



Øystre Slidre kommune
- rein naturglede!

Kommunedelplan helse og omsorg 2025 – 2028



Vedteken i kommunestyre sak:

Innhold

1 Innleiing og bakgrunn	3
1.1 Samandrag	3
1.2 Prosess	3
1.3 Bakgrunn og formål	4
1.4 Avgrensing	4
1.5 Organisering	5
2. Utviklingstrekk og utfordringsbilete	6
2.1 Nytte, ressurs og alvorlegheit – Prioriteringar i helse og omsorg	6
2.1.1 Prioriteringar og satsingar i Øystre Slidre	7
2.2 Barn og unge	8
2.3 Tilrettelegging av eigen bustad og kommunale bustader	9
Bustadbehov og omsorgsutvikling	9
2.4 Kompetanse og rekruttering i helse- og omsorgstenesta	11
2.5 Demens	12
2.6 Tidleg innsats – førebygging og folkehelse	13
2.7 Særleg sårbare grupper	14
2.7.1 Flyktningar	14
2.7.2 Sammensatt rus/ psyk helse og somatikk	14
2.7.3 Demens og åtferdsutfordringar	14
2.7.4 Unge vaksne utan arbeid, skule eller andre sysselsettingstiltak	15
2.7.5 Menneske med nedsett funksjonsevne	15
2.7.6 Einsemd som folkehelseutfordring	15
2.8 Samhandling mellom tenestene	16
3. Mål	17
3.1 Mål for helse- og omsorg i Øystre Slidre kommune	18
4 Satsingsområde	19
4.1 Forutsigbar, koordinert og kvalitativ god teneste – Prioritering av tenester	19
4.2 Førebyggande arbeid	22
4.2.1 Meiningsfull kvardag og frivillig innsats	22
4.2.2 Helsefremjande og førebyggande arbeid	23
4.2.3 Rehabilitering og avlastning i og utanfor eigen bustad	24
4.2.4 Einsemd	24
4.4 Demens	26
4.5 Eldreløftet – Bu trygt heime	27

4.6 Frå passiv mottakar til aktiv deltakar – Brukaren si helseteneste.....	29
4.7 Brukarmedverknad og pårørandemedverknad	30
4.8 Kompetanse	30
4.9 Redusere delen innbyggjarar som mottek økonomisk sosialhjelp.....	31
4.10 Familieomsorg/pårørandearbeid.....	32
4.11 Menneske med funksjonsnedsetting.....	32
4.12 Velferdsteknologi og digitalisering	33
4.13 Tverrfagleg samarbeid.....	34
Vedlegg	36
Vedlegg1: Oversikt over kommunale og interkommunale tilbod	36
Vedlegg2: Rammer og føringar.....	38

1 Innleiing og bakgrunn

1.1 Samandrag

Om planen

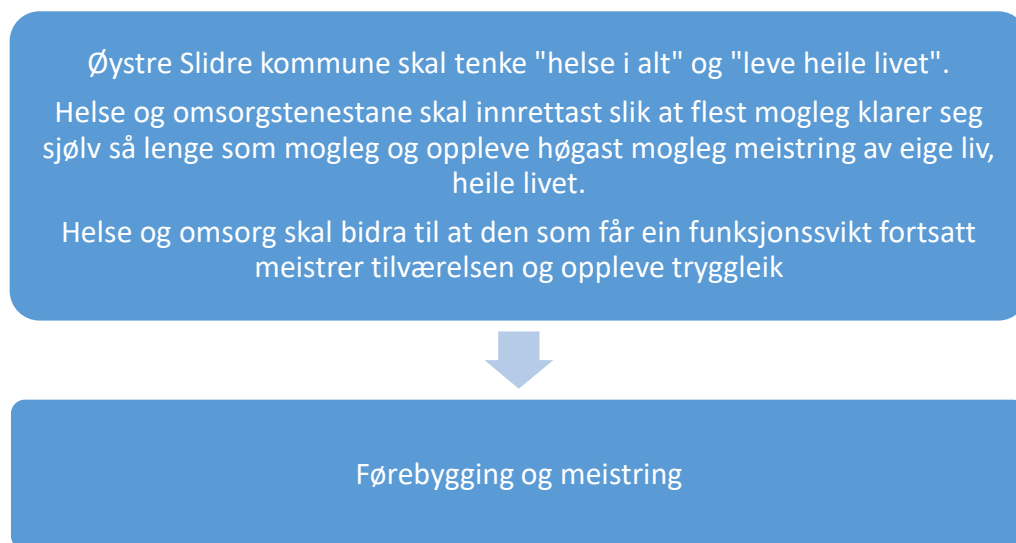
Kommunedelplanen for helse og omsorg skal gi klare føringar for mål, prioriteringar og tiltak i sektoren og blir revidert kvar fjerde år. Planen har ein tilhøyrande handlingsdel som er eit viktig verktøy for tenestene for å lukkast med både gjennomføring og resultat. Handlingsdelen vil bli revidert kvart år av tenestene.

Grunnlag og retning

Utviklingstrekk og utfordringar er drøfta i planen og dannar grunnlaget for mål og tiltak i handlingsdelen. Tiltaka skal støtte opp under satsingsområda, oppfylle lovkrav og sikre fagleg forsvarlege og effektive tenester – med brukaren i sentrum.

Vegen vidare

For å nå måla må kommunen prioritere, samarbeide og tenke førebygging og eigenmeistring i alt vi gjer. Satsing på kvardagsmeistring, born og unge, pårørande og teknologi er sentralt for å styrke innbyggjarane si helse og meistring i kvardagen.



1.2 Prosess

I kommunen sin planstrategi for 2024- 2027, vedteken 25.04.2024 sak 24/195, går det fram at helse- og omsorgsplanen skal reviderast i 2025. I arbeidet har det vore fleire møter mellom kommunestyrekomitèen for helse og omsorg og administrasjonen. Tenestene, råda for medverknad, tillitsvalte, brukarar og innbyggjarane har vore delaktige i prosessen.

1.3 Bakgrunn og formål

Formål og retning

Kommunedelplanen for helse og omsorg skal leggje til rette for berekraftige og forsvarlege tenester til alle innbyggjarar – både dei med behov i dag og dei som kan få det i framtida.

Strategisk styring

Planen gir retning for utviklinga av helse- og omsorgstenestene i ei tid med store endringar. Den skal sikre kvalitet, leiing og samhandling, og sørge for at kommunen oppfyller sitt ansvar for nødvendige tenester til alle som bur og oppheld seg i Øystre Slidre.

Samspel, ressursbruk og frivillighet

Det skjer kontinuierlege endringar innan helse-, omsorgs- og velferdsfeltet. For å møte framtidas behov må kommunen ta i bruk heile samfunnets ressursar – frå den einskilde og familien til frivillig sektor og lokalsamfunn.

Arbeid på tvers av sektorar og samarbeid med pårørande og frivillige er avgjerande for å skape gode og trygge bu- og tenestetilbod. Kommunedelplanen for helse og omsorg skal leggje til rette for utvikling og levering av forsvarlege og berekraftige helse- og omsorgstenester. Økonomiplan og kommuneplanen sin samfunnsdel er styringsdokument i tillegg til nasjonale føringar.

1.4 Avgrensing

Barn og unge

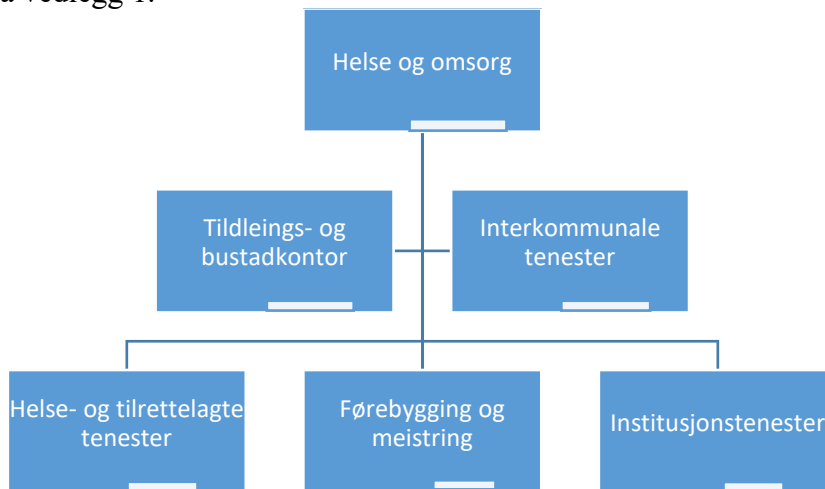
Helse- og omsorgsplanen skal ivareta alle innbyggjarane våre, men vi må sikre at kommunen sitt planverk totalt sett varetek behov for satsingsområde og tiltak. Kommunen sin oppvekstplan og førebyggjande plan for å redusere omsorgssvikt og åtferdsutfordringar varetek barn og unge i alderen 0-25 år, og helse- og omsorgsplanen vil derfor ikkje ha like stort fokus på denne gruppa.

Helseberedskap

Kommunen har ein eigen helseberedskapsplan som dekkjer ansvarsområda innan beredskap. Denne planen er sentral for å møte dagens og framtidas utfordringar.

1.5 Organisering

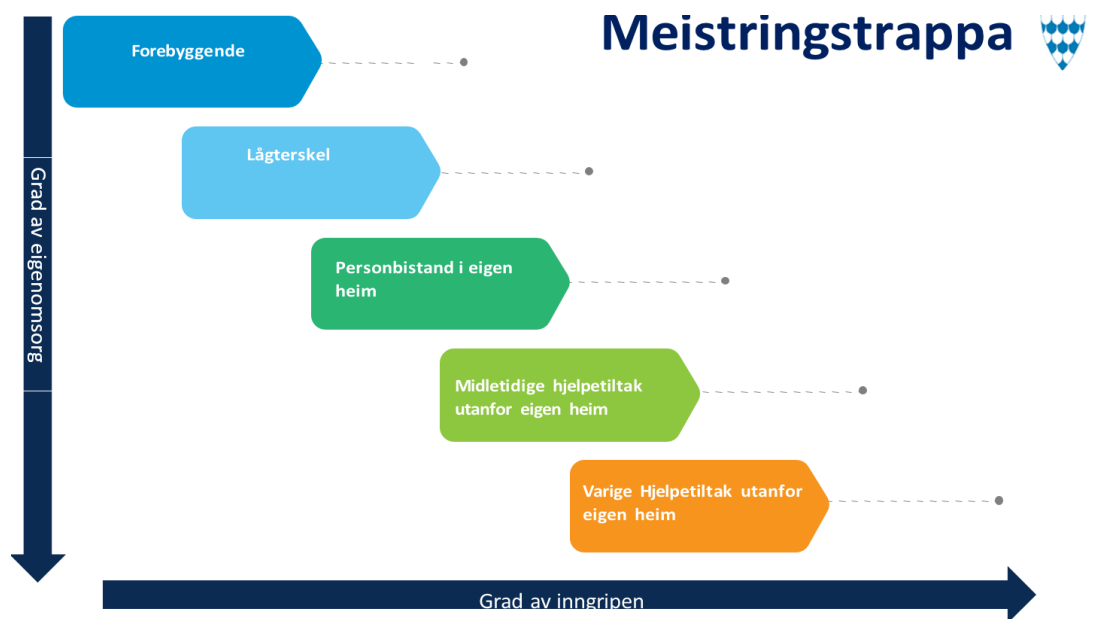
Helse- og omsorgstenestene er ansvarleg for oppfølging av alle innbyggjarar i kommunen frå før fødsel til livets slutt. Området består av kommunale og interkommunale organiserte tilbod sjå vedlegg 1.



Meistring og tenester

Øystre Slidre kommune arbeider etter ei meistringstrapp, med vekt på førebygging og støtte til sjølvstendig meistring, i aktive lokalsamfunn. Tenestene spanner frå lågterskeltilbod til spesialiserte tenester som Valdres lokalmedisinske senter og tilrettelagde bu- og institusjonstilbod.

