



PÅRØRENDEPROSJEKT: De skal samarbeide for å få pårørende prosjektet inn i kommunens drift. Fra venstre fagutviklingssykepleierne Trine Myrvold og Solvor Nybakken, leder for Frivilligsentralen Anne Thingstad Eriksen, fungerende helse- og omsorgssjef Anne Brendjord, veileder for prosjektet, Marit Toverud og koordinator Heidi Røste. FOTO: TRUDE ÅNNEVIK

Fortsatt hjelp til slitne pårørende

Mange slitne pårørende i Hamar fått avlastning med hjelp av frivillige de siste tre årene. Nå setter kommunen i gang nye kurs.

Trude Ånnevik

948 41838 / tan@h-a.no

– Det har absolutt vært et vellykket prosjekt. Mange har fått god hjelp, sier Marit Toverud. Hun har vært veileder for prosjektet der frivillige gir avlastning til pårørende som har store omsorgsoppgaver. Toverud er knyttet til Utviklingssenter for sykehjem og hjemmetjenester i Hedmark, og det var dette utviklingssenteret som sammen med Hamar kommune og Hamar Frivilligsentral sto bak det treårige prosjektet. Prosjektiden er over, men Hamar kommune vil sammen med Frivilligsentralen drive ordningen videre.

Nå er det 25 frivillige som er inne i ordningen. 11. februar blir det satt i gang nye kurs for å få med enda flere frivillige. Heidi Røste i staben til helse- og omsorgssjefen skal koordinere arbeidet og legge opp kursingen. Frivilligsentralen skal hjelpe til med å skaffe flere som vil ta på seg denne oppgaven. De håper å få med både studenter som vil ha dette på CV-en sin og pensjonister som har tid til å avlaste pårørende.

– Vi er fleksible på hvor ofte og hvor lenge, men det er snakk om noen timers avlastning i løpet av ei uke slik at de pårørende kan komme seg litt ut, kanskje ta en tur til frisøren. Da kan den frivillige enten være hjemme hos vedkommende, eller ta en tur, gå på kafé, sier Heidi Røste.

Marit Toverud ved Utviklingssenter for sykehjem og hjemmetjenester er nå i gang med å lage ei håndbok på bakgrunn av de erfaringene som Hamar har gjort i det treårige prosjektet. Håndboka er ment å være en starthjelp til andre kommuner som vil gjøre noe tilsvarende.