



2015 - 2020

Prosjekteigar:

Flora kommune.

Samarbeidspartar

Sogn og Fjordane fylkeskommune, utviklingssenteret for sjukeheimar og heimetenester i Sogn og Fjordane, Høgskulen i Sogn og Fjordane, Kystmuseet, Flora vidaregåande skule



Flora kommune



SOGN OG FJORDANE
FYLKESKOMMUNE



**HØGSKULEN I
SOGN OG FJORDANE**



**Utviklingssenter for
sjukeheimar og heimetenester**
Sogn og Fjordane



KULTUR
OG ELDRE

2015 - 2020

LEV VEL - Gode kvardagar

Mål og rammer

Bakgrunn

Lev Vel – aktiv senior er eit prosjekt som starta opp i 2015 og vil vare ut 2020. Dette prosjektet vektlegg tverrfagleg samarbeid mellom tenester, frivillige lag og organisasjonar. Det er forankra i Stortingsmelding 29 (2012- 2013) Morgendagens omsorg, Omsorgsplan 2020, Helse-, sosial- og omsorgsplan 2013 – 2016 for Flora kommune, kulturstrategi for Sogn og Fjordane fylkeskommune, regional plan for fysisk aktivitet i Sogn og Fjordane, folkehelselova og regional plan for folkehelse i Sogn og Fjordane.

For å møte morgondagens utfordringar innan pleie- og omsorg er førebyggjande arbeid og heilskapstenking i omsorg nøkkelen for at ein skal lukkast. Undersøkingar viser at dei som deltek i kulturaktivitetar opplever betre helse, livskvalitet og mindre førekomst av angst og depresjon.

Samspel mellom praksis, utdanning og forsking gjev grunnlag for kompetanse. Difor er dette prosjektet knytt tett til praksisfelt, utdanningsinstitusjon og regionale aktørar.

Målgruppa i LEV VEL er heimebuande seniorar, institusjon og heimeteneste.

Prosjektet starta våren 2015 og vil vare ut 2020. Det vektlegg gode tiltak og rutinar for tverrfagleg arbeid. Ein har som mål at prosjektet skal drivast fram innanfor dei økonomiske rammer som er pr. i dag. Prosjektet skal vere ein motivasjon og hjelp for å samordne eksisterande og nye tiltak og samarbeide på tvers. Samarbeidspart er Sogn og Fjordane fylkeskommune, Høgskulen i Sogn og Fjordane og Utviklingscenteret for sjukeheimar og heimetenester i Sogn og Fjordane.

Prosjektet skal bidra til å:

- Etablere sosiale nettverk og hindre utanforskap
- Legge til rette for at seniorar kan bli aktive i frivillige organisasjonar
- Førebygge sjukdom, einsemd og sosiale problem
- Skape trivsel og tryggleik i kvardagen
- Tilretteleggje for møteplassar på tvers av generasjonar og kulturar
- Framsnakke og synleggjere eit rikt kulturtilbod som skal vere tilgjengeleg for alle
- Legge til rette heilskapstenking og livskvalitet i pleie- og omsorgssektor

Kultur, helse og omsorg må ha som mål i arbeid med eldre, at det må planleggast og gjennomførast ut ifrå eit heilskapleg syn. Det omfattar at dei fysiske, psykiske, sosiale og åndelige behov vert ivareteke.

Staten vektlegg at det skal satsast på kultur, aktivitet og trivsel som heilt sentrale og grunnleggjande element i eit heilskapleg omsorgstilbod. Mangel på kulturelle aktivitetar er ein av dei største svakheitene i dagens tenester.

Aktivitet sosialt, kulturelt, fysisk og åndelig betyr mykje for den einskilde.



Visjon

LEV VEL – gode kvardagar for eldre

Kultur og eldre – heilskapstenking for betre helse.

Prosjektmål

- A. **Organisere kulturopplevingar, møteplassar, fellesskap, deltaking for alle over 67 år i Flora kommune**
 - seniorar (frå 67 år) utan omsorgsteneste
 - heimeteneste
 - dagsenter
 - institusjon (Omsorgssenter, Furuhaugane, Eikefjord)
- B. **Verkeleggjere tverrsektoriell samhandling i offentleg, privat og frivilig sektor for å oppnå dei synergiane.**
 - a. **Samarbeidsmøter**
 - b. **Opparbeide for rutine for vedvarande samarbeid**
- C. **Utvikling / forskning**

Legge til rette for å initiere forskning og utviklingsarbeid.
Gjennom kompetanseheving, dokumentasjon, datainnsamling og praksisstad vil ein knytte seg tett opp til eksterne samarbeidspartar (Høgskulen i Sogn og Fjordane, USHT og Sogn og Fjordane fylkeskommune). Prosjektet vil arbeide kontinuerleg med dokumentasjon og *initiere forskning* gjennom vitskapleg artikkel og fagartiklar.
- D. **Spreiing / Evaluering** Motivere og gje kompetanse til kommunane i Sogn og Fjordane gjennom nettverk, kurs og rettleiing.

