

Leve hele livet

Helsereformen Leve hele livet har satt fokus på 5 innsatsområder som kommunene skal jobbe med:

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

1. Aldersvennlig Norge

| Tiltak | Hva | Hvem |
|--|--|--|
| Seniordagen | Vise frem tjenester, v.tek, brannvern mm. | Helse og omsorgstjenesten i samarbeid med brannvesen og andre aktuelle aktører |
| Stand på Stav | Vise frem aktuelle ting, som velferdsteknologi | Øyer kommune |
| Turstier i Øyer - Aronsvestranda, Stavsjordet, Moksaparken, (strandpromenaden), DNT-runde rundt Bakketun | Turstier som er enkelt tilgjengelige for alle; enten som kan gås med rullator/barnevogn/ rullstol, er vinterbrøytet og/ eller opplyst. | Øyer kommune, i samarbeid med private aktører |
| Trygg hjemme | Samarbeidsprosjekt for å bedre brannsikkerheten hos hjemmeboende. | Øyer kommune og brannvesenet |
| Felles råd for eldre og personer med nedsatt funksjonsevne | Høringsinstans i ulike sammenhenger. | Representanter fra kommunen og ulike råd. |
| Småjobbsentralen | Tilbyr hjelp til de som trenger det. | Øyer-Tretten Frivilligsentral? |

2. Aktivitet og fellesskap

| Tiltak | Hva | Hvem |
|--|--|--|
| Besøksvenn | Frivillige som besøker de som ønsker det fast. | Øyer-Tretten Frivilligsentral |
| Aktivitetsvenn for personer med demens | Frivillige som kan bidra med aktiviteter for personer med demens. En fast på Bakketun hver lørdag og søndag. | Øyer-Tretten Frivilligsentral |
| Inn på tunet | Aktivitetstilbud i gårdsmiljø | Inn på tunet Innlandet |
| Seniordans | Dans for de som ønsker det. Foregår også på Bakketun. | Godfoten i Øyer og Tretten seniordans |
| Seniorteater | Teater for de som ønsker det | Lillehammer og Øyer seniorteater - egen forening |
| Seniorkor | Kor for de som ønsker det. Opptreter også på Bakketun og sykehjemmet. | Øyer kulturskole |
| Ullsokken | Kaffe, sosialt samvær og strikking/håndarbeid hver uke | Øyer-Tretten Frivilligsentral |
| Furumotreffen | Annenhver uke, sosialt treff for beboere på Furumo og andre | Saniteten/ Øyer-Tretten Frivilligsentral? |
| Syng med oss | Allsang på Øyer helsehus annenhver uke | Frivillige |
| Syng med oss Bakketun | Allsang på Bakketun bosenter første tirsdagen i måneden. | Frivillig i samarbeid med aktivtør |
| Formiddagstreff | På Øyer helsehus, en gang i måneden | Diakonutvalget |

Fakta om reformen:

Reformen Leve hele livet 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 helsehjelpen de trenger når de har behov for den

- 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 faglig god jobb

Målgruppen er eldre over 65 år, både de som bor hjemme og de som bor i institusjon. Dette er en målgruppe med ulike forutsetninger og store variasjoner i behov og ønsker.

Reformen er særlig rettet mot helse- og omsorgssektoren, men alle sektorer må bidra for å skape et mer aldersvennlig samfunn hvor eldre kan være aktive og selvstendige.

Kjernen i Leve hele livet kan samles i noen hovedtema, som til sammen vil bidra til å gi eldre og deres pårørende økt glede, livskvalitet og trygghet i hverdagen:

Muligheten til å velge

Leve hele livet er en reform for større valgfrihet. Den skal gi den enkelte større mulighet til å velge tjenesteyter (hvem), medvirke til innholdet i tjenestetilbudet (hva), på hvilken måte den ytes (hvordan) og på hvilket sted og tidspunkt tjenesten gis (hvor og når).

Matglede for de eldre

Leve hele livet er en reform for større matglede, enten du bor hjemme eller du er på sykehjem eller sykehus. Den skal gjøre måltidet til en begivenhet i hverdagen, sørge for flere måltider gjennom døgnet og sikre god ernæring med gode kokker og lokale kjøkken.

