



**LURØY**  
**KOMMUNE**

# LEVE HELE LIVET I LURØY

2021-2024



## Innhold:

1. Bakgrunn for arbeidet .....	3
Hva betyr reformen for oss i Lurøy?.....	3
2. Et samspill mellom kommunens planarbeid .....	4
• Samfunnsdelen .....	4
• Folkehelseprofilen .....	4
• Omsorgstjenesten strategiske målsetninger .....	4
3. Leve hele livets innsatsområder .....	5
4. Leve hele livet på «lurøymåten» .....	6
5. Handlingsplanens satsningsområder .....	7
• Satsningsområde 1: Tilrettelegging for frivillighet og aktivitet .....	8
• Satsningsområde 2: Generasjonsmøter .....	9
• Satsningsområde 3: Forebygging gjennom folkeopplysning .....	10
• Satsningsområde 4: Støtte opp om pårørendes rolle .....	11
• Satsningsområde 5: Økt bruk av velferdsteknologi .....	12
• Satsningsområde 6: Universell utforming i nærmiljø .....	13

## 1. Bakgrunn for arbeidet:

Leve hele livet er en nasjonal kvalitetsreform for eldre over 65 år. Bakgrunn for reformen er Stortingsmelding 15 «Leve hele livet – en nasjonal kvalitetsreform for eldre» som kom i 2018. <https://www.helsedirektoratet.no/tema/leve-hele-livet-kvalitetsreformen-for-eldre> .

Bakgrunnen for kvalitetsreformen er den demografiske utviklingen med aldrende befolkning, økende «forsørgerbyrde» og behov for å styrke kvaliteten i helse- og omsorgstjenestene.

### Hva betyr reformen for oss i Lurøy?

I Lurøy kommune er Leve hele livet er en bred satsning som omfatter alle kommunens sektorer. Reformen utfordrer oss, og det er vi glade for! Vi tvinges til å tenke nytt, både i forhold til kompetanse og rekruttering, men også på måten vi organiserer og tildeler helse og omsorgstjenester. Vi må ha klart innbygger/bruker/pasientperspektiv i alt vi gjør, og vi må sørge for at innbyggerne i Lurøy er opplyste og informerte om utfordringene vi står ovenfor.

For at vi skal lykkes i reformarbeidet må holdninger endres hos brukere, pårørende og kommunalt ansatte. Det kreves mobilisering av alle samfunnets ressurser og ikke bare de offentlige. Alle må dra i samme retning.

#### Overordnet skal reformen bidra til:

- At Lurøy kommune skal møte utfordringene med økende antall eldre
- Flere gode leveår der eldre beholder god helse lenger, opplever at de har god livskvalitet, og at de i større grad mestrer eget liv, samtidig som de får den helsehjelpen de trenger når de har behov for den
- Pårørende som ikke blir utslitt, og som kan ha en jevn innsats for sine nærmeste
- Kommunalt ansatte som opplever at de har et godt arbeidsmiljø, der de får brukt sin kompetanse

## 2. Et samspill mellom kommunens planarbeid:

Vi ønsker at Leve hele livet tas med i kommunens øvrige planarbeid i årene fremover. Ved å sørge for god sammenheng og større organisatorisk helhetstenkning vil vi bedre kunne lykkes i arbeidet med å implementere Leve hele livet i arbeidet som gjøres i kommunen.

**Samfunnsdelen** har som visjon for all sin virksomhet å: «å skape gode levevilkår for innbyggerne i Lurøy, bygd på kvalitet, trygghet og trivsel».

*Utvalgte satsningsområder fra kommuneplanens samfunnsdel trekkes frem som særlig aktuelle i arbeidet med Leve hele livet:*

