

**«Leve hele livet»
Strategisk handlingsplan for eldreomsorga i Time
kommune 2021 – 2023**

Vedteken av Time kommunestyre 21. September 2020



Innhald

1. Innleiing	1
2. Utfordringsbilete.....	2
3. Satsingsområde og tiltak.....	3
3.1: Eit aldersvenleg Time	3
3.2: Aktivitet og fellesskap	4
3.3: Mat og måltider	5
3.4: Helsehjelp	6
3.5: Samanheng i tenesta.....	7

1. Innleiing

Handlingsplanen er basert på kommunestyrevedtaket, KS 076/19 der status og dei samla utfordringane i Time kommune vart vedtekne. Utfordringane er innanfor dei fem satsingsområda til «Lev hele livet» - Meld.st 15.

Våren 2018 la regjeringa fram stortingsmeldinga « Leve hele livet - ei kvalitetsreform for eldre». Reforma skal bidra til at eldre kan meistre livet lengre, ha tryggleik for at dei får god hjelp når dei treng det, pårørande kan bidra utan at dei blir utslitt og at tilsette kan nytta sin kompetanse i tenestene. Reforma bygge på kva tilsette, eldre, pårørande, frivillige, forskarar og leiarar har sett fungere i praksis. Kva som aukar kvaliteten på tenesta og føre til ein trygg og verdig alderdom.

Hovedfokuset i stotingsmeldinga er å skapa eit meir aldersvenleg Noreg og finna nye og innovative løysingar på dei kvalitative utfordringane knytt til aktivitet og fellesskap, mat og måltid, helsehjelp, samanheng og overganger i tenesta.

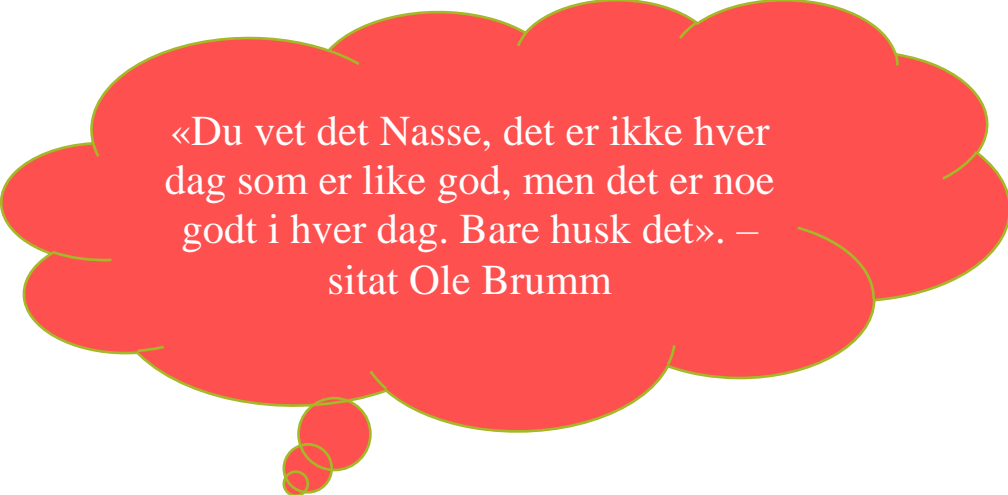
Målgruppa for reforma er eldre over 65 år, som er heimebuande, med eller utan tenester, og bebuarar i institusjon. Reforma er særleg retta mot tenester som tenesteområdet Omsorg gjev, men heile kommunen og samfunnet må bidra for å skapa eit meir aldersvenleg samfunn.

«Leva hele livet» har fem satsingsområde:

1. Eit aldersvenleg Time
2. Auka fokus på aktivitet og fellesskap
3. Mat og måltid
4. Helsehjelp basert på medverknad og behov
5. Samanheng og overgang i tenestene

I Time kommune er 684 innbyggjarar over 80 år. Framskrivningar synar at kommunen kan venta ein stor auke i denne gruppa dei neste 20 åra. For å vera rusta for framtida er det avgjerande at Time kommune planlegg og utviklar tenesta slik at det bidreg til eit aldersvennleg samfunn. Dei eldre innbyggjarane i Time kommune skal oppleva livskvalitet, tryggleik og meining i kvardagen uavhengig av livssituasjon. Hovudmålet skal vera å leggja til rette for sjølvstende, slik at den enkelte meistarar å bu lengst mogeleg i eigen heim. Det vil vera avgjerande å prioriteria førebyggjande tiltak.

