

Digitale læringsløsninger for mennesker med utviklingshemning og støtteapparatet

Gro Marit Rødevand, seniorrådgiver
Karde AS

ASVL-kurs 20.01.2021

Agenda

10.00 – 10.45 Støtte til vanlig arbeid og Gode eksempler - jobb

10.45 – 11.00 Kommentarer og spørsmål, liten pause

11.00 – 11.45 Prosjekter med fritt tilgjengelige sluttprodukter fra Karde:

Ja, vi kan v/Terje Grimstad

Personlig hygiene og Lettere kropp v/Riitta Hellman

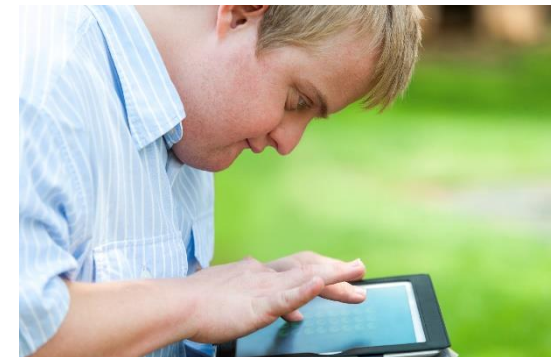
Mat og Trivsel, Kom og se – så godt! og Gode instruksjonsfilmer

v/Gro Marit Rødevand

11.45 – 12.00 Evt. spørsmål og kommentarer

Kardes aktiviteter

- Karde: Forskning og utvikling samt prosjektledelse innen IKT
- IKT for:
 - mennesker med utviklingshemning
 - eldre med kognitiv svikt
 - støtteapparatet til mennesker med utviklingshemning
 - støtteapparatet til eldre
- IKT brukt på PC/Mac, nettbrett og smarttelefoner
 - **Mestring og inkludering**
 - **E-læring**



Se www.karde.no

Arbeid for mennesker med utviklingshemning - prosjekter

- **IKT på veien videre:** filmstøtte for nye arbeidsoppgaver
- **Doorways:** nettbrett som hjelp på vanlige arbeidsplasser
- **Støtte til vanlig arbeid:** 2018-2020, Stiftelsen Dam, NNDS
 - nettressurser om arbeid på ordinære arbeidsplasser
 - for arbeidstakere – www.laboris.no
 - for støtteapparatet – www.laboris-stotte.no
- **Gode eksempler – jobb:** 2019-2021, Stiftelsen Dam, NNDS
 - filmer om arbeid på ulike arbeidsplasser
 - filmer om arbeid og bruk av IKT
 - spredning av informasjon om e-læringsressurser



Nettressurs for støtteapparatet

Støtte til vanlig arbeid

Hjem

Temaer▼

SE-filmer▼

Skjemaer

Quiz

Kontakt

For arbeidstakere



Velkommen til nettressursen 'Støtte til vanlig arbeid'!

En verktøykasse for støtteapparatet

Mange mennesker med utviklingshemning ønsker å jobbe på ordinære arbeidsplasser. De er ofte svært gode arbeidstakere. I denne nettressursen kan både støtteapparatet og kolleger på arbeidsplassene finne mye nyttig informasjon.

Riktig støtte både før, under og etter oppstart av arbeid på ordinær arbeidsplass er svært viktig. En tilgjengelig kontaktperson, både for arbeidstakeren og arbeidsplassen, er av spesielt stor betydning. Dette gjelder også på lang sikt, selv om daglig behov for oppfølging etter hvert blir minimalt.

Målgruppen for nettressursen er vid: Alle som kan bidra til arbeidsinkluderingen samt rådgivere og beslutningstakere.

[Les mer](#) om målgrupper for nettressursen.



Nettressursen er utviklet i prosjektet 'Støtte til vanlig arbeid' i 2018-2019. Prosjektet ble støttet av Stiftelsen Dam.

Hvem er støtteapparatet?

