



## Innhald

Leve heile livet i Sunnfjord – plan for omsorg 65+ .....	1
1 Samandrag.....	3
1.1 Oppsummering av tiltak i planen .....	4
1.2 Tiltak som særskilt må følgjast opp i økonomiplanen.....	7
2 Innleiing.....	8
2.1 «Leve hele livet» - reforma .....	8
2.2 «Bo trygt hjemme» - reforma.....	8
2.3 Leve heile livet i Sunnfjord – plan for omsorg 65+ .....	8
2.3.1 Medverknad i planarbeidet .....	9
3 Mål og visjonar for arbeidet med Leve heile livet i Sunnfjord kommune .....	10
3.1 Det gode kvardagsliv for innbyggjarane våre.....	10
3.2 Mål for Leve heile livet i Sunnfjord – plan for omsorg 65 + 11	
4 Framskrivingar av kommunale helse- og omsorgstenester.....	12
5 Innsatsområda i Leve heile livet – plan for omsorg 65 + .....	13
5.1 Aldersvenleg samfunn.....	14
5.1.1 Slik har vi det i 2023.....	15
5.1.2 Slik vil vi ha det i 2030.....	15
5.1.3 Dette ynskjer vi å gjere for å få det til .....	15
5.2 Aktivitet og fellesskap.....	17
5.2.1 Slik har vi det i 2023.....	18
5.2.2 Slik vil vi ha det i 2030.....	18
5.2.3 Dette ynskjer vi å gjere for å få det til.....	18
5.3 Mat og måltid.....	20
5.3.1 Slik har vi det i 2023:.....	20
5.3.2 Slik vil vi ha det i 2030.....	20
5.3.3 Dette ynskjer vi å gjere for å få det til.....	21
5.4 Helsehjelp .....	22
5.4.1 Slik har vi det i 2023 .....	22
5.4.2 Slik vil vi ha det i 2030:.....	23
5.4.3 Dette ynskjer vi å gjere for å få det til.....	24
5.5 Samanheng i tenestene.....	25
5.5.1 Slik har vi det i 2023 .....	26
5.5.2 Slik vi vil ha det i 2030.....	26
5.5.3 Dette ynskjer vi å gjere for å få det til.....	27
6 Korleis følgjer vi opp tiltaka i planen? .....	28

## 1 Samandrag

Stortingsmelding nr. 15 (2017-2018) «Leve hele livet – en kvalitetsreform for eldre» skal sikre at alle innbyggjarane får ein god og trygg alderdom. Målgruppa for reforma er eldre over 65 år, både dei som bur heime og dei som bur i institusjon. Sunnfjord kommune følgjer opp kvalitetsreforma gjennom temaplanen: Leve heile livet i Sunnfjord – plan for omsorg 65+.

Vi blir fleire eldre i kommunen vår. Gjennomsnittleg levealder er også aukande - noko som betyr at vi får både fleire friske år, men kanskje også fleire år med hjelpebehov. Det vil bli fleire med demens og fleire som bur åleine. Risikoen for isolasjon og einsemd aukar. Gode folkehelseiltak bidrar til å oppretthalde god helse og funksjon, og målet vårt er å legge til rette for at vi skapar fleire friske leveår for innbyggjarane våre.

### **Sunnfjord kommune sitt hovudmål med Leve heile livet er:**

*Saman skal vi jobbe for at innbyggjarar over 65 år i Sunnfjord kommune får mange gode leveår der dei har god helse, opplever å ha god livskvalitet og i større grad meistrar eige liv.*

Temaplanen er bygd opp kring dei 5 innsatsområda i Leve heile livet-reforma: eit aldersvenleg samfunn, aktivitet og fellesskap, mat og måltid, helsehjelp og samanheng i tenestene. Knytt til kvart innsatsområde har vi i planen føreslått konkrete tiltak for korleis vi skal jobbe for å nå målet om mange gode leveår for innbyggjarane våre over 65 år. Mange av tiltaka ligg allereie inne i kommuneplanen sin samfunnsdel 2022 – 2030. I tillegg er det nokre nye, meir spesifikke tiltak knytt til dei ulike innsatsområda.

## 1.1 Oppsummering av tiltak i planen

Innsatsområde	Tiltak som allerede er vedtekne i kommuneplanen sin samfunnsdel	Nye tiltak knytt til innsatsområdet
<b>Eit aldersvenleg samfunn</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vi har tidleg dialog og samarbeid med private utviklarar og innbyggjarar for å legge til rette for raskare, billegare og variert bustadbygging</li> <li>• Vi legg til rette for gode og tilstrekkeleg tal bustader for alle livssituasjonar i heile kommunen, og med gode dele- og fellesskapsløysingar</li> <li>• Universell utforming i løysingar og tenester vert lagt til grunn i alt planarbeid</li> <li>• Vi sikrar at tenester innbyggjarane har behov for i kvardagen, er tilgjengeleg der dei bur</li> <li>• Vi skal arbeide for å betre det kollektive transporttilbodet</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Styrke arbeidet med informasjon ut til innbyggjarane om hjelpemiddel, velferdsteknologi, lån og tilskot til tilpassing av bustad</li> </ul>
<b>Aktivitet og fellesskap</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vi legg til rette for eit kortreist kvardagsliv med aktivitet der folk bur og oppheld seg og ein kompakt sentrumsstruktur med korte avstandar.</li> <li>• Vi tar i bruk potensialet som ligg i eldre som ressurs</li> <li>• Vi jobbar for å sikre godt samspel mellom innbyggjarar, kommunen, frivillige og næringslivet</li> <li>• Vi legg til rette for allmennyttige friområde, turstiar, skilting og parkering</li> <li>• Vi legg til rette for møteplassar som stimulerer til deltaking og offentleg debatt der mangfald, kreativitet, skaparkraft, møter på tvers av generasjonar og aktivitet er høgt verdsett.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utviklar aktivitets- og dagtilbodet slik at vi også kan gje tilbod på kveld og helg både for heimebuande og bebuarar på omsorgssentera</li> <li>• Auka satsing på frivillig arbeid gjennom m.a.: vurdere bruk av frivillighetskontaktar i ulike einingar for å organisere frivillige initiativ, ha gode rutinar for å ta i mot frivillige og sikre god informasjon om korleis ein kan vere frivillig.</li> <li>• Arbeide med livslang læring og styrke dei eldre sin digitale kompetanse</li> <li>• Utvide bibliotektilbodet med mellom anna tilbod på omsorgssentera</li> <li>• Sikre naudsynt informasjon til innbyggjarar utan digital kompetanse</li> <li>• Etablere kulturskule for alle og folkeverkstad</li> </ul>

Innsatsområde	Tiltak som allereie er vedtekne i kommuneplanen sin samfunnsdel	Nye tiltak knytt til innsatsområdet
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utvide tilbudet om heimebesøk til personar med risiko for einsemd</li> <li>• Legge til rette for god seniorpolitikk i Sunnfjord kommune</li> </ul>
<b>Mat og måltid</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kontinuerleg kompetanseheving på mat og måltid hjå dei tilsette i omsorgstenestene</li> <li>• Markere matdagar</li> <li>• Sikre god nok ernæringskartlegging for å unngå feil-/underernæring</li> <li>• Etablere ernæringskontaktar på omsorgssentera</li> <li>• Vi opprettheld organisering med kjøkkenteneste på kvart omsorgssenter</li> <li>• Organisere tilbod om felles måltid for heimebuande eldre</li> </ul>
<b>Helsehjelp</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vi legg til rette for at dei eldste innbyggjarane våre meistrar livet lenger og kjenner seg trygge på at dei får god hjelp når dei treng det.</li> <li>• Vi prioriterer arbeidsmiljø, bemanning og kompetanseutvikling for å sikre god kvalitet i tenestene våre (sjå meir konkret tiltak under særskilte tiltak)</li> <li>• Vi gjennomfører brukar- og innbyggjarundersøkingar for å sikre kvalitet i tenestetilbodet, og har aktiv medverknad frå innbyggjarane i planprosessar</li> <li>• Vi tar i bruk brukarvenlege, digitale løysingar som fungerer saman med kvarandre (velferdsteknologi og tekniske hjelpemiddel)</li> <li>• Vi gjer tilsette og innbyggjarar i stand til å bruke digitale løysingar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Legge til rette for gode fagmiljø og vilkår for å sikre fastlegedekninga i kommunen</li> <li>• Tidleg identifisering av hjelpebehov ved heimebesøk og systematisk kartlegging ved søknad om tenester</li> <li>• Styrke dei tilsette sin observasjonskompetanse for å avdekke symptom på forverra helsetilstand både i heimetenesta og på omsorgssentera</li> <li>• Utarbeide kompetanseplanar i tenestene og sikre at tilsette med særskilt kompetanse får nytta denne på ein god måte</li> <li>• Alle personar med mistanke om demens får tilbod om utgreiing</li> <li>• Auke stillingsressurs som kreftkoordinator til 100 %</li> </ul>

