



BÆRUM KOMMUNE

# Pårørendestrategi og pårørendekoordinator

Bærumskonferansen 2024

Vi – de pårørende

Regjeringens pårørendestrategi og handlingsplan





# Agenda

- Bærum kommunes pårørendestrategi med handlingsplan
- Tiltak i 2024
- Pårørendekoordinator- hva er det?



# Pårørendesamarbeid i Bærum kommune

## Mål:

- Bærum's innbyggere skal oppleve at de inviteres til samarbeid, blir involvert og får støtte i rollen som pårørende.
- Ansatte i Bærum er kjent med rutiner og systemer for å ivareta godt pårørendesamarbeid.

# Pårørendestrategi med handlingsplan

## **Involvering og medvirkning:**

- Organisasjon og ledelse
- Behov for system og rutiner
- Behov for økt kunnskap og bevisstgjøre holdninger

# Fire innsatsområder

- Ivaretagelse og støtte til pårørende
- Pårørendesamarbeid og involvering
- Barn og unge som pårørende
- Samarbeid med andre aktører

# Ti tiltak som igangsettes i 2024

- Pårørendekoordinator
- Informasjon
- Nettverk
- Kartlegging og oppfølging
- Møtearenaer

# Ti tiltak som igangsettes i 2024 forts...

- Forhåndssamtaler
- Hjemmesider
- Prosedyre *Barn som pårørende*
- Pårørenderåd
- Pårørendeundersøkelser

# Pårørendekoordinator- hva er det?

- Bidra til brobygging mellom pårørende og ansatte
- Bidra til at Bærums innbyggere skal oppleve at de inviteres til samarbeid, blir involvert og får støtte i rollen som pårørende
- Bidra til at ansatte i Bærum er kjent med rutiner og systemer for å ivareta godt pårørendesamarbeid
- Systematisere og sette fart på utvalgte tiltak i strategien
- Tilgjengeliggjøre total oversikt over tilbud til pårørende i Bærum





BÆRUM KOMMUNE





BÆRUM KOMMUNE

# Tjenestetildeling og forvaltning

Janne Nilsen

Enhetsleder, Aldring og mestring

Helèn Kristiansen

Avdelingsleder, Aldring og mestring

Bærumskonferansen 2024





# Vi gir råd og veiledning

# Vi forvalter helse- og omsorgstjenester i henhold til:

- gjeldende lover
- forskrifter og
- kommunale standarder.





## Tilby tjenester ut fra behov:

- Lavterskeltilbud
- Aktivitetsbaserte tjenester
- Hjemmebaserte tjenester
- Rehabiliteringstjenester
- Tjenester i institusjon
- Tjenester i døgnbemannet bolig
- Avlastningstjenester
- Sykehjem



BÆRUM KOMMUNE



# Involvering av pårørende

om god praksis.



# Koordinerende Enhet

Sikre helhetlige og koordinerte tilbud.

Omfatter alle brukergrupper med behov for langvarige og koordinerte tjenester.





BÆRUM KOMMUNE

# Koordinator / barnekoordinator

Sikre mer sammenhengende og bedre koordinerte tjenester.

Barnekoordinator retter større oppmerksomhet mot familiene





BÆRUM KOMMUNE







BÆRUM KOMMUNE

# Visningssenteret

## Atri-X

Mari Ågren





BÆRUM KOMMUNE



## På Atri-X kan innbyggere og ansatte:

- Prøve hjelpemidler
- Få informasjon
- Se hvilke muligheter som finnes
- Finne løsninger som kan gjøre hverdagen enklere

Åpent tir-fre 10-15

Torsdag: 10-18

480 12 581

[Atri-x@baerum.commune.no](mailto:Atri-x@baerum.commune.no)

