

# Leve Hele Livet i Nome 2021 - 2031

## Innledning

Nome kommunes handlingsstrategi *Leve hele livet i Nome* skal følge opp stortingsmelding 15 (2017-2018) Leve hele livet – en kvalitetsreform for eldre, og bidra til at kommunen møter endringene i befolkningssammensetningen på en god måte – for den enkelte innbygger og for kommuneorganisasjonen.

Målgruppen for Leve hele livet er alle innbyggere over 65 år, både de som bor hjemme og de som bor på institusjon.

At vi lever lenger, og at eldre utgjør en stadig større del av befolkningen gir både nye muligheter og nye utfordringer. Handlingsstrategien vil ta hensyn til behovene eldre har og se på hvilke muligheter og ressurser som ligger i den endrede befolkningssammensetningen.

## Forankring

Handlingsstrategien *Leve hele livet i Nome* er forankret i kommuneplanens samfunnsdel via kommunedelplan for Helse og Omsorg (HO-planen (2019-2028)) og kommunedelplan for kultur, fritid og frivillighet (2019 – 2027), og temaplan for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet (2020 – 2028) for sikring av tverrfaglig forankring og innsats.

## Fasene i reformen

Arbeidet med Leve hele livet-reformen nasjonalt har fire faser over fem år, med forberedelse og oppstart i 2019.

Fase 1 (2019) Informasjon, spredning, oppstart: Sette reformen på dagsorden, spre informasjon og kunnskap om reformen.

Fase 2 (2019-21) Kartlegging, planlegging, beslutninger: Kommunene har perioden 2019-2021 til å ta stilling til løsningene i reformen og planlegge hvordan de vil utforme og gjennomføre dem lokalt.

Fase 3 (2021-23) Gjennomføring, implementering, rapportering.  
Starte arbeidet med gjennomføring lokalt.

Fase 4 (2023) Evaluering, forbedring og veien videre.

I 2023 vil det utarbeides en konkret evalueringsrapport for videre utvikling av strategien i tråd med føringene fra Helse- og omsorgsdepartementet. For å sikre langsiktig og helhetlig utvikling av et aldersvennlig lokalsamfunn legges strategien opp med en varighet fra 2021 – 2031. HO-planen har et handlingsprogram som revideres årlig i forbindelse med kommunens budsjettarbeid, og det legges opp til at *Leve hele livet i Nome* revideres samtidig. Første revidering gjennomføres etter ferdigstilt evalueringsrapport.

## Medvirkning

Arbeidet med utvikling av denne handlingsstrategien startet høsten 2019. Da ble det avholdt et dialogmøte med representanter fra frivilligheten, politikere og tverrfaglig administrasjon som et forarbeid til en regionsvis oppstartsamling. Reformens innhold ble gjennomgått i lys av lokale forhold.

28. februar 2020 ble det avholdt et medvirkningsmøte for innbyggerne på RIBO. Det var kalt inn til ytterligere to innspillmøter, henholdsvis på Nome sjukeheim og på Lundetunet, men disse ble først utsatt, så avlyst grunnet COVID-19 og nedstengingen av samfunnet i mars 2020. Høsten 2020 har det vært gjennomført andre, mindre fysiske medvirkningsprosesser. Brukere, pårørende og ansatte har hatt muligheten til å levere inn sine innspill avdelingsvis og individuelt, og hele befolkningen vært invitert til å komme med innspill gjennom annonser i lokalavisa og på kommunens hjemmeside og sosiale medier. I oktober 2020 ble det gjennomført workshops med Eldrerådet og Råd for personer med funksjonsnedsettelse hvor innspillene ble diskutert og prioritert, og nye innspill ble føyd til.

Eldrerådet har vært ressursgruppe i arbeidet med lokalstrategien *Leve hele livet i Nome*. Ansvar for fremdriften i strategiarbeidet har vært leder for pleie og omsorg og folkehelsekoordinator.

