

# "Gør din tid som seniormedarbejder i ældreplejen i Faxe Kommune til en god tid"

## Baggrund for og beskrivelse af projektet

Ældreplejen i Faxe Kommune har en hel del medarbejdere, der allerede er fyldt 50 år. Vi har haft dette projekt i ældreplejen, da vi har et ønske om at blive en attraktiv arbejdsplads, også for vores seniormedarbejdere.

Ældreplejen har ikke tidligere haft mulighed for at afdække og udvikle seniormedarbejdernes behov og ønsker, men med støtte fra KL's og FOA's "Pulje til støtte af projekter om medarbejderindflydelse på eget arbejde i ældreplejen" er projektet blevet gennemført.

Projektets overordnede formål var, at være med til at give den enkelte en god tid, som seniormedarbejder i ældreplejen.

35 medarbejdere over 50 år og på tværs af ældreplejens faggrupper, har deltaget i projektet.

Projektet startede primo september og er afsluttet med en åben konference for alle interesserede d. 19. december 2007.

Nye aktiviteter, som arbejde i netværksgrupper og tilbud om personlige coaching samtaler, er afprøvet i projektet. Projektet har også gennem personlige interview afdækket deltagernes ønsker og behov, som seniormedarbejder.

Konsulenter fra konsulentfirmaet ChancenRdin har stået for alle aktiviteter.

"Jeg håber der bliver lyttet til os, og at andre medarbejdere får samme mulighed, som os"

SSH'er, 56 år.

Projektets resultater er fortsat nye, men projektet er et led i en samlet strategi for rekruttering og fastholdelse af medarbejdere. Det er tanken, at ideer og resultater fra projektet skal indgå i kommunens fremtidige seniorpolitik i form af anbefalinger.

"Jeg håber vi bliver hørt, og der kommer flere lignende projekter undervejs"

SSH'er, 57 år.

## Indledende personlige interview

Projektet startede med indledende personlige interview.

Alle 35 deltagere deltog i interviewene, som blev afholdt over 14 dage, medio september 2007.

Enkelte deltagere følte at interviewene gik lidt tæt på, men 90% havde det fint med interviewet og som en deltager sagde:

"Det var dejligt, at var nogen som interesserede sig for mig og mit job— ja, det at møde anerkendelse" SSH'er, 56 år

Det overordnede resultat af afdækningen var:

- Stor jobtilfredshed.
- Der skal ikke tages særlige hensyn i jobbet pga. deres alder.
- Mange føler sig godt klædt på til en kommende pensionisttilværelse.
- Ca. 70% forventer at blive længere i jobbet, hvis de får særlige seniorvilkår.
- Seniorerne skal ikke tages for givet, da 57% har overvejet eller har haft sagt andet job indenfor det sidste år.

### Indhold:

- > Baggrunden for projektet og beskrivelse af dets aktiviteter
- > Netværksgruppernes arbejde
- > De personlige coaching samtaler
- > Projektets resultater
- > Deltagernes ønsker, behov og udbytte

### Læs om:

Baggrund for projekt

Indledende interview

Netværksgrupperne

Personlige samtaler

Projektresultater

Deltagernes udbytte

Ældreplejens udbytte

### Første fælles netværksmøde



Netværksgrupperne blev nedsat på baggrund af deltagernes forslag til emner, som de ønskede at arbejde med.

Følgende netværksgrupper blev nedsat:

- Kommunikationsgruppen
- Endeligt farvel til Flinkeskolen
- Gruppe for seniorpolitik

- Gruppen for positiv tænkning

- Stressgruppen

- Læs mere om de enkelte gruppers arbejde under hver gruppe.

Hver netværksgruppe mødtes tre gange to timer, i perioden fra primo oktober til ultimo november 2007.

Alle møder blev indledt med et oplæg fra konsulenter. Oplæg, til emner, som gruppen selv definerede og som de efterføl-

gende arbejdede videre med.

Alle på nær en deltager oplevede arbejdet i netværksgrupperne, som godt, givtigt eller rigtig godt.

70% af deltagerne deltog i alle tre møder. 80% af alle deltagere følte at netværksmøderne var med til at klæde dem bedre på til at gøre deres tid, som seniormedarbejder til en god tid.

" Det har været et rigtig godt projekt, lærerigt og oplysende. Og så har det været sjovt samtidigt"

SSH'er, 50 år

## Kommunikationsgruppen

Netværksgruppen bestod af seks deltagere.

Gruppen arbejdede med dialog og vidensdeling i forhold til kommunikation på arbejdspladsen.