Claude Monets Allé 21



## Medisinerings- støtte

Evondos

Et tilbud til innbyggere  
I Bærum Kommune



## Småhjelpemidler

Det finnes mange  
praktiske

småhjelpemidler til  
hverdagen



## NAV

Viser frem mange  
produkter du kan få via  
NAV

# Hva vi viser frem på Atri-X

Fokus på mestring av egen hverdag  
Eks. Syn, hørsel, bevegelse  
og Hukommelse

- Produkter som er en del av velferdsteknologitilbudet I Bærum kommune
- Produkter du kan kjøpe selv
- Produkter du kan få fra NAV ved behov



BÆRUM KOMMUNE

# Fysio- og ergoterapitjenesten

Desiree Fredstad Lagerström  
Bærumskonferansen 2024





# Tjenesten leveres av seks ulike avdelinger

- Oppfølging på institusjon
- Teambasert oppfølging i hjemmet
- Særfaglig oppfølging i hjemmet
- Særfaglig og tverrfaglig oppfølging i barnehage, skole og helsestasjon
- Fysikalsk oppfølging ved 26 institutter i kommunen
- Rehabiliteringsopphold ved Altea



- **Oppfølging på institusjon**

- Fem ulike sykehjem med langtidsplasser*

- Tilbud på Stabekk Helsehus, Lønnås Helsehus og Mariehaven*

- Døgnrehabilitering Lønnås (Oksen øya)*

- Dagrehabilitering på Lønnås (Oksen øya)*

- Rehabilitering ved Altea- Spania*

- **Team basert oppfølging i hjemmet**

- Rehabiliteringsteam*

- Innsatsteam*

- **Særfaglig oppfølging av fysioterapeuter og ergoterapeuter**

- I eget hjem*

- På skole, barnehage og helsestasjon*

- Fysikalske institutter*

- Individuelt og i grupper*



## Andre tjenester levert av fysio- og ergoterapeuter

- Styrke- og balansegrupper
- Bassenggrupper
- Foredrag om tilrettelegging av egen bolig på seniorsentrene
- Hukommelses-team
  
- Pårørendegruppe hjerneslag – frivillig tjeneste ved Ringihøyden Seniorcenter

# Kontaktinformasjon

- Tildelingskontoret tildeler tjenester på institusjon og innsatsteam
- For oppfølging i hjemmet fra sær faglig fysio- eller ergoterapeut, påmelding til styrke og balansegrupper og generell informasjon om tjenesten kan vi nås på **67 50 88 00** (kl. 09-11 og 12-13 hver dag)
- Spørsmål, inn og uthenting av korttidshjelpemidler kan hentes på Rud (Olav Ingstadsvei 2) i ekspedisjonen kl. 09-11 og 12-14.30 hver dag eller i brakka etter avtale på tlf.
- For oppfølging av barn kan du i samarbeid med skole, barnehage eller helsestasjon henvise, eller bruke skjema på kommunens nettsider: [Ergo- og fysioterapi | Helsetjenester for barn og unge | Bærum kommune \(baerum.kommune.no\)](https://baerum.kommune.no)



# Spørsmål i etterkant

1. Ergo – og fysioterapi er viktig for forebygging, og for å ivareta eller forbedre funksjonsevne. **Desiree Lagerstrøm** leder Fysio og ergoterpi for voksne. Hvordan jobber dere og hvordan er det kommunale tilbudet til disse tjenestene?
2. Hva er forskjellen på en ergoterapeut og en fysioterapeut?
3. Kan jeg ringe en av dere direkte? Eller hvordan kommer jeg i kontakt med tjenesten?
4. Hva gjør jeg hvis det gjelder barnet mitt?



