



NORSK FORM



Omsorgspolitik for morgendagens eldre - 7 gode råd

Norsk Form i samarbeid med tverretatlig nettverk fra 13 kommuner.

Omsorgspolitik for morgendagens eldre – Tverretatlig kommunenettverk

Innhold

Omsorgspolitik for morgendagens eldre - 7 gode råd	3
1. Tenk samarbeid på tvers av sektorer	4
2. Velg sentral beliggenhet	6
3. La omsorgssenteret bli et lokalt møtested	8
4. Planlegg for alle på samme sted	10
5. Skap omgivelser som stimulerer til aktive eldre	14
6. Skap trivsel og arbeidsglede blant de ansatte	16
7. Bruk ny teknologi	17
Historien bak de 7 gode råd	18

”Det er vanskelig å tallfeste fordelene. Men da vi først bestemte oss for å bygge Bråtasenteret, trass elendig økonomi, skjedde det ikke på sparebluss. Bråta er investering i framtida, et møtested for alle generasjoner i nabolaget. Vi valgte å bygge omsorgsboligene nær sykehjem og pleie, men også nær kultur, aktivitet og videregående skole. Det har vi ikke angret på.”

(Rådmann **Bengt A. Nystrøm**, Nedre Eiker kommune).

All informasjon i dette dokumentet er knyttet til de sju rådene, og mange henvisninger er relevante for flere. I vedleggene finnes mer informasjon om nettverket, samt kontaktinfo på deltakende parter.

Omsorgspolitik for morgendagens eldre - 7 gode råd

Om få år vil antallet mennesker som trenger omsorgstjenester øke betraktelig. I løpet av de neste 30 årene vil antallet eldre over 80 år fordobles. Morgendagens eldre vil ha andre behov og krav enn dagens generasjon; de vil bo sentralt å være en del av et pulserende liv. De vil både ha høyere utdanning og være mer ressurssterke. De vil ha andre vaner, kreve bedre standard, større fleksibilitet og brukermedvirkning.

Det vil bli en stor utfordring å tilpasse dagens tilbud til nye behov. Norske kommuner skal ikke bare skape flere boenheter, men også et bedre tilbud. Det krever økte investeringer, høyere driftsutgifter og flere ansatte. For mange kommuner kan utfordringen virke svært krevende. Det er likevel ikke umulig. Flere kommuner har allerede funnet løsninger som både er gode og mer ressurseffektive. Det er skapt omsorgssentre hvor beboerne trives, og de ansatte gleder seg til å gå på jobben. Som St.meld. nr.25, Omsorgsmeldingen, understreker viktigheten av, har disse kommunene tatt hensyn til arkitekturen og de fysiske rammene rundt omsorgssenteret, og på den måten påvirket driften av omsorgssenteret. En av de viktigste faktorene for å lykkes, er sentral plassering som gir beboerne mulighet til å delta i sosiale og kulturelle aktiviteter. For å få til dette har de tidlig involvert kommunens ulike etater i arbeidet med arealplanlegging og utforming. Slik har de fått til sambruk og felles investeringer. Små kommuner har klart å tenke annerledes om hvordan de bruker kommunens lokaler og tilbud. Noen har slått sammen kulturhus og omsorgssenter. Andre har plassert skoler og barnehager ved siden av omsorgssenteret, og fått bedre kontakt mellom generasjoner. De har åpnet kantiner og svømmehaller på eldresenteret for resten av kommunens innbyggere.

Med støtte fra Helse- og omsorgsdepartementet har Norsk Form opprettet et tverretatlig kommunenettverk for utvikling av omsorgsboliger for morgendagens eldre. Nettverket består av tretten små og store kommuner fra hele landet, og Kirkens Bymisjon. Gjennom nettverket er det samlet kunnskap, forskning og gode eksempler som kan brukes til nytte og inspirasjon for andre. Vi håper at de sju rådene vil bistå i utviklingsarbeidet i kommunene. Hvis dere har innspill til andre gode eksempler og kunnskap som ikke er presentert her, ønsker vi kjennskap til dette.

Larvik/Oslo 3. juni.

Tove Akre

Enhetsleder omsorgssektoren
Larvik kommune

Annichen Hauan

Seniorrådgiver
Norsk Form

1. Tenk samarbeid på tvers av sektorer

Omsorg for eldre handler ikke bare om omsorg for fysisk helse. Omsorg bør også gi mulighet for sosial kontakt, mulighet for deltakelse i kulturelle og sosiale aktiviteter og deltakelse i samfunnet for øvrig. I dag blir det tatt for lite hensyn til dette når kommunen planlegger framtidens omsorgsboliger. I arbeidet med arealplanlegging er det viktig å inkludere flere deler av den kommunale forvaltningen, som omsorgs-, kultur-, skole- og barnehagesektoren, idrett og fritid, i tillegg til lag og brukerorganisasjoner. Det vil gi mulighet for en mer helhetlig og rasjonell bruk av kommunens ressurser. Det skaper synergieffekter både når det skal investeres i nybygg og når tjenestene skal drives i etterkant. Samdrift og en mer helhetlig omsorg som tar vare på hele mennesket, kan bidra til en mer effektiv utnytting av kommunens ressurser.

Tverretattlig samarbeid. Sentralt plasserte tomter er en forutsetning for gode omsorgsboliger for morgendagens eldre. Arbeidet bør organiseres som en tverretattlig prosess. Plan- og bygningsetaten har hovedansvaret for utarbeidelse av kommuneplaner. Det innebærer planlegging på alle nivå, og omsorgssektoren må trekkes inn og bli hørt i planarbeidet.

