

Aldersvenleg samfunn

Medverknad til kommuneplanen sin samfunnsdel, innspel frå eldre.



Innleiing

Volda kommune held på med revidering av kommuneplanen sin samfunnsdel. Arbeidet bygger på FN sine berekraftsmål, og kommunestyret har m.a. valt ut berekraftsmål 3: God helse og livskvalitet og mål 11: Berekraftige byar og lokalsamfunn som prioriterte mål. I samband med dette ynska kommunen å nytte eldre som ressurs, og hente fram eldre si kunnskap og innsikt, erfaringar og synspunkt, behov og ynskjer til staden dei bur på - og som betyr noko for trivsel, livskvalitet og fysisk og sosial velvære. Korleis gjer vi Volda til eit aldersvenleg samfunn?

På møtet i eldrerådet 27. september 2021 fekk eldrerådet ei orientering om kommuneplanarbeidet, og det vart delt ut eit spørjeskjema. Eldrerådet distribuerte skjemaet vidare, m.a. til representantar frå Volda Røde kors og Volda pensjonistforeining.

Spørjeskjemaet tok utgangspunkt i tre viktige sider ved lokalsamfunnet:

- 1. Fysiske omgjevnadar og uteområde:** Bygningar, uterom, torg, plassar, vegar, gangvegar, naturområde, grønne lunger mv.
- 2. Sosiale møteplassar og kulturtilbod/aktivitetar:** Innandørs som omsorgssenter, frivilligsentral, eldredans, sanitetsforeining, turlag, trim, kaféar, "børs", bibliotek, kyrkje, kulturaktivitetar- og arrangement, aktivitetar på tvers av generasjonar m.v.
- 3. Tilbod og tenester:** offentleg og privat service, apotek, butikkar, bustadar, offentleg informasjon m.v.

For kvart av desse tema ynskte vi erfaringar og synspunkt på:

- a) Kva er positive kvalitetar som må takast i vare, så dei ikkje forsvinn eller vert redusert?
- b) Kva er negative ting som det er viktig å gjere noko med? Er det noko som reduserer kvaliteten på eldre sin kvardag?
- c) Kva manglar, korleis kan det verte betre?

Tema var ikkje knytt til private/personlege tilhøve, men målet var å høyre eldre si meining om kva dei meiner er viktig for at dei skal trivast og ha ein god kvardag i vårt lokalmiljø. Eldrerådsrepresentantane vart også bede om å ikkje svare berre på vegne av seg sjølv, men som representantar for den eldre befolkninga i kommunen. Spørjeskjema vart levert anonymt. I alt sju personar leverte skjemaet.

Dette dokumentet inneheld resultatata frå undersøkinga. Innspela er forsøkt samla og forenkla etter tema. Resultata skal nyttast i vidare arbeid med samfunnsdelen, og vil vidareformidlast både internt i administrasjonen og til politikarane. Dokumentet vil også fungere som innspel til helse- og omsorgsplanen, som også er under revisjon. I tillegg håper administrasjonen at eldrerådet kan nytte undersøkinga som innspel og inspirasjon til eige arbeid. Det kan til dømes vere saker som kjem fram i undersøkinga, som eldrerådet sjølv ynskjer å setje på dagsorden, eller jobbe aktivt med.

Illustrasjonane i dette dokumentet er henta frå filmen "[God helse og livskvalitet](#)" produsert av Raindog Studios AS for Volda kommune. Medverknadsprosessen vart leia av Regine S. Aklestad, sektor for Utvikling.

Meir informasjon om aldersvenlege samfunn kan ein m.a. lese om i KS si "[Håndbok i aldersvennlige lokalsamfunn](#)".

1. **Fysiske omgjevnadar og uteområde** (bygningar, uterom, torg, plassar, vegar, gangvegar, naturområde, grønne lunger mv.)

a) Kva er positive kvalitetar som må takast i vare, så dei ikkje forsvinn eller vert redusert?

