

Friskliv for utviklingshemmede

Author : Redaksjonen Idebank

Categories : [Metoder](#)

Date : 27. februar 2017

Målgruppe

Andre

Mål

Ansatte som arbeider med utviklingshemmede som ikke er vesentlig bevegelseshemmede, er noenlunde selvhjulpne i ADL, og som kan ha nytte av livsstilsendring.

Idé innsendt av

Bergen kommune

Beskrivelse av idéen

Frisklivssentralen Bergen hadde 2013-2015 et samarbeid om livsstilskurs for ansatte i Etat for tjenester til utviklingshemmede (TTU), som et ledd i en større satsing relatert til livsstil for utviklingshemmede.

Formålet har vært å stimulere til arbeid for sunnere livsstil hos tjenestemottakerne. Selv om det ikke ble gjort noen kartlegging av status før oppstart, er det et klart inntrykk at det er større fokus, mer interesse og gode tiltak, som har ført til endring i kosthold og aktivitetsnivå hos mange tjenestemottakere.

De ansatte som har vært på kurs kommer fra tjenester til hjemmeboende, avlastning, dagsenter og bofellesskap. TTU har nå overtatt og holder livsstilskursene selv.

Se gjerne [rapport](#) og [brosjyre](#).