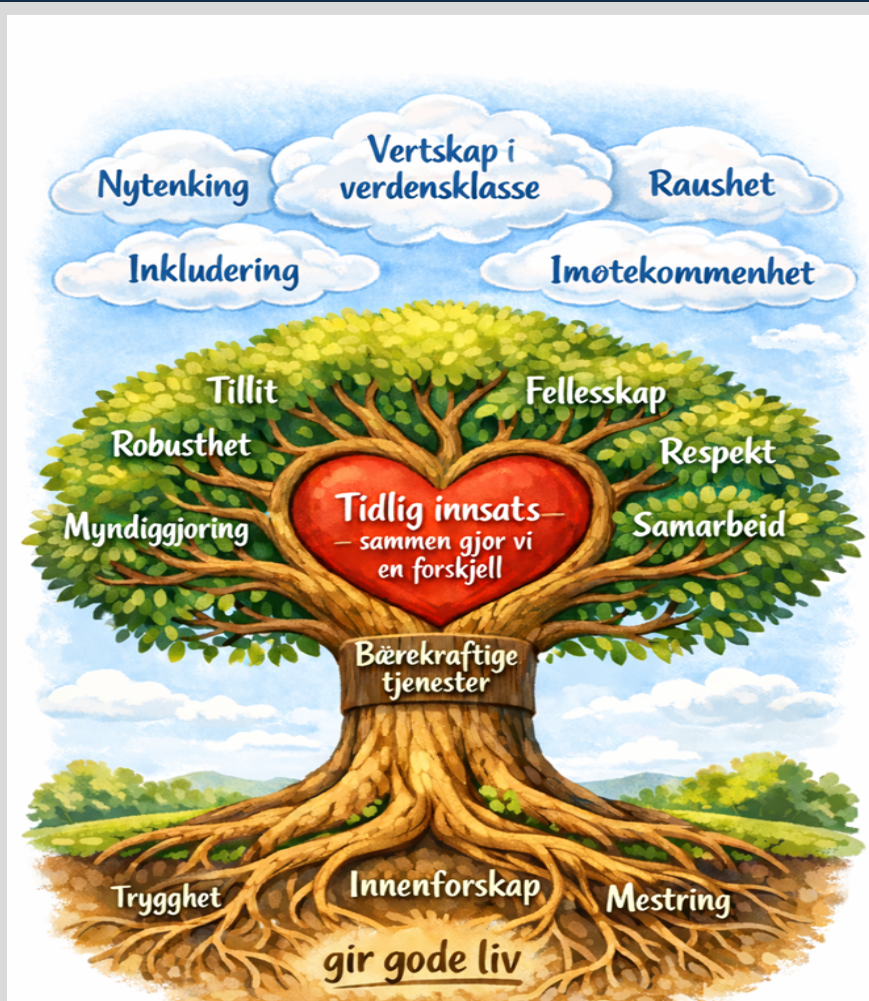


LIVSLØP

OVERORDNET PLAN 2026 - 2036



1 Innledning.....	3
1.1 Bakgrunn	3
1.2 Formål	3
1.3 Medvirkning til planen	4
1.4 Oppbygging av planen.....	4
1.6 Sektor livsløp.....	4
2 Demografiske hovedutfordringer og konsekvenser for folkehelse	7
2.1 Demografi.....	8
2.2 Utenforskap.....	13
2.2.1 Barn og unge	14
2.2.2 Voksne	14
2.2.3 Eldre	15
3 Satsningsområder for bærekraftige tjenester	15
3.1 Forebygging.....	16
3.2 Frivillighet.....	18
3.3 Kvalitet og kompetanse.....	18
3.4 Innovasjon og teknologi	19
3.4.1 Innovasjon.....	19
3.4.2 Teknologi.....	19
3.5 Riktig nivå på tjenestene	20
3.5.1 Samskaping på tvers.....	22
4 Mål og strategier.....	23
4.1 Opplevelser av mestring i hverdagen.....	23
4.2 Opplevelser av trygghet på alle arenaer	24
4.3 Opplevelser av innenforskap og tilhørighet i fellesskapet	26

