

Leve heile livet - strategiplan
2022-2034
Volda kommunestyre 2022

1 Innleiing

1.1 Leve heile livet - ei kvalitetsreform for eldre

I 2018 vart kvalitetsreforma for eldre [“Leve heile livet”](#) vedteke i Stortinget. Reforma har fokus på å skape eit aldersvenleg samfunn med nye og innovative løysingar for å bidra til at eldre kan meistre livet lenger og få hjelp og støtte ved behov.

Reforma skal følgast opp og gjennomførast i kommunane, og “Leve heile livet” strategiplan 2022-2034 skal vera med å gje retning i arbeidet med eit aldersvenleg samfunn i Volda kommune.

1.2 Utfordringsbiletet

Prognosane viser at innbyggartalet i Volda kommune i alderen 80 år og oppover blir dobla frå 2020 til 2050. Sjølv om mange vil ha god helse lenger, er det også venta at talet innbyggjarar med demens vil auke i åra som kjem. Eit viktig stikkord i møte med denne utviklinga er fokus på førebygging og tidleg innsats for at eldre kan klare seg sjølv i størst mogleg grad og bu heime så lenge som mogleg. Kva som reknast som ein god alderdom er også ulikt frå person til person og det er viktig at den enkelte tek ein aktiv del i brukarmedverknad samt planlegg for eigen alderdom.

Aktørar som til dømes frivillige og pårørande er avgjerande brikker i omsorgsarbeidet. Samarbeid mellom kommunen og ulike aktørar i samfunnet vil bli endå viktigare framover, då ei stor utfordring vil vere tilgang på nok helsepersonell. Her blir det viktig å kunne avlaste og hjelpe kvarandre. Denne utviklinga med samarbeid og samskaping mellom kommune og andre samfunnsaktørar blir også omtala som “Kommune 3.0”, og fører til at kommunen i større grad må ta ei rolle der ein legg til rette slik at ein finn nye løysingar på utfordringar saman, og får mobilisert ressursane til innbyggjarane og i samfunnet.

For å møte utfordringane krev dette at kommunen tenkjer nytt og leitar fram, mobiliserer og tek i bruk ny kunnskap og ressursar innan til dømes:

- Velferdsteknologi
- Samhandling og samskaping med ulike samfunnsaktørar og frivillige
- Samhandling på tvers av sektorar og tenester

2 Oppbygging av planen

2.1 Sentrale og lokale føringar

Følgande samanstilling av sentrale og lokale føringar er eit kort utval, sjå Kommunedelplan for Helse- og omsorg Volda kommune 2022-2034 for utfyllande sentrale føringar.

Sentrale føringar

- Kvalitetsreforma for eldre "Leve heile livet" (Meld.St.15: 2017-2018)
- Demensplan 2025
- Omsorg 2020
- Samhandlingsreforma frå 2012
- Folkehelsemeldinga (Meld.St.19: 2018-2019)

Lokale føringar

- Kommunedelplan for helse- og omsorg Volda kommune 2020-2032
- Kommuneplanen sin samfunnsdel Volda kommune 2021-2033
- Kommunedelplan for tidlegare Volda kommune (vedteke 2021)
- Kommuneplanen sin arealdel, Hornindal kommune (vedteke 2004)
- Kommunedelplan for fysisk aktivitet og anlegg for idrett, friluftsliv og nærmiljøtiltak 2014-2018

2.2 Medverknad

7.mars 2022 vart det halde ei open arbeidssamling frå 12.00-16.00 i Volda samfunnshus der tema var "Leve heile livet"-reforma. I forkant av samlinga vart det sendt ut invitasjon til ulike lag og organisasjonar.

Målet med samlinga var å få større involvering frå ulike partar knytt til forslag om nye tiltak og strategiar i åra framover. Dei som møtte opp var mellom anna Eldrerådet, Pensjonistlaget og ulike frivillige lag og organisasjonar.

Sektor utvikling, sektor oppvekst og seksjonsleiarane i sektor helse og omsorg har levert innspel til planen. Leiargruppa for helse- og omsorgssektoren har også hatt planen som tema i fleire møter.

Illustrasjonane i planen er laga av Hanna Flesche Hellenes.