De eldres helse- og omsorgstjeneste

Leve hele livet er en reform for å skape de eldres helse- og omsorgstjeneste, der det viktigste spørsmålet er: Hva er viktig for deg? Den skal gi trygghet for å få hjelp når en trenger det. Den skal invitere til aktivitet og deltakelse og gi bistand til selv å mestre hverdagen til tross for sykdom og funksjonstap.

Pårørendeomsorg

Leve hele livet er en reform for pårørende. Den skal vise omsorg for de som yter omsorg, og ta vare på de som tar vare på sine nærmeste, slik at de ikke sliter seg ut. Den skal legge til rette for tettere samarbeid om felles oppgaver mellom pårørende og helse- og omsorgstjenesten.

Alternative arbeidsordninger

Leve hele livet er en reform for alle som gjør jobben i helse- og omsorgstjenesten. Den skal inspirere til å finne nye arbeidsordninger og ta i bruk ny teknologi, nye metoder og nye løsninger. Den skal utfordre til å organisere seg slik at det blir større kontinuitet i tjenestetilbudet, med mykere overganger og færre å forholde seg til for dem som mottar tjenester.

| | | |
|---|---|--|
| Besøk av barn | Elever fra barneskolene, barnehagen og kulturskolen besøker Øyer helsehus og Bakketun - noen faste og noen ved anledninger eller sporadisk. | Øyer kommune og de private barnehagene |
| Innsats for andre | Valgfag på ungdomsskolen | Øyer kommune |
| Blomsterdamene | Vanner blomster på Øyer helsehus og Bakketun | Øyer-Tretten Frivilligsentral |
| Fritidsaktiviteter for økt livskvalitet | Prosjekt, yngre hjemmeboende med demens - tett aktivitetsoppfølging. | Demenskoordinator/ demensteam. |
| Pårørendeforeningen Øyer helsehus | Arrangerer treff og utflukter for de som bor på Øyer helsehus. | Pårørende på helsehuset |
| Bakketuns venner | Venneforening som arrangerer vårfest, ost/kjeks/vin/spill-kveld, sommerfest, høstfest, vaffelsteking, julebord mm. for de som bor på Bakketun | Frivillige rundt Bakketun |
| Lørdagskaffe på Bakketun | En lørdag i måneden. | Saniteten |
| Tur til vegmuseet (Bakketun) | En gang i året | Demensforeningen |
| Tur i Øyerfjellet (Bakketun) | Med minibuss og biler en gang i året | Lions |
| Amcartur (Bakketun) | Kjøretur i amcar-biler en gang i året. | Frivillige |
| Friskis og svettis | Trening for alle x 3 per uke | Friskis og Svettis |
| Øyer-Tretten Frivilligsentral | Organiserer frivillige som ønsker å bidra på ulike måter, til ulike aldersgrupper og behov. | Øyer-Tretten Frivilligsentral |
| AKTIV i 100 | Nærturgruppe for seniorer på mandager, åpen for alle som ønsker å delta. | DNT (Den norske turforening) |
| Trim og tur | Turer på dagtid onsdager for alle som ønsker å delta. | LHL Lillehammer og Øyer |
| Gåtur | Turer i lett og variert terreng på dagtid onsdager for alle som ønsker å delta. | Øyer og Tretten revmatikerforening. |
| Vaffelkafe | Treff for de som vil, på biblioteket i Øyer en gang i måneden. | Øyer-Tretten Frivilligsentral |

3. Mat og måltider

| Tiltak | Hva | Hvem |
|----------------------|---|-------------------------------|
| 4 måltider | Øyer helsehus serverer fire måltider gjennom dagen for å unngå for lange fasteperioder i løpet av et døgn. Middagen serveres kl 16. | Øyer helsehus |
| Ernæringskartlegging | Helse og omsorg har rutiner for å kartlegge og avdekke fare for underernæring, jf statlige retningslinjer | Helse og omsorg, Øyer kommune |
| Planleggingsmøte | Tjenesteleder, avdelingsledere og kjøkkensjef har fast møte hver mandag. | Øyer helsehus |
| Lokalt kjøkken | Sykehjemmet har eget kjøkken som produserer fersk mat til helsehuset og hjemmeboende som ønsker det. | Øyer helsehus |
| Utkjøring mat | Maten som produseres på kjøkkenet på Øyer helsehus kan kjøres hjem til de som ønsker det. | Frivillige |
| Bra mat-kurs | For de som ønsker å leve litt sunnere | Frisklivssentralen |