Vedlegg 1 - Kunnskapsgrunnlag

1 Innledning

1.1 Bakgrunn

Krødsherad står foran store endringer i demografi, forventninger og tilgang på arbeidskraft. Dette krever en helhetlig og langsiktig retning for hvordan sektor Livsløp skal utvikle trygge, tilgjengelige og bærekraftige tjenester. Planen skal peke ut tydelige prioriteringer, sikre god ressursbruk og styrke arbeidet med forebygging og innenforskap. Målet er at alle innbyggere i de ulike livsfasene, skal oppleve mestring, trygghet og tilhørighet.

Planen skal fungere som et felles styringsverktøy for ansatte, innbyggere og politikere i det videre arbeidet med å utvikle en inkluderende og bærekraftig kommune.

1.2 Formål

Sektor Livsløp har utarbeidet en overordnet temaplan som gir tydelig retning for videre utvikling av tjenestene etter at helse, omsorg og oppvekst ble samlet i én sektor. Planen skal være et politisk og administrativt styringsverktøy, og danne grunnlaget for hvordan kommunen skal utvikle helhetlige, tilgjengelige og bærekraftige tjenester gjennom hele livsløpet.

Planen skal bidra til at kommunen utvikler tjenester som henger bedre sammen på tvers av sektor livsløp, og som styrker forebygging og sosial inkludering. Målet er å gi alle innbyggere gode livsløp – fra barndom og skolegang til voksenlivet og alderdommen.

Planen skal legge til rette for langsiktig utvikling, bedre samhandling mellom tjenestene og styrket samarbeid på tvers av fagområder. Den skal bidra til at innbyggerne får mer sammenhengende tjenester, og sikre en effektiv og ansvarlig bruk av kommunens ressurser. Planen skal bygge broer mellom tjenestene og være et godt arbeidsverktøy for å få fram viktigheten av samarbeid, samskaping og kunnskaps- og kompetansedeling. Planen vil etterstrebe en forskning- og kunnskapsbasert tilnærming for alt arbeid innen sektoren.

Planen skal:

- Gi oversikt over framtidige utfordringer
- Bidra til et felles kunnskapsgrunnlag
- Danne grunnlag for beslutninger og endringer

Planen beskriver sektorens viktigste utfordringer, satsingsområder og hovedmål. De ulike tjenesteområdene vil senere utarbeide egne virksomhetsplaner med konkrete tiltak basert på denne overordnede planen. Overordnet plan vil revideres i 2030 og 2034.

1.3 Medvirkning til planen

Medarbeiderne i sektor Livsløp har hatt en sentral rolle i det innledende arbeidet med planen. Innspillene deres har lagt grunnlaget for hovedområdene i planen. Innbyggere har også hatt mulighet til å komme med innspill både gjennom sosiale medier og ulike møtefora. Det legges opp til en bred høringsprosess, slik at medarbeidere, tillitsvalgte, verneombud, politikere, ulike råd, innbyggere, lag, foreninger og andre relevante samarbeidspartnere skal ha mulighet til å komme med høringsinnspill.

1.4 Oppbygging av planen

Planen gir en oppdatert oversikt over sektorens virksomheter og ansvarsområder, samt et kunnskapsgrunnlag og en beskrivelse av de lokale utfordringene kommunen står overfor. Den bygger på nasjonale og regionale føringer, kommunale planer og medvirkningsprosesser.

Tidlig i arbeidet ble tre sentrale innsatsområder identifisert: innenforskap, trygghet og mestring. Disse temaene har vært førende for struktur, prioriteringer og innhold i planen. Kunstig intelligens har vært benyttet for å komprimere og forbedre tekst.