// Tilgang til vatn og skog er viktig

- Tilkomst og nærleik til Rotevatnet og Voldsfjorden
- Panoramavegen
- Elvadalen
- Den nye hamneparken
- Årneset
- Andaneset
- Vi har mange fine skogsvegar i kommunen, viktig at dei vert rydda og haldne ved like.

// Grøntområde og kvilebenkar

- Benkane utanfor kafear og kioskar.
- Kvilebenkane rundt omkring. Gjerne setja ut fleire.
- Grønne lunger i sentrum.
- Samlingsstader utan trafikkstøy.
- Gode møteplassar i sentrumsområda må takast vare på og gjerast betre.

// Historia må ikkje gå tapt

- Den industrielle historia: Miljøet langs Øyraelva må takast i vare. Formidle kunnskap og historie om t.d. Volda jarnstøyper og B.O. Humberstet sin verkstad og karosserifabrikk,.
- Skulestaden Volda: utviklinga av lærestaden og historia om gamle skulebygg må formidlast.
- Gamle bygningar i Volda bør merkast med "historiske skilt" som formidlar alder, funksjonar, osv.

// Eit levande bygdesamfunn

- Det er viktig for eldre å kome i lag, prate med kvarandre, ete god mat og kaffi.
- Dalsbygd Helselag er pådrivar til trivsel for eldre og unge.
- Helselag som inviterar til kafé i bygda sitt forsamlingshus.



1. **Fysiske omgjevnadar og uteområde** (bygningar, uterom, torg, plassar, vegar, gangvegar, naturområde, grønne lunger mv.)
- b) Kva er negative ting som det er viktig å gjere noko med? Er det noko som reduserer kvaliteten på eldre sin kvardag?

// Eldre torer ikkje bruke sentrum slik vi burde og ville

- Volda sentrum er heilt umulig: for tett og ulovleg parkering. Dei med rullator/rullestol må ut i trafikken.
- Altfor lite plass for at eldre og skrøpelege skal kunne røre seg trygt.
- No, kaotisk parkering.
- Meir einheitlege og samanhengande gangareal langs sentrumsgatene manglar.
- Vanskeleg i sentrumsområde for dei som treng "gonghjelpemiddel".
- Viktig med gangvegar i trafikkerte strok.

// Ikkje alle er heldige å ha nokon dei kan gå på besøk til.

- Einsemd.
- Einsemd (for mange).
- Langt mellom husa i ei bygd som Dalsbygda.
- Korona har vist oss kor sårbart desse grisgrente bygdene er, me kan gå ut kvar for oss, men det som manglar er den viktige kontakt med andre mennesker.

// Lang veg til sentrum

- Buss ein dag for veka, då må tur til Volda vere nøye planlagt.
- Lang veg til sentrum.
- TT-ordninga og "drosjelappane" vert fort oppbrukte.
- For utkantane er dårlege rutetilbod ein hemsko.

// Møteplassar ute

- For få benker, bord og møteplassar ute.
- Med få unntak: lite triveleg sentrum, få og spreidde samlingsstadar.



1. **Fysiske omgjevnadar og uteområde** (bygningar, uterom, torg, plassar, vegar, gangvegar, naturområde, grønne lunger mv.)

c) Kva manglar, korleis kan det verte betre?

// Venterom og toalett

- Venterom om ikkje minst toalett ved busstasjonen.
- Ringrutetraseen i heile Volda sentrum må få oppført leskur ved dei mest brukte påstigningsstoppa.

// Hindre feilparkering

- Betre oppfølging for å hindre feilparkering.
- Parkeringsplassar må avgrensast i høve kor langt ein bil kan køyre inn mot gangareal (t.d. strekninnga gamle Sparebanken - Haugen Bok, og langs Hamnegata frå Snippa til Vikeneset).



// Kvilebenkar

- Fleire kvilebenkar så det ikkje er for langt å gå mellom kvar.
- Ikkje ta inn benkane for tidleg om hausten.
- Kva med benkar som toler å stå ute om vinteren?
- Sett opp benkar på fine utsikts-plassar.
- Lage fine møteplassar langs Hornindalsvatnet.

