



HAMAR KOMMUNE

Leve hele livet Handlingsplan 2022-2024

Hamar kommunestyre 23.02.2022

INNHOLDSFORTEGNELSE

1.	Innledning	3
1.1.	Hovedsatsingsområder for Leve hele livet i Hamar	4
2.	Bakgrunn og rammebetingelser	5
2.1.	Meld. St. 15 (1017-2018) Leve hele livet – en kvalitetsreform for eldre	5
2.2.	Kommuneplan for Hamar 2018-2030	5
3.	Arbeidet med reformen Leve hele livet i Hamar	7
3.1.	Demografi og eldrebefolkningen i dag.....	7
3.2.	Kommunale planer og Leve hele livet.....	8
3.3.	Kommunikasjon og medvirkning	9
3.4.	Bærekraft og innovasjon	10
4.	Mål og hovedsatsingsområder	11
4.1.	Mål for handlingsplanen Leve hele livet i Hamar	11
5.	Handlingsdel	12
5.1.	Overordnet planlegging	12
5.2.	Kommunikasjonskanaler for alle.....	13
5.3.	Bolig og nærmiljø.....	15
5.4.	Seniorressursen og samarbeid med frivilligheten	17
5.5.	Folkeopplysning, helsefremmende- og forbyggende arbeid	19
5.6.	Kvalitetsutvikling i helse- og omsorgstjenestene.....	21
6.	Gjennomføring, økonomiske og administrative konsekvenser	23
6.1.	Forberedende arbeid for tiltaksgjennomføring	23
6.2.	Økonomiske konsekvenser	23

1. INNLEDNING

Målet med Leve hele livet reformen er å skape et mer aldersvennlig samfunn. Grunnlaget for reformen er de demografiske utfordringene som kommunene står ovenfor med et betydelig antall eldre samt behov for å styrke kvaliteten i helse- og omsorgstjenestene. Ansvar for planlegging av egen alderdom og eldre som samfunnsressurs er en del av reformen.

Målgruppen er eldre over 65 år, både de som bor hjemme og de som bor i institusjon. Reformen skal bidra til:

- 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 hjelpen de trenger når de har behov for det
- Pårørende som ikke blir utslitt, og som kan ha en jevn innsats for sine nærmeste.
- Ansatte som opplever at de har et godt arbeidsmiljø, der de får brukt sin kompetanse og gjort en god faglig jobb.

Kommunestyret har vedtatt seks hovedsatsingsområder for reformen i Hamar (24.02.2021). I vedtaket er det lagt opp til at arbeidet med Leve hele livet skal inngå som en del av oppfølgingen av kommuneplanens samfunnsdel, med vekt på målet om at Hamar skal være en trygg og inkluderende kommune.

Vedtaket av satsingsområdene ble også gjort på grunnlag av en gjennomgang av kommunens planer (se kapittel 3.2) og kartlegginger av pågående og planlagte tiltak med relevans for intensjonene i reformen. Et formål med kartleggingen var å avdekke og «tette huller» der det er behov for nye tiltak på veien til et aldersvennlig samfunn og kvalitetsutvikling i helse- og omsorgstjenestene. Det betyr at tiltakene i handlingsplanen enten er nye tiltak eller tiltak som bør forsterkes som følge av reformen.

I arbeidet med handlingsplanen er det lagt vekt på informasjon og kommunikasjon, og det helsefremmende og forebyggende perspektivet. Et av tiltakene er informasjon og veiledning til innbyggere som ønsker å tilrettelegge egen bolig med tanke på alderdommen. Et annet eksempel på tiltak er en seniormesse der formålet er å bidra med viktig informasjon om hvordan innbyggerne kan planlegge for gode liv som seniorer.

1.1. Hovedsatsingsområder for Leve hele livet i Hamar

Med utgangspunkt i kommunestyrets vedtaket av satsingsområder har vi laget forslag til forenklede betegnelser på disse områdene.

HOVEDSATSINGSOMRÅDER	KOMMUNESTYREVEDTAK 24.02.21
1. Bolig og nærmiljø	Boliger og boligsituasjon
2. Kommunikasjonskanaler for alle	Tilrettelegging av kommunikasjon og informasjon ut fra eldres behov, herunder fokus på de muligheter og hindringer økt digitalisering medfører
3. Seniorressursen og samarbeid med frivilligheten	Å styrke Helse og omsorg sitt samarbeid med frivillighet som en del av kommunens helhetlige frivillighetspolitikk
4. Folkeopplysning, helsefremmende og forebyggende arbeid	Forebygging gjennom folkeopplysning og mere proaktive tjenester og tilbud
5. Kvalitetsutvikling i helse- og omsorgstjenestene	Innføring av arbeidsmetoden og tankesettet personsentrert omsorg som en viktig basis for videre arbeid med innsatsområdene
6. Medvirkning og kommunikasjon	Medvirkning

2. BAKGRUNN OG RAMMEBETINGELSER

2.1. Meld. St. 15 (1017-2018) Leve hele livet – en kvalitetsreform for eldre

Leve hele livet er en kvalitetsreform for eldre over 65 år, - både hjemmeboende eldre og eldre i institusjon. Stadig flere eldre er friskere og lever lenger enn før, men samtidig vil det bli flere mennesker som får aldersrelaterte helseutfordringer.

I stortingsmeldingen understrekes det at oppfølging av regjeringens strategi for et aldersvennlig samfunn er en viktig del av reformen. Videre peker stortingsmeldingen på behov for å styrke kvaliteten på tjenestetilbudet til eldre.

Det er valgt fem innsatsområder for Leve hele livet:

- Et aldersvennlig samfunn
- Aktivitet og fellesskap
- Mat og måltider
- Helsehjelp
- Sammenheng i tjenestene

Reformen bygger i stor grad på fremlagte meldinger og planer for å møte de store demografiske utfordringene samt kunnskap om hvilke områder det oftest svikter i tilbudet til eldre i dag. Mye handler om å styrke de faktorer som setter eldre i stand til å bevare og styrke sin helse (helsefremmende arbeid). Det forutsetter fokus både på samfunnsmessige og individuelle forhold. Stortingsmeldingen understreker betydningen av lokalsamfunnets samlede innsats med sikte på gode hverdager for eldre og betydningen av at eldre selv tar ansvar for planlegging av egen alderdom. Ikke minst er utgangspunktet for reformen at eldre skal få styrket muligheten til å bruke sine ressurser, være aktive og kunne ivareta egen autonomi.

