



# Velkommen til Senior dag







Senteret for et aldersvennlig Norge

aldersvennlig.no

- en del av Helsedirektoratet
- holder til i Ålesund

---

Kampanje: "Planlegge litt"





- Kan man planlegge for en god alderdom?
- Hvor og hvordan vil du bo?
- Hva gjør hverdagen din meningsfull?
- Hva kan gjøre at du mestrer livet ditt best mulig?







**Husbanken**

# SENIORDAG PÅ STJØRDAL

PLANLEGG MOT EN TRYGG ALDERDOM

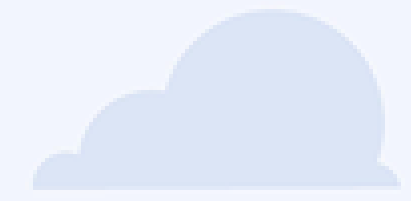
21.Mars 2024

Alexander Sotberg



# Alle trenger et trygt hjem

Nasjonal strategi for den sosiale boligpolitikken (2021-2024)



1. Flere skal kunne eie egen bolig
2. Leie skal være et trygt alternativ
3. Sosial bærekraft i boligpolitikken
4. Tydelige roller, og nødvendig kunnskap og kompetanse



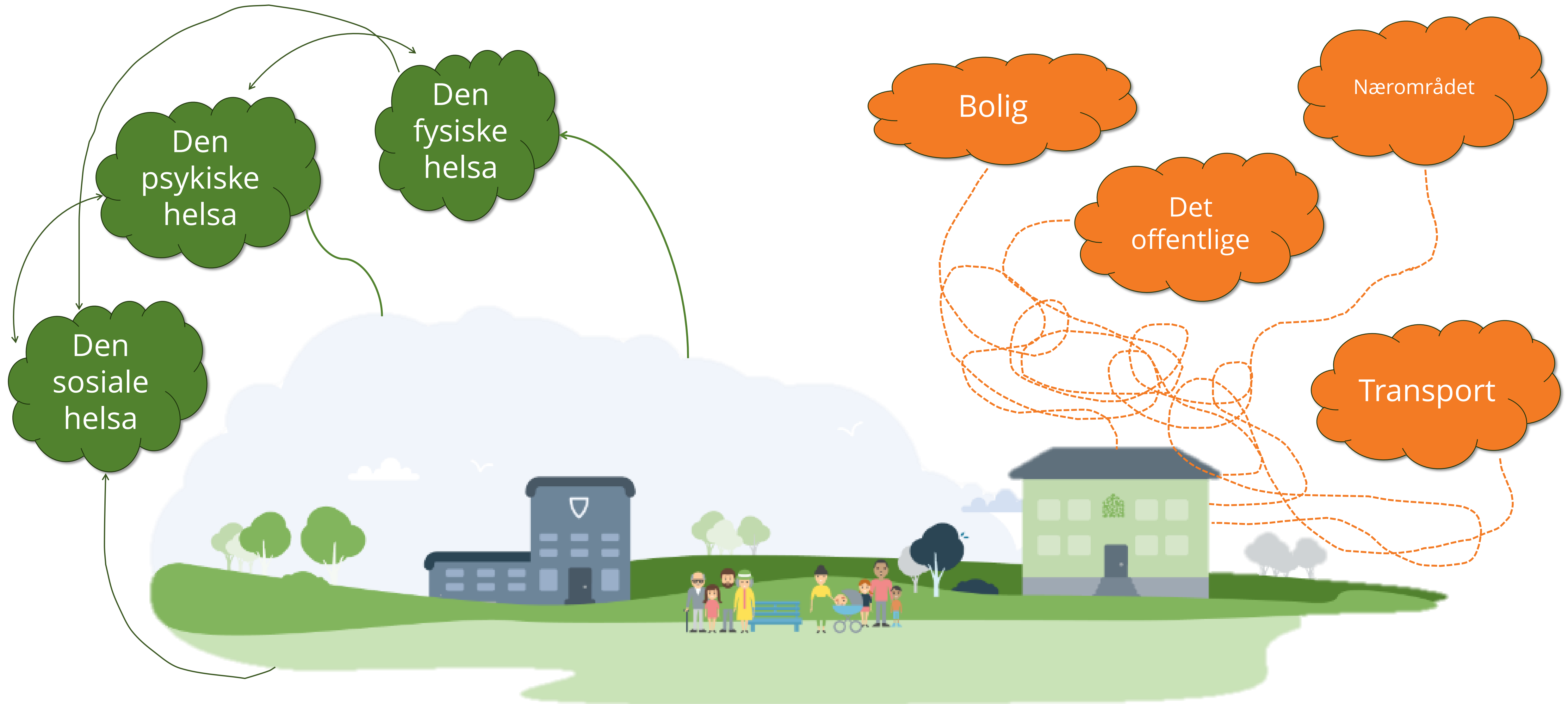
# HUSBANKENS PRIORITERTE INNSATSOMRÅDER

- Øke finansieringen av boliger i distriktene
- Bidra til flere egnede boliger for eldre
- Barn og unge skal ha gode boforhold
- Personer med nedsatt funksjonsevne, skal på lik linje med andre kunne velge hvor og hvordan de bor
- Ingen skal være bostedsløse



**VI MÅ SE BOLIG INN I DEN STORE SAMMENHENGEN**

# "SAMMENHENGENE ER KOMPLEKSE"





# Husbankens boligundersøkelse 2023

I overkant **8 av 10** oppgir at de eier egen bolig.

**13%** oppgir at de leier bolig

I underkant **4 av 10** oppgir at boligen de bor i kan brukes av alle

**7 av 10** oppgir at det er det offentliges ansvar å sikre at befolkningen får en tilpasset bolig

**4 av 10** oppgir at de er mest interessert i leilighet

Mest nevnte årsak er  
«trenger mer plass»

