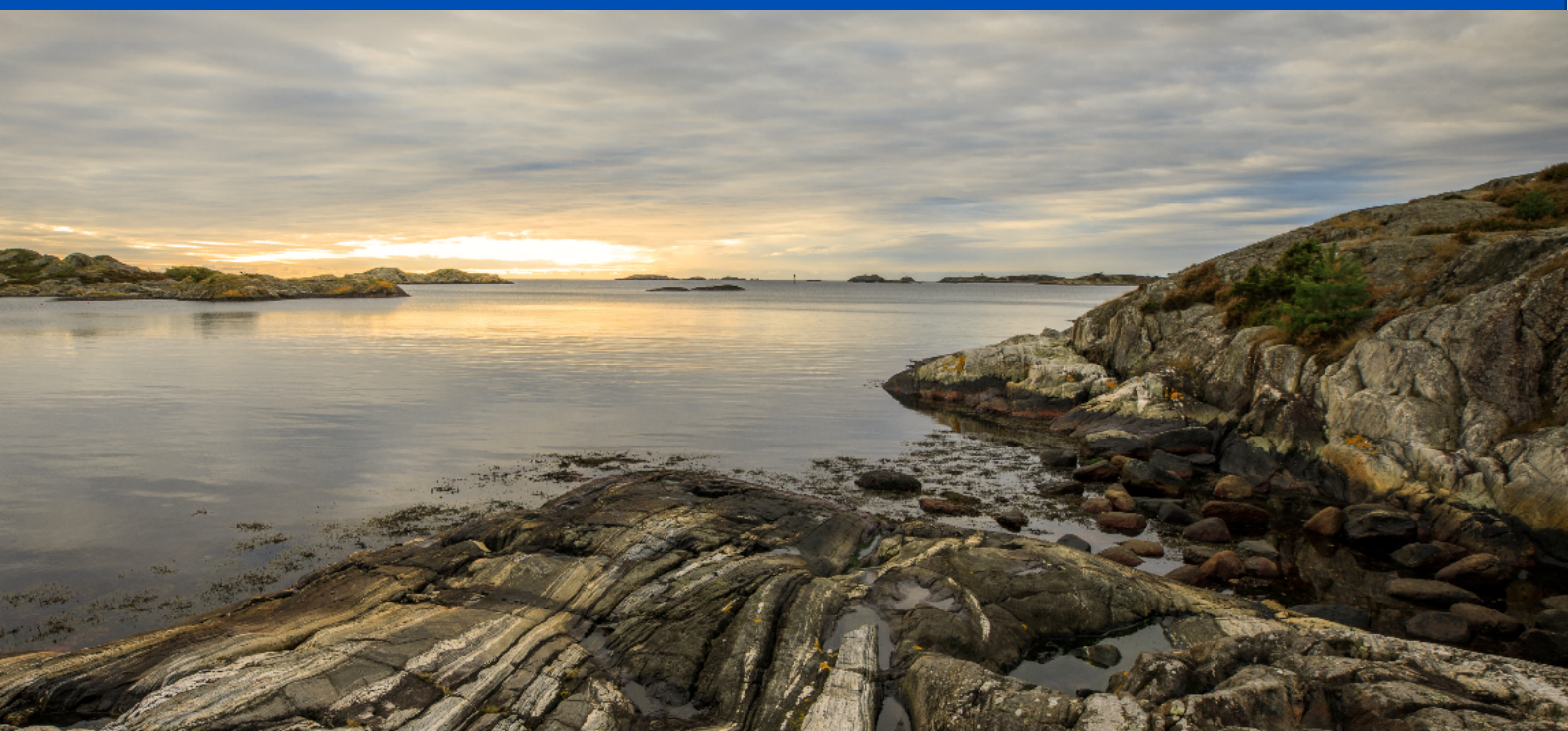




Grimstad



Aktivitetsplan 2025 – 2028

For hjemmeboende med demens

2025 - 2028

Vedtatt i kommunestyret 06.02.2025

Innhold

1. Innledning	3
1.2 Brukere	3
1.3 Bakgrunn	4
1.2 Kriterier for drift av aktivitetstilbud	5
2. utfordringer	5
2.1 Transport	5
3. Formål med aktivitetstilbud til hjemmeboende	6
3.1 Kompetanse	6
3.3 Hukommelsesstimulerende terapi	7
HST (Hukommelsesstimulerende terapi)	7
4. Faglig forsvarlighet og dokumentasjon	7
5. Økonomi	8
5.1 Egenbetaling	8
5.2 Økonomisk gevinst	8
6. Kommunale aktivitetstilbud	9
6.1 Mål og tiltak	11
7. Veien videre	13
8. Kilder	14