Eksempler:

Tysværtunet aktivitets- og omsorgssenter. I Tysvær kommune i Rogaland er omsorgssenteret Tysværtunet plassert i samme bygning som kulturhus, svømmehall og idrettshall. Mormor kan gå tørrskodd til idrettshallen og se datterdatteren spille fotball, og sønnesønnen kan stikke innom bestefar etter kino. Denne samlokaliseringen midt i sentrum kom til etter en ganske tilfeldig lunsjprat mellom omsorgssjefen og kultursjefen. Etter den samtalen startet samarbeidet som førte fram til flerbrukshuset. Samarbeidet mellom omsorgs- og kultursektoren førte til samlokalisering sentralt ved kommune- og kultursenteret i Tysvær. Sykehjem, omsorgsboliger, kultur, bibliotek, kino og idrettsaktiviteter for alle generasjoner er samlet på samme sted. Beboerne på Tysværtunet kan stikke innom kinoen, biblioteket, svømmehallen, eller få med seg en utstilling så ofte de vil. [Tysvær kommune.](#)

Ulstein kommune tenker langsiktig og arbeider på tvers av offentlige, private, faglige og geografiske grenser. Før Kommuneplanen ble vedtatt i juni 2009 brukte kommunen bredt sammensatte arbeidsgrupper fra næringsliv, lag, organisasjoner, eldreråd, ungdomsråd, administrasjon og politikere til å arbeide med visjoner, verdigrunnlag og viktige utfordringer i lokalsamfunnet. [Ulstein kommune. Kommuneplan samfunnsdel 2009 til 2020.](#)

Kommuneplanen i Hamar. Helhetlig boligpolitikk med ny boligsosial handlingsplan for perioden 2009–2012 tilpasses den nye Samhandlingsreformen. Tett samarbeid med boligbyggelag og brukerorganisasjoner som skal sikre integrering av seniorboliger i eksisterende boligområder, er Hamars oppskrift for å møte behovet for omsorgsboliger i årene framover. [Hamar 2009- 2020 Samfunnsdelen.](#)

Otium-prosjektet, Tromsdalen. Her planlegges et bo- og omsorgssenter for framtiden, nær bydelsfunksjoner, kultur- og aktivitetssentre. Og med fokus på brukermedvirkning. Planprosessen engasjerer og involverer flere enn kommunens planleggere. Intensjonen er å bygge fleksible bygg med varierte og gode tjenestetilbud også for lokalbefolkningen i Tromsdalen. Hele området blir sett under ett. [Tromsø kommune](#).

Fordypning:

- » **Aldersvennlige byer.** WHO har utformet en modell med anbefalinger om hvordan man ved å bruke helhetlig planlegging best kan tilrettelegge byer for eldre. Modellen kan overføres til mindre tettsteder og byer. [WHO Age- friendly environments](#).
- » **Nettportal om stedsutvikling.** [Stedsutvikling.no](#).
- » **Stedsanalyser.** Akershus fylkeskommune (2007): [Sosiokulturelle stedsanalyser](#) Veileder. Oslo: Akershus fylkeskommune.



Tidlig planlegging med flere involverte etater, gir mulighet for sentral plassering av omsorgsboligene. For mange eldre betyr dette større nærhet til familie og kjente omgivelser.

2. Velg sentral beliggenhet

Ingen bør bli avskåret fra å føre et aktivt liv selv om de blir gamle. Ensomhet og isolasjon kan føre til dårligere helse. Tilhørighet, nærhet til et kjent miljø, sosiale nettverk og mulighet til å komme seg ut, bidrar til å forhindre ensomhet. Framtidens eldre ønsker å delta i samfunnet på samme måte som de gjorde da de var unge. Å legge til rette for omsorg som tar vare på hele mennesket, vil gi en helsemessig gevinst som kan gjøre kommunens eldre i stand til å ta vare på seg selv, lenger. Morgendagens eldre ønsker å bo i nærheten av mennesker de kjenner og i kjente omgivelser. For kommunen vil sentral beliggenhet av omsorgssentrene også bety økt mulighet til sambruk av kommunale tjenester og lokaler.

Nærhet til butikker, kulturtilbud og servicefunksjoner

Sentral beliggenhet åpner for at omsorgsboligene får naboskap til kulturhus, skole og kjøpesenter. Dette fører for eksempel til at beboere går tørrskodd på konsert, ser barnebarnet spille fotball og går på den lokale kafeen. De eldre får på denne måten økt livskvalitet.

Blandet bomiljø. Boliger for eldre bør plasseres i vanlige boområder. Et godt bomiljø er som oftest et blandet boområde, bestående av ulike aldersgrupper, kulturer og mennesker i forskjellige livssituasjoner i ulike hustyper. Det er avgjørende hvordan boligen ligger i forhold til andre funksjoner og kommunikasjonsmidler. Se Husbankens veileder for utforming av omsorgsboliger og sykehjem(2009). [Rom for trygghet og omsorg.](#)

God kollektivtransport. Mange eldre må oppgi bilkjøring og mister muligheten til å oppsøke kultur-, rekreasjons- og servicetilbud de har vært vant til å bruke gjennom et langt liv. Tilgang til kollektivtransport blir derfor viktig.

