



HANDLINGSPLAN – LEVE HELE LIVET

Et aldersvennlig samfunn

Tiltak	Beskrivelse	Status	Frist	Merknad
Planlegge egen alderdom	Informasjonsmøter og oppfølging av kommunen	Samarbeid med pensjonistforeningen, eldrerådet m.m.	Kontinuerlig	
Eldrestyrt planlegging av aldersvennlig lokalsamfunn	Involvering av eldre i planarbeid og kvalitetsutvikling	Eldrerådet etablert og i drift Pensjonistforeningene er aktiv	Kontinuerlig	Det planlegges i løpet av første halvdel 2022 å ha et større møte med pensjonistforeningen og kommunens innbyggere hvor de skal få komme med egne meninger, innspill og ønsker for påvirkning av egen alderdom og lokalsamfunn.
Frivillighet	Videreutvikle samarbeidet med Frivilligsentralen.	Avtale med Frivilligsentralen signert mars 2021		Følges opp av både politisk og administrativt nivå.
Demensvennlig samfunn	Samarbeid med Nasjonalforeningen.	Årlig gjennomgang på avtale om at Folldal skal være et demensvennlig samfunn.		Følges opp av ordfører og HRO leder. Kommunens hukommelsesteam er aktive
Hukommelsesteam	Opplæring av pårørende.	Kontinuerlig kompetanseutvikling	Kontinuerlig	
Utfordringer i forhold til hørselshemming må ivaretas	Universell utforming av møteplasser	Kompetanseutvikling og planlegging.		

Aktivitet og fellesskap

Tiltak	Beskrivelse	Status	Frist	Merknad
Sang og musikk FBSS	Både kommunens egne krefter og profesjonelle aktører		Kontinuerlig	Kulturell spaserstokk Lag og foreninger
Dagavdeling	Tilbud både for hjemmeboende og beboere ved institusjonen med aktiviteter, turer, trim, bingo osv.		Kontinuerlig	
Rusle og tusle	Kortere turer med turleder	Gjentagende hver sommer	Årlig program	Folkehelsekoordinator og turlaget
LHL varmtvannsvømming	Ukentlig når bassenget er åpent			
Mental helse		Møter hver 14. dag.	Kontinuerlig	Turer, temakvelder, aktiviteter
Frivilligsentralen	Dans, trim, kortspill. Aktivitesvenner m.m. Felles middager for hjemmeboende med jevne mellomrom Aktiviteter på tvers eldre og barn Mimredag	Ukentlig Flere ganger i året Ukentlig Ukentlig	Kontinuerlig	
Den kulturelle spaserstokken.	Profesjonell kunst- og kulturformidling til eldre.	Noen arrangementer årlig.		Kulturkonsulent i samarbeid med elderråd og HRO

Mat og måltider

Tiltak	Beskrivelse	Status	Frist	Merknad
Det gode måltidet	Næringsrik mat som ser godt ut, lukter godt og smaker godt. Lokale råvarer og laget fra bunnen av på stedet	Pågående arbeid	Kontinuerlig	Matgledekorpsset har vært i kommunen en gang og kommer tilbake senere
Måltidstider	Jevn fordeling av måltider gjennom døgnet. Middag om ettermiddagen. Kortere nattfaste Fokus på måltidsøyeblikket med koselig pådekking og pyntede bort og ro rundt måltidet.		Kontinuerlig	
Tilbud om sosialt felleskap under måltidene	Alle beboere i Omsorgsboligene spiser sammen i kantina.	Tilbudet er hver dag og det benyttes stort sett av alle	Kontinuerlig	
Systematisk ernæringsarbeid	Ernæringskartlegging gjøres av hjemmetjenesten og hukommelsesteam		Kontinuerlig	
Kjøkken og kompetanse lokalt	Faglærte kokker og kjøkkensjef med lederutdanning	Matfaglig kompetanse er god	Kontinuerlig	
Etablere en ernæringsgruppe	Innspill og oppfølging etter Matgledekorpsset.			Ansatte i HRO

Helsehjelp

Tiltak	Beskrivelse	Status	Frist	Merknad
Hverdagsmestring	Velferdsteknologi	Pågående	Kontinuerlig	Kartlegging, tilpassing og behovsanalysering for hver enkelt bruker
Proaktive tjenester	Tjenester settes inn tidlig. Utsette funksjonsfall		Kontinuerlig	Kartlegging gjøres av ergoterapeut, fysioterapeut og hjemmetjeneste. Lav terskel for å ta kontakt
Fysisk trening	Egne turgrupper i regi av fysioterapeut		Kontinuerlig	Fysisk aktivitet
Miljøbehandling	Musikk Minnearbeid sansestimulering			
Systematisk kartlegging og oppfølging	Lege, hukommelsesteam, ergoterapeut, fysioterapeut og hjemmetjensten		Kontinuerlig	
Forebygging / oppfølging psykisk helse og rus	Rus og psykiatritjenesten kobles raskt inn ved mistanke om behov Har en dag i uka som kalles Onsdagsgruppa hvor det er gruppesamtaler, aktiviteter, temaer osv.		Kontinuerlig	Rus og psykiatritjenesten i kommunen har et lavterskel tilbud hvor alle kan ta kontakt

Sammenheng i tjenestene

Tiltak	Beskrivelse	Status	Frist	Merknad
Den enkeltes behov	Medbestemmelse står sterkt for påvirkning av egen hverdag		Kontinuerlig	Skal i løpet av første halvdel 2022 ha et større møte med pensjonistforeningen og kommunens innbyggere hvor de skal få komme med egne meninger og ønsker for påvirkning av egen alderdom og informasjon fra kommunen.
Avlastning og støtte til pårørende	Fritidskontakter, besøksvenner, avlastningstilbud på institusjon Jevnlig kontakt med pårørende Pårørende møter med informasjon og temaer		Kontinuerlig	
Færre å forholde seg til	Kontinuitet gjennom hele stillinger og alternative turnusordninger		Kontinuerlig	
Overgang hjem – sykehjem	Boligsosial plan, og kommunens planer for å bygge både omsorgsboliger og sykehjem. Godt samarbeid mellom pårørende, hjemmetjeneste og institusjon		Kontinuerlig	
Planlagte overganger mellom kommune og sykehus.	Helsefelleskap og avtaler i samhandlingsreformen		Kontinuerlig	