De talte om verbal- og nonverbal kommunikation, kommunikationsmodeller, klar kommunikation og hvordan "man holder

bolden på egen banehalvdel".

Særligt arbejdet med Giraf-sprog, var til stor inspiration for gruppen.

Gruppen havde også fokus på hvordan de kunne give deres læring videre til kolleger og ledelse og har lavet en folder, som kort præsenterer Giraf-sprog.

Ved den fælles afslutning præsenterede gruppen Giraf-sprog ved hjælp af en eventyrfortælling om en medarbejder Hildur, som var ansat i ældreplejen i Store Løsøre.

"Jeg har fået rigtig meget ud af møderne, og fået nogle gode redskaber, som har givet god respons" Sygeplejerske, 60 år

## Endeligt farvel til Flinkeskolen

6 deltagere valgte at arbejde med "et endeligt farvel til Flinkeskolen".

Deltagerne har erfaret, at det aldrig er for sent at melde sig ud af Flinkeskolen og at det er muligt ved bl.a. at være mere bevidst om egne følelser.

Gruppen har udarbejdet en folder, som bl.a. indeholder huskereglene. Regler, som kan

være med til at hjælpe andre kolleger med også at sige fra.

Ved det sidste netværksmøde udtalte hver deltager følgende:

"Jeg har fået noget med, som jeg kan bruge hver dag"

"Jeg har lært at sige fra uden at være bange for at komme i konflikt"

"Det har været rart at være

sammen med andre, som er i samme situation"

"Jeg har fået mere selvtillid og vi har haft det rigtig hyggeligt"

"Jeg er gået glad hjem fra netværksmøderne hver gang, med ny energi og gå-på-mod til at udfordre mig selv"

"Jeg har fået mere selvtillid og tør nu stille spørgsmål"



De første aftaler for netværksgruppen

## Gruppen for seniorpolitik

Gruppen som har arbejdet med seniorpolitik og seniorordninger har bestået af syv deltagere.

Gruppen har iværksat to tiltag. Det ene tiltag var at arrangere et møde for alle seniormedarbejdere (over 50 år). På mødet fortalte en repræsentant fra FOA om deres erfaringer på seniorområdet. På mødet deltog 50 personer, hvor af de 18 var deltagere i projektet.

Gruppens andet tiltag var en spørgeskemaundersøgelse blandt alle medarbejdere i æl-

dreplejen, der er fyldt 50 år. Undersøgelsens formål var at afdække seniormedarbejdernes ønsker til og behov for en seniorordning.

91 personer besvarede spørgeskemaet og det overordnede resultat var, at mere end 2/3 af svarpersonerne mener at kunne lokkes til at blive lidt længere i jobbet, hvis der laves en god seniorpolitik.

På baggrund af undersøgelsen har gruppen lavet tre anbefalinger til en kommende seniorpoli-

tik. De tre anbefalinger er:

- Alle medarbejdere skal ved det fyldte 50. år have to betalte seniorfridage om året.
- Ved det fyldte 55. år skal medarbejdere tilbydes mulighed for fire dages arbejdsuge, med lønkomensation.
- Ved 60 år tilbydes en ekstra uges betalt ferie pr. år.



Netværksgruppemøde



Positiv tænkning har været i fokus for otte af projektdeltagerne.

Gruppen har arbejdet med hvad positiv tænkning er, og hvordan det kan bruges og gøres i dag-

## Gruppen for positiv tænkning

ligdagen. Både hjemme og på arbejdspladsen og i forhold til såvel sig selv, borgere, kolleger, som til ledelsen.

### Det er hvad det er!

- en vigtig sætning og huskeregel i forhold til at holde fokus på den positive tænkning.

Ved den fælles afslutning kom

gruppen med flere gode historier, som alle viste at vi selv kan vælge den positive tilgang frem for at fokusere på begrænsninger.

Gruppen har også arbejdet med teknikker til at starte dagen positivt. Ligesom de har arbejdet med sammenhængen mellem krop og sjæl.

Projektet som helhed har været meget udbytterigt, både personligt og arbejdsmæssigt. Alle forventninger er indfriet og jeg har haft lyst til at komme hver gang"

Sygeplejerske, 60 år

## Stress-gruppen

Stress-gruppens otte deltagere har arbejdet med stress på både et teoretisk og praktisk plan.

Gruppen har også foretaget en spørgeskemaundersøgelse blandt kolleger i forhold til stress. 96 svarede på undersøgelsen og af dem følte 36 stress i hverdagen. Og flest svarede at de følte stress, når

de følte sig presset og eller ikke følte at de kunne levere den kvalitet i arbejdet, som de gerne ville.