Hele **98 %** oppgir at de føler seg trygg i eget nabolag





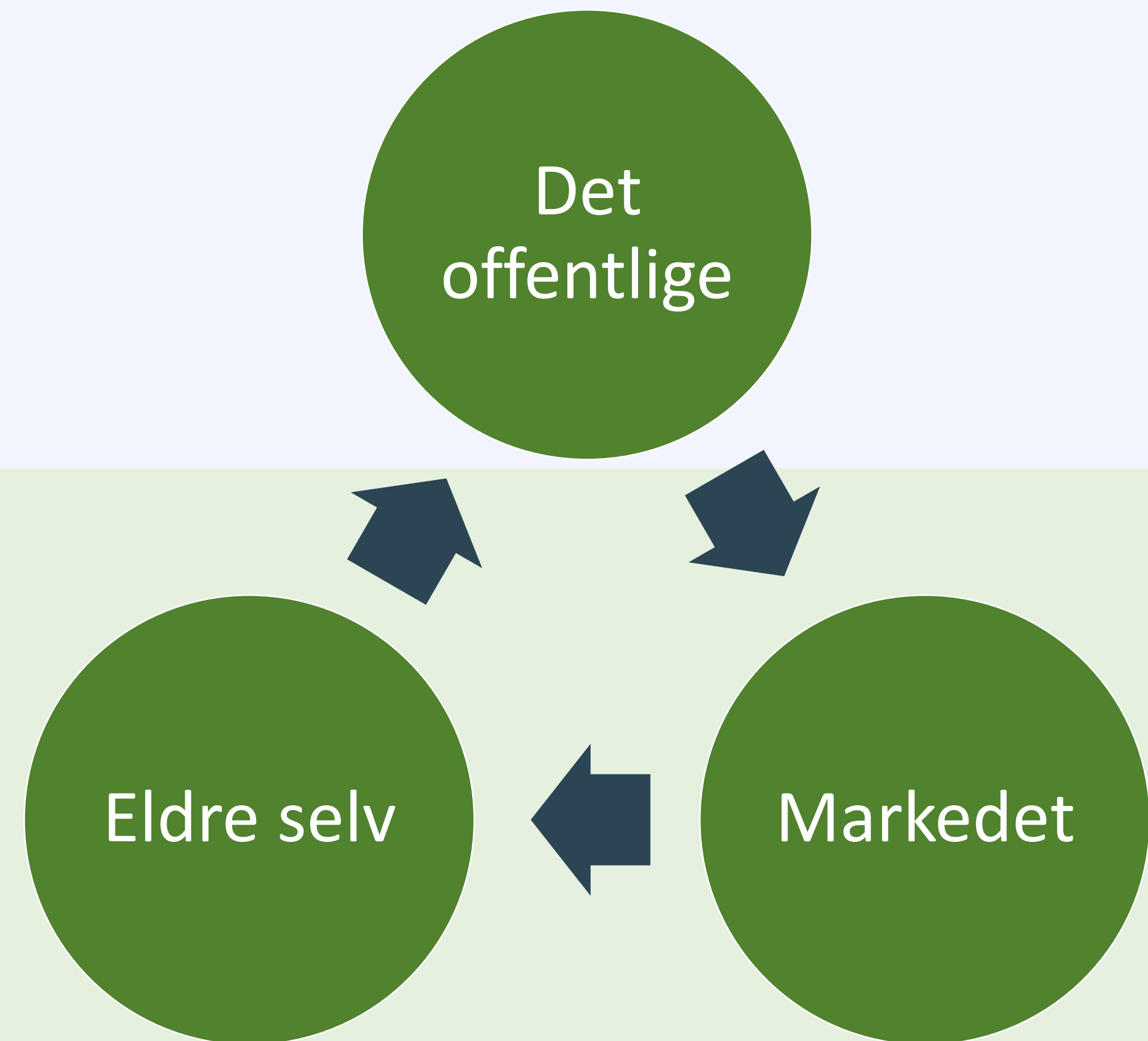


**BOLIG ER ET EGET ANSVAR!**



# EN OMSORGSMODEL BASERT PÅ DELT ANSVAR

- **Eldre skal ta ansvar for å planlegge og tilrettelegge egen bosituasjon**
- Kommunene skal ta ansvar for de nødvendige tjenestene
- Markedet skal ta ansvar for å dekke boligbehovet

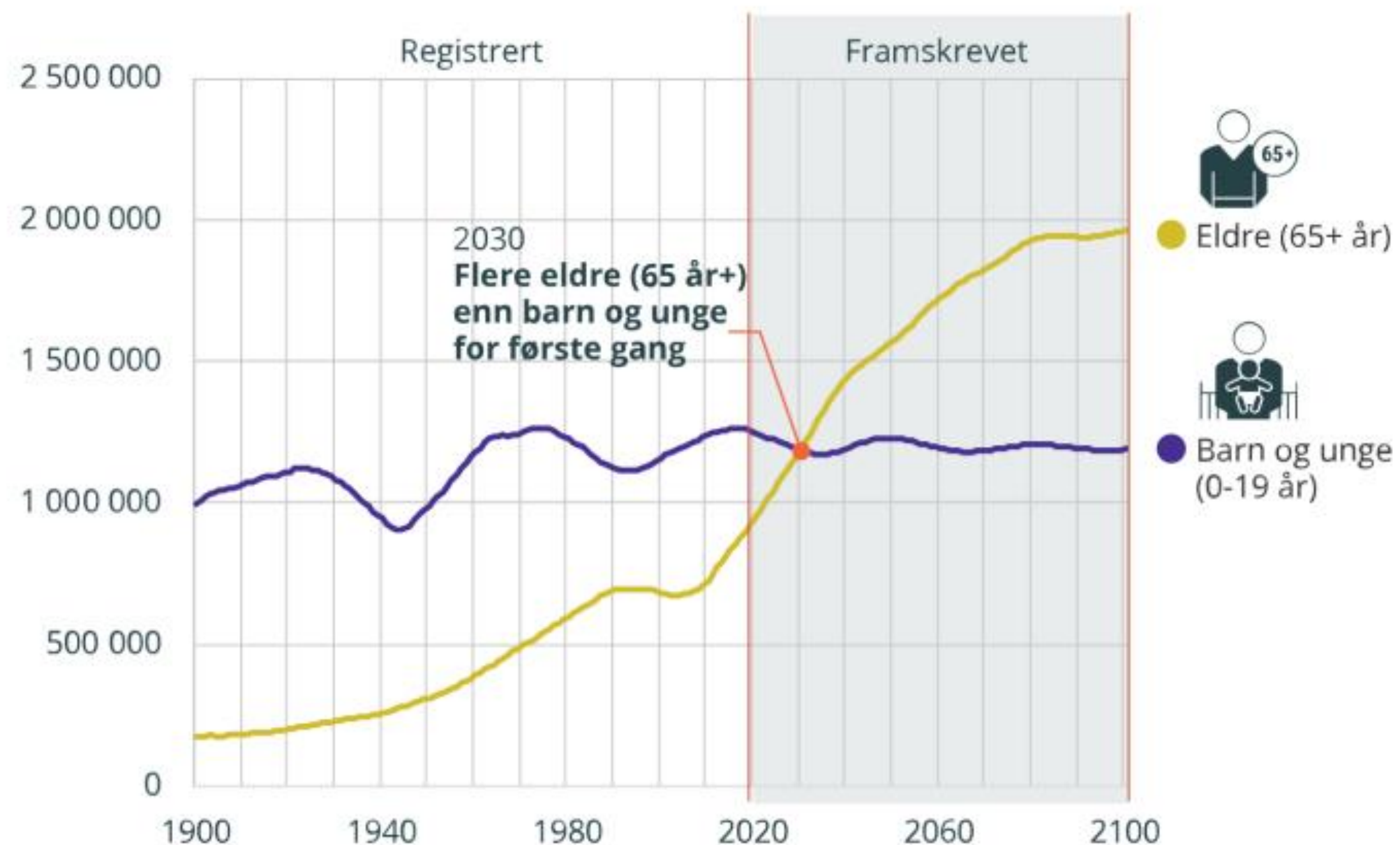




# DEN EGENTLIG UTFORDRINGEN ER...

## Flere eldre enn barn og unge

Hovedalternativet (MMM)