Innsatsområde	Tiltak som allereie er vedtekne i kommuneplanen sin samfunnsdel	Nye tiltak knytt til innsatsområdet
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opprette stilling som demenskoordinator</li> <li>• Sikre eit differensiert tilbod i demensomsorga både for dei som bur heime og dei som har behov for heildøgns omsorg</li> <li>• Tilsette i pleie- og omsorgstenestene får tilbod om kompetansehevande kurs</li> </ul>
<b>Samanheng i tenestene</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vi gjennomfører brukar- og innbyggjarundersøkingar for å sikre kvalitet i tenestetilbodet, og har aktiv medverknad frå innbyggjarane i planprosessar</li> <li>• Vi prioriterer arbeidsmiljø, bemanning og kompetanseutvikling for å sikre god kvalitet i tenestene våre</li> <li>• Vi legg vekt på å forstå innbyggjarane sine behov, og brukar dette som utgangspunkt for å skape heilt nye tenester og forbetre eksisterande tenester</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sikre at vi har pårørandeutval ved alle omsorgssentera</li> <li>• Utvikle dagtilbod både til heimebuande eldre, til personar med demenssjukdom og bebuarar på omsorgssentera slik at vi også kan gje tilbod på kveld/helg.</li> <li>• Sikre at personar demenssjukdom og deira pårørande får ein fast kontaktperson</li> <li>• Kople på demensteam tidleg i utgreiingsfasen for demenssjukdom for å sikre god oppfølging</li> <li>• Prioriterer og tilfører ressursar på ein slik måte at vi tilfredsstillar forventningane som ligg til kommunane gjennom pakkeforløpa, individuell plan og koordinerande eining</li> </ul>

## 1.2 Tiltak som særskilt må følgjast opp i økonomiplanen

Ein del av tiltaka i planen, kan eller er allereie ein del av det vi jobbar med i den daglege drifta, og er ikkje avhengig av økonomiske løyvingar. Men for nokre av tiltaka i planen er vi avhengig av å få tilført økonomiske midlar for å få dei gjennomført. I tabellen under har vi oppsummert desse. Vi presiserer at dette *ikkje* betyr at dei andre tiltaka ikkje har ein økonomisk konsekvens, men der har vi eit større mogelegheitsrom knytt til endra ressursbruk og arbeidsmåtar.

Tiltak	Økonomisk konsekvens
<ul style="list-style-type: none"><li>Utviklar aktivitets- og dagtilbodet slik at vi også kan gje tilbod på kveld og helg både for heimebuande og bebuarar på omsorgssentera</li></ul>	Avhengig av kva tilbod ein ynskjer å gje
<ul style="list-style-type: none"><li>Utarbeide kompetanseplanar i tenestene og sikre at tilsette med særskilt kompetanse får nytta denne på ein god måte</li></ul>	Auka løn til tilsette med særskilt kompetanse, t.d. mastergrad.
<ul style="list-style-type: none"><li>Auke stilling som kreftkoordinator frå 50 til 100 %</li></ul>	470 000,-
<ul style="list-style-type: none"><li>Opprette stilling som demenskoordinator (100 %)</li></ul>	940 000,- (lagt til grunn same løn som kreftkoordinator)
<ul style="list-style-type: none"><li>Sikre eit differensiert tilbod i demensomsorga både for dei som bur heime og dei som har behov for heildøgns omsorg</li></ul>	Avhengig av kva tilbod ein ynskjer å gje

## 2 Innleiing

Samfunnet framover vil bli prega av at vi blir fleire eldre enn yngre innbyggjarar. På nasjonalt nivå vert både andelen og talet eldre over 80 år dobla fram mot 2040. I tillegg vil framtida oppleve både mangel på arbeidskraft, pårørande og frivillige som vil ta på seg omsorgsoppgåver. Desse utviklingstrekk møter vi også i Sunnfjord kommune.

### 2.1 «Leve heile livet» - reforma

Regjeringa la fram St.meld nr. 15 (2017-2018) «Leve heile livet – en kvalitetsreform for eldre» for å sikre ein ny og berekraftig politikk slik at alle innbyggjarane skal få ein god og trygg alderdom. Det handlar både om betre tenester og tilbod, men ikkje minst om eit samfunn der eldre får brukt sine ressursar. Med «Leve heile livet» skal eldre få høve til å meistre eige liv der dei bur – heile livet.

Reforma peikar ut 5 innsatsområde:

1. Eit aldersvenleg Norge
2. Aktivitet og fellesskap
3. Mat og måltid
4. Helsehjelp
5. Samanheng i tenestene

Reforma skal bidra til:

- Fleire gode leveår der eldre har god helse lenger, opplever at dei har god livskvalitet, og at dei i større grad meistrar eige liv, samstundes som dei får den helsehjelpa dei treng når dei har behov for det.
- Pårørande som ikkje blir utslitne, og som kan ha jamn innsats for sine næraste
- Tilsette som opplever at dei har eit godt arbeidsmiljø, der dei får brukt sin kompetanse og har gjort ein fagleg god jobb.

Målgruppa for reforma er eldre over 65 år, både dei som bur heime og dei som bur i institusjon. Dette er ei stor målgruppe med ulike føresetnader og store variasjonar i behov og ynsker. Reforma er særskilt retta mot helse- og omsorgssektoren, men alle sektorar må bidra til å skape eit meir aldersvenleg samfunn der eldre kan vere aktive og sjølvstendige. Dagens og morgondagens eldre lever lenger, og mange har både 20 og 30 år som pensjonistar før seg. Leve heile livet handlar om å finne løysingar på korleis vi kan skape eit meir berekraftig samfunn i møte med aldersutfordringane. Det handlar om å gjere einsskilte ting på andre måtar enn før, og skape forenkling, fornying og forbetring gjennom innovasjon.

### 2.2 «Bo trygt hjemme» - reforma

I løpet av 2023 vert «Leve heile livet» - reforma erstatta med reforma «Bo trygt hjemme». Denne skal bygge vidare på Leve heile livet og eit sentralt mål i den nye reforma er at eldre skal få bu i eigen bustad lengst mogeleg, dersom dei kan og vil. Det er 4 innsatsområde i denne reforma:

1. Kompetente og myndiggjorte medarbeidarar
2. Levande lokalsamfunn
3. Bustadtilpassing og planlegging
4. Tryggleik for tenester og støtte til pårørande

### 2.3 Leve heile livet i Sunnfjord – plan for omsorg 65+

Sunnfjord kommune vedtok 25.03.2021 ein planstrategi for perioden 2020-2023. I denne vart det vedteke at det skal utarbeidast ein plan for omsorg med utgangspunkt i Leve heile livet – reforma. Ved å rette merksemda mot innsatsområda i reforma, femner ein om dei sentrale områda i omsorgssektoren og dei utfordringane denne



sektoren står ovanfor dei komande åra. Sjølv om den nye reforma – «Bo trygt hjemme» - tar opp 4 nye innsatsområde, meiner vi at desse også er ivareteke i planen gjennom dei eksisterande innsatsområda frå Leve heile livet.

