



RINGERIKE
KOMMUNE

Eldrerådets konferanse

9. Mai 2022



RINGERIKE
KOMMUNE

Leve hele livet

Kristin Akre-Hansen og Julie Hildeskår

Meld. St. 15

(2017–2018)

Melding til Stortinget

Leve hele livet

En kvalitetsreform for eldre



De fleste eldre i Norge lever gode liv.

De former sin egen hverdag.

De er aktive og deltar i sosiale fellesskap.

De får gode helse- og omsorgstjenester når det trengs.

De bidrar med sine ressurser i jobb, for familie og venner eller i nærmiljøet, og det blir verdsatt.

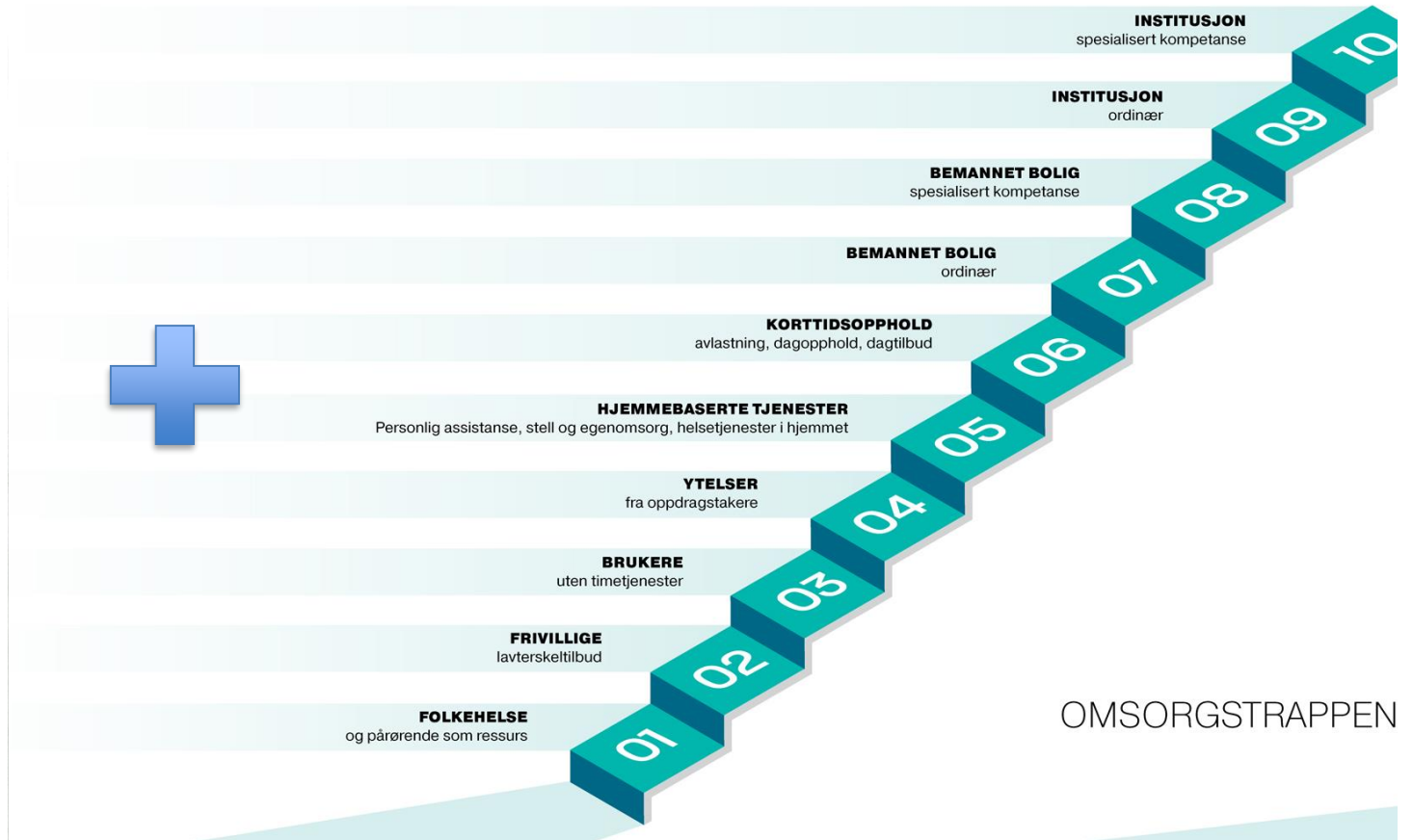
Samfunnsreform



**Ringerike
Kommune**

Innenfor strek båndvang 01.04-30.09

Utenfor strek båndvang 01.04-20.08



Reformens 5 hovedområder (kilde Helsedirektoratet)



Et aldersvennlig Norge

Målet er å skape et samfunn som legger til rette for at eldre kan bidra og delta i samfunnet.

Aktivitet og fellesskap

Målet er økt aktivitet, gode opplevelser og fellesskap.

Mat og måltider

Målet er å redusere underernæring og skape gode mat- og måltidsopplevelser for den enkelte.

Helsehjelp

Målet er å øke mestring og livskvalitet, forebygge funksjonsfall og gi rett hjelp til rett tid.

Sammenheng og overganger i tjenestene

Målet er økt trygghet og forutsigbarhet i pasientforløpet til eldre og deres pårørende.



Hvordan vil jeg føle meg?

Gode rutiner i hverdagen er et bra utgangspunkt for et godt liv hele livet. Når du får mer tid til overs og ikke skal på jobb hver dag, er det kanskje en god idé å ikke leve som om det er lørdag hele uken.



Hva vil jeg fylle tiden med?

I årene som kommer får du mer fritid. Det er lurt å tenke litt over hva du ønsker å gjøre, hva du trives med og hva som betyr noe for deg - gjerne i god tid før pensjonsdagen plutselig er der.

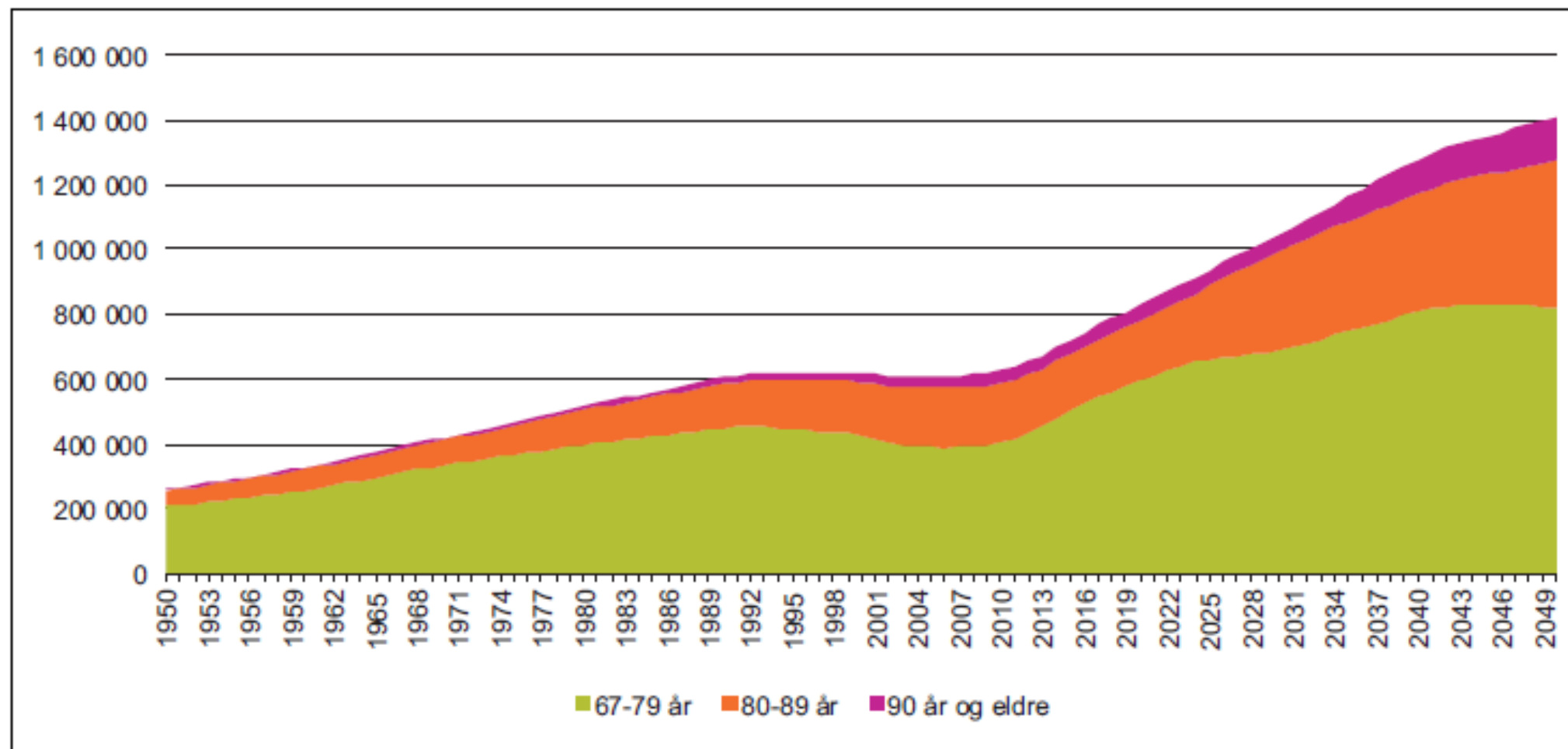


Hvem vil jeg omgås?

Et godt liv handler mye om å ha folk rundt seg, bli sett og å ha noen å støtte seg til i livets oppturer og nedturen. Noen trenger mange, andre trenger få – men alle trenger noen, og du skal også ha tid til deg selv.



Antall eldre øker frem til år 2050

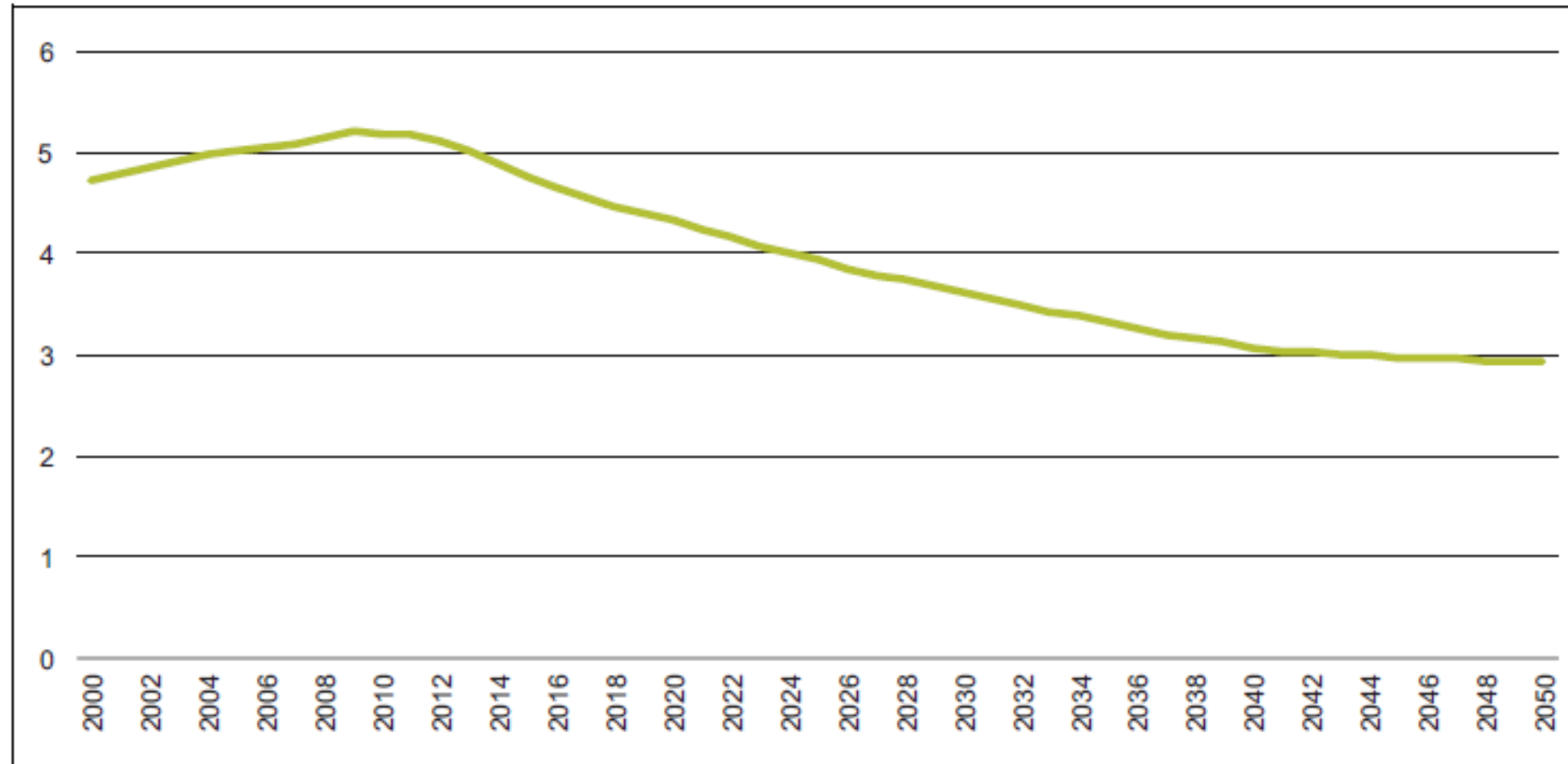


Figur 2.7 Antall personer i aldersgruppen 67 år og eldre 1950–2050

Kilde: Statistisk sentralbyrå 2016. Middelalternativet (MMMM) i befolkningsframskrivningene.



