



Kopervik 14. januar 2020

Notat

Innspill til Leve hele livet

Elektronisk skjema på kommunens nettside – frist 10. januar 2020

På innspillsmøte om Leve hele livet den 3.12.2019 ble det orientert om mulighet for å gi innspill via elektronisk skjema på kommunens nettside. Dette er også annonsert på kommunens nettside, facebook, i Karmøynytt og sendt på e-post til deltakere på innspillsmøtet samt til alle frivillige organisasjoner som kommunen har kontaktopplysninger til. Skjemaet følger vedlagt.

I dette notatet gjengis innspillene som er mottatt via det elektroniske skjemaet samt enkelte som er sendt på e-post eller kommet inn via facebook..

Det kan være at noen innspill hører inn under ett eller flere andre innsatsområder enn det som ble markert. De administrative arbeidsgruppene som jobber med å kartlegge dagens situasjon opp mot de gode eksemplene i stortingsmeldingen vil få innspillene til vurdering.

Innsatsområde 1 Et aldersvennlig Norge

Målet er et samfunn som legger til rette for at eldre kan bidra og delta:

- Kommunen øker sin kompetanse
- Planlegge egen alderdom
- Eldre involveres i planarbeid
- Seniorenes ressurser brukes

Følgende innspill er mottatt:

1. Eldre må få mulighet til å flytte fra en kommune til den kommunen der nære slektninger bor. Karmøy kommune gir avslag på søknader til eldre fra andre kommuner, som er avhengig av å bo på institusjon, og ønsker å flytte tilbake til Karmøy
2. Eldre er ikke bare eldre, vi har flere generasjoner eldre. Det burde vært tilrettelagt bedre for at de eldre som er yngre, og de som er frisk, kan hjelpe de eldste og de som er sykest.

De som er sykest er ikke nødvendigvis heller de som er eldst. Målet kan være gode tradisjoner for pensjonistene som faktisk har tid til det kan bistå de som trenger det. Det ville vært bærekraftig, og her kan alle eldre i alle ledd ha en rolle. Besøksvenner finnes jo allerede, men kunne det blitt mer attraktivt?

3. Så min bestemor bli depressiv på eldreheim, hun sa at hovedgrunn var pga lite luftturer, det kan da ikke koste så voldsomt å få noen trilleturer eller kjøreturer, herregud!!! blir frustrert når jeg fikk se hvor lite frisk luft di eldre får, dette er en viktig sak som må tas opp, di skylder på at di eldre er skrøpelige, men er vell ikke verre å død på friskluftstur eller på cella si ,lol latterlig!!
4. Høystandard-sykehjem på fastlandssiden og det kvikt!!!
5. Dugnadsgruppe for pensjonister der idrettslag, korps etc. Kan henvende seg for hjelp under stevner, cuper etc. Kakebaking, rydding, små snekkerverksted etc. Involver de eldres kapasitet i bygda
6. Når det er snakk om å fremme aldersvennlig samfunn, må det ha fokus på hva som kan skape livsglede for de eldre. I et aldersvennlig samfunn, for dem som mottar helsehjelp, bør det være kompetente ansatte som kan kommunisere med de eldre og får gjort jobben på en tilfredsstillende måte. Tid til den enkelte er også et nøkkelord. Engasjere og bruke de eldre som en ressurs på veien mot å fremme et aldersvennlig samfunn. Tiltak bør da også bli fulgt opp i etterkant.
7. God mat, godt stell, trygghet, omsorg og tilhørighet mener jeg er viktigst for våre eldre♥
8. Dere må gjøre noe for de eldre på Fastlands-siden. Nå ser det ut som at alt skal skje på Veia og Solstein for de eldre. Da kan jeg nevne 2 viktige møter denne høsten:
 1. Møtet dere nå kaller inn til.
 2. Influensavaksine med hygiene-samvær. Jeg håper med dette at slike viktige møter for eldre også kan avholdes på Kulturhuset på Norheim.Praktisk for kommunen å bruke Solstein, men ikke bra for de eldre som ikke kommer seg dit. Karmøy kommune må begynne å gjøre noe på Fastlandssiden. Dere er jo kjent med at veldig mange som bor her føler mer tilknytning til Haugesund. Det må synliggjøres at kommunen bidrar med noe her. Ønsker mer aktivitet fra kommunen på Fastlandet. Det må bli en synlig kommune for oss. Tror det er på tide vi får se hvilken kommune vi tilhører. Har vært stebarn siden det begynte med utbygging her på 70-tallet. Oppsummert: Mer aktivitet og tilbud lokalt for de eldre på Fastlandet. Satser på at de eldre får det bra her med mange tilbud.