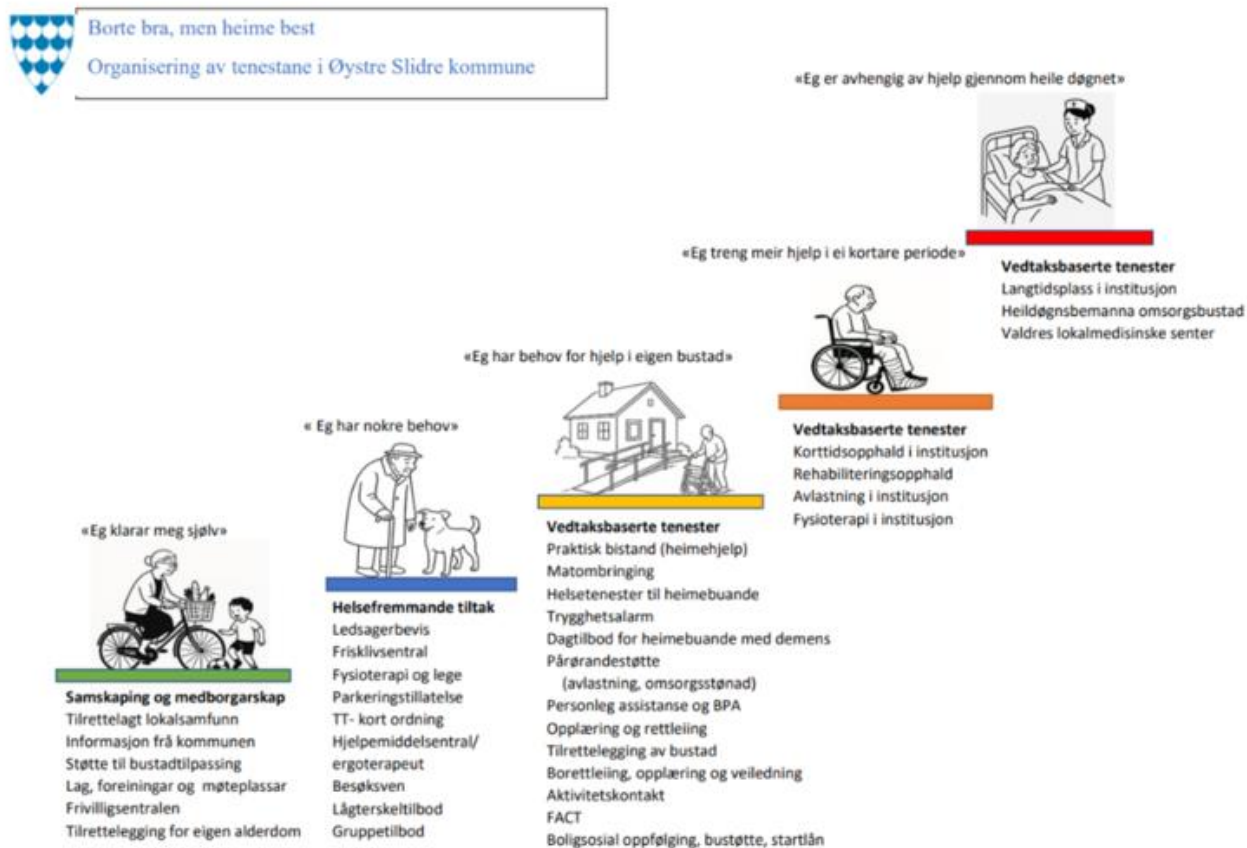
Ei heilskapleg og førebyggjande tilnærming kan redusere behovet for omfattande tenester. Rett teneste til rett tid inneber minst mogleg inngripen og størst mogleg nytte for innbyggjaren – med respekt for eigenverdet og ressursane i samfunnet.



¹ Fritt etter mal frå KS

Synlege, fleksible og tilpassa tenester

Tenestene innan helse og omsorg skal vere fleksibelt organisert, slik at innbyggjarane får individuelt tilpassa hjelp etter behov – på tvers av nivå i meistringstrappa. Tenestene våre er organisert ut frå dei ulike nivå i meistrinstraппа som følger:



2. Utviklingstrekk og utfordringsbilete

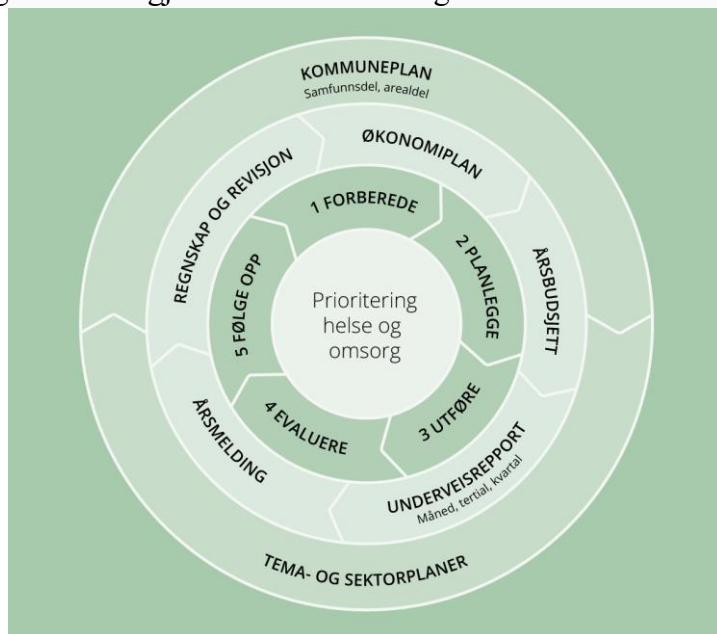
Utviklinga innan demografi, teknologi og fagfelt krev kontinuerleg tilpassing av tenestene. Auka tal eldre og mål om å bu heime lengst mogleg, styrkjer behovet for heimebaserte og førebyggjande tenester.

Samtidig ser vi meir komplekse hjelpebehov blant barn og unge, som krev anna kompetanse og ressursbruk enn tidlegare. Endringar i behov følgjer ikkje nødvendigvis endringar i folketal.

2.1 Nytte, ressurs og alvorlegheit – Prioriteringar i helse og omsorg

Etterspurnaden etter hjelp og tenester er venta å auke. Den grunnleggjande utfordringa er at moglegheitene og ynskja overstig dei ressursane som er tilgjengelege. Difor kan vi ikkje

velje *om* vi skal prioritere – prioriteringar skjer uansett. Vi må derimot velje *kva* verdigrunnlag og rammer som skal ligge til grunn. Utan tydelege rammer for prioritering vil fordelinga av helse- og omsorgstenester kunne bli tilfeldig, og målet om likeverdig tilgang vanskeleg å oppnå. Rammene skal bidra til at ressursane blir brukte der dei gjer størst nytte, og at dei blir gjevne til dei som treng dei mest.²



2.1.1 Prioriteringar og satsingar i Øystre Slidre

Omlegging av eldreomsorga – færre bur i institusjon.

Øystre Slidre kommune har over tid hatt ein høgare del institusjonsbebuarar enn landsgjennomsnittet. Trass i ein auke i talet på innbyggjarar over 80 år, har talet på institusjonsbebuarar i denne aldersgruppa gått ned.

Øystre Slidre helsetun har prioritert fleire plassar til rehabilitering, avlastning og heildøgnsbemanna bustader enn tidlegare. Dette har bidrage til at fleire innbyggjarar kan bu heime lengst mogleg, med naudsynt støtte og oppfølging. Omsorgsbustadane ved helsetunet er utforma for å kunne tilby same type helse- og omsorgstenester som i institusjon. Dette gjer det mogleg å yte behandling og medisinsk oppfølging i bustad, og reduserer behovet for flytting til institusjon ved sjukdom, noko som bidreg til kontinuitet, tryggleik og betre livskvalitet for brukarane.

Gjennom omstillinga har kommunen styrkt moglegheita for å målrette institusjonstenestene mot dei med størst behov, og samstundes nytte fagkompetansen meir effektivt.

Frå rehabilitering i institusjon til ambulerande rehabiliteringsteam.

Kommunen har etablert eit tverrfagleg rehabiliteringsteam som gir gratis og individuelt tilpassa oppfølging i heimen i ei tidsavgrensa periode. Teamet utfører to tiltak, kvardagsrehabilitering og ambulerande rehabilitering. Målet er å styrkje meistring, utsetje behov for sjukehusopphald og redusere bruk av institusjon og andre tenester.

² [Regjeringen Meldt.St.21 Helse for alle](#)

Frå einsemd og passivitet til sosial og aktiv deltakar

Kommunen ser fleire heimebuande med demens, og behovet for tidleg innsats aukar. Med dagens tilbod har vi ikkje klart å etablere tilbod i tidleg fase av sjukdommen. Dette peikar på eit behov for meir tilpassa og tilgjengelege tenester som kan møte brukarane tidlegare i sjukdomsforløpet. Som eit ledd i denne omlegginga vert det etablert eit nytt dagtilbod – Treffpunkt Heggenes – ved Øystre Slidre helsetun. Tilbodet skal fungere som eit møtepunkt på lågterskelnivå. Utover ein sosial møteplass kan deltakarane få praktisk assistanse til daglege gjeremål, som handling, frisør, helsehjelp og fysioterapi. Transport og kjøp av mat vil vera mogleg.

Samtidig er det aukande etterspurnad etter sosial deltaking gjennom aktivitetskontakt. For å møte dette, blir innsatsen dreidd frå einskildbasert hjelp til gruppebaserte løysingar som fremjar fellesskap og førebyggjer einsemd.

Øystre Slidre kommune er prega av spreidd busetting. For å legge til rette for at innbyggjarna kan halde fram med å bu heime og ikkje oppleve unødig passivitet og einsemd er det viktig at kommunen har fokus på og er ein pådrivar i arbeidet rundt kollektivtilbod og transport.

Frå høg del indirekte brukartid til aktiv pasientbehandling

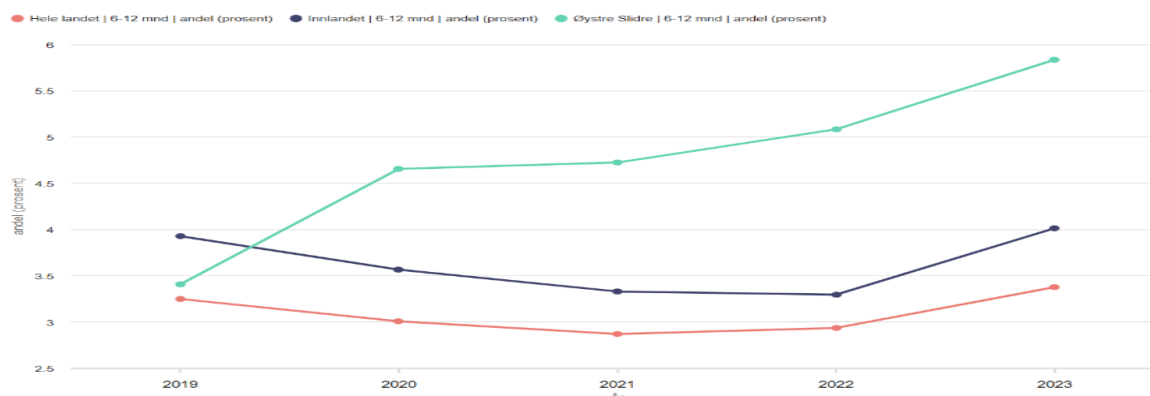
Spreidd busetnad og eit aktivt turistliv gir store avstandar og mykje reisetid for heimetenesta. For å sikre berekraftige tenester må ressursane prioriterast til pasientbehandling framfor transport. Auka bruk av sjukepleieklirikken vil bidra til meir effektiv og framtidsretta tenesteyting.

2.2 Barn og unge

Barn og unge skal ha trygge oppvekstvilkår som fremjar god helse og meistring. Folkehelseprofilen for 2025 viser at kommunen har ein lågare del barn og unge enn fylket, vi skil oss ikkje ut når det gjeld unge utanfor arbeid og utdanning samanlikna med fylket. Likevel er det ei gruppe det er viktig å hjelpe inn i arbeid eller anna sysselsettingstiltak. Ungdata-undersøkinga og sesjonskartlegging viser at ein høgare del ungdomar er misnøgde med liva sine, trenar sjeldan og har høg førekomst av overvekt. Dette peikar på behovet for å styrkje innsatsen for å fremje helsebevisstheit og ansvar for eiga helse tidleg i livet. Det er ei auke i rapporteringa frå ungdommen om opplevd vald i nære relasjonar. Dette kan vera at dei sjølv har opplevd det eller at dei har observert det.

Kommunen har ei auke i talet på barn med barneautisme. Desse barna og familiane deira treng tett og koordinert oppfølging frå både kommunen og spesialisthelsetenesta. God samhandling er avgjerande for å sikre rett hjelp til rett tid.

5,8 % av barn i alderen 0–17 år bur i familiar som mottek sosialhjelp i meir enn seks månader. Dette ligg over snittet nasjonalt og i Innlandet. Omfanget har auka dei siste åra, og familiane har ulik bakgrunn – både tilflyttarar og innfødde.

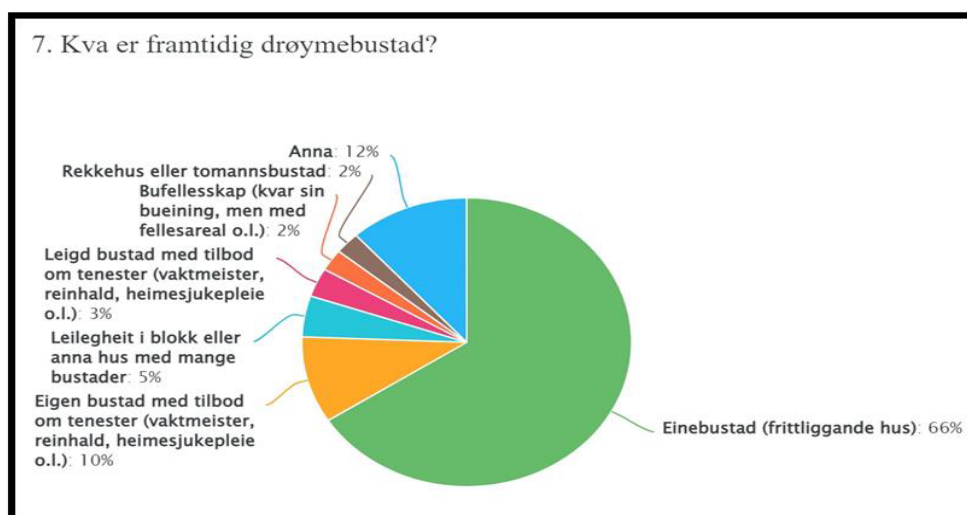


[Barn av sosialhjelpsmottakere - FHI Statistikk](#)

2.3 Tilrettelegging av eigen bustad og kommunale bustader

Bustadbehov og omsorgsutvikling

Fleire ønskjer å bu heime så lenge som mogleg, og det vil vera behov for nødvendig oppfølging. Dette krev eit godt samspel mellom offentlege og frivillige omsorgsaktørar, og ei fagleg omstilling med vekt på førebygging, tidleg innsats og tverrfagleg samarbeid. Det er stor etterspurnad etter bustader i Øystre Slidre, og dagens kommunale butilbod er lite variert. Innbyggarkartlegginga frå 2022 viser behov for fleire og meir differensierte buformer – både for sal og utleige. Eldre ønskjer mindre bustader, og yngre i etableringsfasen har utfordringar med å kome inn på bustadmarknaden.