BÆRUM KOMMUNE

# Barn som pårørende

Kari Sofie Lidsheim

Bærumskonferansen 2024



# Barn som pårørende

- Beskyttelsesfaktorer
- Risikofaktorer og forebyggende tiltak
- Trygge voksne



# Barn som pårørende

Gruppe/ kurs tilbud i kommunen:

- "Du er ikke den eneste"- grupper
- SIBS kurs
  
- For mer informasjon om kommunens tilbud:

<https://www.baerum.kommune.no/tjenester/helse-og-omsorg/barn-unge-familie/>





BÆRUM KOMMUNE





BÆRUM KOMMUNE

# Pårørende når utfordringen er rus – og psykisk (u)helse

Bærumskonferansen 2024

Siri Ditlev-Simonsen (Tjenesteleder Psykisk helse og rus) og Ellen Forbes Haraldsen (Avdelingsleder Psykisk helse og rus)

---

## RÅDGIVNING RUS OG PSYKISK HELSE

---



Et lavterskeltilbud for deg med rus- og psykisk helseproblematikk og/eller sosiale utfordringer.

- Pårørende som ressurs og støttespiller
- Kontakt med Rådgivning rus og psykisk helse
- Pårørende kan ta direkte kontakt

## Ønsker du å leve et rusfritt liv?

A-larm arrangerer **SNU-grupper** til deg som har tatt et valg om å leve et rusfritt liv. Gruppen er også åpen for pårørende.

**Mandager kl. 16.30 – 18.30**

Møt opp, eller kontakt  
Kenneth (A-larm) 98764024

Arnold Haukelands plass 10,  
Sandvika (Kommunegården)

En forutsetning er tillit i gruppen. Det skal være trygt for alle å delta aktivt. Gjennom erfaringsutveksling blir det tatt opp problemstillinger og gleder ved å leve rusfritt.

Dette er et samarbeid mellom A-Larm og Bærum kommune



a-larm.no



## Står du nær noen med rusutfordringer?

A-larm tilbyr pårørende som er i relasjon til mennesker med rusutfordringer et gruppetilbud.

**Onsdager kl.17:00-19:00**

Møt opp, eller kontakt  
Anita (A-larm) 950 63 492  
(tefontid: man-ons 09.00-17.00)

Arnold Haukelands plass 10,  
Sandvika (Kommunegården)

Vi snakker om hvordan det å være pårørende påvirker livskvalitet og helse. Gruppen har fokus på mestring i rollen som pårørende.

