

# Årsmelding 2011

## *Manglerud Gård treffsenter 60Pluss*

### **1. Eierskap, organisering og brukermedvirning**

Manglerud Gård eies av Omsorgsbygg, Oslo kommune. Manglerud Gård treffsenter 60Pluss drives av Bydel Østensjø og er organisert i avdeling for Rehabilitering og omsorg.

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 representanter fra eldrerådet, frivillige organisasjoner, pensjonistforeninger, for de frivillige, for brukere/deltakere, og bydelen.

### **2. Mål for treffsenteret 60Pluss**

Mål: *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.*

Mål: *Treffsenterene har 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.*

#### Tiltak:

- stor og bredspektret aktivitet
- organiserer mange frivillige
- er en del av bydelens Omsorgstrappen som det laveste trinnet og gjennom aktiv kontakt med brukere og potensielle brukere, er senteret et sted for å forebygge isolasjon og ensomhet. Samtidig som tilbudene ved senteret forebygger for andre offentlige og dyrere omsorgstjenester.

Mangfoldet av aktiviteter, kan forenklet deles i ulike områder som:

Sosialt samvær

Offentlig service

Helsefremmende tilbud

Opprettholdelse av god ernæring

Fysisk aktivitet

Mental stimulans

Kulturopplevelser

Frivillig innsats

Velvære

### 3. Ansatte, brukere og frivillige

<b>Tekst:</b>	<b>Antall</b>
*Antall brukere 2011	<b>1200</b>
**Antall frivillige 2011	95
**Antall frivillige årsverk 2010	8
<b>Antall årsverk:</b>	2,5
Husholdstyrer 50%	
Husholdstyrer 50%	
Sekretær 50%	
***Styrer 100%	

\*Antall brukere er basert på manuell registrering og telling ved hjelp av fremmøtebøker hvor den enkelte bruker skriver seg inn. Ingen av de kommunale treffsentrene har data- program som registrerer brukere og frivillige.

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

\*\*\* Styrer ved Manglerud Gård Treffsenter 60Pluss sitt årsverk er plassert organisatorisk ved Manglerud Gård, men tiden er fordelt mellom Rustad treffsenter 60Pluss, Rustadgløtt Dagsenter, Bøler frivillighetsentral, oppsøkende virksomhet og Oppsal treffsenter 60Pluss.

Tabellen under viser status for antall personer 62-99+ for Manglerud distriktet pr. nov 2011. Dette er potensielle brukere av treffsenteret.

Kommune	Eldresenter	Årsgruppe	Menn	Kvinner	Totalt
0301	Manglerud	62-64 ÅR	178	187	365
0301	Manglerud	65-69 ÅR	259	306	565
0301	Manglerud	70-79 ÅR	307	525	832
0301	Manglerud	80-89 ÅR	296	533	829
0301	Manglerud	90-99 ÅR	48	116	164
0301	Manglerud	OVER 99 ÅR	1	3	4
<b>Totalt</b>			<b>1089</b>	<b>1670</b>	<b>2759</b>

Tabellen er hentet fra Det Sentrale Folkeregister.

#### 4. Selvstendig næringsdrivende

Hårpleie: Åpent 4 dager i uken. I 2011 var det kun en frisør, jobbet 80 %. Frisør har ca 300 aktive brukere i kartotek.

Fotpleie: Åpent 4 dager i uken. 1 selvstendig næringsdrivende, jobbet 80%. Fotpleier har ca 200 aktive brukere i kartotek. Antall brukere hos frisør og fotpleier er erfaringstall.

#### 5. Økonomi

Manglerud Gård treffsenter 60Pluss .

<b>Utgifter og inntekter:</b>	<b>Regnskap 2011</b>
Sum lønn og soiale utgifter	1 311'
Kjøp som inngår i kommunal produksjon:	757'
Kjøp som ikke inngår i kommunal produksjon (husleie, FDV)	456'
Overføringskostnader (mva)	120'
<b>Sum driftsutgifter inkl. mva</b>	<b>1 275'</b>
<b>Sum utgifter</b>	<b>2 675'</b>
Salgs og leieinntekter	-777'
Refusjoner	-144'
<b>Sum driftsinntekter</b>	<b>-920</b>
<b>Netto driftsutgifter</b>	<b>1 754'</b>
Gaver (finanskostnader)	30'