1. Innledning

Å utføre aktivitetene en trenger og ønsker, gir følelse av selvstendighet og mestring. Slike aktiviteter kan være knyttet til ulike områder, for eksempel husholdning, fysisk aktivitet og sosiale aktiviteter. Vansker med å utføre daglige aktiviteter kan påvirke muligheten til å ivareta eget nettverk og delta i samfunnet.

Personer med demens kan i denne fasen ha tiltakende problemer med å ta initiativ til eller organisere aktiviteter eller huske avtaler. Det trengs ikke så mye hjelp, men hjelpen kan ha stor betydning for personens livskvalitet.

Fra 1. januar 2020 vil kommunene ha en lovfestet plikt til å tilby dagaktivitetstilbud til hjemmeboende personer med demens. Ifølge Helsedirektoratet (2018) bør dagaktivitetstilbud for personer med demens tilby meningsfulle aktiviteter som deltagerne kan mestre, og ha fokus på deltakernes ressurser og interesser, samt lokale forhold. Tilbudet kan for eksempel gis for å dekke deltagerens behov for aktivisering, tilsyn og omsorg, oppfølging av ernæring, personlig assistanse, eller som avlastning for pårørende. Innhold og formål i tilbudet vil kunne variere, både ut fra hvilket bistandsnivå de som skal motta tilbudet har og lokale forhold.

Aktivitetstilbud er et tiltak langt nede i innsatstrappen som kan bidra til at personer kan bo hjemme lengre og oppleve læring og mestring.

Ifølge helse- og omsorgstjenesteloven § 3-2 skal kommunen tilby dagaktivitetstilbud til hjemmeboende personer med demens. Dagaktivitetstilbudet bør inneholde både sosiale, kognitive og fysiske stimulerende aktiviteter.

Dagaktivitetstilbudet som tilbys skal bidra til å ivareta deltakerens funksjoner i dagliglivet, fremme livskvalitet og forebygge/reducere isolasjon og ensomhetsfølelse. I tillegg vil dagaktivitetstilbudet kunne gi en avlastende effekt og være til støtte for pårørende. Det er viktig med et variert aktivitetstilbud som også inkluderer tilbud til yngre personer med demens, og personer med funksjonsnedsettelser.

Kommunene står foran store utfordringer de neste årene med et økende antall eldre og flere med behov for helsetjenester. Et godt og variert aktivitetstilbud med høy kvalitet og kompetanse kan bidra til at flere kan bo hjemme lengre med økt selvstendighet.

Kommunen har aktivitetstilbud også til andre innbyggergrupper innen habilitering og psykisk helse og rus. Tjenesten Arbeid og aktivitet kommer med en revidert felles aktivitetsplan høsten 2025

1.2 Brukere

Denne aktivitetsplanen har fokus på personer med demens i ulik alder og fase av sykdommen

1.3 Bakgrunn

Kommunens ansvar for tjenestetilbudet beskrives i kap.1 Formål og virkeområde i Lov om kommunale helse- og omsorgstjenester (hol):

1. forebygge, behandle og tilrettelegge for mestring av sykdom, skade, lidelse og nedsatt funksjonsevne,
2. fremme sosial trygghet, bedre levekårene for vanskeligstilte, bidra til likeverd og likestilling og forebygge sosiale problemer
3. sikre at den enkelte får mulighet til å leve og bo selvstendig og til ha en aktiv og meningsfylt tilværelse i samvær med andre
4. sikre tjenestetilbudets kvalitet og et likeverdig tjenestetilbud,
5. sikre samhandling og at tjenestetilbudet blir tilgjengelig for pasient og bruker, samt sikre at tilbudet er tilpasset den enkeltes behov,
6. sikre at tjenestetilbudet tilrettelegges med respekt for den enkeltes integritet og verdighet og
7. bidra til at ressursene utnyttes best mulig.

