

# Strategisk handlingsplan for eldre i Kvam.

«LEVE HELE LIVET»



2021 - 2024



## Innhald

Innleiing .....	3
Tilnærming og strategiar.....	4
Grunnleggjande føringar og framtidige utfordringar.....	5
Sentrale føringar .....	5
Lokale føringar.....	5
Medverknad.....	6
Utfordringsbiletet .....	6
Strategiar.....	9
Strategi 1 – Eit aldersvenleg Kvam.....	9
Strategi 2 – Aktivitet og fellesskap.....	10
Strategi 3 – Mat og måltider.....	11
Strategi 4 – Helsehjelp .....	13
Strategi 5 – Samanheng i tenestene.....	15

## Innleiing

Strategien “Leve hele livet” skal vera med å gje retning for arbeidet med å utvikla eit aldersvenleg samfunn og tilby tenester som fremmar livskvalitet og meistring for dei eldre i Kvam.

Hovedmålet er å leggja til rette for ein god kvardag for alle.

For å oppnå dette må me

- leggja til rette for at innbyggjarane har god helse, trivsel og sjølvstende slik at kvar enkelt meistrar å bu heime lengst mogleg
- gje innbyggjarane moglegheit til å delta i planlegging og utvikling av eit aldersvenleg samfunn

I Kvam er det om lag 545 innbyggjarar over 80 år. Fram mot 2040 vil talet på eldre over 80 år nesten doblast. Dei eldre i Kvam skal oppleva livskvalitet, trygghet og meining i kvardagen uavhengig av livssituasjon. Satsing på tidleg innsats, førebyggjande arbeid og støttande tiltak er viktig for å nå målsettingane. Målet er i tråd med sentrale og lokale føringar for å fremma god helse, livskvalitet og ei berekraftig samfunnsutvikling. Det er viktig at me planlegg og utviklar tenestetilbodet for å møte framtidige utfordringar.

Denne strategien har eit 4-årig perspektiv med handlingsplan som beskriv tiltak, ansvar, tid og døme på tiltak. Strategien vil gje retning for prioriteringar i budsjett- og økonomiplanarbeidet og i tenesteområda sine temaplanar og årsplanar.

Strategien:

- gjev politiske føringar for retning knytt til samfunns- og tenesteutvikling for eldre i Kvam
- skal vera styrande for alle avdelingar og medarbeidarar som ytt tenester for eldre i Kvam

## Tilnærming og strategiar

“ Kva er viktig for deg for å meistre eigen kvardag”

Samfunnet er i endring og tenestetilbodet må vidareutviklast. Me vil leggja til rette for at kvar enkelt kan nytta sine ressursar og kunne ta ansvar for eige liv. I møte med den enkelte skal me difor alltid stilla spørsmålet: Kva er viktig for deg?

Planen har 5 strategiar:

- Eit aldersvenleg Kvam
- Auka fokus på aktivitet og fellesskap
- Mat og måltid
- Helsehjelp basert på behov og medverknad
- God samanheng i tenestene og gode overgangar

Strategiane byggjar på dei satsingsområda som ligg i kvalitetsreforma for eldre: «Leve hele livet» som vart vedteken av Stortinget i november 2018.

## Grunnleggjande føringar og framtidige utfordringar

Strategisk handlingsplan for eldre i Kvam har tett tilknytning til sentrale og lokale føringar.