I vår lokale handlingsstrategi følger vi opp den nasjonale kvalitetsreformen med konkrete tiltak utarbeidet med utgangspunkt i innspillene i medvirkningsprosessene. Tiltakene er utformet med tanke på mulighet for evaluering.

## Status og fremtidsprognoser for Nome

I arbeidet kom det i hovedsak frem at kommunens lovpålagte tilbud fungerer tilfredsstillende, men at det er rom for forbedringer, spesielt generell informasjon om tilbud og muligheter, og videreutvikling av Lundetunet og RIBO. Innenfor tilbud som ikke er lovpålagte, inkludert tilbud i regi av frivilligheten, ble det uttrykt et større behov for koordinering og synliggjøring.

### *Befolkningssammensetningen i Nome kommune*

Fra 2000 til 2020, med prognoser fram mot 2040<sup>1</sup>.

- Antall fødsler og barn og unge i alderen 0 – 19 år går ned.
- Antall unge og voksne i alderen 20 – 54 år går ned.
- Andelen eldre i befolkningen fra 55 år + er økende.

---

<sup>1</sup> [www.kommuneprofilen.no](http://www.kommuneprofilen.no)

I 2000 var det 380 innbyggere over 80 år i Nome, i 2040 er det antatt at det vil være over 700 innbyggere over 80 år.

Det var 810 innbyggere mellom 67 – 79 år i Nome i 2000, i 2040 er det antatt at det vil være over 1100 innbyggere i aldersgruppa 67 – 79 år. Gjennomsnittsalderen i kommunen øker fra 41 år i 2000 til nesten 44 år i 2020. Med normale prognoser for årene framover er det antatt at gjennomsnittsalderen vil fortsette å øke til nærmere 48 år i 2040.

- Samtidig som at kommunens befolknings sammensetning endrer seg og vi får flere eldre og færre yngre, blir det totale innbyggertallet også lavere. Fra å være 6648 innbyggere i 2000 er det antatt at befolkningen vil synke til 6455 innen 2040.

#### *Levekår i Nome og sosial ulikhet i helse*

- Det er en økende andel eldre med rusproblematikk i landet. Ifølge eksperter er utfordringen innen alkoholkonsum ikke knyttet opp til avhengighet, men til helseskader som følge av vanlig drikking<sup>2</sup>. Dette er en utfordring vi også opplever er økende i Nome.
- Vi har høyt forbruk av reseptbelagte medisiner, psykofarmaka og antibiotika.

Det er sammenheng mellom hvordan utdanningsnivå og økonomi påvirker den individuelle helsen. De med lavest utdanningsnivå og dårlig økonomi har statistisk sett også dårligst helse<sup>3</sup>. Med dette bakteppet er de følgende folkehelseutfordringene alarmerende for de kommende eldre.

- Vi har flere 45 år + som bor alene enn fylket og landet for øvrig. Det er også en større andel over 45 år som leier bolig i Nome enn det er i fylket og landet.
- Vi har en lavere andel av den voksne befolkninga som har fullført VGS eller høyere utdanning enn fylket og landet for øvrig.
- Vi har en høyere andel av befolkningen i alderen 20 – 66 år som mottar sosial stønad enn fylket og landet for øvrig.

#### *Framskrivning av tjenestebehov*

Telemarksforskning har, med utgangspunkt i gitte forutsetninger, laget en framskrivning av behovet for heldøgnsomsorgsplasser og brukere av hjemmetjenester fram mot 2040. Framskrivningen baserer seg på oppdaterte befolkningsframskrivinger (SSBs mellomalternativ, justert), noe reduksjon i behovet for boformer med heldøgns bemanning (2 prosent) og noe saktere aldring i befolkningen og dermed redusert tjenestebehov (rate 0,05). Dette er et anslag hvor en har tatt «høyde» for noe bedre utvikling enn det rene befolkningsframskrivinger tilsier. Telemarksforskings anbefalte framskrivning legger til grunn en økning i mottakere av bolig m/heldøgns omsorg og mottakere av hjemmetjenester med hhv. 86 og 108 fram til 2040 (Sak 19/2732 Nome sjukeheim - drøfting av kostnadsramme).

