



Leve hele livet reforma

Planperiode 2022-2025



Kort skildring:

*Regjeringa gjennomfører kvalitetsreforma
Leve hele livet.*

*Målet er at alle eldre skal få betre hjelp og
støtte til å meistre livet.*

*Leve hele livet handlar om dei
grunnleggjande tinga som oftast sviktar i
tilbodet til eldre: mat, aktivitet og fellesskap,
helsehjelp og samanheng i tenester.*

*Gulen kommune har saman med
innbyggjarane og utvala våre utarbeidd
denne planen som gjeld i kommunen for
perioden 2022-2025*

Vedtatt KOM-sak -----



Aktivitet og fellesskap

Målsetjing: Alle eldre i Gulen skal ha tilbod om sosiale aktivitetar, minimum ein gong i månaden.

Nye tiltak	Omtale	Ansvar
Generasjonsmøter	Kvar skule har eit årleg prosjekt der dei inviterer inn pensjonistar til ein aktivitet saman. Eks; mat, handverk, informasjon, etc.	Oppvekst
Møteplassar i kvar bygd	Uformell møteplass, også på kveldstid og helg	Gulen frivilligsentral
Besøksvenn	Heimebuande og i institusjon. Frivilligkoordinantor i institusjonane som tek imot frivillige.	Gulen frivilligsentral
Praktiske oppdrag i heimar	Lyspærer, bossdunk, måking, handling, etc	Gulen frivilligsentral
Aktiv på dagtid	I alle bygder	Gulen frivilligsentral
Dataopplæring	I alle bygder	Gulen frivilligsentral
Lesesirkel	Samling der ein les saman	Bibliotek
Senioruniversitet	Føredrag, kurs, grupper som set seg inn i ulike tema utan å erverve spesifikk kompetanse	Bibliotek
Eksisterande tiltak	Omtale	Ansvar
Aktivitør Gulen sjukeheim	50% stilling	Gulen sjukeheim
Aktivitør på alle bu- og omsorgsenter	Arbeidstove 1 dag i veka	Pleie og omsorg
Aktiv på dagtid	4 turgrupper – tur kvar veke	Gulen frivilligsentral
Prosjekt – Opplæring i teknologi/data under pandemien; Datakafè	2 kafèar er i drift, ein er i oppstart – dataopplæring kvar veke	Gulen frivilligsentral
Prosjekt – Førebygging av einsemd for heimebuande eldre under pandemien; Arrangement	8 arrangement med underhaldning, mat og transport	Gulen frivilligsentral



Mat og helsehjelp

Målsetjing: Alle eldre i Gulen skal ha informasjon og tilgang på rettleiing innan felte ernæring, kvardagsrehabilitering og fallførebygging.

Nye tiltak	Omtale	Ansvar
Prosjekt «Sunne eldre - Sterke eldre»	Fysioterapeut køyrer kurs i fallførebygging og balansetrening. Supplerer med informasjon ang ernæring, hjelpemidlar, velferdsteknologi, støtteordningar, etc ved andre aktørar.	Eining helse
Kartlegging ernæringsstatus blant heimebuande eldre	Gjennomføre kartlegging og setje inn nødvendige informasjonstiltak.	Open omsorg
Sameting	Heimebuande kan komme inn på bu- og omsorgsenter eller andre møtepunkt der ein kan ete eit måltid i lag med andre.	Open omsorg
Førebyggjande heimebesøk	Alle innbyggjarar over 70 år får tilbod om eit heimebesøk av ergo- og fysioterapeut. Kartlegging/tilrettelegging av bustad, rådgjeving i forhold til hjelpemidlar, fysisk aktivitet og kommunen sine tilbod.	Fysioterapeut Ergoterapeut
Eksisterane tiltak	Omtale	Ansvar
Kartlegging ernæringsstatus i institusjon	Alle som kjem inn i institusjon vert kartlegt i forhold til ernæring.	Pleie- og omsorg





Samanheng i helsetenester

Målsetjing: Alle eldre i Gulen skal ha ein sikker og god flyt i tilgang på helsetenester og i overgangar mellom ulike tenestenivå/aktørar

Nye tiltak	Omtale	Ansvar
Frisklivssentral	Fokus på livsstilsendring. Forebyggjande fokus for å utsetje behov for helsehjelp. Eks; vektreduksjon, røykeslutt, diabetes, kosthald, mosjon. Innbyggjaren får betre livskvalitet og betre helse.	Eining helse
Eksisterande tiltak	Omtale	Ansvar
Hukommelsesteam	Tilbod til personar med mistanke om eller diagnostisert demens.	Eining helse
Kartleggingsteam	Heimebesøk for å vurdere hjelpebehov etter søknad om kommunale tenester.	Eining helse
IPLOS	Kartleggingsverktøy for vurdering av hjelpebehov og funksjonsnivå.	Pleie og omsorg
Dagsenter for heimebuande personar med demens	Utviding av eksisterande tilbod med fleire dagar opningstid og fleire plassar, evt også tilbod i heimen.	Eining helse



Aldersvenleg samfunn

Målsetjing: Gulen kommune skal ha eit aldersvensleg samfunn med fokus på sentrumsutvikling i bygdesentra.

Nye tiltak	Omtale	Ansvar
Fiberutbygging i alle bygder	Alle grendahus som er aktuelle som møtesplass må ha fibertilgang	Gulen kommune/eigar av grendahus
Offentleg toalett i alle bygdesentrum	Opent og tilgjengeleg toalett	Gulen kommune
Tilrettelegging av sentrumsområder som oppfordrar til fysisk og sosial aktivitet, både organisert og uorganisert.	Til dømes mindre aktivitetsanlegg, grillplassar med benkar, beplanting og anna tilrettelegging som gjer det triveleg å opphalde seg i sentrum	Gulen kommune i samarbeid med lokale lag/organisasjonar og næringsliv
Kvilebenkar	Plassert ut i turområder og langs kommuneveg der folk ferdast	Gulen kommune/Lag og organisasjonar
Universelt utforma tur-/sykkelveg	Alle bygder skal ha universell utforma turområde der rullestol, rullator, og barnevogn kan nyttast	Gulen kommune/Idrettslaga
Transportordningar	Riktig og tilgjengelig informasjon om dei transportordningane som eksisterar	Ekspedisjonsavdelinga
Informasjonsmøter	God informasjonsflyt gjennom informasjonsmøter hos lag og organisasjonar	Prosjektmedarbeider Leve heile livet

