**Kvinesdal på god vei mot å bli et aldersvennlig lokalmiljø**

*Kvinesdal tar vare på sine eldre. Respekt, verdighet, livskvalitet, livsglede, mestring og deltakelse var ord som gikk igjen fra både kommuneadministrasjon, politikere og innbyggere. Men vi har utfordringer og da er det viktig vi jobber sammen. Møtet på kulturhuset ga rom for informasjon, visjoner, ønsker og – ikke minst fellesopplevelse: sang. Det er Kvinesdal det.*

**Helse- og omsorg.**

Seniorrådgiver Anne Berit Aatland Hansen og enhetsleder Line Daastøl ga en veldig fin og inspirerende gjennomgang av det arbeid som har blitt gjort. Allerede i 2018 vedtok kommunestyret at Kvinesdal skulle være demensvennlig, og som Line så treffende sa «et demensvennlig samfunn er godt for alle». 200 i servicenæringen har blitt opplært til å ta imot demente, for eksempel i butikker.

Juni 2021 vedtok kommunestyret plan for arbeidet med Leve hele livet og aldersvennlig samfunn. Det er viktig at dette gjenspeiles i alle kommunens planer, ikke bare for helse- og omsorg. Like viktig er det at teknisk etat og kulturetaten tar med seg dette i sine planer.

Line poengterte at vi må ta ansvar for egen helse så lenge vi kan, være aktive, spise sunt og ikke minst være sosiale. De fleste vil bo hjemme så lenge som mulig, og da kan hjemmesykepleien være en god hjelp. Den dag vi trenger mer hjelp er det plass på heimen om den er i Fjotland, i Liknes eller på Feda. Brukerundersøkelser og brukerråd som består av beboere og pårørende blir tatt med når tjenester evalueres og utvikles. Omsorg skal være personsentret, vi spør den eldre «hva er viktig for deg», ikke «hva vi kan gjøre for deg». Vi ønsker at den eldre skal være så aktiv som mulig, all aktivitet som å pusse tenner, drive med en hobby, være aktiv er en del av hverdagsrehabilitering og gir mestringsfølelse. Alle blir screenet i forhold til vekt og ernæringsstatus, og i Kvinesdal kjenner vi ikke til underernæring slik som vi hører fra andre steder. Kvinesdals bo- og dagsenter er sertifisert som det 13. første Livsgledesykehjem. Ni kriterier skal oppfylles for å oppfylle de sosiale, kulturelle og åndelige behov til beboere. Musikk, opplevelser, en hånd å holde i kan være et bedre tilbud en medisin i mange situasjoner.

Kvinesdal kommune har ikke fått en eneste bot fra sykehus, vi har tatt imot alle pasienter når de er klar for utskriving. Sammenheng mellom tjenestetilbud gir gode pasientforløp. Vi tilbyr avlastning, kurs for pårørende til demente og vi har kreftkoordinator avslutter Line.

**Realiteter**

Kommuneplanlegger Nina Nissestad beskrev situasjonen vi står i. Nå er 3,5 personer i arbeid for hver pensjonist, i 2040 vil det kun være 2 for hver pensjonist. Pr i dag er det 5925 innbyggere i Kvinesdal, det forventes en nedgang frem mot 2040 mens andelen eldre vil øke og flere blir eldre.

Boligsituasjonen er i utakt med utviklingen. 96 % av boliger er familieboliger, tomanns hus, rekkehus, men kun 33 % av husholdningene er barnefamilier. Boligbygging nå bør være fokusert på utbygging av mindre og rimelige boliger og det er nødvendig å se på og gjøre endringer i reguleringsplaner og arealplaner. Eldre bør kunne bo i «rullatoravstand» til bank, butikk, lege etc. «Det er planleggingen i dag som bestemmer hvordan vi løser utfordringene» var Ninas budskap.

**Velferdsteknologi – handler ikke om teknologi, men om mennesker**

Velferdsteknologi som kan gi den enkelte trygghet er noe av det viktigste vi kan bidra med fortalte Svein Skårdal. Hvis den eldre trenger tilsyn gjennom natten, kanskje 3-4 ganger kan det gjøres på to måter. Hjemmesykepleien kan komme, låse deg inn og den eldre vil helt sikkert bli forstyrret, kanskje han/hun også ligger og venter. Den andre måten er via et kamera, da forstyrres ikke søvnen. Personvern er selvfølgelig ivaretatt understreket Svein.

