



Bruke årene - leve livet

Taler
Åse Michaelsen

Dato
3 mai 2018

Sted
Oslo

Omstendigheter
Presentasjon av "Leve Hele Livet" på Helsekonferansen 2018

- 1 Kjære alle sammen!
Tenk deg at du får en fantastisk gave.
Tenk deg at du får leve ti år ekstra.
Ti år som du kan bruke med dem du er glad i.
5 Ti år som du kan bruke til det du er glad i.

- Det er akkurat den gaven du har fått!
I 1980 kunne en norsk mann forvente å leve til han var 72 år.
I dag lever han nesten ti år lenger.
- 10 Mange av dagens og morgendagens eldre vil leve som pensjonister i 30 år.
Tenk det.
30 år.
Det er faktisk et helt menneskeliv.
Et menneskeliv som rommer veldig mye.
- 15 Du er det samme mennesket fra du kommer til verden til du blåser ut tretti lys
på bursdagskaka.
Men du endrer deg - forhåpentligvis - ganske mye på ferden fra null til tretti.
Det gjør behovene dine og ressursene dine også.
- 20 Slik er det med ferden fra 67 til 97 også.
Du er det samme mennesket.
Men behovene dine og ressursene dine endrer seg.
Derfor handler tjenester til eldre om veldig mye.
- 25 Jeg husker at eldre fikk god omsorg da jeg vokste opp.
Men jeg husker også at vi oppfattet dem som ganske like
- fordi de var eldre.

Vi trodde at de ikke hadde behov for stort annet enn å hvile.

- 30 Vi trodde at de ikke interesserte seg for stort annet enn kamferdrops,
kaffedrikking og kirkegang.

I dag tenker vi annerledes.

Heldigvis!

- 35 I dag vet vi at eldre kommer i alle aldre.
I dag vet vi at eldre har ulike ressurser og ulike behov.

Eldre får gode tjenester i mange kommuner.

Men vi ser at kvaliteten på tjenestene varierer for mye.

- 40 Mellom kommunene.

Innad i kommunene.

Vi ser at storsamfunn og lokalsamfunn er ikke lagt nok til rette for eldre.

Det gjør alderdommen tung og utrygg for mange.

Vi ser at det ofte svikter med de grunnleggende tingene.

- 45 Med mat og måltider.

Med aktivitet og fellesskap.

Med helsehjelp.

Med sammenheng i tjenestene.

- 50 Reformen "Leve hele livet" handler om alt dette.

Vi kaller den regjeringens reform.

Men det stemmer egentlig ikke.

For løsningene vi løfter fram i reformen, kommer ikke fra regjeringen.

De kommer fra kommunene.

- 55 Derfor er "Leve hele livet" i bunn og grunn kommunenes reform.

Mange statsråder før meg har forsøkt å forbedre tjenestene til eldre.

Ingen har lyktes helt.

Kanskje fordi de forsøkte å gjøre det fra et statsrådkontor i hovedstaden?

- 60 Vi bestemte oss for å gjøre det annerledes.

Vi bestemte oss for å lete etter løsningene der utfordringene er.

Derfor dro vi ut i kommunene.

Og der kjære venner,

der fant vi gode løsninger.

- 65 Mange gode løsninger.

Men vi fant også et problem.

Problemet er at de gode løsningene sjelden flytter hjemmefra.
De blir værende i kommunen der de ble til.

- 70 De sprer seg ikke til andre steder.
Derfor handler "Leve hele livet" om å spre de gode løsningene.

For ingen er gode til alt.
Men alle er gode til noe.

75

La oss ta mat og måltider.
Å spise handler om mer enn å bli mett.
God mat og gode måltider skaper trivsel og forebygger sykdom.
Det er viktig for 77-åringen som bor hjemme.

- 80 Det er viktig for 97-åringen som bor på sykehjem.
77-åringen som bor hjemme savner noen å spise sammen med, og synes ikke
middagene han varmer i mikrobølgeovnen smaker noe godt.
Så han får ikke i seg stort.
97-åringen på sykehjemmet har ikke rukket å bli sulten etter lunsjen når
85 middagen blir servert klokka ett.
Så hun får ikke i seg stort.

Slik er det for mange eldre.
Slik er det i mange kommuner.