Antall i yrkesaktiv alder pr antall eldre reduseres

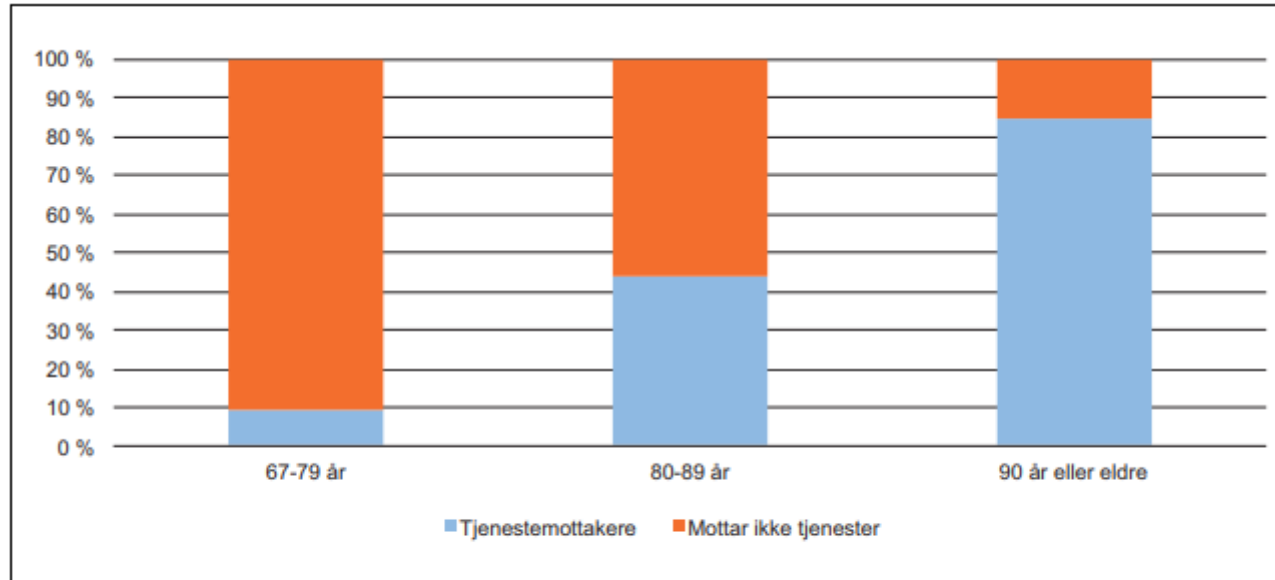


Figur 2.10 Antall personer i yrkesaktiv alder (16–66 år) per antall eldre i gruppen 67 år og mer (Koeffisienten for aldersbæreevne) 2000–2050

Kilde: Statistisk sentralbyrå 2016. Middelalternativet (MMMM) i befolkningsframskrivningene.



Bruk av kommunale helse- og omsorgstjenester



Figur 2.3 Andel mottakere av omsorgstjenester i aldersgruppene 67–79 år, 80–89 år og 90 år og eldre per 31.12.2017

Kilde: Statistisk sentralbyrå Statistikkbanken (foreløpige tall)

I 2017 var det 283 000 brukere av en eller annen kommunal omsorgstjeneste. Av dem var 60 % 67 år eller eldre.

Tjenesteomfang på tjenester i eget hjem har vokst. Tallet på tjenester i institusjon holder seg stabilt.

Det er de eldre over 90 år som har størst behov for bistand.

Ca. 90 % av eldre over 67 år er i kontakt med fastlegen, og de utgjør om lag en fjerdedel av alle konsultasjoner hos fastlegene.

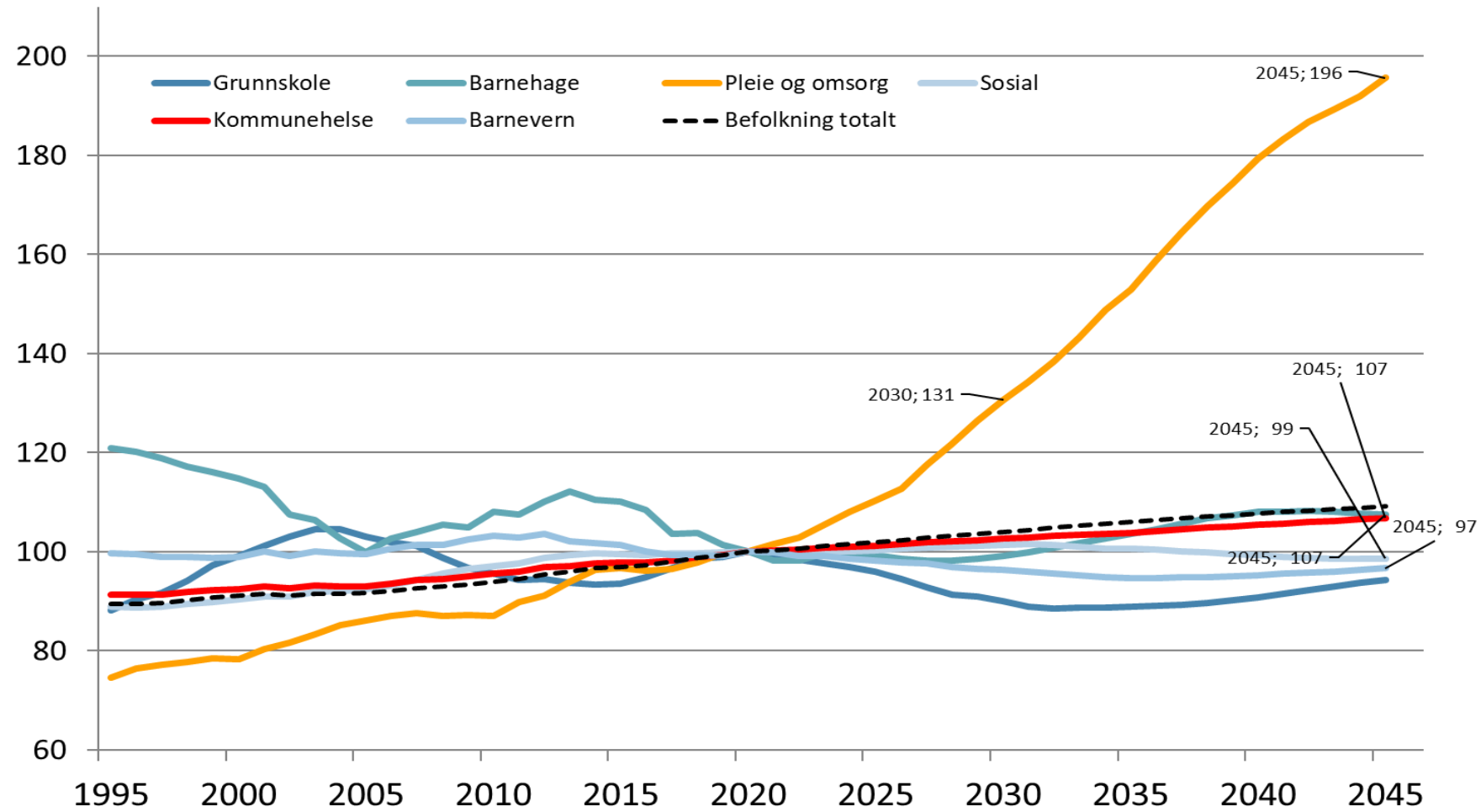
To av tre av de over 80 år vurderer sin tannhelse som god.



Framskrivning behov for kommunale tjenester



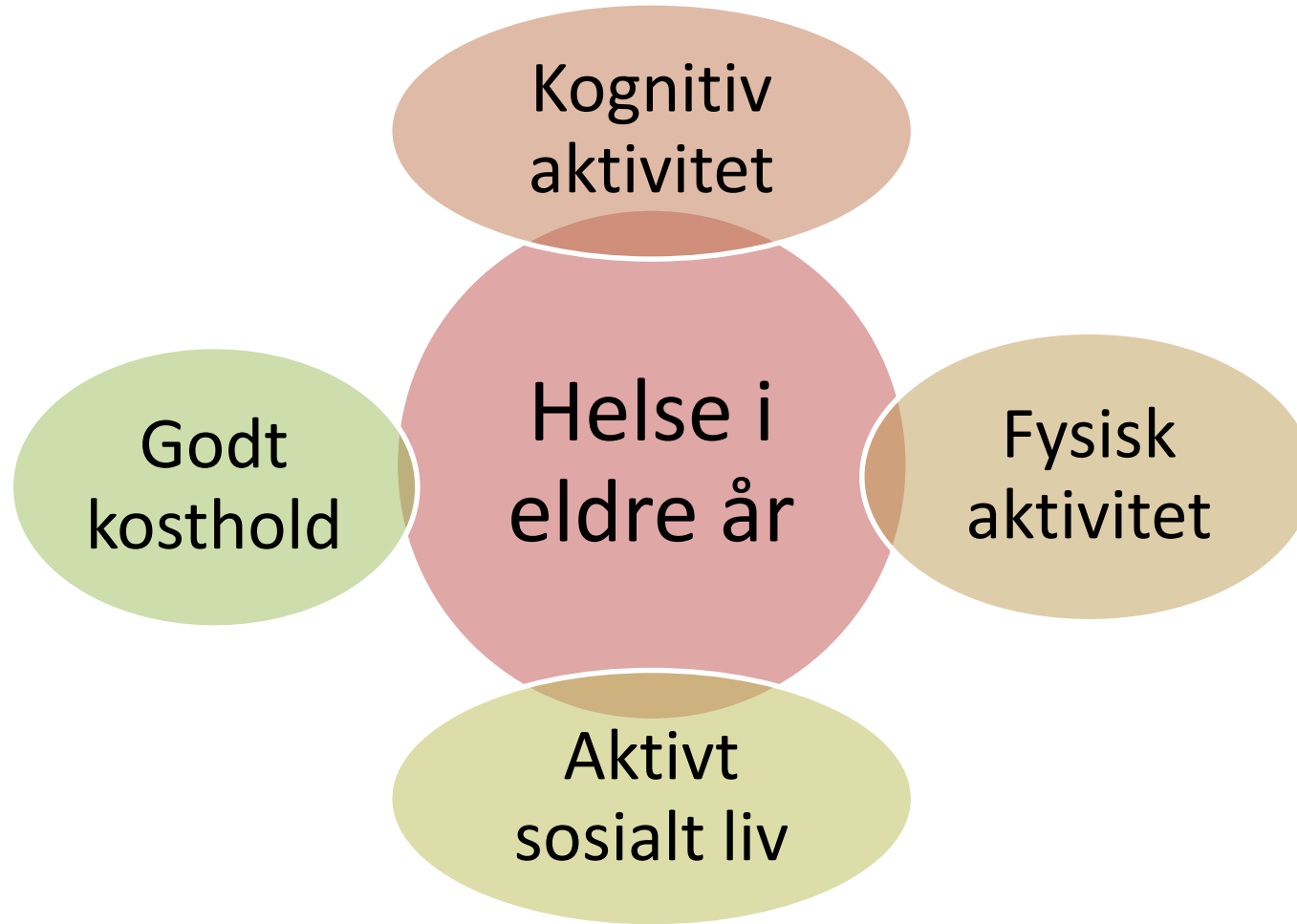
Beregnet behov for tjenester. 2020 = 100 K-3007 Ringerike



Hva kan vi gjøre selv?



FHI fremhever fire nøkkelfaktorer som viktige for å få gode år som eldre og for å kunne bo hjemme så lenge som mulig.





- Innbyggerne planlegger for egen alderdom
- Innbyggerne involveres i planleggingen av aldersvennlige lokalsamfunn
- Innbyggerne tar i bruk egne ressurser i frivilligheten og organisasjonslivet
- Eldrerådene er særdeles viktig
- Kommunen arbeider med tjenesteutvikling, digitalisering, velferdsteknologi og tilpasninger til morgendagens demografi



RINGERIKE
KOMMUNE

Aldersvennlig samfunn

Lars Torstensen Lindstøl



Hva legger vi i «aldersvennlig samfunn»

Hva skal til for et aldersvennlig samfunn?

Samfunnsutvikling- arbeid med planer og føringsdokumenter – styringsverktøy

Hvordan få medvirkning, hvordan nå ulike grupper





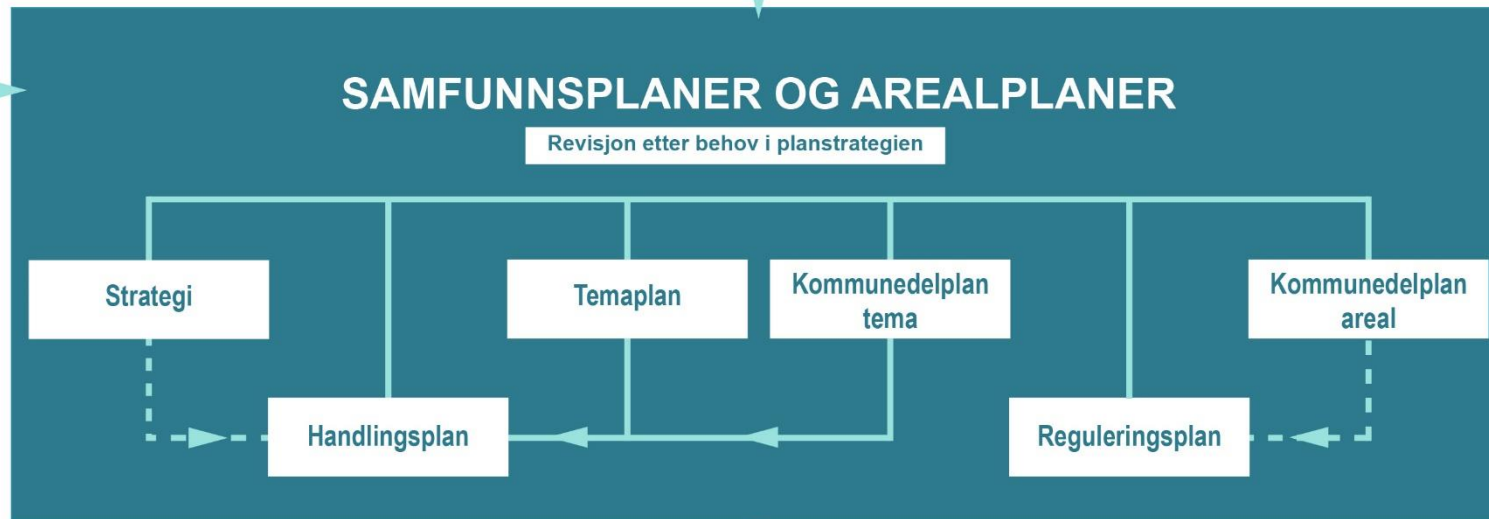
Et aldersvennlig samfunn er et samfunn der eldre

- har reell mulighet til å ferdes i og bruke nærmiljøet
- bor hjemme lengst mulig
- har aktiviteter de har lyst til å delta på og mulighet til å komme seg dit
- unngår ensomhet og sosial isolasjon
- kan bidra som den ressursen de er

Planer og føringsdokumenter



Strategisk



Strategisk utdypning

Tiltak



Prioritering
og fordeling
av midler



- Handlingsplan for «Leve hele livet»
- Kommunene og samfunnet skal legge til rette for at eldre har muligheten til å leve gode liv. I lokalsamfunnene finnes det mange gode løsninger som sikrer de over 65 år gode liv. For å følge opp Meld. St. 15 (2017-2018) Leve hele livet – en kvalitetsreform for eldre, lages det en tiltakspakke.