### Sentrale føringar

- Samhandlingsreforma frå 2012
- Fremtidens primærhelsetjeneste: *nærhet og helhet* ( St.meld 26: 2014 – 2015)
- Omsorgplan 2020
- Demensplan 2025
- Kvalitetsreforma for eldre: «Leve hele livet» (St.meld 15: 2017-2018)
- 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”* (St. Meld 24: 2019 - 2020)
- Forskrift om ledelse og kvalitetsforbedring i helse og omsorgstjenesten ( 2019)

### Lokale føringar

- Kommuneplanen sin samfunnsdel og arealdel
- Budsjett og økonomiplanar
- Kommunedelplan for helse og omsorg 2015-2030
- Utbyggingsstrategiar for helse og omsorg 2017-2030
- Rehabiliteringsplan 2018-2023
- Habiliteringsplan 2020-2025
- Rusfagleg handlingsplan 2020 – 2024
- Årlege kompetanseplanar i helse og omsorg
- Plan for ergo- og fysioterapitenesta 2013-2020 ( revisjon 2021-22)
- Strategiplan for integrering 2021-2025
- Digitaliseringsstrategi 2018-2021
- Pleie og omsorg- tenester for framtida ( HST-sak 20/290 )

### Oppstart 2021:

- Demensplan
- Frivilligplan

## Medverknad

I Kvam skal det vera brukarmedverknad i planleggings,- utgreiings,- og beslutningsprosessar  
*(Kommunedelplan for helse og omsorg)*

I arbeidet med handlingsplanen og gjennomføring av tiltaka er det viktig med brei medverknad frå ulike grupper.

Ei tverrfagleg arbeidsgruppe har utarbeidd handlingsplanen. Me har fått gode innspel etter intern høyring frå leiargruppa til rådmannen og leiarar i helse og omsorg, Grannehjelpa, Ungdomsrådet og Rådet for menneske med nedsett funksjonsevne og eldre (RMNFE).

Grunna pandemien har me i arbeidet med strategien nytta digital medverknad. I samarbeid med Grannehjelpa hadde me våren 2021 to møte på den digitale plattformen «Whereby». Det var om lag 25-30 engasjerte deltakarar som deltok på kvar av dei to dialogmøta.

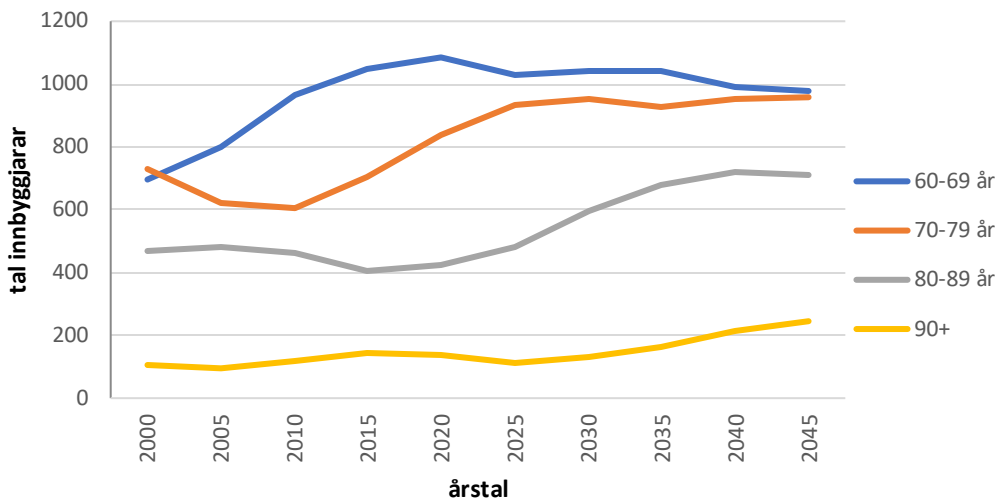
### Utfordringsbiletet

Me er inne i ei tid med raske endringar. Utviklinga går i retning av ein ny kommunerolle som frå fleire hald vert omtala som Kommune 3.0 - *me bestemmer saman, kva kan me få til i lag*. Alle har ressursar som dei kan bidra med i lokalsamfunnet, både til eige og fellesskapet sitt beste.

Kommunen sine tilsette skal bidra til å finna desse ressursane, og skapa møteplassar slik at innbyggjarane saman kan støtta og hjelpa kvarandre. Fleire aktørar i lokalsamfunnet må gå saman om å utvikla nye løysingar og kommunen si rolle som tilretteleggjar blir viktig.