- Ansatte i ordinære bedrifter:
Ledelse, HR-ansatte, mentorer/faddere, verneombud, tillitsvalgte, andre kollegaer
- Jobbveiledere og andre lønnede hjelpere:
 - Rektorer, lærere, assistenter, skolerådgivere og PPT-rådgivere
 - Arbeidsledere og jobbveiledere i arbeidsmarkedsbedrifter
 - Ansatte ved kommunale arbeids- og aktivitetssentre
 - NAV: Jobbspesialister i NAV, fylkeskoordinatorer i NAV
- Foreldre/pårørende, tjenesteytere i bofellesskap
- Habiliteringstjenesten — kommunal og spesialisthelsetjeneste
- Utdanningsinstitusjoner for:
helsefagarbeidere, vernepleiere, miljøarbeidere og NAV-ansatte



Innledning til SE/CE-
metodikk

Introduksjon til SE og CE

SEs historie og CE

5-trinnsprosessen i SE og
rammer for SE-arbeidet

Trinn 1: Innledende kontakt
og samarbeidsavtale

Trinn 2: Yrkeskartlegging og
karriereplanlegging

Trinn 3 og 4: Finne jobb og
samarbeid med arbeidsgiver

Trinn 5: Opplæring og trening
på/utenom arbeidsplass

Trinn 5: Jobbanalyse,
handlingsplan,
oppgaveanalyse

Trinn 5: Sosiale ferdigheter

Minikurs i Supported Employment

- Forelesningsfilmer om SE (Supported Employment)
- SE i form av CE (Customized Employment)
- Mål for SE: ordinært arbeid på det åpne arbeidsmarkedet.
CE: tilrettelagt arbeid **på ordinære arbeidsplasser.**
- Trinn 5 i SE-prosessen spesielt viktig –
som oppgaveanalyse og trinnvis instruksjon,
både for arbeidsoppgaver og sosial interaksjon

Innledning til SE/CE-metodikk

Innledning til SE/CE-metodikk

SE – Supported Employment, i sin opprinnelige form er en velegnet metodikk for å støtte arbeidsinkluderingsprosessen for mennesker med utviklingshemning. Nå kalles det som opprinnelig het SE for CE – Customized Employment. Det kan oversettes til «skreddersydd ansettelse». CE har hovedfokus på det enkelte individ og hans eller hennes ønsker, interesser, ressurser og oppfølgingsbehov. Metodikken beskriver også hvordan arbeidsgiver kan støttes av en jobbveileder.

SE-prosessen deles i 5 trinn



Filmene med eksempler er en forelesningsserie som gir et minikurs i SE/CE-metodikken på 1,5 – 2 timer. I filmene møter vi Grete Wangen. Hun har vært en nestor innen innføring av SE/CE-metodikk for mennesker med utviklingshemning i Norge.

Innledning til SE/CE-metodikk forts.

Oversikt over innhold i filmene

Film 1a (8:43) Introduksjon til SE og CE

Film 1b (9:33) SEs historie og CE

Film 1c (4:24) 5-trinnsprosessen og rammer for SE-arbeidet

Film 2 (9:32) Trinn 1: Innledende kontakt og samarbeidsavtale

Film 3 (13:54) Trinn 2: Yrkeskartlegging og karriereplanlegging

Film 4 (13:26) Trinn 3 og 4: Finne jobb og samarbeid med arbeidsgiver

Film 5a (10:09) Trinn 5: Opplæring og trening på og utenom arbeidsplass

Film 5b (12:14) Trinn 5: Jobbanalyse, handlingsplan og oppgaveanalyse

Film 5c (10:37) Trinn 5: Opplæring og trening på sosiale ferdigheter

SENO

[Supported Employment Norge \(SENO\)](#) er en uavhengig interesseorganisasjon med formål å fremme og utvikle fagområdet Supported Employment i Norge og internasjonalt. SENO har utarbeidet en [verktøykasse](#) som hjelp i inkluderingsarbeidet. Den kan lastes ned gratis eller papirversjon bestilles.



Trinn 2: Yrkeskartlegging og karriereplanlegging



Eksempler: [Lars og karriere](#)

[Jobbsmaksprøver og handlingsplan for Tommy](#)

Skjemaer: [Handlingsplan](#)

[Yrkeskartlegging og karriereplanlegging](#)

Film 5b

Trinn 5: Jobbanalyse, handlingsplan, oppgaveanalyse



[Hjem](#)[Temaer ▼](#)[SE-filmer ▼](#)[Skjemaer](#)

Skjemaer

Relevante skjemaer fra SE-metodikken

Yrkeskartlegging og karriereplanlegging

- [Handlingsplan](#)
- [Yrkeskartlegging og karriereplanlegging](#)

Jobbutvikling – Finne jobb og samarbeide med arbeidsgiver

- [Elementer i arbeidsplasskartlegging](#)

Skjemaene lastes ned når du klikker på dem.

