



Vår saksbehandler  
Hege Olsen Richardsen, tlf. 77021806

Vår dato  
26.03.2021

Vår referanse  
21/00076-9

Deres dato

Deres referanse

Eldrerådet/rådet for funksjonshemmede  
Pensjonistforeninga  
Hovedutvalget for helse og omsorg  
Veterankontakt  
Frivillighetssentralen  
Representanter for lag og foreninger  
Ungdomsrådet  
Ansatte i Gratangen kommune  
Tillitsvalgte og verneombud i Gratangen kommune

## WORKSHOP - LEVE HELE LIVET

Eldrereformen *Leve hele livet* handler om mennesker. Det som er viktigst i livet. Fellesskap, aktivitet, god mat og helsehjelp. Med *Leve hele livet* skal eldre få mulighet til å mestre eget liv der de bor, hele livet. Reformen bygger på hva ansatte, eldre, pårørende, frivillige, forskere og ledere har sett fungerer i praksis. Hva som løfter kvaliteten på tjenestene og bidrar til en trygg og verdig alderdom.

Gratangen kommune vil innføre reformen *Leve hele livet*. Vi ønsker i den forbindelse å legge opp til en medvirkningsprosess der kommunens innbyggere får gi innspill på hvordan reformen skal innføres tilpasset våre lokale forhold. Grunnet Covid-19 pandemien kan vi ikke legge opp til folkemøter. Av den grunn vil vi invitere til workshops med ulike viktige samarbeidspartnere for å få ivarettatt medvirkning. I første omgang vil vi henvende oss til følgende aktører:

- Eldrerådet/rådet for funksjonshemmede.
- Pensjonistforeninga.
- Frivillighetssentralen
- Hovedutvalget for helse og omsorg.
- Veterankontakt.
- Representanter fra lag og foreninger.
- Ungdomsrådet.
- Ansatte i Gratangen kommune.
- Tillitsvalgte og verneombud i Gratangen kommune.

I workshopen vil vi først introdusere reformen. Deretter vil vi drøfte de fem innsatsområdene:

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

Til hvert innsatsområde vil vi jobbe med våre utfordringer og muligheter for løsninger.

For at dere skal ha anledning til å forberede dere litt vil vi i det følgende presentere noen tema under hver av de fem innsatsområdene.

Postadresse	Besøksadresse	Telefon	E-post	Foretaksregisteret
Pb.23	Nergårdveien 2	+4777021800	postmottak@gratangen.kommune.no	Org.nr.959469415
9471 Gratangen	Årstein			Bankkonto 1503 40 65109

### **Et aldersvennlig Gratangen**

Denne reformen ønsker å utfordre den eldre befolkning til selv å engasjere seg i planlegging av egen alderdom. Aldringen av befolkningen berører alle samfunnsområder, markeder og sektorer. Samtidig er det viktig at helsetjenesten skaper aldersvennlige sykehjem, botilbud og tjenester.

Problemstillinger vi vil jobbe med er:

Hva kjennetegner et aldersvennlig Gratangen?  
Hva kan gjøre Gratangen mer aldersvennlig?  
Hva trenger de eldre i Gratangen kommune?

### **Aktivitet og fellesskap**

*Leve hele livet* er en reform for aktivitet, deltakelse og sosialt fellesskap. Målet er å ta vare på Eldres forhold til familie, venner og sosialt nettverk. Samt skape gode opplevelser og møter på tvers av generasjonene. Fysisk, sosial og kulturell aktivitet skal være tilpasset den enkeltes interesser, ønsker og behov. Når livet blir ekstra sårbart, skal eldre få mulighet til samtale, motivasjon og støtte.

Problemstillinger vi vil jobbe med er:

Hvordan kan vi skape gode øyeblikk for eldre?  
Hvordan kan vi tilrettelegge for at den enkeltes tro og livssynsutøvelse blir ivaretatt?  
Hvordan kan vi skape gode generasjonsmøter?  
Hva kan en samfunnskontakt bidra med? Og har vi behov for det i Gratangen kommune?

### **Mat og måltider**

*Leve hele livet* er en reform for større matglede. Målet er å skape gode måltidsopplevelser og redusere underernæring. God mat er grunnleggende for god helse og livskvalitet gjennom hele livet. Eldre skal få god mat som både ser god ut, dufter godt og smaker godt.

Problemstillinger vi vil jobbe med er:

Hvordan kan vi bli bedre til å legge til rette for et fellesskap rundt måltider til eldre?  
Hva tenker eldre er det gode måltidet?  
Hvilke mattradisjoner bør vi ta vare på og videreføre i Gratangen kommune?  
Hvordan kan kommunens innbyggere få mer kjennskap og erfaring med det lokale kjøkkenet vi har på Gratangsheimen?  
Hvordan kan vi utføre systematisk ernæringsarbeid?

### **Helsehjelp**

*Leve hele livet* er en reform for å skape de Eldres helse – og omsorgstjenester, der det viktigste spørsmålet er: Hva er viktig for deg?

Eldre skal få mulighet til å leve hjemme så lenge som mulig, og få støtte til å mestre hverdagen, på tross av sykdom og funksjonssvikt. Samtidig skal de ha trygghet for å få hjelp når de trenger det. Når livet går mot slutten, skal de få god lindrende omsorg og pleie.

Problemstillinger vi vil jobbe med er:

Hva trenger eldre for å klare seg best mulig i hverdagen?  
Hva er viktig for de eldre i møte med helsetjenesten?  
Hva er viktig for de eldre når de er syke og trenger hjelp?

Hvilken fysisk trening kunne de eldre tenke seg?  
Hvilke miljøtiltak kunne de eldre tenke seg? (Musikk, kultur etc).  
Hvordan kan helsetjenesten kartlegge og følge opp de eldre?

### **Sammenheng i tjenesten**

*Leve hele livet* er en reform for å skape et mer sammenhengende tjenestetilbud til eldre og deres pårørende. Målet er å gi eldre trygghet og forutsigbarhet gjennom pasientforløp og overganger mellom eget hjem, sykehus og sykehjem og færre ansatte å forholde seg til. Et annet mål er å gi de pårørende støtte og avlastning slik at de ikke sliter seg ut.

Problemstillinger vi vil jobbe med er:  
Hva trenger de pårørende i møte med helsetjenesten?  
Hvordan kan helsetjenesten bli kjent med den enkeltes Eldres behov for tjenester?  
Hvordan kan de eldre erfare en større grad av kontinuitet?  
Hvordan kan vi tilrettelegge for overgang mellom eget hjem og omsorgsbolig/sykehjem?

Dere vil få en innkalling til workshop i en senere epost. Gruppestørrelsen settes sammen etter nasjonale anbefalinger som følge av Covid-19 pandemien. Vi legger opp til halvdagsseminar fra klokken 12:00 – 16:00. Det vil bli enkel servering. Vi har som mål å gjennomføre workshopene i tidsrommet mai - juni.

Dette dokumentet vil også bli distribuert på kommunens hjemmeside. Kommunens innbyggere ønskes også velkommen til å gi sine innspill på de spørsmålene vi stiller i dette dokumentet. Eventuelle innspill sendes til [postmottak@gratangen.kommune.no](mailto:postmottak@gratangen.kommune.no) innen 30.06.21. Merk innspillene *Innspill til reformen Leve hele livet*.

Med hilsen  
Gratangen kommune

Arild Bratsberg  
Administrasjonssjef

Hege Olsen Richardsen  
Sektorleder Helse og Omsorg