I tillegg skal kommunene ha tilbud om støttekontakt(fritidskontakt) og avlastningstiltak (kap.4 hol).

Tidlig innsats og aktiv brukerrolle er to av målene og strategiene i Kommunedelplan for Helse og omsorg 2014-2026; *Fra passiv hjelp til aktiv mestring*.

Ifølge Regjeringen er aktivitetstilbud en av de fem viktigste omsorgsutfordringene og legger opp til «Aktiv omsorg» som en hovedstrategi for framtidens omsorgstjenester. En slik strategi vil kreve større faglig bredde i omsorgssektoren med flere faggrupper og økt vekt på kulturtiltak, sosialpedagogikk, ergoterapi, fysioterapi og sosialt arbeid («Aktiv omsorg – sentral del av et helhetlig omsorgstilbud»; Helse- og omsorgsdepartementet; Rundskriv 2007).

I kvalitetsreformen «Leve hele livet» (Stortingsmelding 15 2017/2018) står det blant annet under kapittelet om aktivitet at fysisk, sosial og kulturell aktivitet skal være tilpasset den enkeltes interesser, ønsker og behov.

Aktivitetsplan for personer med demens må sees i sammenheng med demensplanen for 2025 – 2028. Der hvor demensplanen i all hovedsak handler om demens generelt, utfordringer og muligheter, vil aktivitetsplanen omhandle de tilbud og muligheter som aktivitet gir. Aktivitetsplanen vil derfor være et godt supplement til demensplanen, og sikre at de føringer som demensplanen gir, følges tett opp av et godt aktivitetstilbud med bakgrunn i aktivitetsplanen.

Kommunen arbeider aktivt med å tilrettelegge for et mer modulbasert tilbud der deltakere kan delta i ulike aktiviteter, på ulike lokasjoner i Grimstad kommune. Dette vil være tilbud som i større grad ivaretar de mange ulike interessene til personer med demens, slik som befolkningen for øvrig. Fysisk aktivitet vil være et viktig satsingsområde i den modulbaserte tilnærmingen. En modulbasert tilnærming til aktivitet skaper flere treffsteder for likesinnede personer, noe som gir den enkelte innbygger mer mestring, og økt livskvalitet.

1.2 Kriterier for drift av aktivitetstilbud

For å sikre kvalitet, gevinster og et tilpassede aktivitetstilbud for eldre hjemmeboende og for personer med demens i Grimstad kommune må tilbudene oppfylle kriterier.

Aktivitetstilbud for hjemmeboende personer med demens er lovpålagt. Dette er en tjeneste som det må søkes om via forvaltning og koordinering hvor behov for aktivitetstilbud kartlegges. Dersom kartleggingen viser at behov vilkårene for å få aktivitetstilbud er oppfylt får den enkelte innbygger en avgjørelse om rett på det. Når det gis aktiviteter til personer med demens kreves fagkompetanse og tjenesten skal oppfylle dokumentasjonskravet i henhold til lovverket.

2.Utfordringer

Vi blir stadig eldre. Det tyder på bedre helse og på mange måter bedre liv. Samtidig gir det utfordringer for bærekraften i våre velferdsordninger. I tiårene fremover vil andelen eldre i befolkningen øke kraftig. Det vil isolert sett trekke opp utgifter til helse- og omsorgstjenester og pensjoner og gi lavere sysselsetting og dermed svekke skattegrunnlagene. Veksten i pensjonsutgifter har allerede skutt fart, mens veksten i utgiftene til pleie- og omsorgstjenester først ventes å tilta etter 2030, når andelen av befolkningen over 80 år tar seg markert opp.