---

<sup>2</sup> <https://oslo-universitetssykehus.no/>

<sup>3</sup> <https://www.helsedirektoratet.no/tema/sosial-ulikhet-i-helse>

Fremtidig visjon for Nome basert på de fem innsatsområdene i Leve hele livet-reformen

#### *Et aldersvennlig Nome - **Nært og godt***

Det er et overordnet satsningsområde å bygge ut dagens tjenestetilbud i takt med utviklingen i befolknings sammensetningen. *Leve hele livet i Nome* skal følge opp regjeringens strategi for et aldersvennlig samfunn. Det er behov for kontinuerlig prosess i samskapning, samarbeid og partnerskap mellom alle aktører i samfunnet; offentlig, privat og frivillige for å finne de gode løsningene. Kommunens seniorer utfordres spesielt til å delta i dette arbeidet. Sykehjem og omsorgsboliger bør bygges slik at de blir en integrert del av lokalmiljøet. Gjerne med felles møteplasser og naboskap på tvers av generasjoner og funksjoner. Integrering i øvrig bomiljø, samlokalisering med annen virksomhet og sambruk av lokaler, legger grunnlag for gjensidig utnyttelse av ressurser, felles aktiviteter, uformelle møter og sosial omgang.

#### *Aktivitet og fellesskap - **Engasjert alderdom***

St. mld. 15 *Leve hele livet* peker på viktigheten av aktivitet, deltakelse og sosialt fellesskap. Våre bygder har et aktivt forenings- og næringsliv som arbeider for å fremme gode tilbud til befolkningen. De kommunale arenaene<sup>4</sup> som tilbyr fellesskap og aktiviteter er ønsket videreutviklet tverrfaglig og i samarbeid med private og frivillige krefter. Målet er bedre synlighet, større variasjon og gode samarbeid for å møte utfordringer som har kommet opp i medvirkningsprosessen.

#### *Mat og måltider - **Valg og muligheter***

Målet er å skape gode måltidsopplevelser og øke kunnskap og forståelse. Maten skal se, dufte og smake godt, samt være ernæringsmessig riktig. Variasjon og fleksibilitet i tilbudet, samt mulighet for å innta måltidene i et sosialt fellesskap er understreket i innspillene.

#### *Helsehjelp - **Trygg og positiv***

*Leve hele livet i Nome* skal skape de eldres helse- og omsorgstjenester, der det viktigste kan oppsummeres i spørsmålet: Hva er viktig for deg? Brukerne av de kommunale helse- og omsorgstjenestene uttrykker, gjennom sine innspill, et ønske om å sikres involvering og medbestemmelsesmuligheter. Målet er at innbyggerne skal få bistand til å mestre hverdagen i eget hjem så lenge som mulig.

#### *Sammenheng i tjenestetilbudet - **Helhet og forståelse***

En videreutvikling av et bredt tverrfaglig samarbeid mellom tjenester og fagområder er nødvendig for å skape et mer sammenhengende tjenestetilbud til eldre og deres pårørende. Samlokalisering av tjenester ved fremtidig bygging av ny sjukeheim, samt tett samarbeid med eksterne samarbeidspartnere i forhold til kunnskapsheving, vil være aktuelle strategier. Målet er at dette vil bidra til å skape trygghet og forutsigbarhet i overganger mellom eget hjem, sykehus og sykehjem .

Den vedlagte tiltaksplanen følger opp handlingsstrategien med konkrete tiltak

---

<sup>4</sup> Ribo, Lundetunet, Nome sjukeheim, Ulefoss samfunnshus, Nome bibliotek m.fl.

## Tiltaksplan Leve Hele Livet i Nome 2021 – 2031

Tiltaksplanen vil følge opp de lokale utfordringene og er basert på følgende av FNs bærekraftsmål:

3: God helse og livskvalitet.