Eksempler:

Beboerne i Reitengrenda i Ulstein kommune bor midt i smørøyet. I tilknytning til omsorgsboligene finnes det lokale grendehuset og en kafé. Her holdes det konserter og utstillinger for både beboerne og kommunens øvrige innbyggere. Rundt er det laget frukthage og lekeplass på et felles uteareal. [Reitengrenda- bulyst og trivnad.](#)

Munkvoll helse- og velferdssenter i Trondheim. Naboskap til videregående skole, og nærhet til sentrum. Elevene har praksis og hjelper til på omsorgssenteret, og beboere og ansatte kan bruke biblioteket og kafeen på skolen. [Trondheim. Munkvoll helse- og velferdssenter.](#)

Meråker helsetun har samlokalisert sykehjem med rådhus, trygdeleiligheter, NAV, ligningskontor, barne- og familiesenter med helsestasjon, PP-tjeneste, barnevernskontor og jordmor. I bygget er det dessuten et kapell som er åpent for ulike trosretninger. Helsetunet ligger sentralt i Meråker

og har en kafé som er åpen for alle. På den måten har beboerne lett tilgang til ulike servicetilbud. [Meråker kommune.](#)

Kjent nærmiljø. At omsorgsboligene er plassert i et kjent nærmiljø med anledning til å utføre vante aktiviteter og omgås tidligere nettverk, er viktig for 8 av 20 seniorer. Når helsen krever døgnkontinuerlig hjemmetjeneste, ønsker 2 av 3 eldre å fortsette å bo i nærhet til familie og venner. (Brevik, I. & Schmidt, L. 2005).

Eksempler:

Bugøyenes omsorgssenter er plassert midt i det lille finskspråklige fiskersamfunnet Bugøyenes. Omsorgscenteret har blitt et lokalt samlingssted, lag og foreninger bruker huset til sine tilstelninger. Plasseringen av omsorgscenteret i bygda har bidratt til at eldre med behov for omsorg kan bo i kjente omgivelser, istedenfor å flytte flere mil til kommunesenteret i Kirkenes. [Sør-Varanger kommune.](#)

Omsorg+ i Oslo kommune. Samlokaliserte omsorgsboliger med døgnbemannet service med husvert, aktivitetssenter, private serviceytere og personalbase for hjemmetjenesten. Målgruppen er eldre over 67 år med behov for egnet bolig av medisinske, sosiale eller fysiske årsaker. Målet er økt trygghet og sosial stimulans for å motvirke isolasjon hos beboerne. (Bystyremelding nr. 1/2008. Oslo kommune). [Oslo kommune.](#)

Fordypning:

» **Trivsel og boligform** viser at utformingen av bolig, planløsning og nærmiljøet rundt har stor betydning for trivselen. Det gjelder beliggenhet, utforming, innredning, fellesarealer og utearealer. Flere valgmuligheter i et omsorgsboligkompleks gir større muligheter for individualitet, hjemlighet og selvbestemmelse. Jo mer fleksibilitet, desto mer trivsel. Knudstrup, Mortensen, Møller & Vedstesen(2008). [Trivsel og Boligform. Afdækning af boligmessige trivselsfaktorer hos ældre i plejeboliger.](#) Odense: Servicestyrelsen.

» [Slik vil eldre bo.](#) Brevik, I. & Schmidt, L. [Slik vil eldre bo – En undersøkelse av framtidige eldres boligpreferanser.](#) NIBR Rapport 2005:17.

» **Egen bolig.** [Bogen, Høyland, Kvinge & Østnor \(2006\). Egen bolig – også når helsen svikter?, Rapport nr.: SBF51 A06017, SINTEF.](#)

» **Sosial kapital** Norges Forskningsråd, Publikasjonen [Sosial kapital](#) (Norges forskningsråd 2005).



Planer for sambruk og sentral beliggenhet gir mulighet for mer effektiv areal- og ressursutnyttelse. Ved sentral beliggenhet av omsorgssenteret kan funksjoner og tilbud brukes av flere enn de som der. (Jensen & Skodvin arkitekter)

3. La omsorgssenteret bli et lokalt møtested

Et omsorgssenter med sentral beliggenhet skaper mulighet for at flere kan bruke det. Skal kommunen bygge et omsorgssenter med kafeteria og lokaler til felles sosiale og kulturelle aktiviteter, er det mulig å gjøre dette tilgjengelig for flere. Mange nærmiljø mangler et lokalt møtested. Samtidig ønsker eldre mennesker å delta og være tilskuer til andre som driver med aktiviteter. Ved å åpne omsorgssenterets tilbud, også for andre, gir det et rikere liv for dem som bor der og et bedre tilbud til kommunens befolkning for øvrig. Kommuner som har laget slike fellesskapsløsninger har også erfart at sykefraværet blant de ansatte har gått ned. Samtidig fikk de etablert flere kommunale tilbud.

Gjør omsorgssenteret relevant for "alle" kommunens innbyggere

Eksempler:

[Ammerudhjemmet bo- og kultursenter i Oslo](#), eies og drives av Kirkens Bymisjon. Ved siden av å være hjem til over hundre beboere, har de et eget kultursenter, kafé, svømmebasseng, bibliotek, frisør og flere helsetjenester. De arrangerer alt fra juletreff, musikkbingo, litteraturkvelder og konserter, åpne både for beboere og folk i nærmiljøet.