Lokalsamfunnet må mobilisera på nye måtar. Frivillige lag og organisasjonar vil få ei meir sentral rolle og nye former for frivilligheit må utviklast.

Kvam herad har ein høgare gjennomsnittsalder og ein høgare del eldre enn snittet i Noreg og fylket. Framskrivinga tyder på at denne trenden vil halda fram i åra som kjem.



Figur 1 viser tal innbyggjarar i Kvam fordelt i ulike aldersgrupper.

Oppleving av kva som er ein «god alderdom» vil vera ulikt frå person til person. Som forvaltar av offentlege tenester og tilbod vil me lytta til innbyggjarane og leggja forholda best mogleg til rette for at alle skal oppleva ein god og verdig alderdom.

Alle har rett til individuell behandling og alle har rett til å medverke i utforminga av eigne tenester.

Ein stor del av arbeidsstyrken går av med pensjon utan at tilveksten i yngre generasjonar aukar tilsvarende. Det er forventa at me får fleire innbyggjarar med behov for tenester og færre til å yta tenestene. Satsing på førebygging og meistring vil vera særleg viktig i tida som kjem. Utviklinga viser at morgondagens eldre vil ha betre helse enn tidlegare generasjonar og at det er dei siste åra av livet at hjelpebehovet er størst.

På same tid ser me eit meir komplekst sjukdomsbilete hos dei som er sjuke. Psykiske lidingar som depresjon og angst aukar og i denne aldersgruppa. Den tydelegaste utviklinga ser me i auken på tal eldre med demens.

Brukarane sine behov skal setjast i sentrum for utvikling og endring. Innbyggjarane ynskjer fleksibilitet og fridom til å bestemma over eigen kvardag. Me opplever at frivillige og pårørande stiller opp, men at dei og ønskjer ein friheit framfor forplikande oppgåver over tid.

Overføring av oppgåver til dei kommunale helse og omsorgstenestene utfordrar kommunane. Me må ha større fokus på tverrfagleg samhandling internt i kommunen. Me må og sjå på korleis me nyttar faglege ressursar i utvikling av tenesta.

Me må:

- ta i bruk teknologi
- ta i bruk ny kunnskap
- ta i bruk nye faglege metodar
- vurdere organisatoriske endringer
- utvikla og ta i bruk kompetanse om samskaping med frivillige, private og næringsliv

Desse utfordringane, vil om me ikkje tenker nytt, gje ein ubalanse mellom behov og tilbod. Me må difor:

- leggja til rette for eit aldersvenleg samfunn
- leggja til rette for løysingar som gjer at den enkelte kan bu heime lengre
- prioritera tenester og løysingar som fremjar førebygging og meistring av eigen kvardag
- ta i bruk moglegheiter som teknologien gir
- vidareutvikla samarbeidet med frivillige
- styrkja kompetansen hos medarbeidarar og leiarar
- auka kompetansen om og ivaretaking av dei eldre si psykisk helse
- heilskap og samhandling internt i kommunen og mot spesialisthelsetenesta, kompetansmiljø og næringsliv for å løyse komplekse utfordringar
- tenesteytinga skal i stor grad vera prega av brukarmedverknad.

En framtidsrettet og god helse- og omsorgstjeneste må legge større vekt på aktivisering, både sosialt og fysisk, og gi økt oppmerksomhet på brukerens sosiale, eksistensielle, åndelige og kulturelle behov  
*(omsorg 2020)*



# Strategiar

## Strategi 1 – Eit aldersvenleg Kvam

Helse- og omsorgstenesta i Kvam skal leggja til rette for at kvar enkelt kan ta ansvar for eiga helse gjennom fysisk aktivitet, sosialt fellesskap og tilrettelegging av eigen livssituasjon.

