

Trygghet Puls Inkludering Optimisme

Tynset kommunes eget motto

Våre tanker om fremtidas demensomsorg på Tynset.

***Trygghet** for alle eldre i kommunen er viktig om du er frisk, eller har behov for ett eller flere av kommunens helsetilbud, om det er midlertidig eller permanent. Det er spesielt viktig å ha trygge og kjente rammer, og med fast personale rundt seg for de som er demente.*

Strategiene og tiltakene i Demensplan 2020 skal bidra til å sette demensutfordringer på dagsorden i kommunenes ordinære planarbeid.

Målet er å sikre langsiktig og helhetlig planlegging av lokalsamfunn og omgivelser, samt dimensjonering og kvalitetsutvikling av tjenester til et økende antall personer med demens og deres pårørende

Bolig og fysiske omgivelser utover de generelle krav til universell utforming av boliger og nærmiljø, taler dokumentasjon for at små, tilrettelagte boenheter med hjemlig miljø og få beboere har gunstig effekt på personer med demens.

Enkel utforming og særpreg på hvert rom fremmer rom- og stedsans. Korte ganger og korridorer gir få veivalg. Bevisst bruk av farger og kontraster gir ifølge forskning færre katastrofereaksjoner og lavere medikamentbruk (Dalsbø et al 2014).

For å unngå at bomiljøet forsterker sykdomsutviklingen og reduserer mestringsvevnen, bør det legges vekt på slike forhold både ved tilpasning av egen bolig og utbygging av omsorgsboliger og sykehjem

Puls og liv i en demenslandsby med et torg og aktivitetssenter i midten. Det hadde vært drømmen. En sansehage og erindringsstue med minner fra årtidene som er gått. Dette burde være mulig på den gamle barnehagetomta vis a vis Tjønnesenteret.

Kommentert [MLA1]:

Optimale rammebetingelser for personer med demens defineres i Demensplan 2015 (videreføres til demensplan 2020) som små bogrupper i et oversiktlig fysisk miljø med få beboere (fire til åtte personer) og et stabilt personale med nødvendig kompetanse. Det bør være direkte tilgang til tilrettelagt uteareal og det bør legges til rette for sosialt fellesskap.

Oppsummering av nyere forskning på området viser at smått fortsatt er godt (Landmark et. al 2009, Gonzalez og Kirkevold 2014). I motsetning til de gamle, store og uegnede institusjonsbyggene, er små, hjemlige og oversiktlige boenheter med direkte tilgang til uteareal assosiert med mindre uro, angst og depresjon og bedre orienteringsevne, mobilitet og sosial kontakt. Dette gir igjen lavere bruk av medikamenter. Smått er godt - konseptet gir imidlertid ikke bare et gunstig bomiljø for personer med demens og kognitiv svikt, men også for andre brukergrupper med behov for heldøgns helse- og omsorgstjenester og tilrettelagte botilbud.

Mange boenheter for personer med demens hevder at det å få tilgang til en egen sansehage har bidratt sterkt til livskvalitet for beboerne.

Sansehager gir muligheter for multiple sansestimuli; syn hørsel, lukt, smak og berøring. Videre bør hagen gi muligheter for å bevege seg både på gangveier (helst asfalterte) og på gress og kanskje på noe ulendt terreng, noe som gir muligheter for å trene balansen. Regelmessige gåturer kan styrke muskler og blodsirkulasjon, og virke positivt på fordøyelse og matlyst.

***Inkludering** av pårørende, skoleklasser (som helse og omsorgslinja, kokk-, Idrett-, snekkerlinja ,elevbedrifter) og frivillige til å drive en liten kafe, en kiosk og tilrettelagt lett aktivitet. Barnehagene kan komme innom og hilse på, og ta matpakka si på torvet sammen med de eldre. Dyr er også hjertelig velkomne.*

Mulighetene er uendelige!

Mange har et behov får å føle at de bidrar i samfunnet. Og flere av våre aktive eldre er allerede engasjert gjennom frivilligsentralen, pensjonistforeninger, bygdekvinnelag, hagelag og som besøksvenner.

Tenk på hva vi kunne ha fått til sammen.

Tilrettelagt bolig innebærer først og fremst at avdelinger og bofellesskap har rom for aktiviteter og direkte tilgang til tilpasset uteareal. Det bør være mulig for personen å bevege seg mest mulig fritt, både inne og ute. En tilrettelagt bolig bør derfor primært ligge på bakkeplan og ha direkte tilgang til sansehage eller annet tilrettelagt uteareal som gir mulighet for fysisk og sosial aktivitet.

Bevaring av frihetsfølelsen og mestring er viktig også for dem som rammes av demens.

Optimisme *for fremtida har vi massevis av! Vi har tro på at våre politikere velger en fremsynt løsning til det beste for våre demente og deres pårørende. Vi regner med at nasjonale føringer for demensomsorg følges.*

Med en demenslandsby i liten eller større skala på nevnte tomt, med utsikt over tynsetbygda og utsyn til Tron, der skulle det ha vært godt å bo.

I nærhet til sentrum, frisør, tannlege og sykehus.

Vi på Tjønnsenteret er gode på demensomsorg. Dagens tilværelse er den beste vi kan ha. Vi trives i våre omgivelser, på våre små tilrettelagte enheter, og med flotte tilknyttede hager. Vi går turer i nærområdet med de som vil, sommer og vinter. Barnebagene og frivillige kommer jevnlig innom med kaker, sang og musikk.

Men vi drømmer om sansehage og demenslandsby, og nå kan muligheten komme.

Vi håper tanken ikke er for voldsom, men at ideen kan spire og gro.

Alle skal vi forhåpentligvis bli gamle en dag, og flere vil i fremtida bli dement. Til da har vi et håp om at demensomsorgen er enda bedre og omgivelsene trygge og inkluderende med et pulserende liv og full av optimisme. Grunnlaget er vi gjerne med på å forme!

Helse og omsorg



Folketall [per 4. kvartal 2018]

5 591 innbyggere

Mottakere av hjemmetjenester 67-79 år

101,6 per 1000 innbygger [per 2017]

Antall plasser i helse- og omsorgsinstitusjoner

54 plasser [per 2018]

Forventet utvikling

Befolkning i 2030

6 013 innbyggere [per 2030]

Befolkning i 2040

6 534 innbyggere [per 2040]

Kilde SSB

Vennlig hilsen oss på Skjermet avdeling, Tjønnsenteret.