Hva er en tiltakspakke



Sentralisering

- Miljø
- Barn og unge
- Universell utforming
- God folkehelse
- Bærekraftig vekst

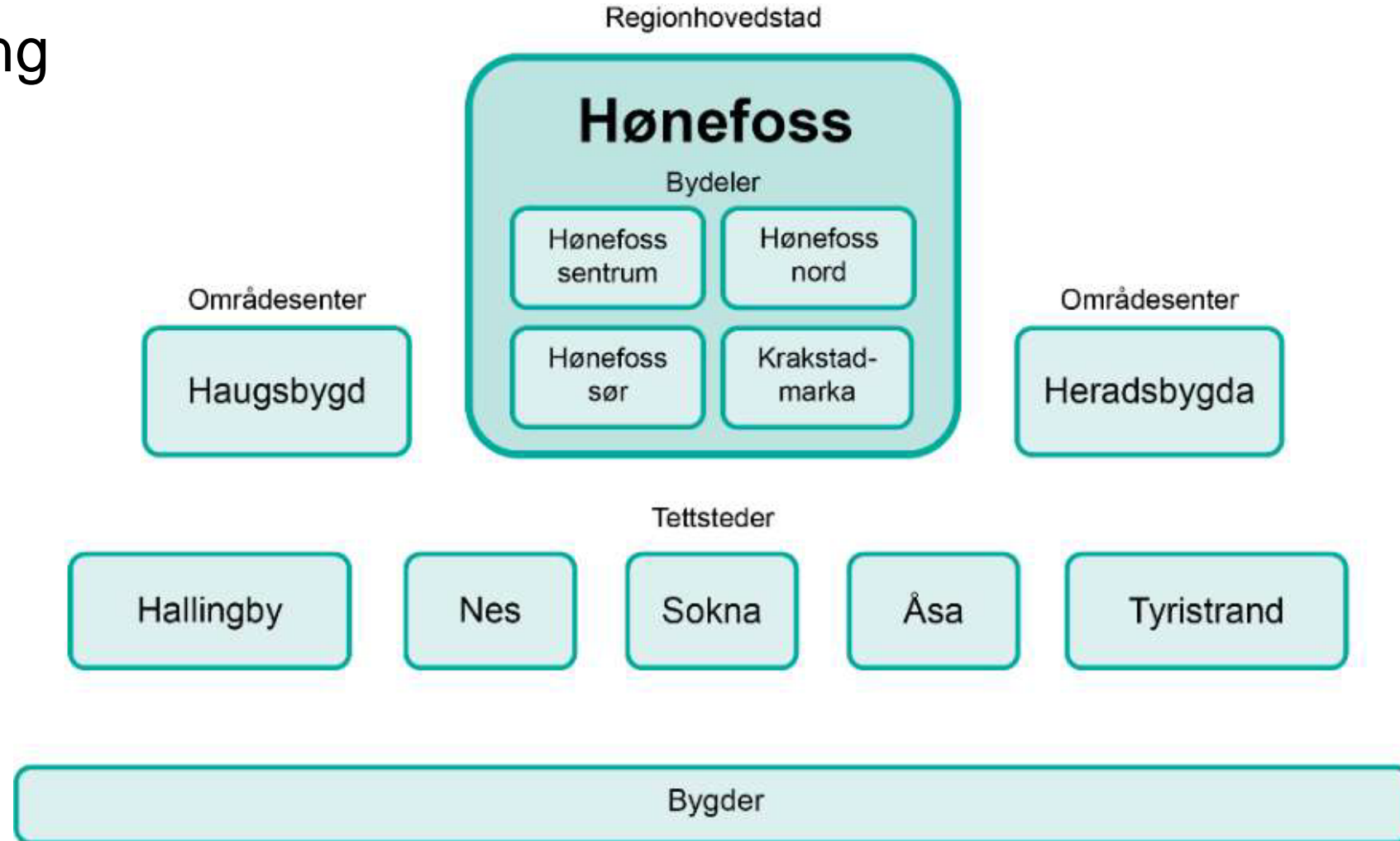


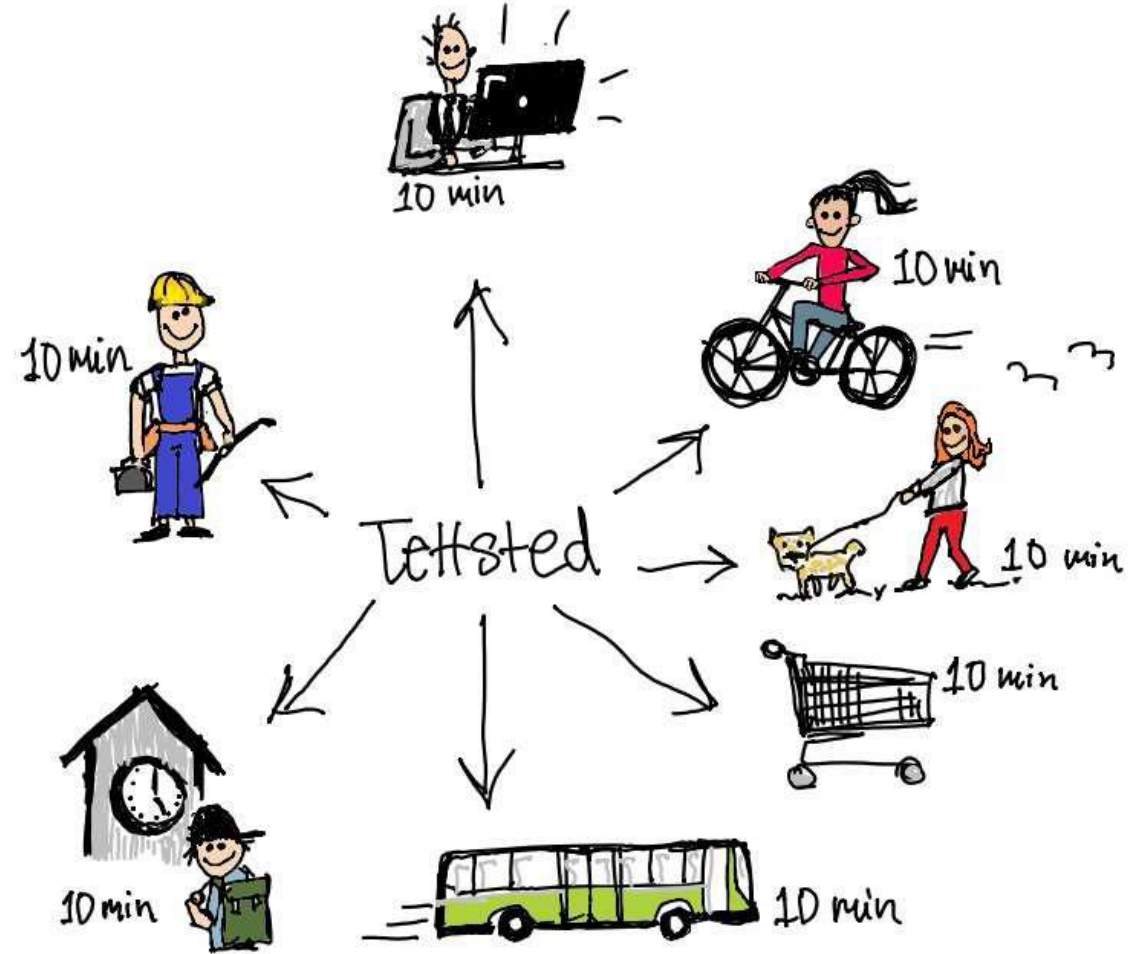
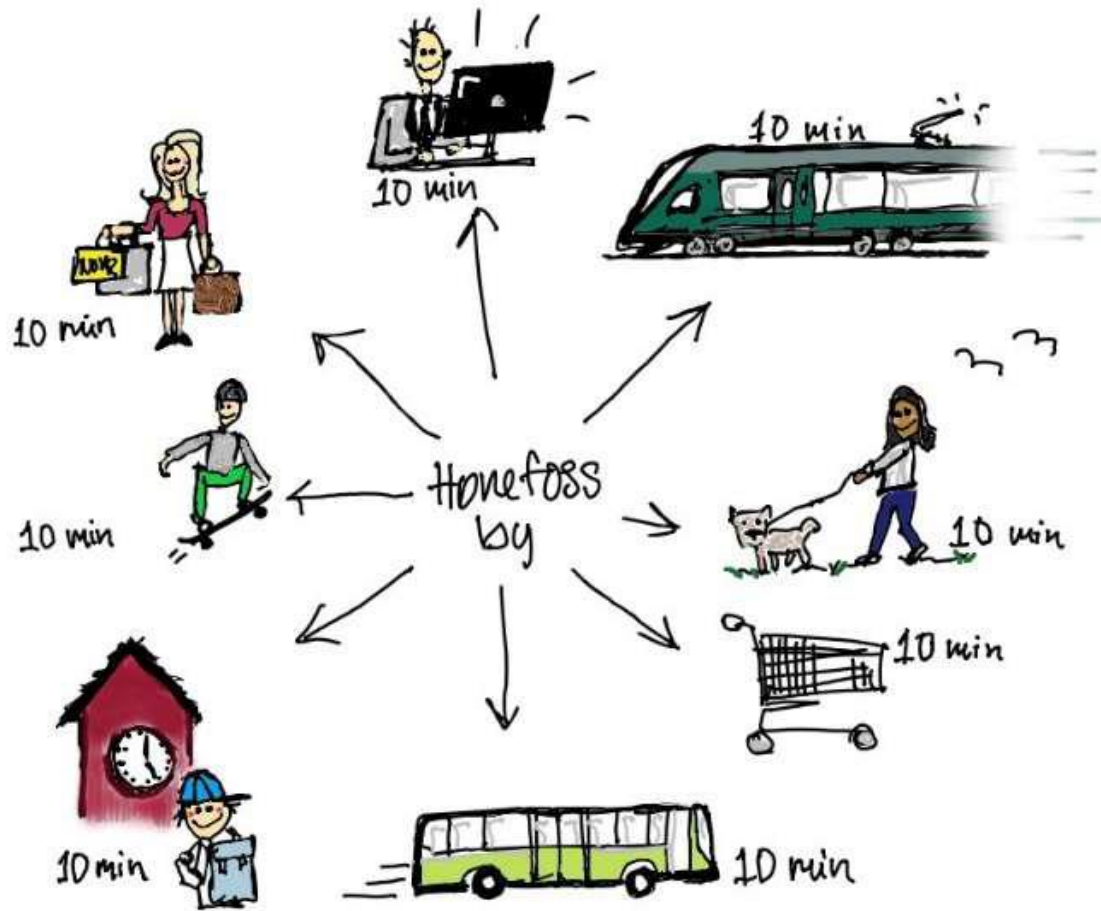


- Hvorfor sentralisere
- Hvordan sentralisere
- Hvorfor ikke sentralisere



- Knutepunktsutvikling
- Tettstedsutvikling







- For

- Mot?



Eksempler på prosjekter



- Loeskollen



- Boverian



- Schjongslunden/Elvelangs



- Bytoalett



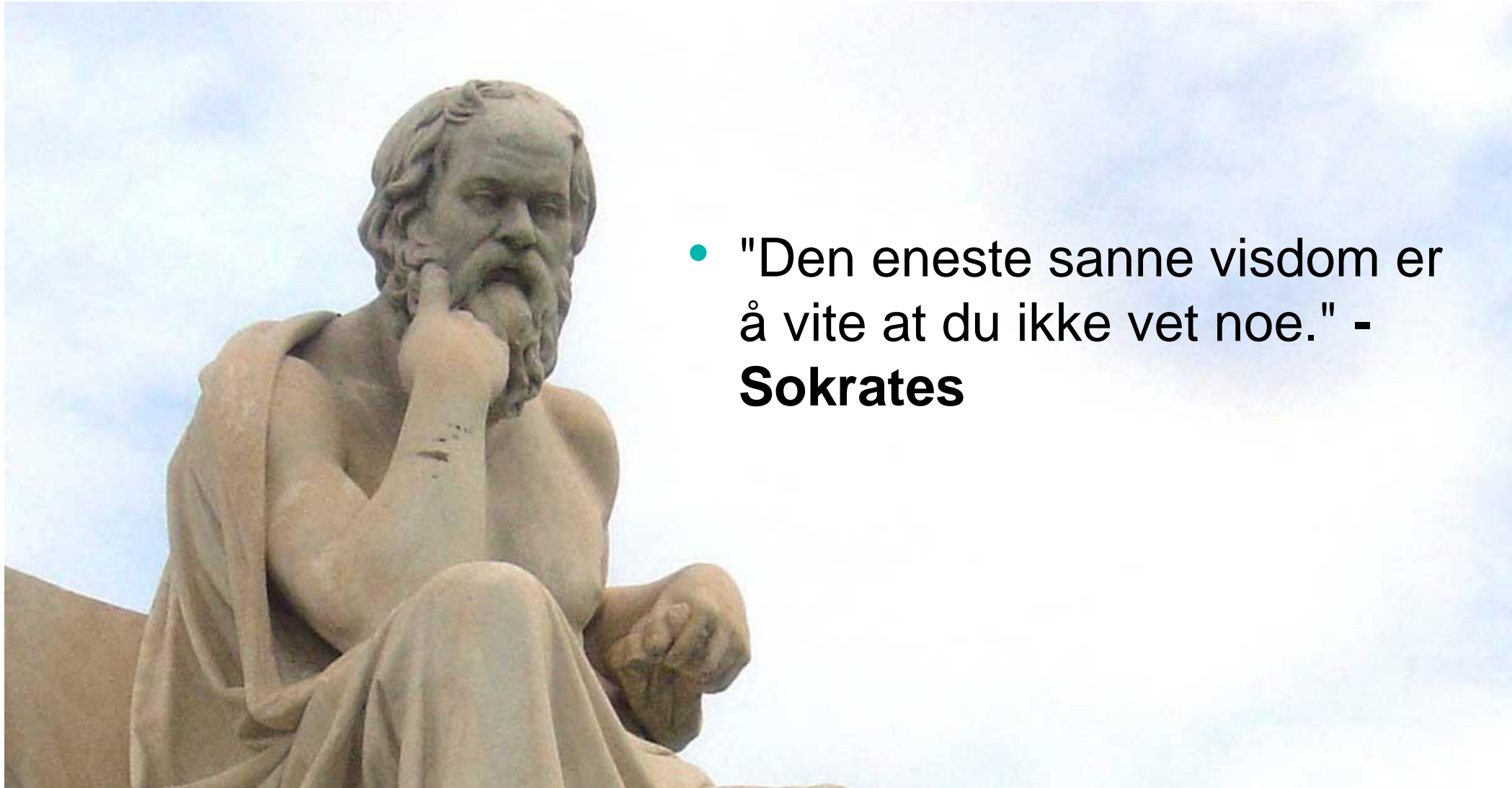


- **Virkninger av planen**
- Fyller en et tomrom i Haugsbygds botilbud som gjør at det er attraktivt for bygdas innbyggere som kan bo lengre i bygda, som igjen frigjør boliger til de som trenger mer plass.
- Botilbud med 100% universell utforming
- God tilrettelegging for hjemmetjenester



- **Bovieran - et spennende boligkonsept for deg over 50**
Bo i middelhavsklima hele året - på Ringerike.





- "Den eneste sanne visdom er å vite at du ikke vet noe." - **Sokrates**



- **Hva er «medvirkning»? -og hvorfor er det så vanskelig**

- **Kapittel 5. Medvirkning i planleggingen**

- **§ 5-1. *Medvirkning***

- Enhver som fremmer planforslag, skal legge til rette for medvirkning. Kommunen skal påse at dette er oppfylt i planprosesser som utføres av andre offentlige organer eller private.
- Kommunen har et særlig ansvar for å sikre aktiv medvirkning fra grupper som krever spesiell tilrettelegging, herunder barn og unge. Grupper og interesser som ikke er i stand til å delta direkte, skal sikres gode muligheter for medvirkning på annen måte.





