

## KASERNEPROJEKTET - PLEJEBOLIGER

Opsamling fra Kick-off møde den 16. september 2010 om "Bolig og livskvalitet"

**Livskvalitet** Livskvalitet kan være relateret til mange ting, som f.eks. sociale relationer og arbejdsliv, men kan også være forbundet med noget, vi gør for os selv. Vi vil gerne høre, hvad der giver dit liv kvalitet.

<b>Alder</b>	<b>Nævn 3 ting, der giver dit liv kvalitet:</b>	<b>Hvad kan du lide at lave sammen med andre?</b>	<b>Hvad kan du lide at lave alene?</b>
67	<ul style="list-style-type: none"><li>- Tryghed</li><li>- Gode familieforhold</li><li>- Gode venner</li></ul>	Selskab, spille og rejse	Se tv og gætte kryds og tværs
70	<ul style="list-style-type: none"><li>- Integritet/selvbestemmelse</li><li>- Plads/frisk luft</li><li>- Tæt på familien</li></ul>	Fester, middage, rejser, udflugter, samtaler	Tænke, læse, skrive, lave mad, høre radio, gå i naturen
77	<ul style="list-style-type: none"><li>- Samvær med familie og venner</li><li>- Medlemskab af foreninger</li></ul>	Samtale, udflugter, foredrag	Læse, se tv
54	<ul style="list-style-type: none"><li>- Mulighed for at vælge fra og til</li><li>- Tryghed – at have nogen i nærheden</li><li>- Fællesskab – at føle mening med livet</li></ul>	Alt der skaber glæde (gensidigt), udfordringer (fysisk, mentalt, socialt, kulturelt), at hjælpe og gøre gavn	Bruge mine kreative talenter, læse, høre musik, male, bygge modeller, tage fotos etc.
30	<ul style="list-style-type: none"><li>- Familie/venner</li><li>- Oplevelser</li><li>- Humor</li></ul>	Være stille, grine, dele oplevelser/ tanker/erfaringer, spise, læse højt, få læst højt, spille spil, gå tur	Læse, løse sudoku og kryds og tværs, se tv, lægge kabale og puslespil, gå tur
68	<ul style="list-style-type: none"><li>- Familien</li><li>- Lysten</li><li>- Sikkerhed/tryghed</li></ul>	Socialt samvær, spise/feste sammen	Pc, arbejde
70	<ul style="list-style-type: none"><li>- Socialt samvær</li><li>- Børnebørn</li><li>- Fritidsaktiviteter</li></ul>	Spille, musik, motion, spisning, teaterforestillinger, koncerter	Skrive
73	<ul style="list-style-type: none"><li>- Fællesskab med familie og venner</li><li>- Fællesskab i boligområdet</li><li>- Fællesskab omkring politisk arbejde</li></ul>	Møder, ferier, teater, bio, politik, mad, frivilligt arbejde	Sove
74	<ul style="list-style-type: none"><li>- At udføre interessante opgaver</li><li>- Musik</li><li>- Rejse</li></ul>	Spise sammen, løse opgaver, rejse	Læse
75	<ul style="list-style-type: none"><li>- Barnebarn</li><li>- Familie</li></ul>	Udflugter, museumsbesøg	Læse, håndarbejde, computer

## KASERNEPROJEKTET - PLEJEBOLIGER

Opsamling fra Kick-off møde den 16. september 2010 om "Bolig og livskvalitet"

<b>Alder</b>	<b>Nævn 3 ting, der giver dit liv kvalitet:</b>	<b>Hvad kan du lide at lave sammen med andre?</b>	<b>Hvad kan du lide at lave alene?</b>
68	<ul style="list-style-type: none"><li>- Mulighed for selv at kunne bestemme</li><li>- Mulighed for at være alene i ro og fred</li><li>- Være sammen med familien</li></ul>	Gå en tur, oplevelser, spise sammen med andre er hyggeligt	Læse, sidde i ro og fred med computeren
65	<ul style="list-style-type: none"><li>- Økonomisk uafhængighed</li><li>- Fri omgang med familie og venner</li><li>- Musik, kunst og historie</li></ul>	Dyrke sport, samtale, debattere	Research fx slægtsforskning
64	<ul style="list-style-type: none"><li>- Familie</li><li>- Rejser</li><li>- Sundhed</li></ul>	Snakke, rejse, strikke	Læse, tage en bytur og gøre impuls køb
65	<ul style="list-style-type: none"><li>- Godt helbred</li><li>- At mine børn har det godt</li><li>- Gode venner</li><li>- Gode interesser</li></ul>	Sport, høre musik, spise gode middage	Læse, høre musik, se tv
61	<ul style="list-style-type: none"><li>- Haven</li><li>- Musikdyrkelse</li><li>- Socialt interessefællesskab med ligestillede jævnaldrene</li><li>- Pc/IT</li></ul>	Rejse, dyrke dans/bevægelse/musik, gå til foredrag, deltage i kurser, lave mad	Læse, lytte til musik
72	<ul style="list-style-type: none"><li>- Samvær</li><li>- Nærvær</li><li>- Sundhed</li></ul>	Socialt sammenhold	Krybe sammen i sofabjørnet med en god bog eller gå i gang med symaskinen
55	<ul style="list-style-type: none"><li>- Sundhed</li><li>- Samvær</li><li>- Humor</li><li>- Musik</li></ul>	Synge, danse, løbe, cykle	Meditere, læse bøger
52	<ul style="list-style-type: none"><li>- Et fællesskab hvor et optimistisk livssyn hersker</li><li>- Smukke omgivelser</li><li>- Mulighed for at gøre det jeg gerne vil</li></ul>	Lave mad, være i naturen, opleve nye ting	Lytte til musik, kontakt med min familie, ordne have
66	<ul style="list-style-type: none"><li>- Socialt samvær med ægtefælle, børn og spillevenner</li><li>- At kunne fortsætte med at blive brugt fagligt og personligt</li></ul>	Tale om tidens emner og livets store spørgsmål, spille musik	Læse, lytte til musik, tænke over tingene, øve/spille musik, være fysisk aktiv, arbejde

