

LEVE HELE LIVET

HANDLINGSPLAN FOR SAMNANGER KOMMUNE 2019 – 2023

Bakgrunn for handlingsplanen

Eldrereformen Leve Heile Livet kom i 2018 – og kommunane har fått 5 år på seg til å lage ein handlingsplan over dei 5 satsingsområdene i reformen.

I 2019 hadde fylkeskommunen ulike samlingar med fokus på reformen, for å få ut informasjon, starte spredning og komme i gang. Samnanger kommune har starta med kartlegging, planlegging og er no klar for å ta nokre beslutningar om tiltak og mål for kommunen.

Dei neste åra fram til 2023, skal kommunen prøve ut og gjennomføre ulike tiltak, og til sist implementere satsingsområda kommunen velger å satse på. Underveis skal me evaluere og rapportere. Erfaringsdeling er det stort fokus på gjennom reformen og Fylkesmannen legg opp til fleire arenaer, for at kommunane skal få treffast og dele erfaringar.

Handlingsplanen skal vedtas i kommunestyret.

Ein del av forslaga vil kreve økonomiske midler for å kunne gjennomførers, og må tas opp til vurdering på lik linje med andre tiltak og oppgaver kommunen skal gjennomføre.

Overordna satsningsområder

- 1) Velferdsteknologi nyttast for å effektivisera og auka kvaliteten i tjenestene, samt auka brukarane sin moglegheit for eigenmestring.
- 2) Innbyggjarane i Samnanger får bistand til å ivareta eiga helse.
- 3) Menneske med demenssykdom blir møtt med respekt, forståing og støtte frå dei gruppene i befolkningen som dei treng hjelp ifrå. Fokus på eit demensvennlig samfunn.
- 4) Innbyggjarane i Samnanger skal oppleva at dei får god informasjon om tjenestane og er trygge på at dei får nødvendige tjenester ved behov.
- 5) Tjenestetilbudet skal vera tilpassa brukars behov.
- 6) Pårørande skal oppleva at deira behov blir ivaretatt og at deira ressursar blir benytta.
- 7) Tjenestetilbudet innanfor dagaktivitet og avlastning skal opplevast som fleksibelt og tilpassa den enkeltes families behov.
- 8) Det skal stimulerast til frivillig engasjement og aktivitet i kommunen. Frivilligsentralen blir det naturlige knutepunktet.
- 9) Tjenestetilbudet skal tilretteleggast for at de eldre og andre som har behov for hjelp skal oppretthalde god ernæringsstatus.
- 10) Bemanning og kompetanse ved Samnangerheimen og heimetenesta, den psykiatriske tenesta, eining for funksjonshemma og tilbud ved helsetunet skal samsvara med behov og oppgaver, og hjelpen skal gjevast på lavast mulig nivå.
- 11) Kommunen skal samarbeida med privatpersonar, foreiningar, andre offentlege instansar og samfunnsaktørar om utførelse av tjenester retta mot eldre.
- 12) Kommunen skal arbeida for at eldre og deira pårørande i større grad skal benytta ikkje-kommunale aktørar til delar av sitt tjenestebehov.
- 13) Antall tilrettelagte eldreboliger bør aukast – og det skal vurderast å få til omsorgsboligar med heildøgnsbemanning, gjerne og innanfor psykiatrien.

- 14) Bruken av institusjonsplassar på Samnangerheimen skal opplevast som optimal.
- 15) Kommunen skal ha fokus på kompetanseheving av tilsette, og tilstrebe at alle faste stillingar skal vere besatt med fagutdanna personale. Kommunen skal tilstrebe mest mogleg heiltidsstillingar – men må akseptere at helgestillingar i pleie og omsorg fremdeles må vere ein del av tenesta.

Tiltak innan 5 innsatsområdar:

Samnanger har allereie ein del tiltak iverksett innafor desse 5 områda, som ein skal fortsette å ha fokus på. Arbeidsgruppa har komt med forslag til fleire tiltak, som gruppa ynskjer kommunen skal satse på vidare. Dei to utheva punkta under kvart område, er arbeidsgruppa sine prioriterte satsingar.

1. Et aldersvennlig samfunn

Å skapa eit aldersvennlig samfunn handlar om kva me kan gjere for at kvar enkelt innbyggjar kan få bruka sine eigne ressursar. Eit aldersvennlig samfunn er eit godt samfunn for alle, både store og små.

Demens er eit aukande problem i samfunnet generelt. Det er utfordrande både for den som får diagnosen demens, men og for pårørande rundt den demente. Derfor vil kommunen ha meir fokus på det demensvennlige samfunnet, at flest mulig kan litt om denne diagnosen, korleis ein kan hjelpe og ivareta den demente. Kunnskap om demens i befolkningen i Samnanger vil gjere det lettare for at den demente kan bevege seg rundt i samfunnet, og at pårørande kan slappe meir av, fordi naboer, butikkansatte, venner ol kan støtte i ivaretakingen av den syke.