Langsiktige utfordringer som følge av en aldrende befolkning - regjeringen.no

Flere bor hjemme lengre og behovet for avlastningstilbud på kveld og helg er økende.
Antall personer med demenssykdom i Grimstad er i følge demenskartnorge ca. 450 i 2025.

Det er behov for en markant økning i antall aktivitetstilbud de neste årene.

Personer med demens etter aldersgruppe	2025	2030	2040	2050
30-64	10	10	10	10
65-69	9	10	12	11
70-74	58	65	81	80
75-79	97	90	108	138
80-84	110	156	169	219
85-89	109	147	204	268
90+	87	108	226	297
Totalt	480	586	810	1023

Tall hentet fra aldring og helse/demenskart norge

2.1 Transport

Tilgang til transport er en forutsetning for at flest mulig kan benytte seg av aktivitetstilbudene.

Brukere av dagtilbud har tilbud om transport til og fra aktivitetstilbud inkludert i betalt egenandel.

Deltagerne på treningsgruppene som ledes av frivillige må selv besørge transport.

Deltagerne på treningsgruppene som ledes av fysioterapeut får rekvirert taxi ved behov og betaler for denne opptil frikort 1 grensen.

3. Formål med aktivitetstilbud til hjemmeboende

Formålet med aktivitetstilbud til eldre hjemmeboende er å gi brukerne en meningsfull hverdag, sosialt samvær, trivsel, god ernæring, fysisk aktivitet og trygghet. Det skal gi styrke til å mestre livet med sykdom og funksjonsnedsettelse og gjøre dem i stand til å være selvstendige lengst mulig.

Aktivitetstilbudet skal bidra til å vedlikeholde og øke funksjonsnivået slik at brukeren kan bo hjemme lengst mulig.

Det er viktig at kommunen har et variert tilbud for å nå flest mulig. Brukere av aktivitetstilbudene har ulike utfordringer og behov og kommunen må tilby et variert tilbud. Det legges opp til et mer modulbasert aktivitetstilbud i årene som kommer, dette gir større valgfrihet og plass til flere i løpet av en uke.

Personer med demens bør få tilbud om daglig fysisk aktivitet, individuell tilrettelegging og veiledning slik at de så langt som mulig kan følge de nasjonale rådene om fysisk aktivitet. Voksne og eldre som i utgangspunktet er lite fysisk aktive, vil ha en betydelig helsegevinst av daglig fysisk aktivitet og å begrense tiden i ro. Fysisk aktivitet kan foregå gjennom daglige aktiviteter, enkle øvelser som å reise seg og sette seg på en stol, gå i trapper eller på tur i nabolaget. Voksne og eldre som ikke kan følge rådene på grunn av nedsatt funksjonsnivå eller en sviktende helse, anbefales å være så fysisk aktive som evne og helsetilstand tillater. ([Miljørettede tiltak og aktiviteter ved demens - Helsedirektoratet](#))

3.1 Kompetanse

Kompetanse er en viktig forutsetning for god kvalitet og tilpasset oppfølging av brukere ved aktivitetstilbudene. Personer med høgskoleutdanning – sykepleier, lærer/pedagog, fysioterapeut, ergoterapeut, sosionom, vernepleier kan bidra med viktig kompetanse på de ulike tilbudene; både direkte mot brukerne og som veiledere for andre faggrupper.

Fagarbeidere og aktivtører har kompetanse til å drifte dagsentertilbud.

Ansatte på dagsentrene bør ha Demensomsorgens ABC samt kurs i HST (se 6.1).

Fagområder som vil være nyttige å ha på de ulike aktivitetstilbudene er:

- Helsefremmende arbeid
- Miljøarbeid
- Veiledning
- Demens
- Psykisk helse
- Motiverende intervju/samtale

- Biologiske aldringsprosesser
- Aktivitet og trening for eldre

I tillegg til faglig kompetanse bør det legges stor vekt på personlig egnethet og interesse.

En viktig omsorgsfilosofi som ansatte på aktivitetstilbudene bør ha kompetanse om er personsentrert omsorg.