Quizene



Quiz

[Om utviklingshemning](#)



Quiz

[Hvorfor arbeidsinkludering?](#)



Quiz

[Skolegang og arbeid](#)



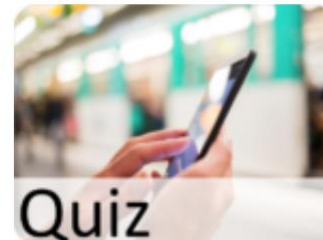
Quiz

[Inkluderingsprosessen](#)



Quiz

[Praktisk tilrettelegging](#)



Quiz

[Tilrettelegging ved IKT](#)



Quiz

[Aktører og tiltak](#)

[Hjem](#)[Temaer ▼](#)[SE-filmer ▼](#)[Skjemaer](#)[Quiz](#)[Kontakt](#)[For arbeidstakere](#)

Kontakt

Prosjektleder

[Gro Marit Rødevand](#)

Telefon: 913 50 096

Nettansvarlig

[Riitta Hellman](#)

Telefon: 982 11 200

NNDS

[Randi Ødegaard](#)

Telefon: 400 33 913

[Hjem](#)[Temaer ▼](#)[SE-filmer ▼](#)[Skjemaer](#)[Quiz](#)[Kontakt](#)[For arbeidstakere](#)

Nettsted for arbeidstakere

E-læring om vanlig arbeid

[Startside](#) [Film](#) [Til støtteapparatet](#)

Startside

Ulike jobber



Å få ny jobb



Rettigheter og plikter



Riktig oppførsel på jobb



Hjelp og støtte



Helse, miljø og sikkerhet



[Her er lenke](#) til arbeidstakernes nettsted.

Temaer

Temaer ▼

SE-filmer ▼

Skje

Om utviklingshemning

Hvorfor arbeidsinkludering

Aktører og tiltak

Skolegang og arbeid

Inkluderingsprosessen

Praktisk tilrettelegging

Tilrettelegging ved IKT

For hvert hovedtema

- Innledning
- Tips og utfordringer
- Hovedtekst
- Quiz

Bilder og lenker til eksterne nettsteder og filmer.

Lenker til SE-filmer der det er relevant.

Tilrettelegging ved IKT: Vi håper at IKT vil brukes som hjelpemiddel i langt større grad enn i dag.

Praktisk tilrettelegging

[Innledning](#)

[Tips og utfordringer](#)

[Generelle prinsipper](#)

[Trinnvis instruksjon](#)

[Informasjon for alle](#)

[Filmer](#)

[Filmer fra OMO-prosjektet](#)

[Kognitiv tilgjengelighet](#)

[Kognitive vansker](#)

[Quiz](#)

Praktisk tilrettelegging

Innledning

Mennesker med utviklingshemning har samme type behov og ønsker som alle andre, se menyvalget [Hva er utviklingshemning?](#) De kognitive problemene deres gjør det imidlertid vanskeligere å lære samt å forstå og etterleve sosiale koder. Det er store individuelle forskjeller mellom mennesker med utviklingshemning, både når det gjelder grad av utviklingshemning og hva de mestrer eller har problemer med. Det fins imidlertid en rekke forhold og prinsipper som kan bidra til god kommunikasjon og god tilrettelegging for læring og trivsel. De fleste prinsippene gjelder egentlig for alle, men for mennesker med utviklingshemning er det spesielt gunstig at de etterleves.



Tips og utfordringer

Tips

- **Prinsipper fra «Informasjon for alle»**

Bruk informasjon fra heftet [Informasjon for alle](#) som ligger på NFU Norges nettsted. Der omtales en rekke prinsipper for god informasjon til mennesker med utviklingshemning.