- *Lurøy kommune skal være en trygg kommune å bo i for alle våre innbyggere*
- *Oppveksten i Lurøy skal gi sterke, selvstendige og engasjerte mennesker med hjerte for hjemstedet*
- *Opprettholde og videreutvikle aktiviteter og arrangementer av samfunnsmessig, sosial og kulturell karakter, med fokus på folkehelse*
- *Kommunale arrangementer bør ha fokus på inkludering*
- *Privat og offentlig sektor gis trygge forutsetninger for utvikling gjennom tilgang til riktig kompetanse*
- *Kommunens innbyggere bør få bo i egne hjem, i trygge og tilrettelagte omgivelser, så lenge som mulig*
- *God kvalitet på det forebyggende og kurative helse og sosialtilbudet, til alle kommunens innbyggere*
- *Større del av befolkningen som aktive samfunnsdeltakere gir økt trivsel*
- *Sikre et fleksibelt og likeverdig helsetilbud i alle kommunens kretser*
- *Tilrettelegge for trivsel og trygghet i et aktivt og levende lokalsamfunn for dagens og morgendagens innbyggere*
- *Et mangfoldig og godt utviklet kultur og fritidstilbud for alle kommunens innbyggere, uansett alder og bostedskrets, skal bidra til trivsel*
- *Et fremtidsrettet bibliotek basert på kunnskap, kvalitet og service, tilgjengelig for alle innbyggere i Lurøy*
- *Tverrsektorielt samarbeid for forbedring av aktivitets- og kulturtilbudet for alle i kommunen*

**Folkehelseprofilen** for Lurøy oppdateres jevnlig og gir oss godt faggrunnlag for den faktiske folkehelsen i Lurøy. Den er derfor en sentral ift. bevisstgjøringen rundt utfordringene vi står ovenfor.

**Omsorgstjenestens strategiske målsetninger:**

- *Flest mulig skal få bo hjemme så lenge som mulig*
- *Fortsatt fokus på hjemmebasert omsorg*
- *En helhetlig tjeneste ved en samlet utnyttelse av alle ressurser*

### 3. Leve hele livets innsatsområder

Reformen Leve hele livet har valgt å fokusere på fem grunnleggende forhold som ofte svikter tilbudet til de eldre, innsatsområdene er:

1. Et aldersvennlig Norge
2. Aktivitet og fellesskap
3. Mat og måltider
4. Helsehjelp
5. Sammenheng og overgang i tjenestene

Satsningsområdene som nevnt ovenfor ligger som fundament også for Lurøy kommunes handlingsplan og har vært essensielt for arbeidet som er lagt ned i arbeidet. Det er gjort en grundig kartlegging av hvilke tiltak som allerede finnes i kommunens kretser og vi har vurdert dem opp mot satsningsområdene i reformen. Etter denne kartleggingsfasen kommer det klart fram at det i Lurøy allerede gjøres et svært godt arbeid relatert til satsningsområdene, men at arbeidet må synliggjøres og systematiseres.





#### 4. Leve hele livet – på «lurøymåten»

Vi har vurdert det som viktig å lage «vår egen» handlingsplan og finne satsningsområder som gir oppslutning og som motiverer oss som bor og jobber i Lurøy kommune. Dette mener vi sikrer medvirkning og engasjement i jobben som også skal gjøres framover.

Ansvar for «**planlegging av egen alderdom**» og «**eldre som samfunnsressurs**» er en del av utgangspunktet for handlingsplanen. Vi må satse på en god **seniorpolitikk** som legger til rette for at egne ansatte står i lengre i arbeid, i tillegg til at vi systematisk benytter oss av **seniorressursen** på en med systematisk måte; vi må rekruttere seniorer som frivillige ressurser på ulike kommunale fagområder.

**Visjonen** for handlingsplanen som presenteres i dette dokumentet er at Lurøy kommunes innbyggere skal få «*realistiske forventninger til hva kommunen kan bidra med, og hva som blir den enkeltes ansvar*».







## 5. Handlingsplanens satsningsområder

1	Tilrettelegging for frivillig engasjement og aktivitet
2	Generasjonsmøter – barnehage og skole som virkemiddel
3	Forebygging gjennom folkeopplysning og mer proaktive tjenester og tilbud med formål å styrke brukerrollen
4	Støtte opp om pårørendes rolle
5	Økt bruk av velferdsteknologi
6	Universell utforming i nærmiljøet



## Satsningsområde 1: Tilrettelegging for frivillighet og aktivitet:

Reformen peker på viktigheten av sosialt fellesskap, aktivitet og deltakelse. Vi ønsker å utfordre lag og foreninger til å ta større del i arbeidet med å forebygge ensomhet blant eldre. Vi ønsker at flere eldre finner sin «samfunnsnytte» også som pensjonist.

