



Tilbudsbeskrivelse Bevægelsesgruppen 2021

Kontakt

Bevægelsesgruppen, Kulturhuset, VASAC

Adresse: Rosenkildevvej 91B, 4200 Slagelse

Telefon: 24907862

Mail: emije@slagelse.dk / Behan@slagelse.dk

Målgruppe

Bevægelsesgruppen er et aktivitets- og samværstilbud for personer fra 18år med betydelig nedsat fysisk eller psykisk funktionsevner. Borgere som er tilknyttet bevægelsesgruppen, har en interesse i at være fysisk aktive igennem forskellige idræts- og sports aktiviteter og har interesse i at indgå i et socialt fællesskab.

Fysiske rammer

Bevægelsesgruppen er en del af Kulturhuset som består af 4 grupper, Kunst, Bevægelse, Musik og Teater. Vi har et stort grupperum, som er omdrejningspunktet for hverdagen og vores aktiviteter.

Bevægelsesgruppen har i dag tilknyttet 9 medarbejdere 2 personaler og en 2.års studerende.

Kulturhuset ligger i et beskyttet område, hvor der er gode muligheder for vores daglige gåture, samt at man kan benytte vores terrasse når vejret tillader.

Metode

Low Arousal

Grundtanken i Low Arousal er, at ro smitter. Derfor er det vigtigt ikke at gå med medarbejderen op i affekt, men i stedet træde et skridt tilbage. Derudover er det vigtigt at:

- Undgå straffende konsekvenser og sanktioner i forhold til borgernes adfærd.
- Arbejde med selvrefleksion.
- Skabe positive relationer til borgerne.
- Håndtere den udfordrende adfærd gennem for eksempel kravnedsættelse, rolig og lav stemmeføring og neutralt kropssprog.

Faglig tilgang

Recovery

- Gør ikke noget for medarbejderen. Gør noget med medarbejderen
- Fokuser ikke kun på løsninger. Fokuser på vejen til løsningen. Bliv i nuet.
- Lad uenigheden opstå. Forsøg ikke at undgå konflikter. Vær nysgerrig og tage den ind.
- Hav ingen svar parat. Mød op med åbent sind.
- Lad svarende opstå som en naturlig del af processen

Resource fokuseret

- Funktionsnedsættelse er en del af borgeren
- Borgere med funktionsnedsættelse har de samme behov som alle andre
- Selvom man har en funktionsnedsættelse, er man i stand til at træffe gode beslutninger i eget liv
- Der er ikke én hjælp der passer alle
- Værdsatte sociale roller er vigtigt for at trives
- MÅL skal udspringe fra medarbejderen selv

Medbestemmelse

- Medarbejderne har muligheden for at være aktive aktører på deres arbejdsplads. Åbne dialoger om hvilke aktiviteter som skal afprøves indenfor gruppens ramme/fokuspunkt (bevægelse)
- I Kulturhuset afholdes medarbejderrådsmøder, hvor medarbejderne får muligheden for at være medaktører på deres arbejdsplads, ved at komme med forslag om ændringer i fysiske rammer eller åbne op for forskellige dialoger.
- I gruppen udarbejder vi delmål sammen med medarbejderen. Så medarbejderen har et "fyrtårn" eller et mål at gå efter. Dette kan skabe en god læringsproces, hvor medarbejderen er motiveret i aktiviteterne, oplevelsen af en meningsfuld hverdag og engageret i sin arbejdsplads.

Anerkendende tilgang

Medarbejderne mødes med anerkendelse og på en måde, som validerer medarbejderens 'verdenssyn'. Det vil sige en tilgang, som giver gyldighed til medarbejderens tanker, følelser, ønsker og grundvilkår også i tilfælde, hvor medarbejderens handlinger måske er uhensigtsmæssige. (*Socialstyrelsen*)

- Blive set af andre som det menneske, man er.
- Blive taget alvorligt som menneske.
- Blive mødt som ligeværdig.
- Føle sig OK som den, man er.

Dagligdagen

I bevægelsesgruppen er vores fokuspunkt at bevare og styrke dine fysiske færdigheder og sociale samspil igennem de daglige aktiviteter. For at arbejde med begge fokuspunkter, laver vi mange sociale og fysiske aktiviteter såsom Handileg, folkedans, sanglege, gåture, gymnastik, boldspil, bowling m.m. som er en del af en struktureret ugeplan.

Et ugeprogram kunne se således ud:

Hver morgen efter morgenkaffen, starter vi med morgensamling ved kommunikationstavlen, hvor vi gennemgår hvad der skal ske den gældende dag af aktiviteter. Derudover får hver borger og personale på skift, muligheden for at fortælle om sig selv og om hvilke oplevelser vedkommende har haft. Efter kommunikationstavle laver vi gymnastik og herefter laver vi vores formiddagsaktiviteter, som består af:

Mandag: 1. og 3. mandag Handileg på tværs af huset. 2. og 4. mandag sanglege

Tirsdag: Kastelege



Formålet med projektet er at anvende de gode erfaringer med legen til øget livskvalitet gennem et brugerinddragende aktivitets- og kursusforløb.

Projektet skaber sammenhold blandt medarbejdere og personale på tværs af institutioner. Gennem leg og aktiviteter skabes et fælles 3. som danner samlingspunkt for positive relationer mellem mennesker med forskellige fysiske eller psykiske udfordringer.

Praktisk info om

- Fællesaktiviteter i Kulturhuset, tages op en gang om året. Disse aktiviteter bliver skrevet ned i en fælles gruppekalender som kaldes Årshjulet, så alle grupper kan følge med i, hvad der sker de gældende måneder.
- I nærheden af Kulturhuset ligger Café Rose, som er et mødested og Cafe, hvor der kan købes frokost, kage og andre fornødenheder. Derudover bliver der spillet live musik en gang om måneden af Sunshine Band, som holder til i Kulturhusets Musikgruppe.
- I bevægelsesgruppen har vi en kaffekasse, hvor man hver måned betaler 60kr til kaffe, te, saftvand, kakao, fødselsdagsgaver m.m.