#### 6. Oversikt over tilbud og aktiviteter

<b>Aktivitet 2011</b>	<b>Antall brukere</b>
Salg av middager onsdager	1337stk
Salg av grøt fredager	1150 stk
88 Kulturtreff/ekstern eldreveiledning	Totalt 5548. Snitt pr treff: 63 personer
Tysk lesesirkel I	Vår: 9 stk Høst: 7 stk
Tysk gruppe II	Ingen i 2011
Engelsk kurs I	Vår: 7 stk Høst: 8 stk
Engelsk samtale gr.	Vår: 7 stk Høst: 8 stk
Spansk kurs	Vår: 8 stk Høst: 9 stk
Trim gr I	Vår: 7stk Høst: 14 stk
Trim gr II	Vår: 7 stk Høst: 14 stk
Trim for brukere med benskjørhet	Vår: 10 stk Høst: 12 stk
Nordic walking (stavgang)	Antall ikke registrert
Spaserstokken 60Pluss	Vår: 12 stk Høst: 12 stk
Svømming	Vår: 15 stk Høst: 21 stk
Bridge nybegynner	Vår: 5 stk Høst: 2 stk
Bridgen	Vår: 19 stk Høst: 20 stk
Treskjæring kurs mandager	Vår: 4 stk Høst: 4 stk
Treskjæring kurs tirsdager	Vår/høst: ikke registrert

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: 10stk Høst: 9 stk
Data kurs i regi Seniornett II	Vår: 9 stk Høst: 2 stk
Lefse-, lompe- og flatbrød baking	20 totalt
Dart	Vår: 6 stk Høst: 7 stk
Sanggruppe	Vår: 22 stk Høst: 21 stk
Bowling gruppe	Vår: 5 stk Høst: 5 stk
Håndarbeidsgruppa	Vår: 7-10 stk Høst: 7-10 stk
Seniortele (mobilbruk)	5 stk
Qi-gong	Vår: 2 stk Høst: 2 stk
Hørselstest	Vår 17 stk
Grillparty (sammen med Oppsal, Rustad og Manglerud treffsentre)	120 stk
Julemiddag	48 + 5 frivillige stk
Nyttårsfest	45 stk
Mimrekveld for turene 31.10 og 19.09	Totalt 56 stk
Arrangement for de frivillige (tur vår og treff høst)	Vår: 69 stk Høst: 50 stk
Påskemiddag	57 stk
Eldredagen i Rådhuset	30 stk
Eldredagen i bydel Manglerud Kirke	30 stk
Eldredagen lokalt arrangement	61 stk
Sverige tur	Vår:53 stk Høst: 54 stk
Tur til Gardasjøen	47 stk
Tur til Ungarn	37 stk
Kryssordgruppe	Vår: 6 stk Høst: 5 stk
Utleie av lokaler ved Manglerud eldresenter (kveld/helg)	Vår 77 ganger Høst 87 ganger
Gullsmed hjelp	Vår: 25 stk Høst: 30 stk
Hørselshjelper (salg av batteri til høreapparater og veiledning av tilpasning og bruk)	Vår: 20 stk Høst: 20 stk
Søm (syr inn/ut klær, legger opp gardiner med mer)	Vår: 124 stk Høst: 125 stk
Luciafeiring	Høst: 41 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 ganger Høst 4 ganger
Filmkafè	4 ganger
Lesesirkel	Høst 9 stk
Åresalg arrangement	8 ganger i året
Salg av øl/vin til maten	8 ganger i året

***I tillegg er det registrert:***

***5548 deltakere på treff/eldreveiledning/underholdning***

+ 3165 deltakere på kurs/turer/ arrangementer/trim/test/grupper med mer  
 + 200 deltakere til fotpleier  
 + 300 deltakere til frisør  
 = totalt 9213 deltakere knyttet til Manglerud Gård treffsenter 60Pluss' ulike aktiviteter/tilbud. Dette er en formidabel økning fra 2011! 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.

### ***Kafeteriaundersøkelsen 2011***

Det gjennomføres årlig en brukerundersøkelse ved kafeteriaene ved Manglerud Gård Treffsenter 60Pluss, Rustad Treffsenter 60Pluss og Oppsal Treffsenter 60Pluss. I 2011 ble undersøkelse gjennomført i ukene:41 og 42.

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

Undersøkelsen gjennomføres ved at brukerne bes 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 **348** registrerte seg i perioden, mot 324 i 2010

72 personer bruker senteret	1 gang pr. uke
82 " " " "	2 " " "
33 " " " "	3 " " "
32 " " " "	4 " " "
66 " " " "	5 " " "
63 " " " "	sjeldnere enn 1 gang i uka

Til sammen 348 personer utgjorde 784 besøk i denne perioden (*inkl. den 63 som besøker treffsenteret sjeldnere enn 1 dag i uken*).