Vi venter også spent på fremdrift i Seniorlandsbyen på Spanne. Håper den igangsettes snart. I den forbindelse bør det lages til et samlingslokale, Brustadbu (liten butikk) og velværesalong. Mange stier der de eldre kan rusle på tur med rullator. En liten park med flotte blomster og benker. Vi har ingen park på Fastlandssiden.

Innsatsområde 2 Aktivitet og fellesskap

Målet er økt aktivitet, gode opplevelser og fellesskap

- Gode øyeblikk
- Tro og liv
- Generasjonsmøter
- Samfunnskontakt
- Sambruk og samlokalisering

Følgende innspill er mottatt:

1. Eldre/sykehjem for eldre/ensomme som trenger fellesskap både for for trivsel, felles måltider og aktiviteter. Mange eldre som blir for slitne på et dagsenter kunne være mer aktive om de bodde på plassen hvor tilbudet er (mulighet for en kvil v behov). Det er ikke alle som ønsker å bo hjemme til de er sengeliggende./døende.
2. Bygg nytt aldershjem på fastlandssiden der hvor eksisterende aldershjem er. Det gir nærhet til både Oasen og legesenter, samt at det er gode bussforbindelser til området. På Spanne er der kun bakker og utmark, lite egnet for eldre som gjerne har problemer med å forflytte seg. Det er mye mer sosialt å bygge ved eksisterende bygg.
3. Ansett personlige trenere som har ansvar for systematisk styrketrening for hjemmeboende og på institusjon. Muskler som ikke brukes forsvinner. Bare det å kunne reise seg opp fra en lenestol på egenhånd vil kunne bidra til at bruker kan bo lengre hjemme. Brukere blir bleiebrukere av en så enkel ting at de ikke kommer seg opp av stolen på egenhånd. Ambulerende PT vil være et billig men effektivt tiltak for å øke den eldres egenmestring lengst mulig.
4. I nærmiljøet (ikke sentrert på øya. Må ut til de forskjellige bygder):
 - o Yoga/trim for eldre.
 - o Park med benker og aktiviteter hvor eldre kan møtes
 - o Innendørs Samlingssted for eldre hvor de kan kjøpe middag
 - o Eldretreff med aktiviteter

Innsatsområde 3 Mat og måltider

Målet er å redusere underernæring og skape gode mat- og måltidsopplevelser

- Det gode måltidet
- Måltidstider
- Valgfrihet og variasjon
- Systematisk ernæringsarbeid
- Kjøkken og kompetanse lokalt

Følgende innspill er mottatt:

1. Om jeg skal våge meg frem på her vil jeg si at mat-tilbudet til de hjemmeboende eldre, burde kommet på plass med hjemkjøring av middag. Om jeg ikke tar helt feil lagde de vel tidligere mat på Storesund Bu og behandlingsheim og sendte ut?..., mulig det kunne vært ein ide og startet dette opp igjen? Eller hva med Solstein? Jeg håper virkelig dette er noe som blir prioritert og at det blir funnet en løsning.

2. Mat og måltider er en arena for mye godt sosialt samspill og stimulering av de eldre. De ansatte bør delta aktivt i måltidet, spise og lage god stemning rundt beboerne. Jevne fullverdige måltider er en forutsetning for de eldres velvære og helse. Ett lite stk kake og kaffi er langt fra ett måltid. Det bør være proteiner, vitaminer og karbohydrater i hvert måltid.
Måltider er en viktig del av de eldres liv og kan være med på å skape forventning og glede.
3. Gir innspill etter erfaring med foreldre med langtidsplass ved Veia/Skudenenes sykehjem. Svært godt fornøyd med sykehjemmet. Erfarer imidlertid at nesten alle eldre får for lite væske i seg. Mange er dehydrert. Mer væske, bl.a. i form av daglig servering av smoothie er ønskelig. Smoothie er også en super mulighet å få godt påfyll med vitaminer i naturlig form. Ellers å skjenke vann/saft/melk i glassene ved måltid, de drikker som oftes opp det som er i glasset før de går fra måltidet.
4. Alle eldre- og sykehjem må forventes å ha egne kjøkken hvor det blir laget skikkelig mat! De bør i tillegg til en hver tid ha tilgang til frukt og grønt.
5. God og næringsrik mat til de eldre. Et samlingssted hvor dette kan kjøpes om en møter opp. Transport til stedet? Utkjøring av mat til de som ikke kan/ønsker å møte til felles måltid
6. Når eldre skal bo lengre hjemme, er det ikke alle som har mulighet til å kjøre/gå for å f.eks handle mat. Hvordan skal de få mat? Skal spisevenner handle inn for dem? Skal hjemmetjensten ta seg av det?
Mange eldre føler seg ensom/lite matlyst og det også under måltidene, derav spiser de mindre - underernæring. Å legge vekt på tilrettelegging rundt måltider, vil ha en gevinst med at den eldre spiser bedre-får da mer energi- orker mer aktivitet - kan bli mer selvstendig.

