



VAKSDAL KOMMUNE

Plan for Leve heile livet reforma i Vaksdal kommune

2021 – 2024



1.0 Innleiing

Leve heile livet reforma er ei kvalitetsreform for eldre. Målgruppa er eldre over 65 år uavhengig av om ein bur heime eller på institusjon. Hovudfokuset er å skape eit meir aldersvenleg Noreg. Alle sektorar må bidra for å skape eit aldersvenleg samfunn der eldre kan vera aktive og sjølvstendige. I reforma er det presentert 5 innsatsområde med til saman 25 døme på gode løysingar. Fleire kommunar har allereie gode løysingar for dei eldre, men løysingane spreiaast ikkje nok mellom kommunane. Reforma skal leggje til rette for at kommunar, helseforetak og andre kan lære av kvarandre og implementere gode og innovative løysningar i tenestene. Tiltaka skal bidra til at eldre kan vera aktive, delta og meistra livet lenger og vera trygg på å få tenester når dei har behov for det. Pårørande skal kunne bidra utan å bli utslitne, og tilsette skal bidra med sin kompetanse i tenestene.

Formål og avgrensingar

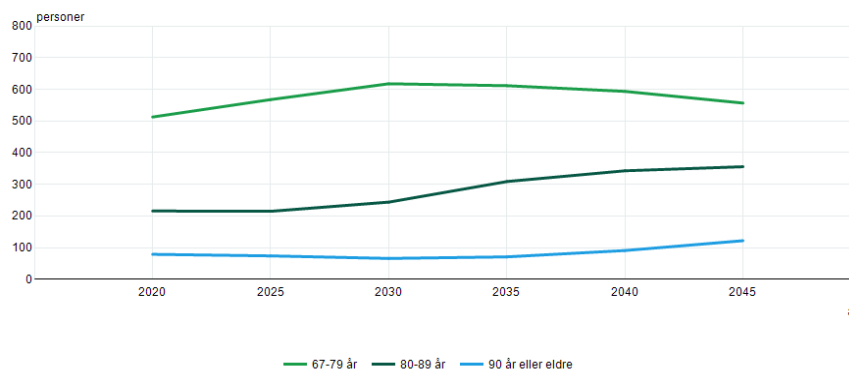
Kommunen skal kartleggje korleis det ser ut i eigen kommune knytt til dei ulike fokusområda og identifisere utfordringar som ein kan finne nye og innovative løysingar på. Ein skal sjå til andre kommunar og kva dei har gjort og få innspel frå relevante aktørar. Formålet er å utvikle eit aldersvenleg samfunn og betre kvalitet på dei følgjande fem innsatsområda:

- Aldersvenleg Norge
- Aktivitet og fellesskap
- Mat og måltid
- Helsehjelp
- Samanheng i tenestene

Utfordringsbiletet i kommunen

I Vaksdal kommune er det 281 innbyggjarar som er over 80 år. Fram mot 2040 forventar ein at dette talet aukar betrakteleg, og prognosen er at det er 434 innbyggjarar over 80 år i 2040.

12882: Framskrevet folkemengde 1. januar, etter alder og år. Vaksdal, Hovedalternativet (MMMM).

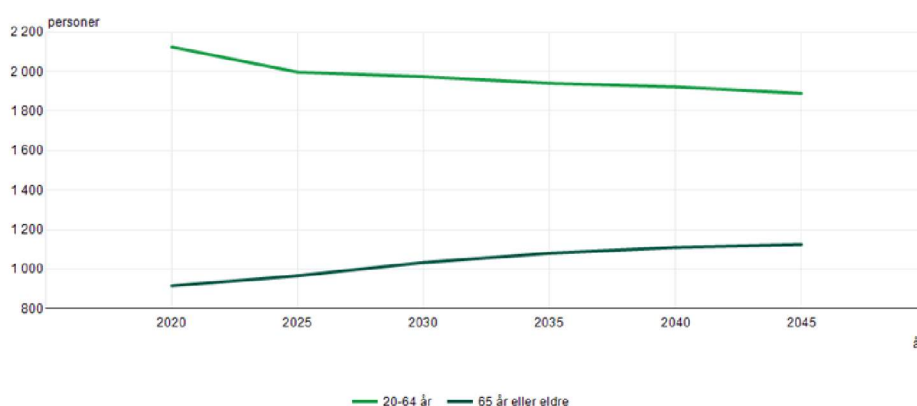


Kilde: Statistisk sentralbyrå

Som ein naturleg konsekvens av at det blir fleire eldre, kjem førekomsten av demens til å auke. Dette krev at ein må utvikle tenester og leggje til rette for at det blir fleire eldre med hjelpebehov. Like viktig er det at resten av samfunnet må leggjast til rette slik at flest mogleg kan bu i eigen heim, og samtidig kunne vera aktive og delta i samfunnet. Det å utvikle demensvenleg og aldersvenleg samfunn kan også vera positivt for andre innbyggjarar med behov for universell utforming.