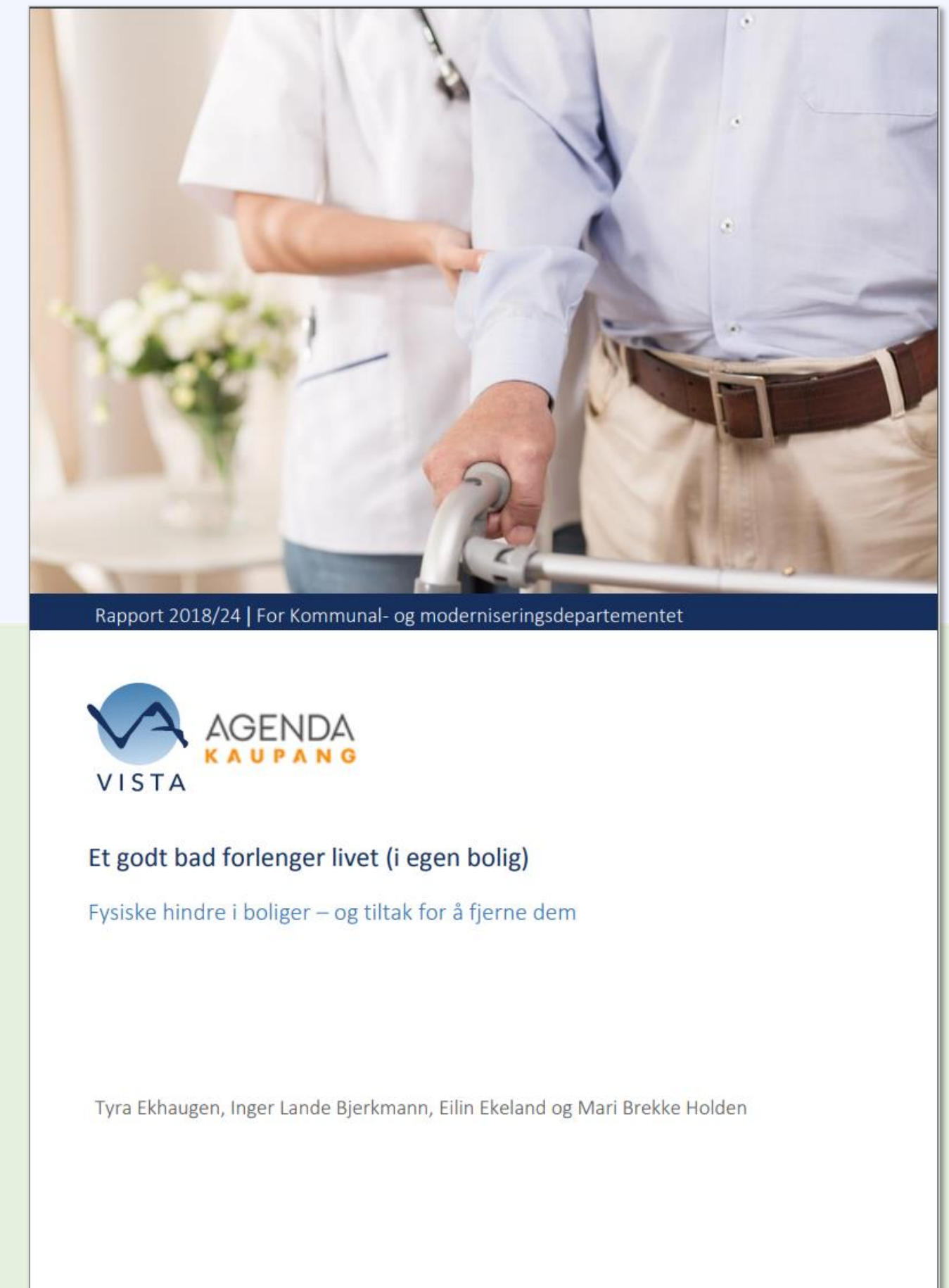


Vi mangler og kommer til å mangle arbeidskraft. Egnert bolig vil være med på å redusere tjenestebehovet til noen, som igjen vil kunne gi tjenester til flere.

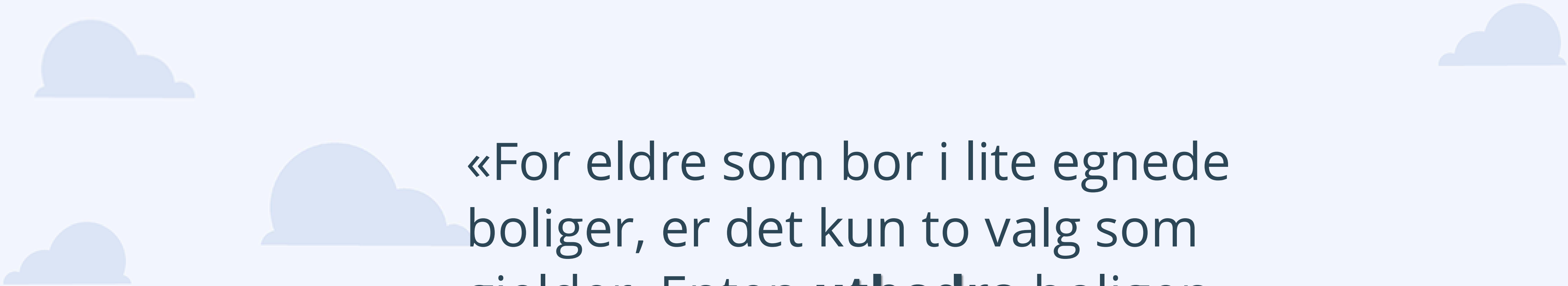


# EN EGNET BOLIG GIR REDUSERTE KOSTNADER FOR SAMFUNNET

- **Fysiske hindre i og rundt bolig påvirker ressursbruken i helse- og omsorgssektoren:**
  - Bruker må flytte tidligere til en omsorgsbolig eller et sykehjem
  - Hjemmetjenesten må komme oftere hjem til bruker
  - Hjemmetjenesten må potensielt bruke mer ressurser per besøk (flere ansatte for å hjelpe)
  - Øker risikoen for fall







«For eldre som bor i lite egnede boliger, er det kun to valg som gjelder. Enten **utbedre** boligen slik at det er mulig å bo der selv om alderen øker og helsa skranter, eller **flytte** til en mer egnet bolig.»