Resultata frå innbyggarkartlegginga syner at huseigarane i kommunen har liten kjennskap til moglegheit for tilrettelegging av eige bustad og mange uttrykkjer at dette ikkje er aktuelt. Manglande kunnskap om verkemiddel og moglegheiter for tilrettelegging, kombinert med redusert økonomi til å tilpasse eller kjøpe ein meir eigna bustad, fører til at innbyggjarane blir buande i ueigna bustader. Dette gir dårlegare livskvalitet, større behov for hjelp, og gjer at dei må flytte tidlegare til omsorgsbustad eller institusjon.

9. Kan bustaden du bur i no byggast om/tilpassast dersom du får svekka helse og/eller funksjonsnedsetting?



Kjelde: ØSK 2022

Delen som bur i hushaldningar med vedvarande låg inntekt gjekk ned i 2024 mot ei auke før det. Delen born som bur trøngt er lågare enn resten av landet og vi har færre familiar med vedvarande låginntekt illustrert i tabellen under.

Barn og unges boforhold	2018	2020	2021	2022	2023	2024
☒ ☐ Barn i husholdninger med lav inntekt, som leier og bor trøngt [?]	Ingen data	3,3%	1,2%	0,9%	4,2%	3,3%
☒ ☐ Barn i husholdninger med lav inntekt [?]	Ingen data	15,04%	11,44%	12,17%	17,3%	16,8%

³

Kommunale bustader

Kommunen har god tilgang på bustader for eldre, men det er aukande behov for tilrettelagde bustader for unge vaksne med funksjonsnedsetjingar som ønskjer å etablere seg.

Mange blir buande lenge i kommunale bustader, noko som hindrar vidare overgang til den ordinære bustadmarknaden. Dette fører til auka bruk av innleigde bustader og høgare leigeprisar. Ein tydeleg bu- og oppfølgingsstrategi, samt klare kriterium for tildeling, vil bidra til betre prioritering og meir effektiv bruk av bustadmassen.

Kommunens sitt ansvar for å hjelpe vanskelegstilte på bustadmarknaden

Øystre Slidre kommune skal vere ein inkluderande bustadkommune for alle, uavhengig av alder, funksjonsevne eller sosial status. Kommunen har ansvar for å hjelpe vanskelegstilte på bustadmarknaden gjennom individuell rettleiing og bustadsosiale tiltak. Dei fleste innbyggjarar klarer seg i eigen bustad med tilrettelegging, men ei mindre gruppe vil ha behov

³ Husbanken 2025

for kommunal bustad. Dette gjeld mellom anna personar med pleie- og omsorgsbehov, demens, nedsett funksjonsevne, psykiske lidningar, rusproblem og flyktningar.

Fleire kommunale bustader treng vedlikehald og oppgradering. Kommunen er òg avhengig av innleigde bustader for å dekke behovet. Det må settast inn tiltak som styrkjer sjølvstendig bustadetablering, i samarbeid med Husbanken og gjennom aktiv bruk av tilgjengelege verkemiddel.⁴

Sosialhjelp og bustadsosiale utfordringar

Delen innbyggjarar som mottek sosialhjelp er aukande og ligg over landssnittet. Over 20 % får stønad i meir enn seks månader, og ein større del har sosialhjelp som hovudinntekt samanlikna med nasjonalt nivå. Kommunen er oppmoda til å vurdere tiltak for låginntektsgruppa. Behovet for bustadsosial innsats vil halde fram, og det er viktig å bruke verkemiddel som startlån og bustøtte målretta. Flytting av saksbehandlinga til bustadkontoret er eit steg i riktig retning. God bruk av Husbanken sine ordningar vil vere avgjerande for å sikre bu- og oppvekstvilkår og styrkje integrering⁵.

2.4 Kompetanse og rekruttering i helse- og omsorgstenesta

Kompetanse og mobilisering

Kommunen har god dekning av årsverk med helseutdanning, men det er behov for kontinuerleg merksend på framtidige kompetanse- og rekrutteringsbehov. Endringar i demografi og oppgåvefordeling stiller høgare krav til fagleg kompetanse og planlegging.

Kompetansen må utnyttast målretta, og opplæringstilbod må tilpassast behova i tenestene. Det er viktig å utvikle tiltak for å rekruttere og behalde kvalifiserte medarbeidarar, i tråd med kommunen sin rekrutteringsplan. Auka ansvar og meir spesialiserte oppgåver i kommunen krev høg kompetanse både lokalt og interkommunalt. Dei siste åra har det vore arbeidd med korleis vi best skal organisere turnusområda våre, og dette arbeidet vil fortsette i neste planperiode.

Medarbeidarundersøkingar viser at tilsette har tru på eigen kompetanse og opplever meistring i arbeidet. Å vidareutvikle eit fagleg sterkt og støttande arbeidsmiljø er avgjerande for å sikre kvalitet i tenestene⁶.

Som eit langsiktig rekrutteringstiltak har kommunen stogovakter på helsetunet. Det er ungdom frå og med 15-årsalderen som hjelper til på avdelingane. Dei gjer praktiske oppgåver, samt sosialiseringstiltak for bebuarane. Ved at ungdom får kjennskap til helse- og omsorgstenesta vil vi kunne rekruttere fleire til utdanning og framtidige tilsette innanfor helse- og omsorg.

⁴ [Husbanken](#)

⁵ Kostra 2024

⁶ Medarbeiderundersøking 2025

Betydninga av god leiing

God leiing er avgjerande for kvalitet, effektivitet og utvikling i helse- og omsorgstenestene. Leiarar har ansvar for å forvalte ressursar og skape eit arbeidsmiljø prega av tillit, fagleg utvikling og meistring.

Kompetanseutvikling må vere systematisk og tilpassa endringar i behov og oppgåver. Leiarar må både ha og sikre nødvendig kompetanse i tenestene, og legge til rette for kontinuerleg læring.

Pasienttryggleik og kvalitet krev at retningslinjer og prosedyrar blir følgde, og at det finst system for avvikshandtering og forbetningsarbeid. Leiarar må òg kunne tilpasse tenestene til demografiske endringar og vere pådrivarar for innovasjon og bruk av ny teknologi.



Utfordringar i rekrutteringa av fastlegar

Kommunen har full dekning av fastlegar med fire privatpraktiserande legar frå hausten 2025. Dette inneber full legedekning i forhold til kommunen sine innbyggjarar og kapasitet. Rekrutteringa av fastlegar i Noreg har dei siste åra vore ei aukande utfordring, særleg i distrikta. Mange kommunar slit med å tiltrekkje seg og halde på kvalifiserte legar, noko som fører til auka press på dei som allereie er i teneste. For å møte desse utfordringane trengst det målretta rekrutteringstiltak som betre arbeidsvilkår og ikkje minst ei styrking av utdanningsløpet for allmennlegar. Kommunar og stat må samarbeide tett for å sikre ei berekraftig fastlegeeteneste i framtida. Det er viktig å merke seg at fastlegeordninga er kommunane sitt ansvar, og at kvar kommune må sørge for at det er nok fastlegar tilgjengelege for innbyggjarane.

2.5 Demens

Demens råkar mange, både yngre og eldre, og det er venta at talet vil auke kraftig. Vi må ha eit godt og føreseieleg tilbod når sjukdom rammar; både for den sjuke og dei pårørande. Tal tilfelle av demens aukar med alderen, og ein reknar med at talet vil bli fordobla fram mot 2040. Dette vil påverke og ha konsekvensar for fleire område i Øystre Slidre og krevje nye løysingar.⁷ Ein antek at mellom 40% og 50 % av alle som har demenssjukdom vil ha behov for døgnbaserte tenester, anten i sjukeheim eller anna døgnbemanna bustad.

Befolkninga i Øystre Slidre er eldre enn gjennomsnittet i Norge og vi har difor ein høgare del innbyggjarar med demens. Framskrivingar syner ei kraftig auke fram mot 2050.

År	Øystre Slidre	Gjennomsnittet i Norge	Auke i % i Øystre Slidre sidan 2020
2025	2.73 %	2.12 %	19.21 %
2030	3.45 %	2.48 %	50.66 %
2040	4.60 %	3.30 %	100.87 %
2050	5.55 %	3.99 %	142.36%

⁷ [Helse og omsorgsdepartementet Demensplan 2025](#)

2.6 Tidleg innsats – førebygging og folkehelse

Ved å ha fokus på tidleg innsats og førebygging, vil kommunen kunne utsetje behovet for spesialiserte tenester som korttidsplass, heildøgnsomsorg og liknande. Rehabiliteringsteamet med tiltaka kvardagsrehabilitering og ambulant rehabilitering vil vere viktige i arbeidet om gje tidleg innsats.

Øystre Slidre kommune har stort fokus på førebygging, særleg hos seniorar. Per august 2025 er det åtte faste gruppetreningstilbod ulike stader i kommunen:

- 4 «Sterk og stødig»-grupper for heimebuande seniorar som ikkje brukar ganghjelpemiddel
- 2 trimgrupper for heimebuande og pasientar ved korttidsavdeling som brukar ganghjelpemiddel på Helsetunet
- 1 styrke- og balansegruppe for heimebuande seniorar på treningsrommet til Frisklivssentralen
- 1 gågruppe som går frå Moavegen 25 og ut i nærområdet

I tillegg har kommunen avtale med Frivilligsentralen, der frivillige gjennomfører sittedans i Moastogo på Helsetunet og i fellesstova på Moavegen 25. Dette er også faste, vekentlege tilbod.

I eit folkehelseperspektiv er det fleire aktivitetar knytt til Øystre Slidre helsetun som gir kjensle av sosial deltaking:

- Annankvar veke er det trekkspel- og gitarmusikk med frivillige som skaper eit sosialt samlingspunkt for bebuarar i institusjon, pårørande og heimebuande. Dette tilbodet stimulerer til sosial aktivitet og blir sett på som førebyggjande og helsefremjande.
- Lokkarkaffe – frivillige steiker vaflar og traktar kaffi til personar som bur i omsorgsbustad
- Kaffe og vaffel på Helsetunet – Helsetunet inviterer til kaffi og vaffel til 20 kr, tre dagar i veka. Dette tilbodet har ført til fleire grupper som har fordelt seg over dei tre dagane.
- Besøkshunden Minni kjem ein gong i veka i regi av Røde Kors, primært til pasientar ved langtidsplassar
- Frisklivssentralen tilbyr barseltrening for mor og baby i tida etter fødsel
- Songandakt med prest. Omtrent annankvar veke kjem presten til helsetunet og held songandakt

Øystre Slidre kommune bør halde fram med alle desse tilboda, då dei bidreg til å gi innbyggjarane eit naturleg møtestad med moglegheiter for både trening og sosialt samvær. Det er viktig å halde fokus på å rekruttere til dei ulike gruppene, vere inkluderande og vidareutvikle eller opprette fleire grupper dersom det blir opplevd som for lite plass i ei gruppe. Måla for perioden 2025-2028 er å vidareutvikle gruppe tilboda, re-etablere Frisklivssentralen og Rehabiliteringsteamet.

2.7 Særleg sårbare grupper

Det er viktig å ha eit særleg fokus på sårbare grupper for å førebyggje uønskt utvikling og for å fange opp hjelpebehov tidleg. Vi skal sikre like rettar og moglegheiter for alle innbyggjarane i kommunen, og fremje sosial rettferd og inkludering. Ved å rette merksemda mot sårbare grupper kan vi redusere helseforskjellar og ulikskap i samfunnet, og samtidig styrkje både velferda og berekrafta i lokalsamfunnet.

2.7.1 Flyktningar

Øystre Slidre har etter kvart fått mange nye innbyggjarar som har kome som flyktningar. Flyktningar er ei sårbar gruppe med særlege behov i møte med helse- og omsorgstenestene. Mange har opplevd krig, vald og flukt, og kan ha både fysiske og psykiske helseplager. Dei møter ofte barrierar som språk, manglande kunnskap om rettar og kulturelle forskjellar.

Kommunen følgjer nasjonale retningslinjer for helsetenester til flyktningar, og gjennomfører helseundersøking og helsekartlegging ved busetting. Tidleg avklaring av oppfølgingsbehov, særleg innan psykisk helse, er viktig for å sikre god livskvalitet og støtte til familiar.

2.7.2 Sammensatt rus/ psyk helse og somatikk

Helse- og omsorgstenestene opplever fleire brukarar med samansette utfordringar som ikkje blir tilstrekkeleg ivaretatt gjennom dagens organisering. Desse brukarane treng eit koordinert og målretta tilbod, der tenestene må samarbeide tettare, tenkje meir tverrfagleg og arbeide meir heilskapleg enn tidlegare.

Utan meir målretta oppfølging risikerer ein at brukarane utviklar meir avvikande åtferd, større hjelpebehov og behov for tenester kommunen i dag ikkje har. Tidlegare har kommunen kjøpt plassar utanfor kommunen for å ivareta desse brukarane. Dette er kostbart og fører til tap av verdifull kompetanse lokalt.