- **Visuell framstilling**

Bruk mest mulig visuell framstilling, dvs. plansjer med bilder og tekst, sjekklister, filmer osv. Mennesker med utviklingshemning forstår og husker gjerne langt bedre enn det de ser enn det de hører. Det auditive korttidsminnet er gjerne svært dårlig, mens det visuelle minnet er langt bedre.

- **Sjekk hva som er lært**

Sjekk hva en person med utviklingshemning har lært eller forstått ved samtaler om temaet eller utførelse av praktiske oppgaver.

Utfordringer

- **Ikke barnslig behandling**

Voksne mennesker med utviklingshemning bør ikke behandles på en barnslig måte. Det er imidlertid fint å legge vekt på å formidle noe på en enklest mulig måte.

- **Muntlig informasjon er vanskelig å huske**

Man kan tro at mennesker med utviklingshemning husker mesteparten av det man har sagt til dem. Det er imidlertid ofte vanskelig for dem uten bruk av noe som støtter opp under hva som ble sagt.

- **Forskjell på å lære bort og å lære selv**

Det er forskjell på opplæring og trening. Gjentatt trening gir bedre læring. En som lærer bort, kan tro at «eleven» har lært det som ble undervist, omtalt eller vist, uten at det er tilfellet. En person med utviklingshemning vil gjerne «please» den personen han/hun snakker med eller får spørsmål fra. Ved spørsmål om noe er forstått eller greit, kan man dermed lett få et bekræftende svar uten at det medfører riktighet.

- **For få repetisjoner**

Mennesker med utviklingshemning trenger ofte å trene en del ganger før de mestrer en oppgave. Systematisk instruksjon (se SE-film 5b) er en spesielt velegnet metode for å hjelpe til med å mestre en arbeidsoppgave.

Tilrettelegging ved IKT

Innledning

Tips og utfordringer

Fordeler ved IKT

Prosjekterfaringer

Standardapper

Tilleggsapper

Tilgjengelighetsinnstillinger

Hjelpemidler fra NAV

Støtte ved opplæring

Utvikling av IKT

Quiz

Nettressurs for mennesker med utviklingshemning

E-læring om vanlig arbeid

[Startside](#) [Film](#) [Til støtteapparatet](#)

Startside

Ulike jobber



Å få ny jobb



Rettigheter og plikter



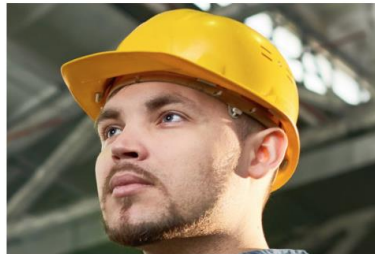
Riktig oppførsel på jobb



Hjelp og støtte



Helse, miljø og sikkerhet



Eksempelside

4. Skriftlig informasjon, bilder, film og sosiale ferdigheter



Skriftlig informasjon, bilder og film

Kanskje trenger du en **skriftlig oversikt** over hvordan du gjør en arbeidsoppgave.

Bilder i oversikten vil trolig hjelpe deg godt.

Og aller best vil det være å se film av arbeidsoppgaven.

Kanskje kan du selv ta **film** med mobilen din?

Eller så kan kanskje jobbveilederen din lage en film til deg.



Mobilen er tatt fram for å se film av en arbeidsoppgave.

Sosiale ferdigheter

Noen trenger også å trene på de **uskrevne reglene** som det å hilse og hvordan man snakker med de andre på jobb og i pauser.

Jobbveilederen kan hjelpe til med dette også.

Spør hvis det er noe du lurer på.

[Startside](#)[<< Forrige](#)[Neste >>](#)

Fra kravspesifikasjonen for VTA (13.02.2019)

Under 1. Formål:

- Tiltaksarrangør skal, i samarbeid med arbeidstaker, skaffe til veie ekstern utprøvingsarena for arbeidstakere som ønsker det, så langt det lar seg gjøre.

Under 4. Krav til faglig innhold

- Tiltaksarrangør oppfordres til å utforske og ta i bruk nye eller eksisterende digitale verktøy ved tilrettelegging, opplæring eller kvalifisering av den ansatte.
- Tiltaksarrangør bør tilby arbeidstakeren arbeidsoppgaver innenfor næringer som har tilknytning til lokalsamfunnet, slik at de kan få en kompetanse som kan gi bedre muligheter for integrering i det ordinære samfunns- og arbeidsliv.