Dette er et samarbeid mellom A-Larm og Bærum kommune







BÆRUM KOMMUNE



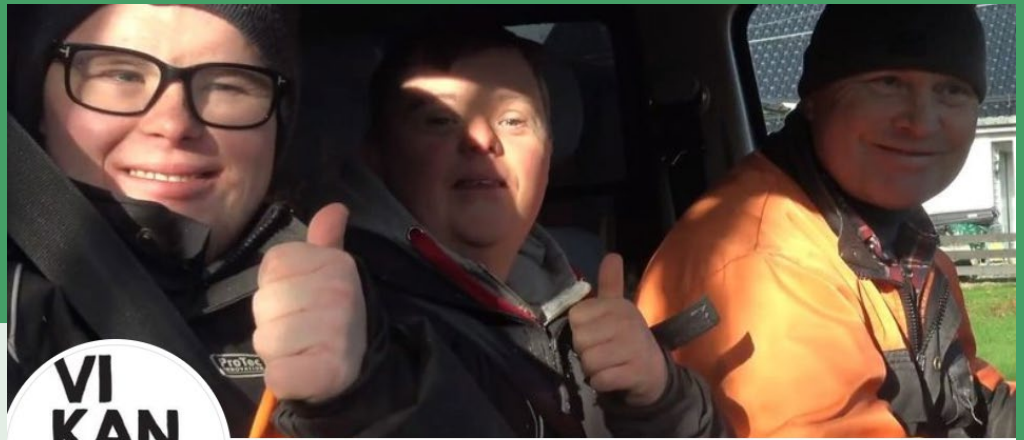


# Haug skole og ressurscenter



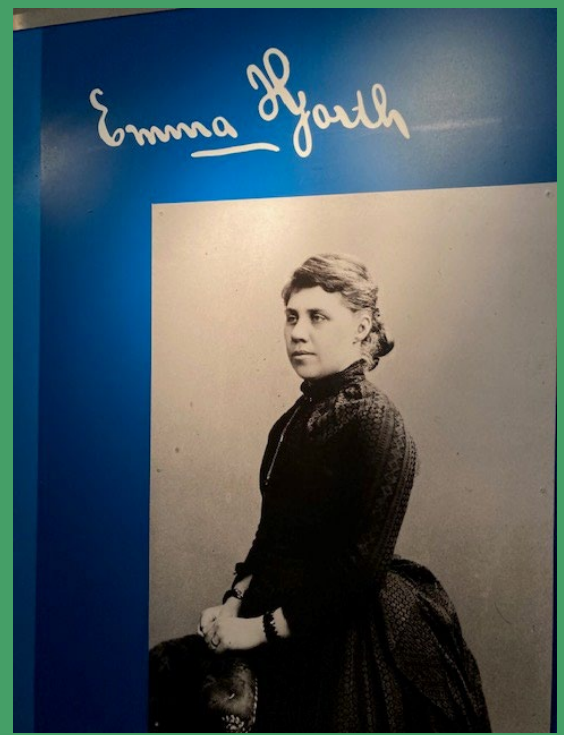
**Bolig, aktivitet og tilrettelagt arbeid**  
*Pårørende er en viktig og kraftfull ressurs*

**Sammen skaper vi fremtiden**  
MANGFOLD - RAUSHET - BÆREKRAFT



## Vikanda, Bærum Arbeidssenter

633 følgere • Følger 18



# Felles mål:

Dager som bidrar til at våre beboere og deres familier  
får leve gode liv i tråd med  
egne forutsetninger, ønsker og behov

# Etisk refleksjon ved bruk av SME - metoden

- 1. Hva er det etiske problemet?*
- 2. Hva er fakta i saken?*
- 3. Hvem er de berørte parter, og hva er deres syn og interesser?*
- 4. Hvilke verdier, etiske prinsipper, normer og lover er aktuelle?*
- 5. Hvilke relevante handlingsalternativer finnes?*
- 6. Helhetsvurdering*

Referanse: Lillemoen, L., Gjerberg, E. & Nortvedt, P. (2020). Refleksjon over klinisk-etiske dilemma. I M. Magelssen, R. Førde, L. Lillemoen & R. Pedersen (Red.) *Etikk i helsetjenesten* (s. 221-232). Gyldendal Akademisk.

Sammen skaper vi fremtiden  
MANGFOLD - RAUSHET - BÆREKRAFT



# En historie om samarbeid

Utfordring: Hvordan øke forståelsen for hverandres perspektiver gjennom bruk av etisk refleksjon?

Pårørende: Anne Margrethe Mowinckel Nilsen

Ansatt: Tora Orsteen, Maria Halstensen

Metode: Etisk refleksjon med bruk av SME - metoden

# Ulike samarbeidsformer hos oss

- ❖ Bli kjent – beboere/arbeidstakere/ pårørende og tjenesteytere
  - Møte, telefon, kontakt rundt hver enkelt
- ❖ Allmøter med pårørende og beboere per avdeling
- ❖ Møte med NFU

Vyer:

- ❖ Arena for samhandling fra barn til voksen
- ❖ Bruker- og pårørendeundersøkelse i 2024
- ❖ Faste temamøter

# Hva er viktig for deg?

Sammen skaper vi fremtiden  
MANGFOLD - RAUSHET - BÆREKRAFT



Trakassere  
Mobbe  
Respektene  
Trygge  
Brukermedvirkning  
Voldelig  
Lytte  
Dissonance selv  
True

