

Årsmelding 2010

Manglerud Gård treffsenter 60Pluss

1. Eierskap, organisering og brukarmedvirning

Manglerud Gård treffsenter 60Pluss er kommunalt og organisert under avdeling for Rehabilitering og omsorg i bydel Østensjø.

Styrer v/Manglerud Gård har også budsjett- og personalansvar for Bøler frivillighetssentral, Rustadgløtt Dagsenter, Rustad treffsenter 60Pluss, Oppsal treffsenter 60Pluss og oppsøkende virksomhet. Samt ansvar for å koordinere samarbeidet mellom de kommunale og private treffsentrene og frivillighetssentralene i bydelen.

Det er opprettet et brukerråd ved treffsenteret som består av eldrerådet, frivillige organisasjoner, pensjonistforeninger, representanter for de frivillige og representanter for brukere/deltakere, samt ansatte.

Manglerud Gård eies av Omsorgsbygg Oslo Kommune. Dette påfører oss en del utfordringer innen FDV (forvaltning, drift og vedlikehold). Manglerud Gård betaler også en høy FDV- og husleiepris, totalt 454 000,- i 2010. Manglerud Gård betaler da husleie for stabburet, selv om treffsenteret ikke har bruksrett.

2. Mål for treffsenteret 60Pluss

Det skal legges til rette for at eldre i størst mulig grad kan bevare sin selvstendighet og selvhjulpenhet, ved blant annet å utvikle arenaer som bidrar til å øke deres sosiale nettverk, stimulere til egenaktivitet og som i tillegg kan fungere som en base for frivillige tiltak for og av eldre.

Treffsenterene har en stor og bredspektret aktivitet, og organiserer mange frivillige.

Treffsenterene er en del av det laveste trappetrinnet på Omsorgstrappen og dermed et viktig sted for å forebygge isolasjon og ensomhet. Samtidig forebygger det behov for andre offentlige og dyre omsorgstjenester.

Treffsenterene skal ha fokus på følgende: service- og aktivitetstilbud for hjemmeboende eldre. Hensikten er å være møtesteder som skal tilfredsstillende en mengde ulike behov hos eldre og ulike grupper av eldre. Tilbudet omfatter et mangfold aktiviteter, som forenklet kan deles i ulike områder:

Sosialt samvær

Offentlig service

Helsefremmende tilbud

Opprettholdelse av god ernæring

Fysisk aktivitet

Mental stimulans

Kulturopplevelser

Frivilliginnsats

Og velvære

3. Ansatte, brukere og frivillige

Tekst:	Antall
**Antall brukere 2010	1200
**Antall frivillige 2010	90
***Antall frivillige årsverk 2010	8,5
Antall årsverk:	2,5
Husholdstyrer 50%	
Husholdstyrer 50%	
Sekretær 50%	
*Styrer 100%	

**Det skal bemerkes særskilt at styrer ved Manglerud Gård Treffsenter 60Pluss fordeler sin 100% stilling mellom Rustad treffsenter 60Pluss, Rustadgløtt Dagsenter, Bøler frivillighetssentral, oppsøkende virksomhet og Oppsal treffsenter 60Plussr. Utbetaling av styrers lønn blir kun registrert/belastet på Manglerud Gård treffsenter 60Pluss.*

*** Ingen av de kommunale treffsentrene har et data program som registrerer brukere og frivillige. Dette er manuell registrering og telling.*

**** De frivillige årsverkene fordeles mellom følgende aktiviteter/oppgaver: kafeteria, kurs, arrangementer, hagearbeid/FDV, underholdning, utdeling av program, kontorjobb, trim med mer.*

Tabellen under viser status for antall personer 62-99+ for Manglerud distriktet pr. nov 2010

Kommune	Eldresenter	Årsgruppe	Menn	Kvinner	Totalt
0301	Manglerud	62-64 ÅR	201	196	397
0301	Manglerud	65-69 ÅR	208	280	488
0301	Manglerud	70-79 ÅR	341	580	921
0301	Manglerud	80-89 ÅR	300	530	830
0301	Manglerud	90-99 ÅR	38	106	144
0301	Manglerud	OVER 99 ÅR	1	5	6
Totalt			1089	1697	2786

Tabellen er fra Det Sentrale Folkeregister.