Framtidsutsiktene viser også at det blir færre innbyggjarar i arbeidsfør alder, samtidig som me får auke i tal eldre. Manglande arbeidskraft er allereie ei utfordring, og det blir aukande fram mot 2045. Det gjer at me må tenkje annleis og innovativt og finne andre måtar å yte tenester på. Bruk av ulike hjelpemiddel og teknologi kjem til å vera viktig, men også det å stimulera og støtta bidrag frå pårørande og frivillige blir særleg viktig.

12882: Framskrevet folkemengde 1. januar, etter alder og år. Vaksdal, Hovedalternativet (MMMM).



Kilde: Statistisk sentralbyrå

Helsesektoren er i endring. Ønska utvikling er at pasienten skal få tenester der han bur. Dei nye måtane å tilby utredning og behandling på, gjer at ting må organiserast anleis. Det blir sett større krav til kommunane ved at oppgåver som tidlegare blei utført på sjukehus, no skal gjerast heime hos pasienten.

Ei anna utvikling er at stadig fleire tenester blir digitalisert, og at ein tek i bruk velferdsteknologiske løysingar i helse- og omsorgstenestene. At stadig fleire område blir digitalisert, kan vera ei utfordring for mange eldre, då ein må ha ressursar til å følgje med på utviklinga og kunne nytte seg dei nye verktøya. Digital utanforskap er viktig å vera merksam på og motverke slik at alle, uansett alder og utfordringar, kan meistre livet sitt og kunne delta i samfunnet.

Eldre over 65 år er ei samansett gruppe, og dei fleste er friske og aktive innbyggjarar. Derfor må ein ha fokus på førebyggjande og helsefremmande tiltak, slik at eldre kan halde seg friske lengst mogleg. Eldre har mykje erfaring og kan vera ein ressurs i eit samfunn ved å bidra og dele sin kunnskap. Ein må leggje til rette for at dei kan delta og medverke der det er aktuelt.

På individnivå er det viktig at brukar er involvert og kan medverke som mottakar av tenester eller som ein del av eige pasientforløp. Ved å ta i bruk «kva er viktig for deg» filosofien kan ein leggje til rette for at brukar kan komme fram med sine synspunkt slik at dei som gir tenester, kan få betre innsikt i brukar sine behov og ønskje.



«Brukermedvirkning er et sentralt begrep i helse- og omsorgstjenesten. Det er både en demokratisk rettighet og et mål. Brukermedvirkning er hjemlet i pasient- og brukerrettighetsloven paragraf 3-1 om rett til medvirkning. Brukermedvirkning er helsefremmende og bidrar til mestring og motivasjon ved at brukere setter egne mål» (Hva er viktig for deg? - En retningsendring - FHI)

2.0 Prosess og medverknad

Reforma har ulike fasar. Reformperioden var i utgangspunktet 5 år, men er utvida med ytterlegare 1 år, det vil sei ut 2024.:

- Fase 1 Forberedelser og oppstart (2019)
- Fase 2 Kartlegging og planlegging (2019 – 2021)
- Fase 3 Implementering og gjennomføring (2021 – 2024)
- Fase 4 Evaluering og forbedring (2024)

Vaksdal kommune har gjennom ei årrekke jobba med innsatsområda i reforma. Saker knytt til reforma har vore oppe fleire gonger i råd og utval sidan første orienteringssak i september 2018. Vaksdal Eldreråd har vore deltakande i heile perioden og har kobla på pensjonistlaga i kommunen.