Bylab

- Kommunens hjemmeside
- Høring
- Folkemøter
- Undersøkelser
- Telling/kartlegging
- Referansegrupper



Plan for informasjon og medvirkning



| Fase | Hensikt/mål | Når | Medvirkningsaktiviteter/informasjon |
|---|---|-----------------------|--|
| Oppstart | Informere om at planarbeidet starter. Formidle kunnskap om prosessen, hva arealdelen er og hvordan gi innspill. Få innspill til oppstart og planprogram om prosess og tema som bør utredes. | Mar.- mai 2022 | <ul style="list-style-type: none"> - Kommunens nettside og Facebook - Ringerikes blad, møte med Ringerikes blad - Filmsnutt: Om arealdelen og hvordan gi innspill - ByLab: Utstilling og informasjonsmøter - Regionalt planforum med statlige og regionale myndigheter - Møte med nabokommuner og Interkommunalt politisk råd for ringeriksregionen (IPR) - Språkkafé og kunnskap til lunsj på biblioteket - Luna – arena for næringsutvikling og vekst. |
| Areal- innspill og innspill til planarbeid et | Få innspill til planarbeidet, inkludert innspill om ny eller endret arealbruk. Få fram hvor vi er i prosessen. | Apr.- aug. 2022 | <ul style="list-style-type: none"> - Kommunens nettside og Facebook - Ringerikes blad - ByLab (åpne kontordager med veiledning og informasjon) - Filmsnutt: "Hvordan gi innspill?" - Digital innbyggerdialog |
| Arbeid med planforslag | Utarbeide planforslag. | Feb.- des. 2022 | <ul style="list-style-type: none"> - Befaringer og møter etter behov - Tematiske medvirkningsmøter, drøfte konkrete problemstillinger med ulike grupper - Ungt Entreprenørskap (5. trinn gir innspill til planforslag for "sitt" lokalsamfunn) - Regionalt planforum med statlige og regionale myndigheter |
| Høring og offentlig ettersyn av planforslag | Informere om planforslaget og hvordan gi innspill. Få innspill til planforslaget. Viktige temaer å drøfte med barn og unge vil for eksempel være omdisponering av arealer til byggeformål. | Jan.- mar. 2023 | <ul style="list-style-type: none"> - Kommunens nettside og Facebook - Varslingsbrev - Ringerikes blad - ByLab: Utstilling, frokostmøter, åpne kontordager - Filmsnutt: "Planforslaget og hvordan gi innspill" - Informasjon om planforslaget i innbyggerdialog - Informasjon i politiske råd og utvalg med mulighet til å gi innspill til planforslaget - Folkemøter i Hønefoss, Heradsbygda, Haugsbygd og tettstedene - Luna – arena for næringsutvikling og vekst |
| Kunn- gjøring av plan | Informere om vedtatt plan | Jun. 2023 | <ul style="list-style-type: none"> - Kommunens nettside og Facebook - Varslingsbrev - Ringerikes blad - ByLab |





- Hvordan engasjere
- Hvordan nå de man ønsker
- Hvordan bruke innspillene



RINGERIKE
KOMMUNE

Folkehelsenettverket

Lina Marie Brathaug Frantzen

Hva er folkehelse og folkehelsearbeid?

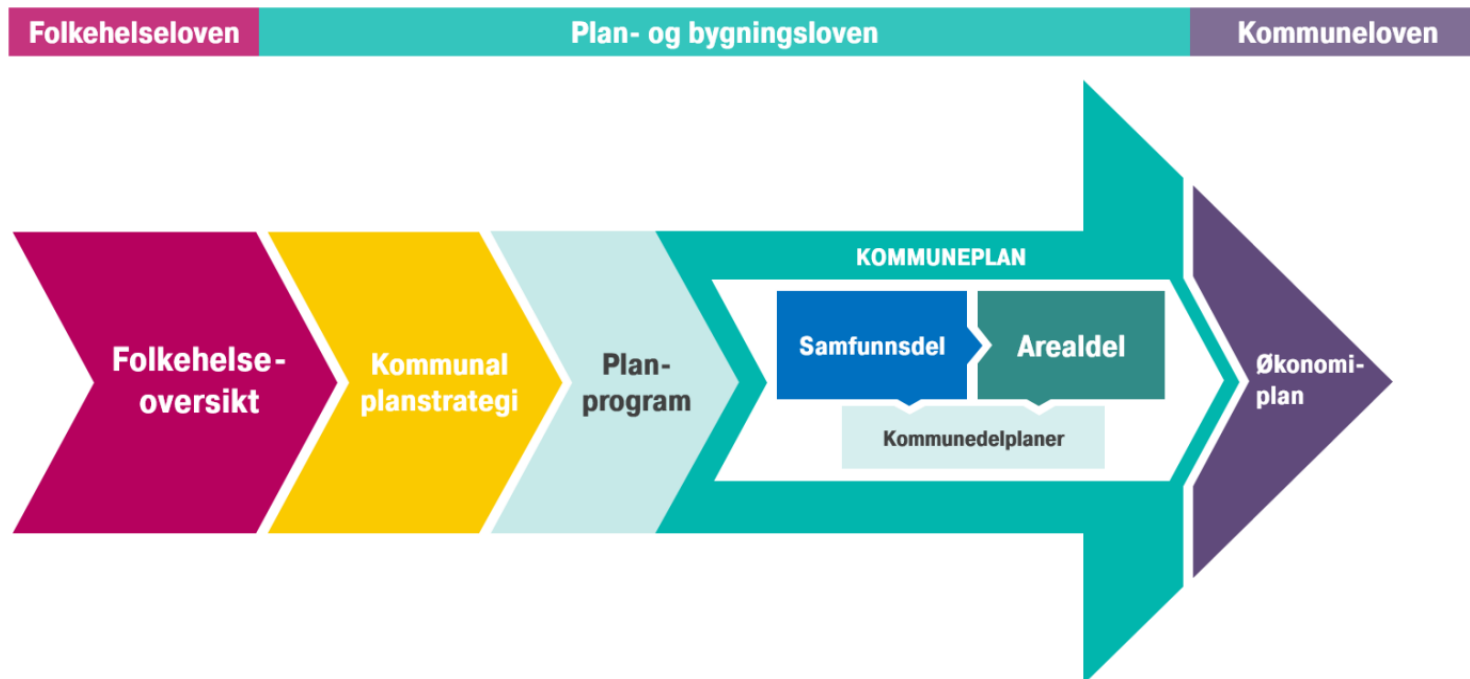


- Folkehelse handler om hvordan du og vi alle har det; helse, fravær av sykdom, mestring, trivsel og livskvalitet. Det handler om hvordan befolkningens helsetilstand er, og hvordan helsen fordeler seg blant oss.
- Folkehelsearbeid handler om å skape et samfunn som fremmer helsen i hele befolkningen. Det omfatter både helsefremmende og forebyggende innsats.





- Lov om folkehelsearbeid i kommunene
 - Alle sektorer har ansvar for folkehelsearbeidet i kommunen
 - Folkehelseoversikt



Delrapport og handlingsplan for Leve hele livet 2019-2024



- Kartleggingen viste behov for et tverrsektorielt samarbeidsforum for utvikling av et helsefremmende og aldersvennlig samfunn.
- Eget tiltak i delrapport og handlingsplan.
- Etablering av tverrsektorielt kommunalt folkehelsenettverk i november 2021.

DELRAPPORT OG HANDLINGPLAN

LEVE HELE LIVET

2019-2024



HVA ER VIKTIG FOR DEG?

Fysisk aktiv

Sosialt aktiv

Nærhet til butikker, tjenestetilbud og bussholdeplass

Gang- sykkel- og turveier

Felles møteplasser

Teknologi kan gjøre hverdagen enklere

Dagligvarebutikk

Apotek

Lege

Få hjelp fra kommunen når en trenger det

Rett kompetanse

Få personer

Hjemme lengst mulig

Tilpasset tilbud





- Folkehelsenettverket består av representanter fra ulike kommunale virksomheter.
- Overordnet mål for nettverket er å arbeide sammen om å fremme god helse, forebygge og utjevne sosiale helseforskjeller i befolkningen.

17 SAMARBÆD
FOR Å NÅ MÅLENE



HOVEDMÅL 1.1.

Ringerike har et aktivt lokaldemokrati hvor vi finner løsninger for en bærekraftig samfunnsutvikling og god folkehelse sammen.

3 GOD HELSE OG
LEVSKVALITET



HOVEDMÅL 3.5.

I Ringerike jobber vi forebyggende i alt vi gjør, og prioriterer tidlig innsats for å sikre god psykisk og fysisk helse og livskvalitet for alle.





1. Et aldersvennlig Norge

- Ringerike kommune er medlem i «Nasjonalt nettverk for et aldersvennlig Norge»
- Etablert et tverrsektorielt samarbeid for et mer aldersvennlig Ringerike
- Etablert et kommunalt folkehelsenettverk
 - Fokus på et oppvekst- og aldersvennlig samfunn i kommunens overordnede planer





2. Aktivitet og fellesskap

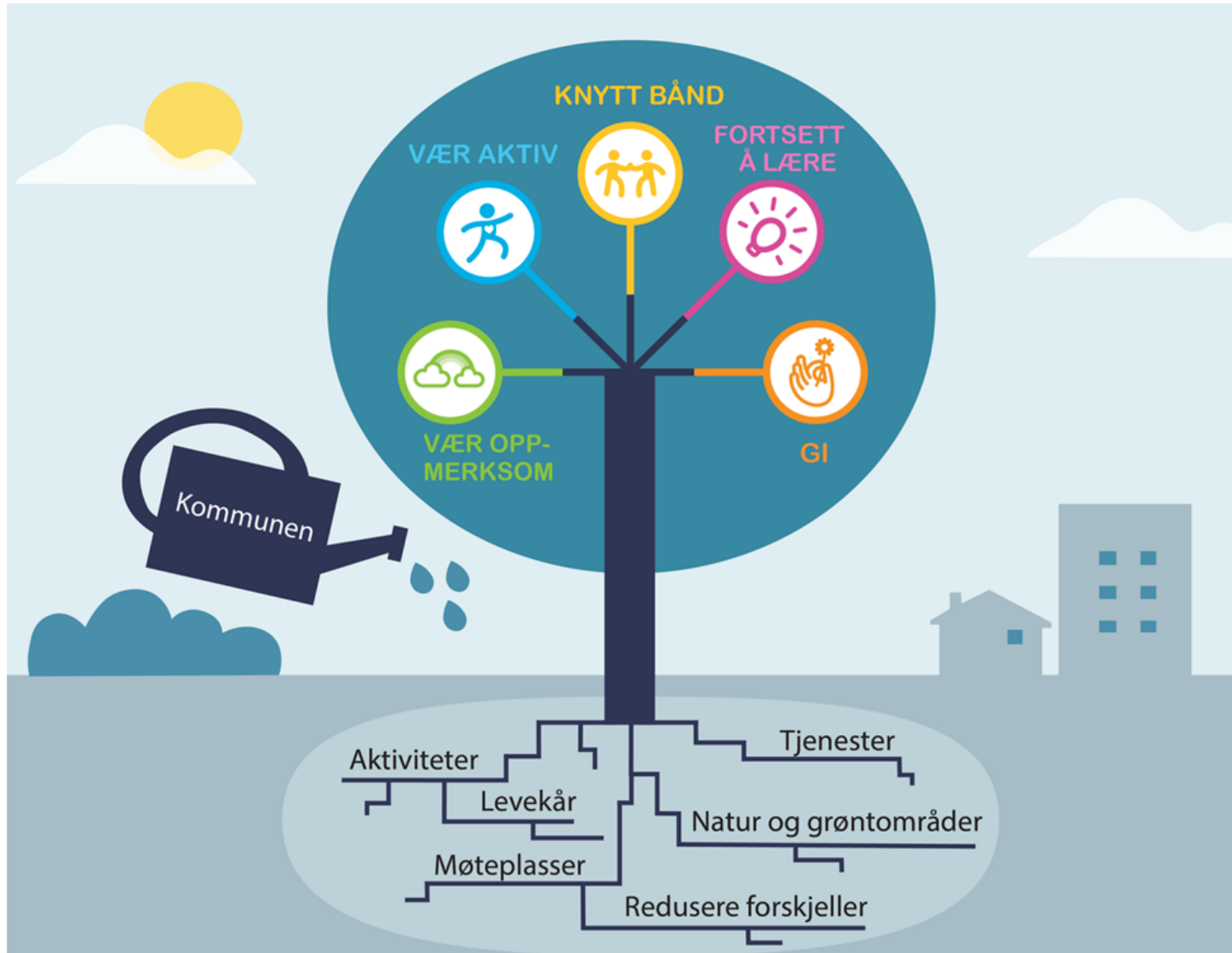
- Nytt treningstilbud for eldre – et samarbeid mellom Hjemmetjenesten og Frisklivssentralen
- Ny frivilligstrategi og frivilligkoordinator
- Fysiske omgivelser som fremmer helse og livskvalitet



Fysioterapitjenesten i Ringerike kommune har flere treningsgrupper for eldre som er gratis og åpne for alle.
Ønsker du å høre mer om gruppene?
Kontakt fysioterapeut Jørgen på tlf: 457 23 568.




Hverdagsglede – fem råd for bedre livskvalitet



Fem grep – for å bygge god psykisk helse!



HVERDAGSGLEDE®

 Rådet for psykisk helse

- Knytte bånd
- Vær aktiv
- Fortsette å lære
- Vær oppmerksom
- Gi til andre



Aktiviteter du kan delta på i mai




- Digital aktivitetsfest i Søndre park (10 mai).
- Ti på Topp Ringerike (10 mai-10 oktober).

Ta grep – reduser stress – få god psykisk helse!

VÆR AKTIV



 Rådet for psykisk helse



Velkommen til digital aktivitetsfest!



Bli med på aktivitet via live streaming fra
Ringerikes Blad tirsdag 10. mai



Frisklivssentralen og HOPP –Helsefremmende OPPvekst, inviterer alle innbyggere til en digital aktivitetsfest.

Tirsdag 10.mai

Kl. 10.00-10.30 Aktivitet for barnehager og barneskoler

Kl. 11.00-11.30 Aktivitet for ungdom og voksne

Kl. 11.45-12.15 Aktivitet for eldre

Hvor: Ute eller inne der det er litt plass å bevege seg, med tilgang til PC, Ipad eller lignende.

Hvordan: Følg arrangementet via link til direktesending på Ringblad.no eller her:

[Digital Aktivitetsfest](#)


FRISKLIVSSENTRALEN



Bli med på Ti på Topp Ringerike 10 mai-10 oktober



Påmelding Deltakere Turmål

Min side

01.05.2022 - 10.10.2022

Velkommen til Ti på Topp Ringerike 2022

Bli med!