// Gjere det trivelig og trygt å ferdast i Volda sentrum

- Rydd opp i ulike høgder på fortau, gangvegar, overgangar, murkantar/skrånande avslutningar på gangareal (t.d. overgang Holmen-Mega).
- Fleire fotgjengarfelt (t.d. ved Prestegata/Elvadalen, Spinneriet, Prestegarden, Høgskulen.)
- Betre kryssløysing Industrigata/Holmen..
- Brøyting og strøing av gangvegar og turstiar vinterstid.
- Fungerande gateløys der folk ferdast mykje.
- Radikal ombygging av Volda sentrum for å gjere det triveleg for alle å ferdast der.
- Skape trafikktryggleik, ekspropriere grunn.
- Ikkje flytte butikkar mm. ut frå sentrum.

// Transport

- Offentleg transport mellom byggjefelta og sentrum.
- Meir fleksibel løysing for kollektivtrafikk både i sentrum og på bygdene. "Heim for ein 50-lapp"-ordning også for eldre.
- Finne gode løysingar på offentleg transport, t.d. ei ordning der eldre kan rekvirere transport når dei treng det.

2. **Sosiale møteplassar og kulturtilbod/aktivitetar** (innandørs som omsorgssenter, frivilligsentral, eldredans, sanitetsforeining, turlag, trim, kaféar, "børs", bibliotek, kyrkje, kulturaktivitetar- og arrangement, aktivitetar på tvers av generasjonar m.v.)
- a) Kva er positive kvalitetar som må takast i vare, så dei ikkje forsvinn eller vert redusert?

- **Dagsenter for eldre** er eit fantastisk tilbod. Dei som arbeidar der er veldig flinke og dei eldre blir stimulert både fysisk og mentalt. Det blir også servert god næringsrik mat.
- **Avlastingsopphald** på sjukeheimen og dagsenteret.
- **Kafeen på Omsorgssenteret** der ein kan få kjøpe rimeleg og god norsk mat.
- Kontakt med alle 80-åringar.
- **Erindringsgruppe** Omsorgssenteret.
- **Eldretrimmen** er eit helsefremmande tiltak i regi av pensjonistlaget. Det er viktig at det kan fortsette slik som før med ein fysioterapeut som instruktør.
- **Pensjonistlaget** med sine turar og medlemsmøte.
- **Seniordans** fredag.
- **Jentetrimgruppe** - turgruppe 55+
- **Styrketrening og seniortrim** i Honndalshallen.
- **Balanse- og styrkegruppe** Helsehuset.
- **Boccia** Groparken (juni–august).
- **NB! Treningssentra.**
- Arbeidet som **Helselaga og idrettslag** driv i bygdene er viktig.
- **Karatreff** på skisenteret.
- **Seniortreff og bridge** Huset Vårt.
- **Røde kors-kafeen** er ein fin møteplass for eldre.
- Coop på Lauvstad og Folkestad har **kaffekrok i butikken**.
- **12-konsert** i kyrkja om laurdag er eit populært tiltak.
- **Eldreuniversitet** med fagleg innhald.
- **Frivilligkoordinatoren og alle dei frivillige.**
- **Aktivitetsvenn/besøksvenn.**

“ Det viktigaste: Må vere stor variasjon i tilboda. Ikkje alle eldre er interesert i det same.



2. **Sosiale møteplassar og kulturtilbod/aktivitetar** (innandørs som omsorgssenter, frivilligsentral, eldredans, sanitetsforeining, turlag, trim, kaféar, "børs", bibliotek, kyrkje, kulturaktivitetar- og arrangement, aktivitetar på tvers av generasjonar m.v.)
- b) Kva er negative ting som det er viktig å gjere noko med? Er det noko som reduserer kvaliteten på eldre sin kvardag?

// Tidlege tilbod

- Det er ikkje så lett å fange opp byrjande demens. Vi må arbeide for å finne samarbeidsformer så ein kan kome inn med tilbod tidleg.
- Det er heller ikkje lett å fange opp dei som har psykiske vanskar eller som er einsame. Det gjeld pårørende også.



