



# **Handlingplan: Leve heile livet i Masfjorden kommune 2022-2024**

**Vedteke i Kommunestyret den  
2.12.2021, sak 058/2021**

## Innhald

|                                                |    |
|------------------------------------------------|----|
| 1.0 Innleiing .....                            | 3  |
| Bakgrunn .....                                 | 3  |
| Føremål med og innhald i handlingsplanen ..... | 3  |
| Lokale føresetnader .....                      | 3  |
| Samspel mellom planverk i kommunen .....       | 4  |
| 2.0 Leve heile livet – fem innsatsområde ..... | 5  |
| 2.1 Eit aldersvenleg Noreg.....                | 5  |
| 2.2 Aktivitet og fellesskap .....              | 7  |
| 2.3 Mat og måltider .....                      | 8  |
| 2.4 Helsehjelp .....                           | 8  |
| 2..5 Samanheng i tenestetilbodet .....         | 9  |
| 3.0 Handlingsdel med ansvar og oppstart .....  | 11 |

## 1.0 Innleiing

### Bakgrunn

Til grunn for arbeidet med handlingsplanen og føreslåtte mål og tiltak, ligg kommunen sine overordna mål, samt satsingsområda som er definert i Helse- og omsorgsplanen for Masfjorden kommune 2020 - 2026. Desse satsingsområda fell i stor grad i saman med innsatsområda som er peika på i Stortingsmelding 15 (2017-2018) *Leve heile livet - ei kvalitetsreform for eldre*.

Denne handlingsplanen byggjer på måla i reforma, og har fått tittelen - *Leve heile livet i Masfjorden kommune*.

### Føremål med og innhald i handlingsplanen

Reforma skal bidra til at eldre kan meistre livet lenger, ha tryggleik for at dei får god hjelp når dei har behov for det, at pårørande kan bidra utan at dei vert utslitne og at tilsette har kompetanse som sikrar god kvalitet på tenestene. I stortingsmeldinga vert det presentert ulike løysingar for ei god eldreomsorg tilpassa ei ny tid. Reforma si målgruppe er eldre over 65 år, både dei som bur heime og dei som bur i institusjon. Dette er ei stor gruppe med svært ulike føresetnader og variasjonar i behov og i ynskjer. Gruppa spenner frå den friske og spreke 65-åringen til den heilt hjelpetrengjande 95-åringen.

Reforma legg til grunn at endringar og utvikling av det kommunale tilbodet i hovudsak skal dekkast av kommunen sine frie inntekter. Kommunar som klarer å omstille seg i tråd med reforma vert prioritert til øymerka tilskot. Regjeringa vil koma attende til oppfyljing av reforma i statsbudsjettet frå år til år. Ein del av tiltaka som er skissert i denne planen kan berre realiserast dersom kommunen får tilskot.

### Lokale føresetnader

Masfjorden kommune har 1691 innbyggjarar (2021, 2.kvartal). Statistisk sentralbyrå (SSB) si framskrivning av befolkninga for Masfjorden kommune fram mot 2035 viser at kommunen vil ha liten endring i folketalet, men samansetninga vil endra seg vesentleg. Me vil få ei betydeleg auke i talet eldre over 67, medan talet på barn og unge gradvis går ned. Også talet yrkesaktive i alderen 50-66 år går ned. At me lever lengre, og at eldre utgjer ein stadig større del av befolkninga ei utvikling som gjer at me må tenkje annleis både når det gjeld utfordringar og mogelegheiter.

