



Alvesta  
kommun

Alvesta kommun

# Senior- och äldreprogram

**PROGRAM** PLAN POLICY RIKTLINJE

Beslutat av: Kommunfullmäktige, KF § 9/2024  
Beslutsdatum: 2024-03-19.  
Gäller från och med: 2024-03-19  
Giltighetstid: Gäller från beslutsdatum till och med 2026-12-31  
Dokumentet gäller för: Alvesta kommunkoncern  
Ansvarig för uppföljning: Berörda nämnder och bolag  
Diarienummer: KS 2024-00015



# Alvesta kommuns styrdokument

Våra styrdokument kan vara av två huvudtyper, aktiverande och normerande. Aktiverande dokument syftar till förändring och utveckling och anger på så sätt hur vi ska agera för att nå ett visst resultat. Normerande dokument reglerar befintlig verksamhet och talar om hur vi ska förhålla oss till en given situation.

## Aktiverande

Aktiverande dokument syftar till förändring och utveckling. De förklarar vad vi vill åstadkomma och utformningen av uppdraget.

**Program** – Anger långsiktiga ambitioner och viljeinriktningar.

**Plan** – Anger konkreta åtgärder, tidsramar och ansvar.

## Normerande

Normerande dokument berör hur vi utför befintlig verksamhet, till skillnad från aktiverande vars uppgift är att bryta nya vägar.

**Policy** – Anger kommunens principer eller inriktning i en viss fråga.

**Riktlinje** – Anger absoluta gränser och skrakrav.



## Innehållsförteckning

<b>Inledning .....</b>	<b>3</b>
<i>Syfte</i> .....	3
<i>Målgrupp</i> .....	3
<i>Ansvar för att nå syftet</i> .....	4
<b>Aktivt och hälsosamt åldrande .....</b>	<b>5</b>
<b>Ett självständigt liv genom bra bostäder och tillgängliga miljöer .....</b>	<b>6</b>
<b>God omsorg, vård och stöd.....</b>	<b>7</b>
<b>Referensmaterial .....</b>	<b>9</b>



## Inledning

Förbättrad folkhälsa, högre utbildningsnivå, förbättrade arbetsvillkor och medicinska framsteg bidrar till att vi lever allt längre och har förutsättningar för fler friska år. Det leder också till att allt fler personer lever med minst en kronisk sjukdom och ju äldre vi blir desto fler olika sjukdomar lever vi med samtidigt. Vår livssituation och våra olika förutsättningar som människor påverkar också vårt behov av stöd på äldre dagar. Utifrån hur vi formar samhället kan vi stärka hälsa, välbefinnande och förebygga ohälsa hos olika grupper av äldre kvinnor och män.

Samtidigt som medicinska och tekniska framsteg, ny kunskap om metoder och arbetssätt skapar bättre förutsättningar gör det också uppgiften mer komplex. Samhällets stöd till äldre behöver utvecklas i takt med samhällsutvecklingen.

I Alvesta kommun kommer såväl antalet som andelen 80 år och äldre att öka markant de kommande 10 åren. Det är den åldersgrupp som har allra störst behov av samhällets tjänster.

## Syfte

Programmet anger inriktningen för Alvesta kommuns arbete med att skapa god livskvalitet och en trygg välfärd för kommunens äldre invånare i enlighet med Alvesta kommuns Vision 2027. Syfte är att skapa en gemensam grund och målbild för det fortsatta arbetet.

Programmet gäller för samtliga nämnder och bolag inom kommunen utifrån respektive nämnds ansvar för målgruppen. Samtliga ska, var för sig och i samverkan där så är möjligt, arbeta för att erbjuda kommunens äldre invånare:

- Ett aktivt och hälsosamt åldrande
- Ett självständigt liv genom bra bostäder och tillgängliga miljöer
- En god omsorg, vård och stöd

När det står Alvesta kommun i detta program avses hela kommunkoncernen.

## Målgrupp

Målgruppen för detta program är Alvesta kommuns äldre och seniorer, det vill säga personer som är 65 år och äldre. Det är en stor målgrupp med ett brett spektrum av olika



förutsättningar vilket innebär att behoven inom gruppen varierar stort. Den breda målgruppen ställer därför stora krav på de som ska besluta om och skapa förutsättningar för ett gott och hälsosamt åldrande.

Kommunens stöd bör sträva efter jämlikhet mellan olika grupper och jämställdhet mellan kvinnor och män.

## **Ansvar för att nå syftet**

Samtliga aktörer inom Alvesta kommun som möter målgruppen har ett ansvar, utifrån dess förutsättning och ansvarsområde, att följa intentionen i detta program. Där så är möjligt bör samverka med andra aktörer ske för att på bästa sätt kunna nå programmets syfte.