For å møte behova til personar med samansette utfordringar, vil kommunen satse på ambulerande tenester og tverrfaglege team som samarbeider på tvers av einingar. Desse teama skal sikre heilskapleg og koordinert oppfølging, og bidra til at brukarane får eit meir tilpassa og målretta tenestetilbod.

2.7.3 Demens og åtferdsutfordringar

Talet på personar med demens vil, som beskriven, auke betydeleg i åra framover, og mange vil få behov for tilpassa tenester over tid. Ei særleg utfordring er åtferdsendringar og psykiske symptom som ofte følgjer med demenssjukdom. Dette kan innebere uro, aggresjon, angst eller sosial tilbaketrekking, og stiller store krav til kompetanse, tryggleik og tilrettelegging i tenestene.

For å møte desse utfordringane må kommunen sikre god kartlegging, tidleg innsats og tverrfagleg oppfølging. Det er viktig å utvikle tilbod som kombinerer personsentrert omsorg, miljøbehandling og støtte til pårørande. Kompetanseheving blant tilsette og bruk av velferdsteknologi vil vere sentrale verkemiddel.

2.7.4 Unge vaksne utan arbeid, skule eller andre sysselsettingstiltak

Overgangen frå vidaregåande opplæring til høgare utdanning eller arbeidsliv er ei sårbar fase for mange unge vaksne. Når oppfølging frå skule og hjelpeapparat knytt til skulegangen opphøyrer, står fleire utan like omfattande støtte i ein kritisk etableringsfase.

Manglande overgang til arbeid kan føre til økonomiske vanskar, svekt sjølvkjensle og sosial isolasjon. For å førebyggje utanforskap er det viktig med tverrfagleg samarbeid og målretta innsats for å støtte unge i overgangen til arbeid og sjølvstendig liv. Dersom ein fell ut av utdanning eller arbeidsliv i ung alder, kan det òg bli ekstra krevjande å kome inn att i arbeidslivet seinare. I Øystre Slidre er det pr august 2025 22 personar under 30 år registrert hjå NAV, der i underkant av halvparten ikkje er i jobb eller andre sysselsettingstiltak. For å møte desse utfordringane er det viktig med tverrfagleg samarbeid og målretta innsats for å sikre god overgang frå utdanning til arbeid, og for å støtte unge vaksne i etableringsfasen av vaksenlivet.

2.7.5 Menneske med nedsett funksjonsevne

Kommunen skal sikre at alle innbyggjarar, uavhengig av funksjonsevne, får likeverdig tilgang til helse- og omsorgstenester. Personar med nedsett funksjonsevne møter ofte barrierar som hindrar deltaking og sjølvstende, og kommunen har eit særleg ansvar for å fjerne slike hindringar og fremje inkludering. Tenestene skal byggje på prinsippa i FN-konvensjonen om rettane til personar med nedsett funksjonsevne (CRPD), som slår fast retten til deltaking, sjølvbestemming og vern mot diskriminering.

Dette inneber at kommunen skal arbeide for universell utforming og god tilgjenge i tenestene, tilby individuelt tilpassa hjelp og støtte, fremje sjølvbestemming og brukarmedverknad, og aktivt motarbeide diskriminering og fordommar. I tillegg skal det leggjast til rette for sosial deltaking og livsutfalding for alle. Ved å integrere CRPD i planlegging og utvikling av tenester, bidreg kommunen til å styrkje rettstryggleiken, livskvaliteten og den sosiale rettferda for personar med nedsett funksjonsevne.

2.7.6 Einsemd som folkehelseutfordring

Einsemd kan råke menneske i alle aldrar og på ulike funksjonsnivå, og er ei aukande utfordring i samfunnet. Langvarig einsemd påverkar både fysisk og psykisk helse, og er knytt til auka risiko for sjukdom, svekt livskvalitet og tidleg død. For helse- og omsorgstenestene fører dette til meir bruk av tenester og større behov for støtte. Manglande samhandling mellom tenester, frivillig sektor og lokalsamfunn gjer det vanskeleg å fange opp og følgje opp einsemd på ein god måte. Det er behov for betre kartlegging, meir kunnskap blant tilsette og ein tverrfagleg innsats for å førebyggje og redusere einsemd. Årsaka til einsemd kan vera mange, og kan råke alle aldersgrupper og funksjonsnivå.



2.8 Samhandling mellom tenestene

Totalt sett kan kommunen ha mange tiltak og rett kompetanse innad i kommunen og med våre samarbeidspartnarar. Likevel kan innbyggjarane oppleve å ikkje få rett hjelp til rett tid.

Dersom vi ikkje lykkast med å koordinere tenestene og samhandlar på tvers av områder, vil vi ikkje klare å hjelpe innbyggjarane så godt som vi kan og det blir meir utfordrande å gi berekraftige helse- og omsorgstenester.

Vi har hatt eit ekstra fokus på samhandling mellom dei kommunale tenestene dei siste åra, spesielt retta mot barn og unge, og oppvekstplanen har ein møtestruktur for å sikre tverrfagleg samarbeid. God samhandling mellom ulike tenester i kommunen er avgjerande for å sikre heilskapleg og koordinert hjelp til innbyggjarane. Dette gjeld særleg i møte med barn, unge og familiar som har behov for støtte frå fleire instansar. Eksemplar på dette er tenester frå:

- Helsestasjonen som spelar ei sentral rolle i det førebyggjande arbeidet, og er ofte første kontaktpunkt for familiar med små barn. Gjennom tett samarbeid med barnehage og skule kan helsestasjonen bidra til tidleg oppdaging av utfordringar og behov for vidare oppfølging.
- Psykisk helseteneste i kommunen må vere lett tilgjengeleg og arbeide tverrfagleg saman med både helsestasjon, fastlege og skule/barnehage. Dette sikrar at barn og unge med psykiske vanskar får rask og riktig hjelp.
- Fastlegen har ei nøkkelrolle i vurdering og oppfølging av både fysiske og psykiske helseplager. God informasjonsflyt og samarbeid mellom fastlege og kommunale tenester er viktig for å unngå fragmentert behandling.

For å lukkast med samhandling må kommunen ha klare rutinar, felles møteplassar og ein kultur for samarbeid på tvers av fag og sektorar. Dette styrkar både kvaliteten på tenestene og tryggleiken for brukarane.

Oppfølging og hjelp som krev kommunalt ressursteam

Det er ei auke i tenestemottakarar som treng oppfølging på ein anna måte enn det tenestene leverer i dag. Fleire har behov for at tenesteytarane kjem heim til dei og arbeider med spesifikke målretta oppfølgingsopplegg som krev kompetanse og innsats frå fleire fagområde og eit avgrensa tal personar. Dette kan gjelde personar med utfordringar med sosial fungering, skulevegning, behov for målretta trening og rus / psykiske lidningar. Vi har erfaring med at brukargruppa og pårørande kan få ei kjensle av å vera kasteballar i eit system der dei ikkje får den hjelp dei treng.

Samhandling med spesialisthelsetenesta

Kommunen har mykje samhandling med spesialisthelsetenesta både direkte inn mot brukarane, overgang mellom tenester frå spesialisthelsetenesta og kommunale tenester og samarbeid der spesialisthelsetenesta rettleier kommunalt tilsette. For å få samhandlinga til å gå godt må rollene og forventningane til samhandling vera avklart, og samarbeidsavtaler hjelper oss med dette.

3. Mål

Nasjonale føringer

Regjeringa forventar at kommunane tek omsyn til berekraftsmåla, nasjonale klimamål og lokalt folkestyre i si planlegging. Kommunane skal bidra til å utvikle trygge, berekraftige og levande lokalsamfunn.



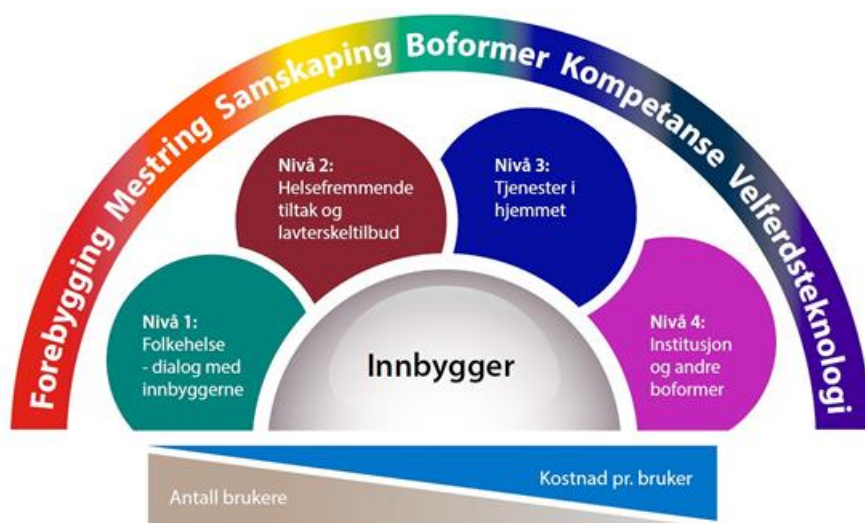
Figur 1FN's berekraftsmål

Likeverd, deltaking og berekraftige tenester

Alle menneske skal vere likestilte i samfunnet. Alle skal ha moglegheit til å delta og leve frie, sjølvstendige liv. Dette krev kunnskap, merksemd og berekraftig organisering av tenestene.

Etterspurnaden etter tenester aukar, medan ressursane er avgrensa. Samstundes aukar krava til kvalitet og spesialisering. For å sikre berekraft i framtida må tenestene effektiviserast, folkehelsearbeidet styrkast, og fleire få høve til å bu heime lengre.

Tenestene skal organiserast slik at spesialiserte tilbod blir samla sentralt på Heggenes, medan heimebaserte tenester og tilbod om samfunnsdeltaking blir gitt der folk bur.



(Hentet fra Lørenskog kommune)

Figuren forklarar samanheng mellom talet på brukarar på ulike nivåa og kostnaden pr brukar. På nivå 1 og 2 når ein mange brukarar med låg kostnad, medan kostnaden per brukar er vesentleg høgare på nivå 3 og 4. Hovudmålet er å styre ein større del av ressursane i sektoren frå kostnadskreivjande tenester til satsing på folkehelse, helsefremjande arbeid og lågterskeltilbod.

3.1 Mål for helse- og omsorg i Øystre Slidre kommune

Hovudmål:

Øystre Slidre kommune skal sikre berekraftige helse- og omsorgstenester, som fremjar helse, meistring og livskvalitet for alle innbyggjarar – uavhengig av alder, funksjonsevne og livssituasjon.

Delmål

➤ **Førebygging**

Kommunen skal tenkje førebygging, tidleg innsats og eigenmeistring i all oppfølging

➤ **Ein god plass å bu**

Øystre Slidre kommune skal vera ein god plass og bu for alle uavhengig av funksjonsnivå

➤ **Betre eigenmeistring**

Hjelpetiltaka frå kommunen skal vera minst mogleg inngripande og innbygarane nyttar egne ressursar lengst mogleg.

Kommunen skal redusere delen innbyggjarar som mottar økonomisk sosialhjelp gjennom førebyggjande arbeid, tett oppfølging og målretta tiltak som fremjar arbeid, utdanning og økonomisk sjølvstende.

➤ **Familie og pårørandeoppfølging**

Øystre Slidre kommune skal styrke pårørande si rolle og livskvalitet gjennom støtte, informasjon og involvering i tenestene.

Øystre Slidre kommune skal ha eit system som dekker behova til barn som pårørande.

➤ **Velferdsteknologi og digitalisering for tryggleik, meistring og effektivitet**

Kommunen skal ta i bruk velferdsteknologi som eit integrert verkemiddel i helse- og omsorgstenestene for å styrke tryggleik, fremje sjølvstende og bidra til at innbyggjarar kan bu lengre i eigen heim.

Innføring av velferdsteknologi og digitale løysingar i kommunale helsetenester skal bidra til å frigjere tid for helsepersonell og styrke kvaliteten på tenestene.

➤ Likeverdige og behovstilpassa tenester

Tildeling av helse- og omsorgstenester skal sikre at alle innbyggjarar får eit likeverdig tilbod, til rett tid, på rett nivå og med minst mogleg inngripen.

Tenestene som blir tildelt skal vere tilpassa den enkelte sitt behov, fremje meistring og sjølvstende, og bidra til at brukarar kan leve trygt og verdig i eigen heim så lenge som mogleg.

Tiltak for å nå måla ligg i helse- og omsorgsplanen sin handlingsdel. Den blir evaluert og revidert kvart år.

4 Satsingsområde

Øystre Slidre kommune har som mål at flest mogleg skal ha eit aktivt liv og klare seg sjølv lengst mogleg i kvardagen. Vi kallar dette «Leve heile livet». Tenester vert tildelt med utgangspunkt i visjonen «hjelp til sjølvhjelp», der ein mottek tenester som varetek det ein treng hjelp og støtte til, samstundes som ein opprettheld dei aktivitetane ein kan lengst mogleg. Aktive tenester blir tildelt før passiv hjelp og bistand skal bli gjeve med mål om inkludering, tilhøyrighet og sjølvstende, jamfør meistringstrappa.