**BÆRUM KOMMUNE**

# snakke sammen

DIALOG-KONFERANSEN 2024

- Onsdag 7. februar
- Kl. 08:30 - 15:00
- Thon Hotel Oslofjord, Sandvika



**Påmelding (gratis):**  
Skann qr-koden med  
kamera på telefonen.  
Registrer deg:



**Sammen skaper vi fremtiden**  
MANGFOLD - RAUSHET - BÆREKRAFT





BÆRUM KOMMUNE

# Pårørende til innbyggere med demens

Bærumsk





- **Pårørenderollen**
- **Tilbud til pårørende i Bærum**





Personer med demens			
Alder	Antall	♂	♀
30-64	53	26	27
65-69	51	20	31
70-74	307	171	136
75-79	483	239	244
80-84	589	257	332
85-89	682	233	449
90+	682	186	496

4 nære pårørende til en person med demens



BÆRUM KOMMUNE

# Demens – en pårørendesykdom





BÆRUM KOMMUNE

# Pårørendetilbud i kommunen

## DEMENSRAÅDGIVER

Gir støtte, råd og veiledning til personer med demens og deres pårørende, tjenesten og kommunens innbyggere

### Kontaktinfo:

Mail: [demensinfo@baerum.kommune.no](mailto:demensinfo@baerum.kommune.no)

Elisabeth Wilhelmsen, Mobil: 969 45 967

Trude Bøe Cousins, Mobil: 457 26 005

Cecilie Lind – Eriksen, Mobil: 488 65 091



# Hukommelsesteam

Fra mistanke om kognitiv svikt eller diagnose

- ❖ 4 distrikt
- ❖ Lavterskeltilbud
- ❖ Sykepleier med spesialfunksjon
- ❖ Utreder i samarbeid med fastlegen

# Pårørendeskolen



## Temaer i programmet:

- Diagnostikk og behandling
- Hvordan leve med hverandre og sykdommen, kommunikasjon
- Tilbud i kommunen
- Beregning av egenandel ved sykehjemsopphold
- Livet på seniorsenteret
- Vergeordning og fremtidsfullmakt
- Samtykkerett og rett til medvirkning til helsehjelp
- Frihets- og trygghetsteknologi
- Brannvern i hjemmet
- Tap og sorg reaksjoner



BÆRUM KOMMUNE

# Pårørendeskole til partnere til yngre personer med demens (under 67 år)

Kurset består av faglig foredrag og  
gruppesamtaler der man kan  
utveksle erfaringer og gi hverandre  
støtte.

Samtalegruppe/treffpunkt i  
etterkant







BÆRUM KOMMUNE

# Samtalegrupper

**SAMTALEGRUPPER FOR EKTEFELLER OG  
PARTNERE TIL PERSONER MED DEMENS**

**SAMTALEGRUPPER FOR VOKSNE BARN TIL PERSONER  
MED DEMENS**

Påmelding og kontaktinfo

[demensinfo@baerum.kommune.no](mailto:demensinfo@baerum.kommune.no)



# Andre tiltak

- Stand Kommunegården
- Demensdagen årlig i september
  
- Samtale med diakon og prest på sykehjemmet
- Samtalegrupper seniorsentre
- Turgruppe



# Avlastning for Hjemmeboende

- Avlastning i hjemmet
- Avlastning ved helsehus

# Andre tilbud til hjemmeboende

Demensvennlig dagaktivitetssentere  
– både en avlastning for pårørende  
og meningsfull aktivitet for den syke



Eget dagaktivitetssenter for yngre personer med demens i  
Sandvika by

Å oppleve mestring

Kunnskap gir trygghet

Be om hjelp tidlig!





Bærum kommune -aktuelle hjemmesider

Her finner du informasjon om demenstilbud, seniorsenter og andre tjenester;

[www.baerum.kommune.no/tjenester/helse-og-omsorg/eldreomsorg/](http://www.baerum.kommune.no/tjenester/helse-og-omsorg/eldreomsorg/)

Nasjonalt senter, Aldring og helse:

[www.aldringoghelse.no/demens/](http://www.aldringoghelse.no/demens/)