- Hans Christian Sandlie



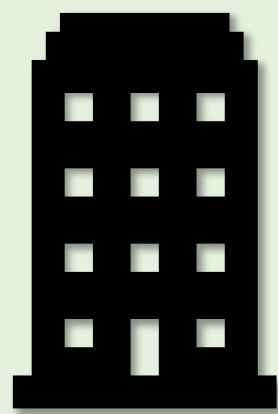
# HVA SLAGS BOLIGTYPE ØNSKER MAN Å BO I?



SELVEIER



SAMEIET



BORETTSLAG

Alle skal bo trygt og godt

# EGENSKAPER VED BOLIGEN SOM ER VIKTIG BLANT PERSONER I ALDEREN 60-75 ÅR (%)

Boligen er slik at man kan leve mest mulig uavhengig av andres hjelp

90

Boligen er enkel å vedlikeholde

82

Det finnes gode parkeringsmuligheter

78

Boligen er på ett plan

67

Boytgiftene

58

Boligen er utformet med tanke på funksjonsnedsettelse

55

Boligen har heis

36

Følelsesmessig tilknytning til bolig

32

0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100





# GODE RÅD OG TIPS AVSLUTNINGSVIS



- **«Bolig er et eget ansvar»**

Det er viktig å påpeke at selv om det offentlige har en rolle å spille, er det også viktig å erkjenne at bolig er et eget ansvar. Så om man ønsker å bo lengst mulig i egen bolig så må man ta grep for dette.

- **Flytt eller utbedre mens man kan!**

Flytting i seg selv er en kompleks prosess, praktisk og emosjonelt. Så det er flere hensyn man må ta inn mot dette. Og utbedring/tilpasning av bolig bør gjøres mens man klarer det, både økonomisk og helsemessig.

- **Sosial ulikhet**

Ikke alle har god nok råd til å gjennomføre flytting/utbedring av bolig. Da er det viktig å vite at man har økonomiske virkemidler som man kan søke på for hjelp - slik som startlån og tilskudd.





**Stjørdal**  
kommune

Hvor og hvordan  
vi du bo?

Seniordag 21.mars

*Naust i vårlys*





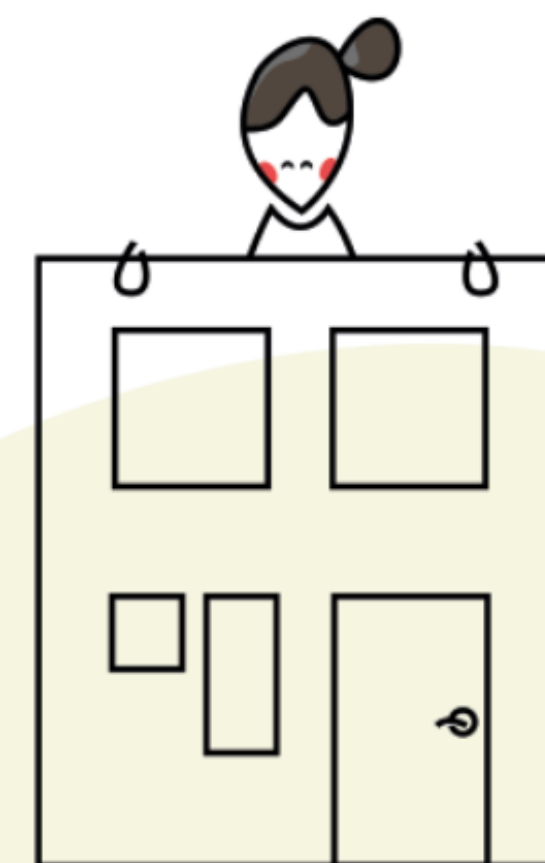


## Hva kan kommunen bidra med?

- ❖ Behovsprøvde lån og tilskudd
- ❖ Ikke for alle, men viktig for den som har lav inntekt- og formue.
- ❖ Virkemidlene våre kan være avgjørende for å få gjennomført tilpasning av boligen.
- ❖ Så om dette ikke gjelder deg, tips en venn eller familiemedlem som kanskje trenger det.



Husbanken



Hva slags bolig ønsker jeg å bli gammel i?



## Fysio- og ergoterapitjenesten først



- ❖ En tilpasningsak starter alltid hos ergoterapeuten.
- ❖ Som kartlegger behovet for tilpassing.
- ❖ De kobler på oss i bolig tjenesten.
- ❖ Sammen utreder vi saken, til beste for den enkelte innbygger.
- ❖ Ergoterapeuten lager en funksjonsrapport som dokumentasjon i søknad om lån og tilskudd.





# Tilskudd til utredning og prosjektering

- ❖ For personer med **nedsatt funksjonsevne** og behov for å bygge om boligen for å kunne bli boende.
- ❖ Bidrag til å dekke profesjonell prosjekteringshjelp utført av f.eks. arkitekt eller annen fagkyndig.
- ❖ Det er opp til kommunen å vurdere størrelsen på tilskuddet







## Hva kan tilskuddet brukes til?

- ❖ Utrede muligheter og begrensninger i eksisterende bolig, uteområder og atkomst m.m.
- ❖ Dekke kostnader til faglig bistand til prosjektering, det vil si honorar til arkitekt eller annen fagkyndig.
- ❖ Utrede om søker har økonomi til å finansiere tilpasningen selv, eller om det er behov for lån og/eller tilskudd fra kommunen
- ❖ Ikke alle tilpasningssaker som trenger et slikt forarbeid eller tilskudd.
- ❖ Vurderes individuelt fra sak til sak.



