentrene for eldre over hele landet har også vært stengt over lengre perioder.

- o Gjennomføre veiledning og understøtte til pårørende. Mål: Tilby samtale enten i gruppe eller en-til-en til minst ti pårørende.

Prosjektleder rakk å holde noen få fysiske forelesninger før pandemien satte en stopp for dette. Eksempler er foredrag om eldre, alkohol og ensomhet under Actis Vestlands årsmøte og foredrag om frivillighet ved Bergen Røde Kors i februar.

Pårørenderollen ble radikalt endret i disse koronatider, og gjennom telefonsamtaler med flere av pårørende har prosjektleder Bognø opplevd at de har behov for og ønsker å snakke om temaet nå som de ikke kan eller får lov til å besøke sine gamle foreldre. Da bringes naturlig nok alkohol i forbindelse med legemidler inn som tema i samtalen, og prosjektleder opplever telefonsamtalene som svært viktige.

Prosjektleder har deltatt på heldagsseminar og holdt foredrag ved Ahus innen temaet "eldre med rusproblematikk og deres pårørende".

En av gjesteskribentene til vårt medlemsblad, Karin Tuvmarken skrev en artikkel om pårørendeperspektivet: «Pårørende til personer med alkoholproblem – en glemte gruppe?»

- o Gjennomføre kurs på fagdager som handler om å øke kunnskap om Eldres alkoholbruk og pårørenderollen, samt belyse temaer som livskvalitet for eldre, demens og rus i et pårørende-perspektiv. Mål: Fem kurs.

23.april 2021 ble det arrangert en stor helsekonferanse kalt "Aldring og helse - hvorfor bry seg?" som et samarbeid mellom vårt prosjekt "Eldre, alkohol og ensomhet", Actis Oslo og omegns prosjekt "Gylne øyeblikk" og selveste Ahus (Akershus sykehus). Om lag 170 personer deltok på konferansen - noen fysisk, men de fleste digitalt. Størparten av deltakerne var helsepersonell og studenter innen helsefaglige utdanninger. Konferansen var en heldagskonferanse, og ble åpnet av sykehusets direktør, Pål Wiik etterfulgt av innledning ved assisterende direktør i helsedirektoratet, Espen Nakstad. Programmet videre inneholdt kyndige og faglig sterke foredragsholdere som seniorrådgiver ved Korus Sør, Fred Rune Rahm, psykiater og spesialist i rus- og avhengighetsmedisin, Hiep Tran, spesialrådgivere ved Korus Øst, daglig leder i PIO, Inger Hagen, leder og kirurg ved Ahus, Geir Arne Larsen for å nevne noen. Prosjektleder Bognø var konferansier i første halvdel av konferansen.

- o Gjennomføre undervisning til minst 90 sykepleierstudenter ved HVL. Mål1: 90 studenter. Mål 2: Gi veiledning til minst fem bachelorstudenter som vil skrive om temaet.

Prosjektleder har holdt en rekke forelesninger gjennom prosjektet. Heldigvis rakk hun å holde fysiske forelesninger før pandemien satte en stopp for dette, og underviste bl.a. ved etterutdanning innen psykisk helse og rus ved Høyskolen Vestlandet (HVL), avd. Stord i januar. Utover dette har all undervisning vært gjennomført digitalt, ved eksempelvis

Høgskolen Vestlandet, avdeling Bergen og avdeling Stord. Forelesninger er gitt til blant andre 3.års sykepleierstudenter, studenter på videreutdanning innen rus og psykiatri og studenter ved tverrfaglig utdanning i avansert gerontologi.

En student fra HVL har tatt kontakt med prosjektleder. Studenten ønsker veiledning da hun vil skrive sin oppgave innen dette emnet i sin videreutdanning. Prosjektleder har fulgt henne opp med veiledning. All veiledning foregikk digitalt på grunn av koronapandemien.

Vad kunde inte genomföras?

På grunn av koronapandemien har norske myndigheter forbudt fysisk undervisning ved norske høyskoler og universitet. Dette gjaldt hele 2020 etter at pandemien gjorde sitt inntog i mars 2020, og er også opprettholdt nå i 2021. Gjennomføring av forelesninger ved høyskolene i fysisk stand har derfor ikke vært mulig å gjennomføre, med ett unntak ved Høgskolen Vestlandet, avdeling Stord ved en anledning. Prosjektleder har derfor holdt digitale undervisningsøkter. Også veiledning har blitt gjort digitalt eller på telefon.

Vilka är de positiva erfarenheterna?

At vi har fått kommet inn på et økt antall høyskoler/studier for å holde forelesninger, dog digitale, har vi opplevd ensrettet positivt. Også i 2021 merker vi en økning i etterspørselen av vårt prosjekts tilbud og temaer, og prosjektleder har allerede flere forelesningsdatoer planlagt i sin kalender.

En annen positiv side ved digitale forelesninger er digital utvikling; vi opplever til stadighet å lære noe nytt og å bli bedre kyndige på digitalt arbeid.

Også økonomisk er digital undervisning rimeligere enn ved fysisk tilstedeværelse, da forelesninger er blitt gjort ved flere høyskoler også utenfor Bergen hvor prosjektet holder kontor. Og til sist er digital forelesning tidsbesparende, da man ikke har reisevei.

Vilka är de negativa erfarenheterna?

Det å være til stede rent fysisk gir en helt annen opplevelse enn digital tilstedeværelse. Samhandling mellom foreleser og student (mottaker) oppleves mye bedre ved fysisk samling; man ser studentenes uttrykk, øyenkontakten gjør at foreleser oppfatter hvordan budskapet blir tatt imot osv. Men vi har måttet respektere myndighetenes forbud, og gjort det beste ut av å holde digitale forelesninger. Iblant kan jo også det tekniske svikte, og ved noen få anledninger har vi opplevd hakking i bilde og/eller lyd antakeligvis pga. dårlig nett eller kontakt, men stort sett har dette gått knirkefritt.

Övrig information

Vi takker hjertelig for tilskuddet som vi mener har hatt stor betydning for vår satsing på eldrearbeid.

Ekonomisk redovisning

Tidsperiod för vilken redovisningen sker

2020

Intäkter

	Utfall <u>Nkr.</u>	Budget enl. projektansökan
Ansökt medel från Stiftelsen Ansvar för Framtiden	173 726	250 000SEK
Medel från andra	5 666	
Egen ekonomisk insats		
Annan finansiering		
Intäkter totalt	179 392	

Kostnader

	Utfall <u>NKR</u>	Budget enl. projektansökan
Aktiviteter	4 424	
Material	35 864	30 000
Personal	128 359	235 000
Administration	13 409	20 000
Övrigt	300	
Kostnader totalt	182 356	285 000
Resultat + / -	-2 964 NKR	