Det har vore breid deltaking på møte, opplæring, kurs, webinar og læringsnettverk knytt til reforma både i nasjonal regi og i regi av det regionale støtteapparatet frå hausten 2018. Politikarar, brukarrepresentantar/-råd, frivilligheit, administrasjon og leiarar og tilsette frå alle tenestekområda har delteke. Representantar frå kommunen har fleire gonger hatt innlegg om arbeidet med reform og tiltak i Vaksdal kommune.

I oktober 2021 var det dialog-/innspelmøte i Turbinen med sentrale aktørar (politikarar, råd/utval, pensjonistlag, representantar frå frivillige og frå administrasjon og tilsette i aktuelle fagmiljø/tenestekområde). I forkant av møtet hadde det vore ein prosess i pensjonistlaga i kommunen. Dei stilte på møtet med felles innspel til planen og hadde innlegg der dette vart presentert.

Aktuelle innspel frå møtet, frå gruppearbeid og innleverte notat, samt det som har komme fram under andre møte/drøftingar er gjennomgått og systematisert under innsatsområde. Dei mest aktuelle er presentert i planen som kulepunkt under kvart innsatsområde.

Under mål og strategiar er innsatsområde aktivitet og fellesskap slått saman med mat og måltid, og innsatsområda helsehjelp og samanheng i tenester vert også presentert saman. Dette fordi det er fleire overlappingar mellom dei når det kjem til strategi og tiltak, noko som gjer det naturleg å sjå dei under eitt.



Sentrale føringar

- En kvalitetsreform for eldre: «Leve hele livet» (Stortingsmelding 15: 2017-2018)
- Regjerings strategi for eit aldersvenleg samfunn: «Fleire år - fleire muligheter» (Regjeringa 2016)
- Folkehelsemeldingen; Gode liv i eit trygt samfunn (Stortingsmelding 19: 2018 – 2019)
- Folkehelsemeldingen; God helse – felles ansvar (Stortingsmelding 34: 2012 – 2013)
- Mestring og muligheter (Stortingsmelding 19: 2014 – 2015)
- Morgendagens omsorg (Stortingsmelding 29: 2012 – 2013)
- Fremtidens primærhelsetjeneste: nærhet og helhet (Stortingsmelding 26: 2014 – 2015)
- Omsorg 2020
- Demensplan 2025
- Kompetanseplan 2025
- Nasjonal ernæringsstrategi: God og riktig mat hele livet (2021)
- Lindrende behandling og omsorg: “Vi skal alle dø en dag, men alle andre dager skal vi leve” (Stortingsmelding 24: 2019 - 2020)
- Forskrift om ledelse og kvalitetsforbedring i helse og omsorgstjenesten (2019)

Lokale føringar:

- Kommuneplanen sin samfunnsdel og arealdel
- Kommunedelplan helse og omsorg «Aktivitet, deltaking og meistring heile livet» 2015 – 2030
- Handlingsprogram og økonomiplan for 4 års perioden
- Årsbudsjett med mål og tiltak for året
- Kompetanseplanar

3.0 Mål og strategiar

Strategi 1: Eit aldersvenleg Vaksdal

Me blir stadig fleire eldre fordi me lever lenger enn før. Mange eldre er ressurssterke og ønskjer å vera aktive og delta, og samfunnet må leggje til rette for at dette er mogleg. Dette gjeld på alle område frå fysiske omgjevnadar til digitalisering av tenester. Dei fleste ønskjer å klare seg sjølv og ta ansvar for eiga helse og eigen livssituasjonen.

Å utvikle eit aldersvenleg samfunn krev innsats på tvers av nivå og tenesteområde. Friske eldre kan vera ein ressurs som kan bidra i ulike tiltak saman med andre frivillige.



Innspel frå dialogmøte og pensjonistlaga i Vaksdal kommune:

- Universell utforming som tek omsyn til at innbyggjarar i Vaksdal kommune skal klare seg mest mogleg sjølv og kunne delta i samfunnet. Ta omsyn til dette ved bygdeutvikling
- Transporttilbod er viktig i ein langstrakt kommune
- Bustadpolitikk som tek omsyn til behovet for ulike typar bustadar i ulike livsfasar
- Utvikle naturlege møteplassar, gjerne knytt til ulike bygder

Tiltak	Ansvar	Tidsrom	Døme på tiltak
Tilrettelagt transporttilbod	Politikarar Kommunedirektør	2022 - 2024	Dialog med kommunale og fylkeskommunale aktørar
Leggje til rette for bustadutvikling i kommunen	Politikarar Tenesteområde Digitalisering, innovasjon og samfunn	Kontinuerleg 2021-2023	Ta omsyn til universell utforming ved planlegging Ta omsyn til krav om fellesareal og krav i arealplanar Nybygg ved Ressurscenter på Vaksdal