Prosjektet Gode eksempler – jobb

- Startet høsten 2019 – pågår til sommeren 2021
- Forlengelse av Støtte til vanlig arbeid

Hovedmål:

- Motivere til inkludering av mennesker med utviklingshemning på ordinære arbeidsplasser
- Produsere 4 filmer av mennesker med utviklingshemning på ordinære arbeidsplasser
- Produsere 4 - 6 filmer om mennesker med utviklingshemning som bruker IKT som kan være nyttig i forbindelse med jobb
- Kople filmene til e-læringsressursene fra Støtte til vanlig arbeid
- Spre informasjon om e-læringsressursene til hovedmålgrupper



Eksempel på film om arbeid på ordinær arbeidsplass



Kjente du til nettressursene om arbeidsliv fra
«Støtte til vanlig arbeid» før i dag?

Mat og trivsel – e-læringskurs i kosthold og fysisk aktivitet

- For støtteapparatet
- Blant SORs e-læringskurs
- <http://kurs.helsekompetanse.no/sor>
- Best med registrering hos Helsekompetanse
- Test og kursbevis
- Fritt tilgjengelig
- Basert på Helsedirektoratets retningslinjer
- Kvalitetssikret av PhD Marianne Nordstrøm ved Frambu
- Testet blant ansatte på Peder Morset Folkehøgskole

Mat og trivsel



Du kan [se innholdet](#) uten å logge deg inn, men for å få kursbevis må du [logge deg inn](#) med en gratis [Helsekompetanse-konto](#) og ta kurset.

Tekst: [Gro Marit Rødevand](#)

I kurset vektlegges det hvordan man kan hjelpe personer med utviklingshemning til en god helse ved å spise sunt og bevege seg mye. Det er fokus på råd for å forebygge overvektsproblematikk da dette er svært vanlig for mennesker med utviklingshemning. I langt mindre grad fokuseres det på underernæring. Det fins mye materiale utarbeidet for eldre når det gjelder underernæring. Spesielle dietter er nevnt i kurset, men det er ikke utfyllende informasjon på dette området.

Det andre kurset, som ligger på SORs portal for letteste kurs, er beregnet på mennesker med utviklingshemning. Kursene kan tas uavhengig av hverandre. Det er imidlertid spesielt gunstig hvis hjelpere tar dette kurset først og så er støttepersoner når personer med utviklingshemning tar sitt kurs.

All informasjon i kurset for mennesker med utviklingshemning inngår i dette kurset. I tillegg omfatter kurset kapitlene "Hvordan sikre en sunn livsstil", "Ernæringslære", "Spesielle dietter" og "Underernæring". I kapitlet "Forskjellige aktiviteter" legges det her mer vekt på individuelle målsettinger enn i kurset for personer med utviklingshemning.

Mat og trivsel – e-læringskurs i kosthold og fysisk aktivitet

- For mennesker med utviklingshemning
- <http://dev.karde.no>
- Lettlest tekst, bilder, filmsnutter, quiz og dra og slipp-oppgaver
- Kursbevis/diplom
- Fritt tilgjengelig
- Basert på Helsedirektoratets retningslinjer
- Kvalitetssikret av Marianne Nordstrøm
- Testet på elever ved Peder Morset
- Folkehøgskole
- Kunnskaper før og etter kurs kartlagt
- Trenger teknisk vedlikehold

Mat og Trivsel

Hvordan ta kurset

- Kapittel 1 Innledning
- Kapittel 2 Råd om kosthold
- Kapittel 3 Hvordan spise sunt nok
- Kapittel 4 5 om dagen
- Kapittel 5 Lage middag selv
- Kapittel 6 Ferdigretter
- Kapittel 7 Handle mat
- Kapittel 8 Veiling og å gå ned i vekt
- Kapittel 9 Fysisk aktivitet
- Kapittel 10 Forskjellige aktiviteter
- Kapittel 11 Spising og trening
- Avslutning



Mat og trivsel – e-læringskurs i kosthold og fysisk aktivitet

Hva er 1 porsjon frukt, bær eller grønnsaker?

Helsemyndighetene anbefaler at du spiser 5 porsjoner med frukt, bær og grønnsaker om dagen.