Innsatsområde 4 Helsehjelp

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

- Hverdagsmestring
- Proaktive tjenester
- Målrettet bruk av fysisk trening
- Miljøbehandling (stimulere, minne og sanser med musikk, bilder, fysisk aktivitet, måltid og så videre)
- Systematisk kartlegging og oppfølging

Følgende innspill er mottatt:

1. Har sett at eldre på institusjon blir overvåket, er det lov? Mi tid nærner seg middagshøyden, og ein vet aldri nåe det blir min tur, men overvåking i sengene? Det må stride mot menneskerettighetene, sjøl mennesker som har levd ei stund har rett og krav

på ein smule privatliv! Er det for at de på vaktrommet skal ha rolige dager? Dette er rett og slett uverdigg!

2. Gir innspill med bakgrunn i foreldre som har og har hatt sykehjemsplass i Karmøy. Svært godt fornøyd med sykehjemmet (Vea/Skudenes). Men savner fysioterapeutisk trening/styrketrening når man har langtidsplass. Det å holde muskulatur og førlighet ved like er svært viktig, både for pasientens livskvalitet og også for de ansattes arbeidshverdag. Vi har erfart svært god fysioterapi ved opptrening på korttidsavdeling, men det er totalt fraværende ved langtidsplass. Ønsker det gjøres noe med dette.
3. Treningsmulighet for eldre. Lett trening. FølgeHjelp til å gå til lege etc.
4. Om de eldre skal føle seg verdsatt, sett og involvert, MÅ det være å sette av TID til dem for å imøtekomme disse momentene. Å gi rett hjelp, til rett tid vil kreve å ha kompetanse på plass som kan se med klinisk blikk. Velferdsteknologiske løsninger kan nok bli en utfordring siden dagens eldre generasjon er ikke vant med teknologiske duppetitter, noe som kan skape utrygghet. Sats heller på flere og bedre tid hos fagpersonell!
5. Vi eldre mennesker trenger mer TID og menneskelig omsorg som gir trygghet og verdighet.

Innsatsområde 5 Sammenheng i tjenestene

Målet er økt trygghet og forutsigbarhet i pasientforløpet:

- Den enkeltes behov
- Avlastning og støtte til pårørende
- Færre å forholde seg til og økt kontinuitet
- Mykere overgang mellom hjem og sykehjem
- Planlagte overganger mellom kommune og sykehus

Følgende innspill er mottatt:

1. Jeg håper aldri jeg blir så gammel at jeg må på sykehjem/aldershjem.... Respekt for de eldre med godt mat, tid til å bli kjent med dem, utflukter og verdighet.
2. Flere innspill:
 - Kontinuitet i hjemmehjelp. Liten utskiftning og de samme som kommer.
 - Transport, handlehjelp, legehjelp
 - Hør på hva den eldre og pårørende trenger av hjelp
 - Godt samarbeid og god kommunikasjon med den eldre og pårørende. Kommunikasjonsplattform hvor en stiller spørsmål og får svar?
 - God informasjon om hva kommunen tenker og har i sine planer for hva som er tenkt skal skje fremover med den eldre
3. Trygghet og forutsigbarhet,.... unngå en sprengt hjemmetjeneste og ha plass til de eldre dom trenger sykehjemsplass...start der dokke, så er det kanskje håp og lykke hos de eldes kvardag!

Karmøy kommune ja, det er ett tema som er sentralt i trygghet i eldreomsorgen. Profylaktisk tanke og mestring av hverdagen er ett sentralt tema. Mestring gir god selvtillit. Selvtillit og trygget medfører mindre trykk på hj tjenesten. Det forklares med at en unngår unødig mas og pågang. Og ikke minst at det er nok plasser på avlastning/ faste plasser på sykehjemsplass. Klarer en å få dette til vil helsetjenesten oppleve mindre sykemelding ergo økt effektivitet. Trivsel og trygghet gjennom profylaktisk tankegang både for brukere og utøvere. For meg er dette naturlig tankegang.

Oppsummert av prosjektleder Kristine Tveit