4. Selvstendig næringsdrivende

Hårpleie: Åpent 4 dager i uken. I 2010 var det kun en frisør, jobbet 80%. Frisør har ca 300 aktive brukere i kartotek.

Fotpleie: Åpent 4 dager i uken. 1 selvstendig næringsdrivende, henholdsvis 80% still. Fotpl. har ca 200 aktive brukere i kartotek.

5. Økonomi

Manglerud Gård treffsenter 60Pluss .

Utgifter og inntekter:	Regnskap 2010
Lønnsutgifter inkl sosiale kostnader:	1 237'
Kjøp som inngår i kommunal produksjon:	727'
Kjøp som ikke inngår i kommunal produksjon (husleie, FDV)	455'
Overføringskostnader (mva)	130'
Sum driftsutgifter inkl. mva	1 326'
Salgs og leieinntekter	-688'
Refusjoner	-56'
Sum driftsinntekter	-747
Gaver (finanskostnader)	14'

Årsregnskap vedlegges

6. Oversikt over tilbud og aktiviteter

Aktivitet 2010	Antall brukere
Salg av middager onsdager	1417 stk
Salg av grøt fredager	1219 stk
50 Kultutreff/ekstern eldreveiledning	Totalt 3593 Snitt pr treff: (71,86) = 72 stk pr treff
Tysk lesesirkel I	Vår: 9 stk Høst: 7 stk
Tysk gruppe II	Ingen i 2010
Engelsk kurs I	Vår: Høst: 8 stk
Engelsk samtale gr.	Vår: 11 stk Høst: 8 stk
Spansk kurs	Høst: 12 stk
Trim gr I	Vår: 8 stk Høst: 9 stk
Trim gr II	Vår: 14 stk Høst: 9 stk
Trim for de med Osteoporose	Vår: 15 stk Høst: 14 stk
Nordic walking (stavgang)	Vår: 9 stk Høst: 9 stk
Spaserstokken 60Pluss	Vår: 12 stk Høst: 12 stk
Svømming	Vår: 35 stk Høst: 35 stk
Bridge nybegynner	Høst: 4 stk
Bridgen	Vår: 19 stk Høst: 20 stk
Treskjæring kurs mandager	Vår: 4 stk Høst: 4 stk
Treskjæring kurs tirsdager	Vår: stk Høst: stk
Treskjæring kurs onsdager	Vår: 0 stk Høst: 4 stk
Treskjæring kurs torsdager	Vår: 5 stk Høst: 6 stk
Data kurs i regi Seniornett I	Vår: 8stk Høst: 12 stk
Data kurs i regi Seniornett II	Høst: 7 stk
Data kurs i regi Seniornett III + pensjonistforeningen	Høst: 8 stk
Data kurs med eldresenterets egen lærer	utgått
Sanggruppe	Vår: 22 stk Høst: 18 stk

Bowling gruppe	Vår: 5 stk Høst: 5 stk
Håndarbeidsgruppa	Vår: 10 stk Høst: 12 stk
Linedance	Vår: 6 Høst: 0
Qigong nytt av høst 2010	Høst: 8 stk
Dart nytt av høst 2010	Høst: 6 stk
Hørselstest ikke gjennomført i 2010	
Grillparty (sammen med Oppsal, Rustad og Manglerud)	125 stk
Julemiddagen	50 stk
Nyttårsfest	37 stk
Mimrekveld for turene	30 stk
Arrangement for de frivillige (tur vår og treff høst)	Vår: 47 stk Høst: 50 stk
Påskemiddag	60 stk
Eldredagen i Rådhuset	10 stk
Eldredagen i bydel Oppsal Kirke	35 stk
Eldredagen lokalt arrangement	67 stk
Sverige tur	49 stk
Vauldal tur	24 stk
Tur til Leikanger	Høst: 46 stk
Hurtigruta Lofoten	33 stk
Kryssordgruppe	Vår: 6 stk Høst: 5 stk
Utleie av lokaler ved Manglerud eldresenter (kveld/helg)	Vår 75 g Høst 87 g
Gullsmed hjelp	Vår: 25 stk Høst: 30 stk
Hørselshjelper (salg av batteri til høreapparater og veiledning av tilpasning og bruk)	Vår: 15 stk Høst: 15 stk
Søm (syrr inn/ut klær, legger opp gardiner med mer)	Vår: 40 stk Høst: 35 stk
Luciafeiring	Høst: 52 stk
Søndagsåpent (4 g i året) + åpent langfredag	Ca 400 stk
Eldre mot avfall (ryddegruppe ute i nærmiljøet)	Ukjent tall
Folkeakademiet sine arrangementer	Vår 3 g Høst 4 g
Filmkafè	4 g
Dans og allsang v/COMBOS	Høst 3g
Åresalg arrangement	8 g
Salg av øl/vin til maten	8 g