Gruppen har arbejdet med "trafiksignalet" fra [www.forebygstress.dk](http://www.forebygstress.dk). Det viser hvilke signaler man skal være opmærksom på, både i forhold til en selv, men også i forhold til kolleger.

På det afsluttende møde præsenterede gruppen nogle huskeregler og øvelser, som kan forebygge stress.

"Det kunne være sundt for alle medarbejdere, at arbejde med og få viden om stress"

SSH'er, 57 år

## Afsluttende fælles netværksmøde



Grupperne præsenterer deres arbejde for hinanden



33 af de 35 deltagere har taget i mod tilbuddet om personlige samtaler. 75% af deltagerne har haft to eller flere samtaler.

Indholdet for samtalerne har for mere end 2/3 været i forhold til både personlige og arbejdsrelaterede emner.

"Jeg har fået nogle rigtig gode brugbare redskaber, og det har været rigtig godt at tale med en professionel udenforstående"

Økonoma, 52 år

97% af deltagerne har oplevet

samtalerne, som værende gode eller rigtig gode. 90% mener at et tilbud om personlige samtaler ville være et relevant fremtidigt gode for både dem selv og øvrige kolleger.

"Alle mine kolleger burde have samme mulighed, det var helt fantastisk" SSH'er 60 år

Samtalerne har været afholdt i såvel Haslev, Rønnede og Faxe og har været af ca. en times varighed på selvvalgte dage og tider.

"Samtalerne har givet mig nogle redskaber til at få sagt tingene lidt anderledes og de har gjort mig mere positiv"

SSH'er, 51 år

Ingen af deltagerne har oplevet problemer med at få fri til samtalerne. Både kolleger og ledelse har været meget forstående overfor projektets aktiviteter.

"Mine kolleger har støttet mig og min leder er gået 100% ind for det". SSH'er 56 år

"Projektet har sat en masse tanker i gang, som jeg bruger hver dag .

—En gave jeg ikke vidste at jeg ville få."

Ernæringsassistent, 50 år.

## Projektresultater

Projektet er forløbet som planlagt og i forhold til den oprindelige tidsramme.

Projektet blev fra starten rigtig godt modtaget af såvel deltagere, kolleger som ledelse. Og kun én deltager har pga. sygdom ikke været med i hele projektet.

Alle projektdeltagere fik fra starten udleveret en lille smiley badges, til kitlen. Formålet med den lille smiley var, at skabe nysgerrighed og vidensdeling om projektet, hvilket den også efterfølgende viste sig at have gjort.

"Mine kolleger har spurgt til den og den har skabt nysgerrighed" SSH'er, 54 år

Ved de afsluttende personlige interview blev deltagerne spurgt om de følte, at projektet havde været med til at klæde dem bedre på i forhold til at gøre deres seniortid til en god tid.

- 87% mente ja eller ja, rigtig meget.
- 10 % mente lidt
- 3% mente slet ikke

"Det er synd der ikke har været flere kolleger med i projektet, da det har været godt og udbytterigt" SSH'er, 50 år

Samtidig har 77 % af deltagerne svaret at de mener, at projektet har været med til at give dem nye muligheder i forhold til at blive lidt længere i jobbet, end først planlagt— dog under forudsætning af at projektets resultater anvendes, i større eller mindre grad.

"Medarbejderne har været dybt engageret og har glædet sig fra gang til gang de har mødtes. Og denne positive stemning har de formået at viderebringe til deres øvrige kolleger" Leder

Foruden de enkelte deltagers udbytte af projektet, har det sat

fokus på seniorer, samt givet ældreplejen i Faxe Kommune en masse viden om seniormedarbejdernes ønsker og behov. Vi har nu et meget bedre udgangspunkt for den kommende seniorpolitik.

Projektet overordnede formål er nået ved at:

- Klæde seniormedarbejderne på til en god seniortid
- Afdække seniormedarbejdernes behov og ønsker.
- Afprøve det individuelle fokus vha. de personlige samtaler.
- Afprøve arbejdet i netværksgrupper

"Projektet har fuldt levet op til vores forventninger, og mere til. Den bedste julegave vi kunne ønske os. Vi ser frem til at arbejde videre med resultaterne. Eldrechef



Så er vi nået til den fælles afslutning

## Deltagernes udbytte og udtalelser om deres deltagelse i projektet

"Projektet har givet mig en masse viden, sjovt samarbejde med nye kolleger og større interesse for hvad jeg selv vil, når jeg bliver ældre"  
SSH'er 50 år