Hver porsjon skal være på omtrent 100 gram.
Det tilsvarer et lite eple eller en appelsin.



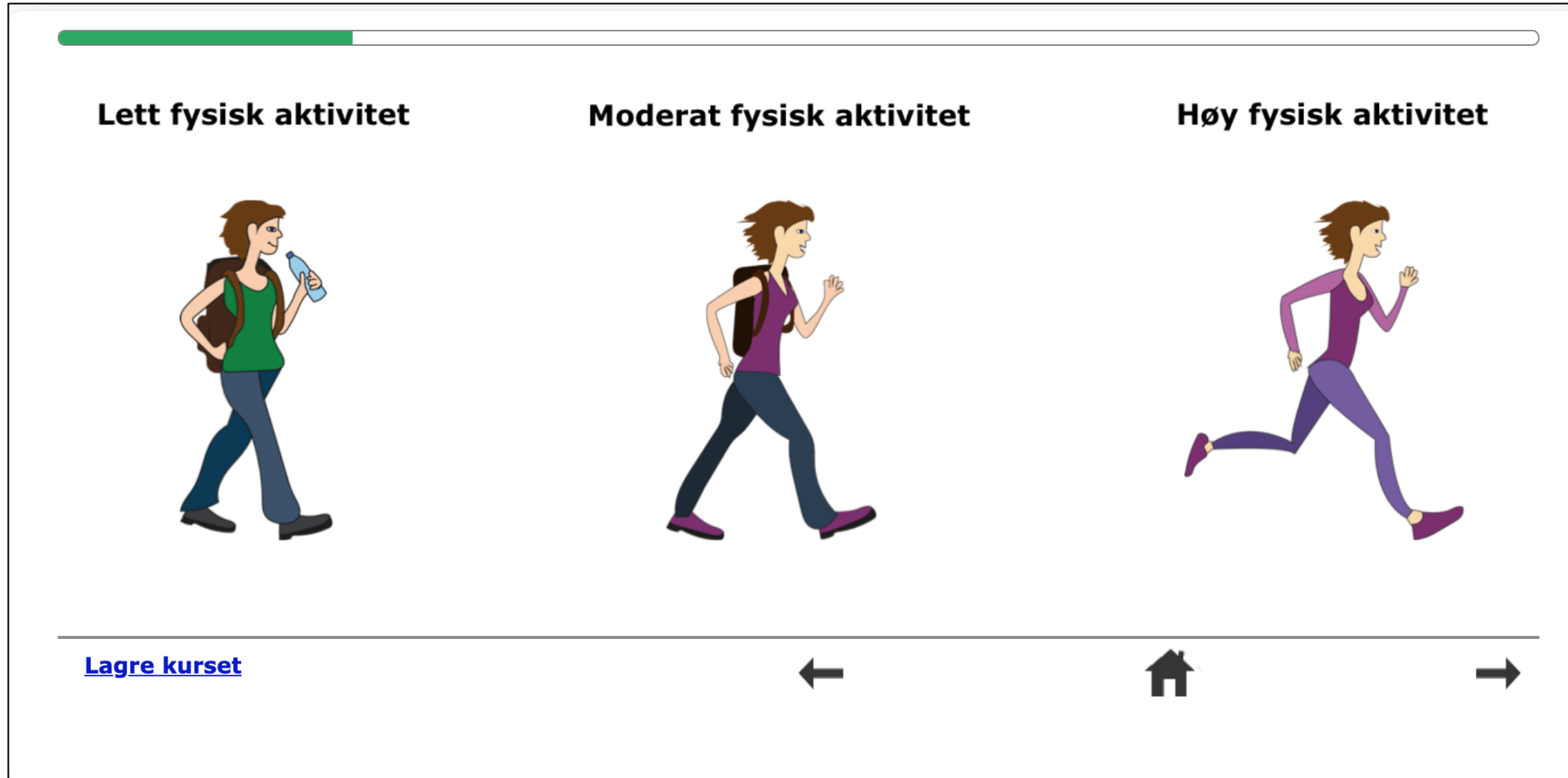
Eller det kan være en bolle med bær eller en porsjon blandet salat.



[Lagre kurset](#)



Mat og trivsel – e-læringskurs i kosthold og fysisk aktivitet



Kom og se – så godt!

