



Helse- og velferdsplan

2022 - 2026



Foto: Kai Røen

Sammen for helse og velferd i Alvdal

Sak 22/972: Vedtatt i kommunestyret 01.09.22

Innholdsfortegnelse

Forord	2
Sammendrag	4
Innledning.....	5
Formål og målgruppe.....	6
Nasjonale føringer	7
Regionale føringer	7
Lokale føringer	7
Om prosessen	8
Medvirkning	8
Frivilligheten	12
Mål 1: Aldersvennlig samfunn for alle aldre	14
Overordnet mål	14
Innspill fra innbyggerdialog	14
Mål 2: Aktivitet og fellesskap	17
Overordnet mål	17
Innspill fra innbyggerdialog	17
Mål 3: Mat og måltider	19
Overordnet mål	19
Innspill fra innbyggerdialog	19
Mål 4: Helsehjelp	20
Overordnet mål	20
Innspill fra innbyggerdialog	20
Mål 5: Sammenheng i tjenesten	21
Overordnet mål	21
Innspill fra innbyggerdialog og spørreundersøkelse	21
Klima og energi.....	22

Forord

Det skal være godt å leve og bo i Alvdal. Det vil alltid være vårt mål at innbyggerne i alle aldre skal ha muligheten til å leve gode liv.

Å kunne føle seg trygg og ivaretatt i alle livets faser er ingen selvfølge, og det er viktig at vi alle spiller på lag.

Vi blir stadig flere eldre i samfunnet vårt. Jeg ønsker å se på det som en stor mulighet – ikke et problem. De eldre blir stadig eldre, og de er også sprekere enn før. De er en stor ressurs og vil fortsatt være en veldig viktig brikke i vår stadig travlere hverdag.

Likevel må vi forstå at befolkningsframskrivingen gir oss utfordringer, og vi må legge om måten vi driver en kommune. Og det er viktig at vi er fremtidsrettet og framme i skoa, derfor blir denne planen et viktig verktøy for alle.

Mona Murud
Ordfører

Sammendrag

Helse- og velferdsplanen i Alvdal gjelder hele livsløpet, fra barn til gammel. Vi står foran et paradigmeskifte, et skifte i måten å tenke på som er av betydelig størrelse og rekkevidde. Når planen nå skal omsettes i praksis, har vi et ansvar for å være nytenkende, og ikke blir hengende fast i gamle forestillinger om hvordan helse og velferd best kan organiseres og drives. Pandemien har vist oss at vi har endring- og omstillingsevne.

Planen er bygget opp rundt Stortingsmelding 15, kvalitetsreformen «Leve hele livet» med sine innsatsområder; *Aldersvennlig samfunn, aktivitet og fellesskap, mat og måltider, helsehjelp og sammenheng i tjenesten.*

Denne planen skal inspirere til måloppnåelse om endring i helse- og velferdstjenestene. For satsingsområdene må det utarbeides egne fag- og temaplaner som bygger opp under overordna mål. Det er nødvendig med konkrete tiltak utover det som nevnes i denne planen.

Helse- og velferdsplanen tas opp til vurdering av nytt kommunestyre hvert fjerde år gjennom kommunal planstrategi. Helse- og velferdsplanen skal være på overordnet nivå og ikke inneholde konkrete tiltak.

Vår visjon:

- Sammen for Alvdal

Våre målsettinger:

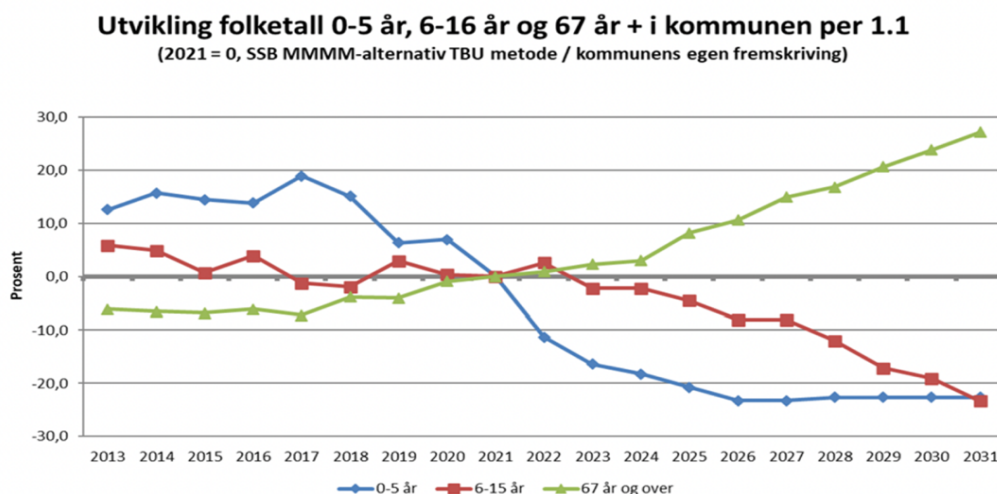
- Det gode liv
- Bærekraft

Våre verdier:

- Respekt
- Medvirkning
- Lojalitet

Innledning

For å skape et bærekraftig samfunn i fremtiden er det avgjørende at man har et helsefremmende lokalsamfunn. Samfunnet står ovenfor flere kritiske faktorer, hvor den demografiske utviklingen er tungtveiende, både når det gjelder alderssammensetning, og et fremtidig utgiftsbehov innen helse – og velferd.