// Nedskjeringar

- Tilbakevendande framlegg til kommunebudsjettet om å skjere ned på viktige tilbod.
- Når no Volda kommune krev kr. 500 per time for instruktør og dersom pensjonistlaget heller ikkje kan få bruke salen på Samfunnshuset gratis vert det over 20.000 kr. pr. år. Og det har ikkje pensjonistlaget økonomi til. Ein frivilleg instruktør har ikkje god nok kunnskap om kva øvingar eldre treng. Trimmen burde heller utvidast med ei ny gruppe for dei eldste.

// Saknar turgruppa
Den Gyldne Spaserstokk
(Pensjonistlaget/Sparebanken).

// Motivasjon og inspirasjon

- At kommunen ikkje motiverer og inspirerer til å halde oppe dei frivillige aktivitetane eller honorerer dei frivillige som arbeider for eldre folk.
- For få eldre som engasjerer seg i eige sosiale nettverk.

2. **Sosiale møteplassar og kulturtilbod/aktivitetar** (innandørs som omsorgssenter, frivilligsentral, eldredans, sanitetsforeining, turlag, trim, kaféar, "børs", bibliotek, kyrkje, kulturaktivitetar- og arrangement, aktivitetar på tvers av generasjonar m.v.)
- c) Kva manglar, korleis kan det verte betre?

- Bygge ut Folkestadtun, med **dagavdeling**, varm lunsj, aktivitetar.
- **Middagsservering** faste dagar som sosiale møteplass (på omsorgssenteret?).
- **Bygg bukollektiv**: i bygdene sit eldre att, 1-2 personar i eit stort hus, då kan folk bu i bygda men likevel få kontakt med andre og hjelp av omsorgspersonale.
- Mange eldre køyrer ikkje bil. Til lenger ein bur frå sentrum dei bur til dyrare vert det med drosje. Kva med ei **ordning med transport** f.eks. gjennom frivillegsentralen. (Eks. Rosa busser, Oslo).
- **Eigna og gratis lokale for frivillige**: No er det ikkje mulig å få t.d. halde korøving. Volda blandakor øver på samfunnshuset, men huset er laga for film, ikkje musikk. Volda pensjonistlag har kontrakt på å ha eldretrim og medlemsmøte i kommunesalen, men enda etter koronane ikkje mulig. "Ikkje plass etter kommunesamanslåinga". Stor fare for at tilboda vert gjort vanskelegare eller lagt ned.
- Kva med **aktivitetshus** på samfunnshuset der både unge, eldre og organisasjonar kan ha sine aktivitetar.
- Bør opprette **frivilligpris**.
- Viktig å behalde ev. opprette frivilligsentralar.
- **Lære borna å hjelpe andre**.
- **Bruke eldre som ressursar** for skrøpelege eldre.
- Vi har mange frivillige som stiller opp, men vi må vere flinke til å invitere fleire til frivillig arbeid.
- **Eldrerådet** må få eitt medlem til, eitt frå rådmannssta- ben, for å sikre påverknadskraft.
- **Eldrerådssekretæren** bør hjelpe eldrerådet med å tipse om saker som rådet bør uttale seg om.
- Samarbeid mellom aktørar **for å få tilbod ut til alle, og få alle ut til tilboda**.
- **Kinoframsyingar, konsertar** etc. der eldre vert spesielt inviterte.
- Kinoframsying på dagtid (**pensjonistkino**) nokre gonger i året.
- Legge til rette for kvalitet, variasjon, seriøsitet og respekt i tilboda, t.d. **treningsareal med sitjeplassar** rundt, ute i sentrum.
- Datakurs eller **datahjelp** i kvardagen, heime.
- **Vaktmeisterteneste** (ikkje berre heimesjukepleie).
- **"Samtalemøter"** på dagtid der fleire eldre kunne samlast og diskutera dagsaktuelle problem/tema.
- Rødekrø-kafeen har **tur til turnhytta** om hausten, kunne gjerne vore oftare.
- Arbeidet som Helselaga og idrettslag driv i bygdene er viktig, kanskje kommuna kunne gitt dei små laga litt **økonomisk støtte?**

3. **Tilbod og tenester** (offentleg og privat service, hjelpemiddelsentral, apotek, butikkar, bustadar, offentleg informasjon m.v.)

a) Kva er positive kvalitetar som må takast i vare, så dei ikkje forsvinn eller vert redusert?