**Dette utgjør 157 besøk pr.dag** (784 del på 5 dager = 156,8), mot 135,4 besøk pr. dag i 2010.

#### **Rustad Treffsenter 60Pluss fikk resultatet:**

Totalt **115** registrerte seg i perioden, mot 101 i 2010

27 personer bruker senteret	1 gang pr. uke
27 " " " "	2 " " "
61 " " " "	3 " " "
3 " " " "	sjeldnere enn 1 gang i uka

Til sammen **115** personer utgjorde 264 besøk i denne perioden (*med de 3 som besøker treffsenteret sjeldnere enn 1 dag i uken*).

Dette utgjør **88 besøk pr.dag.** (264 del på 3 = 88), mot 74 besøk pr. dag i 2010.

**Oppsal treffsenter 60Pluss fikk resultatet:**

Totalt **427** registrerte seg i perioden, mot 381 i 2010

170 personer bruker senteret	1 gang pr. uke
108 " " "	2 " " "
102 " " "	3 " " "
20 " " "	4 " " "
2 " " "	5 " " "
25 " " "	sjeldnere enn 1 gang i uka

Til sammen 427 personer utgjorde 807 besøk i denne perioden (*med de 25 som besøker treffsenteret sjeldnere enn 1 dag i uken*).

**Dette utgjør 161 besøk pr.dag** ( $807 \text{ del på } 5 \text{ dager} = 161,4$ ), mot 154 besøk pr. dag i 2010.

**Konklusjon:** Økning av antall besøk pr. dag på alle de 3 kommunale treffsentrene i 2011.

## 7. Nye tiltak og aktiviteter

**Salg av vin og rekesmørbrød/ pizza og øl: 4** mandager vår og høst. Deltaker betaler selv. Ambulerende skjenkebevilling knyttet til lukket salg/arrangement er gratis for eldresenteret.

**Felles turer** med de andre treffsentrene som Sverigeturer og lignende. Deltaker betaler selv.

**Felles arrangementer/fest** for de kommunale treffsentrene. Sommerfest med grillmat og underholdning. Deltakere betaler en egenandel på 250,- pr pers som dekker delvis matugiftene. Kostnader til underholdning avhengig av hvem som benyttes. Sommer 2011 var det 120 som deltok på felles grillfest.

**”Åpen dag”** med informasjon for alle nye brukere og frivillige. Gratis. Dette gjøres 1 x pr vår og høst.

**Oppstart av medisinsk Qi-gong.** Deltakere betaler selv. Treffsenteret har vært i kontakt med den norske organisasjonen som organiserer godkjente kurs for denne type ”trim”.

Oppstart av **Dart** (pilkast) gruppe, hver torsdag kl. 12. til 14. Populært blant ”gutta”.

**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 kjøp av en prosjektor 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!

**Felles frivillig arrangementer** er tenkt i 2012. Dette for å øke samholdet og kjennskapen blant de frivilliges funksjon og styrke ved treffsentra.

Øke tilbudet og systematisere **tilbudet for datakunnskap**. Det er opprettet internettkafe og utvidet samarbeidet med Seniornett Norge.

**Trygghetsavtale** for brukere som trenger en ekstra trygghet for å bli faste deltakere/brukere ved treffsentra. Systematisert oppfølging i starten for å føle seg trygg og inkludert.

I 2011 var det kommunevalg og derfor var det ønske om å ha politisk uke knyttet til valget. Det ble gjennomført med stor stil og humor for våre brukere.

Søndagsåpent er stort behov for våre brukere. Det er forsøkt gjennomført 4 ganger i 2011 + åpent langfredag. Da serveres det middag som de frivillige har laget.

## 8. Personalforvaltning

Manglerud Gård treffsenter 60Pluss har 2,5 årsverk. For øvrig er driften basert på frivilliges innsats. Styrer ved Manglerud Gård bruker ca 30-40% av sin stilling som styrer ved Manglerud Gård. Den øvrige tiden fordeles på ledelse av de øvrige kommunale treffsentre og frivillighetssentral og koordineringen av disse og de private treffsentre og frivillighetssentraler i bydelen.

Kontortiden prioriteters. En fast frivillig er på kontoret 2 dager per uke. Dette utgjør 40% stilling. Den frivillige utfører ikke oppgaver som er knyttet til drift som: fakturasentralen, bankinnskudd og annen kommunale adm. oppgaver.