2.3 Føremål med planen

Planen er ein overordna strategiplan som skal vere førande for dei ulike sektorane, avdelingane og medarbeidarane i Volda kommune. Kvar sektor/avdeling skal følge opp planen i egne handlingsplanar.

2.4 Overordna mål med planen

- Innbyggerane kjenner eigenmeistring i kvardagen
- Innbyggerane bur i eigen heim lengst mogleg
- Kommunen leverer berekraftig tenester av god kvalitet

3 Innsatsområde

Innsatsområda i denne planen byggjer på innsatsområda i kvalitetsreforma for eldre - "Leve heile livet" som skisserer fem grunnleggande område der tilbodet til eldre oftast sviktar.

Dei 5 innsatsområda i planen er:

1. Eit aldersvenleg samfunn
2. Fellesskap og aktivitetar
3. Mat og måltid
4. Helsehjelp
5. Samanheng i tenestene

3.1 Innsatsområde 1 - Eit aldersvenleg samfunn

Eit aldersvenleg samfunn vert utvikla ved å fokusere på brukarperspektivet, mobilisere arbeids-og næringsliv, kommune, lokalsamfunn og ulike interesseorganisasjonar. Målet er å skape eit samfunn som legg til rette for at eldre kan bidra og ta del i samfunnet. Tiltaka har som mål at dei eldre skal ha høve til å leve livet- heile livet.



Tiltak	Omtale
Universell utforming (inne og ute)	<ul style="list-style-type: none"> • Kontinuerlig prosess med utbetring, til dømes fortau, gangfelt, skilting. • Tilrettelegging med omsyn til syn og hørsel • Brøyte/strø område som til dømes turvegar/samlingspunkt/forsamlingshus/bustadar i sentrum og bygdene
Bustadar	<ul style="list-style-type: none"> • Fortetting i sentrumsområda, legge til rette for sentrumsnære bustadar «Rullatoravstand» • Bustadar for utleige • Legge til rette for utbygging av bustadar med fellesareal som til dømes fellesstove og gjesterom • Kommunen har tilgjengeleg ressursperson med god kompetanse på husbanken sine støtteordningar
Sentrumsnære turområde	<ul style="list-style-type: none"> • Til dømes Elvadalen, Andaneset, turveg rundt Rotevatnet, stien til dagsturhytta i Hornindal, lokale turvegar på bygdene • Fleire benkar i barnehagane/turområde/sentrum/samlingspunkt
Kvardagsmeistring	<ul style="list-style-type: none"> • Fokus på tidleg innsats • Informasjon ut til innbyggjarane via heimeside, sosiale medier, presse og opne møter • Lågterskeltilbod med fast tid og stad for opplæring i digitale verktøy
Effektiv hjelpemiddelforvaltning	<ul style="list-style-type: none"> • Tilgjengeleg informasjon om eksisterande hjelpemiddel (opplæringsvideoer) • Rask hjelp

	<ul style="list-style-type: none"> • Godt utstyrt korttidslager
Frivillig arbeid	<ul style="list-style-type: none"> • Frivilligsentralar med fokus på Leve heile livet • Styrke samarbeid mellom frivilligsentralar, frivilligkoordinatorar og frivillige lag og organisasjonar • Digitale verktøy for frivilligkoordinering • Møteplassar for frivillige • Fleksibilitet og insentiver for frivillige • Framsnakke dugnadsånd og frivilleg arbeid
Førebyggjande heimebesøk	<ul style="list-style-type: none"> • Tilbod om førebyggjande heimebesøk til alle 80 åringar • Årleg temadag for Leve heile livet med fokus på førebygging
Demensvenleg samfunn	<ul style="list-style-type: none"> • Auke kunnskap og gje informasjon om demens til heile befolkninga • Gjere nytte av kompetansehevingsverktøyet Demensomsorgens ABC for tilsette i helse- og omsorg • Gjennomføre årleg pårørandeskule • Etablert hukommelsesteam • Utarbeide fagplan om demens • Etablere frivilligforum • Samarbeid med næringslivet • Vidareutvikle tilbod til unge personar med demens
Transportløyisingar	<ul style="list-style-type: none"> • Vurdere nye og evt utbetre transportløyisingar på bygdene i samarbeid med eksterne aktørar.