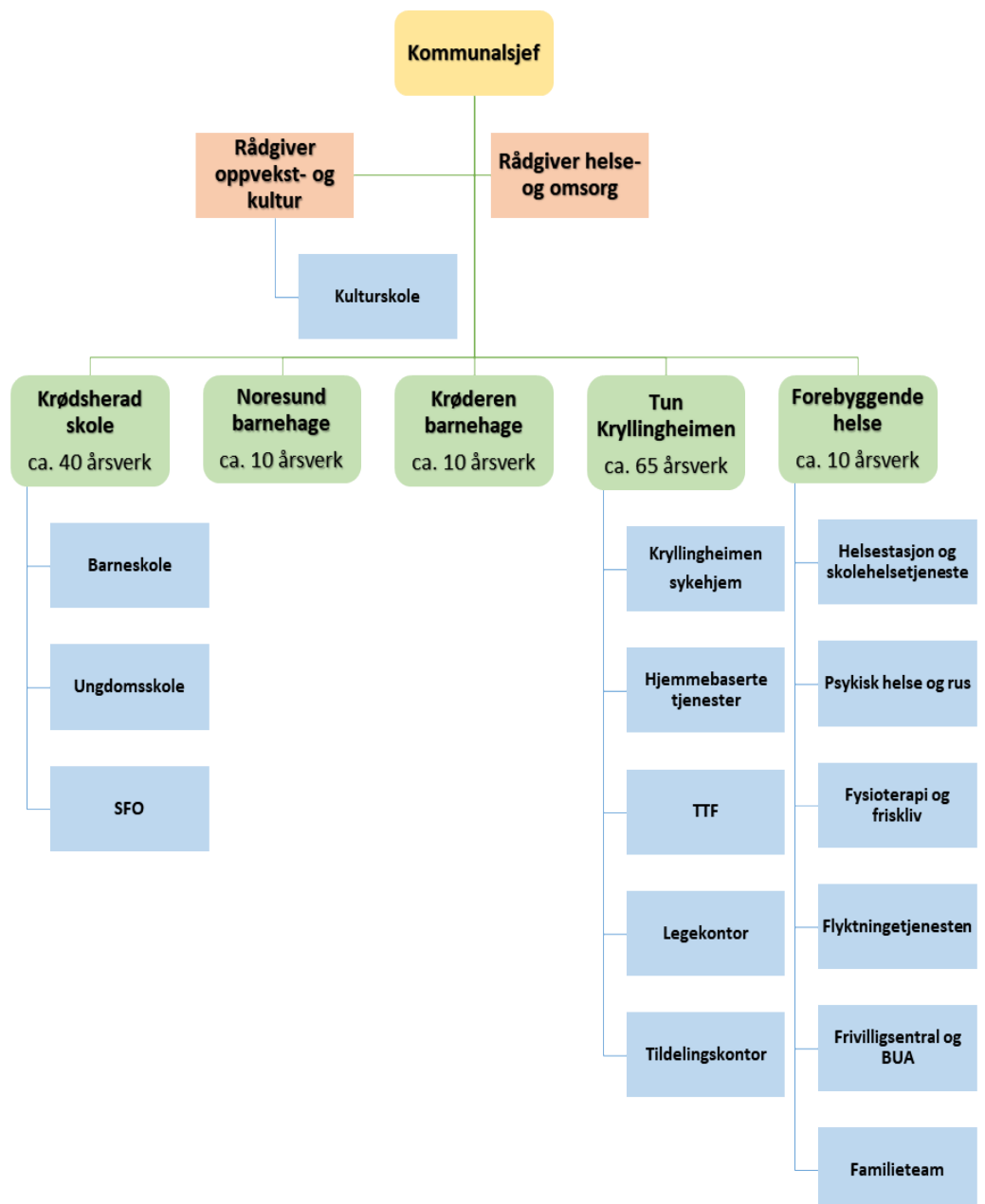
1.6 Sektor livsløp

I sektor Livsløp har vi utviklet livsløpstreet (se forsiden) som et felles symbol for vår visjon og våre verdier. Livsløpstreet minner oss om at mennesker uansett alder vokser, utvikler seg og lever best når hele fellesskapet bidrar. Røttene illustrerer trygghet, kompetanse, relasjoner og tilhørighet; stammen viser hvordan tjenestene våre henger sammen og støtter hverandre; og kronen representerer livskvalitet, mestring og muligheten til å leve et godt liv gjennom alle faser av livsløpet.