3593 deltakere på treff/eldreveiledning/underholdning
 + 1715 deltakere på kurs/turer/ arrangementer/trim/test/grupper med mer
 + 200 deltakere til fotpleier
 + 300 deltakere til frisør
 = totalt 5808 deltakere knyttet til Manglerud Gård treffsenter 60Pluss ulike aktiviteter/tilbud. Dette er en økning fra 2010! Da det er manuell telling kan det være deltakere som blir telt mer enn 1 gang fordi de er med på mer enn en aktivitet/tilbud. Derfor sier vi at Manglerud Gård har ca 1200 brukere totalt i året.

Manglerud Gård treffsenter 60Pluss har en fremmøtebok som ligger ved salgsdisken og her skriver alle de som bruker treffsenteret seg inn hver gang de er tilstede. En god dokumentasjon for fremmøte/oppmøte.

Kafeteriaundersøkelsen 2010

Manglerud Gård treffsenter 60Pluss, Rustad eldresenter og Oppsal treffsenter 60Pluss har gjennomført brukerundersøkelse i ukene: 41 og 42, dato: fra mandag 11.okt til og med fredag 22. okt 2010.

Til orientering:

- Rustad treffsenter er kun åpent 3 dager i uken.
- Manglerud Gård treffsenter hadde frivillig treff 12. okt, dermed stengt for andre brukere denne dagen.

Vi legger skjema ut i senteret og ber brukerne krysse av for hvor mange ganger de besøker **treffsenterets kafeteria pr. uke.**

Resultatene forteller kun hvem som bruker kafeteriaen, ikke totalt bruk ved/av treffsenteret:

Manglerud Gård treffsenter 60Pluss fikk resultatet:

Totalt 324 registrerte seg i perioden, mot 212 i 2009

86 personer bruker senteret 1 gang pr. uke

79 " " " 2 " " "

47 " " " 3 " " "

16 " " " 4 " " "

33 " " " 5 " " "

63 " " " sjeldnere enn 1 gang i uka

Til sammen 324 personer utgjorde 677 besøk i denne perioden (inkl. den 63 som besøker eldresenteret sjeldnere enn 1 dag i uken).

Dette utgjør 135 besøk pr.dag (677 del på 5 dager = 135,4),
mot 128 besøk pr. dag i 2009.

Rustad eldresenter fikk resultatet:

Totalt 101 registrerte seg i perioden, mot 127 i 2009

23 personer bruker senteret 1 gang pr. uke

34 " " " 2 " " "

43 " " " 3 " " "

1 " " " sjeldnere enn 1 gang i uka

Til sammen **101** personer utgjorde 221 besøk i denne perioden (*med de 1 som besøker treffsenteret sjeldnere enn 1 dag i uken*).

Dette utgjør **74** besøk pr.dag. ($221 \text{ del på } 3 = 73,6$ og er helt identisk med tallet fra 2008), mot 91 besøk pr. dag i 2009.

Oppsal treffsenter 60Pluss fikk resultatet:

Totalt **381** registrerte seg i perioden, mot 329 i 2009

125 personer bruker senteret 1 gang pr. uke

108 " " " 2 " " "

79 " " " 3 " " "

34 " " " 4 " " "

5 " " " 5 " " "

30 " " " sjeldnere enn 1 gang i uka

Til sammen 381 personer utgjorde 769 besøk i denne perioden (*med de 30 som besøker eldresenteret sjeldnere enn 1 dag i uken*).

Dette utgjør 154 besøk pr.dag ($769 \text{ del på } 5 \text{ dager} = 153,8$), mot 134 besøk pr. dag i 2009.

Konklusjon: Økning av antall besøk pr. dag på 2 av treffsentrene og liten nedgang på 1 treffsenter i 2010.

7. Behov for nye tiltak og aktiviteter

Salg av vin og rekesmørbrød/ pizza og øl: 4 mandager vår og høst i tiden kl. 12-13-30.