Det grunnleggende i personsentrert omsorg er å bevare synet på personen med demens som en unik person gjennom hele sykdomsforløpet. Personsentrert omsorg fokuserer på de grunnleggende psykologiske behovene for tilknytning, trøst, identitet, beskjeftigelse og inklusjon, hvorav alle er nært knyttet til hverandre, og springer ut av det altomfattende behovet for kjærlighet (Tretteteig og Røsvik 2016).

Tjenester av god kvalitet sikres gjennom gode systemer for personsentrert omsorg, med faglig kompetente medarbeidere som møter den enkelte med respekt og verdighet, og som kan omsette pålitelig kunnskap til god praksis. Kognitiv svekkelse eller høy alder forringer ikke ens verdi som menneske. Man er fullverdige personer med følelser, relasjoner til andre og med sin særegne livshistorie. Personsentrert omsorg er å ta hensyn til hvordan personen med demens opplever sin situasjon og verden rundt seg.

Pårørende og helsepersonell erfarer at kartlegging av den sykes livshistorie og forhåndssamtale er nyttige verktøy for å sikre et godt samarbeid. Erfaringene viser at når personalet aktivt bruker livshistorien til den enkelte og har god faglig kompetanse, vil dette gi god personsentrert omsorg og livskvalitet for den enkelte.

I tråd med anbefalingen om personsentrert omsorg og behandling til personer med demens, skal tiltak være tilpasset personens interesser, behov og ressurser og justeres på bakgrunn av endringer som følge av demensutviklingen.

([Miljørettede tiltak og aktiviteter ved demens - Helsedirektoratet](#))

3.3 Hukommelsesstimulerende terapi

HST (Hukommelsesstimulerende terapi)

HST bygger på «Cognitive Stimulation Therapy – CST» som er en evidensbasert metode utviklet i England og som har vist seg å ha effekt på hukommelse og generell livskvalitet hos personer med demens. HST benytter ulike aktiviteter for systematisk å stimulere kognisjonen hos personer med mild og moderat grad av demens/kognitiv svikt.

4.Faglig forsvarlighet og dokumentasjon

I følge helsepersonelloven §39 har den som yter helsehjelp plikt til å føre journal. «Med helsehjelp menes enhver handling som har forebyggende, diagnostisk, behandlende, helsebevarende, rehabiliterende eller pleie- og omsorgsformål og som utføres av

helsepersonell» (Helsepersonelloven §3). Aktivitetstilbudene i Grimstad kommune har forebyggende og helsebevarende formål og kommer inn under dokumentasjonsplikten. Behov for aktivitetstilbud vurderes og vedtak fattes før oppstart. Det er viktig å dokumentere brukernes utvikling og se dette i sammenheng med brukernes tiltaksplan i Gerica. Dette er viktig for at ansatte ved andre avdelinger hvor brukerne har tjenester skal kunne følge brukers utvikling, nytte og glede av tilbudet. Tiltaksplanene skal evalueres kontinuerlig for å sikre at brukerne får god oppfølging. Dokumentasjonen sikrer god informasjonsflyt mellom de ulike tjenestenivåene. Kartlegging ved oppstart; «Hva er viktig for deg», samt oppfølging og evaluering vil gi grunnlag for et individuelt tilpasset tilbud. Det må være klare rutiner for samarbeid med pårørende. Eventuelle avvik må dokumenteres og følges opp i kommunens kvalitetssystem.

Riktig kompetanse på hvert aktivitetstilbud sikrer faglig forsvarlighet. Bruk av årshjul/semesterplan vil gi en større forutsigbarhet for brukere, pårørende og ansatte.

5. Økonomi

5.1 Egenbetaling

Egenbetaling for kommunens aktivitetstilbud følger kommunens prismatrise for egenbetaling.

Følgende aktiviteter har egenbetaling: Frivolltun, Feviktun, Berge Gård og Grimstad demensskole.

Sterk og stødig deltagere betaler egenandel pr.halvår.

Dette er ikke et rent kommunalt tilbud, men et tilbud som drives av frivillige med oppfølging av kommunal fysioterapeut.

Styrke og balansedeltagere betaler egenandel pr. halvår. Prisen er lav for ikke å ekskludere dem med minstepensjon. Deltakerne betaler for transport selv.