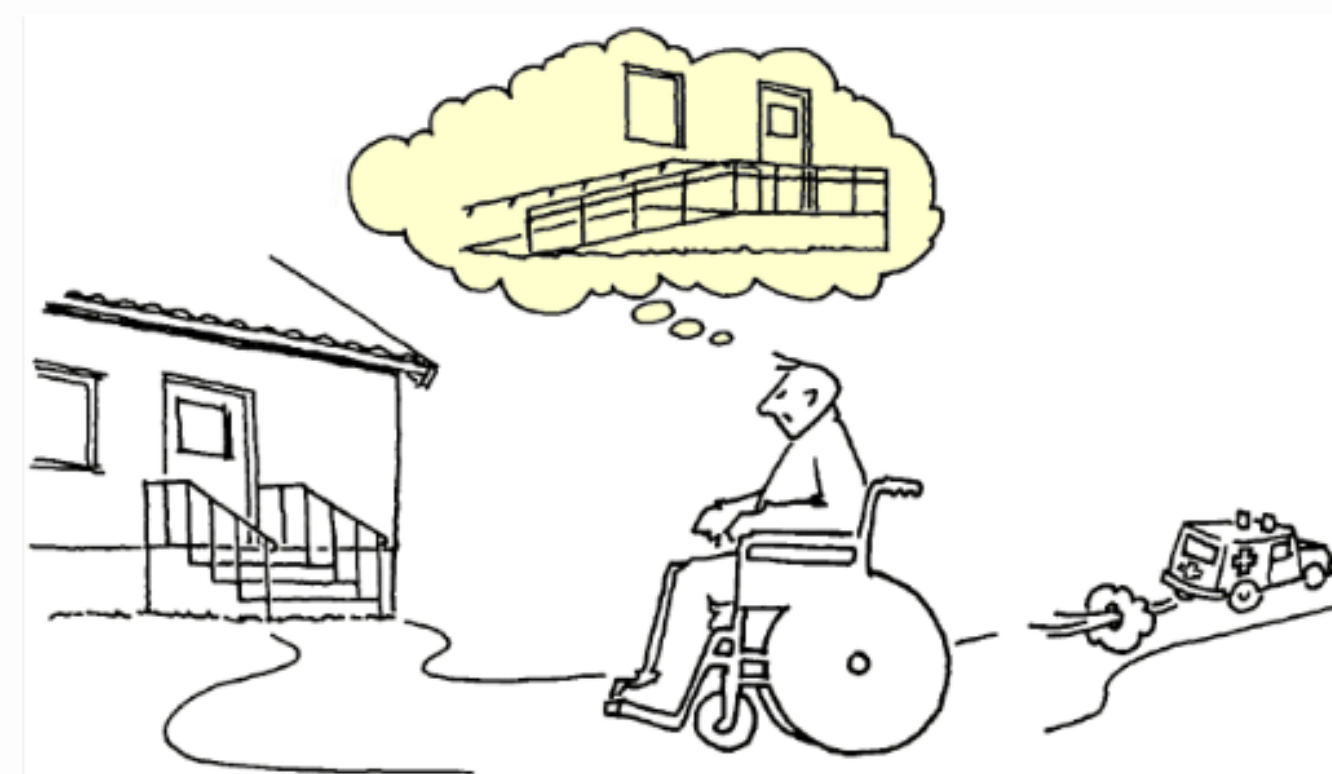
Søknadsskjema på kommunens hjemmeside  
[www.stjordal.kommune.no](http://www.stjordal.kommune.no)





## Startlån og tilskudd til tilpassing

- ❖ Kan gis til husstander, enkeltpersoner og eldre med nedsatt funksjonsevne, som har behov for å tilpasse boligen sin for å kunne bli boende i boligen over tid.
- ❖ Lån og tilskudd kan gis etter en helhetsvurdering av økonomi, behov og muligheter for støtte fra andre offentlige støtteordninger.







## Hva kan startlån og tilskudd brukes til?

- Påbygg/ombygging
- Utvendig terrengarbeid
- Utvide døråpninger/rom/ korridorer og bytte dører, inkl. branndør.
- Fjerne terskler og terskelplater.
- Installere eller tilrettelegge for velferdsteknologi.
- Annet arbeid som er nødvendig for at du kan fortsette å bo hjemme.

- Søknad om startlån og tilskudd til tilpasning av bolig:

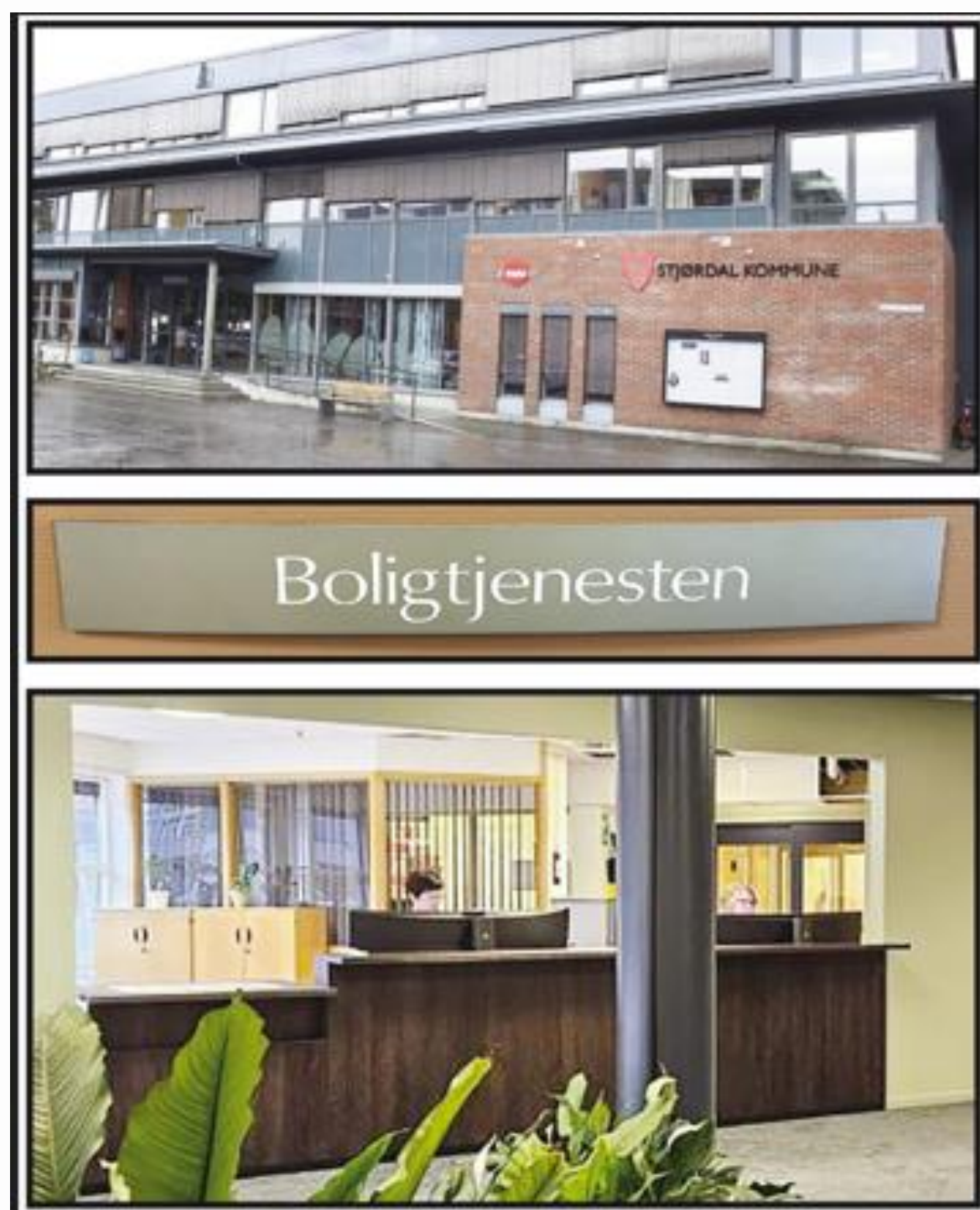
[www.stjordal.kommune.no](http://www.stjordal.kommune.no) eller  
[www.husbanken.no](http://www.husbanken.no)







Behov eller ønske om å bytte bolig?  
Men tror at du ikke har økonomi til det....