Nymoensenteret, ligger midt i Kongsberg sentrum. Det består av 29 privateide omsorgsboliger organisert som borettslag. I et sameie med Kongsberg kommune er det tilknyttet kafe og frivillighetssentral. Tilknyttet senteret er også juridisk rådgivningstjeneste og et bredt tilbud av kulturaktiviteter. Både kafeen og tilbudene er åpne for alle, ikke bare for beboerne, og fungerer for mange innbyggere som et fast møtested. Les mer om : [Kongsberg kommune](#)
Se film om Nymoensenteret finnes på [You Tube](#).

Skedsmotun bo- og behandlingssenter, beliggende i nærhet til kjøpesenter, boligområder og offentlig kommunikasjon. Omsorgssenteret er samlokalisert med Voksenopplæring, fotpleier, frisør, logoped og ergoterapeut. De har også lokaler som brukes av lag og foreninger. I bygget finnes svømmebasseng som brukes både til fysikalsk behandling og babysvømming. Kafeen er åpen for alle og benyttes i stor grad av lokalbefolkningen. [Skedsmo kommune](#).

Venneslatunet, Vennesla kommune, består av 34 omsorgsboliger samlokalisert med kafeteria, fysioterapeuter, frisør, fotpleie, kontorer til hjemmesykepleie og dagsenter. Tjenestene er også åpne for øvrige innbyggere i bygda. Venneslatunet eies av en kommunal stiftelse. Beboerne betaler en leie på mellom kr 4600-5500 pr måned. [Vennelsa kommune](#).

Hitra helsetun, har samlokalisert sykehjemsavdelinger og bofellesskap med flere helsetjenester i kommunen, som legekontor og helsestasjon. Hitra idrettshall er i samme bygg med treningshall, svømmehall og bowlinghall. Helsetunet er sentralt plassert i nærmiljøet med kort vei til butikker, kafeer og bibliotek. [Hitra kommune](#).

Frivillig innsats. Lettere hjelp og sosial kontakt kan utføres av frivillige. Eldre kan være både mottakere og hjelpere. Hva som skal til for å stimulere frivillig innsats hos eldre er usikkert, men en avgjørende faktor kan være at de har sammenhenger og steder å forankre frivilligheten i. Det kan være i organisasjoner, frivillighetssentraler, eldresentre eller grunde-bydelshus.

Eksempler:

[Brårsenteret, Re kommune.](#) Kultur kafé, bibliotek og frivillighetssentral er lokalisert i samme bygg som omsorgsboligene. Huset har et aktivitetslokale som kan leies ut til lokale lag og foreninger, og blir ofte brukt av frivillighetssentralen. Kaféen er åpen hver dag for både beboerne og nærmiljøet forøvrig.

Vikstunet har samlokalisert omsorgsleiligheter, frivillighetssentral, bibliotek og barnehage. En aktiv frivillighetssentral og samarbeid med kulturskolen gir beboere et bredt aktivitetstilbud. Flere foreninger bruker huset til egne aktiviteter, men også til aktiviteter for beboere og lokalbefolkning. Den sentrale plasseringen og samarbeid på tvers av enhetene i kommunen gjør Vikstunet til et levende møtested for flere aldersgrupper. [Hole kommune.](#)

Samarbeid med det private næringslivet. Tenk nærhet til butikker og servicefunksjoner.

Eksempel:

[Brygga kultursal](#) i Halden, samlokalisering av omsorgsleiligheter, kultursal og hotell. Huset er et samarbeid mellom Det norske Blåseensemblet, Halden kommune og Thon Hotell. Omsorgsboligene er innflyttingsklare, og noen beboere har allerede flyttet inn i omsorgsboligene. [Halden kommune.](#)

Fordypning:

- » Slagsvold, B. & Solem, P.E. (2005) [Morgendagens eldre – en sammenligning av verdier, holdninger og atferd blant morgendagens eldre](#) NOVA Rapport 11/05. Oslo: Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring.



Et omsorgssenter trenger ikke bare å være åpent for dem som bor og arbeider der. For mange lokalsamfunn kan omsorgssenterets fasiliteter og tilbud også gi de øvrige innbyggerne et rikere liv. Sportslige og kulturelle arrangementer blir en bedre opplevelse med flere til stede.

4. Planlegg for alle på samme sted

Å være i kjente omgivelser er viktigere jo eldre man blir. Et botilbud for eldre bør ta hensyn til at behovet for hjelp endrer seg over tid. Det bør være mulig å bli boende på samme sted selv om helsen svikter og omsorgsbehovene øker. I dag er åtte av ti beboere på sykehjem personer med demens. For denne gruppen er behovet for stabilitet ekstra viktig. Endrede og ukjente omgivelser vil bidra til dårligere livskvalitet, og helsetilstanden kan forverres. Stabilitet og ro vil øke livskvaliteten. Ved å lage fleksible omsorgsløsninger hvor de eldre kan bo permanent på samme sted, kan kommunen bidra til at omsorgsbehovet blir mindre.

Eksempler:

[Bråta bo- og aktivitetssenter, Nedre Eiker kommune](#) er en institusjon med langtids- og kortidsplasser. I tilknytning til hovedbygget er det laget en "landsby" med omsorgsboliger og et dagsenter for personer med demens. Boligene er delt inn i forskjellige kategorier ut i fra den enkeltes behov. På den måten kan de eldre få ulik type hjelp på samme sted, avhengig av hvilket behov de har. Senteret har sambruk av omsorgsboliger, aktivitetsbygg, kulturaktiviteter, servicefunksjoner og trim. De samarbeider på tvers av det offentlige og private, med gamle og unge, frivillige og beboere. Senteret har sin egen "Rullator Avenue" og er samlingssted på tvers av alder og funksjoner. Ansatte har redusert sykefraværet. [Bråta bo- og aktivitetssenter](#).