Dette betaler deltaker selv. Ambulerende skjenkebevilling knyttet til lukket salg/arrangement er gratis for eldresenteret.

Dans på dagtid, i regi av dansebandet COMBOS, 4 ganger høst. Honorar: 1500,- pr gang = 6000,-. De spiller mellom kl. 12-13.30.

Felles turer med de andre treffsentrene bl.a Svenske turer og andre turer. Dette betaler deltakere selv.

Felles arrangementer/fest for de kommunale eldresentrene. Det blir sommerfest med grillmat og underholdning. deltaker betaler en egenandel på 250,- pr pers som skal dekke mat ugiftene. Ukjent pris på underholdning, mulig vi bruker et korps eller lignende og de gjør det gratis/frivillig. Sommer 2010 var det 150 som deltok på felles grillfest.

"Åpen dag" med informasjon for alle nye brukere og frivillige. Gratis. Dette gjøre 1 x pr vår og høst.

Oppstart av Medisinsk Qigong. Dette kurset betaler deltakere selv. Treffsenteret har vært i kontakt med den norske organisasjonen som organiserer godkjente kurs for denne type "trim".

Oppstart av **Dart** (pilkast) gruppe. Dette er hver torsdag kl. 12. til 14. Populært blant "gutta".

Det også satt av en **Film kafè** hver første tirsdag i mnd. Da viser vi en kjent og kjær film. Dette er veldig populært. Manglerud Gård fikk gave fra Sanitetsforeningen til å kjøpe en

projector til denne aktiviteten.

Det er igangsatt et samarbeid med **Folkeakademiet**. Vi avholder 3 av deres kulturtreff vår og høst. Folkeakademiet betaler kulturtreffene. Vi holder "åpent for alle". Veldig populært!

8. Personalforvaltning

Bemanning er lav og aktiviteter må tilpasses deretter. Manglerud Gård treffsenter 60Pluss med sine 2,5 stillinger ligger **under anbefalt minimumsnorm på 3 stillinger** (ref. Nasjonalforeningen for Folkehelsen). Samt at styrer kun bruker 30-40% av sin stilling som styrer ved Manglerud Gård, dette fordi det er lagt til mange ekstra oppgaver til denne personen, viser til punkt 1 i årsmeldingen. Det er derfor satt inn en fast frivillig på tirsdager og fredager på kontoret, dette utgjør 40% stilling. Det er kontortiden som må prioriteres, dette for å opprettholde en kontinuitet for eldreveiledningen, påmelding, og annen informasjon som gis fra kontoret. Det skal nevnes at den frivillige ikke utfører MÅ oppgaver som: fakturasentralen, bankinnskudd og annen kommunale adm. oppgaver.

9. Prosjekter

Prosjekt: "Aktivitet, trivsel og sosial deltakelse etter hjerneslag"

Kort om prosjektet:

Trivsel, aktivitet og sosial deltagelse etter hjerneslag. Psykososial rehabilitering i eldresenter av personer med lette til moderate hjerneslag. En randomisert kontrollert undersøkelse

Personer med lette til moderat hjerneslag inkluderes i studien gjennom kontaktpersoner ved sykehusene, Diakonhjemmet, Ullevål Universitetssykehus, Aker Universitetssykehus, A-hus og Lovisenberg. Pr 16.11.07 er det 20 inkluderte spredt over hele Oslo. Ingen fra selve Østensjø bydel, men fra omkringliggende områder. Prosjektet ble avsluttet i mars 2009 p.g.a for liten brukergruppe i prosjektet. Men Trimgruppen for slagpasienter ble opprettholdt. Dette ble avsluttet nov 2010.

Rasismefri sone og mangfold:

Det har vært gjennomført arb.trening og språk trening for en dame fra Etiopia i 60%, vår 2010. Oppstart av ny arb.trening/språktrening fra des 2010, vedkommende er fra Iran.. Dette er i samarbeid med NAV Østensjø.

