



Title:

Presenting author: Siri Bjerkan

Mail: siri.bjerkan@livsgledeforeldre.no

phone: 48029577

Authors: Siri Bjerkan

Generasjonsmøter

-En ABC-aktivitet for god psykisk helse

Bakgrunn:

Livsglede for Eldre (LFE) sitt arbeid med generasjonsmøter kan ses i sammenheng med regjeringens arbeid med å forme et målrettet samfunnsoppdrag knyttet til å håndtere utenforskap i samfunnet. Behovet for flere generasjonsmøter og innsats knyttet til utenforskap er blant annet nevnt i flere reformer og strategier. LFE sitt arbeid på dette område er et bidrag for å fremme fellesskap og inkludering blant barn, unge og eldre i Norge. LFE har valgt å knytte dette opp mot teorien ABC; Act, Belong, Commit som handler om å bygge og styrke psykisk helse i hele befolkningen.

Beskrivelse av prosjektet:

I arbeidet med dette har vi videreutviklet flere konsepter som fremmer generasjonsmøter der hovedessensen i alle møtene er å gjøre noe aktivt, gjøre noe sammen og gjøre noe som føles meningsfylt for de inkluderte. Vi har hatt fokus på økt rekruttering av skoler (barneskoler, ungdomsskoler og videregående), barnehager og frivillige inn mot eldreomsorgen, og bygge gode lokalsamfunn med inkluderende møter på tvers av generasjoner. Ved å feste dette til ABC-rammeverket har vi satt fokus på det helsefremmende aspektet ved psykisk helse.

Resultater:

Resultatet av dette har blitt en videreutvikling av konseptene Livsgledebarnehage, Livsgledeskole, Livsgledeforening og Digivenn. Livsgledeskoler og Livsgledebarnehager er skoler og barnehager som drar på besøk hos eldre på sykehjem eller aktivitetsentre, og gjør ulike aktiviteter sammen med de eldre. Konseptene bygger nå på generasjonsmøtemodellen og skal legge til rette for møter som oppleves som meningsfulle for alle involverte. Det er også økt fokus på inkludering og samskaping. Livsgledeforeningene skaper aktiviteter for eldre i sitt nærmiljø og inkluderer ofte skolene og barnehagene i arbeidet sitt. Digivenn er et lavterskel veiledningstilbud hvor elever ved videregående skole lærer opp seniorer på digitale flater gjennom sin skolehverdag og her er ABC-rammeverket integrert i opplæringen av

digivennene gjennom et arbeidshefte. Alle disse konseptene utvikles nå videre i tråd med å gjøre noe aktivt, noe sammen og noe meningsfylt.

Hva har vi lært?

Fra generasjonsmøtene ser vi at følelsen av isolasjon og ensomhet hos både barn, unge og eldre minsker, og at de fremmer forståelse og solidaritet gjennom inkludering og mangfold. Møtene skaper gode møteplasser i lokalsamfunnet med plass til felles opplevelser, læring og kunnskap på tvers av alder. Videre bidrar møtene til å fjerne aldersstereotyper, mobilisere frivillighet og fungerer som en brobygger i nærmiljøet.

Hovedbudskap:

Gjennom generasjonsmøter kan man fremme god psykisk helse for alle inkluderte gjennom aktivitet, inkludering, gode opplevelser og felleskap i lokalsamfunnet.