- Arbeidet som **Dalsbygd helselag** gjer for bebuarane i Dalsfjorden. Me samlar folk til kafé ein gong i mnd.
- **Alt** som allereie finst.
- **Heimesjukepleia.**
- Viktig å **oppretthalde desentralisert** helse- og omsorgsteneste.

b) Kva er negative ting som det er viktig å gjere noko med? Er det noko som reduserer kvaliteten på eldre sin kvardag?



- Mykje informasjon skjer digitalt. Det er mange eldre som ikkje er på nettet/sosiale media. **Korleis nå ut til alle?**
- NB! **Forståeleg offentleg informasjon eksisterer ikkje.**
- For liten respekt for eldre. **Altfor stor tru på digitale hjelpemiddel.**
- For få tilsette, dei få ein kan treffe er "alltid i møte". For mange unge tilsette som ikkje forstår eldre sin kvardag.
- Lang avstand frå eldreinstitusjonane til butikksenter. **Mangel på offentleg transport** i distrikta.
- Me har lite eller ingen bussruter til Volda, vanskeleg å delta på sosiale tilstelningar i Volda.
- I Hornindal har **dagtilbodet** ved Omsorgssenteret vorte redusert. Det fører til at bebuarane vert mindre aktive.

3. **Tilbod og tenester** (offentleg og privat service, hjelpemiddelsentral, apotek, butikkar, bustadar, offentleg informasjon m.v.)

c) Kva manglar, korleis kan det verte betre?

- **Dataopplæring** på enkelt nivå? Datahjelp for eksempel samarbeid med frivillege/ungdomar.
- "Informasjonsavis" på papir ikkje berre digitalt.
- Enklare "digital" **informasjon**. Sida: "Pensjonist i Volda" der ein finn alt ein treng vita.
- Buss eller små drosjer til Volda. Offentleg **transport** i distrikta. (Trenghet for å kome seg m.a. til daglegvarehandel).
- Viss kommunen kan kjøpe/byggje tilpassa husvære for eldre i andre etasje i sentrum, med butikkar i første etasje, må der vere heis og tilpassa isolasjon.
- **Fleire sjukeheims plassar, fleire omsorgsbustadar.**
- **Dagtilbod for heimebuande** kan vere viktig for mange.
- **Betre hjelp til folk som slit psykisk** og som **pårørnde**.
- Levering av **kolonialvarer** frå butikk.
- **Vaktmeister.**
- Varme hender.



4. Er det andre ting du vil seie di meining om som du synast er viktig for at eldre skal trivast og ha ein god kvardag i ditt lokalmiljø?

- Kva kan gjerast for å få **yngre folk** med i det frivillege arbeidet?
- At eldre i alle offentlege og media-samanhengar **får formidla at vi er eit problem** av di vi vert så mange (eldrebølga). Ingen peikar på at i andre enden vert vi færre. Det å leve med at vi ikkje er ynskte og påakta, gjer mange deprimerte og motlause.
- Det offentlege og media, poengterer nesten aldri at "friske" eldre yter positivt til samfunnsrekneskapen med fleire millionar kr kvart år, og sparar samfunnet for svært mange problem gjennom frivillig arbeid.
- **Registrering av personleg opplevd livssituasjon** for alle eldre/sjuka (må gjerast av helsepersonell) og tilbod om å gjere noko med situasjonen dersom han vert opplevd som vanskeleg, anten ved offentlig eller veldedig organisasjon (FHI hadde ei slik digital undersøking midt under korona-epidimien).