Alvdal er av de kommunene som de neste ti årene vil få betydelige utfordringer knyttet til demografi-endringene. SSBs framskrivninger indikerer at kommunen vil få en økning i eldre aldersgrupper på 27 prosent fra 2021 til 2031.

For å dekke fremtidens behov, er det nødvendig med individuelt tilpassede tjenester, hvor formålet i større grad må understøtte innbyggernes evne til å ta vare på egen helse. Velferdsteknologi, vil på den ene siden kunne være med på å effektivisere tjenestene, og på den andre siden bidra til økt livskvalitet hos både eldre og kronisk syke. Den skal gi økt trygghet og sikkerhet, og bidra til at innbyggerne kan bo hjemme lengre selv med en funksjonsnedsettelse.

I Alvdal skal vi dreie tjenestenes innretning fra en kommune 2.0 til en kommune 3.0. Dette betyr at kommunen skal gå fra et «servicetankesett» til et «samskapende tankesett». Alvdal kommune ønsker en utvikling fra passive og kompenserende tjenester til en aktiv og mestringsorientert tilnærming, med brukers ønske og ressurser som utgangspunkt for tjenestene. Støtten fra det offentlige skal oppleves helhetlig og koordinert. Tjenestekontoret står sentralt i dette arbeidet. Enheten skal sikre riktig og lik vurdering av alle søknader om helse- og velferdstjenester basert på gjeldende lovverk.

Helse- og velferdstjenestene er ikke bare eldreomsorg, den gjelder like gjerne folk med funksjonsnedsettelse, barn og unge. Den skal dekke hele livsløpet. Psykisk helse, både blant barn og unge, voksne og eldre, er og blir viktige tema i tiden fremover. Nye yngre brukergrupper bringer med seg både nye ressurser og tjenestebehov, som vil kunne sette sitt preg på helse- og velferdstjenestene.

Formål og målgruppe

Helse- og velferdsplanen skal være en overordnet og felles strategisk plan i Alvdal kommune. Arbeidet med innbyggernes tjenester er viktig for alle innbyggere, uavhengig av alder og fremtidsperspektiv.

Målgruppen for planen er alle innbyggere, ansatte i kommunen, lag og foreninger, frivillige og andre relevante samarbeidsparter. Dette perspektivet har vært førende gjennom arbeidet med planen. Kommunen har hatt søkelys på bred involvering.

Arbeidets overordnede mål baserer seg på intensjonen i «Leve hele livet» reformen. Lokalsamfunnet er aktive bidragsyttere og en arena for å skape det gode liv i Alvdal. Innad i kommunen er det et mål å samhandle mellom helse- og velferdstjenestene, andre sektorer og med frivilligheten. På den måten sikrer vi helhet og sammenheng i tjenestene.

«Ingenting om meg, uten meg» er et sitat fra V. Billingham fra 1985.

Sitatet skal være noe vi som innbyggere i Alvdal kommune kan kjenne oss igjen i. Ingen vil at beslutninger skal tas uten de berørtes deltakelse, det være seg som innbygger, tjenestemottaker eller pårørende. Samtidig så forteller sitatet noe om et verdi- og holdningsgrunnlag som etterleves.



Nasjonale føringer

I arbeidet med planen har vi satt søkelys på de føringer regjeringen legger gjennom kvalitetsreformen «Leve hele livet». Denne oppsummerer flere Stortingsmeldinger, NOU'er og nasjonale veiledere gjennom de siste årene. Reformen viser til gode strategier og retning for utvikling av tjenestene for å møte morgendagens utfordringer i kommunene.

Regionale føringer

Som et ledd i samhandlingsreformen er det utarbeidet og inngått gjensidig forpliktende samarbeidsavtaler mellom kommuner og helseforetak. **Helsefellesskapet** i Innlandet legger til rette for at det er et samarbeid mellom helse- og velferdstjenestene i nærliggende kommuner. I tillegg har Alvdal kommune en samarbeidsavtale med spesialisthelsetjenesten.

Lokale føringer

Kommuneplanens samfunnsdel viser visjon, hovedmål og delmål for utvikling av det gode liv i Alvdal "sammen for Alvdal."

Oppvekstplanen har søkelys på barn og unges oppvekstvilkår. Samhandling mellom generasjonene er ett av innsatsområdene som fordrer felles innsats mellom oppvekstsektoren og helse- og velferdssektoren.

Boligsosial handlingsplan har søkelys på en god og velfundert boligpolitikk, som er svært viktig og grunnleggende faktor for et velfungerende lokalsamfunn. At alle innbyggere har mulighet til å disponere egen bolig i et godt bomiljø, er selve grunnlaget for god livskvalitet og folkehelse.

Arbeidsgiverpolitikken har tre innsatsområder; Disse skal tydeliggjøre verdier og holdninger i Alvdal kommune.

- Kultur for samarbeid, forenkling og forbedring
- Kompetanse: nyttiggjøre, utvikle og rekruttere
- Mestringsorientert ledelse i et helhetlig perspektiv.