Ti På Topp

| Bedrift | Lag | <u>Deltakere</u> | Turer | Vis alle |
|---------|--------------------|------------------|--------------|------------------|
| # | Navn | Ulike turer | Turer totalt | Totalt antall km |
| 1 | Hanne Kroknes | 5 | 12 | 54 |
| 2 | Stig Andy Kvalheim | 5 | 8 | 45 |
| 2 | Kristin Rundtop | 5 | 8 | 38 |
| 4 | Knut Rundtop | 5 | 7 | 34 |
| 5 | Sylvi Engelién | 5 | 6 | 32 |

346

Registrerte turer

593

Registrerte deltakere

1

Turer i gjennomsnitt

- Registrer deg på Ringeriketipåtopp.no
- Få tilgang til turbeskrivelser og kart for 20 oppmerkede turer
- Pris 189 kr





RINGERIKE
KOMMUNE

Frivillighet

Reni Karoline Odden



Frivilligstrategi Ringerike kommune

Det skal være lett å være frivillig i Ringerike kommune

Det skal være lett å samarbeide med Ringerike kommune

Det skal være lett å være aktiv i Ringerike kommune





Frivillighetens år

2022





- Ansettelse av frivilligkoordinator
- Starte implementering av målene i Frivilligstrategien
- VÅR DAG markeringer
- Åpning av Frivillighetens hus Hønefoss skole «Grand opening»
- Frivilligkonferanse november 2022
- Samarbeid med Ringerikes blad, kåring av årets frivillig
 - Samarbeid Hole og Jevnaker
- Frivilligportal



Frivillighet, aktivitet og møteplass





Kommuneplanens samfunnsdel, Hovedmål 1.1:

Ringerike har et aktivt lokaldemokrati hvor vi finner løsningene for en bærekraftig samfunnsutvikling og god folkehelse sammen



Samarbeid for å nå målene





Mål 1.1.3: Vi har en aktiv og mangfoldig frivillig sektor, som kommunen samarbeider godt med

- Være en tilrettelegger og pådriver for samarbeid og samskaping med frivillige, ideelle organisasjoner, innbyggere, næringsliv offentlig myndighet og andre
- Sørge for møteplasser og arenaer for samarbeid
- Gjennomføre reformen Leve hele livet
- Følge opp frivilligstrategien
- Bruke tilskuddsordninger for å gjennomføre ulike prosjekter, gjerne i samarbeid med andre aktører



- I Norge doubles andelen og antallet personer som er 80 år eller mer, fram mot 2040
- **Aldring er ingen sykdom, men med stigende alder øker risikoen for å bli syk**
- **De eldre og den øvrige befolkningen må sammen skape et mer aldersvennlig Norge**



«Når vi spør lag og foreninger om de ønsker å bidra til å løse lokale utfordringer i samarbeid med kommunen skjer det ofte noe magisk. Flere sitter plutselig ytterst på stolen og blir ivrige; selvsagt, vi har kunnskap, vi har ressurser, men blir aldri spurt. Jeg tror ikke kommunen en gang vet at vi finnes.»

Bjørn Lindstad
Seniorrådgiver i Frivillighet Norge





- For å sikre et bærekraftig og aldersvennlig Norge må vi alle engasjere oss
- Vi må tenke og jobbe langsiktig på tvers av arbeidsliv, næringsliv, lokalsamfunn, organisasjoner og forskning
- Eldres ressurser skal brukes til det beste for den enkelte selv og for samfunnet
- Vi skal kunne holde oss aktive, delta sammen med andre og bo hjemme i et tilgjengelig nærmiljø så lenge som mulig
- <https://www.aldersvennlig.no/>



Hva ønsker vi å oppnå



- Medvirkning og involvering
- Frivillig aktivitet
- Sosial og Aktiv
- At vi sammen bedrer folkehelsen i Ringerike
- Flere opplever deltagelse i aktiviteter og felleskap
- At flere får mulighet til å leve lange, gode og meningsfulle liv i eget hjem





- Hva skal til for at eldre får benyttet sine ressurser både for ivareta egen helse og bidra til at andre eldre kan delta i aktivitet og felleskap
- Hvordan kan vi få eldres kompetanse og erfaring frem slik at det kan være med å forme et aldersvennlig samfunn



RINGERIKE
KOMMUNE

Workshop

Cafedialog



Deltakerne deles i tre grupper – gruppene skal innom alle bordene – 10 minutter samtale om hvert tema

- Hvilke sosiale møteplasser er viktige for at du skal holde deg aktiv?
- Eldreressursen – hvordan senke terskelen for deltakelse?
- Hvordan kan du planlegge for egen alderdom?

Oppsummering på slutten av dagen





RINGERIKE
KOMMUNE

Tilskudd

Tine Solbakken



Økonomisk tilskudd i Ringerike kommune

Bistå de vanskeligstilte på boligmarkedet
til å kunne kjøpe eller beholde bolig.





Hvem får tilskudd?

Tilskudd er for de vanskeligstilte på boligmarkedet.

Ordningen er strengt økonomisk behovsprøvd.

Dersom søker ikke får lån i ordinær bank,

og ikke har tilstrekkelig inntekt til

å betjene et stort nok startlån,

blir tilskudd vurdert.





Tilskudd til etablering

Tilskuddet skal bidra til etablering i egen bolig og å sikre egnede boliger for vanskeligstilte på boligmarkedet.

Bistå de som ikke kan betjene nok boliglån med supplerende av tilskudd.





Tilskudd til tilpasning

Supplering av tilskudd til å kunne endre bolig så den blir tilpasset etter helsemessig behov, eller tilskudd til å utbedre store feil eller mangler som kan skade boligen.





Tilskudd til prosjektering og utredning

Bidrar til å finne gode og varige løsninger tilpasset den enkeltes behov ved nedsatt funksjonsevne, finne gode løsninger til nøkterne kostnader og øke tilgjengeligheten i boligmassen.





RINGERIKE
KOMMUNE

Strukturutredning – helse og omsorg

Heidi Lafton, 09.05.22

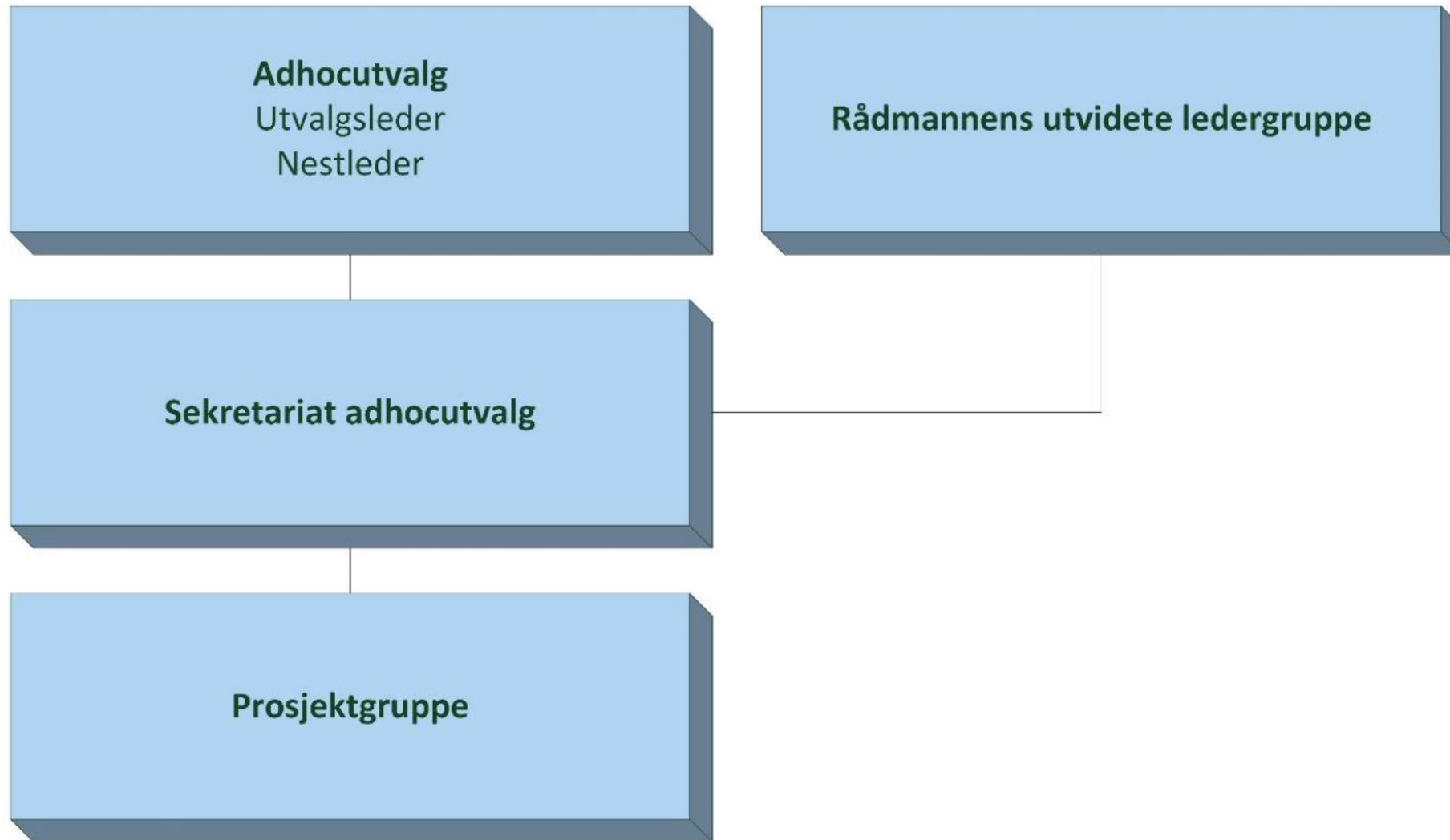


- Tre forhold medfører at behov for helse- og omsorgstjenester vi øke betydelig:
 - Vi blir flere og eldre
 - Flere behandlingsløp vil flyttes ut av sykehusene
 - Medisinske framskritt kan gi endret behov for kommunale helse- og omsorgstjenester
- Framskrivninger og vurderinger fra 2016 skal oppdateres
- Politisk vedtatt at utredningen skal gjennomføres

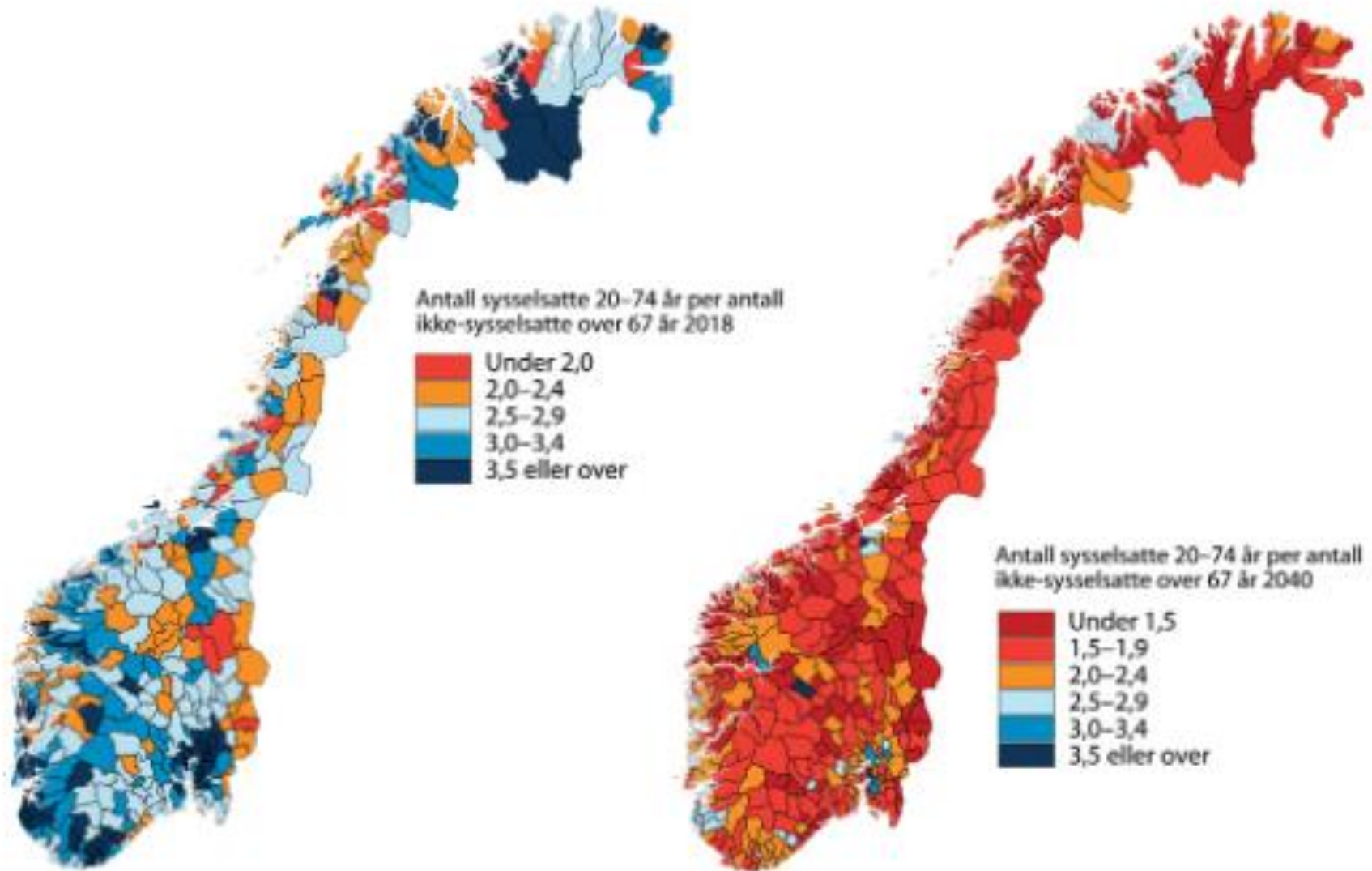


- beskrive fremtidig struktur for tjenestene innen helse og omsorg for Ringerike kommune
- vurdere og anbefale fremtidig lokalisering av institusjoner og omsorgsboliger med heldøgns bemanning
- vurdere ulik dimensjonering av andre nivåer i omsorgstrappa