På samme måte som et tre trenger gode røtter for å stå stødig, trenger også innbyggerne gode forutsetninger rundt seg. Når vi investerer i trygghet, kompetanse og sterke relasjoner, både i barnehage, skole, helse, omsorg og kultur, så bygger vi et bærekraftig fundament som bærer gjennom hele livet. Livsløpstreet understreker at ingen del av livsløpet står alene, og at kvaliteten i én fase påvirker mulighetene i den neste.

Livsløpstreet skal derfor minne oss om betydningen av helhet og sammenheng i tjenestene våre. Det er et bilde på at vi som kommune sammen med lokalsamfunnet har et ansvar for å støtte mennesker der de er, samtidig som vi legger til rette for robuste felleskap rundt dem. Enten det handler om barns læringsmiljø, unges tilhørighet, voksnes helse og kompetanse eller eldres trygghet, så er det summen av det vi gjør sammen som skaper et bærende livsløp for alle som bor i Krødsherad.

Organisasjonskart livsløp:



For å gi et oversiktsbilde av sektor livsløp presenteres omtrentlige antall årsverk i hver virksomhet. Vi bruker «ca.-tall» fordi sektoren er en dynamisk organisasjon i kontinuerlig utvikling. Bemanningen endrer seg fra år til år, og planen skal være styrende i et tiårsperspektiv – et tidsrom hvor både demografi, behov og organisering vil kunne endre seg betydelig. Dagens omtrentlige bemanning er avrundet til nærmeste fem. Tallene gir et bilde av sektoren slik den ser ut i 2026, samtidig som planen legger rom for naturlige variasjoner i årene som kommer, innen livsløp.

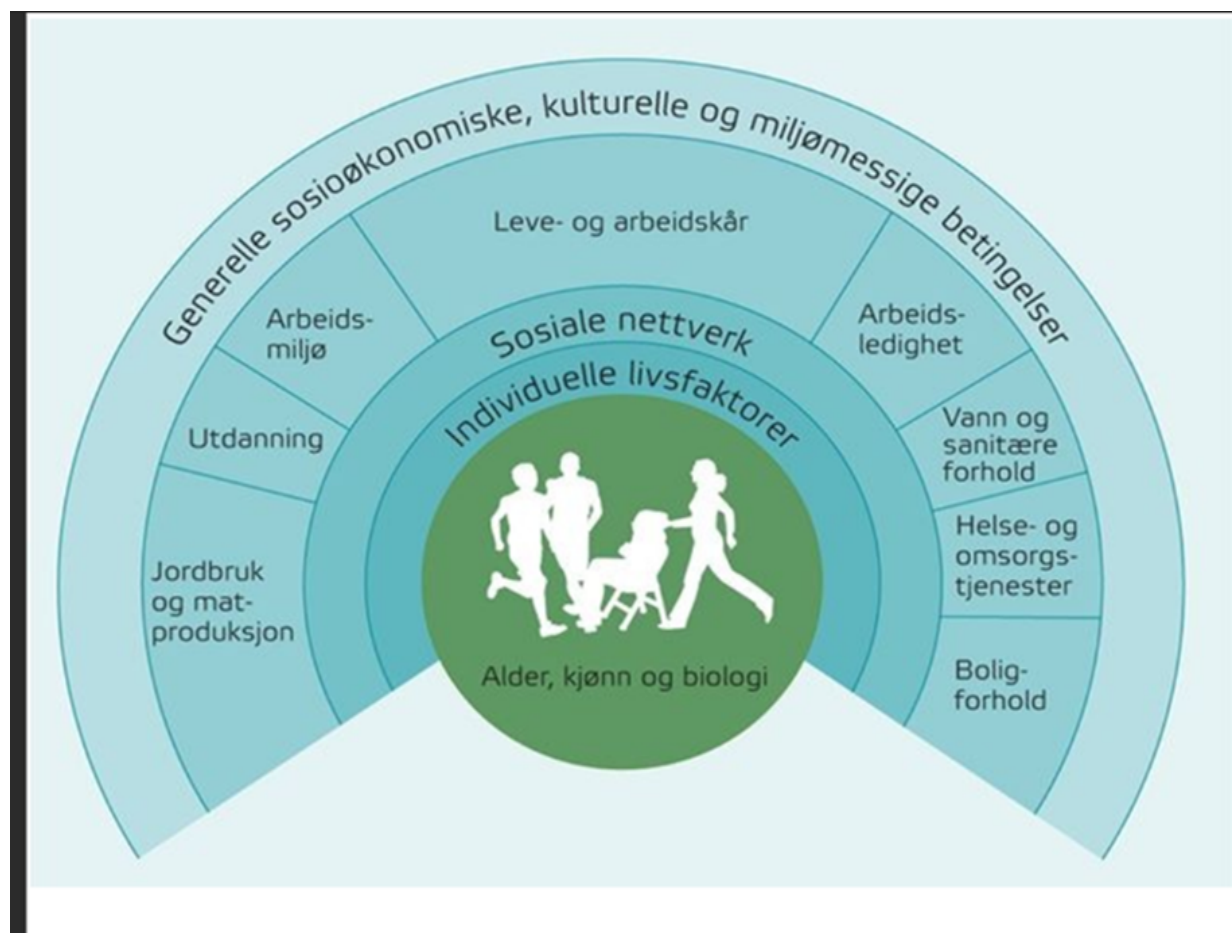
Innenfor disse områdene har livsløp interkommunale samarbeid:



2 Demografiske hovedutfordringer og konsekvenser for folkehelse

I dette kapittelet løftes utviklingstrekk frem samt de utfordringer som forventes å påvirke sektor livsløp mest i planperioden. Beskrivelsene bygger både på nasjonale utviklingstrekk og på lokale forhold som særpreger Krødsherad. For å sikre god folkehelse og samfunnsøkonomisk bærekraft framover, er det avgjørende å forstå hvordan disse utviklingene virker sammen, og hvilke konsekvenser de får for behovet for forebygging, tidlig innsats og tilpassede tjenester gjennom hele livsløpet.

Endringer i alderssammensetningen vil påvirke kapasitet, kompetanse og organisering av tjenestene. Samtidig ser vi at enkelte grupper står i fare for å falle utenfor fellesskapet, enten på grunn av økonomiske utfordringer, svake sosiale nettverk, lav deltakelse i utdanning og arbeidsliv eller helseutfordringer som utvikler seg over tid. Utenforskap påvirker ikke bare den enkelte, men også lokalsamfunnets samlede bærekraft, trivsel og mulighet til å utvikle gode oppvekst- og levekår.



For å møte disse utfordringene på en helhetlig og målrettet måte, er det viktig å forstå hvordan ulike faktorer påvirker helse og livskvalitet. Dette synliggjøres i Dahlgren og Whitehead-modellen over, som illustrerer hvordan helse formes i et samspill mellom individuelle forhold, sosiale relasjoner, nærmiljø, tjenestetilbud og strukturelle rammer. Modellen understreker at alle deler av samfunnet, ikke bare helse- og omsorgstjenestene, påvirker helse og livskvalitet og danner et viktig bakteppe for kommunens arbeid med livsløpsperspektivet.