Det är upp till varje berörd aktör inom Alvesta kommun att bestämma hur programmet ska implementeras samt följas upp i de delar som avser den egna verksamheten.

Kommunfullmäktige har det övergripande ansvaret för uppföljning av programmet innan mandatperiodens slut.



## Aktivt och hälsosamt åldrande

Det naturliga åldrandet går inte att undvika, men det går att främja och bevara hälsan långt upp i åldrandet genom förbyggande och tidiga insatser.

Vetenskapen visar att ett förebyggande arbete och tidiga insatser har en positiv effekt på folkhälsa och livskvalitet även upp i höga åldrar. Det finns fyra områden som är speciellt viktiga i det sjukdomsförebyggande och hälsofrämjande arbetet för äldre personer. Dessa områden kallas de fyra hörnplarna för ett gott åldrande och består av social gemenskap, meningsfullhet, fysisk aktivitet och goda matvanor.

Några specifika utmaningar kopplade till de fyra hörnplarna som kommunkoncernen behöver arbeta med är ofrivillig ensamhet, psykisk ohälsa, missbruk med särskilt fokus på risk- och intensivkonsumtion av alkohol, undernäring och skador och dödsfall till följd av fallolyckor.

Studier visar att ofrivillig ensamhet och social isolering är jämförbart med att ha dåliga levnadsvanor. Detta ökar risken för såväl psykiska problem, som för att utveckla hjärt-kärlsjukdomar, stroke och demens. Kultur och aktiviteter bidrar generellt till människors möjlighet att känna sammanhang, kunskapsutveckling och ökad livskvalitet.

Psykisk ohälsa i form av depression, ångest och sömnsvårigheter i takt med stigande ålder är ett annat folkhälsoproblem. Undersökningar visar även att både risk- och intensivkonsumtion av alkohol ökar i gruppen över 65 år. Denna utveckling bidrar till en ökad ohälsa bland sköra och multisjuka med en ökad förekomst av diagnoserna psykisk störning och beteendestörning.

Ett allvarligt folkhälsoproblem bland äldre är skador och dödsfall orsakade av fallolyckor. Det finns mycket den enskilde kan göra själva för att förebygga risken att falla. Undernäring bland äldre lyfts många gånger som ett dolt problem där för lite eller fel mat kan ha lika stora konsekvenser som fel läkemedel för någon som är gammal eller sjuk. Det handlar om att äta näringsriktig kost, träna balans och styrka och att ha kunskap om sina mediciner. En viktig del i det förebyggande arbetet är att sprida kunskap om vad den enskilde själv kan göra för att minska risken att falla.



Alvesta kommun ska, som en del i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet, verka för att erbjuda aktiviteter och upplevelser samt möjligheter till social gemenskap för målgruppen.

Alvesta kommun ska verka för att främja ett gott åldrande genom insatser som ger stöd till hälsosamma livsval och levnadsvanor.

Alvesta kommun ska verka för att genom hälsofrämjande insatser minska fallskador bland äldre.

## **Ett självständigt liv genom bra bostäder och tillgängliga miljöer**

Trygga fysiska miljöer och fler alternativ för boende är en förutsättning för att kunna leva ett självständigt liv långt upp i åldrarna.

Bostäder med bra tillgänglighet och närhet till relevant service minskar behovet av stöd från andra delar av välfärden. Äldre personer önskar oftast bo kvar i sitt närområde. Det behövs därför ett behov av en variation och geografisk spridning av tillgängliga bostäder i kommunen. För äldre personer är även bostadens och närmiljöns tillgänglighet mycket viktig.

Bra bostäder och attraktiva boendemiljöer för seniorer och äldre personer är en viktig faktor för att kunna arbeta med andra områden som lyfts i detta program, exempelvis att den äldre ska kunna leva ett självständigt liv.

Vi lever längre och andelen äldre i befolkningen ökar vilket ställer krav på framkomlighet för alla i samhället och tillgängliga miljöer som tar hänsyn till olika personers förmågor. Bra livsmiljöer och en bra tillgänglighet är en del i ett hållbart samhälle som ger förutsättningar för en åldrande befolknings möjligheter att kunna delta i samhällslivet och behålla sin självständighet.

Alvesta kommun ska verka för att kunna erbjuda varierande boendeformer till seniorer och äldre.



Alvesta kommun ska verka för att det finns tillgängliga miljöer och bra framkomlighet till mötesplatser, välfärdstjänster och annan samhällsservice.