## Framskrive befolkning per 01.01.2020

|                   |                       | 2020 | 2021 | 2025 | 2030 | 2035 |
|-------------------|-----------------------|------|------|------|------|------|
| <b>Masfjorden</b> | <b>0-17 år</b>        | 358  | 353  | 337  | 316  | 317  |
|                   | <b>18-49 år</b>       | 560  | 551  | 542  | 569  | 561  |
|                   | <b>50-66 år</b>       | 404  | 397  | 382  | 331  | 325  |
|                   | <b>67-79 år</b>       | 238  | 255  | 268  | 303  | 302  |
|                   | <b>80-89 år</b>       | 97   | 92   | 102  | 129  | 150  |
|                   | <b>90 år og eldre</b> | 34   | 33   | 34   | 28   | 34   |
|                   |                       | 1691 | 1681 | 1665 | 1676 | 1689 |

Kilde: SSB

Utviklinga gjer at kommunen må vere førebudd på store endringar, og at det vil koma auka etterspurnad etter tenester innanfor helse- og omsorgssektoren. Det er difor viktig å justere og fordele ressursbruken innan ulike kommunale tenester i tråd med utviklinga. Samstundes må einingane vurdere nye måtar å løyse omsorgsoppgåvene på.

Denne planen skal følgje opp Stortingsmelding 15 (2017-2018) og bidra til at kommunen møter demografiendringane på ein god måte - for kommuneorganisasjonen og for den enkelte innbyggjar i Masfjorden kommune.

## Samspel mellom planverk i kommunen

For at planarbeidet skal ha effekt og truverd må det vere eit godt samspel mellom handlingsplanen *Leve heile livet*, og anna planverk i kommunen. Kommuneplanen er kommunen sitt overordna og langsiktige dokument for korleis kommunen skal utviklast sosialt, fysisk og økonomisk. Når det skal lagast ny samfunnsdel vil det verta laga eit planprogram. Dette er ei oppskrift på korleis den kommande planprosessen vert, og kva som skal prioriterast. Implementering av «Leve heile livet reforma» er naturleg å ta inn som ein aktuell tematikk/problemstilling i planprogrammet ved neste revisjon av samfunnsdelen. Dette vil sikre at reforma vert omtalt og innarbeidd i kommuneplanen sin samfunnsdel.

Aktuelle planar som handlingsplanen *Leve heile livet* i *Masfjorden kommune* bør ha samspel med:

- Kommuneplan Masfjorden kommune - samfunnsdel og arealdel
- Helse- og omsorgsplanen for Masfjorden kommune 2014- 2026
- Temaplan rehabilitering og habilitering 2017 – 2024
- Trafikksikringsplan for Masfjorden kommune 2021 – 2032 (på høyring)
- Handlingsplan for folkehelse Masfjorden kommune 2020
- Handlingsplan mot vald i nære relasjonar 2020 –2023
- Plan for strategisk kompetansestyring i Masfjorden kommune
- Bustadpolitisk plan for Masfjorden kommune 2016 – 2020

## 2.0 Leve heile livet – fem innsatsområde

Dei aller fleste i målgruppa for reforma lever gode liv. Dei formar sin eigen kvardag, er aktive og deltek i sosiale fellesskap. Eldre bidreg med sine ressursar i arbeid, i fritid, for familie og vener eller i nærmiljøet, og dette er heilt sentralt for at eit samfunn skal fungere. Dei som av helsemessige eller sosiale grunnar treng hjelp frå andre får dette frå sine næraste, gjennom frivillig arbeid, eller gjennom tenester frå det offentlege. Slik har det vore, og slik vil det vere også i framtida.

Leve heile livet skal sikre alle innbyggjarar ein god og trygg alderdom. Det inneber styrking av tenester og tilbod, men og eit samfunn der eldre får bruke sine ressursar. Formålet er at eldre skal ha moglegheit til å meistre eige liv der dei bur, heile livet.

Stortingsmeldinga presenterer fem innsatsområde:

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

Planen skisserer status, utfordringar og tiltak innan kvart av dei 5 områda.

### 2.1 Eit aldersvenleg Noreg

Å utvikle eit aldersvenleg lokalsamfunn handlar om å leggje til rette for at eldre skal kunne bu heime så lenge dei ynskjer, at dei kan delta i dei aktivitetane dei er interessert i, vere delaktig i beslutningsprosessar og oppleve at nærmiljøet er trygt og tilgjengeleg.