Helse- og velferdstjenesten har og vil utarbeide egne temaplaner.

Følgende planer vil derfor revideres eller utarbeides:

- Demensplan
- Rus og psykiatriplan
- Rehabiliteringsplan
- Folkehelseplan
- Kompetanseplan
- Tildelingskriterier

Om prosessen

Medvirkning

Det har vært et tydelig ønske om at medvirkningsprosessen skulle engasjere, og at den var vesentlig for utarbeidelse av helse- og velferdsplanen. I Prosessen har det vært gjennomført spørreundersøkelse, digital undersøkelse og innbyggerdialog, hvor ansatte også har deltatt. Det var bra representasjon og stort engasjement, samtidig som det erkjennes at det er noen vi ikke har klart å nå.

Spørreundersøkelse i regi av eldrerådet:

Eldrerådet og råd for personer med funksjonsnedsettelse foretok i desember en spørreundersøkelse blant befolkningen over 60 år i Alvdal. Undersøkelsen ble sendt ut per brev.

Tema for undersøkelsen var hva slags boligbehov de spurte har i dag, og hva de tror de vil trenge eller ønsker i framtiden.

Undersøkelsen ble sendt ut til alle over 60 år med bostedsadresse i Alvdal. Det kom inn 369 svar (av 700 utsendte). Dette gir en svarprosent på 52.

Undersøkelsen var lik en undersøkelse som ble gjennomført i 2015, og en sammenligning av hovedtendensene mellom de to undersøkelsene er gjort.

Hovedtrekk fra undersøkelsen

Behov for omsorgsbolig

3 prosent av de som har svart sier at de trenger en omsorgsbolig nå. 82 prosent svarer nei.

Ønske om å flytte nærmere Steia

2 prosent av de som har svart ønsker å flytte nærmere Steia nå, og 8 prosent er usikre. 12 prosent tror de vil flytte nærmere Steia de neste 10 årene, mens 27 prosent er usikre eller sier det ikke er aktuelt. (her må en ta i betraktning at mange av de som svarer bor på Steia eller ganske nære, og derfor antagelig ikke vurderer spørsmålet som aktuelt)

«Å føle tilhørighet, å spille en rolle, ta ansvar og samhandle. Bidra i fellesskapet, og motta hjelp når nødvendig. Kjenne på å være med å ta ansvar»

-sitat fra innbyggerdialogen

Følelse av utrygghet og ensomhet

98 prosent av de som har svart, sier at de føler seg trygge der de bor nå, og 94 prosent sier de ikke føler seg ensomme. Dette må være bra.

Hjemmetjenester

Alle respondenter som mottar tjenester fra hjemmetjenesten er fornøyd med tjenestene de får.

Tre prosent av de som ikke mottar tjenester fra hjemmetjenesten sier at de trenger slike tjenester nå. (NB! Svarene her må ses opp mot svarene på om du mottar hjemmetjenester eller ikke)

Endringer fra forrige undersøkelse

I hovedsak tegnes det samme bildet i 2022 som det en fikk i 2015. Men det finnes ett par unntak.

Behov for omsorgsbolig

I 2022 er det flere (14%) som svarer at de er usikre på om de har behov for omsorgsbolig nå enn i 2015 (3%). Det er litt vanskelig å tolke denne utviklingen ettersom det virker litt rart å være usikker på om en trenger omsorgsbolig eller ikke. Kanskje er det noe i spørsmålsstillingen som ikke er entydig?

Ønske om å flytte nærmere Steia de neste 10 åra

61 prosent svarer i 2022 at de IKKE tror de vil flytte nærmere Steia de neste 10 årene. 38 prosent svarte det samme i 2015. Det er en markant endring. Igjen er det noen nyanseforskjeller i spørsmålsstillingen, men om dette forklarer forskjellen er vanskelig å si.

Vi ser en svakhet ved undersøkelsen, da det i undersøkelsen ikke ble spurt om behovet for institusjonsplasser, heller ikke om korttidsplasser og rehabilitering.

I tillegg til spørsmålene som var utarbeidet av eldrerådet ble det lagt ved noen mere generelle spørsmål rundt det å motta tjenester fra Alvdal kommune.

Oppsummering vises i tabellen under:

Brukertilfredshet Er du fornøyd med dagens tjeneste?		
Ja	Nei	Ikke svart
62%	5%	32%
Behovsdekning Dekker tjenesten du får ditt behov?		
Ja	Nei	Ikke svart
85%	5%	10%
Informasjon Får du tilstrekkelig informasjon om tjenesten?		
Ja	Nei	Ikke svart
70%	15%	15%

Med tanke på at undersøkelsen gikk ut til alle over 60 år, må en her anta at det er mange disse spørsmålene ikke var relevant for, de som ikke mottar tjenester, og at det er derfor mange ikke har svart. Dette kan også gjenspeile svarprosenten knyttet til brukertilfredshet, behovsdekning og informasjon.

Digital spørreundersøkelse og innbyggerdialog

Prosesen ble initiert med en bred deltakelse. Alle involverte; ansatte, ledere, frivillige, politikere og ungdom skulle få mulighet til å gi innspill til hva de mente representerte det gode liv i Alvdal og hva som var vesentlig å ta med i et fremtidsperspektiv.