Handlingsplanen har eit perspektiv på tre år. Det har vore ei brei involvering i arbeidet med planen. Satsingsområda og tiltaka har komne fram etter innspel og kartlegging. Tiltaka vil verta innarbeidd i budsjettarbeidet. Handlingsplanen vert eit vedlegg til strategiplan Omsorg.



«Du vet det Nasse, det er ikke hver dag som er like god, men det er noe godt i hver dag. Bare husk det». –
sitat Ole Brumm

2. Utfordringsbilete

I Time kommune som i resten av landet er ein av utfordringane den store veksten av eldre. Det gjer at ein i større grad må sikra at den enkelte vert i stand til å ta ansvar for eiga helse og livssituasjon. Ei framtidsretta teneste må ha eit berekraftig kostnadsnivå. Det fører til at i utviklinga av helse- og omsorgstenesta må Time kommune tenkje kvalitet og økonomi. Ein viktig føresetnad for økonomisk styring av kommunale helse- og omsorgstenester er at tenestene skal verta gitt og utførte på Beste Effektive Omsorgs Nivå (BEON).

Alle har ressursar som dei kan bidra med i lokalsamfunnet, både til eige og fellesskapet sitt beste. Kommunen sine tilsette må hjelpa til med å finna desse ressursane, føra menneska saman slik at dei kan støtte og hjelpa kvarandre.

Større deler av befolkninga er friskare lengre, samstundes ser kommunane eit meir kompleks sjukdomsbilete hos dei som er sjuke. Psykiske lidingar som depresjon og angst aukar i denne aldersgruppa, det gjeld og talet på eldre med demens.

Innbyggjarane sine behov skal setjast i sentrum for utvikling og endring. Dei ønske fleksibilitet og fridom til å bestemma over eigen kvardag.

Førebygging, rehabilitering og behandling skal i størst mogleg grad skje i kommunane. Helse- og omsorgstenesta vert meir spesialisert.

Kommunen vert utfordra til å etablere ny kunnskap, leita fram, mobilisera og ta i bruk dei samla ressursane på nye måtar. Med dette vert det meint:

- ✓ Teknologi
- ✓ Ny kunnskap
- ✓ Nye faglege metodar
- ✓ Organisatoriske endringar
- ✓ Samskaping med private



«Me byggjar det gode i oss, når
me gjer det gode ikring oss»
Arne Garborg

3. Satsingsområde og tiltak

3.1 Eit aldersvenleg Time

Eit aldersvenleg Time skal leggja til rette for at den enkelte skal kunne nytta sine ressursar og ha høve til å leva eit sjølvstendig og aktivt liv. Dette inneber tiltak som gjev dei eldre kvardagsmeistring og god livskvalitet. Eit aldersvenleg samfunn skal vera godt for alle, både eldre og yngre. Det dreier seg om å skapa gode nabolag som inkludere og engasjere. Det er behov for fysiske miljø som legg til rette for aktivitet og møte mellom innbyggjarar, på tvers av alder, interesser og funksjonsnivå.

Utviklinga av eit aldersvenleg samfunn krev ein tverrsektoriell innsats. Innbyggjarinvolvering og samskaping står sentralt i utviklinga av eit aldersvenleg samfunn, der det vert fokusert på dei miljømessige, sosiale og økonomiske faktorane som påverkar helse og trivsel.



Tiltak	Ansvar for gjennomføring	Slik vil me gjera det	Starta / utført
1. Samarbeid med næringslivet for å utvikla eit aldersvenleg lokalsamfunn	Kommunalsjef omsorg	Time kommune har signert ein avtale for demensvenleg kommune. I samarbeid med næringslivet skal ein skape gode haldningar i lokalsamfunnet og skape større openheit om demens, med å gje informasjon og undervisning til personale i offentleg og privat servicenæring.	Starta
2. Legge til rette for gode buområde og samanheng mellom bustadområdet og dagliglivets funksjonar. Involvera eldre meir i arbeidet med utforminga av nærmiljø og tenestetilbod for eldre	Kommunalsjef Samfunn	Klepp og Time går saman om eit felles prosjekt for å utarbeide handlingsplanen. I utforminga av nærmiljø og tenestetilbod må det vera tett dialog med dei eldre gjennom kafedialog og frivillig-koordinator	Starta

3.2 Aktivitet og fellesskap

«Leve hele livet» er ei reform for aktivitet, deltaking og sosialt fellesskap. For personar som over tid oppleve at dei er einsame kan dette forsterka eksisterande helseproblem eller vera ein risikofaktor for å utvikle helseproblem. Langvarig einsemd hos eldre er forbunde med svekka funksjonsnivå, både fysisk og mentalt, desse faktorane kan føre til redusert livskvalitet.

