**Podcast om bofællesskabet Slusen**

Studievært: I overgangen til voksenlivet vil mange forberede sig på at flytte hjemmefra. Når man har en synsnedsættelse, kan der være udfordringer, uanset om man flytter alene eller sammen med andre i et bofællesskab. Derfor tilbyder IBOS botræning. Et af dem er bofællesskabet Slusen, som hører til IBOS’ bosted, der har døgnpersonale. I Slusen deler beboerne køkken, opholdsstue og bad og de står selv for indkøb, madlavning og rengøring, men med støtte fra personalet på botilbuddet. Slusen er altså en mulighed for at træne ADL-færdigheder og samtidig bo og udvikle sig sammen med ligesindede. Du skal nu møde IBOS’ ergoterapeut og ADL- og mobilityinstruktør, Susanne Borglit, og Claudio, der bor i Slusen, som fortæller mere om bofællesskabet.

Susanne: Slusen er et tilbud til de unge, der brændte for at lave noget mad og komme ud og komme ud og kunne klare sig selv. At man fik muligheden for at bruge de teknikker, man lærer i ADL for eksempel. Og få det brugt, for hvis man ikke bruger det, så glemmer man det. Når man gentager tingene og har prøvet dte nogle gange, så bliver man mere sikker i det og så kan man lære af de erfaringer. Så man prøver fx at lave den samme ret flere gange. SÅ man ikke bare siger, ’Okay, nu kan jeg lave koteletter i fad, så videre til næste.’ Så man får en rutine i at lave nogle af tingene.

Claudio: Jamen, jeg hedder Claudio, jeg er 25 år og jeg er blind. Og jeg bor her på Ibos. Jeg har boet på boafdelingen i fem års tid. Men fordi jeg gerne vil flytte ud i egen bolig, så kom jeg ned i Slusen.

Susanne: Da det var et ønske, Claudio har med at komme ud i egen bolig, så har vi sat os ned og set på, hvad Claudios behov er. Hvad orker man også, når man kommer ud? Skal man have hjælp til noget? Eller skal man bruge al tid på at lave mad? Man får en fornemmelse af, hvor meget det kræver af en selv. Så hvis man også skal have en uddannelse – og det kræver rigtig meget af en – og man så også skal lave mad og gøre rent og man skal også vaske tøj. Hvor er det så man skal sætte ind med noget ekstra hjælp for eksempel. Det er i hvert fald meningen – eller målet – at man finder ud af, hvad kan man egentlig klare.

Claudio: Jeg er blevet lidt mere bevidst om, hvad tingene kræver og hvordan jeg har brug for tingene skal være, hvis jeg skal flytte i egen bolig. At man skal huske at rydde op for at kunne finde rundt i sine ting og det gav nogle muligheder for at vi selv kunne få lov at lave mad med noget støtte på. Det med at lave mad er helt klart hovedmålet for mig. Altså der synes jeg virkelig, at jeg har fået nogle teknikker og jeg er blevet præsenteret for noget, som jeg kan tage med mig videre.

Susanne: Så har vi taget et morgenmadsprojekt. Hvad kan man lave af god morgenmad, som ikke kræver at man står i en time og laver morgenmad? Så vi har nogle små projekter hen ad vejen. Så har vi et madprojekt mandag, hvor Claudio skal lave mad, der er simpelt, men smager godt og er sundt og nærende også. Og så har vi noget rengøring ind imellem. Vi skulle gerne nå at komme hele vejen rundt om det her med at bo selv: gøre rent, og man skal også lige kunne vaske noget tøj og sådan noget.

Claudio: Det gav nogle muligheder for, at vi selv kunne få lov at ordne de her ting, der hører med til at flytte hjemmefra. Og hvis det går galt, så er der nogen man kan spørge. Der er en mulighed for at klare sig selv med et sikkerhedsnet. Først og fremmest er der også meget ro. Det kan jeg rigtig godt lide. Det stresser ikke at det kun er os tre, der bor der. Det tænker jeg også er en god øvelse at lære at bo med andre. Det giver også noget. Og så kan jeg godt lide, at vi selv kan bestemme, hvornår vi spiser og hvornår vi gør hvad – om vi gider at rydde op for eksempel. Altså den frihed det giver at kunne bestemme flere ting selv. Vi er ikke underlagt boafdelingen på samme måde. Det kan jeg bedst lide, tror jeg.

Susanne: Jeg vil sige, det er en god mulighed for at få afprøvet de kompetencer, de færdigheder, som man har lært. Og så finde ud af med en selv, om det er noget. Det handler vel også egentlig om at finde ud, vil jeg gerne bo i et bofællesskab, hvor der er nogle andre eller det her med at bo sammen med nogen, det er faktisk ikke lige mig. Så det handler jo egentlig om at finde ud af med sig selv, hvad man gerne vil. Det her er en oplagt mulighed for at prøve noget af.

Studievært:Vil du vide mere om Slusen eller hvilke andre boformer, IBOS tilbyder, så læs mere på ibos.dk.

Det er fx muligt at starte med et ophold i Slusen og herefter flytte videre til Springbrættet, som er et kollegiefællesskab, hvor der kun er personale i dagtiden. Det er også muligt at kombinere et ophold i Slusen med et Ungekursus. Her vil undervisningen i ADL understøtte de områder, som den unge ønsker at få afprøvet under opholdet. Udover Slusen og Springbrættet har IBOS har også en prøvelejlighed, hvor man ofte kun har kortere ophold i.