Organisering av arbeidet



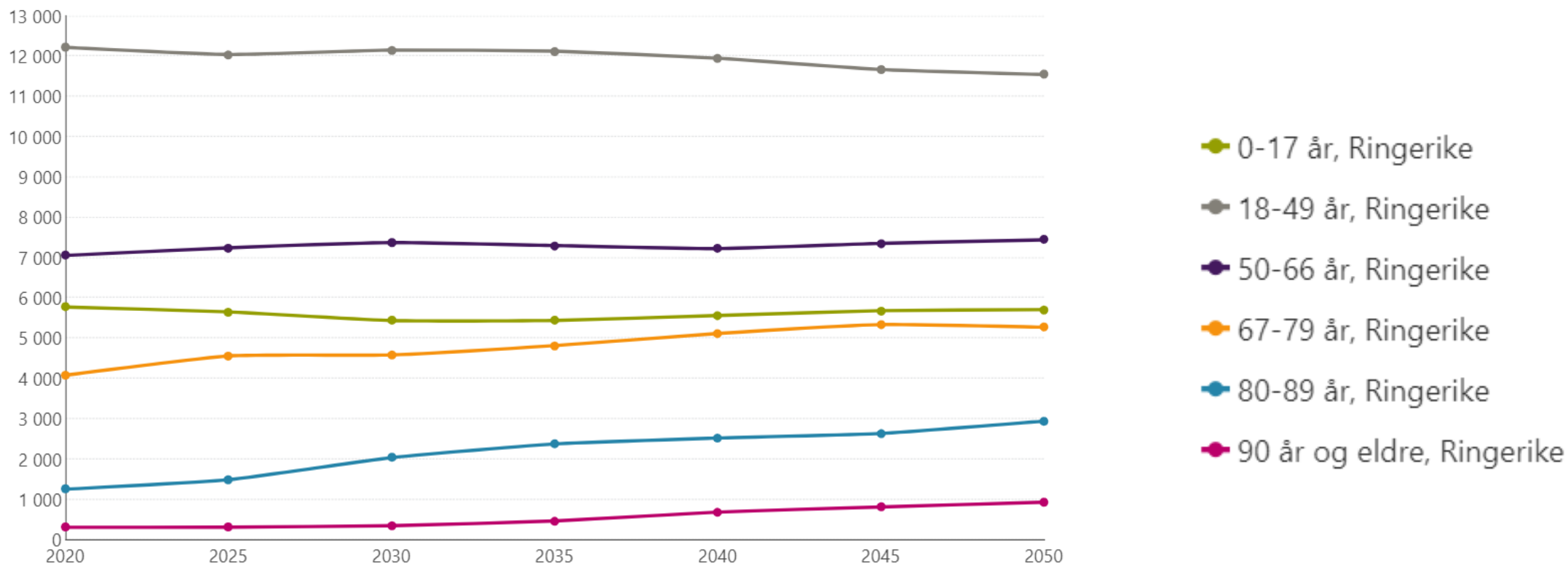
Aldersbæreevne - forsørgerbrøk



Befolkningsframskrivninger



Befolkningsframskrivning i kommunene 2020 - 2050 - antall



| | 2019 | 2021 | 2023 | 2025 | 2027 | 2029 | 2031 | 2033 | 2035 | 2037 | 2039 | 2040 |
|--------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Antall eldre over 80 år | 1 556 | 1 556 | 1 638 | 1 778 | 2 010 | 2 240 | 2 456 | 2 645 | 2 822 | 2 977 | 3 110 | 3 189 |



Dekningsgrad



| | 2021 | 2025 | 2030 | 2035 | 2040 |
|---|----------|-----------|------------|------------|------------|
| Antall eldre over 80 år | 1 556 | 1 778 | 2 366 | 2 822 | 3 189 |
| Dekningsgrad | 9,2 % | 9,2 % | 9,2 % | 9,2 % | 9,2 % |
| Antall eldre over 80 år institusjon | 143 | 164 | 218 | 260 | 293 |
| Øvrige plasser institusjoner | 38 | 38 | 38 | 38 | 38 |
| Antall plasser institusjon | 181 | 202 | 256 | 298 | 331 |
| Akkumulert økning institusjonsplasser fra 2019 | 1 | 22 | 76 | 118 | 151 |
| | | | | | |
| | 2021 | 2025 | 2030 | 2035 | 2040 |
| Antall eldre over 80 år | 1 556 | 1 778 | 2 366 | 2 822 | 3 189 |
| Dekningsgrad | 3,2 % | 3,2 % | 3,2 % | 3,2 % | 3,2 % |
| Antall over 80 år bolig | 50 | 57 | 76 | 90 | 102 |
| Øvrige beboere heldøgns omsorg | 133 | 133 | 133 | 133 | 133 |
| Antall plasser heldøgns omsorg | 364 | 392 | 465 | 521 | 567 |
| Akkumulert økning heldøgns omsorg fra 2019 | 1 | 29 | 102 | 158 | 204 |





| Rammefaktorer | Beskrivelse |
|-----------------------------|---|
| Aldersbæreevne | Forholdet mellom den yrkesaktive befolkningen og den eldre delen av befolkningen |
| Heltidskultur | Bedre forutsetninger for bedre kvalitet, arbeidsmiljø og ledelse |
| Kompetanse/rekruttering | Rekruttere, beholde og sikre god kompetanse |
| Pårørende | Pårørende er en fornybar ressurs for sine nærmeste og for helse- og omsorgstjenestene forutsatt at den blir tatt godt vare på |
| Frivillighet | Sektorovergripende koordinering er nødvendig |
| Medvirkning | Muligheter for å påvirke eget behandlingsforløp |
| Velferdsteknologi | Behovs- og gevinstkartlegging må gjennomføres før oppstart |
| Befolkningsutvikling | Utvikling basert på befolkningsframskriving |
| Levekår og sosial ulikhet | Utvikling i levekår og sosial ulikhet |
| Spesialisthelsetjenesten | Samhandling med spesialisthelsetjenesten |

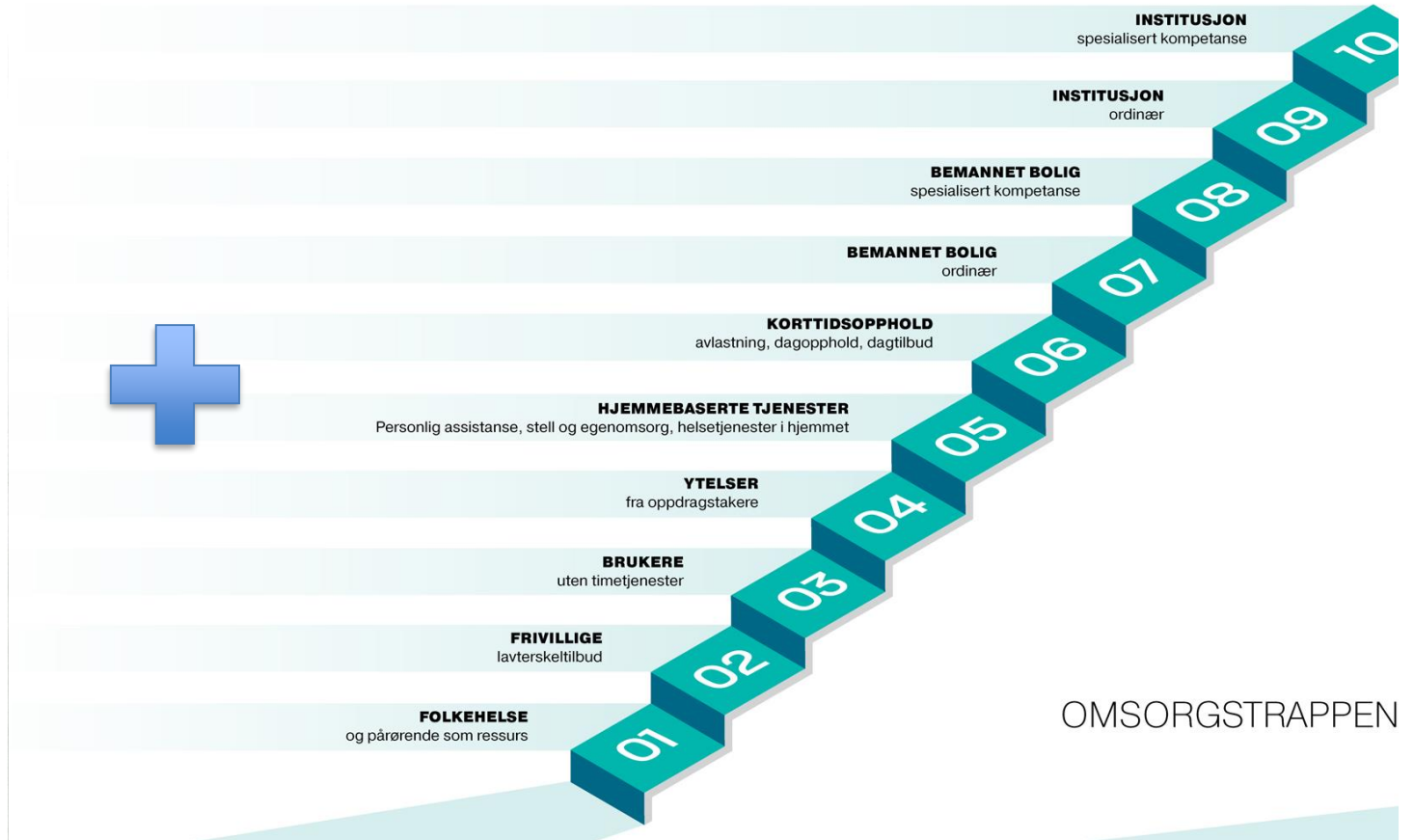
Samfunnsreform



**Ringerike
Kommune**

Innenfor strek båndvang 01.04-30.09

Utenfor strek båndvang 01.04-20.08



Hvilke muligheter finnes?



- Dekningsgrad
- Dreie tjenester
- Størrelse på enheter
- Økonomi
- Geografisk lokasjon av institusjoner og bemannede boliger
- Bygningsmessige tiltak





- **Utarbeide en konsept-/mulighetsstudie for videre bruk av Hønefoss omsorgssenter til helse- og omsorgsformål. Snarlig oppstart av detaljprosjektering av Hønefoss omsorgssenter for å kunne utnytte dagens bygningsmasse til sykehjems plasser i en overgangsfase opptil 10 år.**
- *Tilrettelegge for tilpasning av boliger og bygging av seniorboliger.*
- *Sokna omsorgssenter videreføres og omsorgsboligene (6 plasser) tilknyttet Sokna omsorgssenter omdefineres til institusjons plasser. Det bygges inntil 30 omsorgsboliger i Strømsoddveien 35.*
- *Det bygges inntil 36 omsorgsboliger på Hallingby ved dagens omsorgskompleks. Det bygges inntil 32 omsorgsboliger samt base for hjemmetjenester i eller i nærheten av Tyrstrand sentrum. Det vurderes dagaktivitetstilbud.*
- **Nytt omsorgssenter med 96 institusjons plasser og 32 omsorgsboliger klart senest 2029, bygges sentrumsnært og mulig trinnvis oppstart.**
- *Institusjons plasser på Nes omsorgssenter kan benyttes til avlastnings plasser og kan omdefineres til omsorgsboliger. Institusjons plasser beholdes om behov også etter 2029.*
- **A: Inntil 112 nye heldøgns omsorgsplasser lokaliseres der det er hensiktsmessig/ kostnadseffektivt i forhold til bl.a. drift, tomtemuligheter osv. Tyribo omsorgssenter opprettholdes til 2029.**
B: Anslagsvis 80 sykehjems plasser bygges på Tyribo
- *A: Privat utbygging av helse og omsorgsbygg kan vurderes der det er hensiktsmessig.*
B: Omsorgsboliger skal bygges i kommunal regi.
- *Det vurderes en forsterket institusjon med korttids plasser i tilknytning til legevakt og sykehuset med mulighet for interkommunalt samarbeid.*



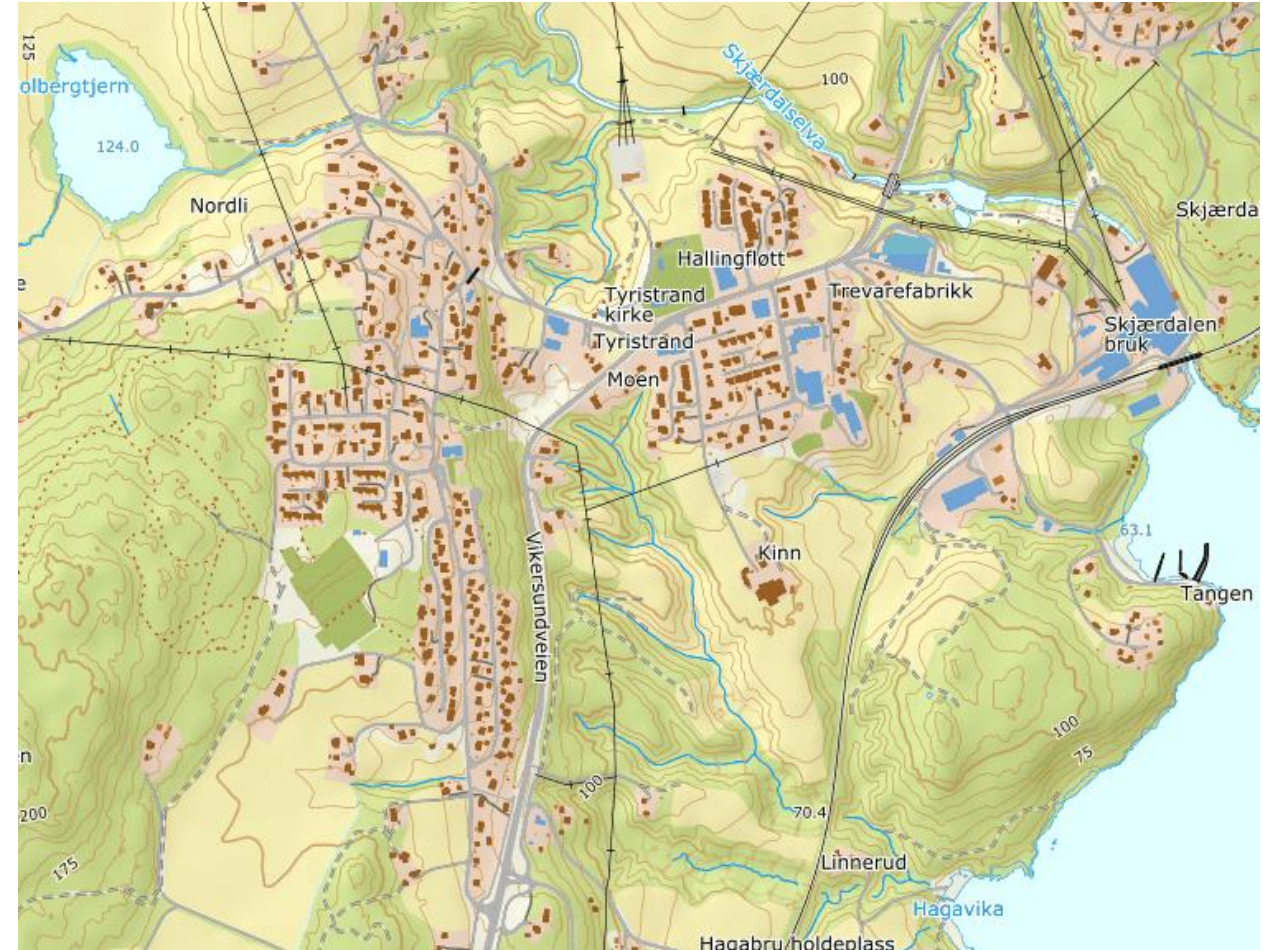
- Tilrettelegge for tilpasning av boliger og bygging av seniorboliger.
- A: Privat utbygging av helse og omsorgsbygg kan vurderes der det er hensiktsmessig.
B: Omsorgsboliger skal bygges i kommunal regi.
- Det vurderes en forsterket institusjon med korttidsplasser i tilknytning til legevakt og sykehuset med mulighet for interkommunalt samarbeid