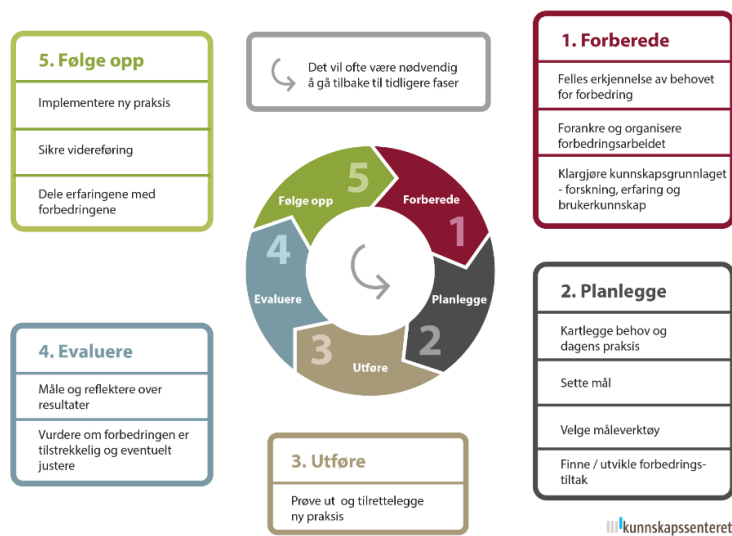
4.1 Forutsigbar, koordinert og kvalitativ god teneste – Prioritering av tenester

Tildelings- og bustadkontoret har ansvar for å sikre at kommunen oppfyller sitt lovpålagde ansvar for helse- og omsorgstenester, bustadsosialt arbeid og økonomiske støtteordningar. Kontoret fattar vedtak etter gjeldande lovverk og skal sikre likeverdige og rett prioriterte tenester. Det har òg ei sentral rolle i mål- og styringsarbeidet innan helse og omsorg, og samarbeider tett med interne og eksterne aktørar.

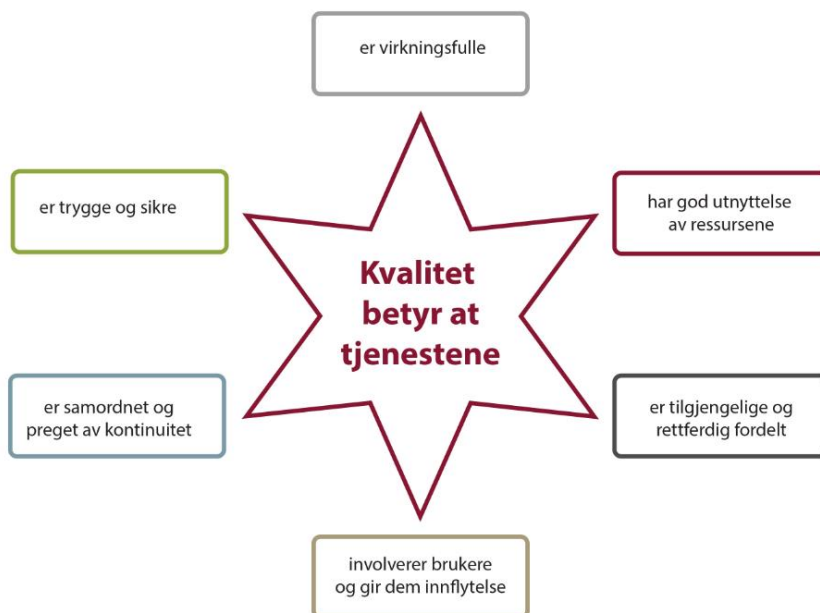
Den koordinerande eininga har ansvar for individuell plan og oppfølging av koordinatarar for brukarar med samansette behov. Eininga er tverrfagleg samansett frå både og helse, omsorg og oppvekst og har særleg fokus på opplæring, rettleiing og bruk av digitale løysingar for betre samhandling. Barnekoordinator er ein del av eininga.

For pasient og pårørande er det viktig å oppleve gode pasientforløp som er prega av heilskap, samheng og pasientsentrering. Dei skal vere trygge, koordinerte og tilpassa pasienten sine behov. Tidleg oppdaging av forverring og rask iverksetjing av tiltak er avgjerande. God planlegging, standardiserte forløp og brukarmedverknad bidreg til kvalitet og kontinuitet.

For å møte framtidige utfordringar må helse- og omsorgstenestene arbeide systematisk med utvikling og forbedring som ein kontinuerleg prosess, beskriven i modellen under.



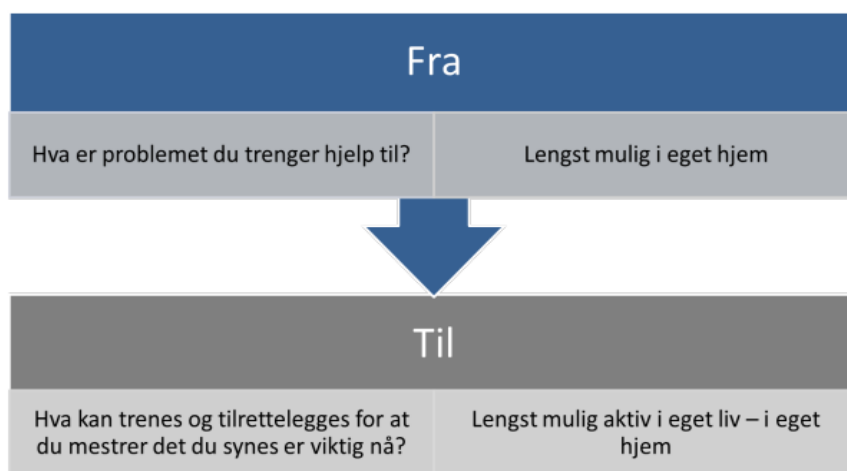
Den einskilte teneste har ansvaret for å sikre kvalitet på tenestene til brukarane. Gjeldande lover og forskrifter som «Lov om kommunale helse- og omsorgstenester» og «Forskrift om ledelse og kvalitetsforbedring» stiller krav til kvalitet som skal oppfyllest.



Prioritering og tildeling av tenester

Rett prioritering og tildeling av helse- og omsorgstenester er avgjerande for å sikre at innbyggjarane får nødvendige tenester til rett tid og i rett omfang. Tildelingskontoret arbeider

etter prinsippa om meistring, medverknad og kvalitet, med fokus på innbyggjarens eigne ressursar og evne til å meistre kvardagen. Tenesta er i utvikling og arbeider med å tilpasse tenestetilbod og ressursbruk i tråd med framtidige behov som illustrert under.



Tildeling og bustadkontoret har ei sentral rolle som premissleverandør for helse-, omsorgs- og velferdstenestene i kommunen. Framover er det venta auka press på helse- og omsorgstenestene, og strammare økonomiske rammer. For å møte desse utfordringane er det avgjerande med høg fagleg kvalitet i kartlegging, vurdering og tildeling av tenester. Vedtekne tildelings- og prioriteringskriterier skal sikre openheit, likebehandling og forsvarleg ressursbruk. Tenesta er eit strategisk satsingsområde og har hatt positiv utvikling dei siste åra. For å kunne løyse framtidens oppgåver er det viktig med gode arbeidsverktøy, tryggleik i eiga kompetanse og god fagleg forankring der vi unngår over eller underforbruk av ressursar.

For å sikre målretta og forsvarlege tenester er det naudsynt med:

- Gode digitale og faglege verktøy
- Tryggleik i kompetanse og rolleforståing
- Systematisk kompetanseheving og deling
- Aktiv dialog med innbyggjarane for å avklare forventningar

Barnets beste i tildeling av helse-, omsorgs- og velferdstenester

Ved tildeling av helse- og omsorgstenester til barn eller deira omsorgspersonar skal barnets beste vere eit overordna vurderingskriterium. Dette inneber at barnets behov for tryggleik, utvikling og medverknad skal stå sentralt i alle avgjerder. Når barn blir direkte påverka av tiltak, skal barnets beste vurderast særskilt, også der det må gjerast prioriteringar mellom ulike behov.

For å sikre ei heilskapleg vurdering av barnets situasjon, er det naudsynt med tverrfagleg samarbeid mellom helse- og omsorgstenesta, barnevern, skule, barnehage og andre relevante instansar. Dette krev etablerte rutinar og forpliktande avtalar for informasjonsdeling og samhandling. Som del av kommunen si satsing på barn og unge, er det tilsett ein barnekoordinator ved tildelings- og bustadkontoret. Koordinatoren har ansvar for å styrkje

samhandlinga på systemnivå og for å sikre at vurderingar av barnets beste blir dokumenterte og vektlagde i kvar enkelt sak.

I det bustadsosiale arbeidet skal Øystre Slidre kommune følgje prinsippet «barna først», i tråd med Husbanken si nasjonale satsing. Kommunen skal prioritere barnefamiliar med låg inntekt i arbeidet med å skaffe stabile og eigna bustader. Målet er å førebyggje barnefattigdom og sikre at barn veks opp i trygge og varige buforhold.

Medarbeidarar som nøkkelressurs for kvalitet og kontinuitet «Rett kompetanse på rett stad til rett tid»

Slidre kommune har som mål å vere ein attraktiv arbeidsgivar med eit godt arbeidsmiljø, i tråd med «Topp 10»-strategien. Samstundes er det behov for å redusere sjukefråværet og styrke nærværet i tenestene. Gevinstane av investering i personalressursen vil mellom anna vera:

1 Styrka fagkompetanse og kontinuitet

Ved å sikre at rett kompetanse er til stades der behovet er størst, får brukarane tenester som er fagleg forsvarlege og tilpassa individuelle behov. Dette reduserer risikoen for feil, aukar tryggleiken og gir betre oppfølging over tid

2 Redusert sjukefråvær og auka nærvær:

Høg sjukefråværsprosent og utfordringar med rekruttering og stabilitet i bemanning påverkar både kvaliteten på tenestene og arbeidsmiljøet. Systematisk arbeid med nærvær og sjukefråværsoppfølging gir meir stabile personalressursar. Det betyr at tenestene i mindre grad blir påverka av vikarbruk og manglande kontinuitet, noko som igjen styrkjer kvaliteten og brukaropplevinga. Ved å følgje opp kvar enkelt tilsett i tråd med kommunen sin plan for sjukefråværsoppfølging, viser ein ansvar og omsorg for dei tilsette. Dette styrkjer arbeidsmiljøet og bidreg til betre arbeidskapasitet og kvalitet i tenestene.

3 Attraktiv arbeidsplass = Betre rekruttering stabilitet

Ein arbeidsplass med godt arbeidsmiljø og fokus på trivsel og utvikling tiltrekkjer seg kompetente fagpersonar og reduserer turnover. Dette gir meir erfarne og trygge tilsette, som igjen gir betre tenester.

4.2 Førebyggande arbeid

4.2.1 Meiningsfull kvardag og frivillig innsats

Ein meiningsfull kvardag er avgjerande for livskvalitet, helse og trivsel.

Frivillig innsats er ein viktig ressurs i helse- og omsorgstenestene. Frivillig verksemd fremjar sosialt fellesskap, gir meaning og deltaking, og bidreg til fysisk og psykisk helse. Det er dokumentert samanheng mellom frivillig deltaking og god folkehelse. Frivillig arbeid har både eigenverdi og nytteverdi, og fungerer som ein inkluderande arena for integrering og samfunnsdeltaking. Øystre Slidre kommune har ein aktiv frivilligsentral som koordinerer og støttar frivillig innsats. Frivilligheita skal vere eit supplement til den profesjonelle omsorga,

og bidra til å skape gode møteplassar og meningsfulle aktivitetar for innbyggjarar i alle aldrar. Samtidig ser vi endringar i motivasjonen for frivillig arbeid. Fleire ønskjer fleksible oppdrag framfor faste forpliktingar. Dette krev nye former for organisering og tilrettelegging.

Fleire innbyggjarar gjer uttrykk for einsemd og mangel på sosiale møteplassar. For å møte dette skal Øystre Slidre helsetun vidareutviklast som ein sentral møteplass i lokalsamfunnet og som ein integrert del av Heggenes sentrum. Dette skal bidra til sosial deltaking, fellesskap og tilhøyrse for både bebuarar og innbyggjarar. Aktivitetstilbodet vil også bli styrka i forhold til gruppetilbod og eit tettare samarbeid med fritidstilbod med mål om at personar med bistand skal kunne bli del i et fellesskap og ein aktivitet.

4.2.2 Helsefremjande og førebyggjande arbeid

Øystre Slidre kommune skal vere ein god stad å leva – for alle, heile livet. Helsefremjande arbeid skal bidra til god livskvalitet, førebygging av sjukdom og styrkt meistring i kvardagen. Kommunen skal fremje helse og trivsel gjennom tiltak som styrker sosiale fellesskap, reduserer ulikskap og legg til rette for sunne levevanar. Dette skal skje i samarbeid med innbyggjarar, frivillige lag og organisasjonar og andre offentlege aktørar.

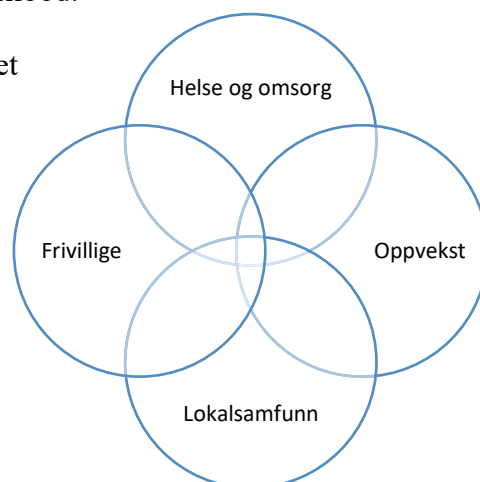
Barn og unge

I Øystre Slidre har vi høg deltaking i barnehage og grunnskule for aldersgruppa 0 – 19 år. Dei unge deltek aktivt i aktivitetar, natur og friluftsliv. Deltaking i aktivitet avtek utover i ungdomsåra til tross for eit rikt utval av tilbod. Livsstilsvanar blir etablerte tidleg, og barn og unge er ei prioritert målgruppe. Ungdata viser at mange unge er misnøgde med eigen kropp, og at alkoholdebut skjer tidlegare enn landsgjennomsnittet. Tidleg alkoholdebut aukar sannsynet både for skadar eller andre negative opplevingar i ungdomstida og for eit problematisk forhold til rusmiddel seinare i livet.