Eit aldersvennlig samfunn angår alle delar av ein kommune. Derfor er dette arbeidet sektorovergripande. Men det viktigaste er at kvar enkelt av oss, må ta ansvar for eigen alderdom. Ein må involvere seg, planlegga og bidra sjølv i samfunnet. Kvar enkelt må ta ansvar for seg sjølv når det gjeldt bustad, sosialt fellesskap og det å leve eit aktivt liv, men som kommune kan me informere og legge til rette for at alle kan bruke dei arenaene som fins.

Frivillighetsarbeid er veldig viktig – og viktigare blir det. Samnanger har frivilligsentral, som kan hjelpe med å organisere og vere knytepunkt i dette arbeidet. Men frivilligsentralen treng frivillige på alle området – og vil samningane ha gode tilbod, må innbyggjarane stille opp. For å beholde velferdsstaten i Norge, trengs frivilligheten !! Derfor må frivillige og kommunen stå i lag og jobbe i lag. Det frivillige engasjementet må skje på tvers av generasjonar og det må vere lystbetont og organisert, for at det skal fungere over tid.

Iverksatte tiltak:

- Stabil fastleggedekning
- Har omsorgsboliger til utleige
- Nytt senter på Bjørkheim – nytt universelt bibliotek

Tiltak vi vil ha fokus på:

- Sikra at tilkomst til offentlege bygg i kommunen er tilrettelagt for alle
- Bedre kollektivtilbud i Samnanger
- Kampanje på planlegging av eige alderdom – informasjonsmøtar, brosjyrar o.l.

- Kurs / undervisning for næringsdrivande om temaet demens
- Kurs / undervisning for innbyggjarane om temaet demens
- Pårørandeskule
- Bruke seniorressursen både i arbeidslivet og i frivilligheten
- Temaveker på frivilligsentralen – bl.a informasjon om ulike tenester i kommunen
- At offentlige arrangement blir arrangert der tilkomsten er tilrettelagt for alle.
- Ta i bruk DigiHjelpen, slik at de eldre innbyggjernes digitale deltakelse og kompetanse aukar.

2. Aktivitet og fellesskap

Å ha ulike møteplasser i kommunen, slik at ein kjem seg ut, får vere sosial, og kjenne seg delaktig i eit fellesskap, er like viktig når ein er pensjonist som det har vore tidlegare i livet.

Derfor er det viktig å ha ulike aktiviteter, for å dekke over ulike interessefelt.

I tillegg er det viktig å kunne få bety noko for andre, å bli sett, og derfor er frivillig innsats ofte vinn – vinn for begge partar.

Me veit og at fysisk aktivitet daglig er viktig for å holde seg i form, ha god helse og klare seg lengst mulig sjølv, i eigen heim.

Men her igjen er det viktig at kvar enkelt tar ansvar for seg sjølv, og tek del i det tilbudet som fins, eller kjem med forslag til nye aktivitetar, og på den måten bidrar.

Iverksatte tiltak:

- Aktivitetsvenn til demente – frivillighetsentralen har kurs og oppfølging
- Musikkstund på Samnangerheimen kvar måndag
- Samnangerheimen har el-sykler slik at de eldre kan få komme seg ut
- Andakt på Samnangerheimen kvar onsdag
- Samnanger pensjonistlag er eit aktivt lag – dei har mange gode tilbod.
- Kafe kvar torsdag em på storstova for å vere sosiale i lag
- Trimstund på dagsenteret 3 dagar i veka

Tiltak vi vil ha fokus på:

- **Fleire treningsgrupper for eldre**
- **Fleire møteplassar i kommunen – med ulike tema / fokus, både på dagtid og kveld. Gjerne og på tvers av generasjonar – f.eks eldre lære yngre å strikke, sy, spikke, bruke verktøy – og yngre lære eldre data, språk osv**
- Musikkterapi
- Sykkeltur inne med film, at ein sykklar gjennom barndomsgatene f.eks - sykklar stasjonert på storstova på Samnangerheimen og på biblioteket.
- El-sykler til utlån via frivilligsentralen
- Meir fokus på generasjonsmøter – sambruk av lokaler
- Utarbeide gode rutiner og tildeling av støttekontakt i Samnanger.
- Kan me klare å utvide tilbudet om aktivitetsvenn - til å gjelde alle eldre som har behov for å komme seg ut ?