Leve hele livet reformen skal gjennomføres i kommunene. Stortingsmeldingen slår fast at det ikke innebærer at kommunene får nye oppgaver, men handler om omstilling og kvalitetsutvikling av virksomheten og utvikling av nye innovative løsninger for å sikre samfunnets bærekraft. Forventede knappere økonomiske ressurser og utfordringer knyttet til rekruttering av personell med rett kompetanse er en del av begrunnelsen.

2.2. Kommuneplan for Hamar 2018-2030

Handlingsplanen for Leve hele livet er i kommunestyrets vedtak av satsingsområder koblet til kommuneplanens samfunnsdel, med vekt på hovedmål fem. Det er også relevante føringer for handlingsplanen under målet om Hamar som en kunnskapsby med stor innovasjonskraft, med målet om at kommuneorganisasjonen skal tilegne seg ny kunnskap, utnytte ny teknologi og være dyktig til intern samhandling og samarbeid.

Fra kommuneplanens samfunnsdel, hovedmål 5:

I 2030 er Hamar en trygg og inkluderende kommune med rom for alle

Hvor er vi i 2030?

- Vi vil ha høy grad av samfunnsengasjement og aktiv deltakelse fra innbyggerne, uavhengig av alder og sosial bakgrunn
- Innbyggerne skal føle tilhørighet og delta aktivt i samfunnet
- Innbyggerne skal være trygge på at kommunens tjenester er tilgjengelige og har god kvalitet
- Fysiske omgivelser, digitale løsninger og kommunikasjonsløsninger er tilgjengelige for alle

Hvordan kommer vi dit?

Hamar kommune vil:

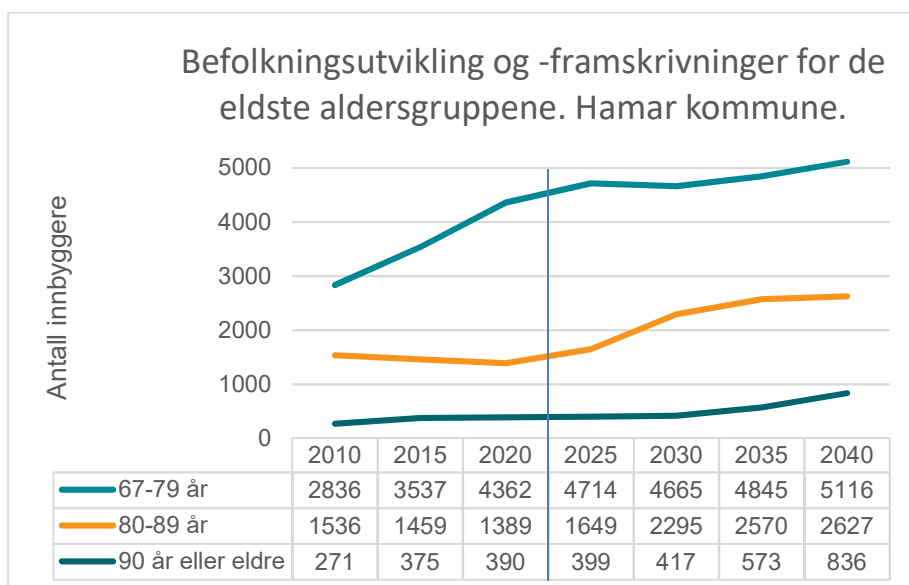
- utvikle Hamarsamfunnet gjennom dialog og medvirkning fra innbyggerne
- samarbeide med innbyggerne, frivilligheten og næringslivet for å skape tilhørighet og deltakelse
- utvikle møteplasser som bidrar til trygghet, engasjement og deltakelse
- videreutvikle god trafiksikkerhet for gående, syklende og for varetransport
- støtte frivilligheten som gir viktige bidrag til utvikling av lokalsamfunnet
- arbeide for å utvikle innovative digitale tjenester og løsninger
- stille krav i anbudskonkurranser mv. om tilgjengelighet for samtlige innbyggere på alle områder
- skape trygghet for innbyggerne gjennom godt arbeid med samfunnsikkerhet og beredskap

3. ARBEIDET MED REFORMEN LEVE HELE LIVET I HAMAR

3.1. Demografi og eldrebefolkningen i dag

Samfunnet vil framover bli preget av at vi blir flere eldre, at andelen eldre i befolkningen vil øke og at det etter hvert vil bli en sterk vekst blant de eldste eldre. Dette gjelder både for landet, regionalt og for Hamar kommune. Forsørgerbrøken eller samfunnets forsørgebyrde øker med økende andel eldre sett i forhold til andelen i yrkesaktiv alder. Dette har betydning for finansiering av velferdsordningene og tilgangen på arbeidskraft.

I Hamar bor det cirka 31 500 innbyggere. Hamar har gjennom mange år hatt fødselsunderskudd og kommunen har en eldre befolkning enn landsgjennomsnittet.



De demografiske framskrivingene fra SSB (alternativ MMMM) viser at Hamar, på samme måte som landet, vil få en betydelig vekst av antall innbyggere over 67 år. Fra 2020 og fram til 2040 forventes antall innbyggere over 67 år å øke med 40 prosent i kommunen.

Innbyggere 67-70 år vil fortsette å øke fram til 2040, men veksten vil ikke bli like stor som i tiåret vi har lagt bak oss. Mellom 2025 og 2035 forventes antall personer i aldersgruppen å holde seg relativt stabilt. Antallet 80-89 åringer forventes å øke med hele 900 personer, som utgjør 65 prosent, fram til 2030, og med 1200 personer fram til 2040. For aldersgruppen 90+ forventes den sterkeste økningen å komme etter 2030, med en dobling fra 2030 - 2040.

Med utgangspunkt i denne framskrivningen vil forsørgerbrøken (beregnet som antall personer over 65 år sett i forhold til antall personer 20-64 år) i Hamar vokse fra 0,39 i 2020 til 0,44 i 2030 og til 0,51 i 2040.

Oversiktsarbeidet over folkehelsen viser at Hamar har en høyere andel som bor alene i aldersgruppen 75+ og 45-74 år enn landet. Dette er en risikofaktor for ensomhet og utenforskap.