For å nå desse måla må me leggje til rette for tiltak som gir dei eldre kvardagsmeistring og god livskvalitet. Eit aldersvennleg samfunn er eit inkluderande og tilgjengeleg samfunn som fremmar aktiv aldring.

Utvikling av eit aldersvennleg samfunn krev tverrfagleg innsats på tvers av nivå og tenester. Dette kan me få til gjennom god innbyggjarmedverknad og samskaping. Me ynskjer mellom anna at friske eldre og andre som er engasjert i frivillig arbeid vert ein ressurs for å skapa eit aldersvennleg samfunn.

Kvam herad ynskjer også å arbeida for å verta eit meir demensvennleg samfunn der personar med demens vert møtt med meir forståing og støtte. Me ynskjer å nå denne gruppa tidleg i sjukdomen slik at me kan nytte den ressursen som tidleg demente har og leggja til rette slik at dei får moglegheit til å delta i kvardagsaktivitetar.

Tiltak	Ansvar	Tidsrom	Døme på tiltak
Etablere system for medverknad som treff aldersgruppa	Einingsleiarar Tenesteleiarar	2021-22	Gjestebod Pårørandeutval Brukarutval
Sikra at alle kan bidra til eit aldersvennleg samfunn	Rådmann Einingsleiarar Tenesteleiarar	Kontinuerleg	Seniortrakk Bustadseminar Møteplassar i bygdene Fritidsaktivitetar for alle Merka turstiar Informasjonskampanjar
Utvikla ei meir koordinert demensomsorg	Einingsleiar Tenesteleiarar	2021-22	Utarbeida temaplan for demensomsorg Samarbeid med demensforeininga lokalt
Leggja til rette for framtidsetta bustadprosjekt	Rådmann Einingsleiarar Tenesteleiarar	2022	Krav til fellesareal ute og inne tilpassa alle aldersgrupper Krav i arealplanar Universell utforming
Auka den digitale kompetansen i målgruppa	Tenesteleiarar	2021-22	Samarbeid med frivillige Møte mellom generasjonar

## Strategi 2 – Aktivitet og fellesskap

Leve hele livet er ei reform for aktivitet, deltaking og sosialt fellesskap. For personar som over tid opplever at dei er einsame, kan einsemd bidra til å forsterka eksisterande helseproblem eller vera ein risikofaktor for å utvikla helseproblem. Langvarig einsemd hos eldre er forbunde med svekka funksjonsnivå, både fysisk og mentalt, og redusert livskvalitet. Svekka funksjonsnivå verkar tilbake på einsemd-opplevinga og kan skapa sjølvforsterkande vonde sirkclar.

Eldre innbyggjarar i Kvam skal få informasjon om aktivitetstilbod og arenaer for sosialt samvær. Aktivitetar skal vera lett tilgjengelege, tilpassa individuelle behov, slik at ein fremjar aktivitet og sosialt samvær. Me ynskjer å nå fleire «friske» eldre med begynnande funksjonsfall før dei kjem i den fasen at dei vert sitjande heime. Me ønskjer å få til ei organisering av arrangement, aktivitetar og møteplassar der det og kan verta invitert til generasjonsfellesskap, som skaper gjensidig forståing og utveksling av kunnskap og erfaringar.

Tiltak	Ansvar	Tidsrom	Døme på tiltak
Utvikla heimesida med omsyn til informasjon om aktivitetar for eldre	Einingsleiarar Informasjonsrådgjevar Tenesteleiarar	Oppstart haust 2021	Samarbeida med kommunale aktørar, Grannehjelpa og andre frivillege Lage informasjonsmateriell
I større grad samarbeida og samordna tiltak for målgruppa	Einingsleiarar Tenesteleiarar	Kontinuerleg	Samarbeida med frivillege Auka samarbeid med kultur Årshjul for aktivitetar og kulturtilbod Samarbeid med skule og oppvekst Møte mellom generasjonar
Leggja til rette for aktivitetar for alle	Einingsleiarar Tenesteleiarar	Kontinuerleg	Fysisk, sosial og kulturell aktivitet Besøksvenn Plusskamerat Transportordning
Plan for frivillig arbeid	Einingsleiarar	Oppstart våren 2022	Laga frivilligplan