3.5: styrke forebygging og behandling av rusmiddelbruk

3.8: Sikre allmenn tilgang til grunnleggende og gode helsetjenester

10: Mindre ulikhet

10.2: Fremme sosial, økonomisk og politisk inkludering av alle

10.3: Sikre like muligheter og redusere forskjeller

11: Bærekraftige byer og lokalsamfunn

11.1: Tilgang til tilfredsstillende og trygge boliger og grunnleggende tjenester

11.2: Tilgang til trygge, tilgjengelige og bærekraftige transportsystemer til en overkommelig pris

11.3: Styrke mulighetene for deltakende, integrert og bærekraftig samfunnsplanlegging

11.7: Sikre alle tilgang til trygge, inkluderende og tilgjengelige grøntområder og offentlige rom

16: Fred, rettferdighet og velfungerende institusjoner

16.6: Utvikle effektive, ansvarlige og åpne institusjoner på alle nivåer

16.7: Sikre lydhøre, inkluderende, inkluderende deltakelsesbaserte og representative beslutningsprosesser på alle nivå

16.10: Sikre allmenn tilgang til informasjon

17: Samarbeid for å nå målene

17.17: Stimulere til og fremme velfungerende partnerskap i det offentlige, mellom det offentlige og det private, og i det sivile samfunn som bygger på partnerskapenes erfaringer og ressursstrategier

Mange av tiltakene i *Leve hele livet i Nome* er å finne kommunens øvrige planverk. Synkroniteten i innsatsområder og tiltak synliggjør at kommunen planlegger og tilrettelegger for et aldersvennlig Nome.

Innsatsområde	Kopling til øvrig planverk	Strategi	Tiltak	Ansvar	Tidsramme	Kobling til økonomiplan	Merknad
<b>1. Et aldersvennlig Nome - nært og godt</b>	Kommunedelplan for helse og omsorgsetaten  Kommuneplanens samfunnsdel:  Nært til kommunen – god kommune	Medvirkning	1.1 Utarbeide systematisk gjennomføring av brukerundersøkelser og oppfølging av resultatene  1.2 Eldreråd og råd for personer med funksjonsnedsettelse blir rådført i tjenesteutvikling  1.3 Etablere flere brukerråd i helse- og omsorgstjenestene	Alle etater	Fortløpende	Medfører ingen kostnader	Vurdere nye metoder for brukerundersøkelser som kommer som følge av den teknologiske utviklingen
	Kommuneplanens samfunnsdel: Nært og godt å bo, og Nær brukervennlig natur – godt å bruke naturen	Universell utforming	1.3 Sentrumsnære turveger – prosjekt. Nome skal ha minst to sentrumsnære turveger i kommunen innen 2023, en i Lunde og en på Ulefoss  1.4 Kartlegge universell utforming og tilrettelegging av Ulefoss og Lunde sentrum	Folkehelsekoordinator	2020-2021	Folkehelsemidler + eksterne tilskudd	Prosjektet ses i sammenheng med satsning hos fylket og KS

	<p>Kommuneplanens samfunnsdel:</p> <p>Nærhet til tilbud og aktivitet – gode forbindelser</p>	<p>Gode transportmuligheter</p>	<p>1.5 Kommunen skal samarbeide med fylkeskommunen og Midt-Telemark kommune om korrespondanse buss, tog og kanalbåt, og vurdere etablering av [lokal] «Hent-meg-buss»</p>	<p>SU-etaten</p>	<p>2019-2027</p>	<p>Kostander må utredes</p>	<p>Vurdere plattformteknologi for fleksibilitet og tilgjengelighet i kollektivtilbudet</p>
	<p>Kommuneplanens samfunnsdel:</p> <p>Nær brukervennlig natur – godt å bruke naturen</p>	<p>Tilgjengelige grøntområder</p>	<p>1.6 Nome kommune skal prioritere og styrke områder for bading, turløyper og turområder som man ikke trenger bil for å komme til. Kommunen skal jobbe aktivt med [grønne lunger] og nærturer fra sentrum til natur med fokus på universell utforming</p>	<p>SU-etaten</p>	<p>2019-2027</p>	<p>Kr 200 000 i «koronamidler» mottatt i 2020 brukes til opprusting av badeplasser</p> <p>Ytterlige prosjekter vil igangsettes i strategiperioden. Det vil tilstrebes ekstern finansiering av prosjektene, men det kan være aktuelt med kommunale egenandeler</p>	<p>[ ]er lagt til for denne tiltaksplanen på bakgrunn av innspill</p>
	<p>Kommuneplanens</p>	<p>Sikkerhet for myke trafikanter</p>	<p>1.7 Det stilles rekkefølgekrav til G/S-veger i reguleringsaker</p>	<p>SU-etaten</p>	<p>2020-2025</p>	<p>Trafikksikkerhetsmidler søkes årlig fra</p>	

