

Søknad om støtte til forprosjekt «Aktivitetspark» ved Tjønnsenteret

Tjønnsenteret sto ferdig september i 2002. En arbeidsgruppe med politikere, ansatte og brukerrepresentanter hadde jobbet i over seks år før det ble en realitet.

De kommunale tjenestene har forandret seg fra 70 årene fram til nå. Nå står vi midt i utfordringer med økende antall eldre, flere spreke eldre, flere med pleiebehov. Tilbudet med hjemmehjelp og hjemmesykepleie har økt, vi har flere tilrettelagte boliger. Flere brukergrupper med svingende behov for kommunens tjenester. Flere som ønsker å bo i sitt eget hjem så lenge som mulig.

Brukeren skal stå i sentrum, helsearbeideren står som den som forener det faglige og det medmenneskelige; han skal være kreativ, fleksibel, omsorgsfull. Han skal være den beste «treneren» så alle får plass på laget - i et livsløp med de muligheter som mennesket fortjener til å opprettholde et aktivt liv så lenge som mulig.

Tjønnsenteret skulle ikke inn i rollen som en «oppbevaringsinstitusjon». Men være et hus for alle med bistandsbehov. Yte pleie og omsorg i rette doser, med fokus på den enkeltes funksjon og ressurser, ikke fokus på funksjonshemming.

Tjønnsenteret skulle samle all tverrfaglig kompetanse på et sted, samlokalisering av omsorgsboliger, langtids- og korttidsplasser, rehabiliteringsplasser og avlastningsplasser. I tillegg til fysioterapitjeneste, ergoterapitjeneste, dagsenter, psykiatritjeneste og base for hjemmebasert omsorg.

Per d.d. huser Tjønnsenteret, 20 plasser for langtidspasienter og skjermet avdeling med 20 plasser samt kontorer og betjening og 15 omsorgsboliger. I tillegg til ergoterapitjenesten, deler av fysioterapitjenesten, dagsenter for daglig 13 personer, base for hjemmesykepleien, fotpleie, frisør, Kongsheim med 10 korttidsplasser/avlastningsplasser/rehabiliteringsplasser i eget hus rett ved siden. Ny kommunal barnehage et steinkast ifra.

På kjøkkenet lages mat til alle, så vel sykehjem som hjemmeboende, og vi har egen kantine for ansatte og besøkende.