3.2 Innsatsområde 2 - Fellesskap og aktivitetar

Tiltaka under har som mål at eldre skal leve livet -heile livet. Stikkord er gode opplevingar, tru og liv, møter på tvers av generasjonar, kontakt med samfunnet, samhald og fellesskap.



Tiltak	Omtale
Tilrettelagde uteområde	<ul style="list-style-type: none"> • Utvikle sentrumsnære turområde som t.d. Elvadalen, turveg rundt Rotevatnet • Sansehagar ved dei to omsorgssentra - oppgradering med gapahuk • Vedlikehald og utvikling av aktivitetspark ved Volda Stadion og parken ved Rådhuset/samfunnshuset • Fleire benkar i eksisterande tilrettelagde uteområde for møter på tvers av generasjonar • utbetre tilgjenge til vatn og sjø, utvikle badeplassar/strandsoner som gode møteplassar
Frivilligsentralane/koordinatorane	<ul style="list-style-type: none"> • To tilsette frivilligkoordinatorar i kvar sin 40 % stilling ved sektor Helse og Omsorg. • Frivilligsentralane har tilsaman 2 årsverk • Styrke samarbeid mellom frivilligsentralar, frivilligkoordinatorar og frivillige lag og organisasjonar for å nå/rekruttere fleire frivillige • Ta i bruk digitale verktøy for å koordinere frivillig aktivitet betre
Aktivitatar på sjukeheim og i bemanna omsorgsbustadar	<p>Vidareføring av:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sesongbaserte aktivitetar som t.d. jul, jonsok, rullatorløp og sommarfest • Konsertar • Matlaging • Bruk av sansehage • Fellesgym • Samarbeid med frivillige lag og organisasjonar • Tilrettelagde aktivitetar for ulike kjønn og personar med ulike funksjonshindringar • Fokus på lågterskel - aktivitetar og tiltak i kvardagen.

Tru og liv	<ul style="list-style-type: none"> • Samarbeid med den norske kyrkja og andre trusamfunn, andakter og liknande på sjukeheim og ved bemanna omsorgsbustadar • Minnelund
Dagsentertilbod og dagaktivitetstilbod for heimebuande eldre	<ul style="list-style-type: none"> • Vidareføre og utvikle aktivitetstilbod med satsing på: Fysisk aktivitet, matlaging, frisk luft, grøn omsorg, song, kultur, erindring, dagsturar, hjernetrim og handverk samt generasjonsmøter med barnehagar. • Seniorretteiing • Nå ut til fleire – redusere “dørstokkmila” • Tilrettelagde aktivitetar for ulike kjønn • Utvikle tilrettelagd transport til aktivitetstilboda
Møteplassar	<ul style="list-style-type: none"> • Tilrettelegge for formelle og uformelle møteplassar gjennom samskaping • Fleire benkar på bygdene og i sentrum, til dømes i barnehagane og offentleg rom • Gjere tilgjengeleg informasjon om eksisterande møteplassar på kommunens heimeside
Samarbeid med lag og organisasjonar, studentar, eldre/unge, frivillige	<ul style="list-style-type: none"> • Utvikle ordning med “middagsvenn” • “Vaktmester”/service-tenester • Konsept livsgledebarnehage • Turar i nærområde
Samarbeid med skulane og kulturskulen	<ul style="list-style-type: none"> • Til dømes skuleklasser som kjem og syng før jul, og kulturskulen som kjem med utøvarar og har mini-konsertar
Kulturelle tiltak/tilbod	<ul style="list-style-type: none"> • Den kulturelle spaserstokk • Tilgjengeleg informasjon om dei ulike tilboda i kommunen, også for dei som ikkje er så aktive digitalt

3.3 Innsatsområde 3 - Mat og måltid

Mat og måltid, godt kosthald og god ernæring er på dagsorden i Norge. Stikkord for oppfølging er måltidet, tider for servering av mat, måltidsrytme, valfridom, systematisk ernæringsarbeid og god kompetanse.