Det ble utarbeidet en digital spørreundersøkelse som ble publisert på kommunens hjemmeside, i tillegg til at den ble sendt ut pr. e-post til lag og foreninger og til ansatte. Det kom inn 36 svar fra innbyggerne. I tillegg ble det gjennomført en innbyggerdialog 3. og 4. februar 2022, med totalt 47 deltakere.

I den digitale spørreundersøkelsen ble det stilt tre spørsmål:

1. Hva er det gode liv i Alvdal, og hva betyr det for deg?
2. Hva skal til for at du skal oppleve trygghet og kan bo lengst mulig hjemme?
3. Mottar du helse- og omsorgstjenester i dag?

På alle spørsmålene kom det frem flere svar, og mange svar var like. Det som er viktig for at innbyggere skal oppleve det gode liv i Alvdal er;

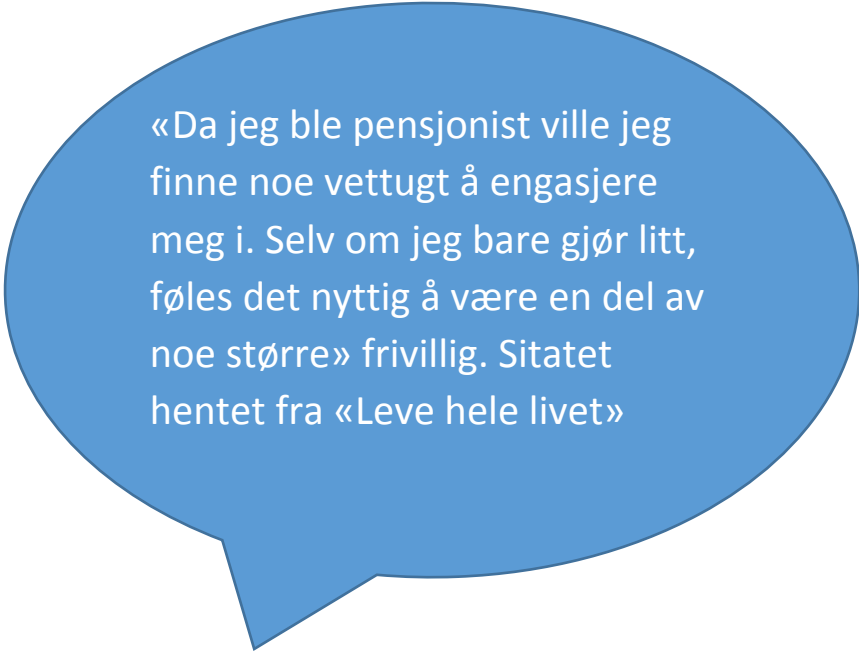
- Jobb og stabilitet
- Nærhet til natur
- Boliger og et godt kollektivtilbud var sentralt.
- Det å ha et nettverk og sosial arena som fører til mestring og trygghet i hverdagen
- Opplevelse av tilhørighet var vesentlig
- Skal man oppleve trygghet og bo lengst mulig hjemme var boligtilgang, trygge boliger, møteplasser og gode helsetjenester viktig
- Opplevelse av selvstendighet (både økonomisk og helsemessig) og mestring var vesentlig
- Av alle som svarte på undersøkelsen viste det seg at 95% mottok ikke helse- og omsorgstjenester i dag

Med bakgrunn i innspill, nasjonale og lokale føringer og faglige vurderinger har Alvdal kommune valgt å ha et ekstra fokus på fem områder i tiden fremover. Kommunen har valgt å følge satsningen i kvalitetsreformen “Leve hele Livet”.