Et lokalt engasjement gjør det lettere for oss i kommunen å styre midler dit det trengs og derfor ønsker vi å gjøre dette samarbeidet tettere.

Kommunen er tydelig på at mye kan gjøres ift. både frivillighet og aktivitet, men vi trenger at behov og interesser synliggjøres.

1	Oppfordre og legge til rette for at lag og foreninger bistår og tar ansvar for aktivisering av eldre og andre sosiale og praktiske oppgaver
2	Systematisere og videreutvikle aktivitetstilbud i egen regi – digital aktivitetsoversikt Tilby samarbeid med andre organisasjoner/lag/foreninger, som kan bidra til faglig, kulturelt og litterært påfyll for eldre
3	Etablere tettere kontakt mellom kommune og lag/foreninger for å gjøre det lettere å nyttiggjøre seg av relevante tilskuddsordninger
4	Øke kapasitet for dagaktivitetstilbud for eldre i tilknytning omsorgssentrene
5	Etablere lavterskelgrupper for fysisk aktivitet
6	Utvikle årshjul for aktiviteter (spesielt ved omsorgssentrene)
7	Ta i bruk seniorressursen i arbeidsliv og frivillig arbeid ved å støtte organisering av frivillige seniortiltak







## Satsningsområde 2:

### Generasjonsmøter – barnehage og skole som virkemiddel

Lurøy kommune ønsker å tilrettelegge for flere generasjonsmøter. Vi trenger flere møteplasser der unge og eldre kan treffes og gjennomføre meningsfulle aktiviteter, deriblant spill, turer, samtaler og måltidsfellesskap. Det gjøres mye på omsorgssentrene, men vi ønsker å tilrettelegge slik at også eldre hjemmeboende har en arena å møte ungdommen på.

Vi ønsker at både unge og gamle gis en plattform slik at interesse og kunnskap kan deles på tvers av generasjoner. De eldre hjelper de unge og de unge hjelper de eldre; fordommer brytes ned og tillit bygges opp. Møtene bidrar til økt forståelse mellom mennesker i lokalsamfunnet, på tvers av både kulturelle forskjeller og generasjonsskiller.

1	Bygdekvalder der de gamle og unge møtes (innsamlingsaksjon, basar etc.)
2	Barnehage og skole besøker omsorgssenter
3	Luciatog på omsorgssenter, nærbutikk, arenaer der folk kan møtes
4	Ungdomstrinnet arrangerer bingo for eldre, i og utenfor omsorgssenter
5	Eldre inviteres til arrangementer knyttet til juleavslutning/sommeravslutning/ol.
6	Økt bruk av pensjonister som informasjonskilde i skolearbeid
7	Økt bruk av pensjonister som publikum for presentasjoner ifm. Skolearbeid/dans/musikk
8	Invitasjon til eldre om å delta på juleverksted og påskeaktiviteter i barnehage og på skoler
9	«Innsats for andre» – som mulig valgfag på ungdomsskolen



## Satsningsområde 3:

### Forebygging gjennom folkeopplysning

### - mer proaktive tjenester og tilbud med formål å styrke brukerrollen

Lurøy kommune må møte utfordringene med økende antall eldre.

Vi går en framtid i møte med flere eldre, samtidig som vi får færre i yrkesaktiv alder, det er derfor viktig å tilrettelegge på en måte som gjør det mulig for folk å være selvhjulpen og kunne bo hjemme lengst mulig. Kommunen har som målsetting at ingen skal bli fratatt oppgaver som de kan utføre selv, samt at brukere skal styrkes til selv å mestre eget liv.

1	Aktivt informasjonsarbeid gjennom kommunens nettside, Steinkjerringa, sosiale medier og folkemøter
2	Tett samarbeid med frivillige aktører for å sikre at informasjonen når ut
3	Egeninnsats og partnerskap mellom offentlige myndigheter, arbeids- og næringsliv, private aktører, sivilsamfunn, forskning og utdanning
4	Forebyggende hjemmebesøk for hjemmeboende eldre
5	Forsterke innsats på hverdagsmestring som tankesett i tjenestene
6	Tilrettelegging for egen aktivitet og mestring slik at egen mestring varer lengst mulig
7	Etablere hverdagsrehabiliteringsteam (fysio/ergoterapitjeneste og hjemmetjeneste)
8	Etablere og forsterke innsats på hverdagsrehabilitering som arbeidsmetode i tjenestene
9	Forbedre informasjonen til pasienter og pårørende om tjenestene i alle ledd. Informasjonen skal bygge opp om "omsorgstrappen" og BEON-prinsippet (best effektive omsorgsnivå)
10	Støtte opp om arbeidet med alders- og demensvennlig samfunn, bl.a. ved samarbeid med nasjonalforeningen for folkehelse, biblioteker og frivillige lag og organisasjoner
11	Opprettholde fokus på involvering av innbyggerne, gjøre informasjon og kunnskap lett tilgjengelig gjennom ulike tiltak i den hensikt å inspirere befolkningen til å gjøre bærekraftige valg i egne liv