	samfunnsdel og arealdel		1.8 Innen 2025 skal kommunen tilrettelegge og etablere sykkelfelt på vegskulder der det er gjennomførbart og ønskelig, og ellers legge til rette for G/S veger i de deler av hovedtransportbåndet Skien-Ulefoss-Lunde-Bø hvor det er økonomisk og teknisk mulig			fylkeskommunen på bakgrunn av vedtatte tiltak i kommunens Trafikksikkerhetsplan	
	Kommuneplanens samfunnsdel Nær de du er glad i –god eldreomsorg, barnehage og skole  Kommuneplanens arealdel	Fortetting av sentrum	1.9 Sentrumsnære leiligheter. Innen 2021 skal Nome kommune gjøre en behovsanalyse med kost/nyttevurdering av minst 40 nye sentrale kommunale leiligheter for utleie for pensjonister og uføre, fordelt med 20 i Lunde og 20 på Ulefoss  1.10 Nye boliger innenfor 1 km av sentrumsområdene skal planlegges med livsløpsutforming	SU-etaten	2021	Analyse gjennomføres i forbindelse med kommunedelplan <i>Nært og godt å bo</i> . Planarbeidet har oppstart høsten 2021.	Planen skal være både for de som trenger hjelp til å bo, og nye innbyggere.
<b>2. Aktivitet og</b>	Kommuneplanens samfunnsdel:	Samarbeid og partnerskap med	2.1 Det skal etableres frivillighetsplattformer, [fysiske og/eller digitale]	Prosjektgruppe Nyby: leder	2021	Eksternt tilskudd fra Helse-	



<b>fellesskap – engasjert alderdom</b>	<p>Kommunedelplan for helse og omsorg</p> <p>Kommunedelplan for kultur, fritid og frivillighet</p> <p>Villig frivillig – Nome kommunes frivillighetsmelding</p>	<p>frivillighet – koble tjenester, tilbud og tiltak</p> <p>Eldre og unge som har lyst og mulighet til å bidra i samfunnet, skal få mulighet til det</p>	<p>som kan legge til rette for å organisere unge og eldre til oppgaver som for eksempel småjobber og digitale hjelpere, [turvenn og aktivitetskontakter].</p> <p>Nome kommune skal stimulere til sosialt entreprenørskap for å løse deler av tjenestebehovet til eldre</p>	<p>for pleie og omsorg, folkehelsekoordinator, leder for Ringsevja aktivitetssenter og demenskoordinator</p>		<p>direktoratet for 2021</p> <p><i>[ ]er lagt til for denne tiltaksplanen på bakgrunn av innspill</i></p>	
	<p>Kommunedelplan for kultur, fritid og frivillighet</p>	<p>Mobilisere eldreressursen</p>	<p>2.2 Utarbeide konkrete rekrutteringsstrategier for å få seniorer til å engasjere seg i frivilligheten i kommunen, og for å delta på aktiviteter som tilbys, både ordinære og tilrettelagte</p>	<p>Avdeling for kultur, fritid og frivillighet</p>	<p>2021-2023</p>	<p>Medfører ingen kostnader*</p>	<p>*se til tiltak 2.1</p>
	<p>Kommunedelplan for helse- og omsorg</p>	<p>Møteplasser</p>	<p>2.3 Videreutvikle/ tilpasse dagtilbudene/ aktivitetssentrene.; Nome Aktivitetssenter (Nome sjukeheim og RIBO), Lundetunet og Ringsevja Aktivitetssenter, Actus og psykisk helse, blant annet</p>	<p>HO-etaten i samarbeid med avdeling for kultur fritid og folkehelse</p>	<p>2021-</p>	<p>Tilstrebes gjennomført innenfor budsjett-rammene</p>	<p><i>[ ]er lagt til for denne tiltaksplanen på bakgrunn av innspill</i></p>