Kartlegg beboernes nåværende og framtidige behov

Bo- og tjenestetilbud for innbyggere med spesielle behov betyr store investeringer. Klare mål, tverrfaglig kompetanse, samarbeid og en god planprosess er viktig. Kartlegging av beboernes behov og analyse av hvordan behovene vil utvikle seg, er også nyttig investering.

Eksempler:

Aktiv omsorg på [Alvehaugen, Ulstein kommune](#). Mottoet er skreddersydde tjenester med vekt på respekt og trivsel både for brukere, pårørende og ansatte. Her er det sykehjemplasser, omsorgsboliger, rehabilitering, sykehus og kapell i samme kompleks med faste aktiviteter, underholdning i kafeen, kulturdager og sansehage med fugler og dyr. Stikkord er en samlet og integrert omsorg og hjelp til selvhjelp. [Alvehaugen, Ulstein kommune](#).

Trolla seniorboliger, Trolla, Trondheim. Et non-profit pilotprosjekt med sterk brukermedvirkning. Tett samarbeid mellom framtidige beboere, nærmiljøet, arkitekt Svein Skibnes, SINTEF Byggforsk, NTNU og Husbanken. Prosjektet er et privat initiativ, planlagt i nabolaget der de framtidige beboerne bor og har sitt nettverk. Seniorboligene blir del av ny plan for områdeutvikling av Trolla. [SINTEF .NTNU. Seniorboliger i Trolla, Beboermedvirkning \(2007\)](#).

Fordypning:

- » Ressurscenteret for omsorgssektoren etablert som stiftelse av Helse- og omsorgsdepartementet og KS i 1989. RO bistår kommunene med utvikling av omsorgstjenestene med brukeren i sentrum. Fokus er utvikling av nye boformer, særlig for eldre med stort pleiebehov. Erfaringene er at de fysiske rammene, særlig når funksjonsnivå svekkes, er av vesentlig betydning for opplevelsen av livskvalitet og verdighet. For mer informasjon om RO, besøk [hjemmesiden](#).
- » Nye generasjoner av eldre. Denne rapporten tar for seg spørsmål om nye generasjoner av eldre kan tenkes å bli annerledes enn det dagens eldre er. Slagsvold, B. & Solem P.E. (red).; [Morgendagens eldre- En sammenligning av verdier, holdninger og atferd blant dagens middelaldrende og eldre](#) (2005). NOVA- rapport 11/05. Oslo: Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring.
- » Boligplaner og boligønsker. Fyhn, A.B., Ytrehus, S. (2006). [Bufast, Bjørvika og Benidorm - Boligplaner og boligønsker for eldre år](#). Fafo-rapport 511, Oslo: [Institutt for arbeidslivs- og velferdsforskning](#)
- » Omsorgsscenarier. Hovedoppgaven [Seniorland - omsorgsscenarier for de nye gamle](#), skrevet av Steinar Barstad(2006), presenterer tre omsorgsscenarier om morgendagens eldres preferanser og behov. Scenario 1: Helsevesenet overtar ansvaret for eldreomsorgen, og det blir satset på helseforskning, kompetansebygging og teknologi. Scenario 2: Konsumentenes og entreprenørenes eldorado. Scenario 3: Omsorgsfellesskapet – om aktiv aldring, deltakelse, fellesskap og nettverksbygging på tvers av generasjonene.
- » Fokus på de meget eldre 75+ undersøker ulike bomiljøer for eldre, i et helhetsperspektiv ut fra behov, alder og livsstil. Det vises til eksempler på ulike måter å organisere bomiljøer og modeller fra Danmark, Europa og USA. Eriksen, Aa., Skousbøll, K.(2006). [Fokus på de meget eldre 75+](#). København: Center for Bolig og Velfærd.
- » Scenarier for fremtidens boliger. Instituttet for fremtidsforskning. (2004). [Bag facaden: Scenarier for fremtidens boliger til ældre mod 2014](#). København: Instituttet for fremtidsforskning.

Kulturell stimuli gir rekreasjon og inspirasjon.

Eksempler:

[Haram omsorgssenter – Ingebrigt David - huset](#). Samarbeid mellom kommunen, som trengte et nytt omsorgssenter, og det private næringslivet, som trengte et nytt kjøpesenter, førte til at omsorgstilbudet ble plassert midt i kjøpesenteret. Også kommunens kulturhus er integrert i bygget. [Haram omsorgssenter – Ingebrigt David - huset](#).

[Kirkens Bymisjon](#) legger stor vekt på å tilby beboerne i sine sykehjem musikalske og kulturelle opplevelser. De forteller historier om passive eldre som ikke lenger kan gå, men reiser seg, går eller danser når de trekkes med i "ønskekonsert", sang, dans og andre kulturelle opplevelser. [Kirkens Bymisjon](#).

Fordypning:

[Den kulturelle spaserstokken](#). Mange kommuner, deriblant Tromsø, har god erfaring med tilskudd fra Den kulturelle spaserstokken som bidrar økonomisk til ulike former for kulturaktiviteter for brukere av kommunale tjenester. Tilskuddsordningen kan bidra til å flytte fokus fra "det syke" til å bevare og stimulere "det friske". Samspill mellom de frivillige og det offentlige gir gjensidig nytte og inspirasjon. [Den kulturelle spaserstokken](#).