- Matlagingsvideoer basert på den lettleste kokeboka "Så godt!" – se www.matfilmer.org
- Også hygiene på et kjøkken og borddekking
- Mulighet for døvetolking
- Mulighet for automatisk stopp for hvert trinn i matlagingsprosessen

Fra prosjektet «Kom og se – så godt!»



Oppskrifter fra kokeboken «Så godt!»

Flere oppskrifter, dekke bord og hygiene

Hvordan bruke nettstedet





Kom og se – så godt!

17 filmer fra «Så godt»

- Afrikansk tomatsuppe
- Blomkålsuppe
- Dressing med balsamico
- Tomatsalat
- Avocadosalat
- Poteter i ovn
- Bønnegryte
- Ertestuing
- Laks med pesto
- Hvit fisk med rød pesto
- Kylling i ovn
- Kylling med honning og lime
- Hvordan varme tortillas
- Sosekjøtt
- Bringebær i rød gelé
- Olivenbrød
- Blåbærkake

Nye oppskrifter og filmer

Oppskrifter

- Sandwich med tunfisksalt
- Smørbrød med ost og kalkunskinke
- Wraps med laks
- Smoothie
- Dip med chilisaus

Andre filmer

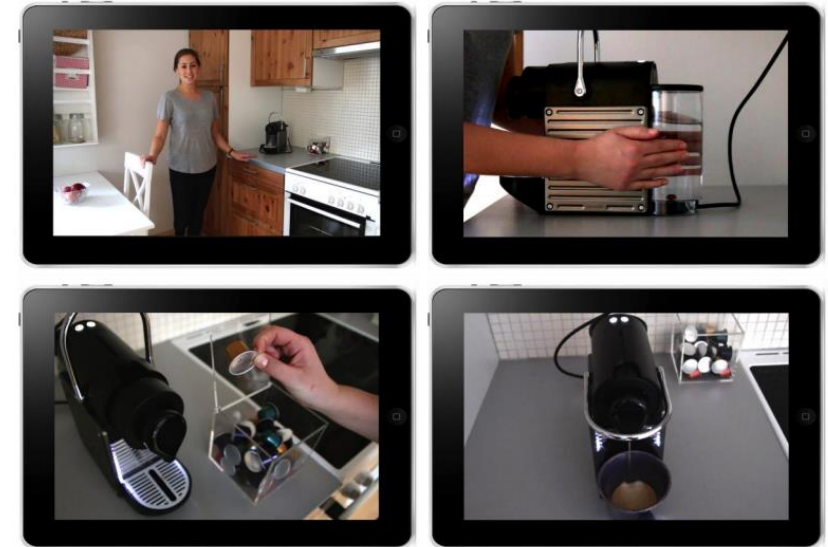
- Borddekking
- Borddekking til fest
- Hygiene på et kjøkken

Gode instruksjonsfilmer

- Veileder i å lage gode instruksjonsfilmer
- Beregnet på personer i støtteapparatet uten mye filmerfaring
- Kan også brukes av andre
- Oversatt til svensk
- <http://www.karde.no/wp-content/uploads/2014/10/Veileder1.pdf>
- Mye bilder og lenker til eksempler

Gode instruksjonsfilmer

Veileder i å lage gode instruksjonsfilmer på en enkel måte



Gode instruksjonsfilmer - hovedinnhold

- Eksempler på instruksjonsfilmer
- Forberedelser til filmopptak, inkl. utstyr
- Filmopptak (praktiske, pedagogiske og tekniske tips)
- Redigere film
- Skjermopptak og filming av skjerm
- Mer avansert filmproduksjon (bildeutsnitt, lydopptak, sminke og påkledning, lage bilder i PowerPoint)
- Etikk

Kamera vendt mot lyset



Kamera og lys i samme retning



Fugleperspektiv



Froskeperspektiv



Rett vinkel



Kontakt:

Gro Marit Rødevand
gro.marit.rodevand@karde.no
913 50 096

Riitta Hellman
rh@karde.no
982 11 200

Terje Grimstad
terje.grimstad@karde.no
908 44 023

Følg oss her: <https://www.facebook.com/kardeasno/>

Takk for oppmerksomheten!