En helhetlig forståelse er avgjørende for å kunne planlegge gode tjenester gjennom hele livsløpet, fra tidlig barndom til alderdom. I de kommende underkapitlene presenteres derfor kommunens hovedutfordringer innen to sentrale områder, demografi og utenforskap, samt hvilke konsekvenser disse utviklingene har for folkehelsen og for kommunens framtidige tjenestebehov. Folkehelseoversikten for Krødsherad (2024–2028) peker på flere forhold som utfordrer kommunen, og disse utdypes i kapitlene under. Samtidig viser oversikten at mye fungerer godt i Krødsherad. Samlet vil vi gi et kunnskapsgrunnlag som skal støtte strategiske valg og prioriteringer i sektor livsløp, og sikre at kommunen kan møte framtidens behov på en bærekraftig og målrettet måte.

2.1 Demografi

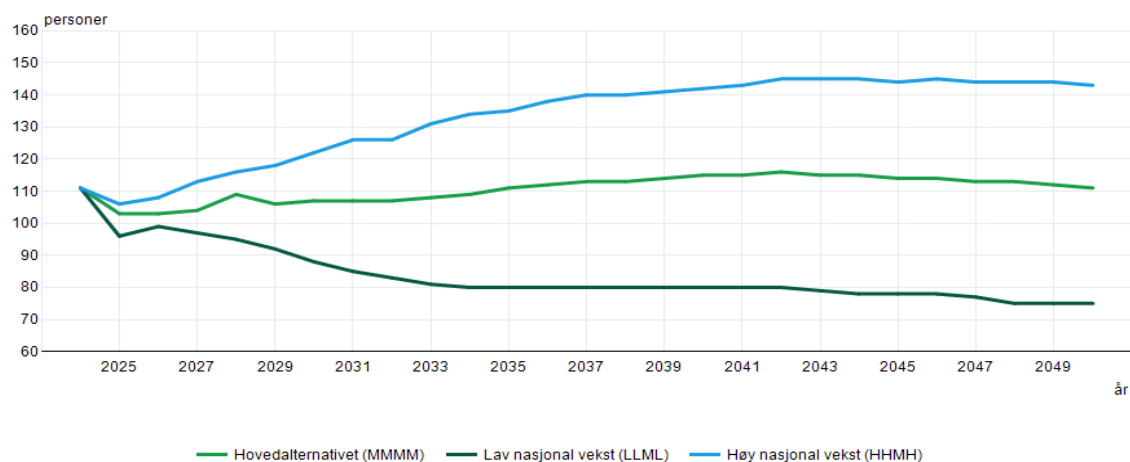
Krødsherad står foran store demografiske endringer. Antallet barn og unge går ned, mens antallet eldre særlig over 80 år øker kraftig. Dette betyr færre barn i barnehage og skole, men et markant høyere behov for helse- og omsorgstjenester.

Samtidig vil andelen personer i arbeidsfør alder synke. Dette øker forsørgerbyrden og legger press på både økonomi og tilgang på kompetent arbeidskraft. Lovkravene til tjenestene forblir de samme uavhengig av kommunens størrelse, noe som gjør det nødvendig å prioritere tydelig og tilpasse tjenestene til nye behov.

På lengre sikt vil bemanningsbehovet i større grad dreie mot helse- og omsorgstjenestene, selv om kvalitet i barnehage og skole fortsatt er avgjørende for samfunnsutviklingen. For å møte endringene på en bærekraftig måte må kommunen arbeide strategisk med kompetanse og planlegging. Slik kan vi både sikre kvaliteten i oppveksttjenestene og bygge kapasitet der behovet vil øke mest, og samtidig legge til rette for en forutsigbar og ansvarlig utvikling på tvers av sektorene.