5.2 Økonomisk gevinst

Aktivitetstilbud er et lavterskeltilbud som krever lite ressurser sammenlignet med andre tilbud høyere i innsatstrappen. Et variert aktivitetstilbud kan styrke den enkeltes selvstendighet og utsette behov for andre kommunale tjenester som økt hjemmetjeneste og sykehjemsopphold.

Styrke og balansegruppe er et tilbud som kan favne mange brukere og gi god effekt. Dette kan tilbys istedenfor dagsenterplass for brukere som ikke trenger et tilbud en hel dag. Satsing på aktiv mestring, opptrening og bevaring av funksjon er viktig for å bevare selvstendigheten lengst mulig og utsette behov for andre tjenester.

Grimstad demensskole får elevene en skoledag som inneholder kognitiv trening, ADL – trening (aktiviteter i dagliglivet) og fysisk aktivitet. Resultater fra tilsvarende skoletilbud i

Danmark viser at elevene klarer seg lengre hjemme uten omfattende tjenester fra kommunen.

6. Kommunale aktivitetstilbud

Tilpassede aktivitetstilbud for hjemmeboende personer med demens i Grimstad kommune

Trinn 4 i innsatstrappen handler om meningsfull hverdag.

Når personer utfører aktiviteter som er viktig for den enkelte, gir det meningsfullt innhold i hverdagen, selvstendighet og følelse av mestring.

Personer med demens får økende behov for tilrettelegging og støtte for å opprettholde vante aktiviteter og for å holde kontakten med nettverket sitt.

Helse- og omsorgstjenestene kan spille en viktig rolle i å tilrettelegge for aktivitet, gjerne gjennom dagaktivitetstilbud.

[Aktivitet, nettverk og deltakelse - Veiviser demens](#)

Mål for trinn 4 i innsatstrappen:

I tillegg vil dagaktivitetstilbudet kunne gi en avlastende effekt og være til støtte for pårørende.

Dagaktivitet bør ha som mål om og utsetter behov for økt omsorg og pleie. Det kan bidra til å holde et lavt nivå i innsatstrappen.

Sikrer inkluderende og likeverdige tilbud gjennom å tildele tilrettelagte tjenester ut fra forhåndsdefinerte og tydelige kriterier. I noen tilfeller er det krav om vedtak for å sikre innbyggers rettigheter.



Foto: Helsepersonellkommisjonen viser til Agenda Kaupangs Helhetlig innsatstrapp og Ressurskalkulator | Agenda Kaupang

Link: <https://www.grimstad.kommune.no/tjenester/helse-omsorg-og-sosiale-tjenester/innsatstrappa/trinnene-i-innsatstrappa/>

Navn	Antall og brukergrupper
1. Aktivitetstilbud Fevikun	12 plasser man, tirs, ons og fredag, 8 plasser på torsdager. - Hjemmeboende personer med demens
2. Aktivitetstilbud Frivolltun	13 plasser - Hjemmeboende med demens
3. Aktivitetstilbud Berge gård	15 plasser dagtid - Hjemmeboende med demens
4. Aktivitetstilbud/miljøtiltak for beboere på Berge gård, Grom, Frivolltun og Fevikun	Ulike tilbud gjennom dagen, arrangert av aktivitører tilhørende tjenesten Omsorgssenter.
5. Grimstad demensskole	16 plasser - Hjemmeboende personer med demens i et tidlig forløp - HST anvendes
6. Styrke og balansegrupper	100 plasser 1 dag i uken hele året. 9 grupper. 1 time trening, 30 min. kaffepause. - Hjemmeboende med funksjonsnedsettelse med og uten kognitiv svik og tidlig demens.
7. Sterk og stødig	50 plasser fordelt på 4 grupper

	• Hjemmeboende 65+ med begynnende funksjonsnedsettelse • (Drives av frivillige instruktører med oppfølging av kommunal fysioterapeut.)
Antall årsverk i virksomhet Livsmestring:	12,33 årsverk (15 personer)

I tillegg til ansatte ved aktivitetstilbudene er det tilknyttet sjåfør ved Berge Gård og Feviktun som ikke er med i denne beregningen. De fleste ansatte ved aktivitetssentrene jobber 37.5 timers uke.