	Kommunedelplan for kultur, fritid og folkehelse		med tanke på åpningstider, tilpassede aktiviteter, [generasjons-treff] og tilgjengelighet  2.4 Videreutvikle kommunens DKSS-tilbud (den kulturelle spaserstokken), og også etablere nye, tilrettelagte kulturtilbud på biblioteket	Avdeling for kultur, fritid og folkehelse			
	Kommuneplan for kultur, fritid og frivillighet	Tilby ekstra tilrettelegging for gode bibliotekopplevelser for alle, uavhengig av alder, bakgrunn og funksjons-nivå	2. 5 Igangsette lesegledeprosjekter som for eksempel "Lesevenn" og "Boken kommer hjem" i samarbeid mellom Nome bibliotek og frivilligheten	Avdeling for kultur, fritid og folkehelse	2020-2023	Medfører ingen kostnader	
			2. 6 Igangsette prøveordning med Sterk og Stødig - lavterskel styrke, balanse –og kondisjonstrening		Høst 2021	Medfører ingen kostnader	Samarbeid mellom helse v/fysioterapeut og frivillige
	Kommuneplan for	Aktiviteter	2.7 Etablere en digital plattform for synlighet av aktiviteter, tjenester og	HO-etaten i samarbeid med avdeling	2021	Det vil tilstrebes ekstern finansiering av	

	kultur, fritid og frivillighet		tilbud, og utarbeide informasjonsmateriell med tilsvarende innhold i papirform	for kultur, fritid og folkehelse		prosjektene, men kan være aktuelt med kommunale egenandeler	
	Kommuneplanens samfunnsdel: Nær de du er glad i – god eldreomsorg, barnehage og skole  Kommuneplan for kultur, fritid og frivillighet	Eldre og unge som har lyst og mulighet til å bidra i samfunnet, skal få mulighet til det	2.8 Det skal etableres to faste møtepunkter for samarbeid mellom etater og mellom offentlige og frivillige for å sikre gode og varierte aktivitetstilbud tilrettelagt av eldre og for eldre	HO-etaten og Avdeling for kultur, fritid og folkehelse	2021-2023	Medfører ingen kostnader	
	Kommuneplan for kultur, fritid og frivillighet	Aktivitetsutstyr	2.9 Nomebua som drives av Nome nærmiljøsentere skal videreutvikles i samarbeid med kommunen for å også inkludere tur –og treningsutstyr og enkle hjelpemidler for eldre	Avdeling for kultur, fritid og folkehelse	2021-2022	Det vil tilstrebes ekstern finansiering av prosjektene, men kan være aktuelt med kommunale egenandeler	
	Kommuneplanens samfunnsdel: Nær de du er glad i	Digital hverdag: Bidra til at alle kan delta i det	2. 10 Det skal holdes kurs i bruk av digitale verktøy for fullverdig deltakelse i den digitale hverdagen. Kurs	HO-etaten i samarbeid med avdeling for	2021-	Det vil tilstrebes ekstern finansiering av prosjektet, men det kan være aktuelt med	