#### Status, utfordringar og tiltak:

**Status:** Masfjorden kommune består av 3 oppvekstområde med spreidd busetnad, men kvart område har grendaskule, nærbutikk og stader der folk kan samlast. Det er lagt tilrette med omsorgsbustader i kvar bygd. Kommunen har 1 sjukeheim, og den er lokalisert på Hosteland. Heimetenesta er organisert som ei teneste med hovudbase på Hosteland, men har også basar i dei 2 andre bygdene. Hovudmålet er at befolkninga skal oppleve meistring av eige liv, og at tenestene dei mottek er fleksible. Kommunen har fokus på velferdsteknologiske tiltak som kan erstatta eller supplere tradisjonelle helse- og omsorgstenester.

Kommuneplanen sin arealdel legg føringar for kvar det skal satsast på bustadutvikling i kommunen. I revideringa av denne, og i samband med seinare reguleringsplanarbeid, må ein ta med naudsynte tiltak og grep, slik at aldersvenleg lokalsamfunn vert ivareteke i planlegginga.

### **Utfordringar:**

Dei fleste eldre i Masfjorden bur i einebustader med eiga tomt og hage, og mange har bustader som er lite tilrettelagt når helsa sviktar. Auken i talet eldre over 67 år vil vil gjere at det vert behov for fleire bustader som har livsløpsstandard slik at eldre har eit alternativ dersom dei vil planleggje for eigen alderdom eller dersom behov for tilrettelagt bustad oppstår. Gode tilrettelagte bustader kan bidra til å redusere behovet for hjelp frå det offentlege, og bidra til at eldre kan bu lengre i eigen heim. Lange avstandar og lite utbygd kollektivtilbod er ei anna stor utfordring for dei som ikkje kjører bil sjølve. Det kan føre til isolasjon når ein ikkje lengre kan kjøre eigen bil til butikk og sosiale treff.

Samfunnet vert meir digitalisert. Bankar og offentlege kontor nyttar digitale tenester i større og større grad. Mange eldre opplever at dei ikkje har tilstrekkeleg kompetanse å data til å løyse heilt naudsynnte oppgåver i kvardagen, slik som banktenester, skattemelding, e-post og sosial kontakt med barn og barnebarn via digitale plattformer. Dette medfører eit stort handikap i dagleglivet, både praktisk og sosialt. Digitalt utanforskap er i ferd med å verte ei stor samfunnsutfordring.

**Tiltak 1:** Masfjorden kommune vil bidra til at det vert etablert fleire bustadtilbod som er tilrettelagt for eldre gjennom å

- bygge nye omsorgsbustader eller tilrettlagte bustader for eldre
- stimulere til at private utbyggjarar byggjer seniorbustader som eldre kan kjøpe eller leige

**Tiltak 2:** Velferdsteknologi skal verte ein naturleg del av tenestetilbodet. Kommunen skal leggje til rette for bruk av innovative løysingar og velferdsteknologi. Me skal i tillegg vere aktive med informasjon om tilbodet ut til befolkninga. Kommunen vil vidareføre samarbeid med andre både på tvers av kommunegrensar og tverrsektorielt i kommunen for å utvikle tilbodet.

**Tiltak 3:** Masfjorden kommune vil bidra til at dei som bur i kommunen planlegg for eige liv.

Kommunen si kanskje viktigaste oppgåve er, jfr. § 7 i folkehelseova, å gje informasjon, råd og veiledning om kva vi som enkeltindivid sjølv, men også som del av eit samfunn, kan gjere for å fremje helse og for å førebygge sjukdom. I tillegg har kommunen den opplagte sentrale rolla i planmessig, å legge til rette for eit samfunn som gjev rom for å ta gode val for helsa (til døme gang- og sykkelstiar, trygge uteområde og grøntareal som oppmodar til sosialisering). I tillegg finnes det ulike treningstilbod i kommunen som kan bidra til å betre eiga helse. Å planleggje for eigen bustad i eldre år er også ein viktig del av enkeltindividet si planlegging, og noko kommunen kan støtte opp under.