Eldre med minoritetsbakgrunn.

Fleksibilitet og åpenhet for endringer og justeringer av tjenestetilbud, er nødvendig for å gjøre tilbudet tilgjengelig også for dem med minoritetsbakgrunn. Tilgangen til møtesteder er en viktig funksjon for eldre fra etniske minoriteter. Først og fremst fordi de ofte har liten tilgang til det norske storsamfunnet (Nergård 2008).

Fordypning:

- » Nergård, T.B. (2009) [Mangfoldig omsorg - Tre innvandrergupper forteller om sine forventninger til alderdommen](#). NOVA- rapport 16/ 09. Oslo: Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring.
- » Nergård, T.B. (2008) [Eldre innvandreres bruk av pleie- og omsorgstjenester - Rapport fra fem norske storbykommuner](#). NOVA- rapport 10/ 08. Oslo: Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring.

Omsorgsboliger for demente

Fordypning:

- » [Nasjonalt kompetansesenter for aldring og helse](#).
- » **Nasjonalt kunnskapssenter for helsetjenesten** har utarbeidet rapport om [Botilbud for personer med demens](#). I kunnskapsoppsummeringen gjennomgås vitenskapelige studier om hvilke elementer i utforming av bomiljøet (arkitektur og design) som har effekt på demente. Rapport nr 11-2009.
- » **Sansehager for demente** er designet og tilrettelagt for å fungere best mulig i forhold til hvilke behov demente pasienter har. Hagen ligger ofte i tilknytning til et dagsenter eller et sykehjem, og skal hjelpe beboerne til å stimulere sansene. [Hagesleskapet.no](#).
- » Berentsen, B.D., Eek, A, Grefsrød, E.E. (2007). *Sansehager for personer med demens – utforming og bruk*, Tønsberg: Forlaget Aldring og helse.

Masteroppgaver om omsorgsboliger for personer med demens

Studenter fra Høgskolen i Buskerud har skrevet masteroppgave om boliger for personer med demens.

- » 1.) Om flytting fra hjemmet til skjermet enhet for demens, ektefellers opplevelser / Linn Hege Førstund (2009) Last ned her: [Jeg har mistet min kjære for andre gang](#) (pdf).
- » 2.) Om bemannede omsorgsboligers muligheter for realiseringen av et godt liv for personer med demens sett i et livsløpsperspektiv / Signe Tretteteig (2009) Last ned her: [Omsorgsboliger – et godt hjem for personer med demens?](#) (pdf).
- » 3.) En undersøkelse om demensutredning i kommunehelsetjenesten med fokus på kartlegging av egenskaper ved hjemmet / Kirsten Langåsdaalen (2009) Last ned her: [Hjemmets plass i demensutredningen](#) (pdf).



Stabilitet, trygghet og tilknytning bidrar til bedre helsetilstand for de eldre. Å få bo på samme sted, uavhengig av endrede omsorgsbehov, vil gi bedre livskvalitet.

5. Skap omgivelser som stimulerer til aktive eldre

Det som har aller mest effekt på eldres helse, handler ikke om omsorg i tradisjonell forstand. Sosial aktivitet, fysisk aktivitet og deltakelse på kulturelle arrangementer bidrar vel så mye til å holde folk i god form og til at de holder seg friske lenger. Omgivelser, utseende og utforming av bygninger har stor betydning for hvordan alle mennesker opplever livet sitt. Å tenke alternativt i forhold til hvem som skal arbeide med de eldre, kan også gi god helsemessig gevinst. I flere kommuner er det ansatt kulturarbeidere og pedagoger i eldreomsorgen. De kan ta hensyn til andre deler av mennesket, og skape et rikere liv for dem de arbeider med. Dette er særlig viktig for personer med demens.

Eksempler:

Haram kommune trengte nytt omsorgssenter og et nytt kulturhus. Samtidig hadde COOP behov for nye butikklokaler. Gjennom et spleiselag ble Ingebrigt David-Huset til, og med et stort kjøpesenter i samme bygning som omsorgs- og kultursenteret. Samlokaliseringen har gitt et funksjonelt flerbrukshus som fungerer som møtested for alle generasjoner. Beboerne i omsorgsboligene kan blant annet ta heisen fra boligen sin og ned til kinoen i etasjen under. [Les mer om Ingebrigt Davik-Huset.](#)

Les om Bråta bo- og aktivitetssenter (punkt 2) og Tysværtunet aktivitets- og omsorgssenter (punkt 1).



Det er ikke bare helsepersonell som kan bidra til å gi eldre bedre helse. Å involvere andre yrkesgrupper, frivillige og ungdom kan gjøre tilværelsen på omsorgssenteret rikere for både ansatte og beboere.