	Kommuneplan for kultur, fritid og frivillighet	digitale samfunnet	skal tilbys minimum to ganger i året	kultur fritid og folkehelse		kommunale egenandeler	
	Kommunebudsjett 2021		2.11 Bassenget på Dagsrud oppgraderes for å gi et bedre tilbud til befolkningen	SU-etaten	2020-2021	Satt av kr 100 000 i budsjett 2021 til mulighetsstudie for fremtidig bruk av Dagsrud-bassenget	
<b>3. Mat og måltider - Muligheter og matglede</b>	Kommunedelplan for helse og omsorg	Skape gode måltidsopplevelser for både hjemmeboende og beboere på sjukeheim: "Tjenestene skal gis i samsvar med lover og forskrifter (jfr. bla. Ledelses -og Kvalitetsforskriften og Helse- og Omsorgs-	3.1 Øke forståelse og kunnskap om ernæring 3.1.1 Videreutvikle ernæringsnettverk for ansatte i tjenestene, og legge til rette for videreutdanning og kurs innenfor området 3.1.2 Tilby kurs og informasjon om ernæring og matglede til kommunens seniorer, blant annet i forbindelse med forebyggende hjemmebesøk til 75 åringene 3.2 Skape generasjonsmøter	HO-etaten og avdeling for kultur, fritid og folkehelse	2021-2023	Flere av tiltakene vil kunne gjennomføres innenfor budsjett-rammene  Det vil ellers tilstrebes ekstern finansiering av prosjektene, men det kan være aktuelt med kommunale egenandeler	Innsatsområdet er ikke spesifisert i gjeldende planverk. Vil komme inn i revidert HO-plan strategisk kompetanseplan for helse- og omsorgsetaten

		<p>tjenesteloven) og det skal gjennomføres tiltak i samsvar med satsningsområder i Stortingsmelding nr 15 2017-2018, «Leve hele livet»</p>	<p>ved måltider både på institusjon og for hjemmeboende, f.eks besøksvenn for måltider, matlagingskurs og lignende (Se også tiltak 2.2.)</p> <p>3.3 Legge til rette for økt valgfrihet for tidspunkt av måltider og hva som skal spises, bl.a ved hjelp av digitale løsninger</p>				
<p><b>4. Helsehjelp – trygg og positiv</b></p>	<p>Kommunedelplan for helse og omsorg med tilhørende «under»-planer</p>	<p>Kommunedelplanen 2018 – 2028 for helse- og omsorgsetaten er det overordnede strategiske styringsdokumentet.</p>	<p>4.1 Videreføre satsningsområdene i prosjektet “Rehabilitering i Nome - hva er viktig for deg”</p> <p>Hjemmerehabilitering og hverdagsmestring</p> <p>Brukermedvirkning /brukerråd</p> <p>Rekruttere og beholde kompetente medarbeidere</p> <p>Arbeide for faste hele stillinger</p>	<p>HO- etaten</p>	<p>2020-2028</p>	<p>Tiltakene prioriteres inn i budsjetttrammene for økonomiplanperioden</p>	

			<p>Videreutvikle Frisklvs-sentralen</p> <p>Utbygge tjenestene med tanke på bruk av velferds-teknologi, enkle helsetjenester og medisinsk avstandsoppfølging</p> <p>Sørge for informasjon og tilgjengelighet av hjelpemidler</p> <p>Demensforebygging / oppfølging</p> <p>Avsette ressurser i HO til kontakt mot frivillige, lag og organisasjoner</p> <p>Forebyggende hjemmebesøk til 75-åringer /kartlegging:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Hverdags-mestring, forebygging, sikkerhet+ +</li><li>-Planlegging av egen alderdom; f.eks ved hjelp av “Min omsorgsplan”, “Mitt livs-testamente”– fullmakt og planlegging</li><li>-Kunnskapsbaserte tjenester – tjenestene skal bruke relevant styringsdata</li></ul>			
--	--	--	---	--	--	--