I tillegg til «Leve heile livet i Sunnfjord – plan for omsorg 65+», vil også Bustadsosial handlingsplan vere sentral for utviklinga av denne sektoren. Bustadsosial handlingsplan for Sunnfjord kommune 2022 – 2030 vart vedteken i kommunestyret 22.09.22. Denne planen seier noko om framtidig behov for framtidig behov for institusjonsbustader og omsorgsbustader. Dette vert derfor ikkje omtala i denne planen.

### 2.3.1 Medverknad i planarbeidet

Sunnfjord kommune har hatt ei tverrfagleg arbeidsgruppe som har jobba med satsingsområda i «Leve heile livet». Vi har hatt med representantar frå ulike sektorar i kommunen, både helse og omsorg, kultur, areal og byggesak og stab- og støttetjenester. Arbeidsgruppa har også hatt ein representant frå Eldrerådet. Planutkastet har også vore på internhøyring.

Vi har også hatt medverknadsprosessar med Eldreråd og pensjonistlag, i tillegg til at vi også har tatt med oss innspel som kom fram i arbeidet med både planstrategi og kommuneplanen sin samfunnsdel.

Vi har også gjort ei spørjeundersøking blant innbyggjarar i alderen 60 – 80 år om kvar og korleis dei ynskjer å bu når dei blir eldre. Dette er eit viktig kunnskapsgrunnlag som vi har tatt med inn i arbeidet både med denne planen og bustadsosial handlingsplan.

---

<sup>1</sup> Henta frå <https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/ny-reform-for-eldre/id2905812/>

---

«De fleste eldre ønsker å greie seg selv i størst mulig grad og bo i sitt eget hjem så lenge som mulig. Da må vi utvikle boligløsninger som gjør at eldre opplever trygghet i eget hjem, sosial kontakt og kan ta del i nærmiljøet. Det er også viktig at hjemmetjenesten arbeider forebyggende og hjelper eldre til å mestre livet i egen bolig.

Like viktig som at samfunnet omstiller seg, er at hver og en av oss selv tar et ansvar for egen alderdom. Det innebærer at vi må planlegge for framtidig bosituasjon og se på hvordan vi kan tilpasse egen bolig og gjøre den mer aldersvennlig. Det må vi begynne å tenke på før behovet melder seg».

---

Sitat frå Helse og omsorgsminister Ingvil Kjerkhof i samband med «Bo trygt hjemme»-reforma<sup>1</sup>

«Flytta til sentral og tilrettelagd bustad i god tid og før eg MÅTTE med omsyn til helsetilstand. Då kan flytting bli ei positiv oppleving. Eg har selt einebustad og angrar ikkje. Flytta til nytt bustadsameige i sentrum»



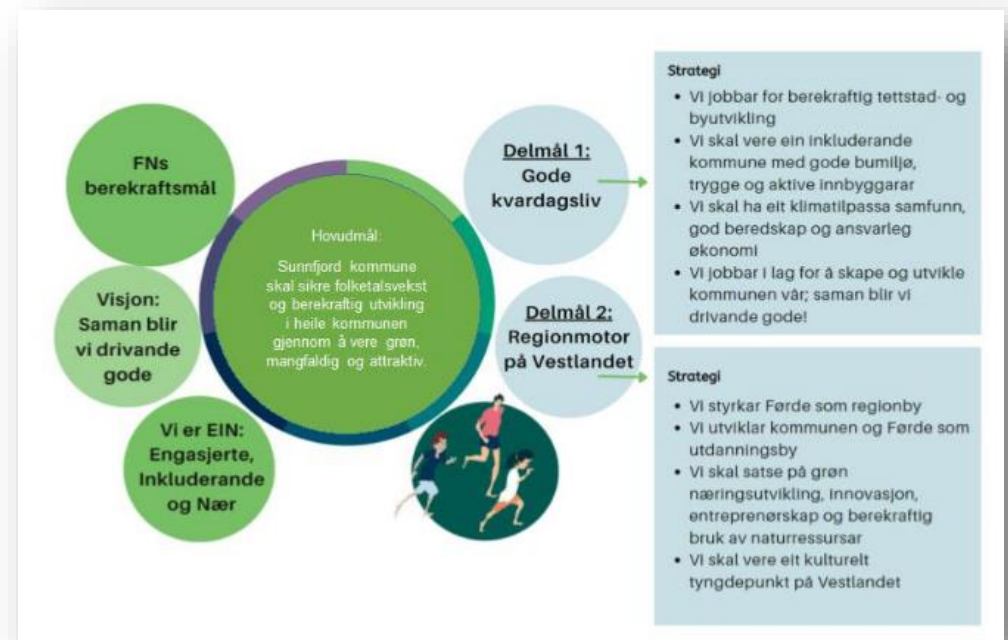
### 3 Mål og visjonar for arbeidet med Leve heile livet i Sunnfjord kommune

#### 3.1 Det gode kvardagsliv for innbygarane våre

Kommuneplanen sin samfunnsdel 2022 – 2030 har som mål at vi skal sikre folketalsvekst og berekraftig utvikling i heile kommunen gjennom å vere grøn, mangfaldig og attraktiv. Eitt av delmåla for å oppnå dette, er at vi skal skape gode kvardagsliv for innbygarane våre:

Ein strategi for å skape gode kvardagsliv, er at vi skal vere ein inkluderande kommune med gode bumiljø, trygg og aktive innbygarar. Vi har sagt at vi i 2030 skal vere eit aldersvenleg samfunn der den einskilde har ein meningsfull og helsefremmande kvardag, høg grad av sjølvstende og mogelegheit for deltaking i samfunnet.

I Leve heile livet i Sunnfjord – plan for omsorg 65 + løftar vi fram dei tiltaka frå samfunnsdelen som er relevante i høve planen. I tillegg har vi føreslått nokre nye eller eksisterande tiltak som vi vil jobbe vidare med. Nokre tiltaka er allereie sett i gong og vi ynskjer å vidareutvikle dei. Andre tiltak kan vere nye tiltak som kan gjerast innanfor eksisterande ressursar, medan nokre tiltak føreset at det vert sett av midlar i økonomiplanarbeidet for å få dei gjennomført.



Kommuneplanen sin samfunnsdel 2022 - 2030, Sunnfjord kommune

### 3.2 Mål for Leve heile livet i Sunnfjord – plan for omsorg 65 +

Vi har sett oss følgjande mål for korleis innbyggerane i aldersgruppa 65 + skal få eit godt kvardagsliv i Sunnfjord kommune:

Hovudmål

Saman skal vi jobbe for at innbyggerar over 65 år i Sunnfjord kommune får mange gode leveår der dei har god helse, opplever å ha god livskvalitet og i større grad meistrer eige liv.

Delmål

Engasjerte eldre som sjølv deltek i planlegging av eigen alderdom og utforming av omgjevnadane rundt seg

Innbyggerar som ynskjer det får bu lengst mogeleg i eigen heim

Pårørande opplever at dei får støtte og avlastning for arbeidet dei gjer for sine næraste



Innbyggerar i alle aldersgrupper har ein aktiv kvardag



## 4 Framskrivingar av kommunale helse- og omsorgstenester

Dei viktigaste drivkreftene for etterspurnad etter omsorgstenester er demografi, sjukdom, omfang av familieomsorg, standard på tenestene og produktivitet. Framskrivingar syner at tal mottakarar av omsorgstenester kan auke med 25 % fram mot 2030 og at sysselsettingsbehovet innan sektoren vert dobla. Dette er mange usikre faktorar knytt til dette, så behova kan verte både mindre og større enn det framskrivingane syner.