Det er generelt større fokus på helse i dag enn tidlegare, og større kunnskap om risikofaktorar har gjort at vi i dag er meir opptekne av å førebyggje dårleg helse. Ungdata viser at dei fleste unge er nøgde med si eiga helse, sjølv om talet på tilvisingar til psykisk helsehjelp aukar.⁸ Kommunen har styrkt helsestasjonstenesta, inkludert helsestasjon for ungdom, og samarbeider på tvers av tenester for å skape gode møteplassar og aktivitetstilbod.

Helse og omsorg er ein deltakar i laget rundt folkehelsearbeidet for born og unge. For å fremje god psykisk og fysisk helse, førebyggje rus og livsstilsutfordringar vil kommunen i planperioda fokusere på

- Framleis styrka helsestasjon og skulehelseteneste
- Livsmeistring
- Trygge møteplassar og fritidstilbod
- Tidleg innsats ved psykiske utfordringar og rus



⁸ [Ungdata 2024 Øystre Slidre](#)

Vaksne

Vaksne er viktige rollemodellar og har behov for støtte til å meistre livsstilsutfordringar som overvekt, høgt blodtrykk og einsemd. Frisklivssentralen er eit viktig verktøy for å fremje helse og endre levevanar. Auka bruk av sosialhjelp i aldersgruppa 20–66 år peikar på behov for vidare innsats. For å styrkje meistring, førebygge livsstilsutfordringar og sosial ulikskap vil fokuset framover vera:

- Ein aktiv frisklivssentral med tiltak for målgruppa
- Arbeidsretta helsetiltak i samarbeid med NAV
- Tilbod om kurs og grupper for meistring av livsstilsutfordringar
- Fokus på gode møteplassar

Eldre

Dei fleste eldre bur heime og har sterk tilknytning til lokalsamfunnet. Fall og einsemd er hovudutfordringar. Folkehelsearbeidet bør fokusere på universell utforming, tryggleik i bustad og nærmiljø, og tilgjengelege aktivitetstilbod ⁹.

4.2.3 Rehabilitering og avlastning i og utanfor eigen bustad

Tilboda om rehabiliteringsopphald, korttidsopphald og avlastning må vere målretta, med fokus på meistringsevna til både den enkelte brukar og deira pårørande. Det er avgjerande at kommunen har tilstrekkeleg tal på plassar og god sirkulasjon i bruken av desse, for å kunne ivareta:

- Pasientar som vert utskrivne frå sjukehus med store pleiebehov
- Pasientar som kjem frå andre institusjonar
- Heimebuande med behov for mellombels opphald
- Pårørande som treng avlastning i omsorgsarbeidet

Rehabiliteringsteamet skal gi eit supplerande tilbod og bidra til å førebyggje behovet for institusjonsopphald. Målretta trening og tilrettelegging i eigen bustad gir innbyggjarane moglegheit til å trene opp og oppretthalde daglege funksjonar i eige bumiljø.

4.2.4 Einsemd

Einsemd er ein vesentleg folkehelseutfordring, særleg blant eldre og sårbare grupper. Helse- og omsorgstenesta har ei viktig rolle i å førebyggje og redusere einsemd gjennom helsefremjande tiltak, sosiale møteplassar og målretta oppfølging. Den einskilde har ansvar for sitt eige liv, også deltaking i aktivitetar og fellesskap. For enkelte er dette vanskeleg. Kommunen skal her bidra til at alle innbyggjarar har moglegheit til å delta i fellesskap og oppleve sosial tilhøyrslø.

⁹ FHI

Satsingsområde for å forebygge einsemd i planperioden:

Samarbeid med frivilligheita

Øystre Slidre har eit mangfald av lag og foreiningar med høg aktivitet. Prioriteringa vil framover vera å legge til rette for at dei som fell utanfor kan få bistand, rettleiing og hjelp til å bli sjølvstendige og aktive deltakarar på etablerte arenaer. Helse og omsorg vil samarbeide med frivillige aktørar som frivilligsentralen, Røde Kors og eldrerådet for å skape inkluderande møteplassar.

Omlegging av aktivitetskontakttilbod frå individuell oppfølging til gruppetilbod der det er forsvarleg og hensiktsmessig.

Kommunen har over år hatt utfordringar med å rekruttere oppdragstakarar som aktivitetskontakt. Tilboda har vore sårbare og fleire opplev at dei ikkje har vorte meir sosiale eller aktive til tross for tilbod over tid. For å legge til rette for auka sjølvstende og eit sosialt fellesskap vil tilbodet om assistanse til deltaking i aktivitet dreiest frå 1:1 oppfølging til gruppetilbod der dette blir vurdert forsvarleg og hensiktsmessig. Aktiv bruk av trimgrupper, turgrupper, lagidrett, E-sportssenteret og andre gruppetilbod er viktig for å skape fellesskap. Dreining til meir gruppebaserte tiltak for dei som kan profitere på dette, bidreg også til at vi i større grad kan rekruttere og legge til rette for individuelle tilbod til dei som har behov for dette.

Opplæring i digitale ferdigheiter for eldre, i samarbeid med eldreråd og frivillige.

Oppleving av å vera ein del av eit fellesskap og ha sosial kontakt er ikkje avhengig av fysiske møteplassar og fysiske treffpunkt. Stadig fleire har også eit sosialt nettverk og kontakt digitalt, alt frå eit fellesskap rundt spel og e- sport til kommunikasjon med familie og venar via telefon. Bruk av videokommunikasjon og digitale møteplassar kan med andre ord hjelpe folk å halde kontakt med familie og vener. Eldrerådet har hatt gode erfaringar med opplæring i bruk av data. Kommunen vil legge til rette og vera ein samarbeidspartnar i opplæring i bruk av smarttelefon, nettbrett og sosiale medium for eldre med mål om å forebygge unødig isolasjon.

Støtte til pårørande gjennom avlastning og tiltak som gir rom for eigen sosial deltaking og kvile.

Sosial deltaking og aktivitet er ikkje berre viktig for den som opplever einsemd eller funksjonssvikt. Mange pårørande med stort omsorgsarbeid opplever at dei mistar moglegheita for å ivareta eigen sosial kontakt og ei aktiv fritid. God pårørandestøtte og avlastningstiltak gjer det lettare for familiar å vere til stades for sine næraste.

Kommunale tiltak i avdeling for psykisk helse

Psykisk uhelse og einsamheit er tett knyta saman og aukande utfordringar i mange kommunar, og kan ramme menneske i alle aldrar. For å møte dette trengst det målretta og tverrfaglege tiltak som fremjar inkludering, tryggleik og tilgjengeleg støtte.

- Kommunen skal fortsett med lågterskeltilbod for psykisk helse. Etablering av opne møteplassar, samtaletilbod og drop-in-tenester der innbyggjarar kan få støtte utan henvisning.

- Tverrfagleg samarbeid, Helsestasjon, psykisk helseteneste, skule, barnehage og fastlege må samarbeide tett for å fange opp og følgje opp personar med psykiske utfordringar.
- Informasjon og medverknad. God informasjon om tilbod og moglegheiter, samt brukarmedverknad i utviklinga av tenestene.

4.4 Demens

Auka førekomst av demens, også blant yngre, og meir samansette behov krev ei vidare spesialisering av demensomsorga i Øystre Slidre kommune. Kommunen har i dag funksjonelle tilbod ved helsetunet og heildøgnsbemanna omsorgsbustader, men det er behov for å utvikle meir tilpassa løysingar for personar med demens og utfordrande åtferd fram mot 2028.

Målsettingar for ivaretaking av personar med demens i Øystre Slidre kommune

Pleie i livets slutfase - Alle pasientar med demenssjukdom, skal i livets siste fase få eit tilbod i tråd med eige livssyn og identitet som ivaretek verdigheit og rettigheter for den einskilde og pårørande	Pårørandearbeid
Tenestebehov - Den einskilde brukar og pårørande får eit forsvarleg tilbod utanfor institusjon så lenge som mogleg	
Etter diagnose - Kommunen yter systematisk og samkøyrte oppfølging av personar med demenssjukdom og deira pårørande - Kommunen sikrar medverknad for individuelle og verdige tilbod	
Kartlegging og utredning - Den einskilde skal få korrekt demensdiagnose, så kommunen kan tilrettelegge for rett hjelp til rett tid - Den einskilde skal ha jamleg medverknad og vurdering for å sikre tilbod i tråd med funksjonsnivå og behov	
Tidleg oppdaging av demenssjukdom - Det er eit mål å fange opp og avdekke teikn på demenssjukdom så tidleg som mogleg slek at man kan tilrettelegge for eit best mogleg forløp frå starten av	Samfunns opplysning

Demensomsorg og demensvennleg samfunn

Det overordna målet er å bidra til eit meir demensvennleg samfunn der personar med demens blir møtt med forståing, respekt og støtte innanfor berekraftige løysingar i takt med etterspørselen av helse og omsorgstenester. Målet er at dei skal kunne meistre kvardagen og delta i vanlege aktivitetar som handling, bruk av kollektivtransport og kulturarrangement. Dette krev samarbeid med lokalt næringsliv, frivillige, transportnæring og offentlege aktørar, både gjennom fysisk tilrettelegging og auka kunnskap og openheit om demens.

For å arbeide mot eit meir demensvennleg samfunn er det fleire strategiar og tiltak som blir sett i verk. Øystre Slidre kommune følgjer hovudpunkta i den nasjonale satsinga Demensplan 2025 med følgjande hovudinnsatsområder¹⁰:

Medbestemming og deltaking

Personar med demens og deira pårørande skal få vere med og påverke tenester og samfunnsutvikling. Det handlar om å sikre deltaking i sosiale, kulturelle og fysiske aktivitetar som er tilpassa den enkelte.

Førebygging og folkehelse

Auka fokus på førebyggjande tiltak, tilrettelegging og kunnskap for å gje moglegheit til fysisk aktivitet, sosial deltaking og mental stimulans – både på individ-, gruppe- og samfunnsnivå og tilstrekkeleg ernæring. Øystre Slidre i saman med Nasjonalforeininga for folkehelse har forplikta seg til å halde kurs om demensvennleg samfunn. Demenskontakten vil ha eit særleg ansvar for å halde kurs.

Gode og samanhengande tenester

For å sikre gode og samanhengande tenester må personar med demens få tidleg oppfølging og tilpassa tiltak. Samhandling mellom fastlege, spesialisthelseteneste og kommunen er avgjerande for å støtte pårørande og oppretthalde funksjon hjå den sjuke.

Tilrettelagte møteplassar og dagtilbod

Kommunen tilbyr dagaktivitetstilbod gjennom Vindestogo, som er retta mot heimebuande med demens eller kognitiv svikt. Tilbodet er lovpålagt og har vore viktig over tid, men det har vore utfordrande å rekruttere brukarar i tidleg fase. I planperioden etablerer kommunen også Treffpunkt Heggenes ved helsetunet – eit sosialt tilbod med aktivitetar, praktisk hjelp og måltid, som supplement til eksisterande dagtilbod.

Det skal satsast vidare på tiltak som utset behovet for heildøgns omsorg som velferdsteknologi, dagtilbod og avlastning. Kommunen vil også arbeide med rett dimensjonering av tenester og styrka fagkompetanse hjå tilsette.

4.5 Eldreløftet – Bu trygt heime

Øystre Slidre kommune skal legge til rette for at fleire eldre kan bu trygt og sjølvstendig heime så lenge som mogleg. Dette krev universell utforming, tilgjengelege møteplassar, grønare uteområde og bustader som er tilpassa ulike behov. I stortingsmelding 24 (2022–2023) Fellesskap og meistring – Bu trygt heime presentera regjeringa ein samla innsats for eit meir aldersvennleg samfunn prega av openheit, tryggleik og fellesskap.

Meldinga har fire innsatsområde:

- Levande lokalsamfunn,
- Bustadtilpassing og -planlegging
- Kompetente og myndiggjorde medarbeidarar
- Tryggleik for brukarar og støtte til pårørande.

¹⁰ [Regjeringen Demensplan 2025](#)

Innbyggjarane skal støttast i å ta ansvar for eigenomsorg, gjennom bruk av hjelpemiddel, teknologi og frivillige ressursar. Målet er inkluderande og aldersvennlege lokalsamfunn der alle har moglegheit til å leve eit sjølvstendig og verdig liv¹¹.

Bustadpolitisk satsing

Dei fleste innbyggjarane i Øystre Slidre bur godt og sjølvstendig utan kommunal hjelp. Samstundes er det grupper som er vanskelegstilte på bustadmarknaden og har behov for særleg hjelp og oppfølging. Å ha ein god og trygg bustad er ein grunnleggjande føresetnad for helse, livskvalitet og deltaking i samfunnet.