**Tiltak 4:** Kommunen skal bidra til at eldre si stemme kjem fram i lokaldemokratiet. Kommunen skal sikre dette ved at ein mellom anna ser til at eldrerådet får relevante saker til behandling. Rådet for eldre og Rådet for funksjonshemma er ein viktig samarbeidspart og høringsinstans med deltaking av eldre, personar med

funksjonshemming og politikarar. Medlemmene skal inviterast inn i ulike, relevante arbeidsgrupper ved behov, og medverkar på denne måten i endringsprosessar. Dette gjev god informasjonsflyt, betre samarbeid om erfaringar som bidrar til utvikling av tenestene.

**Tiltak 5:** Kommunen skal ta initiativ til å vitalisera Frivilligsentralen og få opp aktivitetsnivået i sentralen.

**Tiltak 6:** Kommunen skal saman med frivilligsentral arbeida for å styrka digital kompetanse hjå innbyggjarar som er i ferd med å utvikle digitalt utanforskap gjennom

- målretta kurstilbod med praktiske tema, t.d. nettbank, bankid, e-post, sosiale media
- individuelle rettleiingstilbod der eldre kan oppsøkje hjelp til konkrete problemstillingar

**Tiltak 7:** Transportutfordringar. Kommunen må øve «påtrykk» mot Vestland fylkeskommune for å få styrka kollektivtilbodet i kommunen.

## 2.2 Aktivitet og fellesskap

Leve heile livet peikar på kor viktig det er med aktivitet, deltaking og sosialt fellesskap. Utfordringar vert oppsummert som einsemd, inaktivitet, aktivitetstilbod som ikkje er tilpassa individet, lite systematisk samarbeid med frivillige, manglande møteplassar, samt dårleg ivaretaking av sosiale, kulturelle og eksistensielle behov. Eit av hovudmåla i folkehelsearbeidet er å redusere sosial ulikskap i helse ved å løfte helsetilstanden i den delen av befolkninga som har dei største utfordringane.

### Status, utfordringar og tiltak

**Status:** Masfjorden kommune har eit aktivt lag og organisasjonsliv som bidreg til at den einskilde opplever ein meningsfull kvardag. Ein kan særleg trekkja fram pensjonistlaga og helselaga som er etablert i alle 3 bygdene, og som bidreg til aktivitet og sosiale møteplassar. Kommunen har også ei aktiv rolle gjennom lågterskel treningstilbod med fysioterapaut.

**Utfordringar:** Når livet vert ekstra sårbart treng eldre nokon å snakka med, motivasjon og støtte. Det er trong for tilpassa aktivitetar, gode møteplassar. Samarbeid med frivillig sektor må verta sett i system. For å nå målet om å redusere sosiale ulikheiter skal kommunen arbeide med fleire ulike tiltak.

**Tiltak 1:** Auka satsing på kvardagsrehabilitering. Kommunen skal leggje til rette for at det skal bli lettare å ta ansvar for eiga helse. Kvardagsrehabilitering støttar innbyggjarane i å bli sjølvhjelpete og å redusere behov for hjelp. Tidleg innsats og fokus på meistring har ført til auka sjølvstende og mindre behov for hjelp. Masfjorden kommune vil ha fokus på å auke kompetansen til personalet i pleie- og omsorg, då desse vil vere bidragsytarar inn i tilbodet. Tenesta skal gjerast kjent for innbyggjarane.

**Tiltak 2:** Kommunen skal sjå til at ein skal førebyggje meir og reparere mindre. Forsking viser at aktivitet er eit førebyggjande tiltak. Kommunen skal bidra til dette ved å ha tilgjengelege ressurspersonar som kan gjennomføre trimgruppe ein dag for

veka i alle bygder

**Tiltak 3:** Aktiv bruk av tilrettelagte turstiar. Kommunen skal saman med Frivilligsentralen leggje til rette for at turstiane i kommunen vert nytta gjennom organiserte tilrettelagte aktivitetar.