Eldre innbyggjarar i Time skal få informasjon om aktivitetstilbod, arena for sosialt samvær og nettverksbygging. Aktivitetar skal vera lett tilgjengelege og tilpassa individuelle behov. Kommunen ønskjer å nå fleire «friske» eldre med byrjande funksjonsfall, før dei kjem i den fasen at dei vert sitjande heime.

**Alder betyr ingenting !
Det som betyr noko, er om ein er frisk
og har det bra**

Tiltak	Ansvar for gjennomføring	Slik vil me gjera det	Starta/ Utført
3. Legga til rette for samarbeid med andre trussamfunn og individuell oppfølging av åndelege behov.	Kommunalsjef Omsorg	Utarbeide rutinar på institusjon/heimetenesta der tenestemottakarane vil få god individuell oppfølging av åndelege behov. Det vert oppretta ei tverrfagleg gruppe som skal utarbeida rutina.	Starta
4. Ta i bruk eldreressursen i endå større grad, for å skapa aktivitet og fellesskap. Eit samarbeid med Gjesdal, Hå og Klepp	Kommunalsjef Samfunn	Etablera eige frisklivstilbod til seniorar – «Friskliv SENIOR». Tilbodet vil ha som mål å fremma god helse, gje livsmeistring og velvære til innbyggjarane gjennom gruppetilbod innan fysisk aktivitet, kosthaldsrettleggjing og sosialt samvær.	Starta
5. Tettare samarbeid mellom Time Frivilligsenter – kafé og aktivitet og Frivillig-koordinator-institusjon/omsorg	Kommunalsjef Omsorg	Skapa gode møteplassar for innbyggjarane i Time, samstundes som ein hentar ut eldreressursen i kommunen	Starta
6. Sambruk og samlokalisering i kommunale bygg i nærmiljøet etter kontortid	Kommunalsjef Samfunn	Vert teken med i ny Frivilligstrategi	Under arbeid

3.3 Mat og måltid

Kommunen ønske å skapa gode måltidsopplevingar og redusera underernæring. God mat er grunnleggjande for god helse og livskvalitet gjennom heile livet. Eldre skal få næringsrik mat som både ser godt ut, luktar og smakar godt. Maten skal vera tilpassa den enkelte sitt behov og verta servert i ei hyggeleg ramme. Eldre bør få større moglegheit til å velja kva dei vil eta, og når dei vil eta eit godt måltid med andre. Slik skal eldre få moglegheit til å leva livet – heile livet.

Tilbakemeldingar frå dialogmøte og kunnskap på området tyder på at ikkje alle eldre får dekkja dei grunnleggjande behova for mat fordelt gjennom heile døgnet, næringsinnhald og gode måltidsopplevingar.

«Personlig mosjonerer jeg ikke for å bli yngre, men for å bli eldre»

Karsten Isachsen


Tiltak	Ansvar for gjennomføring	Slik vil me gjera det	Starta / utført
7. Ha større fleksibilitet på serveringstidspunkt og val av meny for middag i alle avdelingane i institusjon og omsorgsbustader	Kommunalsjef Omsorg	Ta i bruk kok/kjøl metoden i levering av middag. Legge til rette for ønske som kjem fram. Tilby måltid jamt fordelt ut over dagen for å dekkja behovet for energi og næringsstoff.	Starta 1.juni.2021
8. Sikra kompetanse hos alle tilsette i ernæringsarbeid, kartlegging og oppfølging av ernæring hos eldre, spesielt dei som får tenester i heimen. Time kommune er med i prosjektet « Mat for eldre heimebuande» der oppdragsgivar er Statsforvaltaren i Rogaland	Kommunalsjef Omsorg	Eldre, frivillige og tilsette får opplæring i næringsrik mat som både ser godt ut, luktar og smakar godt. Søke tilskot frå Helsedirektoratet for å dekke løn til prosjektstilling ernæringsfysiolog i omsorg	Signert avtale Søknad sendt

3.4 Helsehjelp

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

Uavhengig av kva for ein situasjon den enkelte er i, skal ein stilla spørsmålet; «Kva er viktig for deg ?». Kommunen skal leggja til rette for å mobilisera den enkelte sine eigne ressursar, bidra til at ein får dekkja sitt behov for tryggleik, hjelp og verdigheit når eigne ressursar sviktar på grunn av sjukdom og funksjonssvikt.