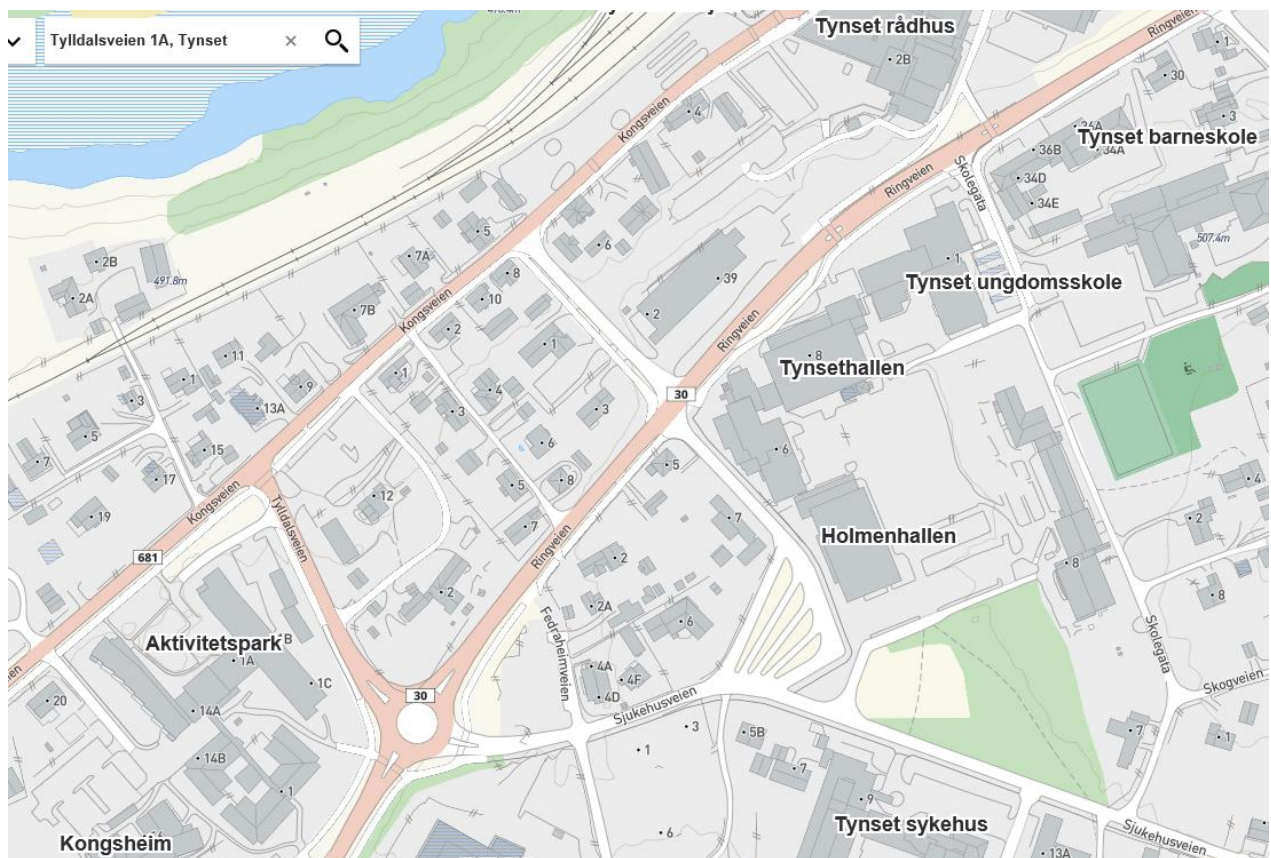
Med en felles personalbase ville vi få større fagmiljø, samvær, samarbeid og hygge. Et hus med liv og røre, et aktivt eldresenter der alle skal kunne ha mulighet til å opprettholde sin evner og verdier. Tjønnsenteret er bygd med tanke på nærhet til sentrum. Det skal tilhøre et aktivt og pulserende liv, nærhet for pårørende, besøkende, avbrekk fra stressende butikkrunder.

Utfordringen nå med stadig flere med hjelpebehov, en kommuneøkonomi som tilsier at vi i framtiden ikke må øke den enkelte brukers avhengighet, men styrke innhold og mening i livet- og egenomsorg. Vi må forebygge fremfor å reparere. Vi ønsker å øke den fysiske aktiviteten og skape et sosialt treffpunkt for mange av kommunens innbygger, flere av innbyggerne vil komme nærmere målet til Helsedirektoratet om minst 150 min ukentlig med

fysisk aktivitet og to dager i uka med styrketrening. Redusere tid sittende i ro. Økt ansvar for egen helse.

Som et ledd i denne visjonen ønsker vi derfor å skape en aktivitetspark for personer i alle aldre sentralt i Tynset kommune..

Ved å anlegge en aktivitetspark med fri tilgang for folk i alle aldre kan vi bidra til økt aktivitet for brukergruppene som nevnt ovenfor, samtidig vil vi kunne øke besøk fra barnehager og hjemmeboende. I tillegg til å benytte seg av aktivitetsparken vil besøkende kunne benytte seg av kantina ved Tjønnsenteret. Vi ønsker å skape en sosial og inkluderende arena der trening, lek og aktivitet står sentralt. Videre vil vi ha en universiell utforming, slik at parken blir et tilbud for folk i alle aldre uansett alder og funksjonsnivå. Dette vil gi økt aktivitet på senteret og være i tråd med kommunens folkehelsestrategi:



Et aktivitetsfremmende samfunn krever at mange krefter virker sammen i alle sektorer og på alle forvaltningsnivåer. Dette forutsetter et samspill mellom mange aktører. Statlige virkemidler og tiltak skal bidra til å skape gode rammebetingelser for et helhetlig folkehelsearbeid med vekt på økt fysisk aktivitet. Samtidig må både fylke og kommune bidra på sine ansvarsområder. På samme måte må frivillige organisasjoner og privat sektor bli invitert til å bidra på sine områder i samspill med det offentlige.