Helse – og omsorgssektoren vil uansett stå overfor store kapasitetsmessige utfordringar. Samstundes ligg det også nokre mogelegheiter som kan redusere konsekvensane av reine demografiske framskrivingar:

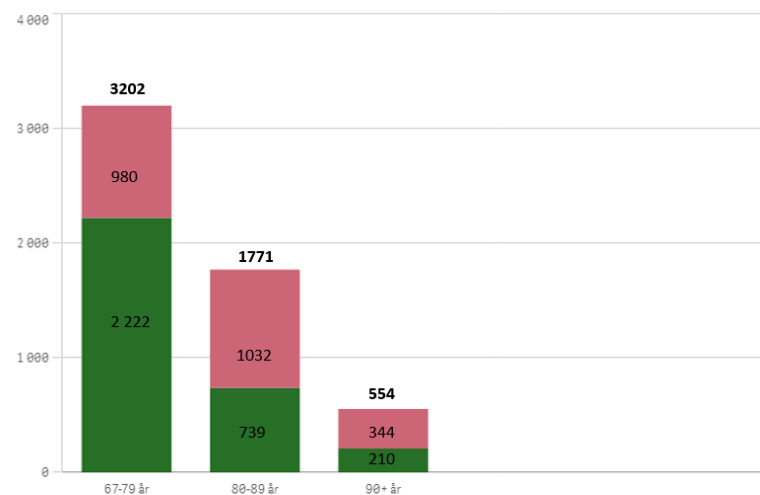
- Nye generasjonar eldre har andre ressursar enn tidlegare generasjonar å møte alderdomen med, og må utfordrast til å bruke dei til å planlegge og meistre eige tilvære og ha eit aktivt fellesskap med andre.
- Vi blir fleire eldre, men dei fleste eldre vil også halde seg friske og spreke lenge.
- Vi må støtte og ta godt vare på pårørande som tar på seg omsorgsoppgåver, og legge forholda til rette for å samarbeide med lokalsamfunn og frivillig sektor.
- Vi kan utvide fagkompetansen, ta i bruk nye metodar, ny logistikk, alternative arbeidsordningar, velferdsteknologi, nye

buformer og ny innovative løysingar, framfor reine effektiviseringstiltak som reduserer tenestetilbodet til den einskilde og fører til at tilsette må jobbe endå raskare.

- Ved at kommunen legg til rette for eit godt tilbod innan kultur, idrett og friluftsliv, vil dette styrke innbyggjarane si fysiske og psykiske helse og gje dei auka livskvalitet.

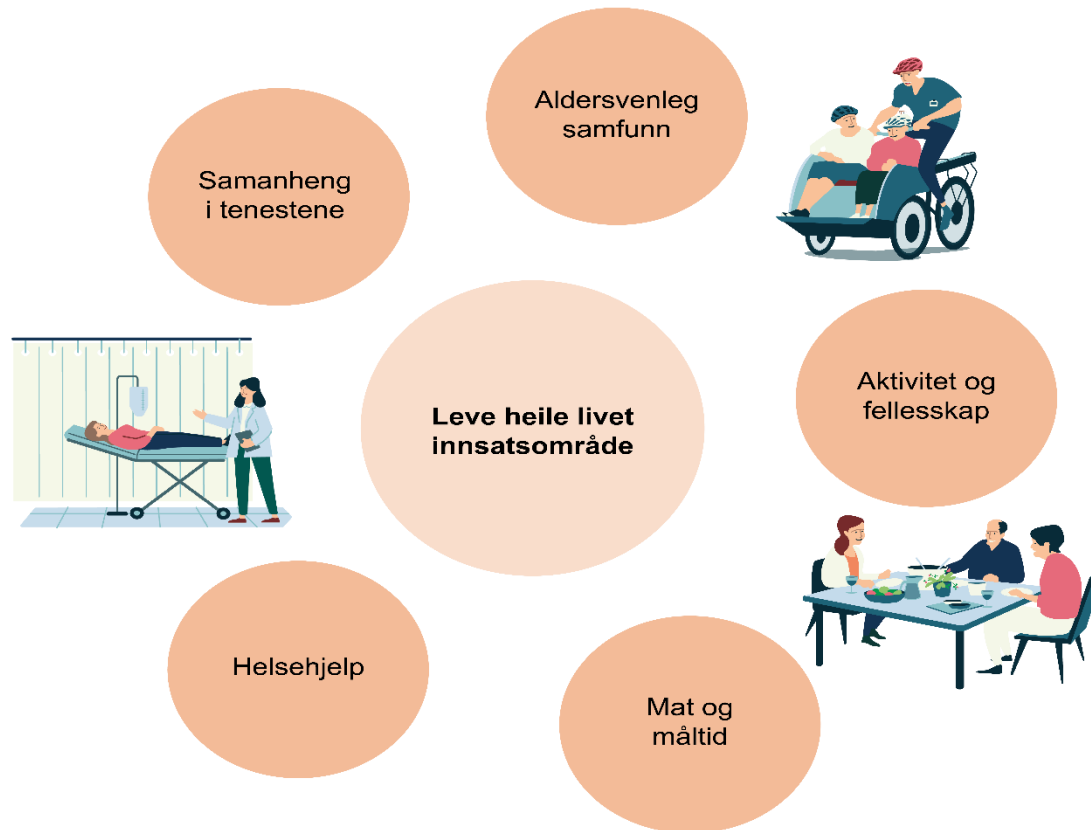
Folketalsframskrivingar syner at vi i 2040 vil vere over dobbelt så mange personar over 80 år i Sunnfjord kommune, som det er i dag. I 2020 hadde vi 3 327 personar over 67 år i kommunen – i 2040 er det forventa å vere 5683 personar over 67 år.

Folkemengde per 1.1 2020 og endring i folkemengde 1.1 2020 - 1.1 2041 fordelt på aldersgrupper 67-79 år, 80-89 år, 90+ år



Kilde: SSB/Kompas

## 5 Innsatsområda i Leve heile livet – plan for omsorg 65 +



## 5.1 Aldersvenleg samfunn

Frå Kommuneplanen sin samfunnsdel 2022 – 2030 – Slik vil vi ha det i 2030:

«Vi er eit aldersvenleg samfunn der den einskilde har ein meningsfull og helsefremmande kvardag, høg grad av sjølvstende og mogelegheit for deltaking i samfunnet».



Å berre byggje ut dagens tenestetilbod i takt med den demografiske utviklinga er ikkje tilstrekkeleg for å møte dei nye eldregenerasjonane. Reforma inviterer dei eldre sjølv og innbyggjarane for øvrig til å vere med å skape eit meir aldersvenleg samfunn. Nasjonalt program for eit aldersvenleg samfunn utfordrar dei eldre sjølv til å engasjere seg i planlegging av eigen alderdom og utforming av omgjevnadane rundt seg. Programmet har 5 tiltak:

- Planlegg for eigen alderdom
- Eldrestyrt planlegging
- Nasjonalt nettverk for aldersvenlege kommunar
- Partnerskapsordning
- Seniorressursen

### På spørsmål om «Kva er viktig for deg?» svarar innbyggjarar i aldersgruppa 60-80 år i Sunnfjord kommune mellom anna dette:

- Medbestemmelse, respekt, verdigheit
- Bli tatt på alvor
- At det blir tatt hensyn til ønskjer og behov
- Trygghet
- Nærheit til familie/venner
- Få bu med ektefelle
- Bu heime så lenge så råd
- Tilgang til hage
- Bufelleskap (gjærne med ulike befolkningsgrupper / generasjonar)
- Nærhet til tenester, sosiale aktivitetar og natur
- God mat

Innbyggjarane vert utfordra til å planlegge eigen alderdom med fokus på å:

- 1) Legge til rette i eigen bustad
- 2) Investere i vener/sosialt nettverk
- 3) Oppretthalde best mogeleg funksjonsevne gjennom eit aktivt liv

Å byggje eit aldersvenleg samfunn krev tverrsektoriell innsats. Innbyggjarinvolvering og samskaping står sentralt.

Eit aldersvenleg Sunnfjord kommune skal legge til rette for at den einskilde skal kunne nytte sine ressursar og kunne leve sjølvstendige og aktive liv. Vi må byggje opp tiltak som støttar opp om kvardagsmeistring og god livskvalitet.