			og forskning for utvikling av gode tjenester <b>Viser for øvrig til ytterligere tiltak i HO-planen</b>				
		Senior-oppfølging hos lege/helsestasjon	4.2 Videreutvikling av fastlegetjenesten Vurdere å opprette "Helsestasjon for eldre" - et oppfølgingstilbud for eldre hjemmeboende for å kunne bo hjemme lenger og mestre egen hverdag	HO-etaten	2022-2024	Det vil tilstrebes ekstern finansiering av prosjektene, men det kan være aktuelt med kommunale egenandeler	Innsatsområdet er ikke spesifisert i gjeldende planverk. Vil komme inn i revidert HO-plan strategisk kompetanseplan for helse- og omsorgsetaten <a href="https://www.helsebiblioteket.no/omsorgsbiblioteket/nyheter-og-aktuelt/helsestasjon-for-eldre">https://www.helsebiblioteket.no/omsorgsbiblioteket/nyheter-og-aktuelt/helsestasjon-for-eldre</a>
		Sømløs samhandling og informasjon	4.3 Digitalisere skjemaer for bedre samhandling og samordning av tjenester internt og eksternt (jf satsingsområde 5), eks med bruk av Visma omsorg 4.4 Opplysninger om helsetjenester og informasjon om egenandeler knyttet til helse- og omsorgstjenester, f.eks overgang mellom hjemme og institusjon mm. skal	SU-etaten og HO-etaten	2021-2023	Tiltakene prioriteres inn i budsjetttrammene for økonomiplanperioden	

			gjøres lett tilgjengelig og forståelig				
	Kommuneplanens samfunnsdel - Nært til kommunen – god kommune	Livsmestring Nome kommune skal være en foregangs-kommune for arbeid med folkehelse	4.5 Øke innbyggers kunnskap om psykisk og fysisk helse; f.eks med KID/KIB-kurs**, forebyggende hjemmebesøk for 75-åringene, f.eks informasjon om søvn, alkohol/medikamentbruk mm		2020-	Tiltakene prioriteres inn i budsjetttrammene for økonomiplanperioden  Det vil ellers tilstrebes ekstern finansiering	** KID= Kurs i mestring av depresjon KIB= Kurs i mestring av belastning
<b>5. Sammenheng i helse-tilbudet: Helhet og forståelse</b>	Kommunedelplan for helse- og omsorg	Kunnskapsbaserte tiltak	5.1 Delta i forskningsprosjekt i regi av USN: «Flere gode dager hjemme: Styrke helsefremmende praksis i kommunale helse- og omsorgstjenester til eldre som mottar tjenester i hjemmet»  5.2 Delta i aktuelle nettverk og samarbeid i regi av USHT *** og Statsforvalteren	HO-etaten	2021-2023	Eksternt finansiert	***Undervisnings-sykehjem og hjemmetjenester
	Kommunedelplan for helse og omsorg	Sikre bredt tverrfaglig samarbeid mellom	5.3 Opprette og videreutvikle nødvendige ressursfunksjoner og tilrettelegge for at disse	HO-etaten	2020 -	Tiltaket prioriteres inn i budsjetttrammene for	



		tjeneste- og fagområder	kan arbeide på tvers i etaten			økonomiplan-perioden	
	Kommunedel -plan for helse og omsorg  Kommuneplanens samfunnsdel og arealplan	Utvikling av tjenestetilbudets infrastruktur	5.4 Ved evt. bygging av ny sjukeheim bør samlokalisering stå i fokus	SU-etaten og HO-etaten	?	Må avklares i økonomiplan-perioden	Sykehjem og omsorgsboliger bør bygges slik at de blir en integrert del av lokalmiljøet
	Kommunedel -plan for helse og omsorg	Samarbeid på tvers av etater, fag og sektorer  Fremme folkehelse i alt planarbeid i kommunen og å videreutvikle dette med ulike aktører	5.5 Utvikle et tettere samarbeid med frivillige lag og foreninger og frivillighetssentralen  5.6 Videreutvikle samarbeidet med avdeling for kultur, fritid og folkehelse, avholde faste samarbeidsmøter.  5.7 Videreutvikle samarbeid med oppvekstetaten med fokus på generasjonsmøter	HO-etaten og avdeling for kultur, fritid og folkehelse	2021 -	Medfører ikke kostnader	