Demens blir mer utbredd etter hvert som befolkningen eldes. Fordi befolkningen i Hamar er eldre enn gjennomsnittet i Norge har vi også en høyere andel med demens. Tallene vil fortsette å stige, i takt med at vi blir flere og flere eldre som vil leve lengre med sammensatte helseutfordringer, og derav ha behov for sammensatte tjenester. Selv om eldre vil få flere år uten å være i behov av tjenester så forventes det ikke reduksjon i antall år hvor de blir avhengig av heldøgns omsorg og pleie.

I hvor stor grad den generelle helsetilstanden, boligsituasjonen, økonomiske forhold, teknologiutviklingen og effekter av tjenesteutvikling med satsing på forebygging og rehabilitering vil påvirke behovet for tjenester for eldre som helhet er vanskelig å si. Det vil uansett bli økt press på tjenestene fremover. Forventningene i samfunnet til kvalitet og tilgjengelighet til tjenestetilbudet er økende.

Samlet viser denne gjennomgangen hvordan utfordringsbildet ser ut i Hamar. Det viser behov for en samfunnsutvikling i retning av et mer aldersvennlig samfunn, med tilbud som kan utsette behov for tjenester samt helse- og omsorgstjenester av god kvalitet til de som trenger det.

3.2. Kommunale planer og Leve hele livet

Reformen legger opp til at kommuner og fylkeskommuner gjennom politiske vedtak, skal ta stilling til hvordan tiltakene i Leve hele livet kan utformes og gjennomføres lokalt, og deretter innarbeide dem i sitt planverk og sette reformen ut i livet. Planverk betyr i kommunal sammenheng først og fremst kommuneplanens samfunnsdel med handlings- og økonomiplanen. Det pekes også på kommunal planstrategi, kommunedelplan for helse- og omsorg og kommunens øvrige planverk.

I arbeidet med reformen har vi gjennomgått kommunal planstrategi 2020-2023, kommuneplanens samfunnsdel (2018-2030), kommunedelplan for helse og omsorg (2018-2030) og noen andre relevante planer. Vår vurdering er at perspektivene og forventningene som uttrykkes i stortingsmeldingen i stor grad samsvarer med kommunens planverk.

Kommuneplanens samfunnsdel med målet om trygg og inkluderende kommune med rom for alle representerer en tydelig overordnet forankring av arbeid for et aldersvennlig samfunn. Planen legger opp til at Hamarsamfunnet skal utvikles gjennom dialog med og medvirkning fra innbyggerne. Møteplasser som bidrar til trygghet, engasjement og deltakelse skal utvikles. Frivilligheten er i planen framhevet som en viktig samarbeidspartner.

Oppfølging av kommunes planstrategi for 2020 – 2023 inneholder flere oppgaver som representerer anledninger til å forankre intensjonene i Leve hele livet i kommunens planverk, se kapittel 5.1.

I planstrategien vises det til at demografiske utfordringer og aldersbæreevne er lagt til grunn for Kommunedelplan for helse og omsorg 2018-2030. Denne planen har en innretning mot å styrke tidlig innsats og mestringsfremmende tiltak, samt kvalitativt gode tjenester til de som trenger det. Planen gir viktige føringer som grunnlag for innsatsområdene i stortingsmeldingen.

Leve hele livet reformen er i stor grad folkehelsearbeid. Kommunestyrets vedtak av dokumentet «Oversikt over folkehelsen 2019» fokuserer på fem hovedutfordringer. Blant utfordringene er utenforskap og levevaner, som i stor grad er relevante for den aldrende befolkningen.

3.3. Kommunikasjon og medvirkning

Dette kapitlet omhandler kommunikasjon og medvirkning som virkemiddel for å nå målene i arbeidet med Leve hele livet. Kommunen tar utgangspunkt i to tilnærminger til dette:

1. Informere om reformen, gjøre vårt arbeid med reformen kjent
2. Skape medvirkning i arbeidet

De to tilnærmingene handler om kommunens arbeid med Leve hele livet og utdypes i avsnittene under. Den nasjonale kommunikasjonsstrategien for arbeidet med Leve hele livet «Kommunikasjonsstrategi 2021-2023» vil også bli lagt til grunn i arbeidet.

Kommunikasjon

Kommunikasjonsarbeidet skal bidra til å gjøre reformen kjent og gjennom informasjonstiltak og dialog bidra til at eldre kan mestre livet lenger og ha en trygg, aktiv og verdig alderdom. Det er viktig å formidle at reformen handler om både samfunnsutvikling og tjenesteutvikling.

I arbeidet for et aldersvennlig samfunn er det fra staten lagt opp til å mobilisere befolkningen til å planlegge egen alderdom når det gjelder bolig, sosialt nettverk og aktivitet for å opprettholde best mulig funksjonsevne gjennom et aktivt liv.

I kommunens arbeid med de fem satsingsområdene og tiltak knyttet til disse vil vi også vurdere kommunikasjon og medvirkning med innbyggere som er yngre enn 65 år for å få et bredere grunnlag for å utvikle morgendagens løsninger.

For å konkretisere hvordan kommunen vil informere om reformen, gjøre vårt arbeid med reformen kjent, samt skape medvirkning i arbeidet, skal det lages en enkel kommunikasjonsplan.

Medvirkning

For å sikre god gjennomføring av reformen og tiltakene forventes i kommunene forventes det fra staten at innbyggermedvirkning og samskaping benyttes som virkemidler. Kommunestyret understreket også betydningen av medvirkning i sitt vedtak av hovedsatsingsområder.

Eldrerådet og Brukerrådet for helse- og omsorgstjenestene har deltatt som referansegrupper i arbeidet med handlingsplanen. Disse er oppnevnt for å sikre medvirkning og få fram interessene til innbyggergrupper som trenger særlig tilrettelegging eller ikke er i stand til å delta i samfunnsdebatten. På grunn av koronapandemien har det ikke vært gjennomført innbyggermedvirkningen utover dette.

Handlingsplanen inneholder medvirkningstiltak med folkemøter og seniortrækk. I tillegg skal medvirkningstiltak vurderes i planlegging og gjennomføring av hvert av tiltakene i handlingsplanen, se kapittel 6.1.