- 90 Men kjære venner.
I mange kommuner har de sett det - og gjort noe med det!

I Mandal - min hjemkommune - planlegger de en ordning der eldre kan møtes
og spise sammen med andre for en billig penge på restaurantene i byen. Det er et
95 samarbeid mellom restaurantene, frivillige og kommunen.
Det skal være en abonnementsordning der eldre selv velger hvor ofte det skal
skje. De kan ta på seg penklærne og gå ut for å spise fem ganger i uka eller en
gang i måneden.

- 100 I Søgne kommune sponser kommunen eldre som spiser ute sammen en gang i
måneden. Her henter frivillige dem som må hentes.

86-åringen Agnes Indstanes er svært fornøyd med ordningen:

- Dette betyr så mye for meg. Her treffer jeg kjente og får god mat. Du vet, når
man er gammel og alene jo litt stusslig når måltidene spises alene, sier hun til
105 Fædrelandsvennen.

Mange kommuner også endret matserveringen på sykehjemmene.
Stadig flere eldre får middagen servert senere på dagen.

110 Resultatene lar ikke vente på seg.

Mange sykehjem forteller om eldre som spiser bedre, sover bedre og rett og slett har det bedre.

Vi ser en økende bevissthet om hvor viktig mat er for eldres helse!

115 - Det er mye medisin i god mat, sier Gunnvor Sunde ved Gloppen omsorgssenter som i fjor vant konkurransen Gylne måltidsøyeblikk. Her endrer de menyen ofte og de eldre kan velge et alternativ til hovedretten hver dag.

120 Ordningen er også av det fleksible slaget. Vet du at du får barnebarnet på besøk, kan du bestille en porsjon ekstra.

I "Leve hele livet" løfter vi fram gode løsninger og gode eksempler fra kommunene på mat og måltider.

125 Blant dem er å se på den enkeltes ernæringsbehov for å unngå underernæring og feilernæring.

Vi vil utvikle en egen tilskuddsordning til etablering og renovering av lokalkjøkken i sykehjem.

Om maten blir til der de eldre bor, blir det lettere å samarbeide for dem som jobber på kjøkkenet og dem som jobber på avdelingene.

130 Og ikke minst - det vil gi matlukt i gangene!

La oss ta aktivitet og fellesskap

Mennesker trenger andre mennesker. Uansett alder.

135 70-åringen som nettopp har sluttet å jobbe synes dagene er triste uten arbeidsoppgaver og arbeidskolleger.

90-åringen som nettopp har flyttet på sykehjem synes dagene blir altfor lange og altfor like.

Slik er det for mange eldre.

140 Slik er det i mange kommuner.

Men kjære venner.

I mange kommuner har de sett det - og gjort noe med det!

Statistikken viser at eldre menneskers frivillige innsats øker.

Det er en fantastisk ressurs som samfunnet må benytte seg av!
I fjor skrev VG om at mange eldre engasjerer seg i frivillig arbeid.
Avisen hadde snakket med Tore på 72 som hjelper Elly på 89 med hagearbeid og småjobber.

150 - Vi bidrar til at enslige damer kan bo hjemme lenger, sa Tore til VG.
72-åringen mente at det frivillige arbeidet var bra for hans egen helse også.
- Det holder meg i form. Du får utrolig trening når du holder på i fire-fem timer dagen i forskjellige hager, sa han til VG.
Det er flott at eldre kan hjelpe eldre!

155 Jeg er også opptatt av at yngre og eldre kan ha glede av hverandre.
For ikke så lenge siden besøkte jeg Namsos helsehus.
Der jobber 15 elever fra helse og oppvekstfag ved den videregående skolen en gang i uken for at beboerne skal få gode matopplevelser og hyggelige samtaler.
Flere av ungdommene fortalte meg at møtene har gitt dem lyst til å jobbe med
160 eldre.
Og de eldre fortalte meg at de synes det er flott med ungdommelig selskap under lunsjen.

Det er viktig at eldre som flytter på institusjon fortsatt har mulighet til å delta i
165 samfunnsliv og kulturliv.
I Tysvær kommune har de tenkt nytt og klokt om dette!
Her har sykehjemmet og omsorgsboligene samme inngang som kulturhuset, der det er bibliotek, kino, konsertsal, kafeteria, idrettshall og badeanlegg.
Her kan man gå på kino i tøfler og på kafe uten ytterjakke!