Det er ein klar samanheng mellom bustad, bumiljø og levealder. Alle skal ha moglegheit til å skaffe seg ein bustad av god kvalitet, ha ein føreseieleg og handterleg bustadøkonomi, og vere ein del av eit inkluderande og trygt nærmiljø.

Kommunen skal i planperioda arbeide for:

- Tilrettelegging for bustader som møter ulike behov gjennom livsløpet
- Universell utforming og tilgjengelege bumiljø
- Aktiv bruk av Husbanken sine bustadsosiale verkemiddel
- Rettleiing og støtte til innbyggjarar med bustadutfordringar

Øystre Slidre kommune deltek i Eldrebolignettverket for distriktskommunar i samarbeid med Husbanken. Målet er å styrkje det distriktsretta bustadarbeidet og utvikle tiltak som gjer det mogleg for fleire eldre å bu lengre i eigen bustad.

Å bu trygt heime handlar om å skapa eit trygt, funksjonelt og støttande bumiljø som gjer det mogleg at eldre kan bli buande i eigen heim så lenge som mogleg med god livskvalitet. Rettleiing til innbyggjarane vil vera viktig. Dette blir ivaretake gjennom felles informasjon, dialog i grupper, individuell kontakt eller heimebesøk.

¹¹ [Regjeringen. Meld. St 24 fellesskap og meistring - Bu trygt heime](#)



Fysisk tryggleik i heimen

Fallførebyggjande tiltak og vurdering av risiko i heimen

Tilrettelegging med tekniske hjelpemiddel og velferdsteknologi

Informasjon og tiltak knytt til branntryggleik i heimen



Tryggleik ved behov for hjelp

Heimetenester med faste besøk og kjende kontaktpersonar

Tryggleiksalarm og andre velferdsteknologiske løysingar

Individuelt tilpassa tenester som styrkjer meistring og sjølvstende



Sosial tryggleik og deltaking

Legge til rette for sosial kontakt gjennom møteplassar, dagtilbod og samarbeid med frivillige organisasjonar

Tilby opplæring i bruk av digitale verkøy som smarttelefon, nettbrett og PC for å oppretthalde kontakt med familie og samfunn

Støtte tiltak som førebyggjer einsemd og fremjar fellesskap



Økonomisk og juridisk tryggleik

Informere om støtteordningar, hjelpemiddel og aktuelle tenester

Tilby rettleiing om nødvendige fullmakter og framtidsfullmakter

Bidra til at eldre og pårørande har oversikt over rettar og moglegheiter

4.6 Frå passiv mottakar til aktiv deltakar – Brukaren si helseteneste

Å sikre eit godt, rettferdig og likeverdig tenestetilbod krev tydelege prioriteringar. Øystre Slidre kommune nyttar dei nasjonale prioriteringskriteria – nytte, ressurs og alvorlegheit – for å møte innbyggjarane sine behov på ein forsvarleg og rettvis måte. Brukarmedverknad står sentralt, og både subjektive og objektive vurderingar av livskvalitet, meistring og funksjonsevne blir lagt til grunn for val av tiltak.

Tenestene skal utformast i samarbeid med den enkelte, og bidra til at brukarar får hjelp på eigne premissar, kjenner seg respekterte og får moglegheit til å meistre kvardagen. Dette styrker både opplevd kvalitet og helseutfall. Tildelande og utøvande einingar vil gjennomføre systematiske samtalar med brukarar og pårørande for å kartleggje behov, ressursar og ynskjer. Det vil også bli utvikla eit informasjonssystem for samtalene der den einskilde får informasjon om kva moglegheiter og val som finnes innan tenestetilbodet.

Brukarmedverknad omfattar også retten til å påverke tenesteutviklinga. Kommunen legg vekt på erfaringane til brukarar og pårørande gjennom jamlege undersøkingar og dialog.

Lovpålagde medverknadsorgan som eldreråd, råd for personar med nedsett funksjonsevne og ungdomsråd sikrar innspel på systemnivå og bidreg til kontinuerleg forbetring av helse- og omsorgstenestene.

4.7 Brukarmedverknad og pårørandemedverknad

Brukarmedverknad er ein grunnleggjande verdi i helse- og omsorgstenestene. Tenestene skal utformast i samarbeid med den enkelte, og brukaren skal få høve til å påverke innhald og omfang ut frå egne behov, ressursar og ønskje. Pårørande er ofte ein viktig ressurs og samarbeidspartnar og skal få tilbod om informasjon, støtte og medverknad i tråd med brukaren sitt samtykke og behov.

Kommunen skal leggje til rette for systematisk brukarmedverknad både på individ- og systemnivå, og sikre at tenestene er prega av respekt, dialog og tillit. Kommunen skal gjennomføre brukarundersøking årleg og pårørandeundersøking annakvart år for å sikre moglegheit for tilbakemelding. Den einskilde tenestemottakar skal aktivt få medverke i eget tenestetilbod gjennom utarbeiding av tiltaksplan og mål for tenestetilbodet.

Pårørande til bebuarar i institusjon vil få tilbod om pårørandesamtale inntil to gonger i året. Alle skal ha tilbod om pårørandesamtale ved innflytting.

For tenestemottakarar eller familiar med behov for langvarige og koordinerte tenester skal kommunen tilby koordinator eller barnekoordinator. Det blir etablert ansvarsgrupper som sikrar at tenestene blir planlagde og utførte i tråd med brukaren sine mål og ressursar. For å sikre at koordinatorane legg til rette for mest mogleg medverknad og sjølvstende, er det viktig at dei har tilstrekkeleg opplæring, kunnskap og tryggleik i rolla.

Øystre Slidre kommune har fleire innbyggjarar med omfattande og langvarige behov. Til tross for dette er det svært få individuelle planar på tvers av aldersgrupper, og få koordinatorar for vaksne og eldre. Born med langvarige og koordinerte behov er i større grad ivaretekne på dette området.

Det låge talet på individuelle planar kan vere eit uttrykk for at brukarane opplever tenestene som godt tilpassa og koordinert, og difor ikkje ønskjer individuell plan. Dersom det låge talet derimot skuldast manglande kjennskap til ordninga både blant brukarar og tilsette, må kommunen auke medvitet om retten til individuell plan og sikre at tilbodet er godt kjent.

4.8 Kompetanse

Gode helse- og omsorgstenester krev høg fagleg kompetanse, stabile tilsetjingsforhold og eit godt samspel mellom brukar og personell. Pasienten si stemme skal bli høyrd – både i møte med tenestene og i utviklinga av dei¹². Kommunen skal arbeide målretta med organisering, bemanning og oppgåvefordeling til det beste for innbyggjarane og personalet innanfor gjeldande rammer. Innanfor turnusområda vil fleksibilitet og bruk av kompetanse mellom tenesteområda vera naudsynt. Turnus er eitt av verktøya for å lykkast med dette.

¹² [Regjeringen: kompetanseløftet 2025](#)

Kommunen får stadig fleire oppgåver som mellom anna låg hjå spesialisthelsetenesta tidlegare, noko som stiller høgare krav til kompetanse. Eit sentralt satsingsområde i planperioden er kompetanseheving, mobilisering og kompetansedeling. Ein lokal kompetanseplan og rekrutteringsplan skal vere styringsverktøy for utvikling og forvaltning av kompetanse. Ein aktiv kompetanseplan vil bidra til berekraftige tenester og betre tilbod til sårbare grupper, som personar med demens, utfordrande åtferd og samansette behov innan rus, psykiatri og somatikk.

Kompetanseheving skal skje både gjennom formell utdanning og intern opplæring, inkludert digitale kurs og webinar. Kommunen må også leggje til rette for meir læring i eigen organisasjon for å møte konkurransen om arbeidskraft.

4.9 Redusere delen innbyggjarar som mottak økonomisk sosialhjelp

Øystre Slidre kommune har som mål å redusere delen innbyggjarar som mottar økonomisk sosialhjelp. Dette skal skje gjennom førebygging, kvalifisering og tett oppfølging av personar med samansette utfordringar. Sosialhjelp skal vere ein kortvarig støtte og kommunen skal arbeide aktivt for at fleire kjem i arbeid, utdanning eller anna aktivitet.

For å nå dette målet skal kommunen styrkje samarbeidet mellom NAV og helse- og omsorgstenestene. Den bustadsosiale oppfølginga i kommunen skal bli gjennomført i tett samarbeid med NAV for å sikre heilskapleg og koordinert innsats. Bruk av individuell bustadoppfølgingsplan skal bidra til betre samhandling og målretta tiltak.

Kommunen skal vidareutvikle og framleis tilby arbeidsretta tiltak og kvalifiseringsløp, med særleg vekt på auka bruk av kvalifiseringsprogrammet. Samarbeid med lokale arbeidsgivarar og frivillige aktørar skal gi fleire moglegheiter for arbeidstrening og praksis.

Ungdom/unge vaksne som står utanfor arbeid og utdanning er ei prioritert gruppe. Overgang frå vidaregåande skule til arbeide må, for personar i fare for å falle utanfor, planleggjast og koordinerast i eit samarbeid mellom fylket, NAV og kommunen med mål om å førebyggje langvarig utanforskap. Å få starte i arbeid for å så ta utdanning medan ein er i jobb er eitt av tiltaka som kan nyttast.

Tenesteapparatet skal styrkje kompetansen om levekårsutfordringar gjennom opplæring i sosialfagleg arbeid og bruk av kartleggingsverktøy for å oppdage risikofaktorar tidleg. Dette skal gi tilsette betre føresetnader for å møte brukarar med komplekse livssituasjonar.

Førebygging er sentralt, og kommunen skal tilby økonomisk rettleiing og støtte før situasjonen utviklar seg til behov for sosialhjelp. Tidleg innsats, samarbeid med skular og helsestasjonar, og bruk av digitale verktøy skal bidra til å styrkje økonomisk meistring og livskvalitet.

4.10 Familieomsorg/pårørandearbeid

Pårørande og familieomsorg

Pårørande og familieomsorg er ein viktig ressurs i helse- og omsorgstenestene. Øystre Slidre kommune ynskjer å støtte og verdsetje denne innsatsen, samtidig som vi skal sjå og følgje opp pårørande tidleg – både barn, unge og vaksne.

Pårørande har ofte verdifull kunnskap og ynskjer å bidra. Helse- og omsorgstenesta har plikt til å involvere dei, så langt pasienten samtykker. Ved alvorleg sjukdom og langvarige forløp er dette særleg viktig. Samtidig kan omsorgsrolla vere krevjande. Kommunen skal tilby støtte, rettleiing og avlastning ved behov, også i krisesituasjonar og ved livets slutt.

Regjeringa sin pårørandestrategi «Vi – de pårørende» og kvalitetsreforma «Leve hele livet» gir retning for arbeidet. Spørsmålet «Kva er viktig for deg?» skal vere utgangspunkt for individuelt tilpassa støtte. Mange pårørande opplever seg einsame i rolla, og kommunen bør utvikle fleire gruppetilbod og rettleiingstilbod. Pårørandeskule for demens er eit døme som kan utvidast til andre grupper.

Den nasjonale pårønderettleiaren frå Helsedirektoratet gir føringar og krav til korleis kommunar skal støtte og involvere pårørande. For å sikre god praksis trengst opplæring, rutinar og samarbeid med frivillige og brukarorganisasjonar.

Barn som pårørande

Barn som pårørande – både barn av sjuke foreldre og sysken til sjuke barn – er ei sårbar gruppe. Kommunen har oppnemnt kontaktpersonar med særskilt ansvar og deltek i Treffpunkt Valdres, eit tilbod for barn som pårørande. Det er viktig å ha gode rutinar for å kartleggje og følgje opp barn som er pårørande.

4.11 Menneske med funksjonsnedsetting

Tilrettelagte tenester innfører tenester i tråd med Helsedirektoratets rettleiar for gode helse- og omsorgstenester til personar med utviklingshemming.

Eksempel på tiltak er:

- Individuelt tilrettelagte tenester.
Kommunen skal sikre at tenestene er tilpassa den enkelte sitt behov, funksjonsnivå og livssituasjon. Dette inkluderer brukarmedverknad i planlegging og evaluering av tenestene.
- Støtte til sjølvbestemming og aktivitet
Personar med utviklingshemming skal få støtte til å ta eigne val og delta i meningsfulle aktivitetar. Dette kan vere gjennom dagtilbod, fritidsaktivitetar eller arbeidstilbod.
- Tverrfagleg samarbeid
Kommunen skal etablere samarbeid mellom helsepersonell, miljøarbeidarar, skule/barnehage, fastlege og spesialisthelsetenesta for å sikre heilskapleg oppfølging.
- Livsfaseorientert støtte
Kommunen skal tilpasse tenestene etter livsfasar – t.d. god overgang frå barndom til vaksenliv, støtte ved flytting til eigen bustad, og tilrettelegging for god alderdom.

- Helseoppfølging og årleg helsekontroll
Kommunen og fastlegen skal saman sikre årleg helsekontroll, og fange opp teikn på mistrivsel, sjukdom eller behov for habilitering og behandling.
- Førebygging av utfordrande åtferd og overgrep
Kommunen skal arbeide systematisk for å førebygge utvikling av utfordrande åtferd, rusproblem og beskytte mot vald og overgrep.
- Støtte til pårørande og verge
Kommunen skal tilby rettleiing, avlasting og samarbeid med pårørande og verger, og følge opp søsken som pårørande.