Fordypning:

- » Helseeffekter av arkitektur. En kartlegging fra Kunnskapssenteret fastslår at helseeffekter av arkitektur og design kan måles. Dette kan bidra til å skape et relevant og pålitelig bilde av hvordan arkitektur og design kan brukes som helsebringende virkemiddel. Rapporten ble bestilt av Norsk Form høsten 2006 og kan lastes ned på Kunnskapssenterets [hjemmeside](#).
- » Helse og boligens utforming. Et tverrvitenskapelig europeisk forskningsprosjekt fra Lunds Universitet i Sverige, konkluderer med at forholdet mellom en persons funksjonelle kapasitet og miljøets utforming har betydning for helsen. Forskningsprosjektet viser at objektive og subjektive aspekter ved hjemmemiljøet har sammenheng med eldre opplevelser av helse, uttrykt gjennom selvstendighet, delaktighet og velvære. [Sammendrag om ENABLE- AGE prosjektet](#) og [ENABLE-AGE sine hjemmesider](#).
- » Estetikk som kilde til helse. Estetikk og helse (2009) gir en innføring i hva estetikk er, hvilke estetiske områder som har betydning for helse og trivsel.
- » Caspari, S. Estetikk og helse.(2009). Fagernes: Cappelen Akademisk forlag.
- » Estetikk og velvære. Estetikk og velvære; rom, sted og helse i historisk sammenheng og erfaringsbaserte studier av omgivelsenes betydning.
- » Gjengedal, E., Schiøtz, A. & Blygstad, A. (Red.) Arkitektur i tid og rom, (2008) Oslo: Cappelen Akademisk forlag.
- » Bli boende i egen bolig? Socialstyrelsen i Sverige har laget rapporten " [Trappan mellan kvarboende och flytt](#)" om hvilke fysiske rammer som spiller inn i forhold til at eldre kan fortsette å bo i egen bolig.
- » Eldre i en brytningstid. Våre holdninger og politisk vilje kan tilrettelegge for at de eldre skal bevare sin verdighet og ikke føle seg funksjonshemmet fordi de har nedsatt bevegelighet og et svekket sanseapparat. T. Bjerkreim, G. Eilertsen & R.Nord (Red.) (2005) Eldre i en brytningstid. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- » Universell utforming skal inngå i all planlegging og i utforming av bygg og anlegg. Regjeringens handlingsplan for universell utforming og økt tilgjengelighet heter " [Norge universelt utformet 2025](#)". Handlingsplanen støtter ny diskriminerings- og tilgjengelighetslov, ny plan- og bygningslov, og annen ny lovgivning.
- » Nasjonalt utviklingsprosjekt med universell utforming. 17 pilotkommuner har deltatt i et nasjonalt utviklingsprosjekt, hvor universell utforming er brukt som strategi for å skape lokalsamfunn med god tilgjengelighet, men også likeverd, deltakelse og valgfrihet for alle. Det foreligger en rapport med erfaringer og anbefalinger fra prosjektperioden (Miljøverndepartementet, 2009). [Universell utforming som kommunal strategi](#).

6. Skap trivsel og arbeidsglede blant de ansatte

Omsorg som tar vare på hele mennesker, blir også en rikere oppgave for dem som skal utføre den. Trivsel og arbeidsglede påvirker helsen til dem som arbeider i omsorgssektoren. Det kan hindre stort sykefravær og at nødvendig helsepersonell forsvinner fra yrket. Omgivelsene påvirker ikke bare dem som bor på et omsorgssenter, men også dem som arbeider der. Sentral beliggenhet med nærhet til offentlig transport og tjenestetilbud er attraktivt også for potensielle arbeidstakere. Våre erfaringer viser at ansatte med annen fagbakgrunn, eksempelvis kulturarbeidere og pedagoger, øker trivselen blant de ansatte. Innholdet i jobben endrer seg og utvider omsorgsbegrepet slik at arbeidet oppleves som mer meningsfullt og spennende.

Eksempler:

Trivsel blant de eldre gir trivsel blant de ansatte. Hemmeligheten bak god omsorg kan være å bytte ut fokus på rutiner og overdreven vasking med mer hygge, slik de har gjort på Øyane sykehjem i Stavanger. Øyane sykehjem i Stavanger kommune mottok Kommunal Landspensjonskasses (KLP) arbeidsmiljøpris i 2007. [Les artikkel om Øyane sykehjem.](#)

Sentral beliggenhet øker trivselen blant de ansatte, viser erfaringer fra Danmark. Det gjør det også lettere å rekruttere personell. Se [Greve kommune](#), Danmark.

Fordypning:

- » Ansattes holdninger og beboernes hverdagsliv. [St. meld. nr. 25](#) (2005–2006) Mestring, muligheter og mening slår fast at de fysiske rammene legger sterke føringer for organisering, drift og innhold av omsorgstjenestene. Mange kommuner bygger fortsatt tradisjonelle sykehjem med lange korridorer og lite areal for sosialt samvær. Omgivelsenes utforming påvirker også de ansattes holdninger og fagutøvelse, beboernes verdighet og hverdagsliv.
- » Farger har betydning. Omsorgsideologi, organisasjon, arbeidsmiljøets ergonomiske forutsetninger og estetiske uttrykk har betydning for helsearbeidernes arbeidstilfredshet. Studier bekrefter at omgivelsenes utforming har betydning både for ansatte og pårørende. Blant annet økte besøksfrekvensen ved at omsorgsavdelinger fikk nye farger på veggene. Wijk, H., Färgers betydelse för en stöjande miljö (2008), I Møller, K. & Knudstrup, M.A. (Red.), Trivsel i plejeboligen - en antologi om trivsel-faktorer i plejeboliger (s. 109-118), Odense: Syddansk universitetsforlag.



Mer hygge gir en rikere hverdag også for dem som arbeider i omsorgssektoren. Større variasjon i arbeidsoppgaver kan bidra til å redusere sykefraværet til de ansatte.