- Utarbeide en konsept-/mulighetsstudie for videre bruk av Hønefoss omsorgssenter til helse- og omsorgsformål. Snarlig oppstart av detaljprosjektering av Hønefoss omsorgssenter for å kunne utnytte dagens bygningsmasse til sykehjemsplasser i en overgangsfase opptil 10 år.
- Nytt omsorgssenter med 96 institusjonsplasser og 32 omsorgsboliger klart senest 2029, bygges sentrumsnært og mulig trinnvis oppstart.
- A: Inntil 112 nye heldøgns omsorgsplasser lokaliseres der det er hensiktsmessig/ kostnadseffektivt i forhold til bl.a. drift, tomtemuligheter osv. Tyribo omsorgssenter opprettholdes til 2029.
B: Anslagsvis 80 sykehjemsplasser bygges på Tyribo

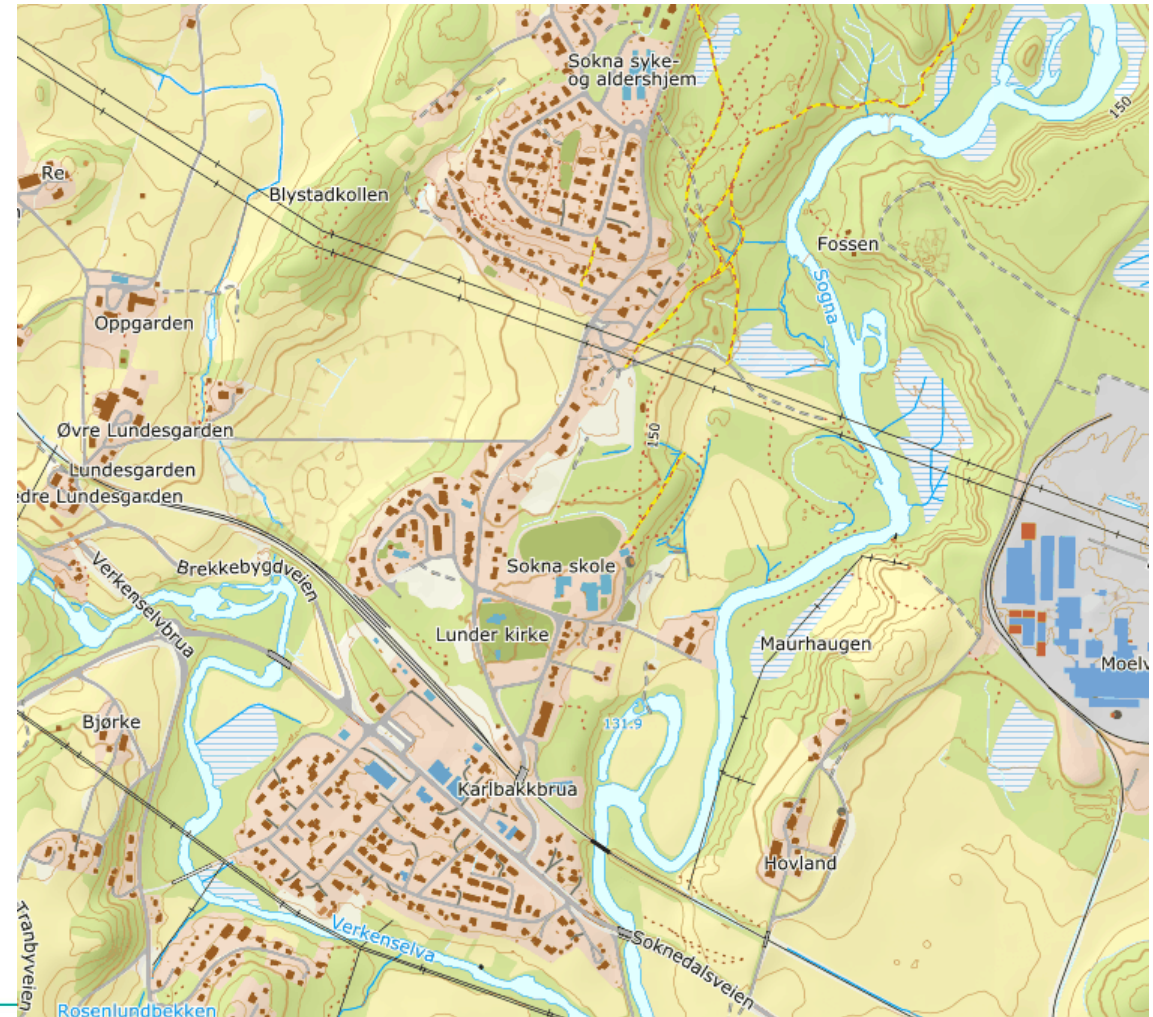


- A: Inntil 112 nye heldøgns omsorgsplasser lokaliseres der det er hensiktsmessig/kostnadseffektivt i forhold til bl.a. drift, tomtemuligheter osv. Tyribo omsorgssenter opprettholdes til 2029.
B: Anslagsvis 80 sykehjemsplasser bygges på Tyribo
- Det bygges inntil 32 omsorgsboliger samt base for hjemmetjenester i eller i nærheten av Tyrstrand sentrum. Det vurderes dagaktivitetstilbud.



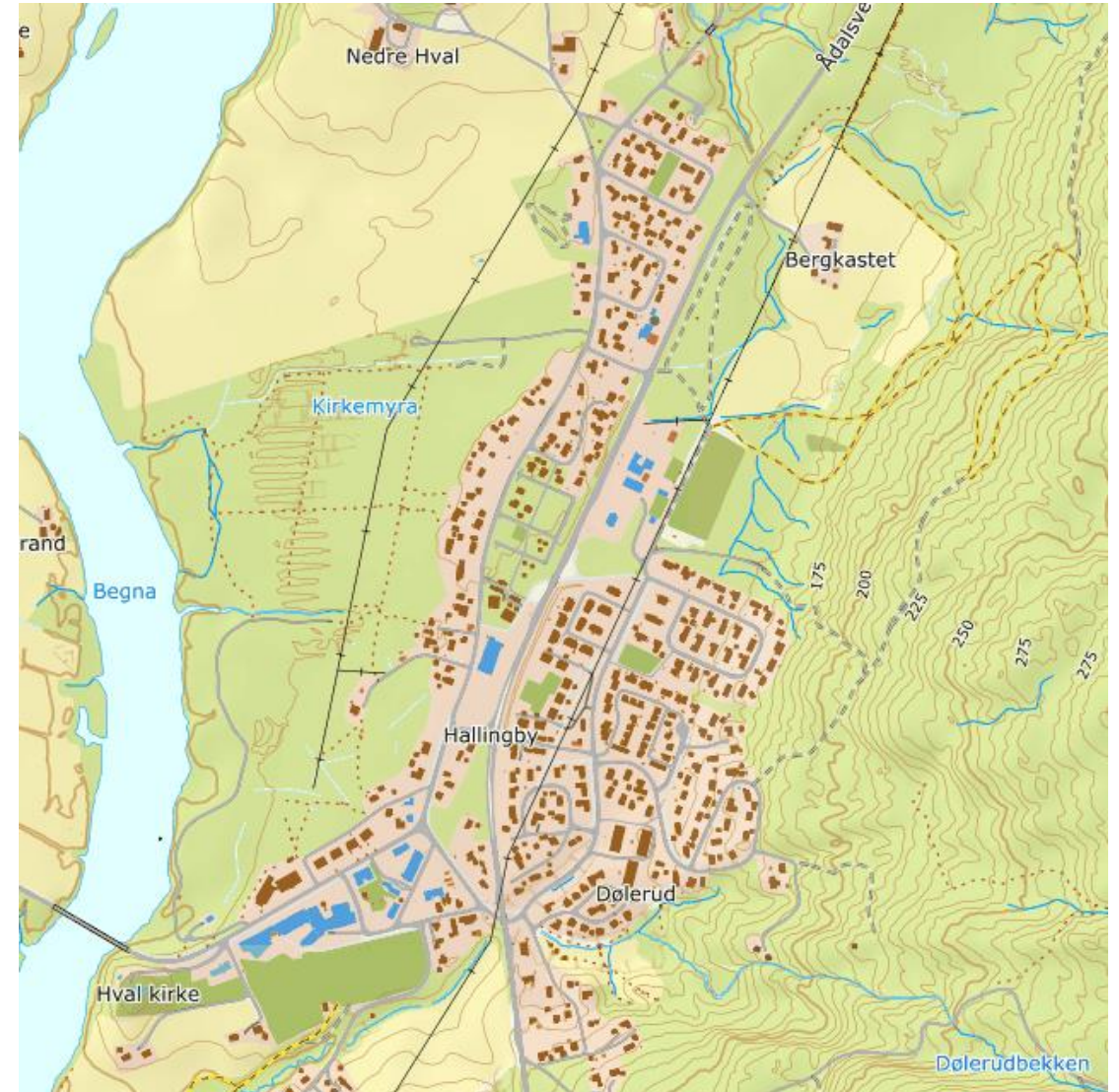


- Sokna omsorgssenter videreføres og omsorgsboligene (6 plasser) tilknyttet Sokna omsorgssenter omdefineres til institusjonsplasser.
- Det bygges inntil 30 omsorgsboliger i Strømsoddveien 35



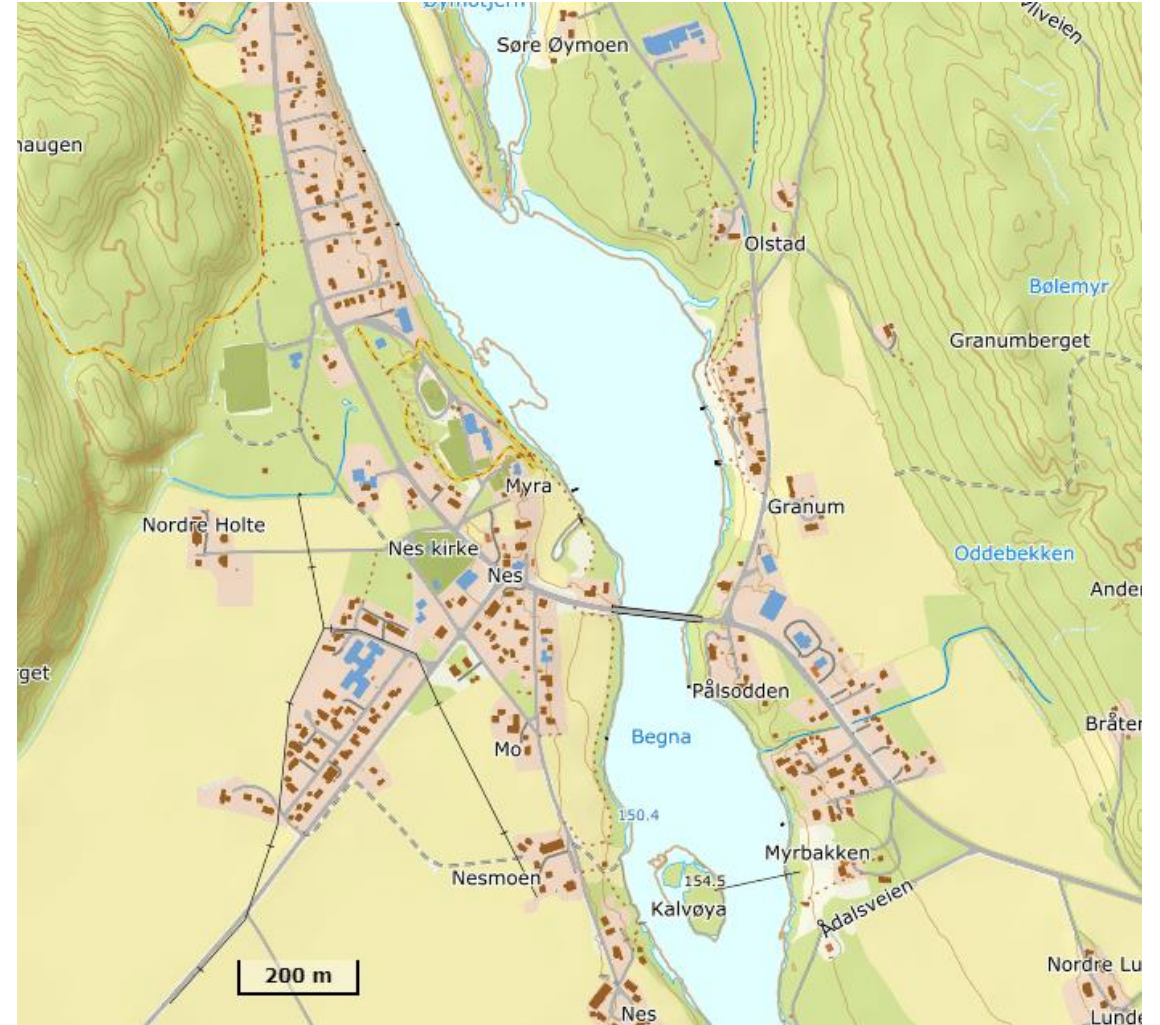


- Det bygges inntil 36 omsorgsboliger på Hallingby ved dagens omsorgskompleks





- Institusjonsplasser på Nes omsorgssenter kan benyttes til avlastningsplasser og kan omdefineres til omsorgsboliger. Institusjonsplasser beholdes om behov også etter 2029.