## God omsorg, vård och stöd

En god omsorg, vård och stöd utgår från individens specifika behov, möjligheter och förutsättningar.

Omsorgen, vården och stödet ska vara inriktat på att stärka den enskildes möjlighet att leva ett självständigt liv genom att stärka det friska och komplettera med stöd där behoven inte kan tillgodoses av den enskilde själv eller av någon annan. I varje möte med oss ska den äldre och dess anhöriga uppleva trygghet och tillit. En viktig faktor för trygghet är delaktighet, inflytande och en god kontinuitet i omsorgen, vården och stödet. Kontinuitet handlar exempelvis om att så få personal som möjligt utför insatser hos den enskilde, att stöd ges på lika sätt oavsett vem som kommer och att stödet ges ungefär vid samma tid varje gång.

Omsorgen, vården och stödet ska fortsätta att utvecklas och följa såväl samhällsutvecklingen som behoven hos dagens och morgondagens äldre. Våra arbetssätt behöver utvecklas, exempelvis med fler digitala verktyg och välfärdsteknik, för att säkerställa möjligheten att på sikt kunna fortsätta ge en god omsorg, vård och stöd. Exempel på digitala tjänster som används idag är läkemedelsautomater, mobila trygghetslarm, digital trygghetstillsyn och digitala lås.

Sveriges kommuner och regioner, SKR, och staten har träffat en överenskommelse om att vidareutveckla den nära vården. Målet för omställningen är att skapa en god, nära och samordnad vård och omsorg som främjar jämlik hälsa.

Anhöriga står för en väsentlig del av stöd, hjälp och omvårdnad till närstående som inte längre klarar sig själva. En stor del av dessa personer är själva i arbetslivet, vilket många gånger påverkar deras egen hälsa och möjlighet till fritid och fungerande arbetsliv. Trots detta är det många gånger positivt såväl för den anhörige som för den som behöver stödet och omsorgen att hon eller han kan bo kvar hemma. Den ökande medellivslängden innebär också att antalet äldre sammanboende personer i hög ålder ökar. Två som hjälper varandra klarar sig oftast betydligt längre än ensamboende.





Alvesta kommuns ska verka för att omsorgs-, vård- och stödinsatser ska vara självständighetsstärkande och kompletteras med stöd där behovet inte kan tillgodoses av den enskilde själv eller av närstående.

Alvesta kommun ska verka för att välfärdsteknik används för att öka den enskildes trygghet, delaktighet och självständighet och minska behovet av omsorg, vård och stödinsatser.

Alvesta kommun ska verka för ett närmare samarbete med Region Kronoberg inom ramen för den nationella överenskommelsen samt för att utveckla kommunens del av den nära vården.

Alvesta kommun ska verka för att tillhandahålla lämpliga insatser till anhöriga och deras närstående som utgår från deras behov och önskemål.



## Referensmaterial

Sveriges kommuner och regioner (2022), rapporten *Leva livet ut! Hälsa, vård och omsorg till äldre – så ställer vi om för att möta framtiden*.

<https://skr.se/skr/tjanster/rapporterochskrifter/publikationer/levalivetut.66822.html>

(hämtat 2023-06-15)

Sveriges kommuner och regioner (2023), positionspapper *Stöd till hälsa och välbefinnande, vård och omsorg om äldre personer*.

<https://skr.se/skr/tjanster/rapporterochskrifter/publikationer/positionspapperstodtillhalsaochvalbefinnandevardochomsorgtillaldrepersoner.70074.html> (hämtat 2023-06-15)

Statistiska centralbyrån (2022), *Efter 60 – en beskrivning av äldre i Sverige*.

[https://www.scb.se/contentassets/c4ac9fb5ad10451aab0885b7160de9b0/be0701\\_2022\\_a01\\_br\\_be51br2202.pdf](https://www.scb.se/contentassets/c4ac9fb5ad10451aab0885b7160de9b0/be0701_2022_a01_br_be51br2202.pdf) (hämtat 2023-06-15)

Socialstyrelsen (2023), *Vård och omsorg om äldre, lägesrapport 2023*.

<https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/ovrigt/2023-3-8444.pdf> (hämtat 2023-06-15)

Socialstyrelsen (2023), *Tillståndet och utvecklingen inom hälso- och sjukvård och tandvård, lägesrapport 2023*.

<https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/ovrigt/2023-3-8446.pdf> (hämtat 2023-06-15)

Folkhälsomyndighetens webbsida, Hälsosamt åldrande.

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/halsa-i-olika-grupper/halsosamt-aldrande/> (hämtat 2023-06-01)