## KASERNEPROJEKTET - PLEJEBOLIGER

Opsamling fra Kick-off møde den 16. september 2010 om "Bolig og livskvalitet"

<b>Alder</b>	<b>Nævn 3 ting, der giver dit liv kvalitet:</b>	<b>Hvad kan du lide at lave sammen med andre?</b>	<b>Hvad kan du lide at lave alene?</b>
77	<ul style="list-style-type: none"><li>- Stilhed i omgivelserne</li><li>- Naturoplevelser</li><li>- Kunst og musik</li></ul>	Diskutere, spise og drikke, udveksle oplevelser	Læse – tilegne sig ny viden, tænke, sove, høre musik
76	<ul style="list-style-type: none"><li>- Gode venner</li><li>- Komfort</li><li>- God mad</li></ul>	Høre god musik, se en spændende udstilling	Læse gode bøger
69	<ul style="list-style-type: none"><li>- Familien</li><li>- Haven</li><li>- Boligen</li></ul>	Bridge, rejse	Mad, bage
82	<ul style="list-style-type: none"><li>- Tryghed</li><li>- Positiv holdning</li><li>- Godt helbred</li></ul>	Dyrke sport, spille bridge	Læse, høre musik
79	<ul style="list-style-type: none"><li>- At kunne klare sig selv</li><li>- Godt netværk</li></ul>	Rejser, spise et godt måltid	Læse, lave mad til gæster
80	<ul style="list-style-type: none"><li>- Børnene</li><li>- Indhold i hverdagen</li><li>- Besøg af gode venner</li></ul>	Teater, musik, en god middag, ferie	Læse gode bøger, se en god film, gå tur
66	<ul style="list-style-type: none"><li>- Kontakt med andre mennesker</li><li>- Oplevelser i naturen, i haven, i skoven, på stranden</li><li>- Oplevelser i forbindelse med musik, arkitektur, æstetik, kulturelle tilbud generelt – også gerne i udlandet</li></ul>	Rejse, teater, biograf, spise middag, drikke en kop te, gå tur, dyrke motion, tale med andre mennesker i alle aldre, synge	Læse, høre klassisk musik, p1
73	<ul style="list-style-type: none"><li>- Mand og børn</li><li>- Musik</li><li>- Læse</li></ul>	Hygge, tale sammen, arbejde sammen, udføre opgaver	Musicere, læse, bruge computeren
64	<ul style="list-style-type: none"><li>- Tryghed (hjælp når jeg har behov)</li><li>- Selskab</li><li>- Selvstændighed (uafhængighed)</li></ul>	Aktiviteter af mange slags, være sammen med mennesker jeg selv har valgt	Læse, høre musik
65	<ul style="list-style-type: none"><li>- Samvær med familie og venner</li><li>- Oplevelser</li><li>- At være til gavn/gøre nytte</li></ul>	Snakke, spille, kulturelle/sociale aktiviteter, være fælles om at sætte nogle ting i gang	Læse, tænke, gå i haven, sidde ved computeren

## KASERNEPROJEKTET - PLEJEBOLIGER

Opsamling fra Kick-off møde den 16. september 2010 om "Bolig og livskvalitet"