**Tiltak 4:** Kommunen skal saman med Frivilligsentralen, Folkebiblioteket, pensjonistlaga, helselaga og andre bidra til å oppretthalde sosiale møteplassar i alle bygder.

## 2.3 Mat og måltider

Det er viktig at eldre får næringsrik mat som ser god ut, luktar og smakar godt. Måltidet bør også utgjere eit sosalt fellesskap for dei som ønskjer det. Målet er å skape gode måltidsopplevingar og redusere underernæring. Maten skal sjå, lukte og smake godt samt vere ernæringsmessig rett.

### Status, utfordringar og tiltak

**Status:** Masfjorden kommune har eige sjukeheimskjøkken som også leverer mat til heimebuande gjennom heimetenesta.

**Utfordringar:** Ein del eldre har vanskar med å få i seg nok mat med rett næringsverdi. Dette utgjør ein helserisiko.

**Tiltak 1:** Systematisk kartlegging av ernæringsstatus. Sjukeheimen og heimetenesta skal ha system for regelmessig kartlegging av brukarane sin ernæringsstatus. Resultata skal følgjast opp gjennom samarbeid med legetenesta.

**Tiltak 2:** Oppretthalde gode rutinar og tiltak for å skape det gode måltid ved sjukeheimen. Redusere nattfasen ved å tilby seinkvelds for dei som ønskjer det.

**Tiltak 3:** Gjennomføre brukarundersøkingar og ta brukarane med i utforming av meny og mattilbod.

## 2.4 Helsehjelp

Eldre skal verta sett og involvert i avgjerder som vedkjem dei sjølve. Eldre skal kunne bu heime så lenge som mogeleg, og få støtte til å mestre kvardagen, til tross for sjukdom og funksjonssvikt. Dei skal også få helsehjelp når dei har behov for det, deriblant god, lindrande pleie når livet går mot slutten.

### Status, utfordringar og tiltak

**Status:** Masfjorden har ei helseteneste med god kapasitet og stabil kompetanse. Me har 3 fastlegar i kommunen. Det er eit godt og strukturert samarbeid mellom legetenesta, med psykisk helse, fysioterapitenesta, ergoterapitenesta, sjukeheim og heimetenesta. Det er etablert koordinerande eining som møtest jamnleg og koordinerer innsatsen i saker der fleire helseaktørar er involvert.

**Utfordringar:** I lys av den demografiske utviklinga må tenestetilbodet utviklast i takt med at behovet endrar seg. Mange brukarar vil ha behov for fleire tenester samtidig, og



ofte over lang tid. Brukaren av helse- og omsorgstenester i dag har meir samansette behov enn tidlegare. Meir aktiv behandling og omsorg over lengre tid betyr auka behov for legetenester, meir fysioterapi og ofte anna helse- og sosialfagleg kompetanse i tillegg til sjukepleie. Dette gjer at kommunen vil få behov for personale med meir kompetanse, og delvis og med anna kompetanse.

**Tiltak 1:** Førebyggjande heimebesøk til alle som fyller 80 år. Heimetenesta saman med ergoterapeut gjennomfører førebyggjande heimebesøk til alle over 80 år.

- informere om kommunen sitt tenestetilbod
- kartleggje behov for tenester
- brannførebyggjande tilsyn

**Tiltak 2:** Det skal etablerast system for å fange opp teikn på utvikling av sjukdom, funksjonstap eller problem hjå heimebuande eldre og eldre som bur på sjukeheim. Dette skal sikra systematikk i observasjon, kartlegging og oppfølging av brukarane.

**Tiltak 3:** Det skal prøvast ut ei ordning med digital samkonsultasjon mellom fastlege og spesialisthelsetenesta. Pasient møter hjå fastlege for digital konsultasjon med behandlar frå spesialisthelsetenesta. Dette sparar pasient og pårørande for belastande reiser og styrker samarbeidet rundt pasienten. Det vert søkt støtte hjå Statsforvaltaren til ei prøveordning.