### 5.1.1 Slik har vi det i 2023

- Heimebesøk til eldre: alle får tilbod om heimebesøk av tilsette frå Aktivitetseininga og Fysio- og ergoterapitenesta det året dei fyller 75 år. Tilbodet er frivillig.
- Vi yter lån og tilskot frå Husbanken til innbyggjarar som ynskjer å tilpasse bustaden sin slik at dei kan bu lenger i eigen heim
- Fysio- og ergoterapitenesta har god kompetanse på tilrettelegging av tekniske hjelpemiddel og tilpassing av bustad i eigen heim.
- Vi har tilbod om Serviceskyss: Skyssen er organisert i faste ruter. Brukarane bestiller skyss dagen før innan eit fastsett tidspunkt. Dei vert henta heime og vert køyrde frå dør til dør. Det er ein liten eigendel for å nytte seg av skyssen.
- Vi har «Bok på døra» - utlån med henting og utlevering av bibliotekbøker til heimebuande i samarbeid med Førde Røde Kors.
- Vi har eit desentralisert bibliotektilbod med avdelingar både i Førde, Skei, Vassenden, Naustdal, Sande og Viksdalen
- Vi har utarbeidd strategi for aktiv og miljøvenleg transport i Sunnfjord kommune
- Vi har kartlagt kor og korleis innbyggjarane i gruppa 60-80 år i kommunen ynskjer å bu i framtid<sup>2</sup>a. Dette nyttar vi som grunnlag for å planlegge tenestetilbodet framover og er eit vedlegg til bustadsosial handlingsplan.

**Undersøkinga viser at så mange som 3 av 4 ønsker å bu i eksisterande bustad så lenge så råd.**

### 5.1.2 Slik vil vi ha det i 2030

- Dei som ynskjer det skal få bu lengst mogeleg i eigen heim
- Vi har auka andelen innbyggjarar som tilpassar eigen bustad
- Tilbod og tenester er tilpassa for at eldre kan ferdast på ein god måte
- Vi samarbeider med utbyggjarar og entreprenørar for å skaffe attraktive bustadtilbod for friske eldre.
- Vi gir eit differensiert og godt tenestetilbod for seniorane våre

### 5.1.3 Dette ynskjer vi å gjere for å få det til

Tiltak	Ansvar	Måleindikator
<b>Tiltak som er vedtekne i kommuneplanen sin samfunnsdel</b>		
Vi har tidleg dialog og samarbeid med private utviklarar og innbyggjarar for å legge til rette for raskare, billigare og variert bustadbygging.	Alle	Tilgang på attraktive bustader for eldre
Vi legg til rette for gode og tilstrekkeleg tal bustader for alle livssituasjonar i heile kommunen, og med gode dele- og fellesskapsløysingar	Alle	Tilgang på attraktive bustader for eldre i ulike delar av kommunen
Universell utforming i løysingar og tenester vert lagt til grunn i alt planarbeid	Alle	

<sup>2</sup> Sitat i grøn tekstboks i temaplanen er henta frå denne undersøkinga

Vi sikrar at tenester innbyggjarane har behov for i kvardagen, er tilgjengeleg der dei bur	Alle	
Vi skal arbeide for å betre det kollektive transporttilbodet	Politisk arbeid	Kollektivtilbod og transportordningar
<b>Nye tiltak knytt til innsatsområdet</b>		
Styrke arbeidet med informasjon ut til innbyggjarane om hjelpemiddel og lån og tilskot til tilpassing av bustad	Fysio- og ergoterapitenesta Service Aktivitetseininga	Statistikk på kor mange som tilpassar bustaden og tal mottakar av hjelpemiddel Auka bruk av tekniske hjelpemiddel og midlar til tilpassing

Om eg får behov for institusjonsplass vil eg bu saman med kona mi. Er eg aleine vil eg ha einerom, god plass, god mat og tilgang til internett.



«Vil helst ha god helse, ha familie i nærleiken, bu heime og dø lykkeleg»





## 5.2 Aktivitet og fellesskap

Frå Kommuneplanen sin samfunnsdel 2022 – 2030 – Slik vil vi ha det i 2030:

«Vi er ein kommune som er kjent for å skape aktivitet og tenester i lag med innbyggerane våre»

«Vi har gode myldre plassar som inviterer til sambruk og samhandling mellom folk med ulik alder, bakgrunn og behov».

«Vi har lokale tilbod for idrett, kultur og rekreasjon i heile kommunen, som gjer det lett å leve sunne og gode liv».



Like viktig som økonomisk kapital, kan det vere å møte alderdomen med sosial kapital og investere i familie, vener og sosialt nettverk. Overgang frå yrkesliv til pensjonisttilvære betyr ofte tap av kollegafellesskap og det arbeidsplassen betyr sosialt. Tap av ektefelle og jamaldrande i næraste omgangskrins medfører ofte utfordrande endringar i livssituasjonen. For personar som over tid opplever at dei er einsame, kan einsemd forsterke eksisterande helseproblem eller vere ein risikofaktor for å utvikle helseproblem. Langvarig einsemd hjå eldre kan føre til svekka funksjonsnivå, både fysisk og mentalt, og reduserer livskvalitet. Det er derfor viktig at vi sikrar at dei eldre opprettheld eit sosialt nettverk gjennom å ta del i friviljug arbeid, foreiningsliv og kulturelle og sosiale aktivitetar.

Fysisk, sosial og kulturell aktivitet skal vere tilpassa den einkilde eldre sine interesser, ynskjer og behov. Når livet blir ekstra sårbart, skal eldre få høve til samtale, motivasjon og støtte. Slik skal eldre få moglegheit til å leve livet – heile livet!

Oppsummert er utfordringane i Norge i dag:

- Einsemd blant eldre relatert til endringar i livssituasjon, partnardød, endra helsetilstand og funksjonsnivå
- Inaktivitet og aktivitetstilbod som ikkje er tilpassa individuelle ynskjer og behov
- Manglande ivaretaking av sosiale, kulturelle og eksistensielle behov
- Lite systematisk samarbeid mellom helse- og omsorgstenesta og frivillige/sivilsamfunn
- Manglande møteplassar, samlokalisering og digitale generasjonsskilnader
- Auka mobilitet i samfunnet har ført til auka geografisk avstand mellom familiemedlemer noko som kan gjere det krevjande for pårørande å støtte eldre i familien

Stortingsmeldinga foreslår 5 løysingar for å skape auka aktivitet, gode opplevingar og fellesskap:

- Gode augneblink
- Tru og liv
- Generasjonsmøter
- Samfunnskontakt
- Sambruk og samlokalisering

### 5.2.1 Slik har vi det i 2023

- Vi har eit breitt tilbod av møteplassar for eldre i heile kommunen t.d seniorkafèar, 10-kaffi, turar i regi av turlag, seniorsenter, seniorkor, seniornett
- Vi har den kulturelle spaserstokken som er eit tilbod om profesjonell kunst- og kulturformidling tilpassa eldre
- Vi har ulike møteplassar der generasjonar møtast på tvers: «Innsats for andre» - eit valfag i ungdomsskulen, barnehagar kjem på besøk i institusjonane som t.d. ved luciafeiring, julaftanfeiring i kyrkjelydshuset, barselgruppe på sjukeheim m.v.
- Biblioteka i Sunnfjord kommune har ei stor brukargruppe over 65 år og er ein viktig formell og uformell møteplass på tvers av generasjonar – seniorane er aktive lesarar, aktive i bokklubbar, strikkeklubbar og deltek på ulike arrangement.
- Friskus – digital aktivitetsskalendar der målet er å ha informasjon om aktivitetar og arrangement samla på ein stad. Tilbodet er under utvikling
- Vi har delteke i nettverket «Mobilisering av Seniorressursen» der målet er å auke bruke av seniorane som ein ressurs i samfunnet.

