

# «Tid som gave»

*Frivillige til de som er alvorlig syke og deres pårørende*



Silje Wergeland Kvestad  
Kreftkoordinator i Sandefjord kommune  
Frivillighetskoordinator i «Tid som gave»

# Hva er «Tid som gave»?



- Bakgrunn for prosjektet
- Oppstart høsten 2014 (USHT-V i samarbeid med Sandefjord kommune. Tilskuddsmidler fra Helsedirektoratet, Sandefjord Kreftforening og Odd-Gleditsch-fondet
- TERMIK (Terminal Omsorg i Kommunen)
- **Målgruppe:** Pasienter med kort forventet levetid og deres pårørende både i hjemmet og på lindrende enhet
- **Målsetting:** Frivillige bidrar til at pasienten og deres pårørende opplever livskvalitet og verdighet i livets siste fase
- 20% koordinatorstilling i drift 2019

# Det sies mange gode ord om de frivillige....

«Godt å snakke med noen utenfor familien-  
en fast og stødig frivillig»

«Lysglimt i hverdagen»

«Forutsigbart»

«Vi har mye felles og like verdier, det betyr  
mye for meg»

«Vi har virkelig funnet tonen»

«Jeg har savnet henne i sommer»

«Hun har gitt meg mulighet til å komme  
steder jeg ikke har vært på mange år»

«Det er en god opplevelse av å være sammen  
med den frivillige»

«Skulle ønske jeg hadde møtt henne før...»

«Jeg opplever det frivillige engasjert og  
samfunnsorientert – dette liker jeg»

«Rene vitamininnsprøytingen»

«Er så takknemlig for henne»

«Dagene hun kommer blir annerledes enn de  
andre»

«Ikke at hun er «stygg» hun jeg bor med,  
men det er trivelig med litt forandring...»

«Det er eneste negative er at tiden går så  
altfor fort»

«Funnet tonen, gjør ikke det med alle. Skulle  
gjærne hatt henne som svigerdatter»

«Det er så godt, for hun tåler meg.....  
slik jeg er nå...»



# **NOU 2017:16 «På liv og død»**

«Den frivillige skal fylle en annen rolle enn helsepersonell. Frivillige kan gi av sin tid og bidra til å forebygge ensomhet, gi økt velvære og styrke livskvaliteten, både hos pasient, pårørende og hos den frivillige selv. Frivilliges innsats er pasientsentrert og den kan bidra til å bedre pasientens fysiske, psykiske, sosiale og åndelige/eksistensielle behov. Frivillige kan også bidra til at pårørende opplever seg ivaretatt.»

# Hvilken type frivillighet har vi behov for?

## **Livsberikelse:**

De frivillige bidrar med kulturelle, sosiale, estetiske opplevelser, fellesskap, praktisk hjelp.

## **Livsstøtte:**

De frivillige bidrar med direkte støtte og omsorg en-til-en.

(Johansen og Hagerup, 2017)

# «Tid som gave» i praksis

- Hvordan bli frivillig i «Tid som gave»?
  - Kursrekke. Dybdesamtale. Handler om egnethet
- Hvem er de frivillige?
- Hvilke oppdrag gjør de?
- Min rolle som koordinator
- utfordringer
- Suksesskriteriene
  - Modell
  - Koordinatorens nærhet til pasientgruppen
  - Veiledning
  - Tilhørighet
  - Tilgjengelighet



# Temaer gjennom kurset:

- «Hva betyr det å være frivillig?»
- «Å være alvorlig syk»
- «Omsorg for alvorlig syke i hjemmet»
- «Å møte døden»-sorg og forsoning
- «Mennesker i krise»
- «Kommunikasjon»