**Tiltak 4:** Kommunen må ha kontinuerleg fokus på å utvikle kompetansen i arbeidsstokken og sørge for nok tilgang på grunnleggjande kompetanse innan sjukepleie og helsefag. Rekrutteringsutfordringar gjer at kommunen må rette fokus på å utvikle kompetansen hjå eigne tilsette gjennom aktiv satsing på

- desentralisert utdanning av sjukepleiarar
- fagutdanning til helsefagarbeiarar

I tillegg til dette må ein ha fokus på å sikre naudsynt spisskompetanse innan helse og omsorgstenestene.

## 2.5 Samanheng i tenestetilbodet

Leve heile livet tar sikte på å skape eit meir samanhengande tenestetilbod til eldre og deira pårørande. Målet er å gi auka tryggleik og forutsigbarhet gjennom pasientforløp og overgangar mellom eiga heim, sjukehus og sjukeheim med færre tilsette å forhalda seg til. Utfordringane kan enkelt opusnummeras til at det vert gitt for lite avlastning og støtte, der er for dårleg kontinuitet og tryggleik, det er for mange tilsette å forhalda seg til, og det er for mange krevjande overgangar mellom tenestetilboda.

### Status, utfordringar og tiltak

**Status:** Samanheng i tenestene har som mål å gi eldre auka tryggleik og forutsigbarhet gjennom pasientforløp og overgangar mellom eige heim, sjukehus og færre tilsette å forhalda seg til. Mange eldre og deira pårørande opplev manglande kontinuitet og forutsigbarhet i tenestetilbodet med unødvendige brot og krevjande overgangar. Det er også eit mål å ta vare på dei som tek vare på sine næraste, og gje pårørande støtte og

avlastning.

**Utfordringar:** Hovedutfordringa vår er at er liten med få tilsette som skal gjere stadig fleire arbeidsoppgåver. Det å halde tritt med endringane, gjer at tilsette må vere endringsvillige og ha vilje til å ta på seg enda meir oppgåver og ansvar samtidig som ein skal gi brukaren eit individuelt og godt tilbad og oppfølging. Det kan i nokre tilfelle vere utfordrande å utvikle tilbad i takt med behov. Den auka andelen eldre gjer at det vil vere auka behov for arbeidskraft innan helse- og omsorg. Prognosane viser særleg behov for sjukepleia rar og helsefagarbeidarar, og kommunen har erfaring i at det er vanskar med å knytte til seg særleg sjukepleiarressursar.

**Tiltak 1:** I samarbeid med pårørande prøve ut meir fleksible avlastningstilbod som treff pårørande sitt behov med omsyn til tidspunkt, varigheit og om tilbadet skal skje i eigen heim, i institusjon eller på anna måte.

**Tiltak 2:** Ved flytting til sjukeheim skal det opprettast primærkontakt, og under opphaldet skal det gjennomførast jamlegepasient- og pårørandesamtalar.

**Tiltak 3:** Kommunen gjennomfører kartleggingsbesøk ved søknad om tenester, der brukarmedverknad står sentralt. Brukaren sitt opplevde behov av kva som er viktig for han skal vega tungt når kommunen utformar tenestetilbodet.

**Tiltak 4:** Koordinerande eining vert vidareført, og gjev pasientar med behov for individuell plan (IP) færre å forhalda seg til og betre koordinerte tenester.

**Tiltak 5:** Arbeide for tydelege samarbeidsavtalar og rutiner som sikrar godt planlagde overgangar mellom kommunar og sjukehus i forkant av utskriving til sjukeheim eller heim.