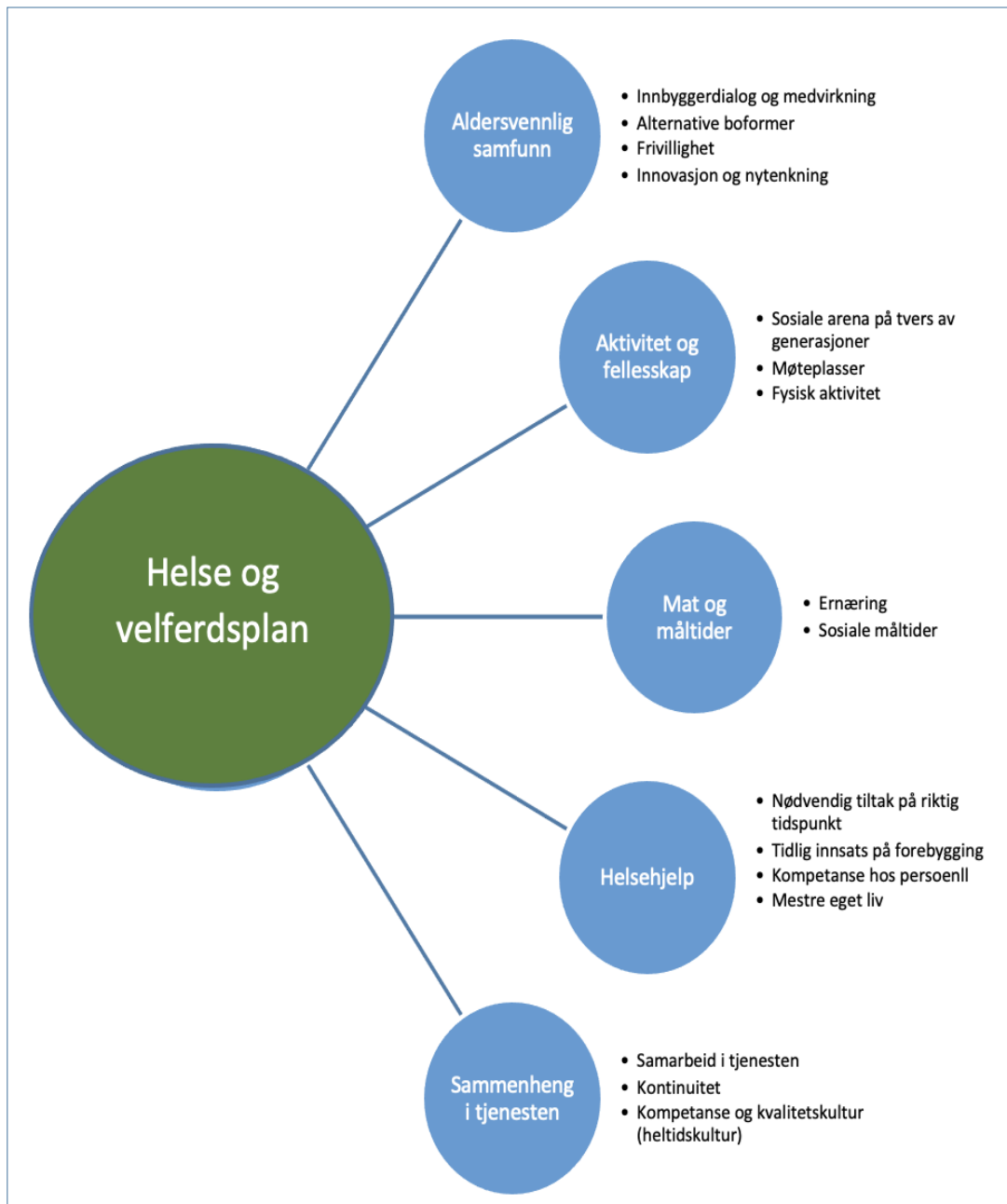
Frivilligheten

Som figuren viser har innbyggerne løftet frem frivilligheten som viktig i kommunen. Det ligger en stor helsegevinst i å få lov til å bidra, som vi vet kan dette forebygge ensomhet og gir mestringsfølelse. Alvdal kommune skal være med å understøtte dette i det videre arbeidet.



«Da jeg ble pensjonist ville jeg finne noe vettugt å engasjere meg i. Selv om jeg bare gjør litt, føles det nyttig å være en del av noe større» frivillig. Sitatet hentet fra «Leve hele livet»

Helse og velferdsplanen i Alvdal kommune vil knytte målsettinger i planen til kvalitetsreformen «Leve hele livet».



Mål 1: Aldersvennlig samfunn for alle eldre

For å møte de nye eldregenerasjonene vil det ikke være tilstrekkelig å bygge ut tjenestetilbudet i takt med demografisk utvikling. Et aldersvennlig Norge innebærer et bredt satsningsområde tverrfaglig og tverrsektorielt, samt involvering av frivilligheten.

Målet om å tilrettelegge for et aldersvennlig samfunn er begrunnet med mål om mer aktiv aldring, best mulig helse, deltakelse og trygghet for innbyggerne.

Overordnet mål

- Vi skal involvere innbyggerne i planlegging av egen alderdom
- Vi skal ha dialog med eldreråd og rådet for likestilling for funksjonshemmede for å utforme nærmiljø og utvikle lokalsamfunnet
- Vi skal bidra til, og være med å utvikle attraktive boformer
- Vi skal jobbe for gode transportordninger
- Vi skal legge til rette og være pådriver for seniorer som ressurs inn i frivilligheten
- Vi skal se på ungdommen og de unge som en ressurs

Innspill fra innbyggerdialog

Innbyggerdialogen viser at det er flere tema som er aktuelle når det kommer til aldersvennlig samfunn.

Tema som omhandlet boliger, boligutvikling og alternative boformer engasjerte deltakeren i dialogen og ga mange innspill. Det legges en forutsetning om universell utforming – tilrettelegging for tilgjengelighet i hele kommunen. I et aldersvennlig og helsefremmende lokalsamfunn er det behov for å ha et boligmarked som kan passe for alle. Et attraktivt boligmarked vil også bidra til at flere ønsker å flytte tilbake til Alvdalsamfunnet etter f.eks. studietiden.

Innbyggerdialogen gir innspill på at det er viktig å kunne bo lengst mulig hjemme, men samtidig ha et tilbud for de innbyggerne som ikke kan bo hjemme. Det er behov for en boligutvikling som tar hensyn til alle livets faser – hvor aktivitet og fellesskap er sentralt, og frivilligheten er en viktig aktør.