170 Mange eldre har sykdommer som gjør at de ikke lenger vil kunne gå alene på kino eller konserter. De har like fullt behov for aktivitet og fellesskap!
Noen uker etter at jeg ble eldreminister besøkte jeg Lillehov gård på Løten der jeg spiste frokost sammen med fornøyde brukere og ansatte.
175 Dette er en av 125 gårder i landet som gir mennesker med demens et aktivitetstilbud.

I "Leve hele livet" løfter vi fram gode løsninger og gode eksempler fra kommunene på aktivitet og fellesskap.
Blant dem er at eldre bør få tilbud om minst en times aktivitet hver dag ut fra
180 ønsker, interesser og behov.

La oss ta helsehjelp

Vi snakker ofte om hvor viktig det er med forebygging og tidlig helsehjelp i

185 ungdommen. Det er viktig i alderdommen også!
Eldre som får tidlig og god hjelp mestrer sykdommer og helseplager bedre og kan bo hjemme lenger.
Hvis små plager utvikler seg til store plager fører det til at eldre blir så syke og skrøpelige at de til slutt ikke kan bo hjemme.

190 Slik er det for mange eldre.
Slik er det i mange kommuner.
Men kjære venner.
I mange kommuner har de sett det - og gjort noe med det!

195 I Harstad kommune har de en helsestasjon for barn.
De har en helsestasjon for ungdom.
De har en helsestasjon for studenter.
Og en helsestasjon for eldre.

200 Helsestasjonen for eldre er et tilbud til hjemmeboende pensjonister over 67 år.
Målet er å fremme helse og trivsel - og forebygge ulykker og sykdom.
På helsestasjonen kan eldre få støtte og hjelp til mangt og mye.
De ansatte drar på hjemmebesøk til alle eldre over 80 år.
De er opptatt av kosthold, syn og hørsel, fysisk og psykisk helse.

205 Dette er langt fra det eneste eksempelet på kommuner som tar grep.
I Stavanger har de en egen sykepleieklinikk for hjemmeboende.
I Oslo har de et eget nettverk for å hjelpe eldre som strever med rusavhengighet.

210 Kunnskap og bevissthet om eldre menneskers spesielle behov er viktig.
Mange eldre har flere sykdommer og bruker derfor mange medisiner.
Risikoen for feilmedisinering og overmedisinering er stor.
For ikke lenge siden besøkte jeg Universitetssykehuset i Nord-Norge og fikk høre hva de gjør på dette området.

215 Her har de et prosjekt som heter "Samstemming av legemidler".
Det går ut på å sjekke eldres medisinlister for å hindre feilmedisinering og overmedisinering.
På sykehuset traff jeg Olga - en sprek dame på neste 100 år. Hun følte seg trygg på at hun fikk medisinen hun skulle ha.

220 I "Leve hele livet" løfter vi fram gode løsninger og gode eksempler fra kommunene på god helsehjelp til eldre.

225 Blant dem er forebyggende hjemmebesøk når eldre passerer en viss alder eller når livet deres endrer seg - som når ektefellen dør.

La oss ta sammenheng i tjenestene.

Mange eldre og pårørende opplever at tjenestene er gode hver for seg - men at de ikke henger sammen.

230 De opplever at den ene hånda ikke vet hva den andre gjør.

Slik er det for mange eldre.

Slik er det i mange kommuner.

Men kjære venner.

235 I mange kommuner har de sett det - og gjort noe med det!

I Bodø, Eidskog, Tromsø, Sortland og Kristiansund får alle eldre tildelt primærkontakt for å sikre tilrettelagte tjenester og individuell oppfølging.

240 At hjelpen kommer til avtalt tid skaper trygghet.

I Horten har de laget en digital løsning som gjør det lettere å planlegge hjemmetjenestene.

I Larvik har de laget en digital løsning der eldre selv kan gi beskjed om når de ønsker hjelp.

245

Å vite hva som skjer og hvem som kommer er også et gode for eldre og pleietrengende på institusjon.

Hvis de ansatte selv ønsker det, kan man prøve ut turnusordninger som gir mer kontinuitet.