## 9. Prosjekter

### Rasimefri sone og mangfold:

Abeidstrening/språktrening fra des 2010 og i hele 2011, 1 person fra Iran, i samarbeid med Nav Østensjø. **Gjennomført Iransk dag 5 ganger i 2011.** Det betyr at vedkommende har hatt ansvar for å lage en tradisjonell iransk middag. Positiv erfaring for brukere, den som er i praksis, de frivillige og de ansatte.

### Miljøfyrtårnsertifisert:

Sertifisert i 2008 og resertifisert i nov 2011.

### Bistått Helse- og velferdsetaten:

Ernæringsstudenter som gjennomfører intervjuer av eldre og deres matvaner. Dette er et viktig samarbeid på tvers av tj.steder og etater i Oslo Kommune. Treffsentra får vist sin funksjon og tilbud.

### 30-års jubileum

Det må nevnes kort at Manglerud Gård Treffsenter 60Pluss feiret 30 års jubileum som treffsenter i nov 2011.

### Lærlingeplass:

Manglerud Gård har vært lærlingeplass for omsorgsarbeidere. Nyttig erfaring for eleven, som lærer seg å kjenne andre tjenestetilbud innen for omsorgsarbeidet, spesielt innen lavterskeltilbud og frivillighet. Også nyttig for ansatte og frivillige.

### Sansehage/kulturhage:

Det er forsøkt å skape entusiasme rundt mulighetene ved hagen på Manglerud Gård. **GERIA, Oslo Kommunes ressurscenter for aldersdemens/alderspsykiatri**, har utført en befaring og skrevet en rapport med anbefalinger og hagens kapasitet. Rapporten er formidlet til Omsorgsbygg som eiere av gården. Bydelen søkte stimuleringsmidler fra Fylkesmannen i Oslo og Akershus, prosjekter som skal fremme aktiv omsorg og partnerskap med familie og nærmiljø. Det ble dessverre avslag på søknaden.

**Dagsenter-light ved treffsentra:**

Det er jobbet mye med å gi rett tilbud, til rett tid og til rett bruker. Fokus på de som søker dagsenterplass for å prøve tilbud innen lavterskel. Er det mulig at disse brukerne kan være brukere ved treffsentra, med tilrettelegging og trygghet?

I første rekke er det sett på revurdering av brukere som har hatt dagsenterplass i lang tid, samt ha fokus på lavterskeltilbud til nye søkere av dagsenterplass. Samhandling med bestillerkontor 18+ og treffsentra. I løpet av 2011 er det 60 brukere som har søkt dagsenterplass eller som har tenkt å søke dagsenterplass, som har startet opp i tilbud på lavterskel.

**Trygghetsavtalen** brukes nå mellom bruker og det enkelte treffsentra, dette for å sette oppfølging og vurdering av brukere i et system på lavterskelnivå.

**10.Samarbeid med andre instanser**

Manglerud menighet (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 barnehage, mm)  
 Sanitetsforeningen  
 Abildsø pensjonistforening  
 Høyenhall- og Manglerud pensjonistforening (hjelper til med nyttårsfesten)  
 Frvillighetssentralene  
 Oslo Idrettskrets 60Pluss  
 Nordstrands blad  
 Ergo- og fysioterapitjenesten  
 Bestillerkontor 18+  
 Oppsøkende virksomhet  
 Demensforeningen Nordstrand/Østensjø  
 Bydelsoverlegen (gjennomførte influensavaksine)  
 Selvstendig næringsdrivende (frisør og fotpleier)  
 NAV Østensjø  
 Helse- og velferdsetaten.  
 Seniornett Norge  
 Folkeakademiet  
 GERIA, Oslo Kommunes ressurscenter for aldersdemens/alderspsykiatri

**11.Konkusjon**

Treffsentrene har en stor og bredspektret aktivitet, og organiserer mange frivillige. Treffsentrene er det laveste trappetrinnet på Omsorgstrappa og dermed et viktig sted for å forebygge isolasjon og ensomhet. Samtidig forebygges behov for andre offentlige og dyrere omsorgstjenester. Eldre er en mangfoldig gruppe og omfatter to generasjoner av eldre. Gruppen omfatter alt fra ressurssterke eldre som fortsatt er i arbeid, aktive pensjonister på farten, og 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 frivillighetsentral og Rustadgløtt Dagsenter

Oslo, den 02.02.2012.