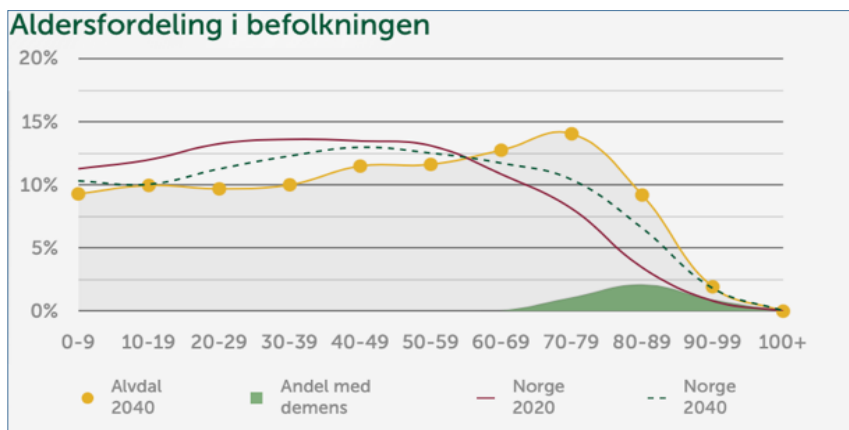
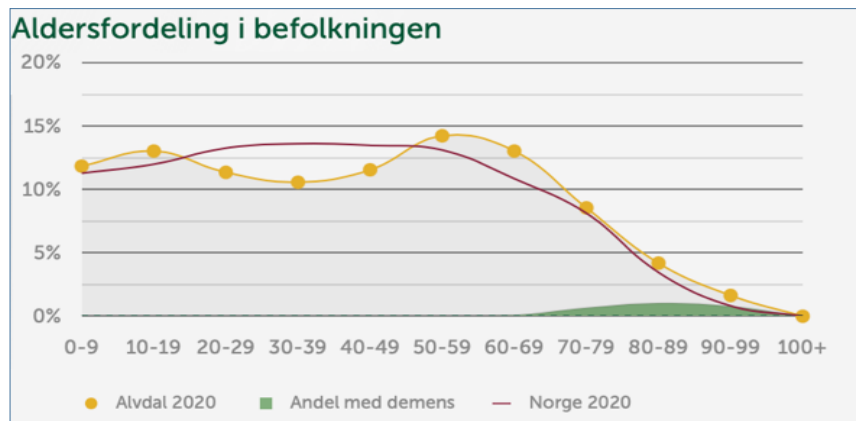
Mobilitet i et aldersvennlig samfunn er essensielt, og innbyggerdialogen ga uttrykk og innspill på at man har behov for et godt fungerende kollektivtilbud eller *andre økonomiske og tidsmessige løsninger*. Det løftes frem spesielt mulighet til å forflytte seg inn og ut av sentrum.

I et aldersvennlig samfunn har også frivilligheten en stor plass. Innbyggerdialogen viser at det allerede er mange gode frivillige tiltak med etablerte aktører som f.eks. Turforeningen og Frivilligsentral. Det løftes videre at det er et behov for et systematisk samarbeid mellom unge og eldre, skape gode møteplasser og mulighet til å bygge

nettverk. I en fremtidig kommune kan nettopp nettverksbygging gi nye muligheter til nye innbyggere, både det å bidra inn i samfunnet, men også få flere sosiale kontakter. Fremtidens innbygger – barn og unge har behov for gode oppvekstsvilkår.

Vi ser at utvikling av demens i samfunnet er økende. Tall hentet fra Demenskartet¹ viser at Alvdal kommune vil i 2040 ha 2228 innbyggere, en reduksjon på 204 sammenlignet med 2020.

91 personer i kommunen vil ha demenssykdom. Dette er en økning på mer enn 51 % fra 2020 til 2040.



¹ Demenskartet.no

Faglig begrunnelse:

Antall personer i Norge som er 70 år eller eldre forventes å mer enn dobles innen 2060, i tillegg lever vi lengre i dag. En universell utforming og bruk av livsløpsstandard er et inkluderende grep. De som av en grunn har nedsatt funksjonsevne, vil kunne delta aktivt. Det krever at vi og samfunnet legger til rette for denne helsegevinsten. Vi skal utfordre alle innbyggere til selv å engasjere seg i planlegging av eget liv og alderdom.

Mulighetene for å være aktiv med både språk og kunne være fysisk aktiv kan ha god effekt på å redusere utvikling av demens. Her må det legges til rette for gode arenaer for forebygging, men også være rigget for å kunne ivareta en økt andel i befolkningen som lider av demens.



Mål 2: Aktivitet og fellesskap

Vi skal skape gode opplevelser hvor innbyggerne sitt forhold til familie, venner og sosialt nettverk blir ivaretatt. Aktiviteter som er både fysisk, sosialt og kulturelt tilpasset enkeltindividets interesser, ønsker og behov. Møter mellom generasjoner, gammel og ung er viktig.