Tiltak	Omtale
Systematisk kartlegging av ernæringsstatus	<ul style="list-style-type: none"> • Ernæringskartlegging • Høve til ønskekost/spesialkost
Måltidsrytme	<ul style="list-style-type: none"> • Institusjon og bemanna omsorgsbustadar må arbeide for å redusere nattfaste • Individuell måltidsrytme (nattmat for dei som ynskjer/treng det)
Brukarmedverknad ved sjukeheim og bemanna omsorgsbustadar	<ul style="list-style-type: none"> • Brukarar ved institusjon og bemanna omsorgsbustadar tek aktivt del i matlaging, før og etterarbeid i tilknytning til måltida der det er mogleg
Matombering	<ul style="list-style-type: none"> • Vidareutvikle det frivillige arbeidet i matombering i kommunen og sikre tilgjengeleg informasjon om tilbodet • Utfordre til samskaping mellom lokalt næringsliv og kommunen for å etablere ei ordning der innbyggane kan få bringa varer heim, gjerne kombinert med utkøyring av varmmat frå kommunalt kjøkken
Det gode måltid	<ul style="list-style-type: none"> • Gode matopplevingar i eit trivselfremmande miljø

	<ul style="list-style-type: none"> • Middagsven (frivillige/studentar) for heimebuande
Kompetanseheving	<ul style="list-style-type: none"> • Større fokus på ernæring for innbyggjarar og tilsette gjennom til dømes fellesmøte, oppfølgingsamtale og e-læringskurs • Arbeide med kultur og haldningar når det kjem til måltid og ernæring

3.4 Innsatsområde 4 - Helsehjelp

Målet er auka meistring og god livskvalitet, førebygge funksjonsfall og gje rett hjelp til rett tid.



Tiltak	Omtale
Førebygging av funksjonsfall	<ul style="list-style-type: none"> • Oppretthalde og vidareutvikle: <ul style="list-style-type: none"> - Førebyggande heimebesøk - Treningsgrupper - Rehabilitering

	<ul style="list-style-type: none"> • Sette inn velferdsteknologi i rett tid
Tidleg oppdaging av forverra helsetilstand	<ul style="list-style-type: none"> • Kompetanseheving i høve observasjon • Tilgjengeleg og oppdatert utstyr til at ein kan måle vitale parameter • Ta i bruk velferdsteknologi som verktøy for å fange opp forverring i tidleg fase
Velferdsteknologi	<ul style="list-style-type: none"> • Nytte helse- og meistringsteknologi • Nytte demorommet på Volda omsorgssenter • Teknologiambassadørar – i regi av Pensjonistforbundet • Drive aktivt informasjonsarbeid • Opplæring av tilsette og brukarar
Kvardagsrehabilitering	<ul style="list-style-type: none"> • Auka fokus på eigenmeistring i eigen heim i høve hjelp til sjølvhjelp
Organisering av fagkompetanse	<ul style="list-style-type: none"> • Nytte fagressursar på rett måte - oppgåvedifferensiering • Vurdere å opprette sjukepleiarteam på tvers av seksjonar/avdelingar • Auke stabilitet i faggruppene
Livets siste dagar	<ul style="list-style-type: none"> • Implementering av plan for lindring i livet si slutfase • Legge til rette for å få død i eigen heim
Akuttutstyr i kommunale tenestebilar og seksjonar	<ul style="list-style-type: none"> • Rett type utstyr i rett omfang, for å kunne kartlegge, hjelpe og diagnostisere enkle tilstandar hos brukarar av

	tenestene, utan å måtte via legesenter/sjukehus
Kompetanseutvikling	<ul style="list-style-type: none"> • Kommunen som ein lærande organisasjon • Aktiv bruk av e- læringskurs • Fagnettverk på Søre Sunnmøre - Sjustjerna (kommunane på Søre Sunnmøre) • Samarbeid på tvers av sektorar og avdelingar • Lærings- og meistringstilbod • Lærings- og meistringskurs
Samhandling med Helseføretak og private institusjonar	<ul style="list-style-type: none"> • Nytte samhandlingsavtalen mellom kommunen og helseføretak • Bruke Helsefellesskapet til å styrke samhandling mellom helseføretak og kommunen • Tilstrebe til ein god samhandlingsavtale mellom kommunen og helseføretak
Informasjonsarbeid	<ul style="list-style-type: none"> • Kvalitetstandard for helse og omsorgstenester i Volda kommune • Heimeside og sosiale medier • Tilgjengeleg informasjon også for dei som ikkje har digital kompetanse, til dømes på servicekontor, legesenter, bibliotek osv.)