<b>Alder</b>	<b>Nævn 3 ting, der giver dit liv kvalitet:</b>	<b>Hvad kan du lide at lave sammen med andre?</b>	<b>Hvad kan du lide at lave alene?</b>
69+88	<ul style="list-style-type: none"><li>- Sundhed</li><li>- Rejser</li><li>- Venner og familie</li></ul>	Sociale og kulturelle oplevelser	Læse, kryds og tværs
77	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ro</li><li>- At planlægge ting der bliver gjort</li><li>- Pæne omgivelser (pæn udsigt med flotte farver)</li></ul>	Spise ikke nødvendigvis fin mad med familien, rejse	Læse, reparere småting
64	<ul style="list-style-type: none"><li>- Gode bøger og film</li><li>- Nærvær med mennesker og dyr</li><li>- Gåture og roning</li></ul>	Café, fælles madlavning, gode DVD film, gå tur, spille, udflugter, foredrag	Læse, sove, gå en tur
66	<ul style="list-style-type: none"><li>- Rejser</li><li>- Fester</li><li>- Kunst</li><li>- Gåture/cykelture</li><li>- Ild i pejsen</li><li>- Vin</li><li>- At blive fotograferet i smukt tøj</li></ul>	Udveksle tanker og idéer med kunstnere, erhvervsfolk og akademikere og realisere disse, tale fremmedsprog	Gå en tur ved vandet eller i skoven
60	<ul style="list-style-type: none"><li>- Kvalitetsmaterialer</li><li>- Naturudsigt fra boligen</li><li>- Personlig coach (kontaktperson)</li></ul>	Samtale, indsigt, idræt, gøre ting, mad, gør-det-selv, bil, have, venner	Familiebesøg, tænke, det man ikke nåede i sit aktive, lave kajak, lave bil, video/DVD/cd, musik
76	<ul style="list-style-type: none"><li>- Tæt forhold til min familie</li><li>- Gode venner</li><li>- Fællesskab om aktiviteter</li></ul>	Gå ture, lave frivilligt arbejde, gå til kulturelle arrangementer	Læse aviser, passe min køkkenhave, forberede mine aktiviteter
	<ul style="list-style-type: none"><li>- Tryghed</li></ul>		
70	<ul style="list-style-type: none"><li>- Sundhed</li><li>- Frihed</li><li>- Samvær med børn, børnebørn og venner</li></ul>	Gå på museum, rejse, høre musik, teater, dyrke motion	Læse, høre musik, lave mad til gæster, forberede besøg fra børnebørn, børn og venner
72	<ul style="list-style-type: none"><li>- Min gode bolig</li><li>- Kulturelle oplevelser</li><li>- Børn/børnebørn</li></ul>	Gode middage, samtale og koncerter	Læse, høre musik
68	<ul style="list-style-type: none"><li>- Et godt helbred</li><li>- En god bolig</li><li>- Et godt socialt netværk</li></ul>	Spise sammen, dyrke motion sammen	Teater, bio, kunststillinger, koncerter

## KASERNEPROJEKTET - PLEJEBOLIGER

Opsamling fra Kick-off møde den 16. september 2010 om "Bolig og livskvalitet"

<b>Alder</b>	<b>Nævn 3 ting, der giver dit liv kvalitet:</b>	<b>Hvad kan du lide at lave sammen med andre?</b>	<b>Hvad kan du lide at lave alene?</b>
77	- Børn - Børnebørn - Gode venner	Spise og drikke godt, sludre og hygge sig	Læse bøger
57	- Socialt samvær - Sansernes brug - Laller	Tale, lytte, være stille	Læse, lytte til musik
66	- Humor - Venner - Tid til at gå ud	Snakke om bøger man har læst, være sammen med børnebørn	Slappe af, gå en tur i naturen
83	- Mine børn - Min kone - Familieliv i øvrigt	Spise, sludre, hygge sig	Læse avis og anden læsning
73	- Min have - Jazzmusik - Dans	Gå tur i skoven og ved stranden	Læse, håndarbejde, sudoku
	- Tilfredshed med sin situation - Økonomisk tryghed - Afklarede familieforhold	Have kulturelle oplevelser, nyde en god middag	Male, kryds og tværs, bøger, pusle i kælder og have
69	- Godt helbred - Familien og ægtefællen - Ro til at tænke store tanker	Kulturelle rejser, naturoplevelser, skiløb, vandreture, udstillinger med kunst og arkitektur, koncerter	Læse bøger, læse fagbøger, savne det der aldrig har været tid til
59	- Have - Natur - Fugleliv	Meget lidt, hænge ud med historisk interesserede, helst med vennerne fra et historisk aktivitetscenter	Det meste (læse, se film, arbejde i have, gå på museum)
63	- God bolig, inspirerende omgivelser, godt helbred	Alt fra god mad til spil og gode grin	Læse og høre musik
58	- Min familie, mine venner, min hund	Gåtur, snakke, spise, teater o.lign	Se tv, læse, krydsord, nusse i haven
82	- Børn, børnebørn og en god bolig	Snakke, spise, gå i teatret i biografen og til koncert, køre ture	Læse og se fjernsyn

Gennemsnitsalder: 66,92 år