Det er en stor økonomisk gevinst i å bruke velferdsteknologi, men først og fremst er det en vinn-vinn-vinn-vinn-situasjon: den eldre opplever mestring og trygghet, pårørende er mindre bekymret, det avlaster helsevesenet og kan frigjøre de varme hender og det er god kommuneøkonomi.

Utviklingen går fort, vi kjenner alle trygghetsalarmer. De virker kun i hjemmet, er du ute må man bruke GPS. Det er vanskelig å finne frem i jungelen, og derfor bygget kommunen Bolig 2015 i 2012. Den brent ned i 2019, men en ny leilighet er klar til å ta imot deg på KvinaVITA i Liknes. Ta kontakt så kan Svein hjelpe deg. VITA står for Velferd, Innovasjon, Trygghet og Ansvar. Før jul blir det åpen dag med leverandør. Alle er velkomne, vi tilbyr veiledning og hjelp.

**Kultur og Frivillighet.**

Irene Sandtorv, leder av Frivilligsentralen fortalte om alt det kulturen har å tilby. Det er virkelig imponerende. Vi har et flott kulturhus, bibliotek, museer, idrett, kulturskole og ikke minst Frivilligsentralen og Aktivitetssenteret. Eldrekino er noe vi ønsker å starte opp med nå.

Mål for aktivitetssenteret er Møte mellom mennesker, og frivillige gjør en kjempe innsats. Mange starter som frivillige og på et tidspunkt trenger de selv hjelp i hverdagen. Frivillighet utgjør 5 årsverk, 9.250 timer og det er imponerende. Irene hadde en klar oppfordring til oss: bli med de unge på BUA, lån utstyr, la de se hva frivillighet er og hvor mye det kan bety for både den som gir og den som får. Vi må ikke miste frivilligheten. De frivillige kan komme med forslag til aktiviteter, og alle er velkomne om det er onsdagskafe med vafler, spill og samvær, gåturer, trim etc. Har du ideer til aktiviteter – kom innen om. Her er det ikke mulig å få med alt som tilbys, se på hjemmesiden.

Mange eldre opplever at den digitale verden er vanskelig, hver onsdag og torsdag sitter det en frivillig mellom 12-14 som kan hjelpe deg med smarttelefon, Ipad eller PC.

**Ordfører har ordet**

Per Sverre fortalte at han var stolt av de ansatte, de tillitsvalgte og av politikere som sammen får til urolig mye. Det legges planer frem mot 2040 – men før Per Sverre fortsatte sang vi alle sammen «La oss leve for hverandre».

Kommunen har vedtatt prinsipper som skal ivaretas i alt planarbeid for å sikre alle innbyggere i kommunen gode levekår. Kommunen skal bl.a. jobbe for

* Mangfoldige og inkluderende nærmiljøer
* Møteplasser i offentligheten
* Kulturtilbud og opplevelser
* Planlegge og utvikle et aldersvennlig samfunn
* Bruke nye arbeidsmetoder og bruke teknologi for å levere gode velferdstjenester.

Per Sverre mente at det var nødvendig å se på arealplaner og utbygging igjen for å kunne imøtegå behovet for boliger for eldre. Trygge miljøer som er lett tilgjengelige for alle vil være nødvendig for deltakelse i samfunnet. «Ingen skal være ensomme» - vi må gjøre en forskjell og vi klarer det kun sammen. Samfunnsutviklerrolle er viktig, og vi kan alle delta. For hva er en kommune? «Det er okke det».

**Politikerpanel.**

Fem kvinnelige representanter fra de politiske partier stilte opp. De takket alle for at det ble arrangert et møte. Vår bestilling til dem var at de skulle se fremover.

Linn Anita Reppen, FRP vil at alle de vedtak som gjøres må tas på bakgrunn av kunnskap vi har om situasjonen og kunnskap fra de ansatte som kjenner utfordringene og mulighetene. FRP ønsker flere institusjonsplasser og eldreboliger.

Anne Svindland Eriksen: Høyre er opptatt av livsmestring, livsglede og verdighet. Høyre ønsker et Frivillighetshus med ulike aktiviteter, et hus med hjerterom. Det skal være små samlingssteder utendørs, møteplasser nær der folk bor. Det er vanskelig å få rett personale og vi må derfor utarbeide gode rutiner for rekrutering. slik at i får glade og stolte ansatte.

Trine Nilsen Klungland fra AP utfordret oss: vi må innredde våre liv på hva som kommer, men det trengs flere mindre og billigere boliger i «rullatoravstand». Vi må ha fleksible systemer, behov svinger hele tiden. Dagtilbud og frivilligheten forebygger ensomhet og utenforskap. Det blir flere demente og det vil kreve tilpassede tilbud, alle skal føle trygghet. Jeg er her for å lytte og lære og ta innspill med til gruppen min avsluttet Trine.