### Strategi 3 – Mat og måltider

Me ynskjer gode opplevingar rundt måltida. Me vil arbeida systematisk for å redusera underernæring. God mat er grunnleggjande for god helse og livskvalitet gjennom heile livet. Eldre skal ha næringsrik mat som er innbydande og som luktar og smakar godt. Maten må tilpassast den enkelte sitt behov og serverast i ein triveleg atmosfære. Eldre må så langt det let seg gjera få høve til å velja kva type mat dei ynskjer og kva tid på dagen dei vil eta. Det må takast individuelle omsyn til om ein vil eta åleine eller saman med andre.

Mat og måltid blant eldre er sett på dagsorden i Noreg dei seinare åra. Helsemyndigheita rår til ei betre fordeling av måltid gjennom døgeret for å unngå nattefaste. Flytting av middagsmåltid til ettermiddag er eit god tiltak som er gjennomført for mange eldre på institusjonane/omsorgsbustadane

«Mat og måltid handlar om å skapa gode stunder – uavhengig av kor den eldre bur. Me treng ro rundt måltidet. På institusjonane må personalet ha tid nok slik at dei kan delta i måltidet saman med bebuarane /pasientane»

Me må sikra oss at alle eldre sine grunnleggjande behov for mat fordelt gjennom heile døgeret vert ivareteke. Næringsinnhaldet i maten og gode måltidsopplevingar må etterlevast

Tiltak	Ansvar	Tidsrom	Døme på tiltak
Etablera god ernæringspraksis	Einingsleiar Tenesteleiar Gruppeleiar	2021- årleg	Systematisk kartlegging Risikovurdering Kompetanseheving Kartlegging av måltidsrytme
Utarbeida gode rutinar for ernæring- og mathandterings-arbeidet	Einingsleiar Tenesteleiarar Gruppeleiarar Kjøkkenansvarlege Kjøkkenkoordinator	2021- årleg	Revidera rutinar Kompetanseheving Brukarundersøkingar
Utvikla nyskapande mattilbod for eldre	Tenesteleiarar	2022	Matkurs Matkasse Spisevenn Kafetilbod i samarbeid med næringslivet og

			Grannehjelpa (velkommen med æra) Reisekafe m/underholdning
Brukarmedverknad	Tenesteleiarar	2021	Vidareføra ordninga med brukarpanel Brukarundersøkingar



## Strategi 4 – Helsehjelp

Me skal leggja til rette for å gje tenester som fremmar livskvalitet og meistring av kvardagen for den enkelte.

Uavhengig av kva situasjon den enkelte er i, skal me stilla spørsmålet: « Kva er viktig for deg for å meistre den kvardagen du har no? » Me skal leggja til rette for å mobilisera den enkelte sine ressursar og bidra til at den enkelte får dekkja sitt behov for tryggleik, hjelp og verdigheit når eigne ressursar avtar grunna sjukdom og funksjonssvikt.

Helsehjelp er ein av strategiane fordi eldre oftare enn andre, vert ramma av somatisk og psykisk sjukdom, og fordi mange eldre har fleire sjukdomar samtidig og treng hjelp med samansette og komplekse behov. Mange eldre får ikkje ivaretatt sine grunnleggjande behov for nødvendig helsehjelp

Eldre skal føla seg verdsett, verta sett og involvert i beslutningar som angår dei sjølve. Me vil auka innsatsen knytt til tiltak og tenester som legg til rette for at den enkelte skal kunne leva heime så lenge som mogleg og få støtte til å meistra kvardagen, sjølv med sjukdom og funksjonssvikt. Samstundes skal innbyggjarane har tryggleik for å få tilrettelagt bustad eller heildøgntilbod når dei treng det. Når livet går mot slutten, skal eldre få god lindrande omsorg og pleie.