Overordnet mål

- Vi skal forebygge ensomhet
- Vi skal forebygge inaktivitet og tilby tilpassede aktivitetstilbud
- Vi skal ivareta sosiale, kulturelle og eksistensielle behov
- Vi skal være aktiv ut mot grønn omsorg
- Vi skal systematisere samarbeidet mellom tjenestene og frivilligheten
- Vi skal etablere møteplasser, samlokalisere og forebygge digitale generasjonsskiller

Innspill fra innbyggerdialog

Gjennom innbyggerdialogen har det kommet mange innspill på aktiviteter og sosiale arenaer. Blant aktiviteter gir unge som eldre uttrykk om at de ønsker å møtes på tvers, gjerne ha en «Ungdoms & Eldreklubb» hvor man serverer en digital vaffel, utveksler fortellinger og der det ikke er en «pekefingermentalitet». I et forebyggende perspektiv kommer det til uttrykk at et godt tilrettelagt tilbud med ulike typer helseaktiviteter, der man anvender naturen og tilrettelegger naturområder for alle (universell tilrettelegging), blir viktig.

Det er en anbefaling at kommunen satser på en «kulturell bredde» der ulike lag og foreninger går sammen om kulturtilbud og man har mulighet for noe mer enn bare organisert idrett.

I lys av generasjonsmøter så kan «ung og gammel hånd i hånd» skape en plattform for fremtidig rekruttering i sektor og bosetting i kommunen.

Innbyggerdialogen har gitt innsikt i et behov for sosiale arenaer, sosiale rom som kan videreutvikles for alle aldre. En møteplass for alle, som gjerne kan være uorganisert

Samfunnet må tørre å tenke nytt ved å se andre muligheter for en servicerute, som er en viktig transport av innbyggere og varer fra utkanten i kommunen til sentrum.

Faglig begrunnelse:

Mange kan miste mye sosial kontakt ut fra endringer i livssituasjoner, som når du blir pensjonist eller mister jobb eller nære relasjoner. Tre av ti personer over 80 år sier at de er ensomme. Mange har behov for tilpassede møteplasser og aktiviteter i lokalsamfunnet. Vi må ta vare på gode øyeblikk og individuelle behov, uavhengig av alder. Fysisk aktivitet og fellesskap beskytter mot en rekke helseplager og er med å redusere dødelighet.

Aktivitet og fellesskap er viktig sett fra pårørende sitt ståsted. Det å vite at det finnes tilbud som kan gi livsglede og redusere ensomhet er viktig i dette arbeidet.



Mål 3: Mat og måltider

Gode måltidsopplevelser, næringsrik mat som både ser god ut, dufter godt og smaker godt vil forebygge og redusere underernæring. Maten tilpasses den enkeltes behov og estetikken ivaretas. Valgfrihet til hva man ønsker å spise, når man vil og dele et godt måltid med andre skaper en opplevelse av fellesskap og tilhørighet.

Overordnet mål

- Vi skal systematisk følge opp ernæringsarbeidet innen alle kommunale virksomheter der det er naturlig.
- Vi ønsker å bidra til å skape et sosialt fellesskap og vektlegge måltidsomgivelsene
- Vi vil legge til rette for mangfold og valgfrihet
- Vi skal ha kortreist verdikjede mellom produksjon og servering

Innspill fra innbyggerdialog

Innbyggerdialogens innsikt tilsier at det er viktig å skape en god sosial arena, tilby servering av mat og måltider. Det å dele et måltid med andre mennesker, gir en god og trygg ramme, øker matlyst og forebygger underernæring.

I innbyggerdialogen fremkom det også behov for kompetanse, for å både kunne ivareta målsetting med reformen, men også matfaglig kompetanse.

Faglig begrunnelse:

Mange spiser feil mat, både for lite og for mye Dette gjør befolkningen mer utsatt for fysiske og psykiske helseplager. Et fullverdig kosthold gir oss energi og får oss til å føle oss både sterkere og bedre. Det sosiale rundt et måltid kan for mange være viktig og det må vi ta individuelle hensyn til.



Mål 4: Helsehjelp

Innbyggerne skal føle seg verdsatt og sett, involveres i beslutninger som angår dem selv. Opplevelse av trygghet for at man får hjelp når man trenger det.

Ta utgangspunkt i innbyggernes behov – og la de være sjef i eget liv!

Overordnet mål

- Vi skal ha søkelys på forebygging og mestring blant alle innbyggere
- Vi skal kartlegge og skaffe oversikt over sammensatte behov og problemer
- Vi skal legge til rette for godt samarbeid rundt fysisk aktivitet og trening

Innspill fra innbyggerdialog

Innspill fra innbyggerdialogen viser at det er et behov for ledere som evner å tenke nytt og gjerne innovativt i hvordan man kan sikre god helsehjelp. Kompetanse hos helsepersonell som har et forebyggende perspektiv er viktig. Det er et behov for å ha et tankesett der tidlig innsats og forebygging også blir synliggjort i kommunens tjenestetildeling. Tjenestene som tilbys må være treffsikre og basere seg på innbyggernes behov.

Innbyggerens opplevelse av mestring og trygghet i hverdagen gir både verdighet og et godt lokalmiljø. Inkludering, trygge arbeidsplasser, nærhet og sosialt samvær er nøkkelfaktorer for å mestre eget liv.