### 5.2.2 Slik vil vi ha det i 2030

- Eldre innbyggjarar får god informasjon om aktivitetstilbod og arenaer for sosialt samvær
- Vi har eigna lokale for møteplassar tilgjengeleg i tettstadane våre
- Vi sikrar god informasjon om aktivitetar og møteplassar ut til innbyggjarane våre – også dei som ikkje har digital kompetanse

- Kulturtilbod, idrett og friluftsliv er lagt til rette for brukarar i alle aldersgrupper og tilpassa individuelle behov
- Vi får «friske» eldre ut i aktivitet før byrjande funksjonsfall, og vi har gode tilbod til eldre som får behov for å gjenvinne funksjon etter skade eller sjukdom
- Vi skapar møteplassar og aktivitetar på tvers av generasjonar
- Vi bidrar til redusert einsemd bland eldre innbyggjarar
- Vi har gode rammevilkår for frivillig arbeid
- Vi har aktive seniorar som er ein ressurs for samfunnet
- Vi legg til rette for ein god seniorpolitikk som sikrar at tilsette kan stå lengre i arbeid

### 5.2.3 Dette ønskjer vi å gjere for å få det til

Tiltak	Ansvar	Måleindikator
<b>Tiltak som er vedtekne i kommuneplanen sin samfunnsdel</b>		
Vi legg til rette for eit kortreist kvardagsliv med aktivitet der folk bur og oppheld seg, og ein kompakt sentrumsstruktur med korte avstandar	Alle	
Vi tar i bruk potensialet som ligg i eldre som ressurs	Alle, også innbyggjarane sjølve	Tal frivillige Tal pensjonistar som er aktive
Vi jobbar for å sikre godt samspel mellom innbyggjarar, kommunen, frivillige og næringslivet	Alle	

Vi legg til rette for allmennyttige friområde, turstiar, skilting og parkering	Alle	
Vi legg til rette for møteplassar som stimulerer til deltaking og offentleg debatt der mangfald, kreativitet, skaparkraft, møter på tvers av generasjonar og aktivitet er høgt verdsett	Alle, men særleg: Kultur og idrett Bibliotekenesta Helse og omsorg Aktivitetseininga Oppvekst	Tal seniorar i aktivitet Tal arrangement/ aktivitetar der ulike generasjonar møtast
<b>Nye tiltak knytt til innsatsområdet</b>		
Utviklar aktivitets- og dagtilbodet slik at vi også kan gje tilbod på kveld og helg både for heimebuande og på omsorgssentra	Aktivitetseininga Omsorgssentra Sektor for kultur	Eldre bur lenger i eigen heim Brukarundersøking (opplevd avlastning for pårørande)
Auka satsing på frivillig arbeid gjennom m.a.: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vurdere bruk av frivillighetskontakter i ulike einingar for å organisere frivillige initiativ</li> <li>• ha gode rutinar for å ta imot frivillige</li> <li>• sikre god informasjon om korleis ein kan vere frivillig</li> </ul>	Frivillegsentralen Fagutvikling Helse og omsorg Kultur og idrett Teknisk og miljø	Tal frivillige i kommunen
Arbeide med livslang læring og styrke dei	Bibliotekenesta Aktivitetseininga	Tal eldre som opplever at dei har

eldre sin digitale kompetanse	Service	tilstrekkeleg digital kompetanse i kvardagen
Utvide bibliotektilbodet med mellom anna tilbod på omsorgssentera	Bibliotekenesta	
Sikre naudsynt informasjon til innbyggjarar utan digital kompetanse	Aktivitetseininga Service Bibliotekenesta	Brukarundersøking
Etablere kulturskule for alle og folkeverkstad	Sektor for kultur	Tal eldre i kulturskulen
Utvide tilbodet om heimebesøk til personar med risiko for einsemd	Aktivitetseininga Fysio- og ergoterapitenesta Tildelingseininga Legetenesta	Tal eldre kjenner seg einsame
Legge til rette for god seniorpolitikk i Sunnfjord kommune	Personal	Tal tilsette 67 år + som er i arbeid

At det er kontakt mellom dei eldre og det offentlege, både innan helse, kultur og møteplassar.



### 5.3 Mat og måltid

God mat er grunnleggande for god helse og livskvalitet heile livet. Målet er så skape gode måltidsopplevingar og redusere underernæring. Eldre skal få næringsrik mat som både ser godt ut, duftar godt og smakar godt. Mat og måltid blant eldre har hatt stort fokus dei seinare åra, men framleis er det eit stykke mellom tilrådd praksis og utøvd praksis i tenestene. Oppsummert er hovudutfordringane:

- Manglande systematisk oppfølging
- Manglande sosialt fellesskap og lite vektlegging av måltidsomgjevnadane
- Få måltid og lang nattfaste
- Lite mangfald og valfridom
- Lang avstand mellom produksjon og servering



#### 5.3.1 Slik har vi det i 2023:

- Vi har èi felles kjøkkenteneste, men har eige kjøkken på alle dei 4 omsorgssentera i kommunen.
- Vi gjennomfører ernæringskartlegging av brukarane våre både på omsorgssenter og i heimetenesta. Mattilbodet er tilpassa allergiar og det er også lagt til rette for ynskjekost.
- Heimebuande eldre kan bestille mat som blir levert heim
- Vi serverer varm mat til alle 365 dagar i året
- Kjøkkentenesta har merksemd på å markere matdagar som t.d. «fårikålens dag», «vaffeldagen».

#### 5.3.2 Slik vil vi ha det i 2030

- Innbyggerane som får mat av kjøkkentenesta skal oppleve at den er variert, næringsrik, smakfull og delikat.
- Måltid i institusjon skal vere ein viktig del av det sosiale fellesskapet i løpet av dagen
- Heimebuande eldre skal ha tilbod om jamleg å delta i måltidsfellesskap
- Vi har etablert ernæringskontaktar på alle omsorgssentra i Sunnfjord kommune

### 5.3.3 Dette ynskjer vi å gjere for å få det til

Tiltak	Ansvar	Måleindikator
<b>Nye tiltak knytt til innsatsområdet</b>		
Kontinuerleg kompetanseheving på mat og måltid hjå dei tilsette i omsorgstenestene	Kjøkkentenesta	Brukartilfredsheit
Markere matdagar	Kjøkkentenesta Einingar i omsorg	Brukartilfredsheit
Sikre god nok ernæringskartlegging for å unngå feil-/underernæring	Einingane i omsorg	Fråvær av brukarar med feil-/underernæring
Etablere ernæringskontaktar på omsorgssentra	Einingane i omsorg	Ernæringskontaktar oppretta
Vi opprettheld organisering med kjøkkenteneste på kvart omsorgssenter	Kommunestyret	Tal institusjonskjøkken
Organisere tilbod om felles måltid for heimebuande eldre	Aktivitetseininga Folkehelse råd gjevar Kjøkkentenesta	Tal aktivitetar med måltid som tema



*Afternoon tea - eitt av tiltaka for å skape måltidsglede i Sunnfjord kommune*

## 5.4 Helsehjelp

Frå Kommuneplanen sin samfunnsdel 2022 – 2030 – Slik vil vi ha det i 2030:

«Vi er eit aldersvenleg samfunn der den einskilde har ein meningsfull og helsefremmande kvardag, høg grad av sjølvstende og mogelegheit for deltaking i samfunnet»

Eldre skal få mogelegheit til å leve heime så lenge som mogeleg og få støtte til å meistre kvardagen, også når det oppstår sjukdom og funksjonssvikt. Samtidig skal dei vere trygge på at dei får hjelp når dei treng det. Når livet går mot slutten, skal eldre få god lindrande omsorg og pleie. Mange eldre opplever at dei ikkje får ivareteke sine grunnleggjande behov for helsehjelp og bistand til å førebyggje sjukdom og funksjonssvikt. Mange eldre ynskjer ei helse- og omsorgsteneste som i større grad tar utgangspunkt i dei eldre sine behov og lar eldre få vere sjef i eige liv lengst mogeleg. Oppsummert er utfordringane:

- Manglande merksemd på meistring og førebygging
- Dårlig oversikt over samansette behov og problem
- Lite bruk av fysisk aktivitet og trening
- Manglande bruk av nye behandlingsformer
- Lite systematisk kartlegging og oppfølging av den einskilde