7. Bruk ny teknologi

Det utvikles mye ny og god teknologi som kan bidra til å gi et bedre omsorgstilbud til de eldre. Blant annet kan ny teknologi gi hjemmeboende eldre bedre mulighet til å varsle og forebygge ulykker, og på den måten får de eldre større trygghet og sikkerhet. Teknologi kan også gi eldre mulighet til å bo hjemme og ta vare på seg selv lenger, slik mange ønsker. Det kan også gi kommuner mulighet til mer omsorg for pengene. Men teknologi kan aldri erstatte menneskelig nærhet og omsorg. Teknologi må derfor brukes med varsomhet slik at det ikke skal gå ut over hensynet til de eldre.

Fordypning:

- » Innovasjon i helsesektoren. [Innomed](#) er et nasjonalt kompetansenettverk for behovsdrivet innovasjon i helsesektoren, og arbeider blant annet med prosjektet; [Fremtidens eldreboliger](#).
- » Internasjonalt nettverk for Eldres Helsetjenster. [IAHSA](#) er en ideell organisasjon med en medlemsmasse som globalt representerer over 15 000 eldreinstitusjoner.
- » Bruk av smarthusteknologi kan forebygge og varsle ulykker og gi beboerne økt trygghet og selvstendighet (St.meld. nr.25). Deltasenteret har gjennomført et prosjekt som har vurdert muligheter og kostnader ved installering i eksisterende boliger (Helsedirektoratet, 2004). [Smarthusteknologi - Planlegging og drift i kommunale tjenester](#).
- » [Teknologirådet](#) lanserte i 2009 rapporten "[Fremtidens alderdom og ny teknologi](#)". Teknologi som supplement til morgendagens omsorg. Her er også anbefalinger til Storting og Regjering om hva som kan gjøres for å få en god omsorgsteknologi inn i kommunenes omsorgstjenester. Rapporten, anbefalingene og debattpakken med framtidsscenarioer kan lastes ned [her](#).



Ny teknologi til bruk i forbindelse med omsorg for eldre kan både gjøre tilbudet bedre og mer effektivt. Bruk av teknologi kan frigjøre tid til mer menneskelig kontakt mellom omsorgsarbeidere og de eldre, og må ikke være en erstatning for dette.

Historien bak de 7 gode råd

I desember 2005 fikk Helse- og omsorgsdepartementet en søknad om å opprette et landsomfattende tverretattlig nettverk som skulle arbeide med å utvikle gode bolig- og omsorgstilbud i kommunene. Avsender var Norsk Form. Initiativtaker var Annichen Hauan, seniorrådgiver og ansvarlig for arbeidsområdet. Hun har lang erfaring med tverrfaglig arbeid og pilotprosjekter, og søkte på bakgrunn av flere henvendelser og spørsmål om det fantes et sted der kommunene kunne hente informasjon om hvordan de skulle utvikle gode bo- og omsorgstilbud for sine eldre.

– Søknaden ble godt mottatt. Vi fikk beskjed om å levere forslag til tekst som skulle inn i den nye Stortingsmeldingen. Og – for første gang ble omgivelsenes betydning i omsorgssektoren vektlagt. Opprinnelig var det ikke et ord om dette i Stortingsmelding nr. 25 (2005–2006), den såkalte Omsorgsmeldingen. Men Norsk Form, Husbanken og andre har for lengst slått fast at hvis man ikke tenker helhet allerede på planstadiet, også når det gjelder omsorgsboliger, er det vanskelig å få til gode løsninger. Tomtevalg har stor betydning. Det nytter ikke å komme løpende når reguleringsplanen er ferdig, sier Annichen Hauan.

Så ble Omsorgsmeldingen lagt fram, med et eget avsnitt om arkitektur og designs betydning for livskvalitet og helse knyttet til boliger og institusjoner i helse- og sosialsektoren. Videre ordlyd i meldingen var: "Norsk Form er i gang med tverrfaglig prosjektarbeid om forholdet mellom fysiske omgivelser og helse, med støtte fra Helse- og omsorgsdepartementet. Prosjektet knyttes til boliger og institusjoner i helse- og sosialsektoren".

Pengene kom på plass. Alle landets kommuner fikk tilbud om å delta. Tromsø, Melhus, Trondheim, Ulstein, Flora, Bærum, Larvik, Stord, Stavanger, Hamar, Kongsberg, Rissa og Moss meldte sin interesse. Nettverket ble etablert. Med representanter fra store og små kommuner med ulikt næringsgrunnlag, spredt over hele landet. Privat deltaker i nettverket er Kirkens Bymisjon.

Alle deltakere i nettverket har fått faglig og kreativ hjelp til å utvikle egne bolig- og omsorgsplaner. Et av kravene for å delta var at det fra før av eksisterte internt samarbeid på tvers av etatene innad i kommunen. Alle måtte forplikte seg til å delta på nettverksmøter to ganger i året, og møtene alternerte mellom kommunene. I tillegg dekket kommunene selv sine møteutgifter, pluss en avgift på kr 15.000 til Norsk Form for drift av nettverket.

– Ideer, tanker, andres erfaringer og egne omsorgsplaner har vært lagt fram og diskutert. Dette har vært veldig spennende og lærerikt for alle. Den store fordel er jo å kunne inspirere og lære av hverandre. Det viktigste er å nå fram til alle landets kommuner, videreformidle kunnskap og gi inspirasjon til nye veier når det gjelder tilbud for eldre, sier Annichen Hauan.

Nettverkets mål framover er å presentere en samlet strategi og inspirere andre lokalsamfunn til å utvikle egne omsorgstilbud for eldre, tilpasset lokale forutsetninger og behov.