### 3.0 Handlingsdel med ansvar og oppstart

| Prioriterte tiltak og aktiviteter                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 2022 | 2023 | 2024 | Ansvar                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------|------|------------------------|
| Eit aldersvenleg Noreg                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |      |      |      |                        |
| Masfjorden kommune vil vere ein pådrivar for at det vert etablert fleire bustadtilbod som er tilrettelagt for eldre.<br><br>Aktuelle tiltak:<br>- utgreie behovet for nye omsorgsbustader<br>- stimulere til at private utbyggjarar byggjer seniorbustader som eldre kan kjøpe eller leige                                                                     | x    |      |      | Rådmannen              |
| Velferdsteknologi skal verte ein naturleg del av tenestetilbodet. Kommunen skal leggje til rette for bruk av innovative løysingar og velferdsteknologi. Me skal i tillegg vere aktive med informasjonsarbeid ut til befolkninga. Ein skal vidareføre samarbeid med andre både på tvers av kommunegrenser og tverrsektorielt i kommunen for å utvikle tilbodet. | x    |      |      | Helse- og omsorgsleiar |
| Bidra til at dei som bur i Masfjorden kommune planlegg for eige liv. Kommunen si kanskje viktigaste oppgåve er å gje informasjon, råd og veiledning om kva vi som enkeltindivid sjølv kan gjere for å fremje helse og førebygge sjukdom, jfr.§ 7 i folkehelseleva.                                                                                             | x    |      |      | Helse- og omsorgsleiar |
| Kommunen skal bidra til eldrestyrt planlegging. Kommunen skal sikre dette ved at ein mellom anna ser til at eldrerådet får relevante saker til behandling.                                                                                                                                                                                                     | x    |      |      | Rådmannen              |
| Kommunen skal ta initiativ til å vitalisera Frivilligsentralen og få opp aktivitetsnivået i sentralen.                                                                                                                                                                                                                                                         | x    |      |      | Rådmannen              |
| Kommunen skal saman med frivilligssentral arbeida for å styrka digital kompetanse hjå innbyggjarar som er i ferd med å utvikle digitalt utanforskap gjennom<br>- målretta kurstilbod med praktiske tema, t.d. nettbank, bankid, e-post, sosiale media<br>- individuelle rettleiingstilbod der eldre kan oppsøkje hjelp til konkrete problemstillingar          |      | x    |      | Frivilligsentralen     |
| Transportutfordringar. Kommunen må øve «påtrykk» mot Vestland fylkeskommune for å få styrka kollektivtilbodet i kommunen.                                                                                                                                                                                                                                      |      |      | x    |                        |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |      |      |      |                        |

| <b>Prioriterte tiltak og aktivitetar</b><br>Aktivitet og fellesskap                                                                                                                                                                                               | <b>2022</b> | <b>2023</b> | <b>2024</b> | <b>Ansvar</b>                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|-------------|----------------------------------------------------------|
| Auka satsing på kvardagsrehabilitering.                                                                                                                                                                                                                           |             |             | x           | Helse- og omsorgsleiar                                   |
| Kommunen skal sjå til at ein skal førebyggje meir og reparere mindre. Forsking viser at aktivitet er eit førebyggjande tiltak. Kommunen skal bidra til dette ved å ha tilgjengelege ressurspersonar som kan gjennomføre trimgruppe ein dag for veka i alle bygder |             |             |             |                                                          |
| Aktiv bruk av tilrettelagte turstiar. Kommunen skal saman med Frivilligsentralen leggje til rette for at turstiane i kommunen vert nytta gjennom organiserte tilrettelagte aktivitetar.                                                                           |             | x           |             | Frivilligsentralen                                       |
| Frivilligsentralen, Folkebiblioteket, pensjonistlaga, helselaga og andre skal bidra til å oppretthalde sosiale møteplassar i alle bygder.                                                                                                                         |             | x           |             | Frivilligsentral, folkebibliotek , lag og organisasjonar |
| <b>Prioriterte tiltak og aktivitetar</b><br>Mat og måltider                                                                                                                                                                                                       |             |             |             |                                                          |
| Systematisk kartlegging av ernæringsstatus. Sjukeheimen og heimetenesta skal ha system for regelmessig kartlegging av brukarane sin ernæringsstatus. Resultata skal føljest opp gjennom samarbeid med legetensta.                                                 | x           |             |             | Helse- og omsorgsleiar                                   |
| Oppretthalde gode rutinar og tiltak for å skape det gode måltid ved sjukeheimen. Redusere nattfasen ved å tilby seinkvelds for dei som ynskjer det.                                                                                                               | x           |             |             | Leiar sjukeheimen                                        |
| Gjennomføre brukarundersøkingar og ta brukarane med i utforming av meny og mattilbod.                                                                                                                                                                             |             | x           |             | Leiar kjøkken                                            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                   |             |             |             |                                                          |