For å møte utfordringane, føreslår reforma 5 løysingar der målet er å auke meistring og livskvalitet, førebyggje funksjonsfall og gje rett hjelp til rett tid:

- Kvardagsmeistring
- Proaktive tenester
- Målretta bruk av fysisk trening
- Miljøbehandling

- Systematisk kartlegging og oppfølging

Ei særskilt utfordring i åra framover knytt til helsehjelp og ynskje om å bu heime lengst mogeleg, er det sterkt aukande talet personar med demenssjukdom. Det er stor grad av variasjon i demenssjukdom og hjelpa skal tilpassast den einskilde. Det er også ein progressiv sjukdom som gjer at dei gradvis vil trenge meir og meir helsehjelp. I Sunnfjord kommune vil talet personar med demenssjukdom doble seg frå 2020 til 2040 (henta frå demenskart.no):



### 5.4.1 Slik har vi det i 2023

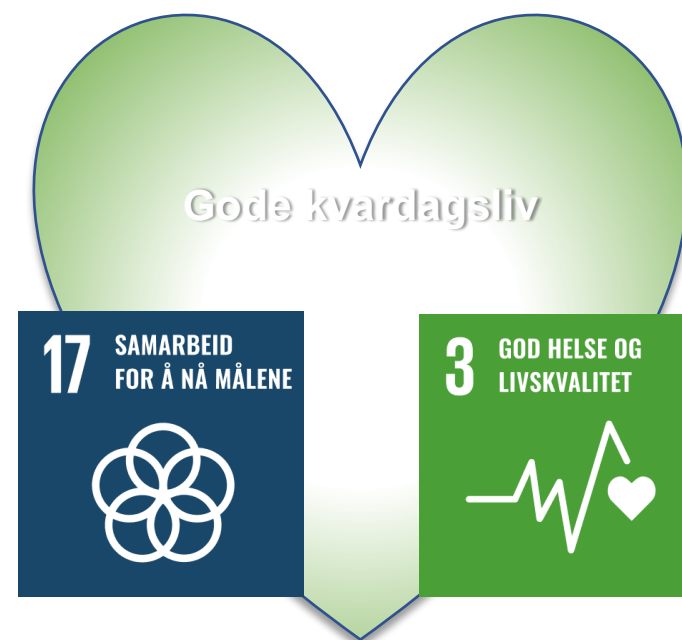
- Vi har tilbud om kvardagsrehabilitering som er eit felles tenestetilbod mellom heimetenesta og fysio/ergoterapitenesta i delar av kommunen, men slit med å få dette på plass i heile kommunen.
- Vi har god fastlegedekning i Sunnfjord kommune, men har til liks med andre kommunar utfordringar med å rekruttere nye fastlegar
- Demensteam – vert kopla på i tidleg fase når vi mistenker utvikling av demenssjukdom

- Dagtilbod – både til heimebuande eldre og personar med demenssjukdom
- Tilbod om førebyggjande heimebesøk til eldre som fyller 75 år.
- Vi nyttar velferdsteknologi som t.d. medisindispensarar og tryggleiksalarmar. Vi jobbar med å utvikle dette tilbodet vidare.
- Vi har palliative team ved kvart omsorgssenter som skal sikre god og lindrande omsorg og pleie når livet går mot slutten
- Vi har kreftkoordinator i 50 % stilling som er støtteperson og rettleiar for personar som vert råka av kreftsjukdom og deira pårørande. Det er behov for å auke denne stillingsressursen for å dekke behovet og følgje opp forventningane i pakkeforløp for kreft som er innført i 2022.
- Vi har frisklivssentral som yter tilbod om trening og fysisk aktivitet for eldre, samt at fysio- og ergoterapitenesta har eigne treningsgrupper for eldre og oppfølging av personar med funksjonssvikt.
- Vi har eiga rehabiliteringsavdeling på Skei som jobbar målretta med personar som har behov for rehabilitering for ein kortare periode.

#### 5.4.2 Slik vil vi ha det i 2030:

- Eldre i Sunnfjord kommune får høve til å vere mest mogeleg sjølvhjelpne, også når dei er mottakarar av helse- og omsorgstenester
- Vi har god fastlegedekning i Sunnfjord kommune
- Vi har tilsette med god kompetanse til å fange opp endringar i hjelpebehov på eit tidleg tidspunkt
- Innbygarane i Sunnfjord kommune får bu lengst mogeleg i eigen heim

- Personar med demenssjukdom og deira pårørande skal bli ivaretatt gjennom heile sjukdomsforløpet
- Eldre i Sunnfjord får tilbod om trening og fysisk aktivitet som førebyggjande, behandlande og rehabiliterande tiltak
- Eldre i Sunnfjord skal føle seg verdsett og bli aktivt involvert i avgjerder som vedkjem dei.
- Tilsette i tenestene skal ha god kunnskap om oppfølging av samansette utfordringar, velferdsteknologiske løysingar og tekniske hjelpemiddel



*Kopling mellom delmål i kommuneplanen sin samfunnsdel og dei mest relevante berekraftsmåla for Leve heile livet i Sunnfjord*

### 5.4.3 Dette ynskjer vi å gjere for å få det til

Tiltak	Ansvar	Måleindikator
<b>Tiltak som er vedtekne i kommuneplanen sin samfunnsdel</b>		
Vi legg til rette for at dei eldste innbygarane våre meistrar livet lenger og kjenner seg trygge på at dei får god hjelp når dei treng det	Alle	
Vi prioriterer arbeidsmiljø, bemanning og kompetanseutvikling for å sikre god kvalitet i tenestene våre. (sjå meir konkrete tiltak under nye plantiltak)	Helse og omsorg	
Vi gjennomfører brukar- og innbygarundersøkingar for å sikre kvalitet i tenestetilbodet, og har aktiv medverknad frå innbygarane i planprosessar		
Vi tar i bruk brukarvenlege, digitale løysingar som fungerer saman med kvarandre (velferdsteknologi og tekniske hjelpemiddel)	Einingar i helse og omsorg Fagutvikling	Tal brukarar med velferdsteknologi og tekniske hjelpemiddel
Vi gjer tilsette og innbygarar i stand til å bruke digitale løysingar		
<b>Nye tiltak knytt til innsatsområdet</b>		
Legge til rette for gode fagmiljø og vilkår for å	Legetenesta	Fastlegedekning

sikre fastlegedekninga i kommunen		
Tidleg identifisering av hjelpebehov og systematisk kartlegging ved søknad om tenester	Tildelingseininga	Brukartfredsheit
Styrke dei tilsette sin observasjonskompetanse for å avdekke symptom på forverra helsetilstand både i heimetenesta og på omsorgssentera	Einingar i omsorg Fagutvikling	
Utarbeide kompetanseplanar i tenestene og sikre at tilsette med særskilt kompetanse får nytta denne på ein god måte	Einingane i omsorg Personal Fagutvikling	Einingane har kompetanse i tråd med plan
Alle personar med mistanke om demens får tilbod om utgreiing	Legetenesta Demensteam Tildelingseininga Einingar i omsorg	Tilbod gitt til alle med mistanke om demens
Auke stilling som kreftkoordinator	Fagutvikling Politisk prioritering	100 % stilling
Opprette stilling som demenskoordinator	Kommunedirektøren si leiargruppe Politisk prioritering	Stilling etablert
Sikre eit differensiert tilbod i demensomsorga både for dei som bur heime og dei med behov for heildøgns omsorg	Einingar i omsorg Politisk prioritering	Variasjon i tilbodet



Tilsette i pleie- og omsorgstenestene får tilbod om kompetansehevande kurs	Einingar i helse og omsorg	Andel tilsette med gjennomført kurs
--	----------------------------	-------------------------------------

## 5.5 Samanheng i tenestene

Frå Kommuneplanen sin samfunnsdel 2022 – 2030 – Slik vil vi ha det i 2030:

«Vi har kompetente, kunnskapsrike og framtidsretta tilsette som jobbar godt i lag til beste for kommunen.