Eldre skal føla seg verdsette, verta sett og involverte i slutningar som angår dei sjølve. Kommunen skal auke innsatsen knytt til tiltak og tenester som legg til rette for at den enkelte skal få moglegheit til å leva heime så lenge som råd er, og få støtte til å meistre kvardagen, trass for sjukdom og funksjonssvikt. Samstundes skal innbyggjarane ha tryggleik for å få heildøgnsstilbod i tilrettelagt bustad/institusjon når behovet melde seg. Når livet går mot slutten, skal eldre få god lindrande omsorg og pleie.



«Mennesket er menneskets helsekilde»


Per Fugelli

Tiltak	Ansvar for gjennomføring	Slik vil me gjera det	Starta/utført
10. Sikra rett helsehjelp på rett nivå med rett kompetanse (omsorgstrappa)	Kommunalsjef omsorg	Teneste- og samordningskontoret er oppretta. «Ei dør» inn til tenestene i omsorg, der det vert teke ei heilskapleg vurdering av tenestebehovet til innbyggjaren	Utført
11. Få kvardags-rehabiliteringstanken implementert i alle tenester	Kommunalsjef omsorg	Undervisning og små drypp i det daglege arbeidet for dei tilsette.	Under arbeid
12. Arbeida systematisk med fall- førebyggjande- og miljøarbeid i institusjon	Kommunalsjef omsorg	Bruke fysisk aktivitet og balansetrening meir aktivt for å førebyggja fall, og utsetja funksjonsnedsetting. Ta i bruk BASIS (balanse- sikkerhet-styrke) som er eit E-læringsprogram. Det er oppretta kontaktperson til kvar avdeling på institusjon som tek kontakt med fysioterapeut for spørsmål og rettleiing.	Starta

3.5 Samanheng i tenestene

Samanheng i tenestene har som mål å gje eldre tryggleik og forutsigbarheit gjennom gode pasientforløp og øveganger mellom eigen heim, sjukehus og færre tilsette å halda seg til. Mange eldre og deira pårørande oppleve manglande kontinuitet og tryggleik i tenestetilbodet med unødvendige brot og krevjande overgangar. Målet er å ta vare på dei som tek vare på sine næraste, og gje pårørande støtte og avlasting, slik at dei ikkje slit seg ut. Eldre sitt tenestetilbod skal ta utgangspunkt i kva som er viktig for den enkelte. Sentrale verkemiddel for å få til ein personsentrert tilnærming er ein kartleggjande velkomstsamtale i byrjinga av tenestetilbodet og med flytting mellom ulike tenestenivå, utforming av individuell plan, primærkontakt og jamlege pasient- og pårørandesamtaler.

Utfordring i Time	Ansvar for gjennomføring	Slik vil me gjera det	Starta/utført
13. Tilpassa avlasting- og aktivitetstilbod etter brukarane og pårørande sine behov	Kommunalsjef omsorg	Kunne gje avlastingstilbod tilpassa med tanke på tidspunkt, varigheit og stad. Ta vare på pårørande-ressursen med å tilby individuelle tilpassingar.	Starta
14. Auka fokus på psykisk helse hos eldre	Kommunalsjef omsorg	Leggja til rette for gruppetilbod, auka kompetansen hos dei tilsette både i institusjon og heimetenesta. Ha ei systematisk kartlegging av psykisk helse	Under arbeid
15. Arbeidstidsordningar retta meir mot brukarane sine behov, sikra kompetanse og meir heiltid	Kommunalsjef omsorg	Det er utarbeida ein heiltidserklæring og danna ei arbeidsgruppe som arbeidar målretta med heiltid.	Starta
16. Auka behov for dialog med pårørande	Kommunalsjef omsorg	Skapa gode møteplassar to gonger i året der ein har dialog med pårørande	Under arbeid



Me vert mykje betre saman
enn
kvar for oss