Alle innbyggere i Tynset kommune skal ha mulighet for:

- ✓ Aktiv fritid
- ✓ Aktiv hverdag
- ✓ Aktivt nærmiljø
- ✓ Aktiv etter evne
- ✓ Sammen for fysisk aktivitet
- ✓ Et bedre kunnskapsgrunnlag
- ✓ Unngå sosiale helseforskjeller

For beboerne som ikke selv er i stand til å trene vil det være en aktivitet å følge med på de menneskene som faktisk trener, en fase i livet hvor det å se på, sanse er hovedaktivitet. Og økt aktivitet med besøk av barnehager, pårørende, andre innbyggere og besøkende vil skape økt aktivitet ved senteret.

Det vil derfor være av stor betydning hva en aktivitetspark her vil by på av fasiliteter, hvilke muligheter den har til å mange økt livskvalitet, og egenomsorg, en mulighet til å opprettholde funksjonsnivå. Ikke minst er det viktig at parken når målet med økt aktivitet for mange og blir noe «alle vil besøke».

Vi ønsker å involvere frivillige lag og foreninger, for eksempel Lions, LHL og Frivilligsentralen, Pensjonistforening og sammen skape denne parken. Dette fordi vi ser at i fremtiden må vi i enda større grad øke samarbeid mellom offentlig og frivillige lag og organisasjoner for å kunne klare å opprettholde gode helsetjenester ut til alle beboere i kommunen med en stadig mindre pott å fordele av. Derfor er det viktig å engasjere og skape blest for å involvere de som per d.d. ikke har noe forhold til Tjønnsenteret.

For at frivillige lag og organisasjoner skal få et eierforhold og være med å planlegge parken ønsker vi å reise på befaring sammen for å se lignende anlegg, og i neste omgang sammen planlegge hvordan vi kan lage best mulig park for Tynset kommune sine innbyggere. Dette er et «uvanlig anlegg».

I den anledning ønsker i å søke på midler til et forprosjekt. Disse midlene vil vi bruke til å innhente informasjon og som sagt besøke lignende anlegg å høste erfaringer og innhente informasjon, og sammen skape en felles målsetting og plattform for en evt aktivitetspark.

Vi ser for oss å reise på besøk til Melhus kommune som har et lignende anlegg midt i sentrum, de har sagt seg villige til å ta imot besøk og informere oss om sin erfaring. Røros kommune har anlagt en park ved sykehjemmet, som fungerer som en sansehage også for barnehager og beboerne ved sykehjemmet. I Halså kommune har de anlagt et parkmiljø med flotte treningsapparater som står til fri bruk for innbyggerne i kommunen.

Med en ekskursjon med nøkkelpersoner vil vi sammen kunne danne grunnlaget for å bygge en park som kan fungere som aktivitetsarena ved Tjønnsenteret, og Tjønnsenteret kan i enda større grad fremstå som «en bry seg om stasjon».

Målet med forprosjekter er:

- Å få ideer og erfaringer til hvordan vi kan skape en «annerledespark» på Tynset med mye aktivitet.
- Finne egnede apparater til vårt formål, ikke lett å skade seg, lett å bruke, lite vedlikehold, hva gjør vi om vinteren i fht snø, tak?, nå mange brukergrupper, enkle apparater
- Få med oss mange frivillige, skape et eierforhold til aktivitetsparken.

Vi ønsker tips og råd fra deg!!

Hvordan ønsker du at det skal være å komme på Tjønnsenteret, enten som fremtidig beboer, besøk til beboere, som pårørende, på dagsenteret, med mer. Hva slags ønsker har du i fht aktivitetsmuligheter?

Alle forslag mottas med takk😊

Skriv forslaget ditt ned og legg det i kassen- eller send en mail til sissel.bolstad@tynset.kommune.no