250 Det har de gjort med heltidsprosjektet i Tromsø, som jeg fikk høre om da jeg besøkte byen nylig.

Prosjektet har blitt til i samarbeid mellom ansatte, organisasjonene og kommunen.

De ansatte kan velge å jobbe flere helgetimer mot kompensasjon.

255 Det er de svært fornøyd med.

De mener dette gir mer sammenheng i arbeidet og mer kompetanse på jobb.

Margrethe Kristiansen som har ledet prosjektet sier det slik:

"Tidligere kunne det bare være assistenter på jobb i helgene. Sånn er det ikke lenger. Vi forventer at det skal være like trygt å fly i helgene som på ukedagene.

260 Hvorfor skal det da ikke være like trygt å bo på sykehjem lørdager og søndager som på en tirsdag?"

I "Leve hele livet" løfter vi fram gode løsninger og gode eksempler fra kommunene som gir mer sammenheng i tjenestene.

265 Blant annet bedre samarbeid og bedre informasjonsutveksling mellom sykehus og kommune når eldre skrives ut etter sykehusbehandling.

La oss ta dette med et aldersvennlig samfunn

Hva er viktig for deg?

270 Når vi stiller dette spørsmålet til noen, finner vi ikke bare hans eller hennes behov. Vi finner også hans eller hennes ressurser.

Derfor er det så viktig å lytte til hva eldre selv mener når vi skal bedre tjenestene ute i kommunene.

Det er ikke bare helsetjenestene vi vil endre.

275 Vi sikter høyere enn som så.

Vi vil endre lokalsamfunnene.

Vi vil endre storsamfunnet.

Vi vil skape et aldersvennlig Norge.

Det er tittelen på regjeringens strategi for eldre.

280 Et viktig grep i strategien er å involvere de eldre selv i arbeidet med å planlegge framtidens aldersvennlige lokalsamfunn.

De må selv fortelle hva som er viktig for å kunne leve selvstendige og aktive liv.

Så til virkemidlene!

285 Kommer det nye lover eller nye bevilgninger?

Det er alltid spørsmålet når statsråder legger fram nye reformer.

Mange mener det må penger og paragrafer til for å sette reformer ut i livet.

Men "Leve hele livet" er en annerledes reform.

290 Det er ikke en reform som kommunene skal tvinges til å gjennomføre gjennom nye lover.

Det er ikke en reform som kommunene skal lokkes til å gjennomføre gjennom nye bevilgninger.

Det er kommunenes egen reform som de skal få støtte til å sette ut i livet.

295 "Leve hele livet" inneholder 25 løsninger som bygger på gode eksempler fra kommunene.

Det er løsninger som handler om mat og måltider.

Det er løsninger som handler om aktivitet og fellesskap.

Det er løsninger som handler om helsehjelp og sammenheng.

Det er løsninger som handler om å bygge et aldersvennlig samfunn.

300 Kommunene skal få støtte til å ta løsningene i bruk.

Derfor skal vi bygge opp et eget støtteapparat - sentralt og regionalt.

305 Apparatet skal informere om løsninger og gi støtte til kommuner som vil
tilpasse løsninger til lokale behov og lokale ressurser.
Kommunene vil bli invitert med i et nettverk der de kan dele erfaringer og lære
av hverandre.

Vi har samarbeidet tett med KS i arbeidet med reformen.
310 Vi kommer til å samarbeide tett med dem når reformen settes ut i livet.

Så har vi noen gulrøtter.
Ikke en hel åker - men en pen liten bunt.
Kommuner som setter "Leve hele livet" ut i livet vil bli belønnet og prioritert i
315 statlige støtteordninger.
Reformperioden varer fra 2019 til 2023.
Men - som dere har hørt nå - arbeidet er allerede i full gang ute i kommunene.

Så kjære venner.
320 Nå bygger vi et aldersvennlig samfunn.
Nå gjør vi det lettere for eldre å bruke årene de har fått.
På dem de er glad i.
På det de er glad i.

325 Nå gjør vi det lettere å leve de 30 årene.
Å leve menneskelivet.
Å leve hele livet.

330 **Kilde**
www.regjeringen.no

Emner
Alderdom, Presentasjon, Velferd, Velferdsstaten

URI
335 <https://www.virksommeord.no/tale/bruke-arene-leve-livet>