4. Helsehjelp

| Tiltak | Hva | Hvem |
|---------------------------------------|--|--|
| Hverdagsrehabilitering | Kortvaring intensiv hjemmetrening, utført av hjemmetrenerne. | Helse og omsorg, Øyer kommune |
| Velferdsteknologi og integrasjon | Fokus på at gode velferdsteknologiske løsninger for brukerne også blir integrert og enkel del av dokumentasjonen. | Øyer kommune i samarbeid med andre kommuner og leverandører. |
| Lavterskel dagtilbud for hjemmeboende | Sosialt samvær, underholdning, tilbud om å kjøpe mat og gruppetrening for hjemmeboende, uavhengig av diagnose. | Øyer kommune i samarbeid med frivillige |
| Friskliv senior | Trening tilpasset de over pensjonistalder, for å bli sterkere og opprettholde eller bedre balansen. Kaffe og sosialt samvær i tillegg. | Frisklivssentralen |
| Akuttsekk i hjemmetjenesten | Ansatte i hjemmetjenesten har en akuttsekk i bilen, som er med inn til brukere med risiko. | Hjemmetjenesten |
| Fastlegesykepleier i hjemmetjenesten | En sykepleier per fastlege som følger opp felles brukere med tanke på medisiner mm. | Sykepleiere i hjemmetjenesten i samarbeid med fastlegene. |

5. Sammenheng

| Tiltak | Hva | Hvem |
|--|---|---|
| TID | Tverrfaglig Intervensjonsmodell ved utfordrende atferd ved Demens | Demenskoordinator, kursledere, lege og andre ansatte |
| Hva er viktig for deg? | I våre kartleggingsverktøy er spørsmålet "hva er viktig for deg" obligatorisk. | saksbehandlere og tjenesteutøvere i kommunene |
| KOMP PRO | Prosjekt i ulike brukergrupper, demens, psykisk helse og rus mf. | Velferdsteknologisk prosjekt |
| Dagtilbud til hjemmeboende med demens | Transport, frokost, dagaktivitet og middag til hjemmeboende med demens, som et ledd i å utsette behovet for institusjonsplass og som avlastning for pårørende. | Lovpålagt tilbud, men et veldig viktig ledd i å utsette behovet for institusjonsplass |
| Pårørendeskole | Et undervisningstilbud til pårørende til en person med demens. | Demensekoordinator i samarbeid med fagnettverket i HSG. |
| Primærkontakter | En person som kontaktperson for brukere som mottar tjenester | Alle tjenester |
| Tverrfaglige samarbeidsmøter | Ukentlige møter mellom tjenesteytere i sykehjem og hjemmetjeneste | Sykehjem, hjemmetjenesten, fysioterapeut, ergoterapeut, demenskoordinator |
| Tildelingsteam/ vurderingsteam - tildelingsenhet | Holder tak i samarbeidet med pasienter inn og ut av sykehjem, sykehjem mm. Tverrfaglig vurdering. | Sykepleiere og ergoterapeut i Øyer kommune |
| Kompetanseheving | Gjensidig avtale mellom kommunen og Sykehuset Innlandet om samarbeid om forskning, innovasjon, utdanning og kompetanseoverføring. Sikrer undervisning for tjenestene, hopspitering ved behov og tilgang til/medansvar for Kompetansebroen i regi av SI. | Sykehuset Innlandet og Øyer kommune |

| | | |
|---------|--|---|
| SAM-AKS | Samhandlingsprosjekt mellom avdeling for alderpsykiatri og Øyer helsehus, i enkeltsaker. | Ressursenheten for demens Sanderud og Øyer helsehus |
|---------|--|---|