3. **Mat og måltider**

Ernæring er eit viktig tema. Feilernæring kan få stor betydning for eit menneske. Apetitten endrar seg ofte med alderen, derfor er dette eit viktig tema å informere om. Det å ete åleine er ikkje alltid like kjekt, maten smakar ofte bedre i lag med andre. Derfor er det viktig med møtepunkt der ein deler eit måltid i lag. Og det er viktig med god informasjon rundt ernæring, slik at tiltak kan iverksetjast tidleg om det blir behov for det.

Iverksatte tiltak:

- 6 måltider på Samnangerheimen – kortare nattfaste
- Ernæringsjournal for alle som får heimesjukepleie og institusjonsplass i Samnanger
- Eget produksjonskjøkken i Samnanger gir mange gode muligheter
- Middag for eldre annakvar onsdag på Samnangerheimen i samarbeid med eldrerådet
- Middag for eldre og barnehagebarn annakvar veke i regi av eldrerådet

Tiltak vi vil ha fokus på :

- **Samarbeide med kafe (private næringsdrivande) om tilbud til eldre om gode og rimelige måltider til faste tider i veka. Og evt samarbeid med taxi for å kunne nytte seg av tilbudet**
- **Informasjon om ernæring**
 - Tema hos fastlegen
 - Tema i forebyggjande heimebesøk
 - På ulike møter via frivilligsentralen, pensjonistforeninga og liknande

4. **Helsehjelp**

Å få rett hjelp når ein treng det er viktig for å kjenne trygghet. Men likevel skal fokuset vere på å mestre sjølv. Og forebyggjande arbeid skal vere i fokus. Derfor blir det viktig å kartlegge kva behovet er hos kvar enkelt. Systematisk kartlegging og oppfølging er viktig, og det å ha gode sjekklister og kartleggingsskjema er nyttig på fleire områder. Fokus på rehabilitering og habilitering i kvardagen kan gje eigenmestring og mindre behov for pleiehjelp.

Å snu tankegangen frå «Kva kan eg gjere for deg?» til «Kva er viktig for deg?»

Iverksatte tiltak:

- Forebyggjande heimebesøk til alle som fyller 81 år
- Kols og diabetesteam, samarbeid med Bjørnafjorden kommune
- Hukommelsesteam
- Kols – treningsgruppe
- Forbedringstavler i pleie og omsorg – fokus på pasientsikkerhet
- Rulleringsplass på sjukeheimen
- Verktøyet News-score, ISBAR = Tidlig oppdagelse av forverret tilstand
- Velferdsteknologi: (Nokre er ikkje fullt implementert pd.)
 - Tryggleiksalarmer
 - Medisindispensere

- Elektroniske låsar
- Digitalt tilsyn
- GPS

Tiltak vi vil ha fokus på :

- **Fortsette prosjektarbeid for velferdsteknologiske løysingar og få til systematisk implementering, oppfølging og bruk av velferdsteknologi, og utarbeide gode system.**
- **Målretta bruk av fysisk aktivitet – fleire treningsgrupper**
- Gjere kartlegging i kommunen – kva er behovet?
- Lege drive meir med forebygging ?
- Informasjon på tvers av einingane – betre tverrfagleg samarbeid.
- Oppretta kvardagsmestringsteam
- Opprette omsorgsboligar med heildøgnsbemanning – både for eldre og for dei med psykiatriske utfordringar.

5. Sammenheng i tjenestene

Målet her er å auke tryggleik og forutsigbarheit i pasientforløpet til eldre og deira pårørnde.

Bedre overgangar mellom sjukehus – sjukeheim / heim og legetime – heimeteneste.

Det at ein veit og forstår kva som skjer / skal skje, får god informasjon underveis, og at det som blir sagt den eine plassen, stemmer med det som blir sagt på neste plass. Målet er å ha færre å forholde seg til for å gje auka kontinuitet og bedre planlagte overgangar.

Iverksatte tiltak:

- Primærkontakter i pleie og omsorg
- Innført DigiHelse
- Tilby digital individuell plan / digital individuell opplæringsplan (innføring haust 2020)
- Betre og meir planlagte overgangar mellom sjukehus og kommune (Samnanger deltek i prosjektet Vel heim i lag med fleire andre kommunar og Helse Vest)

Tiltak vi vil ha fokus på:

- **Avlastning og støtte for pårørnde – ulike tilbud - dagsenterplass, dagplass på sjukeheimen, støttekontakt, avlastning i heimen, sjukeheimsplass - ulik hyppighet utifrå behov, meir forutsigbart, meir samarbeid med frivillige for å kunne gje auka tilbud.**
- **Bedre samarbeid og planlegging mellom dei ulike tenestene våre innad i kommunen – at me kjenner kvarandre sine områder godt**
- Betre planlegging av undersøkelsetimer på sjukehuset, då mange av dei eldre treng følgje – fleire undersøkelser på samme dag, helst utan venting.
- Prøve ut etablering av ei gruppe med frivillige følgjarar frå Samnanger