3.4. Bærekraft og innovasjon

Utfordringene knyttet til demografiske forhold krever nye løsninger. Helsefremmende tiltak kan dempe, men ikke fjerne, det økte behovet for helse og omsorgstjenester som demografiutfordringene medfører. (St. meld.30: En innovativ offentlig sektor)

Det vil ikke være bærekraftig å yte service og tjenester på samme måte som i dag, noe som både krever endring i kommunens rolle og forståelse av innbyggerbegrepet. Nye arbeidsmetoder, nye samarbeidsformer, ny teknologi og nye løsninger forventes å gi noen av svarene på hvordan vi i fellesskap kan skape et mer bærekraftig samfunn i møte med aldringsutfordringene.

I hvor stor grad innovative tiltak knyttet til teknologi vil ha betydning for bærekraft er vanskelig å anslå, men det er mål om at:

- Det skal bidra til sette innbyggeren i stand til å utføre hele eller deler av tjenesten selv og gjøre at tjenestene i økende grad kan gis der folk bor.
- Det skal bidra til å styrke samhandlingen mellom brukeren, tjenesteyteren, pårørende og frivillige
- Det skal redusere behovet for administrative oppgaver og dermed frigjøre tid til reelle omsorgsoppgaver

Nettstedet [Ressursportalen.no](https://ressursportalen.no) inneholder informasjon om verktøy og andre ressurser som støtte i arbeidet med Leve hele livet. Det er flere ansatte i Hamar kommune som innehar kompetanse om ulike verktøy som er egnet i innovative prosesser. Det er et potensiale i å ta denne kompetansen mer i bruk, noe som vil være hensiktsmessig i planlegging og gjennomføring av tiltakene i handlingsplanen.

4. MÅL OG HOVEDSATSINGSOMRÅDER

Til grunn for målsettingene i handlingsplanen ligger både nasjonale hovedmål for reformen og ambisjoner i kommunens eget planverk.

Leve hele livet (Meld. St. 15 (2017-2018))

Reformen skal bidra til å:

- skape et mer aldersvennlig lokalsamfunn og bidra til at eldre kan mestre livet lenger å ha en trygg og aktiv alderdom
- bidra til å bedre kvaliteten i helse- og omsorgstjenesten til eldre

For kommunene handler det om å mobilisere bredt, samarbeide internt og eksternt. Alle sektorer må bidra for å skape et mer aldersvennlig samfunn.

4.1. Mål for handlingsplanen Leve hele livet i Hamar

På bakgrunn av kommunestyrets vedtak om å koble Leve hele livet til gjennomføring av kommuneplanen tar handlingsplanen utgangspunkt i målsettinger fra kommuneplanen, med hovedvekt på: I 2030 er Hamar en trygg og inkluderende kommune med rom for alle.

Hvor vil vi?

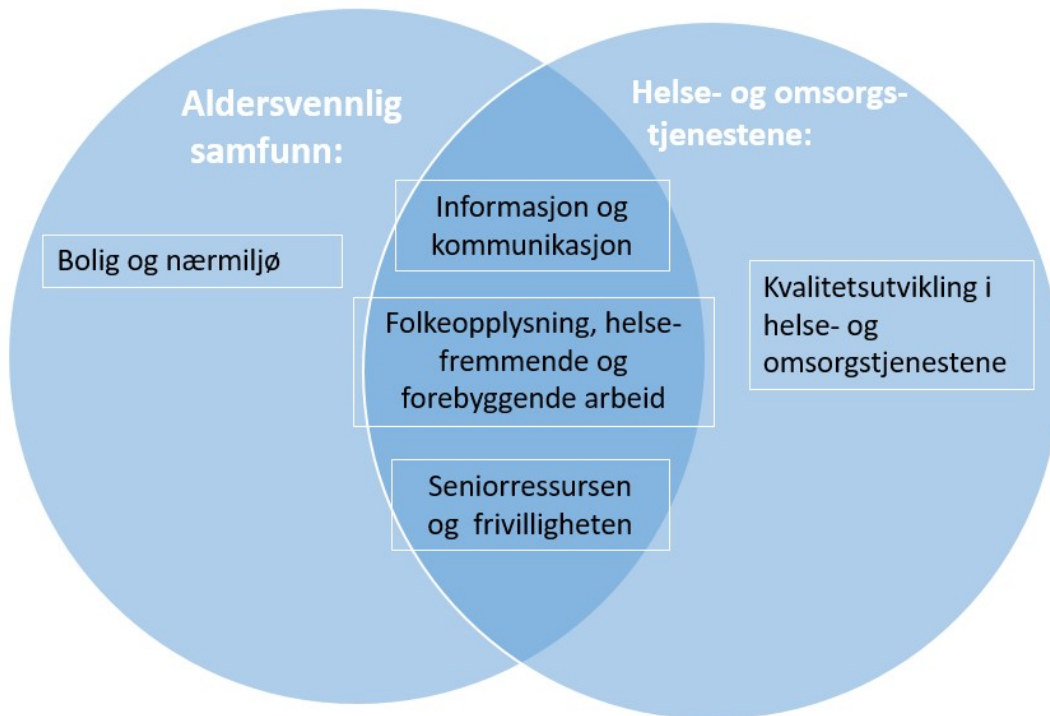
- Innbyggerne skal føle tilhørighet og delta aktivt i samfunnet, uavhengig av alder og sosial bakgrunn
- Fysiske omgivelser, digitale løsninger og kommunikasjonsløsninger er tilgjengelige for alle
- Innbyggerne skal være trygge på at kommunens tjenester er tilgjengelige og har god kvalitet

Hovedsatsingsområder for å oppnå dette:

1. Informasjon og kommunikasjon
2. Bolig og nærmiljø
3. Seniorressursen og samarbeid med frivilligheten
4. Folkeopplysning, helsefremmende og forebyggende arbeid
5. Kvalitetsutvikling i helse- og omsorgstjenestene

5. HANDLINGSDEL

Handlingsplanen viser hvilke tiltak kommunen vil gjennomføre for å nå målene kommunen har satt seg. Figuren illustrerer hvordan satsingsområdene har som formål å bidra både til et mer aldersvennlig samfunn og samtidig styrke kvaliteten i helse og omsorgstjenestene.



