

Årsmelding 2009

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 frivillighetsentral, Rustadgløtt Dagsenter, Rustad treffsenter 60Pluss, Oppsal treffsenter 60Pluss og oppsøkende virksomhet. Samt ansvar for å koordinere samarbeidet mellom de kommunale og private treffsentrene og frivillighetsentralene i bydelen. Det er opprettet et brukerråd ved treffsenteret som består av elderrådet, 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, hele 453 000,- i 2009. Manglerud Gård må også betale for stabburet, selv om det ikke er i bruk for treffsenteret.

2. Mål for treffsenteret 60Pluss

Det skal legges til rette for at eldre i størst mulig grad kan bevare sin selvstendighet og selvhjelpenhet, 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 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 aktiviteter: eldreveiledning, kostholdsveiledning, trim, kurs og kulturaktiviteter mm.

3. Ansatte, brukere og frivillige

Tekst:	Antall
**Antall brukere 2009	1200
**Antall frivillige 2009	85
***Antall frivillige årsverk 2009	8
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 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, trim med mer.*

Tabellen under viser status for antall personer 62-99+ for Manglerud distriktet pr. nov 2009

Årsgruppe	Menn	Kvinner	Totalt
62-64 ÅR	197	204	401
65-69 ÅR	202	245	447
70-79 ÅR	346	622	968
80-89 ÅR	298	541	839
90-99 ÅR	31	97	128
OVER 99 ÅR	1	3	4
	1075	1712	2787

Tabellen er fra Det Sentrale Folkeregister.

4. Selvstendig næringsdrivende

Hårpleie: Åpent 5 dager i uken. Deles mellom 2 selvstendig næringsdrivende, henholdsvis 20% og 80% still. 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 2009
Lønnsutgifter inkl sosiale kostnader:	1 272'
Kjøp som inngår i kommunal produksjon:	701'
Kjøp som ikke inngår i kommunal produksjon (husleie, FDV)	453'
Overføringskostnader (mva)	143'
Sum driftsutgifter inkl. mva	1 372'
Salgs og leieinntekter	-745'
Refusjoner	- 65'
Sum driftsinntekter	- 810'
Gaver (finanskostnader)	74'

Årsregnskap vedlegges

6. Oversikt over tilbud og aktiviteter

Aktivitet 2009	Antall brukere
Salg av middager onsdager	1385 stk
Salg av grøt fredager	1225 stk
35 Kultutreff/ekstern eldreveiledning	Totalt 2343 Snitt pr treff: (66,94) = 67 stk pr treff
Tysk kurs I	Vår: 8 stk Høst: 8 stk
Tysk kurs II	Vår: 10 stk Høst: 4 stk
Engelsk kurs I	Vår: 6 stk Høst: 9 stk
Engelsk samtale gr.	Vår: 11 stk Høst: 11 stk
Trim gr I	Vår: 12 stk Høst: 12 stk
Trim gr II	Vår: 13 stk Høst: 14 stk
Trim for de med Osteoporose	Vår: 11 stk Høst: 12 stk
Nordic walking (stavgang)	Vår: 14 stk Høst: 12 stk

Spaserstokken 60Pluss	Vår: 15 stk Høst: 15 stk
Svømming	Vår: 18 stk Høst: 35 stk
Bridgen	Vår: 23 stk Høst: 22 stk
Treskjæring kurs mandager	Vår: 5 stk Høst: 5 stk
Treskjæring kurs tirsdager	Vår: 5 stk Høst: 4 stk
Treskjæring kurs onsdager	Vår: 6 stk Høst: 5 stk
Treskjæring kurs torsdager	Vår: 5 stk Høst: 5 stk
Data kurs i regi Seniornett	Vår: 45stk Høst: 0 stk
Data kurs med eldresenterets egen lærer	Vår: 7 stk Høst: 4 stk
Sanggruppe	Vår: 27 stk Høst: 20 stk
Bowling gruppe	Vår: 4 stk Høst: 4 stk
Håndarbeidsgruppa	Vår: 14 stk Høst: 14 stk
Linedance	Vår: 13 Høst: 0
Hørselstest ikke gjennomført i 2009	
Ifb med den internasjonale Osteoporosedagen, ble gjort beregninger av risiko for brudd	30 stk
Grillparty (sammen med Oppsal og Manglerud)	90 stk
Julemiddagen	50 stk
Nyttårsfest	40 stk
Mimrekveld for turene	30 stk
Arrangement for de frivillige	Vår: 47 stk Høst: 50 stk
Påskemiddag	60 stk
Eldredagen i Rådhuset	10 stk
Kiel tur våren, ikke gjennomført i 2009	0 stk
Årjeng tur (3 turer)	Vår: 46+26 stk Høst: 48 stk
Gardasjø turen	40 stk
Vauldal/Røros tur	21 stk
Kryssordgruppe	Vår: 7 stk Høst: 8 stk
Utleie av lokaler ved Manglerud	151 ganger

eldresenter (kveld/helg)	
Gullsmed hjelp	Vår: 25 stk Høst: 20 stk
Hørselshjelper (salg av batteri til høreapparater og veiledning av tilpasning og bruk)	Vår: 15 stk Høst: 14 stk
Søm (syr inn/ut klær, legger opp gardiner med mer)	Vår: 40 stk Høst: 35 stk
Luciafeiring	Vår: 0 stk Høst: 52 stk
Søndagsåpent (4 g i året) + åpent langfredag	
Eldre mot avfall (ryddegruppe ute i nærmiljøet)	Vår: 15 stk Høst: 0 stk

*2343 deltakere på treff/eldreveiledning/underholdning
+ 1306 deltakere på kurs/turer/ arrangementer/trim/test/grupper med mer
+ 200 deltakere til fotpleier
+ 300 deltakere til frisør*

*= totalt **4149 deltakere** knyttet til Manglerud Gård treffsenter 60Pluss ulike aktiviteter/tilbud.*

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 2009

Manglerud Gård treffsenter 60Pluss, Rustad treffsenter 60Pluss og Oppsal treffsenter 60Pluss har gjennomført brukerundersøkelse i ukene: 42 og 43, dato: fra mandag 12.okt til og med fredag 23. okt 2009.