Vi er ein engasjert kommune som til ei kvar tid jobbar for innbyggjarane våre»

Det er eit mål for Leve heile livet-reforma at vi skal skape meir samanhengande tenestetilbod for eldre og deira pårørande. Vi skal gje eldre auka tryggleik og føreseielege pasientforløp og overgangar, dei skal ha færre hjelparar å forhalde seg til og oppleve større grad av kontinuitet i tilbodet. Målet er også å ta vare på dei som tar vare på sine næraste og gje dei støtte og avlastning slik at dei ikkje slit seg ut. Mange eldre opplever at tenestene er for oppstykkja og manglar heilskap og kontinuitet. Det fører til utryggleik og bekymringar, og rammar særleg dei med størst behov.

Oppsummert er utfordringane:

- For lite personsentrert tilnærming
- For lite avlastning og støtte til pårørande
- Manglande kontinuitet og tryggleik, for mange tilsette å forhalde seg til og usikkerheit om og når hjelpa kjem
- For mange brot og krevjande overgangar mellom tenestetilbod i kommunane

- For lite kontinuitet og tryggleik i overgangen mellom dei ulike tenestenivåa.

For å møte utfordringane, vert det føreslått 5 løysingar der målet er å gje auka kontinuitet, tryggleik og føreseielege pasientforløp til eldre og deira pårørande:

- Den einkilde sitt behov
- Avlastning og støtte til pårørande
- Færre å forhalde seg til og auka kontinuitet
- Mjukare overgangar mellom eigen heim og sjukeheim
- Planlagde overgangar mellom kommunar og sjukehus

For å sikre samanheng i tenester, vert det no nasjonalt vedteke **pakkeforløp** for ulike diagnosar. Eit pakkeforløp er eit standard pasientforløp som skildrar organisering av utgreiing og behandling, kommunikasjon/dialog med pasient og pårørande, samt ansvarsplassering og konkrete forløpstider. Pasientar og pårørande skal oppleve at ting er føreseielege og få god informasjon. Pakkeforløpa skildrar kontaktpunkt og oppfølging i kommunane, og korleis ein skal ivareta somatisk helse og levevanar.



### 5.5.1 Slik har vi det i 2023

- Vi har eige tildelingskontor for helse og omsorgstenester som tildeler tenester til alle innbyggjarane i kommunen uavhengig av bustadadresse. Dette meiner vi er gunstig for å sikre meir heilskapleg pasientoppfølging. Tildelingseininga kartlegg brukarane som har behov for tenester og gjev dei eit tilbod ut i frå brukaren sitt behov.
- Vi har tenestestandard for helse- og omsorgstenestene våre for å sikre at innbyggjarane får eit likeverdig tilbod uavhengig av kvar i kommunen dei bur.
- Vi er vertskommune for stilling som interkommunal samhandlingskoordinator. Stillinga er finansiert av kommunane i tidlegare Sogn og Fjordane, og har som mål å betre samhandlinga mellom kommunane og spesialisthelsetenesta.
- Vi deltek i nettverk for «Gode pasientforløp» der målet er å sikre brukarane sitt behov for å møte heilskaplege, koordinerte og trygge tenester
- Vi har eige koordinerande team for vaksne som drøftar saker knytt til brukarar med behov for langvarige og koordinerte tenester
- Vi har dagtilbod for heimebuande eldre som også skal bidra til å gje pårørande avlastning og støtte i kvardagen slik at dei eldre kan bli buande lenger i eigen heim.
- Vi har tilbod om pårørandeskule
- Vi har system for tildeling av primær-/sekundærkontakt i heimetenesta og på sjukeheim, men tilbodet må utviklast.
- Vi har samhandlingsavtalar mellom kommunen og spesialisthelsetenesta på ulike område for å sikre rutinar ved innlegging i og utskriving frå sjukehus.

- Vi har eiga rehabiliteringseining og korttidseining for å kunne gje spissa behandling og oppfølging, samt gje kvalitativt betre tenester.
- Fysio- og ergoterapitenesta har korttidslager med enklare hjelpemiddel som kan lånast ut ved akutt mellombels behov, til dømes ved utskriving frå sjukehus

### 5.5.2 Slik vi vil ha det i 2030

- Vi har smidige overgangar for brukarar mellom heim og sjukeheim og mellom kommunar og sjukehus
- Innbyggjarar som mottek ulike tenester opplever at desse er koordinerte og samordna
- Vi planlegg ressursane våre på ein slik måte at brukarane opplever å ha færrest mogeleg hjelpearar å forhalde seg til
- Vi sikrar fagleg forsvarlege tenester gjennom solid kompetanse, trygge og gode arbeidsmiljø og føreseielege tenester.
- Vi har ressursar til å følgje opp dei forventningane som vert stilt i dei ulike pakkeforløpa og til kommunen sitt ansvar som koordinerande eining

### 5.5.3 Dette ynskjer vi å gjere for å få det til

Tiltak	Ansvar	Måleindikator
<b>Tiltak som er vedtekne i kommuneplanen sin samfunnsdel</b>		
Vi gjennomfører brukar- og innbyggjarundersøkingar for å sikre kvalitet i tenestetilbodet, og har aktiv medverknad frå innbyggjarane i planprosessar	Alle tenester innan helse og omsorg	Brukartilfredsheit
Vi prioriterer arbeidsmiljø, bemanning og kompetanseutvikling for å sikre god kvalitet i tenestene våre		
Vi legg vekt på å forstå innbyggjarane sine faktiske behov, og bruker dette som utgangspunkt for å skape heilt nye tenester og forbetre eksisterande tenester		
<b>Nye tiltak knytt til innsatsområdet</b>		
Sikre at vi har pårørandeutval ved alle omsorgssentera	Einingsleiarar omsorg	Tal brukarutval
Utvikle dagtilbod både til heimebuande eldre, til personar med demenssjukdom og bebuarane på omsorgssentra slik at vi	Aktivitetseininga Einingar i omsorg	Brukartilfredsheit

også kan gje tilbod på kveld/helg.		
Sikre at personar med demenssjukdom og deira pårørande får ein fast kontaktperson	Einingar i omsorg	Fråværing av personar som manglar kontaktperson
Kople på demensteam tidleg i utgreiingsfasen for demenssjukdom for å sikre god oppfølging	Legetenesta Demensteam	
Prioriterer og tilfører ressursar på ein slik måte at vi tilfredsstill forventningane som ligg til kommunane gjennom pakkeforløpa, individuell plan og koordinerande eining	Kommunedirektøren si leiargruppe Politisk prioritering av ressursar Koordinerande team	Evaluering av pakkeforløpa, individuell plan og koordinatorrolla

## 6 Korleis følgjer vi opp tiltaka i planen?

I kommuneplanen sin samfunnsdel 2022 – 2030 har vi skissert samhengane i plansystemet:

Kva er utfordringane våre?	Kva vil vi oppnå?	Korleis skal vi disponere areala våre?	Korleis skal vi jobbe for å oppnå måla	Kva skal vi gjere det neste året? Kva økonomiske rammer har vi?	Kva skal mi eining utføre?	Kva blei resultatet?
						
Planstrategi	Kommuneplanen sin samfunnsdel	Kommuneplanen sin arealdel	Temaplanar Strategiar	Økonomiplan med handlingsdel	Handlingsplanar for einingane Årsbudsjett	Årsrapport

Leve heile livet i Sunnfjord – plan for omsorg 65 + er ein temaplan der vi har tatt med oss målsettingar og tiltak frå Kommuneplanen sin samfunnsdel. Tiltaka som er føreslått i denne temaplanen, må spesifiserast i einingane sine handlingsplanar. Vi har for dei fleste tiltaka sagt noko om kva einingar som er mest sentrale for å følgje opp tiltaka. Nokre tiltak, som til dømes auke i stillingsressursar, vil kreve at dei vert prioritert inn i økonomiplanen. Her har vi presisert at vi er avhengig av politisk prioritering. Årsrapporten for Sunnfjord kommune skal vise måloppnåing og korleis vi har jobba med tiltak.