5.1. Overordnet planlegging

Kommunal planstrategi inneholder tre planoppgaver som representerer viktige anledninger for å utvikle politikk for realisering av intensjonen i Leve hele livet.

Planoppgaver	
Planarbeid: Revidere boligplan for Hamar Utvalg for velferd og helse har fått ansvar for å utarbeide en ny boligplan for Hamar kommune.	2021-2023
Temaplan – samhandling med frivilligheten Utvalg for næring og kultur har fått ansvar for planarbeidet og starter arbeidet 2022.	2022
Kommunikasjonsplan for Hamar kommune Arbeidet med kommunikasjonsplanen pågår. Planen legges fram for formannskapet som orienteringssak i 2022.	2022

5.2. Kommunikasjonskanaler for alle

I utviklingen av et aldersvennlig samfunn og tjenester med god kvalitet er informasjon, kommunikasjon og dialog med innbyggerne grunnleggende premisser. Ny teknologi gjør det mulig å delta på nye måter, men utviklingen kan også sette eldre utenfor felleskapet. Mange eldre, men langt fra alle bruker pc, nettbrett og smarttelefon. Det blir stadig færre ikke-digitale eldre, men gruppen omfatter fortsatt mange, og særlig i gruppen over 80 år. Det er ulike årsaker til at en del eldre ikke er digitale. Noen har helseutfordringer som gir dårlig syn eller sviktende hukommelse. Andre har ikke krefter til eller interesse av å lære seg noe helt nytt.

Digitalt utenforskap er en utfordring. Samtidig med at det tilrettelegges for å øke den digitale kompetansen blant eldre, har kommunene plikt til å sikre ikke-digitale løsninger for de som trenger det.

Hvor er vi?

Hamar kommune arbeider med en kommunikasjonsstrategi og ny hjemmeside. Dette er eksempler på relevante prosjekter for å tilpasse informasjonen og løsninger til de som skal bruke dem. Innbyggerdialog er en satsing for å se løsningene for kontakt med innbyggerne og selvhjelpsløsninger samlet. For kommunen er dette viktige anledninger til å utvikle gode løsninger som kan bidra slik målene for Leve hele livet legger opp til. Klarspråk og universell utforming er viktige virkemidler.

Biblioteket, servicekontoret, frivilligsentralen og seniorsenteret er eksempler på arenaer som tilbyr opplæring i bruk av digitale løsninger.

Frivilligsentralen vil i samarbeid med servicekontoret og frisklivssentralen utgi en brosjyre med opplysning om tilbud til gruppen 65+.

Hvor vil vi?

- Innbyggerne føler tilhørighet og deltar aktivt i samfunnet, uavhengig av alder og sosial bakgrunn
- Fysiske omgivelser, digitale løsninger og kommunikasjonsløsninger er tilgjengelige for alle
- Innbyggerne er trygge på at kommunens tjenester er tilgjengelige og har god kvalitet

Kommuneplanen vektlegger også betydningen av innovasjon og digitale løsninger.

Hvordan kommer vi dit?

Tiltak	Framdrift/ tidsramme
<p>Digihjelp Hamar Digihjelp er et fast lavterskel veiledningstilbud hvor innbyggere med liten eller ingen digital kompetanse kan få veiledning for å finne fram til informasjon de trenger og ta i bruk selvhjelpstjenester. Biblioteket, frivilligsentralen og servicekontoret samarbeider om Digihjelp i Hamar.</p>	2022
<p>Lage undervisningsopplegg om Leve hele livet Formål med tiltaket er å bidra til økt kompetanse hos samarbeidspartnere og i kommuneorganisasjonen om bakgrunnen for reformen, målsettinger og tiltak/tiltaksutvikling. Med økt kompetanse kan flere bidra til realisering av intensjonene i reformen gjennom planlegging og annet utviklingsarbeid.</p>	2022
<p>Temaside – Leve hele livet På kommunens hjemmeside er det en temaside om Leve hele livet. Formålet er å videreutvikle denne med informasjon om reformen og tips til hva den enkelte selv kan gjøre for å mestre livet lenger og ha en trygg og aktiv alderdom. Det handler om å formidle informasjon som kan bidra til at eldre innbyggere holder seg friske lenger, lever bedre med kronisk sykdom og kan bo hjemme lengst mulig. Råd om levevaner, informasjon om aktivitetstilbud mm. inngår i dette.</p>	Løpende

5.3. Bolig og nærmiljø

Boligens utforming er viktig for å kunne leve et selvstendig og godt liv. Hvor boligen ligger har i tillegg betydning for mulighetene for sosialt fellesskap, tilgang til naturopplevelser, tjenester, butikker, kollektivtransport mm. (KS 2020: Håndbok i aldersvennlig lokalsamfunn). Nærmiljøets betydning øker i eldre år.

Tilrettelegging av egen bolig er et av de viktigste tiltak innbyggerne selv kan bidra med. I en undersøkelse av hvordan innbyggere i aldersgruppen 50-71 år vurderer boligen sin svarer over halvparten at den er dårlig eller svært dårlig tilpasset personer med bevegelseshvanser. Samtidig er en av fire skeptisk til å gjøre noe med situasjonen. (NIBR og HIOA 2017: Lytt til senioren!)

Hvor er vi?

I tillegg til arbeidet med en ny boligplan for Hamar har kommunen virkemidler i arealplanprosesser for utforming av aldersvennlige nærområder og boliger.

Videreutvikling av «Mjøsfronten» med møteplasser og aktivitetstilbud er eksempel på et prosjekt hvor målene for Leve hele livet bør legges til grunn. Arbeid med ny trafiksikkerhetsplan og prosjektet «Smart vinterveg» forventes å inneholde tiltak for fall-/ulykkesforebygging.

For innbyggere som kontakter kommunen om utbedring av egen bolig har kommunen en tverrfaglig boligrådgivningsgruppe som bistår med veiledning om tiltak og muligheter for å søke Startlån og andre ordninger fra Husbanken. I 2021 arrangerte kommunen et folkemøte om boligtilpasning og velferdsteknologi.

Nærmiljø er viktig for Eldres livskvalitet. Blant pågående nærmiljøprosjekter er parsellhage på Domkirkeodden og Finsal sanse- og skolehage eksempler på møteplasser som åpner for nettverksbygging, generasjonsmøter og inkludering. Disse etableres i samarbeid mellom frivilligheten, andre lokalsamfunnsaktører og kommunen.