3.5 Innsatsområde 5 - Samanheng i tenestene

Målet er auka tryggleik og føreseielege pasientforløp. Dette vil føre til at brukar og brukar sine pårørande kjenner seg trygg.



Tiltak	Omtale
Brukarinvolvering og samarbeid med pårørande	<ul style="list-style-type: none"> • Forum for å informere brukarar og pårørande om generelle saker frå helse- og omsorgssektoren • Informasjons- og kommunikasjonsflyt • Organisering av samhandling • Pårørandegruppe • Trivselsgruppe
Kvalitetsarbeid	<ul style="list-style-type: none"> • Systematisk bruk av etiske refleksjonar i helse- og omsorg • Gode og trygge rutiner som ivaretar brukararen sin integritet
Frivillig arbeid	<ul style="list-style-type: none"> • Auka samhandling mellom frivillige, kommunen og mottakarar.
Forvaltning av kommunale helse- og omsorgstenester	<ul style="list-style-type: none"> • Forvaltningskontor utøver tverrfagleg vurdering, samhandlar med øvrige seksjonar og ulike team som til dømes hukommelseteam, kvardagsrehabilitering, fokuserer på innsatstrappa

Helsestasjon for eldre	<ul style="list-style-type: none">• Vurdere tiltaket som eit supplement til førebyggjande heimebesøk
Samhandling	<ul style="list-style-type: none">• Samhandling med Specialisthelsetenesta• Samhandling i eigen sektor og på tvers av sektorar/avdelingar• Halde fram satsinga med å legge til rette for at fleire skal kunne ha ein god og trygg alderdom som heimebuande, mellom anna ved god førebygging, samhandling med pårørande, og kome tidleg nok inn med tenester på dei lågaste trinna i innsatstrappa
Gode pasientforløp	<ul style="list-style-type: none">• Halde fram med satsinga "Det gode pasientforløp"

4 Ressurssider

[Handbok i aldersvenleg stadsutvikling](#)

Handbok om aldersvenleg stadsutvikling med fokus på rolla til planleggarane og moglegheitsrommet til kommunen innan plansystem og regelverk. Frå Norske arkitektars landsforbund.

[Handbok i aldersvenlege lokalsamfunn](#)

Handboka tar for seg eksemplar og forslag til kommunanes arbeid med aldersvenlege lokalsamfunn. Frå KS - Kommunesektorens organisasjon.

[BOLIG+ Nye bustadsløysningar for eldre og folk flest](#)

Rapporten frå NIBR (Norsk institutt for by- og regionforskning) ser på bustad- behov og interesser hos dei eldre i framtida, samt planar og kommunens potensielle verkemiddel.

[Veiviser demens](#)

Tips og råd om korleis ein kan sørge for å gje gode tenester til personar med demens og pårørande. Frå Aldring og helse.

[Aldersvenleg Norge](#)

Informasjonskampanje frå Senteret for eit aldersvenleg Norge som tek for seg planlegging for eigen alderdom.

[Handbok i aldersvenleg stadsutvikling](#)

Handbok om aldersvenleg stadsutvikling med fokus på rolla til planleggarane og moglegheitsrommet til kommunen innan plansystem og regelverk. Frå Norske arkitektars landsforbund.

[Handbok i aldersvenlege lokalsamfunn](#)

Handboka tar for seg eksemplar og forslag til kommunanes arbeid med aldersvenlege lokalsamfunn. Frå KS - Kommunesektorens organisasjon.

[BOLIG+ Nye bustadsløysningar for eldre og folk flest](#)

Rapporten frå NIBR (Norsk institutt for by- og regionforskning) ser på bustad- behov og interesser hos dei eldre i framtida, samt planar og kommunens potensielle verkemiddel.

[Veiviser demens](#)

Tips og råd om korleis ein kan sørge for å gje gode tenester til personar med demens og pårørande. Frå Aldring og helse.

[Aldersvenleg Norge](#)

Informasjonskampanje frå Senteret for eit aldersvenleg Norge som tek for seg planlegging for eigen alderdom.

[Ressursportal.no](#)

Informasjon som er har relevans for støtteapperat og kommunar i analyse og planlegging av Leve heile livet og eit meir aldersvennlig samfunn.

[Universell utforming i planlegging](#)

Ressursside med informasjon om universell utforming i planlegging