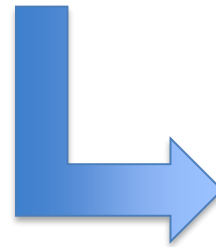


RINGERIKE
KOMMUNE

Tiltak i eget hjem

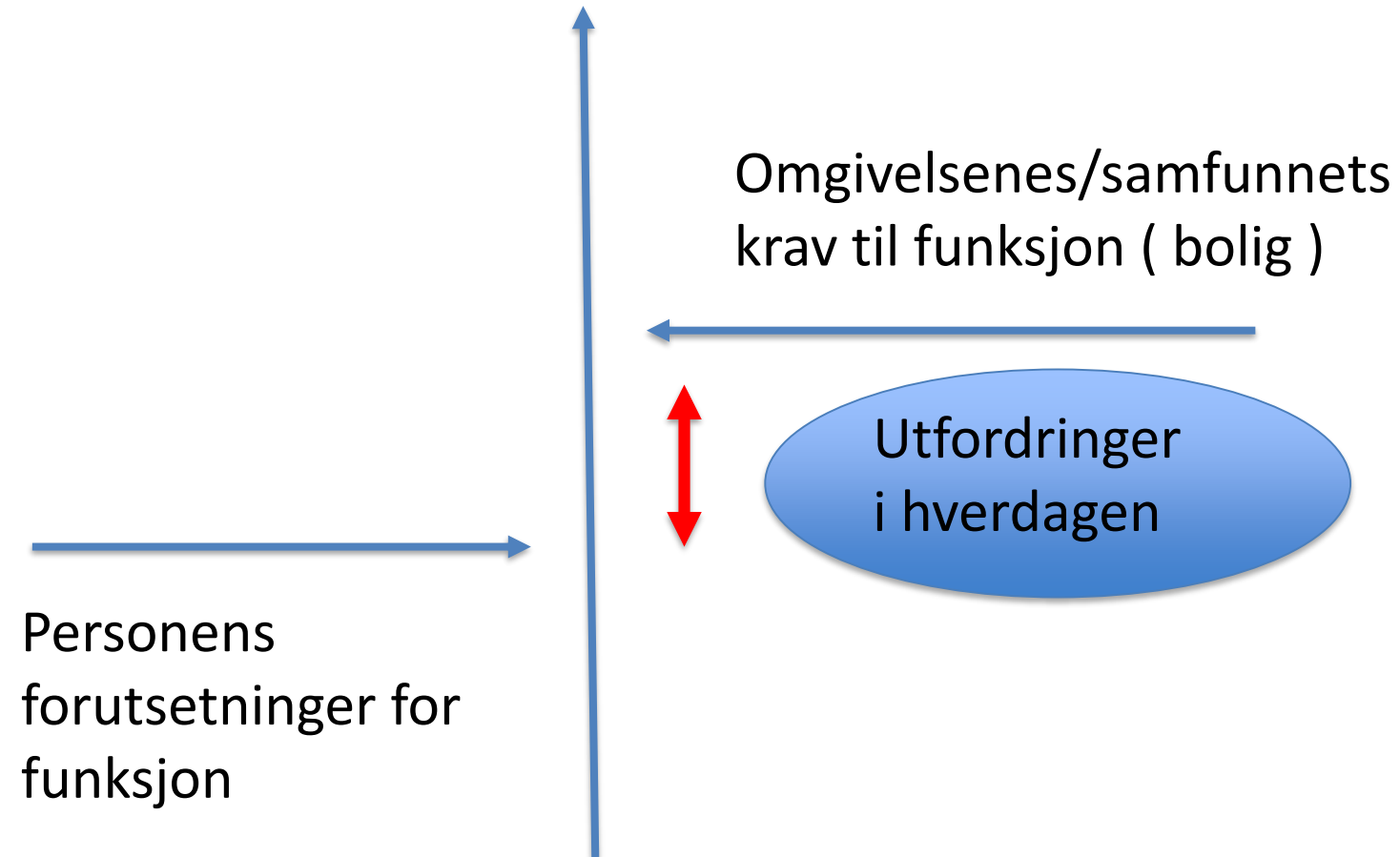
Bente Nordengen Ringen og Astrid Lorentzen

Tiltak i eget hjem



Av: Bente N. Ringen (ergoterapeut) og Astrid Lorentzen (fysioterapeut)





«Gap-modellen», fritt illustrert etter prof. Ivar Lie, (Lie,1996)



- Er din bolig egnet å bo i uansett funksjonsnivå?
- Kan familie og venner besøke deg, uansett fysisk funksjon?



En tilgjengelig bolig – hva er det lurt å tenke gjennom



- Hva er dine / familiens behov og ønsker?
- Hvilke daglige gjøremål er problematisk?
- Hva er det som ikke fungerer i boligen slik den er i dag – både inne og ute?
- Hvilke endringer er det nødvendig nå og i framtiden?
- Tilpass boligen eller flytte?
- Nærmiljøets betydning dersom flytte; tilgjengelighet, nabolag butikker/servicetilbud, møteplasser, transport?

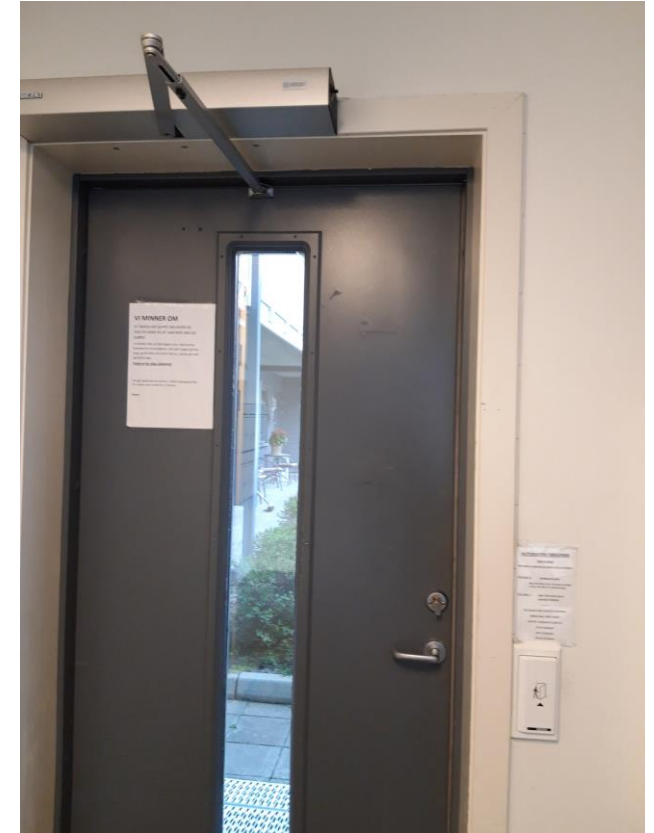




- Hva kan gjøres med dagens bolig?
- Vurder uteområder og atkomst.
- Vurder framkommelighet inn, plassering av rom/slå sammen rom, innredning og bruk av alle rom.
- Trenger du hjelpemidler - vurder om det plass til dette.



Vanskelig adkomst til bolig



Kjøper man ny leilighet, sjekk dørene - både til post og søppel. Er adkomsten vanskelig – er det noe som borettslag/sameiet vet om?





- Trapper uten rekkverk på begge sider, inne og ute



- Sette opp rekkverk
- Godt lys i trappa



- Nødvendige rom: Stue, kjøkken, soverom og bad
- Kan man flytte vaskemaskin eller fryser opp fra kjeller?
- NAV: Hvis du trenger trappeheis for å komme opp til soverom/bad, kan du også søke tilskudd for å bygge soverom/bad i hovedplan.

Tilskuddet = pris for trappeheis

Den som søker MÅ fylle vilkår for trappeheis



Søke rampe gjennom NAV – eller søke tilskudd for å lage rampe/ endre nivå på terreng selv



Tilskuddet = pris for rampen

Den som søker MÅ fylle vilkår for rampe, og den må lages med riktig stigning.

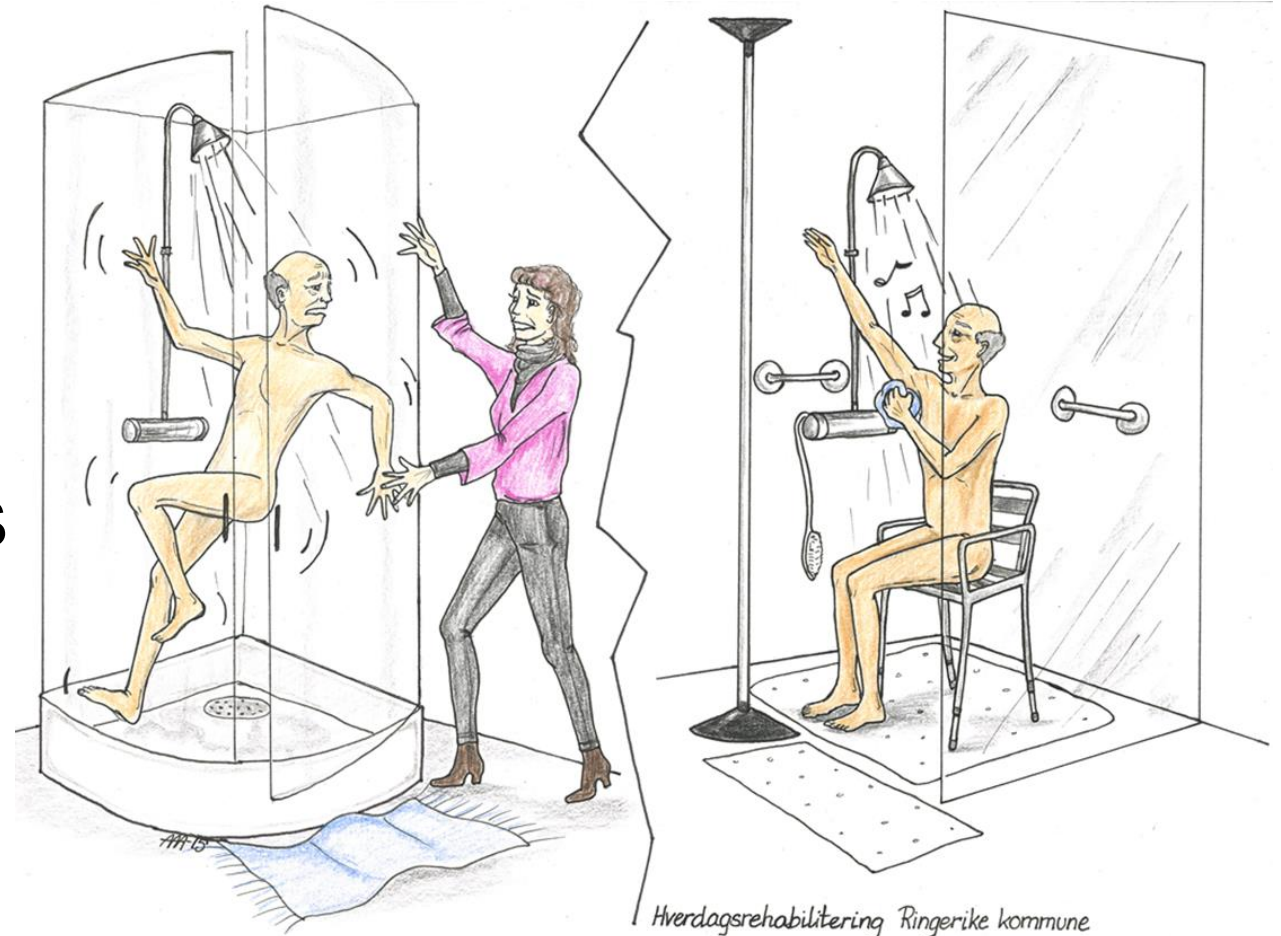




Dusj/ bad

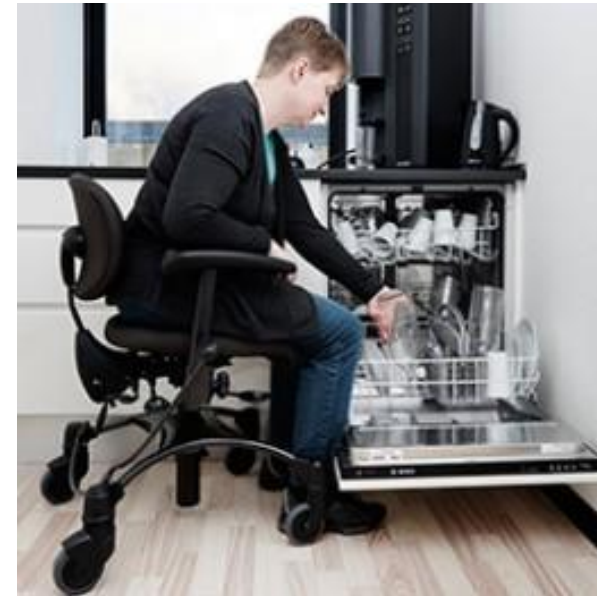


- Et lite og trang dusjkabinett blir ikke større av seg selv...
- Høy dørterskel inn
- Enkle hjelpemidler kan lånes (Korttidslån eller varig utlån)





- Kan man gjøre noe med dette?



Arbeidsstol over dørstokker?

Til slutt...



- De fleste ønsker å klare seg selv, og bo i egen bolig så lenge som mulig.
- Det er viktig å legge en plan *før* et hjelpebehov oppstår.

Bestem deg for hvor du vil bo før andre gjør det !

Ved behov for råd/ veiledning:

Kontakt: «Ergoterapi for voksne», se kommunens nettside



Oppsummering av workshop



Hvordan kan du planlegge for egen alderdom?

- Solgte enebolig og flyttet inn i en universell leilighet på Hov (hadde syk kone som fremskyndet flyttingen)
- Har holdt seg aktiv og i fysisk aktivitet
- Skaffet meg hund: glad i dyr, går turer
- Mye erfaringer fra arbeidslivet og engasjerte seg i organisasjonslivet (revmatikerforening, pensjonist foreninger, Lions, Eldreråd, venneforeninger)
- Foreningslivet holder en sosialt aktiv og det er bra
- Har en mann som vil bo i huset «til han blir bært ut»
- Trener på Sats
- Hvordan får vi tak i de nye pensjonistene? Hvordan får vi de nye engasjerte i foreningslivet?
- Hårpleie for eldre – Klokkergården på Tyrstrand (Klokkergården får ikke folk i styret)
- Pensjonistforeningen har også eldrekafe 2x pr måneden på kulturhuset, nå får de ikke parkere der
- Universell utforming er viktig på stedene der de sosiale treffene skal foregå
- Seniordansen
-
- Bolig er det viktigste
- Flyttet fra 75 trappetrinn til 1 trappetrinn
- På Sokna er det veldig mange som har flyttet fra enebolig og til mer sentralt og små enheter
- Veldig godt miljø og med forskjellige aktiviteter
- Det samme har skjedd på Tyrstrand
- Elsykkel i stedet for bil – jeg skal forlenge sykkellivet mitt
- Balansetrening er viktig
- Viktig å ta godt vare på ektefellen din for å ha god støtte i hverdagen
- Viktig med musikk og dans (2 timer)
- Egentrening på de premisser en har selv
- Treningssenter er også en sosial møteplass – men det kan være en begrensning om du ikke har råd
- Informasjon om de ulike tilbudene – noe står på Hva skjer? I Ringblad også
- Gåturgruppe – veksler på hvem som har ansvar for det
- Vi må ta initiativ selv
-
- Veldig nyttig med inspirasjonsdag for 75-åringer – fikk idéer for hvordan jeg kan tilrettelegge hjemme
- Være bevisst for arveoppgjør, testament og fremtidsfullmakt
- Mange som ikke aner hvor en skal starte eller begynne med tilretteleggingen av alderdommen. Kanskje en står uten hobby og store sosiale nettverk – kanskje jobben har vært hele tilværelsen
- Hvordan kan vi bistå deg til å planlegge for alderdommen din
- 75-åringer – er for sent – må inn før!
- Tenke på hvordan en kan tilrettelegge huset for å kunne bo hjemme lengst mulig
- Få informasjon om småjobber (plenklipping, snømåking etc.)
- For enkelte kan det være for dyrt å komme seg inn i leilighet – det bør utbyggerne tenke på
- Viktig å kunne bo i egen bolig – har renoverert osv. med tanke på å bo livet ut
- Bekymret for hva som skjer når en ikke klarer seg hjemme lenger – informasjon om hva en kan få av bistand om
- Bekymret for når en ikke har førerkort lenger – hva med transport?
- Pensjonistpris på taxi



Avslutning og takk!



RINGERIKE
nærmest det meste



RINGERIKE
KOMMUNE