Tiltak	Ansvar	Tidsrom	Døme på tiltak
Utvikla tilbod på alle nivå i omsorgstrappa	Einingsleiar Tenesteleiarar	2021- årleg	Tema i utviklingsprosjektet: « eit godt liv der me bur- tenester for framtida » Musikkterapi
Auka satsing på rehabilitering	Tenesteleiarar Gruppeleiarar Tilsette	2021- årleg	Samarbeid pleie og omsorg og ergo- fysioterapitenesta Kvardagsrehabilitering og heimerehabilitering Gruppetilbod
Tidleg innsats	Einingsleiar Tenesteleiarar	2022	Samhandling internt Vurdera å innføra førebyggjande heimebesøk « Brukarskule » « Pårørandeskule » Leggja til rette for at fleire kan bu heime lenger
Ta i bruk velferdsteknologiske løysingar	Tenesteleiarar og intern velferds-	2021-årleg	Vidareføra tverrfagleg velferdsteknologiprojekt Ta i bruk ny teknologi og nye måtar å gi tenester på

	teknologi gruppe		
Styrka kompetansen for å løyse meir komplekse oppgåver	Tenesteleiarar Gruppeleiarar Tilsette	2021- årleg	Kompetansehevingstiltak Fagskule for fagarbeidarar Bruka dei faglege ressursane rett Vurdere andre fagressursar i helse og omsorg
Vidareutvikla det tverrfaglege samarbeidet	Einingsleiar Tenesteleiarar	2022	Vurdera å innføra primærhelseteam
Samhandling med sjukehusa	Einingsleiarar Tenesteleiarar	2021- årleg	God kunnskap om samhandlingsavtalar og tenesteavtalar Delta i fagnettverk og samarbeidsprosjekt

## Strategi 5 – Samanheng i tenestene

Samanheng i tenestene har som mål å gje eldre auka tryggleik, meir forutsigbare pasientforløp og gode overgangar mellom eigen heim, sjukehus og institusjon. Me ynskjer at tenestemottakar får kontinuitet knytt til tilsette dei forhold seg til. Målet er og å ta vare på pårørande som tek vare på sine næraste og gje dei støtte og avlastning når det er behov for det.

Eldre sitt tenestetilbod skal ta utgangspunkt i kva som er viktig for den enkelte. Sentrale verkemidlar for å få til ei personsentrert tilnærming er ein kartleggingssamtale ved oppstart av tenestetilbodet og ved flytting mellom ulike tenestnivå, primærkontaktar og javnlege pasient- og pårørandesamtalar.

Tiltak	Ansvar	Tidsrom	Døme på tiltak
Auka fokus på personsentrert omsorg	Gruppeleiarar Tenesteleiarar	Haut 2021 til vår 2022	Utvikla rolla som primærkontakt og sekundærkontakt Kartleggingssamtale ved oppstart av teneste og ved flytting mellom nivå i tenesta Utvikla og nytta sjekklister
Sikra god samhandling/dialog mellom pleie og omsorg og andre tenester (td. fastlegar, ROP, fysio/ ergo og tenestekontor)	Tenesteleiarar Gruppeleiarar Fastlegar	Kontinuerleg	Elektroniske meldingar Samarbeidsmøte Auka fokus på bruk av digihelse
Sikra gode overgangar mellom sjukehus og kommune.	Tenesteleiarar Gruppeleiarar Tilsette	2021	Vidareutvikla og nytta flytskjema Pasientforløp
Sikra gode overgangar mellom tenester i kommunen	Tenesteleiarar Gruppeleiarar Tilsette		Felles retningsliner og sjekklister Pasientforløp
Avlastning og støtte til pårørande	Tenesteleiarar Gruppeleiarar Tilsette	2022	Vidareutvikla dagaktivitetstilbod Utvikla kapasitet og fleksibilitet i avlastningstilbodet