Judith Kvelland Ropstad, KrF. «De eldre er ulike, men de er en ressurs. Det er bra at vi kommer dårlig ut på kommunebarometeret fordi vi bruker mye penger på eldreomsorg». Det trengs ulike botilbud, vi må hindre digitalt utenforskap og det er viktig at vi sidestiller fysisk og psykisk helse. Kontakt er viktig og kultur og holdninger til eldre betyr mye, alle skal behandles med respekt. Aldersvennlige samfunn er godt for alle.

Caroline Høyland, SP jobber på Fjotlandsheimen. Forskning viser at 90 % av det som påvirker folks helse skjer utenfor helse- og omsorg sier Caroline. Da må vi tenke helhetlig. Forebygging er viktig, målrettede tjenester til den enkelte og opplevelse av tilhørighet og fellesskap. Vi har en vei å gå for eldre med psykiske lidelser. Viktig å lytte til de eldre og de som jobber innen helse- og omsorg. Det er et behov for aldersvennlige boliger.

**Innbyggerperspektiv.**

**Aud Hegland**

Vi er 1 million pensjonister, og jeg ble glad da jeg leste «Kom, spør og si din mening» i annonsen for møtet. Vi må være aktiv deltakende for å kunne påvirke det livet vi har så det blir et godt liv de årene vi har. Trond Viggo synger «Tenke sjæl». Vi har lært gjennom koronatiden at vi trenger kontakt og vi vil unngå ensomhet. Våre barn jobber, har egen familie, bor kanskje langt borte så vi må tenke selv og planlegge. Hva trenger vi av hjelp? Økonomi kan bi en utfordring og da er det nyttig å ordne opp før det blir for sent. Definere hva som er innenfor mulighetens grenser. Om vi liker det eller ei må vi forholde oss til en digital hverdag. Det finns hjelp å få for eksempel hos Irene. Kommunen er nyskapende og vi kan snakke rett fra hjertet. Det liker jeg.

Mitt personlige ønske er å få et lite aktivitetssenter på Feda der vi kunne treffes. Det må være lett å møtes og mange eldre er så ressurssterke at de kan hjelpe de som trenger transport mm. Fedaheimen kunne utvikles til et bofellesskap. Da kan beboere få den hjelpen de trenger, men stadig være i eget hjem.

**Kåre Birkeland**

«Dette har jeg gruet meg til» sa Kåre og fortsatte «Vi er heldige som få bo i en så fin kommune». Når livssituasjonen endrer seg – fra man er ung, har familie til man er alene – må rammene rundt også endre seg. Hjemmesykepleien har vært fantastiske, da det var aktuelt med en overføring til Kvinesdal fra sykehuset i Kristiansand gikk alt feilfritt. I Kristiansand var de imponerte.

Jeg har en drøm, en visjon: at det bygges bofellesskap, der man kan ha sin egen lille leilighet med tekjøkken og bad og med et fellesrom der alle kan treffes når de ønsker det. I et slikt fellesskap vil det alltid være noen å være sammen med, kunne få hjelp av og det vil øke den enkeltes mestringsfølelse. Slike bofellesskap bør det være både i Fjotland, på Liknes og på Feda. La de eldre selv og hjemmesykepleien være med å videreutvikle den ideen. «Det hadde vært stort».

**Avsluttende ord og sang.**

Det var to innspill fra salen. Fedaheimen bør få en oppgradering, viktig å se på pengebruken. Johan Egeland inviterte alle på tirsdager kl. 10 uansett vær til gåtur. «Vi venter på alle og de spreke kan gå en annen tur». Kåre Svindland, leder i eldrerådet og pensjonistforeningen oppfordret alle til å ta kontakt: fortell oss hva dere ønsker!

Per Sverre avsluttet kvelden ved å takke eldrerådet og pensjonistforeningen, for de gode ord fra politikere og innspill fra deltakere. Takk til dere som kom. Kvelden ble avsluttet på den beste måte – med allsang: «De nære ting».

*Eldrerådet og pensjonistforeningen ønsker å takke hver og en av dere som stilte opp og delte kunnskap, erfaringer, ønsker, opplevelser og sangstemme*. *Også takk til Odd Terje Breimoen og Erik Krug Aaase for god hjelp. Takk til Jan Gulliksen som stilte opp på kort varsel.*