Hvor vil vi?

- Innbyggerne føler tilhørighet og deltar aktivt i samfunnet, uavhengig av alder og sosial bakgrunn
- Fysiske omgivelser, digitale løsninger og kommunikasjonsløsninger er tilgjengelige for alle
- Innbyggerne er trygge på at kommunens tjenester er tilgjengelige og har god kvalitet

Kommuneplanen vektlegger også betydningen av møteplasser, trafiksikkerhet og opprustning av gater, plasser og torg.

Hvordan kommer vi dit?

Tiltak	Framdrift/tidsramme
<p>Tilrettelegging av egen bolig Kommunen vil gjennomføre et utviklingsprosjekt for å forbedre tilbudet til innbyggere som ønsker å tilrettelegge egen boligen for alderdommen, slik at innbyggere som ønsker det får veiledning om aktuelle tiltak og finansieringsordninger. I prosjektet er det behov å finne fram til et kontaktpunkt, gode rutiner, samarbeid og ansvarsavklaring i kommunen og å utvikle informasjonstiltak og -materiell til innbyggerne. Det er også aktuelt å undersøke i hvilken grad relevante aktører i næringslivet er interessert i samarbeid med kommunen om et bedre tilbud til innbyggere som ønsker seg en aldersvennlig bolig.</p>	2022
<p>Nærmiljøkvaliteter - Seniortråkk Seniortråkk er en medvirkningsmetode hvor eldre involveres i kartlegging av nærmiljø som grunnlag for utvikling av aldersvennlig samfunn.</p> <p>Eldrerådet inviteres til å kartlegge nærområder i bydeler/ grendesentre. Kartleggingen gir et kunnskapsgrunnlag for Eldrerådet og for kommunen om behov for tiltak for å gjøre samfunnet mer aldersvennlig, eksempelvis grunnlag for trafiksikkerhetsplan, tiltak i regi av By, miljø og arbeid (Bydrift) eller som medvirkning i arealplanlegging for et område.</p>	2022
<p>Universell utforming - kompetanseheving og bevisstgjøring Kommunen arrangerer et internseminar om universell utforming generelt, med fordypning på utvalgte tema, eksempelvis bolig, offentlige bygg, uteområder eller informasjon og kommunikasjon. Det kan være aktuelt å invitere nabokommuner til samarbeid om tiltaket.</p>	2022

5.4. Seniorressursen og samarbeid med frivilligheten

Begrepet seniorressursen handler om å ta i bruk og stimulere den ressursen pensjonister representere, bl.a. innen frivillige organisasjoner og som enkeltpersoner. Aktiviteter i regi av frivillige organisasjoner og frivilligsentralen representerer viktige tilbud om aktivitet, opplevelser og fellesskap med eldre som målgruppe.

Ensomhet blant eldre relatert til endringer i livssituasjon, tap av partner, endret helsetilstand og funksjonsnivå begrunner innsatsområdet aktivitet og fellesskap i stortingsmeldingen.

Hvor er vi?

I Hamar finnes et rikt tilbud av frivillige organisasjoner hvor befolkningen kan være frivillige eller delta på tilbud i regi av organisasjonene og frivilligsentralen. De deltar også som frivillige engasjert av kommunen som kulturhusvenner, i Home Start (frivillige bidrar i barnefamilier som trenger hjelp og støtte) og venneforeninger ved omsorgssentrene.

Kommunen bidrar med tilrettelegging for frivilligheten gjennom ulike tilskuddsordninger som frivillige organisasjoner kan søke på. Kommunen arrangerer frivillighetsmønstring hvor organisasjonene informerer om sine aktiviteter til publikum, rekrutterer frivillige og møter andre organisasjoner. Folkemøter og pensjonistmesse som er tiltak i handlingsplanen er også arenaer med muligheter for rekruttering.

Arbeidet med en temaplan for samarbeid med frivilligheten blir en viktig anledning til å nedfelle intensjonene fra Leve hel livet i en politisk plan. I dette arbeidet skal ensomhet i hamarsamfunnet og aktuelle tiltak bli vurdert.

I kommunedelplan for helse- og omsorg har kommunen satt seg som mål å styrke samarbeidet med frivilligheten. Det er allerede et utstrakt samarbeid mellom helse og omsorg og frivilligsentralen, frivillige organisasjoner og enkeltpersoner. Dette er viktige supplementet til kommunens tjenester. Frivillige bidrar bl.a. med aktiviteter og møteplasser i helse- og omsorgssentrene. Slik blir sentrene arenaer for kontakt mellom ulike deler av frivilligheten og mellom frivilligheten og pårørende, med potensiale for videre utvikling.

Hvor vil vi?

- Innbyggerne føler tilhørighet og deltar aktivt i samfunnet, uavhengig av alder og sosial bakgrunn
- Fysiske omgivelser, digitale løsninger og kommunikasjonsløsninger er tilgjengelige for alle
- Innbyggerne er trygge på at kommunens tjenester er tilgjengelige og har god kvalitet

Kommuneplanen vektlegger også betydningen av deltakelse, møteplasser, aktive og sunne liv.

Hvordan kommer vi dit?

	Tiltak	Framdrift/tidsramme
1.	<p>Prosjektet modellutvikling for styrket samhandling med frivilligheten</p> <p>Formålet med prosjektet for å utvikle en modell for styrket samhandling, bedre koordinering og systematikk i samarbeidet mellom frivilligheten og Helse og omsorg. Statsforvalteren bidrar med kr. 300.000 i tilskuddsmidler til utviklingsarbeidet.</p>	2022
2.	Se tiltakene i avsnitt 5.5 om folkemøter og seniormesse.	
3.	Se tiltak i avsnitt 5.2 om undervisningsopplegg om Leve hele livet til internt og eksternt bruk.	

5.5. Folkeopplysning, helsefremmende- og forbyggende arbeid

Helsefremmende og forebyggende arbeid omhandler både samfunnsmessige og individuelle forhold. Det handler om å fremme helse og trivsel og motvirke risiko for sykdom.

Kunnskapsoppbygging, råd og veiledning for at den enkelte skal bruke mestringressursene i seg selv og i omgivelsene er viktig i møte med alderdommen, - både for den enkeltes helse og livskvalitet og for bærekraften i samfunnet.