Bidra til aldersvenleg samfunn	Kommunedirektør Tenesteområde Digitalisering, innovasjon og samfunn Eldreråd Råd for menneske med nedsett funksjonsevne Pensjonistlag Idrettslag Næringsselskapet	Kontinuerleg	Vurdera seniortråkk Tilrettelagde turstiar Universelt utforma kommunale bygg Kartlegging av eksisterande bygg ved rehabilitering Møteplassar i bygdene Bidra til moglegheit for fritidsaktivitetar for alle Dialog med næringslivet i kommunen om aldersvenleg samfunn
System for medverknad knytt til aldersgruppa	Kommunalsjef og einingsleiar Helse og meistring	Kontinuerleg	Eldrerådet Råd for menneske med nedsett funksjonsevne Brukarutval for institusjonane Møte/fora for innspel og dialog Pårørandeutval og pårørandemøte Brukar- og pårørandeundersøkingar Nytte Digi – helse som eit verktøy for dialog med brukarar/verge/pårørande
Bidra til auka digital kompetanse i målgruppa	Tenesteområde Oppvekst og kultur i samarbeid med stab og andre tenesteområde	Kontinuerleg	«Datahjelpa» som er eit møte mellom generasjonar og samarbeid med frivillige
Koordinert demensomsorg	Tenesteområde Helse og meistring Tenesteområde Oppvekst og kultur med Frivilligsentralen	Kontinuerleg	Vidareutvikle Ressurssenteret på Vaksdal Kommunalt demensteam Samarbeid med frivillige om ulike tiltak Aktivitetsvenn Ulike meistringsgrupper Byggje opp kompetanse om demens i alle aktuelle avdelingar
Demensvenleg samfunn	Tenesteområde Helse og meistring i samarbeid med næringsliv Næringsselskapet	2023 - 2024	Informasjon om demens og samhandling og kommunikasjon med menneske med demens til aktuelle aktørar, til dømes butikkar og taxinæringa

Strategi 2: Aktivitet, fellesskap, mat og måltid

Mange eldre opplever tap av nære personar. Når ein pensjonerer seg, mister ein kollegaer, og ein kan utover i alderdomen oppleve at ektefelle eller andre kjære fell frå. Dette kan føre til einsemd, og ein ha større behov for tilrettelagde møteplassar og aktivitetar. For lite eller feil type mat kan gjere eldre utsette for fysiske og psykiske plager, eller at ein orker mindre og får dårlegare trivsel. Fysisk aktivitet, sosialt fellesskap og nok og riktig mat kan beskytte mot ei rekke helseplager og kan redusere dødelegheit.



Innspel frå dialogmøte og pensjonistlaga i Vaksdal kommune:

- Viktig med møteplassar, både formelle og uformelle
- Nytte og rekruttere frivillige, gjerne unge eldre, til ulike tiltak og aktivitetar
- Nytte og rekruttere frivillige og pårørende/venner som kan bidra
- Viktig å identifisere einsame eldre med behov
- Informasjon om ulike aktivitetstilbod og kulturtilbod må kome ut til dei eldre



DATAHJELPA

- For deg som treng hjelp med det digitale

Kurs og datakafé 28.oktober

- Bruk av nettbrett og mobiltelefon -og kva er ein app?

Tid: torsdag 28. oktober kl 11.45

Stad: Biblioteket på Dale

Påmelding til innbyggjarservice: 56 59 44 00

Tiltak	Ansvar	Tidsrom	Døme på tiltak
Stimulere til matfelleskap	Lokalt næringsliv Frivillighet og organisasjonar Tenesteområde Oppvekst og kultur Tenesteområde Helse og meistring	2022 - 2024	Tilbod om måltid på lokale kafear Felles middag arrangert av frivillige, og i samarbeid med Frivilligsentralen Tilbod om felles middag/måltid på dagsenter og i fellesareal