❖ Sjekk om du har mulighet for startlån til å kjøpe/bytte bolig

❖ Rimeligere rentebetingelser

❖ Lengre nedbetalingstid gir lavere bokostnader

❖ Alternativ når privat bank sier nei

❖ Kontakt oss i Boligtjenesten for råd og veiledning  
(Ring servicetorget)





Krav på bostøtte?

❖ Husbanken melder om underforbruk av bostøtte

❖ **Fra april 2024:**

❖ Øvre inntektsgrense for enslig alderspensjonist kr. 22.598,- (før skatt)

❖ Øvre inntektsgrense for par kr. 26.706,- (før skatt)

❖ Kontakt servicetorget for mer info.







Vi står på stand om du har spørsmål!

Takk for meg 😊





# Seniordag

Torsdag 21.mars 2024.

Ergoterapeut Mathias Guldseth  
Ved Avdeling for mestring og rehabilitering

Et godt valg for framtida





# Ergoterapitjenesten i Stjørdal

- 2 ergoterapeuter som jobber med barn og unge.
- 4 som jobber med voksne og eldre.
- 2 ergoterapeuter som jobber i rehabiliteringsteam.
- Har som mål å fremme mestring og deltagelse.





# Digitalt visningsrom

- Ligger på Stjørdal kommunes hjemmesider
- Søkeord: Senior, Digitalt visningsrom.







## Bo trygt hjemme med praktiske løsninger

Lurer du på hvilke hjelpemidler og løsninger som finnes for å kunne bo hjemme lengst mulig? Under kan du klikke inn på de ulike boksene knyttet til behov for å lese mer om eller finne eksempler på eksisterende løsninger.

Jeg har fått utfordringer med....



Trygghet i hverdagen

Sosial deltakelse

Daglige gjøremål og påminnelser

Oppfølging av egen helse

Tilpasse boligen min

Jeg lurer på hvordan vi kan hjelpe mamma/pappa med...



Om Digitalt visningsrom



Kontakt kommunen

Aktører og roller



Liste





# Tilpasse boligen min


Hva som skal til for at man skal kunne bo lenge i egen bolig vil være avhengig av boligens tilstand og beliggenhet, i tillegg til den enkeltes fysiske og psykiske helse.

Fysiske hindre i egen bolig kan gjøre det vanskelig å bo hjemme så lenge man ønsker. Andre faktorer som tilgang på omsorg fra pårørende, egne sosiale nettverk og relasjoner, kan også være av betydning.

Nedenfor får du informasjon og eksempler på muligheter for å tilrettelegge boligen for fremtidige behov og hvilke tiltak som kan gjennomføres for å fjerne hindre:

- [Enkle tiltak å gjøre i boligen](#)
- [Hvilke muligheter har jeg som huseier?](#)
- [Adkomst til - og i bolig](#)
- [Bad og toalett](#)
- [Kjøkken](#)
- [Soverom](#)
- [Smarthus](#)



 Til Startsidene

Trygghet i hverdagen

Sosial deltakelse

Daglige gjøremål og påminnelser

Oppfølging av egen helse

Tilpasse boligen min

 Lenker







Kan dette være aktuelt?

- Dette er løsninger som tilbys fra flere elektroinstallatører og som man kan kjøpe selv.

## Smarthus

- Smarthus også kalt hjemmeautomasjon, kan styre og regulere forskjellige funksjoner i en bolig. Det kan være funksjoner for å kunne kontrollere alt fra lys, varme, strømforbruk, persienner, garasjeport, ytterdøren, branntrygging, innbruddsikring, kameraer, ventilasjon, lyd og bilde i boligen. Kanskje bare ved hjelp av noen enkle brytere eller over et nettbrett/smarttelefon, eller eventuelt automatisk.
- Det kan også være muligheter for talestyring ved hjelp av f.eks. Google Home, Aleksia og lignende.
- Smarthusteknologien kan brukes til å overvåke, varsle og utføre handlinger etter utvalgte kriterier.