"Projektet udviklede sig til glæde for mig, for jeg kom med en lidt negativ holdning — det har været meget positivt"  
Sygehjælper, 64 år

"Det bedste ved projektet har været at være sammen med andre og opleve at man ikke er den eneste, som har det sådan og at der har været nogen der lytter og tager mig alvorligt"  
SSH'er, 55 år

"Jeg synes jeg har fået meget ud af projektet. Det gælder både netværksmøderne og de personlige samtaler"  
Sygeplejerske, 60 år

"Det er altid godt at tale med andre kolleger og spændende at få en viden om seniorpolitik. Jeg håber vores anbefalinger giver inspiration og at projektets resultater bliver brugt"  
SSH'er 51 år

"Jeg har lært, at alderen ikke er så afgørende for dette job— jeg er overrasket over hvor mange der virkelig gerne vil jobbet. Vi er stærke, sunde og robuste kvinder i ældreplejen"  
SSH'er, 57 år

"Jeg har fået stof til eftertanke i forhold til at blive på jobbet og hvad der skal ske, når jeg stopper. Jeg har virkelig fået noget at tænke over"  
SSH'er 51 år

"Projektet har lært mig at sige fra og jeg har åbnet mig i forhold til kolleger og ledelse"  
SSH'er 54 år

"Projektet har lært mig nye kolleger at kende, jeg er begyndt at tænke mere positivt og det har givet fokus på os seniorer. Jeg har lært, at selv om jeg er senior er jeg ikke fortabt, man kan godt have en mening og der er stadig brug for os".  
SSH'er 59 år

"Det bedste ved projektet var kombinationen af aktiviteterne og det at være sammen med andre jævnaldrene kolleger.  
Sygehjælper, 55 år

"Jeg synes det har været spændende og jeg har fået noget, som jeg har lyst til at gå videre med og som har udfordret hverdagen på en helt ny måde"  
Sygehjælper, 52 år

Det har været rart at vende nogle ting med nogle uvildige, at snakke med andre kolleger og høre om deres verden samt at få redskaber til at bearbejde problemstillinger"  
SSH'er, 60 år



- det er spændende at høre hvad de andre grupper har arbejdet med!

**"Jeg skulle bare have hørt om et sådan projekt for et par år siden!"**

Sygehjælper, 59 år

### Netværksgruppernes kreativitet



Læs mere på  
[www.personaleweb.dk](http://www.personaleweb.dk)

Læs mere om KL's og FOA's pulje og de øvrige projekter, som er med på:

[www.Personaleweb.dk](http://www.Personaleweb.dk)

På denne hjemmeside vil du også kunne læse mere om dette projekt.

Projektet blev afsluttet med en åben konference for alle interesserede onsdag

d. 19. december 2007.

63 personer deltog i konferencen. Der var deltagere lige fra Odsherred til Stevns Kommune, menige medarbejder til politikere og såvel unge som ældre.

Konferencen indeholdte både faktuelle informationer om projektet og workshops, hvor netværksgrupperne præsenterede deres arbejde.

Deltagerne udviste stor lydhørhed og spørgelyst – en rigtig god stemning!

Ældreplejen i Faxe  
Kommune

Ældreplejen i Faxe Kommune  
– en attraktiv arbejdsplads!



Faxe Kommune  
Ældreplejen  
Frederiksgade 9  
4690 Haslev

Kontaktperson:  
Projektleder  
Inge Lymark

Telefon: 5620 3378  
Web : [www.faxekommune.dk](http://www.faxekommune.dk)  
- se under sundhed, pleje og omsorg



## Ældreplejen i Faxe Kommune

Ældreplejen i Faxe Kommune har i alt ca. 500 ansatte. Antallet af seniormedarbejdere svarer til landsgennemsnittet på ca. 35%.

Faxe Kommunes ældrepleje deltager i det Nationale Forskningscenters undersøgelser. Vi er en af de tre kommuner på landsplan, som er i gang med udvikling af netværk og

coaching af ledelsen. En udvikling der støtter dette projekt, da lederne vil være godt rustet til at gå i dialog med de afklarede seniormedarbejdere i forhold til behov og ønsker for et fremtidigt jobindhold.

chancen  din

Du er velkommen til at kontakte de eksterne konsulenter for nærmere oplysninger om projektets aktiviteter. tlf. 4071 2200  
Email:  
[info@chancenRdin.dk](mailto:info@chancenRdin.dk)  
[www.chancenRdin.dk](http://www.chancenRdin.dk)