Til orientering:

- Rustad treffsenter 60Pluss er kun åpent 3 dager i uken.
- Oppsal treffsenter 60Pluss har kun gjennomført en slik undersøkelse tidligere (høst 2008)

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 212 registrerte seg i perioden, mot 169 i 2008

38 personer bruker senteret 1 gang pr. uke

51 " " " 2 " " "

38 " " " 3 " " "

34 " " " 4 " " "

50 " " " 5 " " "

1 " " " sjeldnere enn 1 gang i uka

Til sammen 212 personer utgjorde 640 besøk i denne perioden (*inkl. den ene som besøker eldresenteret sjeldnere enn 1 dag i uken*).

Dette utgjør 128 besøk pr.dag ($640 \text{ del på } 5 \text{ dager} = 128$), mot 97 besøk pr. dag i 2008.

Rustad treffsenter 60Pluss fikk resultatet:

Totalt 127 registrerte seg i perioden, mot 93 i 2008

39 personer bruker senteret 1 gang pr. uke

25 " " " 2 " " "

61 " " " 3 " " "

2 " " " sjeldnere enn 1 gang i uka

Til sammen 127 personer utgjorde 274 besøk i denne perioden (*med de 2 som besøker eldresenteret sjeldnere enn 1 dag i uken*).

Dette utgjør 91 besøk pr.dag. ($272 \text{ del på } 3 = 91,3$), mot 74 besøk pr. dag i 2008.

Oppsal treffsenter 60Pluss fikk resultatet:

Totalt 329 registrerte seg i perioden, mot 318 i 2008

97 personer bruker senteret 1 gang pr. uke

93 " " " 2 " " "

68 " " " 3 " " "

28 " " " 4 " " "

7 " " " 5 " " "

36 " " " sjeldnere enn 1 gang i uka

Til sammen 329 personer utgjorde 670 besøk i denne perioden (*med de 36 som besøker eldresenteret sjeldnere enn 1 dag i uken*).

Dette utgjør 134 besøk pr.dag ($670 \text{ del på } 5 \text{ dager} = 134$), mot 133 besøk pr. dag i 2008.

Konklusjon: Økning av antall besøk pr. dag på alle 3 treffsentrene i 2009!

7. Behov for nye tiltak og aktiviteter

Salg av vin og rekesmørbrød/ pizza og øl: 4 mandager 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 vår og 4 ganger høst.

Honorar: 1500,- pr gang = 6000,-. De spiller mellom kl. 12-13.30.

Line Dance kurs på kveldstid, 5 ganger vår .Ukjent kostnad, men noe for instruktøren.Men det viser seg at lokalene ikke egner seg så godt (trangt og for mange møbler).

Felles turer med de andre eldresentrene bl.a Svenske turer og andre turer. Dette betaler

deltaker selv.

Felles arrangementer/fest for de kommunale eldrementrene. Det blir sommerfest med grillmat og underholdning. deltaker betaler en egenandel på 200,- pr pers som skal dekke mat og giftene. Ukjent pris på underholdning, mulig vi bruker et korps eller lignende og de gjør det gratis/frivillig.

Felles programblad for Manglerud og Rustad eldrementer (oppstart høst 2008).

Navn bytte: Navnbytte for all eldrementrene til treffsenter 60Pluss.

”Åpen dag” med informasjon for alle nye brukere og frivillige.

Intensiv rekrutteringskampanje for nye og yngre frivillige, dette burde være politisk forankret og utført sentralt i bydelen. Frivillighetsplanen ble vedtatt i BU høst 2009.

Golf grupper: bruke golf simulatoren ved Manglerud Star sin idrettshall. Bruken av simulatoren har en pris på 250,- pr time for 4 personer. Denne kan vi leie både på dag- og kvelds tid. Det har ikke vært noen interesse for dette.

8. Personalførltning

Bemannig er lav og aktiviteter må tilpasses deretter. Manglerud Gård treffsenter 60Pluss med sine 2,5 stillinger ligger *under anbefalt minimumsnorm på 3 stillinger* (ref. Nasjonalforening 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 mandager 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 eldrementer 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.

Rasismefri sone og mangfold:

Det har vært gjennomført arb.trening og språk trening for en dame fra Etiopia i 60%, i hele 2009. Dette er i samarbeid med NAV Østensjø.

Miljøfyrtårnsertifisert:

Ble sertifisert i 2008 og det jobbes årlig med rapporteringer. Samt at det jobbes mot resertifiseringen i 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, besteforeldre i bhg)
 Sanitetsforeningen
 Abildsø pensjonistforeningen
 Høyenhall- og Manglerud pensjonistforening (hjelper til med nyttårsfesten)
 Frivillighetssentralene
 Eldre mot rasisme
 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

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 alderspenget. 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.

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

Heidi K. Nordal
 Styret Manglerud Gård
 Koordinator Oppsal treffsenter 60Pluss, Rustad treffsenter 60Pluss, Oppsøkende virksomhet,
 Bøler frivillighetssentral og Rustadgløtt Dagsenter

Vedlegg:

Årsregnskap