Omsorg +

Styrer/koordinatør av treffsentrene i bydelen ble satt til deltagelse i arbeidsgruppen for **Utarbeidelse av funksjonell kravspesifikasjon for sykehjem og for Omsorg+ i Oslo kommune. Ansvarlig for dette arbeidet er Rådhuset og Borealis Arkitekter AS.**

Forbindelse med utarbeidelsen av generelle kravspesifikasjoner for Omsorg+ er det viktig at man som en del av prosessen får gjennomdrøftet en del prinsipielle og generelle problemstillinger før selve spesifikasjonene skal utarbeides. En sentral problemstilling som vi føler behov for å diskutere mer inngående er hvem som bør være målgruppe i Omsorg+. Konklusjonen her vil nemlig kunne virke inn både på hvilke type omsorgsboliger som bør bygges/etableres, størrelsen på dem samt hvilke driftsrom som trengs i et slikt prosjekt.

KOMMUNENS BESKRIVELSE AV MÅLGRUPPEN.

Oslo kommune har i diverse dokumenter/saker beskrevet hvem som bør være målgruppe i Omsorg+. I byrådssak 243/09 er det bl.a. sagt at Omsorg+ skal være et tilbud mellom hjem og sykehjem. Når det gjelder målgruppen for dette tilbudet står det bl.a. følgende i nevnte sak:

”Omsorg+ skal rette seg mot eldre som er i en tidlig fase av omsorgsbehov. Tilbudet skal gis til personer som gjennom aktivisering, sosialt samvær og trygghet kan oppleve at funksjonstapet bremser eller stopper opp. Målgruppen er hovedsakelig personer over 67 år, som ikke opplever tilstrekkelig trygghet i eget hjem, eller ikke har egnet bolig, samtidig som de ikke er syke nok til at sykehjem er riktig tilbud”.

”Mange eldre mennesker blir ensomme på grunn av at sosiale nettverk forsvinner eller helsen svekkes. Dette kan være starten på en spiral av negative effekter som til slutt fører til så dårlig helse og funksjonsevne at plass på sykehjem kan bli nødvendig. Ambisjonen med Omsorg+ er å gi trygghet, stimulere til aktivitet og lage sosiale arenaer for å bremse negativ utvikling med tap av funksjoner og helse”.

Miljøfyrtårnsertifisert:

Ble sertifisert i 2008 og det jobbes årlig med rapporteringer. Samt at det jobbes mot resertifiseringen i nov 2011.

10.Samarbeid med andre instanser

Menigheten (ifb med oversikt over ikke brukere og hjemmebesøk)
 Vern for eldre
 Seniortjenesten (eldre hjelper eldre)
 Barnehagene (samskaping mellom generasjoner, Lucia, 17.mai tog, besteforeldre i bhg mm)
 Sanitetsforeningen
 Abildsø pensjonistforeningen
 Høyenhall- og Manglerud pensjonistforening (hjelper til med nyttårsfesten)
 Frvillighetssentralene
 Oslo Idrettskrets 60Pluss
 Nordstrandsblad
 Ergo/fysio seksjonen
 Bestillerkontoret
 Oppsøkende virksomhet
 Demensforeningen Nordstrand/Østensjø
 Bydelsoverlegen (gjennomførte influensavaksine)
 Selvstendig næringsdrivende (frisør og fotpleier)
 NAV Østensjø
 Helse- og velferdsetaten.
 Frivillighetssentraler og andre treffsentre
 Folkeakademiet

11.Konklusjon

Treffsentrene har en stor og bredspektret aktivitet, og organiserer mange frivillige. Treffsentrene er det laveste trappetrinnet på Omsorgstrappen og dermed et viktig sted for å forebygge isolasjon og ensomhet. Samtidig forebygger det behov for andre offentlige og dyre omsorgstjenester. Eldre er en mangfoldig gruppe av alle personer i alderen 60Pluss. Dette omfatter to generasjoner av eldre innen alderspennet. Gruppen omfatter alt fra ressurssterke eldre som fortsatt er i arbeid, aktive pensjonister stadig i farten, til skrøpelige syke med behov for omfattende pleie og omsorg i løpet av døgnet.

Treffsentrene i bydel Østensjø er stolt av å kunne forvalte den menneskelige kapitalen vi har i vår flotte bydel!

Heidi K. Nordal

Styrer Manglerud Gård

Koordinator Oppsal treffsenter 60Pluss, Rustad treffsenter 60Pluss, Oppsøkende virksomhet, Bøler frivillighetssentral og Rustadgløtt Dagsenter

Heidi K. Nordal

Styrer/koordinator

Oslo, den 24.01.11