Stortingsmeldingen om Leve hele livet peker på at eldre ikke får tilstrekkelig bistand til å forebygge sykdom og funksjonssvikt. Tap av funksjon og egenomsorgsevne fanges i mange tilfelle opp for sent. Det blir først gitt et tjenestetilbud når den eldre selv, pårørende eller andre henvender seg til kommunen med behov for hjelp i forbindelse med sykdom og funksjonsfall. Eldre som kan ha nytte av forebyggende tiltak i form av for eksempel frisklivs- og mestringstilbud og lettere psykisk støtte, får sjelden slik oppfølging.

Forebygging er viktig i alle grupper eldre enten de tilhører de som lever et aktivt liv uten helseproblemer, de eldes normalt med en eller flere sykdommer eller personer med fremskrevet aldring. Særlig stort er likevel forebyggingspotensiale før 75- års alder.

I dagens samfunn blir vi stadig eksponert for påstander og informasjon om kropp og helse av varierende kvalitet gjennom media, reklame og sosiale medier. Ikke sjelden kan man møte motstridende informasjon. Informasjonen kan også være lite brukertilpasset og vanskelig å forstå. Behovet for tilgjengelig og lett forståelig helseinformasjon er økende for å kunne ta viktige beslutninger for egen helse. En nylig utgitt rapport om helsekompetansen i befolkningen viser lav score for aldersgruppen 65+ både for helsekompetanse generelt og ferdigheter til å ivareta egen helse gjennom digitale tjenester og kanaler. (Rapport IS-2959, Helsedirektoratet 2021)

Hvor er vi?

Hamar har hatt god erfaring med å arrangere åpne folkemøter for å motivere befolkningen til å planlegge egen alderdom når det gjelder bolig, nettverk og aktiviteter. Høsten 2021 har det vært folkemøter med temaene: bolig og velferdsteknologi, aktivitet og fellesskap.

Gjennomsnittsalderen for de som har kommet på disse arrangementene har vært høy.

Forebyggende tiltak for mennesker med demens er etablert gjennom samarbeidet med Nasjonalforeningen for folkehelsen for å skape et mer demensvennlig samfunn. Den høye forekomsten av demens tilsier behov for økt satsing.

Tilbakemeldinger kan tyde på at innbyggere som befinner seg i en situasjon der det kan være aktuelt å søke om helse og omsorgstjenester opplever den informasjonen de får gir for lite oversikt over hvilke tilbud som finnes og hva de skal gjøre for å skaffe seg

Hvor vil vi?

- Innbyggerne føler tilhørighet og deltar aktivt i samfunnet, uavhengig av alder og sosial bakgrunn
- Fysiske omgivelser, digitale løsninger og kommunikasjonsløsninger er tilgjengelige for alle
- Innbyggerne er trygge på at kommunens tjenester er tilgjengelige og har god kvalitet

tjenesten. Det er behov for enhetlige rutiner og tydelig struktur for «veien inn til tjenestene. Utvikling av søknadsskjema som er mer forståelige og lettere å fylle ut vil være en del av arbeidet med kommunenes nye web- løsning.

Hvordan kommer vi dit?

	Tiltak	Framdrift/tidsramme
	<p>Folkemøter Formålet med folkemøtene er stimulere befolkningen til å planlegge egen alderdom på ulike livsområder. Eldrerådet og brukerrådet er samarbeidspartnere.</p>	2022-2023
	<p>Seniormesse Formålet er å stimulere innbyggerne til å begynne planlegging av egen alderdom tidlig nok, samt å gi tips og råd som kan bidra til god mestringsevne for de som allerede er i aldersgruppen 65+. Arrangementet skal ha en messedel og en opplevelsesdel med inspirasjonsforedrag</p> <p>Nabokommunene inviteres til samarbeid.</p>	2022
	<p>Økt satsing på demensvennlig samfunn Hamar kommune og Nasjonalforeningen for folkehelsen har inngått et samarbeid om å gi tilbud om opplæring til servicenæringer, kommunalt ansatte og frivillige organisasjoner om hvordan møte personer med demens med forståelse, respekt og støtte. Dette skal bidra til at personer med demens får den hjelpen de trenger og kan delta i aktiviteter.</p>	2022
	<p>Innbyggerens møte med kommunen ved behov for tjenester fra Helse- og omsorg Tiltaket handler om innbyggerens møte med når behov/mulige behov for helse og omsorgstjenester oppstår. Det handler om informasjon, dialog og veiledning, innhold i og utforming av søknadsskjema for helse- og omsorgstjenester, behandling av søknader og tjenestetilbudet.</p> <p>Medvirkning, tverrfaglig samarbeid og tjenestedesign er viktige bidrag i arbeidet. Tiltaket er også en pilot for å teste ut skjemaløsninger i kommunes nye web-løsning.</p>	2022

5.6. Kvalitetsutvikling i helse- og omsorgstjenestene

Å sikre kvalitet i kommunens helse og omsorgstjeneste handler om å sette nasjonale krav, føringer og forventinger inn i en lokal kontekst, altså at de innenfor rammen av det som anses som nødvendig og faglig forsvarlig tilpasses lokale behov og prioriteringer. Stortingsmeldingen om leve hele livet viser til at finnes eksempler på gode løsninger i kommunene, men at disse deles i for liten grad.

Kommunen er gjennom helse- og omsorgstjenesteloven pålagt å drive systematisk kvalitetsforbedring og arbeide med pasientsikkerhet. Sentralt i dette arbeidet er å ta utgangspunkt i hva som oppleves viktig for den enkelte bruker både i planlegging og gjennomføring av tjenestetilbudet. Stortingsmeldingen legger opp til mer personsentrert omsorg. Den enkeltes ressurser, behov og ønsker skal være tilstrekkelig kartlagt før tildeling av tjenester. Hva som oppleves viktig for den enkelte skal være det sentrale utgangspunkt i hele pasientforløpet.

Hvor er vi?

Retningsvalget som kommunen har tatt gjennom kommunedelplan Helse og omsorg 2018 - 2030 er i stor grad i samsvar med innsatsområdene i Leve hele livet reformen. I det pågående utviklingsarbeidet er det allerede etablert en rekke tiltak innenfor innsatsområdene aktivitet og fellesskap, mat og måltider, helsehjelp og sammenheng i tjenestetilbudet. En sentral del av arbeidet med Leve hele livet vil derfor være å benytte systematisk kvalitetsforbedring som metode i arbeid med igangsatte tiltak som det er behov for å videreutvikle og/ eller styrke.