| <b>Prioriterte tiltak og aktiviteter</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>2022</b> | <b>2023</b> | <b>2024</b> | <b>Ansvar</b>                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|-------------|---------------------------------------|
| Helsehjep                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |             |             |             |                                       |
| Førebyggjande heimebesøk til alle som fyller 80 år. Heimetenesta saman med ergoterapeut gjennomfører førebyggjande heimebesøk til alle over 80 år.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | x           |             |             | Leiar heimetenesta                    |
| Det skal etablerast system for å fange opp teikn på utvikling av sjukdom, funksjonstap eller problem hjå heimebuande eldre og eldre som bur på sjukeheim. Dette skal sikra systematikk i observasjon, kartlegging og oppfølging av brukarane.                                                                                                                                                                                                                                                                 |             | x           |             | Leiar heimetenesta<br>Leiar sjukeheim |
| Det skal prøvast ut ei ordning med digital samkonsultasjon mellom fastlege og spesialisthelsetenesta. Pasient møter hjå fastlege for digital konsultasjon med behandlar frå spesialisthelsetenesta.                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |             | x           |             | Kommune-<br>overlege                  |
| Kommunen må ha kontinuerleg fokus på å utvikle kompetansen i arbeidsstokken og sørge for nok tilgang på grunnleggjande kompetanse innan sjukepleie og helsefag. Rekrutteringsutfordringar gjer at kommunen må rette fokus på å utvikle kompetansen hjå eigne tilsette gjennom aktiv satsing på<br><br>- desentralisert utdanning av sjukepleiarar<br><br>- fagutdanning til helsefagarbeiarar<br><br>I tillegg til dette må ein ha fokus på å sikre naudsynt spisskompetanse innan helse og omsorgstenestene. | x           |             |             | Helse- og omsorgsleiar                |
| <b>Prioriterte tiltak og aktiviteter</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>2022</b> | <b>2023</b> | <b>2024</b> | <b>Ansvar</b>                         |
| <b>Samanheng i tenestetilbodet</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |             |             |             |                                       |
| I samarbeid med pårørande prøve ut meir fleksible avlastningstilbod som treff pårørande sitt behov med omsyn til tidspunkt, varigheit og om tilbadet skal skje i eigen heim, i institusjon eller på anna måte.                                                                                                                                                                                                                                                                                                |             |             | x           | Koordinerande eining                  |
| Ved flytting til sjukeheim skal det opprettast primærkontakt, og under opphaldet skal det gjennomførast jamlegepasient- og pårørandesamtalar.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | x           |             |             | Leiar sjukeheimen                     |
| Kommunen gjennomfører kartleggingsbesøk ved søknad om tenester, der brukarmedverknad står sentralt. Brukaren sitt opplevde behov av kva som er viktig for han skal vega tungt når kommunen utformar tenestetilbodet.                                                                                                                                                                                                                                                                                          | x           |             |             | Forvaltningskontoret                  |
| Koordinerande eining vert vidareført, og gjev pasientar med behov for individuell plan (IP) færre å forhalda seg til og betre koordinerte tenester.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | x           |             |             | Forvaltningskontoret                  |
| Arbeide for tydelege samarbeidsavtalar og rutiner som sikrar godt planlagde overgangar mellom kommune og sjukehus i forkant av utskriving til sjukeheim eller heim.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | x           |             |             | Helse- og omsorgsleiar                |