I tillegg til de kommunale tilbudene er det flere frivillige og ideelle organisasjoner som tilbyr aktiviteter; som Øygardens Institutt, Inn på tunet med flere. Her kan både private og kommune kjøpe tjenester.

6.1 Mål og tiltak

Hovedmål	Delmål	Tiltak
Aktivitetstilbud til innbyggere med demenssykdom	• Variert aktivitetstilbud • Tilpassede lokaler • Rett utstyr	• Øke aktivitetstilbud på dag samt utvide til kveld og helg • Samarbeid om aktivitet på tvers sektorer og med frivillige lag og foreninger • Videreutvikling av Grimstad demensskole • Sikre tilgang på nødvendig og variert utstyr, tilpasset aktivitetstilbudet • Tilby styrke og balansegruppe der det er mulig gjerne i samarbeid med lag/foreninger med egne lokaler
Riktig kompetanse og kvalitet på aktivitetstilbudene	• Alle tjenestene skal dokumenteres i kommunens EPJ. • Avvik behandles i kommunens kvalitetssystem • Tjenestene baseres på kunnskapsbasert praksis • Tjenestene stimulerer til økt livskvalitet hos brukere	• Strategisk og tverrfaglig kompetanseplan • Tilby kurs og opplæring: ABC –kurs, E-læring, fagdager, interne og eksterne kurs og opplæring m.m. • Fremme livskvalitet • Ha kompetanse på digitale verktøy • utviklingssenter jobber tverrfaglig og sørger for at helhetsbildet blir ivaretatt • Sikre kompetanse innen biologiske aldringsprosesser, aktivitet og trening for eldre

	• Ha tilstrekkelig og tilgjengelig bemanning med rett kompetanse • Ha tilstrekkelig og tilgjengelig spesialkompetanse • Et sunt arbeidsmiljø med mulighet for fagutvikling	• Alle ansatte kurses i bruk av HST • Tilby praksisplasser for elever og lærlinger • Tilby plasser for aktivitørlærlinger
Tidlig innsats, helsefremming og forebygging	• Satse på tidlig innsats, helsefremming og forebygging • Ha lavterskeltilbud • Avlastning til pårørende • Bo hjemme lengst mulig	• Samarbeid med brukerorganisasjoner og frivillige • Helsefremmende og forebyggende tilbud • Sikre avlastning for pårørende • Godt samarbeid med pårørende
Forvaltning og koordinering er koordinerende virksomhet	• Forvaltning og koordinering vurderer behov og fatter vedtak for aktivitetstilbud	• Gode og tydelige tildelingskriterier • God informasjon om de tilbudene som er tilgjengelige
God samhandling på tvers av tjenester, sektorer og med eksterne samarbeidspartnere	• Helhetlige og koordinerte tjenester • Forutsigbarhet og meningsfullt forløp av kommunens tjenester • Sikre gode overganger • Sikre god samhandling • Samarbeidsarenaer som bidrar til et kvalitativt godt og helhetlig tilbud	• Rask igangsettelse av tiltak • Sikre at brukere som har behov for det får treningstilbud fra fysioterapeut
Innovasjon	• Gode tjenester som nyttiggjør seg brukers ressurser og fremmer selvstendighet • Effektiv utnyttelse av ressursene	• Ta i bruk velferdsteknologi • Samarbeid med UiA og Senter for omsorgsforskning, sør
Gode transportordninger	• Tilbud om transport til og fra aktivitetstilbudene	• Tilpasset transporttilbud ut fra behov • Samhandling med andre transportordninger

Et aldersvennlig samfunns	• Et vennlig samfunn for alle • Fremme universell utforming • Fremme folkehelse • Fremme frivillighet	• Legge til rette for gode og rimelige møteplasser, aktivitet- og fritidstilbud tilpasset mangfoldet • Ha turløyper, lekeplasser, benker, handicapparkering m.m. som fremmer aktiv deltakelse i samfunnet • Informere om helsefremmende og forebyggende tilbud • Samarbeide med frivillige
---------------------------	--	---