## Satsningsområde 4: Støtte opp om pårørendes rolle

Helse- og omsorgstjenesten skal ha systemer og rutiner som legger til rette for informasjon, samtale og dialog med pårørende. Dette ønsker vi å legge enda større vekt på, slik at vi får til et bedre og mer systematisk samarbeid med pårørende.

1	Bidra til at pårørende får støtte til mestring gjennom tilpasset opplæring, veiledning og rådgivning
2	Samarbeid og informasjon ifm. tildeling av nye tjenester og ved endring av hjelpebehov
3	Samtaler ved behov (eks. kreftsykepleier).
4	Avlastningstilbud og rullerende korttids opphold
5	Bidra til at pårørende får mulighet til å møte andre i samme situasjon

## Satsningsområde 5: Økt bruk av velferdsteknologi

Helse- og omsorgstjenestene skal i større grad ta utgangspunkt i de eldres behov og la eldre få være sjef i eget liv lengst mulig. Helsa vår blir stadig bedre, og vi lever lengre. Mange av oss vil leve 1/3 av livet i pensjonisttilværelsen, det er derfor viktig at vi tilrettelegger for at så mange som mulig kan leve selvstendige liv og at man har midlene som trengs for å klare seg på egenhånd.

Det skal være kjent for innbyggerne hvilke velferdsteknologiske muligheter som finnes. Innbyggerne skal vite hvor de kan få informasjon og veiledning når de har behov for hjelpemidler og/eller trenger råd om teknologi ved ombygging eller bytte av bolig. Vi ønsker å legge til rette for at innbyggere kan bo lengst mulig i egne hjem med bruk av velferdsteknologiske løsninger.

1	Søke samarbeid med pårørende, frivillige lag og organisasjoner for å øke kjennskap til satsningen
2	Bruk av alarmer og sensorer som kan forhindre fall og gi økt trygghet
3	Korttidsplasser i omsorgssentrene tilrettelegges med velferdsteknologiske hjelpemidler med mål om god rehabilitering og visning av muligheter som kan videreføres i egne hjem
4	Tilrettelegging for egen aktivitet og mestring slik at egen mestring varer lengst mulig
5	Hverdagsrehabilitering
6	Etablere og/eller legge til rette for hjelpe og veiledningstilbud for bruk/mestring av digitale tjenester. Eksempel: "Digitalhjelp"
7	Velferdsteknologiske løsninger innarbeides som sjekkpunkt i all saksbehandling av helse og omsorgstjenester





## Satsningsområde 6: Universell utforming i nærmiljøet

Vi ønsker et lokalsamfunn som er tilrettelagt for aktivitet og deltakelse! Vi har valgt universell utforming som satsningsområde i handlingsplanen nettopp for å sikre at forholdene ligger til rette for at man skal kunne delta på det som finnes av aktiviteter og at veien dit skal være fremkommelig.

1	God samordning av kommunens planarbeid for å bidra til aldringsvennlig lokalsamfunn hvor deltakelse er mulig, tross for funksjonsnedsettelse
2	Bedre nettbasert informasjon til innbyggerne med oppfordring til å planlegge smart i forbindelse med egen bolig/hjelpemidler
3	Eldre(rådet) inviteres i større grad aktivt til å medvirke i planprosesser
4	Bedre fremkommelighet til grillhytter, gapahuker og lekeplasser - arenaer som er tilrettelagt for møter mellom generasjoner
5	Turstier/ruter med «hvilebenker»
6	Universell utforming foreslås innarbeidet som sjekkpunkt i all saksbehandling av plan og bygningsloven