For å ivareta barn og unge med funksjonsnedsetting er det viktig å sikre at dei har tilgang til passande og nødvendige tenester, samt å fremme likestilling og deltaking i samfunnet. Dette inkluderer å legge til rette for barnehage, skole og fritidsaktiviteter, samt å tilby hjelp og støtte til familier.

4.12 Velferdsteknologi og digitalisering

Digitalisering

Regjeringa sin digitaliseringsstrategi (2024–2030) legg føringar for korleis vi skal møte framtidige behov gjennom teknologi og innovasjon. Strategien har som mål å gjere Noreg til verdas mest digitaliserte land, og dette har stor betydning også for utviklinga av helse- og omsorgstenestene i Øystre Slidre kommune. Gjennom digitalisering og teknologi skal Øystre Slidre kommune bidra til å utvikle ei trygg, tilgjengeleg og berekraftig helse- og omsorgsteneste – tilpassa både dagens og framtidens behov i vår kommune ¹³.

Som ein distriktskommune med spreidd busetnad, er det viktig å sikre god digital infrastruktur. Dette er avgjerande for å kunne tilby digitale helsetenester, fjernoppfølging og trygg velferdsteknologi – både i institusjon og i heimen.

For å kunne klare å auke bruken av teknologi og digitalisering er digital inkludering eit viktig prinsipp i Øystre Slidre. Alle innbyggjarar skal – uavhengig av alder, funksjonsevne eller digital kompetanse – ha tilgang til og nytte av digitale tenester. Dette krev både brukartilpassa løysingar og målretta opplæring, særleg for eldre og andre som treng ekstra støtte.

Mål og effekt av velferdsteknologi i helse- og omsorgstenestene

Velferdsteknologi er ein viktig del av utviklinga av framtidsretta helse- og omsorgstenester. Teknologien skal støtte opp under tryggleik, meistring og effektiv bruk av ressursar – ikkje erstatte menneskeleg omsorg.

For innbyggjarane kan løysingar som tryggleiksalarmar, medisindispensere og digital heimeoppfølging bidra til auka sjølvstende og livskvalitet. For tenestene gir teknologien betre dokumentasjon, reduserer risiko for feil og frigjer tid til pasientnær omsorg – særleg viktig i ein spreidd busett kommune.

¹³ [Regjeringen sin digitaliseringsstrategi](#)

Digitale verktøy styrkjer kommunikasjonen mellom brukar, pårørande og helsepersonell, og gjer det lettare å få hjelp tilpassa individuelle behov, til dømes gjennom videokonsultasjonar og digital oppfølging frå psykisk helseteneste.

Digitalisering av dokumentasjon, samhandling og planlegging reduserer tidsbruk på administrative oppgåver. Dette gir helsepersonell meir tid til direkte kontakt med brukarane, og betre moglegheiter for å yte omsorg og fagleg oppfølging.

Innføring av velferdsteknologi skal skje på ein trygg, etisk og brukarvennleg måte. For å lukkast med dette må kommunen sikre god opplæring, brukartilpassing og teknisk støtte. Velferdsteknologi skal vere eit supplement – ikkje ein erstatning – for menneskeleg nærleik og fagleg vurdering.

Gjennom målretta bruk av teknologi skal kommunen sikre ei trygg, tilgjengeleg og berekraftig helse- og omsorgsteneste – både no og i framtida.

4.13 Tverrfagleg samarbeid

Tverrfagleg samhandling gjentek seg innanfor fleire kapittel i helse- og omsorgsplanen. Det er mange ulike samhandlingsfora i dag, og det er viktig å sikre og vidareutvikle dei til å fungere best mogleg for den/dei dei skal hjelpe. Det er også viktig for personalet som hjelper innbyggjarane i kommunen at samhandlinga fungerer godt og effektivt.

- **Innsatsteam, barnehagehelseteam og skulehelseteam**

Innsatsteamet er ein del av Øystre Slidre kommune si satsing på tidleg og tverrfagleg innsats for barn og unge i kommunen. Teamet skal gjennom sitt tverrfaglege samarbeid gje foreldre med born i alderen 0- 18 år. Innsatsteamet har mål om å sikre gode oppvekstvilkår for barn og unge, auke foreldrekompetansen, legge til rette for gode relasjonar mellom omsorgspersonar og barn samt å førebygge skeivutvikling og utfordrande åtferd. Teamet består at representantar frå kommunale tenester og spesialisthelsetenesta som jobbar med barn og unge.

I barnehagane og skulane i kommunen har dei barnehagehelsetam/skulehelsetam som er tverrfaglege team med representantar frå opplæring og helse. Målet til teama er å kunne oppdage og sette inn tiltak tidleg ved observasjon av skeivutvikling på individnivå eller gruppenivå. Teamet skal også kunne vurdere når andre tenester bør inn å hjelpe til.

- **Koordinerande eining**

Koordinerande eining er ein viktig del av arbeidet med å møte utfordringar knytt til samansette behov og spelar ei sentral rolle i å sikre at tenestene opplevast som samanhengande og tilpassa den enkelte. Koordinerande eining har som hovudoppgåve å sikre at personar med behov for langvarige og koordinerte tenester får eit heilskapleg og samordna tilbod. Dette gjeld særleg brukarar som har behov for tenester frå fleire fagområde, nivå og sektorar.

Mandatet til koordinerande eining inneber eit overordna ansvar for å sikre samhandling og koordinering mellom ulike tenesteytarar. Eininga har ansvar for individuell plan, og skal oppnemne, rettleie og følge opp koordinatorar og barnekoordinatorar. Eininga fungerer som eit kontaktpunkt mellom kommunale tenester og spesialisthelsetenesta, og skal bidra til

forutsigbarheit, tidleg planlegging og gode pasientforløp. Eininga skal også fremje brukarmedverknad og sikre kontinuitet i tenestene, uavhengig av kven som yter dei.

Overgangar mellom skule, arbeid, helsetenester og NAV skal vere planlagde og trygge, med tett oppfølging og ansvarleg koordinator

- **Ressursteam**

For å ivareta personar med omfattande utfordringar eller behov for målretta rettleiing i ei intensiv periode er det ynskjeleg å etablere / organisere eit ressursteam som kan følge opp enkeltpersonar eller familiar i ei avgrensa periode der målet er å auke den daglege fugeringa og sjølvstende til den enkelte. Eit ressursteam vil i større grad enn turnusområda kunne legge til rette for oppfølginga til den enkelte sine behov. Dette eksempelvis ved tidspunkt på dagen, innhald i tilbodet og færre tenesteytarar å forhalde seg til. Oppfølginga kan bli gjeve i eigen bustad med overgang til ordinære samfunnsarenaer eksempelvis ved alvorleg skulevegving eller systematisk trening for å kunne auke den einskilde sin føresetnader for deltaking.

Kommunen samarbeider med fleire eksterne aktørar for å dekke behovet til innbyggjarane. Mellom anna «NOK-senteret», eit tverrfagleg, gratis og lågterskel hjelpetilbod til alle personar som har vore utsett for seksuelle overgrep og deira pårørande. Sjå elles oversikt i vedlegg 1. Innanfor spesialisthelsetenesta samarbeider vi mellom anna med habiliteringstenesta, barne- og ungdomspsykiatri, ressurseining for demente SAMAKS.

Tverrfagleg samhandling vil vera eit viktig satsingsområde i planperioden. For å lykkast må dei ulike teneste vera trygge på eige rolla, kjenne godt til andre tenester, ha tydelege kommunikasjonslinjer og sette målet til brukaren i sentrum for samhandlinga.

Vedlegg

Vedlegg1: Oversikt over kommunale og interkommunale tilbud

Kommunale tenester	
Frivilligsentralen	Gruppetilbod Følgjeteneste
Helsestasjon	Skulehelseteneste Helsestasjon for ungdom
Legetenester	Fastlege Kommuneoverlege 40% Barnelege 20% Institusjonslege 40%
Psykisk helseteneste	Måndag – fredag
Tryggleiksalarm	Lågterskeltilbod med mål om å legge til rette for at innbyggjarane kan bli buande heime
Helsetenester til heimebuande	Heimesjukepleie Ressurssjukepleiar Demenskontakt Opplæring og rettleiing
Personleg assistanse	Praktisk bistand (heimehjelp) Aktivitetskontakt Gruppetilbod Opplæring og burettleiing
Dagtilbod	Vindestogo Treffpunkt Heggenes
Arbeid og aktivitet	Skogprodukt måndag til fredag Aktivitetshuset måndag til fredag
Ledsagerbevis	
Matombringing	Lågterskeltilbod for heimebuande
Parkeringsbevis for forflytningshemmede	
Tidsavgrensa opphald i institusjon	Rehabiliteringsopphold Utredning og behandling
Pårørandestøtte	Avlastning i institusjon ved Øystre Slidre helsetun eller Barneavlastningen Avlastning utanfor institusjon hjå private Omsorgsstønad Opplæring og rettleiing
BPA	
Langtidsplass i institusjon	
Kommunal bustad	Ikkje tilrettelagt bustad Tilrettelagt bustad Omsorgsbustad for heildøgns pleie og omsorg
Koordinator	
Barnekoordinator	
Individuell plan	
Fysioterapiteneste	Institutt Øystre Slidre helsetun Individuelle og gruppetilbod

Friskliv	Veilending og kurs Gruppetilbod
Ergoterapi	
Boligsosial råd og rettleiing	
Bustøtte	
Startlån	

Interkommunale tenester	
Teneste	Informasjon
Valdres jordmorteneste	Følge - og beredskapsteneste Svangerskapsoppfølging
Valdres legevakt	Legevakt i kvardagar 15.00-08.00 Helg og heilagdagdar: døgnoppe
Fact-team	Tverrfagleg team med målgruppe personar med moderat til alvorleg psykisk lidning og/eller rusproblem. Arbeider oppsøkande.
Kreftkoordinator	Kontaktpunkt og pådrivar for gode rutinar og system for kreftomsorg, også for pårørande
Helsesjukepleierteneste	Valdres vidaregåande skule
NAV Valdres	Oppfølging av brukaren mot arbeid Økonomisk sosialhjelp Kvalifiseringsprogrammet Økonomisk råd og rettleiing Midlertidig butilbod
Interkommunal barnevernteneste	Har eit breitt tilbod av familierettleiing. Skal hjelpe barn til å ha det bra der dei bur. Øystre Slidre samarbeider med Etnedal, Sør-Aurdal og Nord-Aurdal. Barnevernsvakt: akuttberedskap, kjøper tenesta frå Hallingdal familie- og krisesenter
Valdres lokalmedisinske senter	Intermediæravdeling med 14 plassar. 10 er intermediærplass, 2 er kommunale akutte døgnseger, 2 er knytt til DPS Gjøvik. Sjukehuset innlandet har dialyse, røntgen, krefteining
Krisesenter	Døgnoppe akuttilbod til kvinner og menn som er utsett for vald og overgrep frå partner, eller andre ein har eit nært forhold til. Kjøper tenesta frå Hallingdal familie- og krisesenter
Kommunepsykolog	Vertskommunesamarbeid med Vestre Slidre og Vang. Tilbodet er retta mot ungdom med rus og psykiske helseproblem og deira familiar.

Vedlegg2: Rammer og føringar

Lovverk

(Lista er ikkje uttømmande)

- Lov om kommunale helse- og omsorgstenester
- Lov om pasient- og brukarrettigheter
- Lov om folkehelsearbeid
- Lov om kommunens ansvar på det boligsosiale feltet
- Konvensjonen om rettighetene til menneske med nedsatt funksjonsevne

Nasjonale føringar

(lista er ikkje uttømmande)

- Meld. St. 21 (2024.2025) Helse for alle Rettferdig prioritering i vår felles helsetjeneste
- Meld. St. 24 (2022–2023) Fellesskap og meistring - Bu trygt heime
- Meld. St. 15 (2017-2018) Leve hele livet
- Meld. St. 7 (2019 – 2020) Nasjonal helse og sykehusplan 2020 – 2023
- St. Meld. 47 (2008-2009) Samhandlingsreformen
- Meld. St. 15 (2022–2023) Folkehelsemeldinga Nasjonal strategi for utjamning av sosiale helseforskjellar
- Kompetanseløftet 2025
- Demensplan 2025
- Nasjonal veileder Helsedirektoratet Prioriteringer i kommunale helse- og omsorgstjenester
- Nasjonal helse- og samhandlingsplan 2024–2027: Kortere ventetider og en felles helsetjeneste
- Nasjonal veileder Helsetjenester til asylsøkere, flyktninger og familiejenforente
- Nasjonal e- helsestrategi for helse og omsorgssektoren
- Vi – de pårørende Regjeringens pårørendestrategi og handlingsplan
- Opptrappingsplan for habilitering og rehabilitering, individuell plan og koordinator.
- Forskrift om ledelse og kvalitetsforbedring i helse og omsorgstjenesten
- Nasjonal veileder Gode helse og omsorgstjenester til personer med utviklingshemming.
- Nasjonal veileder Psykisk helse- og rusarbeid for voksne
- Nasjonal strategi Alle trenger et trygt hjem (2021-2024)

Regionale og lokale føringar

- Samarbeidsavtale mellom kommune og Sykehuset Innlandet HF
- Sjølvmoedsførebyggjande plan i Valdres
- Regional plan, vald i nære relasjonar
- Øystre Slidre kommune - Kommuneplanen sin samfunnsdel 2020-2032.
- Øystre Slidre kommune - Økonomiplan
- Øystre Slidre kommune – Rekrutteringsplan
- Folkehelseprofilen Øystre Slidre kommune
- Oppvekstprofilen Øystre Slidre kommune