Faglig begrunnelse:

Innbyggere som får råd og veiledning og god helsehjelp tidlig i forløpet, mestrer sykdom og helseplager bedre og kan bo hjemme lenger. Små plager kan raskt utvikle seg til større plager dersom det ikke settes inn nødvendige tiltak på riktig tidspunkt. Tidlig og riktig helsehjelp, gitt av personell med god kompetanse, er avgjørende for at våre innbyggere skal mestre livet på best mulig måte. For å skape systematisk samarbeid, er det helt nødvendig med et godt samarbeid på tvers av sektorer. Etablering av tjenestekontor, gode kartleggingsverktøy og kriterier for tildeling av tjenester vil være sentralt for å lykkes.

Pårørende har også et behov for å bli hørt og informert i dette arbeidet, og det finnes en egen pårørendeveileder som er nyttig for tjenesten.

Tanken bak Helsefelleskapet er at tjenestene skal komme nærmere pasienten, og at pasientene skal oppleve mer sømløse tjenester mellom nivåene. Det er meningen at det etter hvert skal opprettes *faggrupper* på tvers av tjenestene som skal sørge for bedre samarbeid/samhandling for de 4 pasientgruppene som prioriteres, deriblant personer med alvorlig psykiske lidelser og rusavhengighet.

Mål 5: Sammenheng i tjenesten

Målet med sammenheng i tjenestetilbudet er å gi innbyggerne våre en økt forutsigbarhet og trygghet. Pårørende skal ha mulighet til å ivareta sine nærmeste på en god måte slik at de ikke sliter seg ut når man har en større omsorgsbyrde. Tjenestemottakere og pårørende skal oppleve helhetlige tjenester.

Overordnet mål

- Vi skal etterstrebe en personsentrert tilnærming
- Vi skal ivareta og støtte pårørende
- Vi skal sikre kontinuitet og trygghet i tjenestetilbudene og i overgangen mellom de ulike tjenestenivåene

Innspill fra innbyggerdialog og spørreundersøkelse

Innbyggerdialogen gir innsikt om at tilhørighet i samfunnet er viktig. Det å ha et liv med mening, hvor man blir sett og ser andre, ivaretagelse av den enkeltes behov og sikre at pårørende får både avlastning og støtte.

Et godt arbeidsmiljø til ansatte er forebyggende for å forhindre frafall og tap av kompetanse. Tverrfaglig innsats er nødvendig, både mellom tjenestene og sektorene. Endring- og omstillingskompetanse hos ledere vil være en vesentlig faktor i det å lykkes.

Et økt samarbeid i tjenesten hvor man har en strategisk satsning på en kvalitets- og kompetansekultur ved å realisere heltidskultur vil være avgjørende for å sikre kontinuitet og kapasitet i tjenesten. Dette fordrer at kommunen som arbeidsgiver setter dette på dagsorden. En slik realisering vil kunne gi store gevinster for organisasjon, innbygger og ansatt- også med tanke på rekruttering i et arbeidsmarked med stadig større konkurranse om arbeidskraften.

Faglig begrunnelse:

Mange innbyggere og deres pårørende opplever at tjenestene ikke henger godt nok sammen. Ett av målene med «Leve hele livet» er derfor å skape et mer sammenhengende tjenestetilbud for tjenestemottakere og deres pårørende. Tjenestemottakerne skal oppleve at de ulike tjenestene samarbeider, at det er kontinuitet i tilbudet og færre ansatte å forholde seg til. Alvdal ser viktigheten av kompetanse og heltidskultur. Dette vil gi innbyggere bedre kvalitet og effektivitet på tjenester.

Klima og energi

Høsten 2021 varslet FN «kode rød» i sin klimarapport, og konkluderer med at klimaendringene er menneskeskapte. For å bidra til utslippskutt og grønn omstilling, må vi tenke globalt og handle lokalt. Det er mye du og jeg kan gjøre. Kommunene Follidal, Alvdal, Rendalen, Tynset, Tolga og Os ønsker å gå foran i arbeidet med å redusere klimagassutslipp, og sikre mer effektiv energibruk og miljøvennlig energiomlegging i kommunen. Hva som kan gjøres, skal beskrives i en felles klima- og energiplan.

Innen helse- og velferd ønsker vi å være gode forbilder for innbyggere og næringsliv, og vi vil legge til grunn klima- og energiplanen i vårt arbeid. Vi vil blant annet ha fokus på:

- Innkjøp av El-biler. Hjemmebasert omsorg kjører døgnet rundt, og det er viktig at det legges til rette, slik at det faktisk er gjennomførbart å kunne benytte El-bil i ei bygd med lange avstander og forholdsvis kalde vintre, slik at en har biler med tilstrekkelig rekkevidde, og tilstrekkelig ladekapasitet.
- Bygningene våre bør ha lyskilder i form av led lys, og med sensorer inne i institusjonene
- Fyring – vi bør i stor grad benytte biovarme
- Vi skal tenke gjennom hvilke bygningsmaterialer (klimavennlig) som brukes når vi skal bygges nytt
- Kildesortering av avfall – f.eks emballasjen på middagene som kjøres ut.
- Det kan være aktuelt å se på El-sykler for ansatte som forflytter seg korte avstander, som i dag bruker egen bil. Dette vil også ha en god helseeffekt.
- CosDoc+ innføres, og med innføring av det, vil en ikke trenge å skrive ut alt i papir lengre.