Den delen av Helse og omsorg som omfatter institusjonstjenesten er i gang med å implementere gode verktøy for sikre personsentrert omsorg. Også i hjemmetjenesten er et tilsvarende arbeid i ferd med å starte opp.

En kjerneløsning for velferdsteknologi er nå på plass. Plattformen danner grunnlaget for å bruke velferdsteknologi som en del av et individuelt tilpasset tjenestetilbud. Systematisk kartlegging for å vurdere om teknologien kan bidra til å fremme trygghet, selvstendighet og mestring for den enkelte er en viktig del av arbeidet for å sikre tjenester med god kvalitet. Velferdsteknologiske løsninger er også viktige verktøy i arbeidet med sette kommunen i stand til å møte morgendagens helse- og omsorgsutfordringer og å bruke tilgjengelige ressurser best mulig.

Den årlige overordnede kompetanseplanen inneholder en struktur for målrettet og helhetlig planlegging for å anskaffe, utvikle og mobilisere kompetanse i inneværende år. I tillegg skal det utarbeides en strategisk kompetanseplan som skal bidra til å sikre en fremtidsrettet og planmessig utvikling av tjenestene i et lengre perspektiv.

Hvor vil vi?

- Innbyggerne føler tilhørighet og deltar aktivt i samfunnet, uavhengig av alder og sosial bakgrunn
- Fysiske omgivelser, digitale løsninger og kommunikasjonsløsninger er tilgjengelige for alle
- Innbyggerne er trygge på at kommunens tjenester er tilgjengelige og har god kvalitet

Hvordan kommer vi dit?

Tiltak	Framdrift/tidsramme
<p>Systematisk kvalitetsforbedring Anvende forbedringsmetodikk for å styrke kvaliteten innenfor innsatsområdene:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aktivitet og fellesskap, • mat og måltider, • helsehjelp, • sammenheng i tjenestetilbudet. 	2022-2023
<p>Systematisk arbeid med å styrke personsentrert omsorg Personsentrert omsorg representerer en omsorgsfilosofi som innebærer systematisk arbeid med hvordan møte den enkelte pasient og bruker som et helt og unikt menneske. Hva som er viktig for den enkelte er det sentrale utgangspunkt. Ulike verktøy skal tas i bruk arbeidet med holdninger, ledelse, brukermedvirkning og kontinuitet i tjenestetilbudet.</p>	2022-2023
<p>Anvende velferdsteknologi der det har nytteverdi Formålet med tiltaket er å effektivisere og øke kvaliteten på tjenestene samt øke brukernes muligheter for egenmestring</p>	2022-2023
<p>Utarbeide strategisk kompetanseplan for helse- og omsorgstjenestene Den strategiske kompetanseplanen (2022 -2030) skal bidra til å sikre en fremtidsrettet og planmessig utvikling av tjenestene. Planen skal bidra til å beholde, utvikle og nyttiggjøre eksisterende kompetanse og påpeke behov for rekruttering av personell med kompetanse som mangler.</p>	2022
<p>Digitale kulturopplevelser for beboere i omsorgsboliger og sykehjem Det er over tid arbeidet med å legge til rette for at eldre i institusjon og omsorgsboliger skal oppleve hverdager med aktivitet og innhold. For å styrke dette område ytterligere er det nå ønskelig å tilby beboerne mulighet til å følge med på kulturelle aktiviteter som skjer i det offentlige rom via direkte TV- overføring. Overføringen fra arrangementer skal gjøres til alle offentlig tilknyttede TV- mottakere via egen internkanal</p>	2022

6. GJENNOMFØRING, ØKONOMISKE OG ADMINISTRATIVE KONSEKVENSER

6.1. Forberedende arbeid for tiltaksgjennomføring

Det skal utarbeides en framdriftsplan tilpasset hvert tiltak med milepæler, aktiviteter, tidspunkt for gjennomføring og hvem som skal involveres. Tiltak for innbyggerinvolvering og samskappingsprosesser vurderes i planleggingen. Samarbeidet kan omfatte både frivillig sektor, næringsliv og andre aktører i sivilsamfunnet. Beskrivelse av gevinster er en del av planlegging, gjennomføring og evaluering av det enkelte tiltak.

Verktøy/metodikk og kompetanse er viktige forutsetninger for å lykkes. På nettstedet [Ressursportalen.no](https://ressursportalen.no) presenterer verktøy for analyse og planlegging av Leve hele livet og Aldersvennlig samfunn. Den kompetansen som organisasjonen besitter om innovasjon skal benyttes.

Bylab kan være en aktuell arena for dialog og medvirkning i arbeidet. I planlegging og gjennomføring av tiltak skal det også vurderes å invitere yngre innbyggere som «morgendagens eldre» og som pårørende.

6.2. Økonomiske konsekvenser

Det er ikke avsatt noen økonomiske midler til gjennomføring av Leve hele livet verken fra staten eller i Hamar kommune. De fleste tiltakene forventes å kunne gjennomføres innen gjeldende rammer. Tiltak med økonomiske konsekvenser er lagt inn i tabellen under. Finansieringen vurderes i det årlige budsjettarbeidet og HØP-prosessen (handlings og økonomiplan).

Det er søkt Statsforvalteren i Innlandet om skjønnsmidler til arbeid med gjennomføring av reformen. Tildeling av skjønnsmidler forutsetter egenandel fra kommunen.

Det er en forutsetning fra staten at kommuner som omstiller seg i tråd med reformen vil bli prioritert i en rekke tilskuddsordninger.

Tiltak	Økonomi
Utbedring/tilpasning av bolig	Søknad skjønnsmidler kr. 575 000
Universell utforming, internseminar	Kr. 60.000,-
Seniormesse	Søknad om skjønnsmidler kr. 325 000
Folkemøter	Kr. 30.000
Samarbeid med frivilligheten, modellutvikling	Tilskuddsmidler fra Statsforvalteren: kr. 300.000
Digitale kulturopplevelser for beboere i omsorgsboliger og sykehjem	Søknad om skjønnsmidler kr. 500.000

