



# LEVE HELE LIVET

## - Masfjorden kommune

Alver hotel 22.05.2019



# Dette er vi gode på - har me lukkast med i Masfjorden- i forhold til:

- Eit aldersvenleg Norge – god planlegging og samfunnsutvikling
- Aktivitet og fellesskap – auka aktivitet, gode opplevingar og fellesskap
- Mat og måltid – redusere underernæring og skape gode mat- og måltidsopplevingar
- Helsehjelp – auka meistring og livskvalitet – auka tryggleik og føreseielege pasientforløp
- Samanheng og overgang i tenestene



Generelt i forhold  
til eit aldersvenleg  
samfunn :

Arbeider heile tida med å følgje opp nasjonale retningslinjer, forskrifter og lover:

Gjennom utarbeiding og oppdatering av planar

Utarbeiding av prosedyrar

Informasjon og opplæring av tilsette

Medverknad av tilsette og brukarmedverknad gjennom råd og organisasjonar



# Aktivitet og felleskap

- Godt utbygd dagtilbod – aktivisering, fysisk trening og sosialt felleskap.
- Arrangement gjennom den kulturelle spaserstokk
- Motitech sykklar på institusjon i fleire år og i heimar frå 2018
- Fokus på endring frå behandling til førebygging.
- Førebyggande heimebesøk – for alle det året dei fyller 80 år
- Heimetrening for kvardagshelse – lavterskeltilbud ved reduksjon i eiga helse og funksjonsivå
- Samarbeid med frivillige organisasjonar om seniortreff



## Motiview tilbod

Sjukeheimen i Masfjorden har i fleire år hatt sykklar med Motiview til sine bebuarar. Desse har blitt mykje brukt av bebuarar på kort - og langtids plass, men også av personer på dagtilbud.

Etter å ha sett den gode effekten syklingen hadde på brukarane, bestemte kommunen seg for å utvide tilbudet.



## HEIMETRENING:

I januar i år starta kommunen opp et prosjekt kalt "Heimetrening for kvardagshelse» Tilbudet er spesielt retta mot heimebuande personar som ikkje har tenester frå heimetenesta, men som opplever reduksjon i eigen helse og funksjonsnivå i ein slik grad at det går ut over kvardagsaktiviteten.

Me ville at heimebuande også skulle få muligheten til å trene med sykkel og film. Derfor gikk vi til innkjøp av 2 sykler, men etter bare noen månader kjøpte me inn ein til

Målet med prosjektet er å meistre tidlige utfordrande aktivitetar i større grad sjølv eller sitte igjen med eit mindre hjelpebehov.



# Mat og måltid

- Starta prosjekt i 2011 i tråd med Nasjonale retningslinjer.
- Alle tilsette fekk undervisning - fagdag om ernæring
- Det vart utarbeidd rutiner på sjukeheim og i heimetenestene – blir fulgt av tilsette – godt innarbeidd i tenestene.



# Gode mat-og måltidsopplevingar

- Masfjorden sjukeheim har alltid hatt eige kjøken – leverar og til heimebuande.
- Mediaoppslag i BT 2011 og i kommunal rapport 2019
- Fokus på brukarmedverknad





BT oppslag i 2011:

- **Har oppskriften på sunne eldre  
Hjemmelaget mat tilrettelagt for hver  
enkelt pasient, er oppskriften på god  
eldrehelse i Masfjorden.**



- 
- 

Reportasje i Kommunal rapport i 2019 frå Masfjorden sjukeheim:

I Masfjorden kjem maten på bordet når bebruarane er svoltne. Så enkelt kan ein gjere det. Effekten der er at dei fleste et hovudmåltidet fleire timar seinare på dagen.

Brukarmedverknad: Bebruarane er med sjølv og bestemmer når dei vil ha middag.



# Helsehjelp

-auke meistring og livskvalitet, førebyggje og gje rett helsehjelp til rett tid

- Satsar på å etablere og utvikle eit systematisk og godt lærings-og meistringstilbud sjølv i kommunen
- Har tilgang på å kjøpe tenester frå lokal ernæringsfysiolog
- Legge til rette for både individuell opplæring og gruppevis
- Samarbeid med frivillige t.d pårørandeskule for demens
- Behov for ekstern finansiering til prosjektleiar
- Drahjelp frå spesialisthelsetenesta til kurs, møte/skypemøte.

# Samanheng og overgangar i tenestene

- Fokus på god pasientflyt
- Fokus på tverrfagleg samarbeid
- Tiltaksråd – tverrfagleg samansett – handsamar søknader inn/ut sjukeheim og tiltak overgang og planlegging mellom sjukeheim og heimetenester
- Arbeider no med:
- Korleis organsiere koordinarande eining på ein god og rasjonell måte – «ei dør inn»
- Demensplan – korleis samhandle i heile forløpet frå kartlegging og diagnostisering, bistå pårørande, ulike tenestetilbod - avlastning , dagtilbod , velferdsteknologi, sjukeheims plass Avklare ansvar – roller.