Ramme

Prosjektet er leia med eit styringsgruppe og arbeidsgruppe i prosjektet. Det er tett samarbeid med brukarorganisasjonar, frivillige organisasjonar, og andre innan offentleg og privat sektor

Organisering

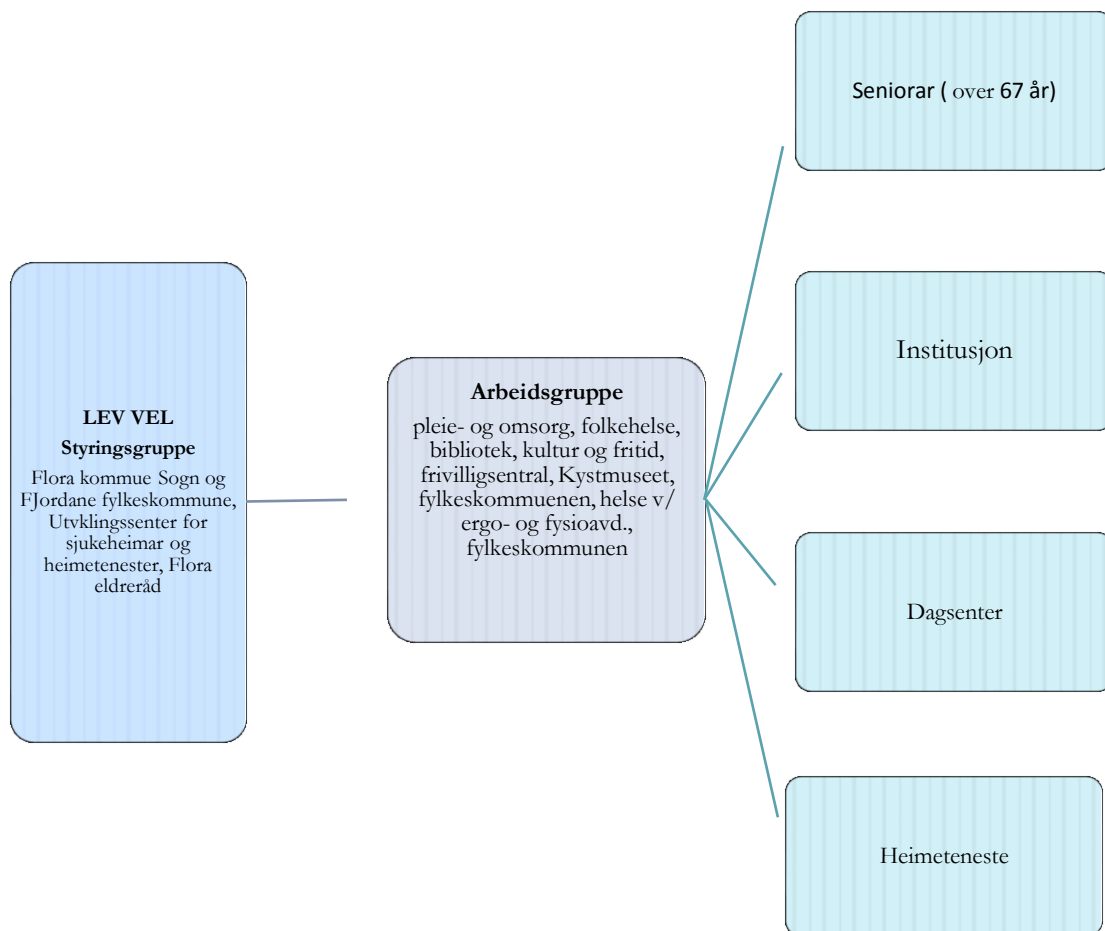
Prosjektleiing

Prosjekteigar: Flora kommune

Styringsgruppa består av leiingar frå prosjekteigar og samarbeidspartar: Flora kommune, Flora kommunes eldreråd, Sogn og Fjordane fylkeskommune, Utviklingssenteret for sjukeheimar og heimetenester, Kystmuseet og Høgskulen i Sogn og Fjordane.