7. Veien videre

Aktivitetstilbud er lavterskeltilbud som kan bidra til at personer kan bo hjemme lengre og oppleve læring og mestring. Aktivitetstilbudene i Grimstad kommune er i utvikling. Nytt tjenesteområde er etablert høsten 2024. Aktivitetstilbudene for hjemmeboende med demens, er flyttet fra tjenesten Rehabilitering og hjemmetjenester til det nye tjenesteområdet Arbeid og aktivitet. Her er de organisert sammen i virksomheten livsmestring. Livsmestring har ansvar for alle kommunale aktivitetstilbud til hjemmeboende i Grimstad kommune. Det jobbes med et variert tilbud for å nå flest mulig. Brukere av aktivitetstilbudene har ulike utfordringer og behov og kommunen må tilby et variert tilbud. Det legges opp til et mer modulbasert aktivitetstilbud i årene som kommer, dette gir større valgfrihet og plass til flere deltakere i løpet av en uke.

Fokuset vil være på større valgfrihet i aktivitetstilbud, økt fokus på fysisk aktivitet og personsentrert omsorg i den individuelle oppfølgingen.

Kommunen må i tiden fremover samarbeide tett med lag og foreninger for å sikre et større utvalg av aktivitet for personer med demens.

I henhold til innsatstrappen er det viktig å få frem det kommunen forventer at den enkelte skal ta ansvar for selv. Kommunen forventer at den enkelte tar vare på familie og venner, og bidrar til gode fellesskap og møteplasser for alle. Videre at den enkelte tar gode valg for egen helse – i dag og med tanke på framtiden.

Den enkelte innbygger må også oppsøke råd og veiledning for å mestre livet og daglige aktiviteter, slik at en kan bevare et selvstendig liv med gode hverdager. En må også planlegge for egen alderdom og tenke gjennom hvordan en kan ivareta livskvalitet og behovet for sosial kontakt, selv om alderen gir noen nye begrensninger.

Kommunen vil sikre at det tilrettelegges for aktivitetsarenaer for de som ikke evner å selvstendig sikre for egen fritid og sosiale aktiviteter. Kommunen vil også arbeide for å få frem de mange gode aktivitetstilbud gjennom lokale lag og foreninger som den enkelte kan benytte seg av, og oppsøke først i henhold til innsatstrappen.

Tjenesten Arbeid og aktivitet kommer med en revidert felles aktivitetsplan høsten 2025.

8. Kilder

- Lov om kommunale Helse- og omsorgstjenester; Helse- og omsorgsdepartementet 2013
- «Aktiv omsorg – sentral del av et helhetlig omsorgstilbud»; Rundskriv Helse og omsorgsdepartementet; I-5/2007
- «Ressursbruk og sykdomsforløp ved demens»; Corinna Vossius, Geir Selbæk, Arnt Egil Ydstebø, Jurate Saltyte Benth, Geir Godager, Hilde Lurås, Sverre Bergh. Alderspsykiatrisk forskningssenter, Sykehuset Innlandet, 2015.
- Kommuneplan samfunnsdel 2035
- «*Fra passiv hjelp til aktiv mestring*»; Kommunedelplan for Helse og omsorg Grimstad kommune, 2014-2026.
- «*Demensplan*» Grimstad kommune 2025-2028
- «*Enhetskostnader for dagsentertilbud*»; Corinna Vossius, Geir Selbæk og Hilde Lurås, Alderspsykiatrisk forskningssenter, Sykehuset Innlandet, år 2012
- «*Dagaktivitetstilbud til personer med demens*» Helsedirektoratet 2018, <https://www.helsedirektoratet.no/statistikk/statistikk/kvalitetsindikatorer/kommunale-helse-og-omsorgstjenester/dagaktivitetstilbud-til-personer-med-demens-og-kognitiv-svikt>
- «*Leve hele livet*»; St.melding 15 2017/2018, Helse- og omsorgsdepartementet
- Link til: [Planer for helse, omsorg og sosial](#)