 Til Startsidene

Trygghet i hverdagen

Sosial deltakelse

Daglige gjøremål og påminnelser

Oppfølging av egen helse

Tilpasse boligen min

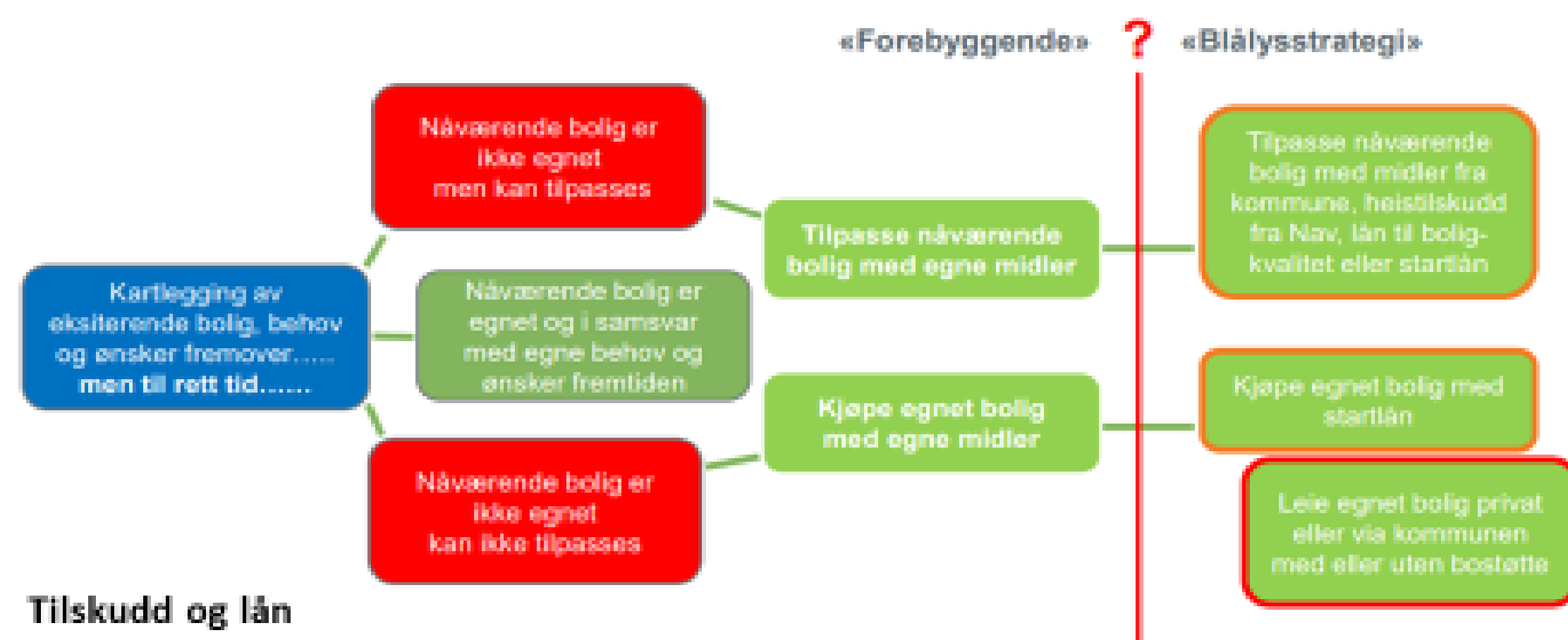
 Liste

- et godt valg for framtida



# Hvilke muligheter har jeg som huseier?

Huseiers to valg.....kommunens muligheter?



## Tilskudd og lån

- Har du eller andre i husstanden nedsatt funksjonsevne, og behov for å bygge om boligen? Da kan du søke om finansiering til små eller store ombygginger og tilpasninger. Finansieringen kan bestå av startlån og/eller tilskudd.
- Du kan også søke om tilskudd til profesjonell prosjekteringshjelp utført av for eksempel arkitekt i forkant av en eventuell ombygging.
- Ta kontakt med kommunen om du har behov for å finne ut mer om dette.

## Endring av bolig

Skal man bygge om eller bygge på bolig så kan det være lurt å få samlet nødvendige rom i samme etasje. Ved å gjøre dette kan man oppnå en varig og god løsning tross endringer i funksjon og helse.

Viktige og nødvendige rom i denne sammenhengen vil være:

- [Inngangsparti](#)
- [Bad](#)
- [Kjøkken](#)
- [Soverom](#)



Til Startsidene

Trygghet i hverdagen

Sosial deltakelse

Daglige gjøremål og påminnelser

Oppfølging av egen helse

Tilpasse boligen min

Liste





Bo trygt hjemme

# Sjekkliste bolig

- Trinnfritt og romslig inngangsparti
- Brede dører og terskelfritt
- Alle nødvendige rom på ett plan ( om mulig)
- Hvis trapp- sørg for rekkverk og sklisikre trinn.
- Dørterskler lavere enn 2,5 cm





- Dusjhjørne (fjern dusjkabinett/ badekar)
- Romslig plass rundt dusj og toalett
- Sklisikkert gulv på bad
- Fjern løse tepper/ matter
- God belysning - Natt og dag







- Hva gjør jeg når jeg når jeg havner i en situasjon hvor hjemmet ikke fungerer lengre?





Bo trygt hjemme

# Sjekkliste bolig

- Trinnfritt og romslig inngangsparti
- Brede dører og terskelfritt
- Alle nødvendige rom på ett plan ( om mulig)
- Hvis trapp- sørg for rekkverk og sklisikre trinn.
- Dørterskler lavere enn 2,5 cm







# NOE Å TENKE OVER

Hva er et godt liv for deg?  
Hva trives du aller mest med å gjøre?  
Legg en plan for hver dag.





# Kaffe/Stand

## Oversikt stands i Vestibyle Nord



Lydsignal gir beskjed når vi starter opp igjen i Vektorsalen kl 14:15 😊





**Noen ganger er det all right**

**Noen ganger er det helt all right**



# Forvaltningskontoret

Enhet Kompetanse og koordinering  
Enhetsleder Stina Mostervik



STJØRDAL KOMMUNE





## Hovedmål for Etat Omsorg – Omsorg 2036:

### **1. SOSIALE LIKHETER:**

God helse, livskvalitet og tilgang på helsetjenester er uavhengig av bosted og sosial bakgrunn.

### **2. MESTRING OG SELVSTENDIGHET:**

Innbyggere i Stjørdal mestrer hverdagsaktiviteter uavhengig av funksjonsnivå.

### **3. BÆREKRAFTIG ORGANISASJON:**

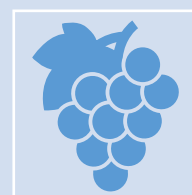
Etat omsorg er en fremtidsrettet helse og omsorgstjeneste som er organisert etter utvikling i helse, fag, teknologi og samfunnsutvikling for øvrig.

### **4. FUNKSJONELLE OMSORGSOMGIVELSER:**

Det er etablert moderne og funksjonelle omsorgsomgivelser.



## Forvaltningskontoret i VR



Fatter enkeltvedtak om kommunale helse- omsorgstjenester når tjenesten er forventet å vare mer enn 14 dager. For avgjørelser som krever enkeltvedtak stiller loven konkrete krav til saksbehandlingen; forvaltningsloven.



Helsetjenester i og utenfor hjemmet

Personlig bistand, Støttekontakt, Pårørendestøtte (avlastning, omsorgsstønning), Velferdsteknologi, Brukerstyrt personlig assistanse (BPA). Plass i institusjon og omsorgsbolig.



Gi råd og veiledning til brukere og pårørende i søknads- og klagebehandling



Tar i mot og behandler e- meldinger fra 2 og 3 linje tjenestene: SL og St.olav



Koordinerende enhet

- et godt valg for framtida



# Tjenestetildeling og kriterier



STJØRDAL KOMMUNE

Tildeling av tjenester starter med en tverrfaglig kartlegging, og vi spør:



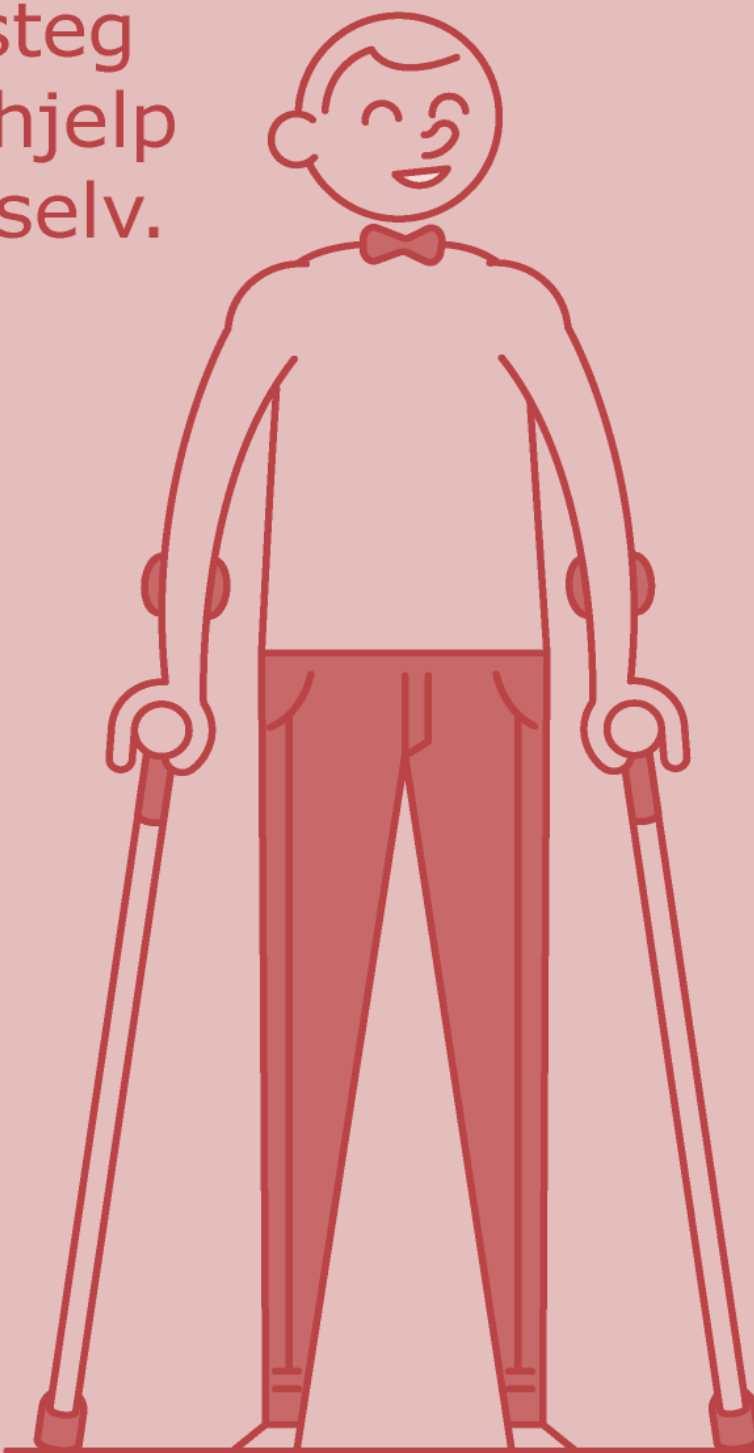
Jeg vil kunne handle og lage meg mat selv.

Hva er viktig for deg?





Brukeren blir plassert på riktig steg i omsorgstrappen. Han trenger hjelp til å bli sterk nok til å klare seg selv.



**HELSEFREMMEDE OG  
FOREBYGGENDE TILTAK**

«Jeg klarer  
meg ganske godt  
på egenhånd»

**NOE STØTTE I HVERDAGEN**

«Jeg trenger  
litt hjelp»

**STØTTE I HVERDAGEN**

«Jeg er avhengig av  
hjelp i eget hjem»

**HELSETJENESTER**

«Jeg trenger hjelp  
i en periode»

**BOSENTER OG INSTITUSJON**

«Jeg trenger hjelp  
det meste av tiden»

## OMSORGSNIVÅ

### HELSEFREMMEDE OG FOREBYGGENDE TILTAK

«Jeg klarer meg ganske godt selv»

- Frisklivssentralen
- Helsestasjon og svangerskapsomsorg
- Forebyggende hjemmebesøk for eldre
- Dagaktiviteter
- Aktivitetssenter
- Bonitas
- Balansegruppe

### NOE STØTTE I HVERDAGEN

«Jeg trenger støtte i hverdagen»

- Fysio/ergoterapitjeneste
- Kreft og lindrende team
- Hukommelsesteam
- Hjelpemidler
- Velferdsteknologi
- Rask psykisk helsehjelp

### STØTTE I HVERDAGEN

«Jeg er avhengig av hjelp i hjemmet»

- Dagsenter
- Støttekontakt
- Omsorgslønn
- «Trygghetspakke»
- Praktisk bistand

### HELSETJENESTER

«Jeg trenger hjelp i en periode»

- Hjemmesykepleie
- Oppfølging av rus – psykiatri tjeneste
- Rehabilitering i hjemmet
- Avlastning
- BPA
- Korttidsopphold
- Rehabilitering i institusjon
- Rullerende avlastning

### BOSENTER OG INSTITUSJON

«Jeg trenger hjelp det meste av tida»

- Heldøgntjenester
- Boliger
- Bosenter



HJEMME



INSTITUSJON

\*lista er ikke uttømmende





Bistand fra andre enn offentlige tjenester

Pårørende

Frivillighet

Teknologi

Tilpasset bolig

- et godt valg for framtida

Å søke bistand fra kommunen

---

[Stjørdal kommune \(stjordal.kommune.no\)](http://stjordal.kommune.no)

---

Velferdsveiledning: 400 31 166

---

Telefonen er åpen alle hverdager bortsett fra onsdager.

---

OBS:

---

Samtykke til at det søkes om hjelp

---

Samtykke til at det opprettes journal

---

Samtykke til at vi kan innhente opplysninger

---



STJØRDAL KOMMUNE



# Forvaltningskontoret

[Lytt til teksten](#)

## Hva er forvaltningskontoret

Forvaltningskontoret har ansvaret for å forvalte kommunale helse- og omsorgstjenester. Det betyr at vi tar i mot henvendelser og søknader, vurderer hvilket behov for tjenester du trenger og fatter vedtak om tjenester.

Forvaltningskontoret er kommunens koordinerende enhet som skal bidra til å sikre helhetlig tilbud til pasienter og brukere med behov for sosial, psykososial eller medisinsk habilitering og rehabilitering.

## Slik søker du om helse- og omsorgstjenester

Du søker om helse- og omsorgstjenester ved å fylle ut søknadsskjemaet. Det er ett felles søknadskjema for helse- og omsorgstjenester.

[Søk om helse- og omsorgstjenester](#)



## Kontakt

### Velferdsveiledning

[Send e-post](#)

Telefon 40 03 11 66

#### Telefonen er betjent:

Mandag 09.15-11.00 og 12.30- 14.00.

Tirsdag, torsdag og fredag

09.00-11.00 og 12.30-14.00.

Onsdager er telefonen stengt.



## Stjørdal Eldreråd 2023-2027

Svein Johansen   Martha Berbu – leder   Bente Lillian Vatn   Liv Navelsaker Reitan   Geirr Hagen



- Kan man planlegge for en god alderdom?
- Hvor og hvordan vil du bo?
- Hva gjør hverdagen din meningsfull?
- Hva kan gjøre at du mestrer livet ditt best mulig?





Takk for at du  
kom og ble med  
på Seniordagen☺

Besøk gjerne stands fram til  
kl 15.30



Stjørdal kommune