Arbeidsgruppa består av: institusjon, dagsenter, heimeteneste, kultur og fritid (bibliotek, frivilligsentral og DKSS), Kystmuseet, Fysio- og ergoterapiavd, folkehelse, kulturskule og fylkeskommunen.

Prosjektet har som mål å nå alle seniorar, dvs.: seniorar som bur heime, er knytt til heimetenesta, bur på institusjon eller har tilbod på dagsenter. Dette blir arenaene prosjektet skal arbeide mot og samarbeide med.



Oppfølging

LEV VEL skal legge til rette for tett samarbeid mellom sektorane i kommunen. Det skal vere ein brubyggjar mellom tenestene og lag og organisasjonar, der ein skal finne og identifisere seniorane som har mest behov for positive opplevingar i kvardagen. Tenestene skal og arbeide tett for å gje eit endå betre tilbod til bebuarar på institusjon og som er knytt opp mot heimeteneste.

Risiko og kvalitetssikring

Kritiske suksessfaktorar

- Å nå målgruppa; det vil seie alle
- Mobilisere til eit felles løft i arbeidet for ein god kvardag for eldre i Flora
- God informasjonsflyt
- open for å sjå på struktur, endring og organisering for å kunne lukkast.

Kvalitetssikring

- Lokalisere målgruppa gjennom kartlegging og intervju
- Kompetanse og opplæring til tilsette og frivillige som ynskjer å bidra
- Forankra på alle nivå i kommunen
- Gjere det attraktivt å arbeide med eldre på frivillig og på heiltid, gjennom å vise til rekruttering og kompetansebygging.

Døme på tiltak som er starta eller skal gjennomførast i 2016

Leseombod.

- Eit samarbeid med bibliotek og pleie- og omsorg.
- Kursa frivillige opplesarar
- Lesestunder på institusjon og heime

Kystmuseet i Sogn og Fjordane:

- Faste besøk og opplegg for demente på museet
- Utstillingar på institusjonane
- Formidling på institusjonane
-

Generasjonssang

- Babysang på dagsenter

Musikkterapi

- 100% musikkterapeut tilsett i omsorgssektor.
- Musikkgrupper
- Individuell musikkterapi
-

Den kulturelle spaserstokken

- Konsertar på institusjonar og på ulike kulturarena

Besøkshund

- Samarbeid med Røde kors

Fysisk aktivitet



- Trimgrupper for eldre

Kompetanse

- Kurs og fagdagar for tilsette og frivillige
- Markering av eldredagen
- Samle kunnskap og kartlegge kvifor seniorar ikkje deltek på aktivitetar og kva som hindrar dei. Vidare vil ein kome med konkrete anbefalingar til korleis vi kan få fleire til å nytte seg av dei etablerte tilboda og anbefale oppstart av nye behovsretta tilbod i samarbeid med frivillige lag/organisasjonar.

Fleire aktive

- Minst 50 nye heimebuande som blir med som frivillig eller deltakar på organisert aktivitetar i kommunen. Dette gjeld seniorar som ikkje er med på noko aktivitet i dag.

Styrke eksisterande kulturtilbod ved å tilby gratis kulturaktivitet/fritidsaktivitet/møteplassar til alle ein gong i månaden. Til dømes kino, open symjehall, bowling, teater, museumsbesøk, bibliotekbesøk osv.

Opprette kulturvertar på institusjon

Brukarmedverknad

- Tettare samarbeid med eldreråd, pensjonistlag og pårørande

Oppsummering

Prosjektet LEV VEL har eit godt utgangspunkt for å lykkast med å redusere einsemd, utanforskap, betre heilskapstenking i pleie- og omsorg. Flora kommune samarbeider godt på tvers av tenester, har eit sterk kultursektor og kulturliv og har i tillegg ein nystarta frivilligsentral som er eit bindeledd mellom tenestene og dei frivillige lag og organisasjonane. Saman med Sogn og Fjordane fylkeskommune og dei andre samarbeidspartane vil dette vere eit prosjekt dei regionale aktørane vil lyfte opp gje kompetanse vidare til dei andre kommunane i fylket. Målet er å skape gode kvardagar for fleire seniorar i Sogn og Fjordane.