Stimulere til aktivitetar for alle	Idrettslag/turlag Frivillige organisasjonar Tenesteområde Oppvekst og kultur Tenesteområde Helse og meistring	2022 - 2024	Trimgruppe/turgrupper for eldre Ulike aktivitetar for eldre i frivillige organisasjonar Ulike arrangement hos Frivilligsentralen, Bibliotek og Kulturavdelinga Bidrag frå valfag på ungdomsskulen "Innsats for andre" Bidrag frå Livsgledebarnehagar Bidrag frå Den kulturelle spaserstokken Aktuelle verktøy som t.d. Friskus Transport Informasjonsmateriell om ulike tilbod på strategiske plassar.
Stimulere til frivillig innsats	Alle tenesteområde	2022 - 2024	Tilby lokale til frivillige Rekruttering av frivillige Kommunale tenester samarbeider med frivillige om tiltak
Identifisere sårbare grupper/individ	Tenesteområde Helse og meistring Fastlegar	Kontinuerleg	Førebyggjande heimebesøk Ernæringskartlegging av brukarar Ulike typar kartleggingar utført av fastlegar
Utvikle god ernæringspraksis	Tenesteområde Helse og meistring Fastlegar/tilsynslegar	Kontinuerleg	Årleg kartlegging, risikovurdering, måltidsrytme, brukarundersøkingar Eventuelt revidera rutine Individuelt tilrettelagde måltid fordelt gjennom døgnet på institusjon Kompetansetiltak for tilsette Brukarpanel/samarbeid med leverandør

Strategi 3: Helsehjelp og samanheng i tenestene

Førebygging, tilrettelegging og tidleg innsats kan utsetje helseplager og bidra til at eldre meistarar sjukdom og nedsett funksjon betre, og dermed kan bu lenger heime. Dersom det ikkje blir sett i verk nødvendig og tidleg innsats, kan små plager utvikle seg og gi funksjonsvanskar. Det er nødvendig at ein har personale med god kompetanse som kan identifisere og gje tidleg og riktig helsehjelp.

Tilgang til nødvendige hjelpemiddel er viktig når behovet for dei kjem. Kommunen har eige lager for enkle hjelpemiddel til korttidsutlån. Enkelte hjelpemiddel kan ein få vedtak på gjennom Nav.

Bruk av velferdsteknologi som erstatning eller supplement til andre tenester kan gjera at fleire kan bu lenger heime. Bruk av rett teknologi kan føra til meir meistring og tryggleik for brukaren og tryggleik og avlastning for pårørande. Ein del teknologi, som velferdsteknologi, er enkel i bruk for dei som mottok tenestene ved at det blir sendt passive varsel automatisk. Det er viktig at den enkelte får opplæring og oppfølging i bruk av utsyr dei får.

Dersom ein har behov for helse og omsorgstenester, skal eldre og deira pårørande oppleve samanheng i tenestetilbod med gode overgangar mellom eigen heim, sjukehus og institusjon. Ein skal oppleve at dei ulike tenestene samarbeider, og at det er kontinuitet i tilbodet. Ein skal få tenester som er tilpassa det behovet ein har, og pårørande skal kjenne seg ivaretatt og få støtte i sitt bidrag som pårørande.



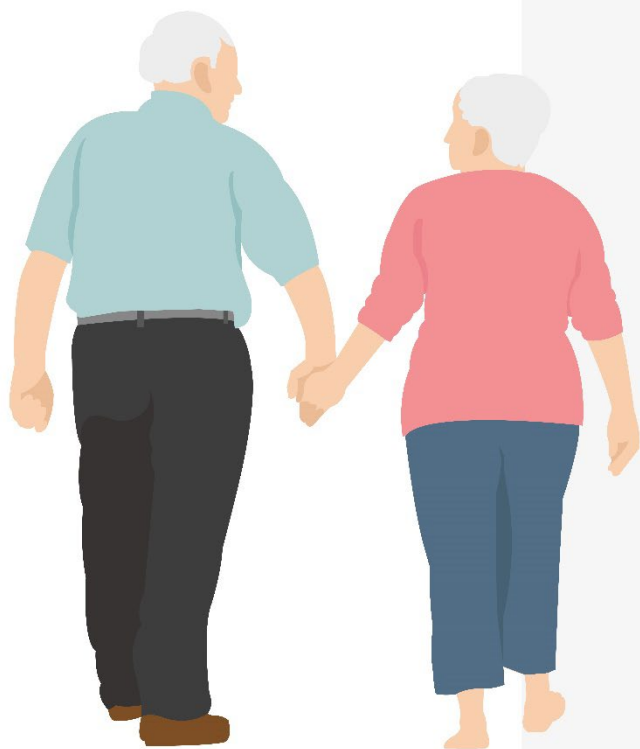
Innspel frå dialogmøte og pensjonistlaga i Vaksdal kommune:

- Viktig at ein har tilgang til informasjon om kva tilbod og tenester som finst.
- Tenester må henge saman slik at ikkje brukarar og pårørande må koordinera alt sjølv
- Fastlegen har ei viktig rolle
- Viktig at ein får lett tilgang til nødvendige hjelpemiddel
- Viktig å ha tilbod om rehabilitering og at ein har fysioterapeutar og ergoterapeutar
- Viktig å ha eit tilbod knytt til den psykiske helse, spesielt for dei som lever aleine

Tiltak	Ansvar	Tidsrom	Døme på tiltak
Vidareutvikle og byggje ut tilboda på alle nivå i omsorgstrappa	Kommunedirektør og kommunalsjefar	Kontinuerleg	Ta omsyn ved endringar og utarbeiding av planar
Gode pasientforløp	Tenesteområde Helse og meistring	2022 - 2023	Delta i nettverk for gode pasientforløp
Førebyggjande tiltak for å hindre utvikling av dårleg helse eller sjukdom	Tenesteområde Helse og meistring Tenesteområde Oppvekst og kultur	Kontinuerleg	Treningsgrupper Sosiale arrangement i regi av kommunen og frivillige organisasjonar Førebyggjande heimebesøk
Ulike rehabiliteringstilbod	Avdeling for tverrfagleg helse Kortidsavdeling	Kontinuerleg	Rehabiliteringstilbod i eigen kommune og i samarbeid med andre kommunar Kvardagsrehabilitering og kvardagsmeistring Gruppetilbod og meistringsgrupper



Ta i bruk nye metodar og verktøy for betre kvalitet på tenester	Tenesteområde Helse og meistring Tenesteområde Oppvekst og kultur	Kontinuerleg	Nytta kunnskapsbasert praksis Delta i Kunnskapskommunen som gjev tilgang på kunnskapsoppsummeringar og ny forskning
Ei dør inn til tenestetilboda i kommunen og sikra gode overgangar mellom kommunale tenester	Forvaltningskontor Aktuelle avdelingar i tenesteområde Helse og meistring	Kontinuerleg	Ansvarsgrupper Team-møte/tverrfagleg innsats Kartleggingssamtaler ved oppstart av tenestetilbod og flytting mellom ulike tenestenivå Gje tilbod om primærkontakt til tenestemottakarar Tilby ulike avlastingstilbod/dagsentertilbod Tilby jamnlege pasient- og pårørandesamtaler ved heildøgnsstilbod
Sikra god dialog mellom dei ulike aktørane	Tenesteområde Helse og meistring	Kontinuerleg	Delta i Samarbeidsrådet, underutval og helsefellesskap for Helseforetaket og kommunane Delta på ulike nettverk og samarbeidsfora Bruke digitale kommunikasjonsverktøy: e-meldingar, videomøte og samkonsultasjonar
Sikre gode overgangar mellom sjukehus og kommunen	Tenesteområde Helse og meistring Fastlegar	Kontinuerleg	Delta i samarbeidsorgan mellom Helseforetaket og kommunane Delta i nettverk for pasientforløp
Ta i bruk velferdsteknologi/ e-helse løysing	Tenesteområde Helse og meistring Tenesteområde Digitalisering, innovasjon og samfunn	2022 - 2024	Innføre og drifte teknologiske løysingar som ein har behov for i eigen kommune Vegleie om teknologiske hjelpemiddel som ein kan kjøpe sjølv
Styrke kompetanse hos tilsette knytt til framtidige behov	Kommunalsjef, einingsleiar og avdelingsleiarar i tenesteområde Helse og meistring Stab TV/HTV	Kontinuerleg	Strategisk kompetanseplan for kommunen Årleg revidering av kompetanseplan for helse og meistring
Delta i nettverk med andre kommunar og Helseforetak	Tenesteområde helse og meistring	Kontinuerleg	Samarbeidsråd med underutval Helsefellesskap E- helse Vestland Kunnskapskommunen Andre aktuelle nettverk, til dømes KS kommunalsjef nettverk.



Leve heile livet!