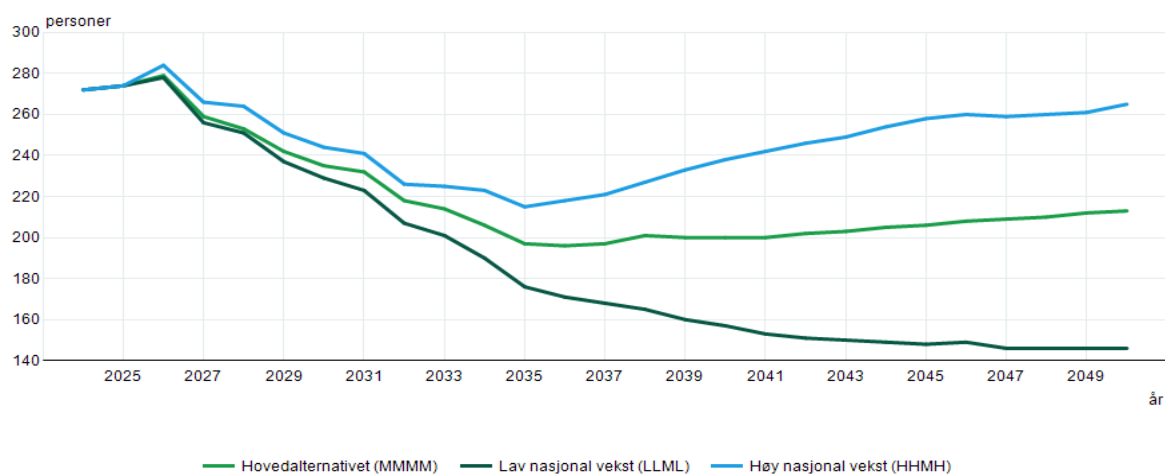
2.1.1 Barn og unge

14288: Framskrevet folkemengde 1. januar, etter statistikkvariabel og år. Krødsherad, 0-5 år.



Kilde: Statistisk sentralbyrå

14288: Framskrevet folkemengde 1. januar, etter statistikkvariabel og år. Krødsherad, 6-15 år.

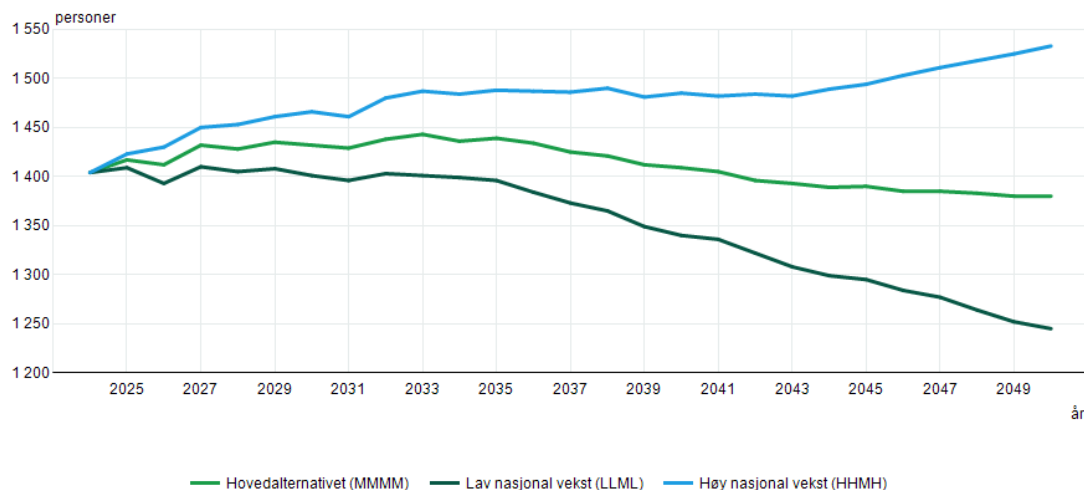


Kilde: Statistisk sentralbyrå

Statistisk sentralbyrå viser til en generell nedgang i barnetallet i Norge de neste 10 årene, dette påvirker også Krødsherad. Det fødes færre barn enn tidligere, og om dette vil være realiteten, vil vi få mindre barnegrupper i barnehagene, samt mindre klasser på skolene. Dette vil bety at det vil være færre barn å bygge ulike relasjoner og vennskap med.

2.1.2 Arbeidsfør befolkning

14288: Framskrevet folkemengde 1. januar, etter statistikkvariabel og år. Krødsherad, 16-66 år.

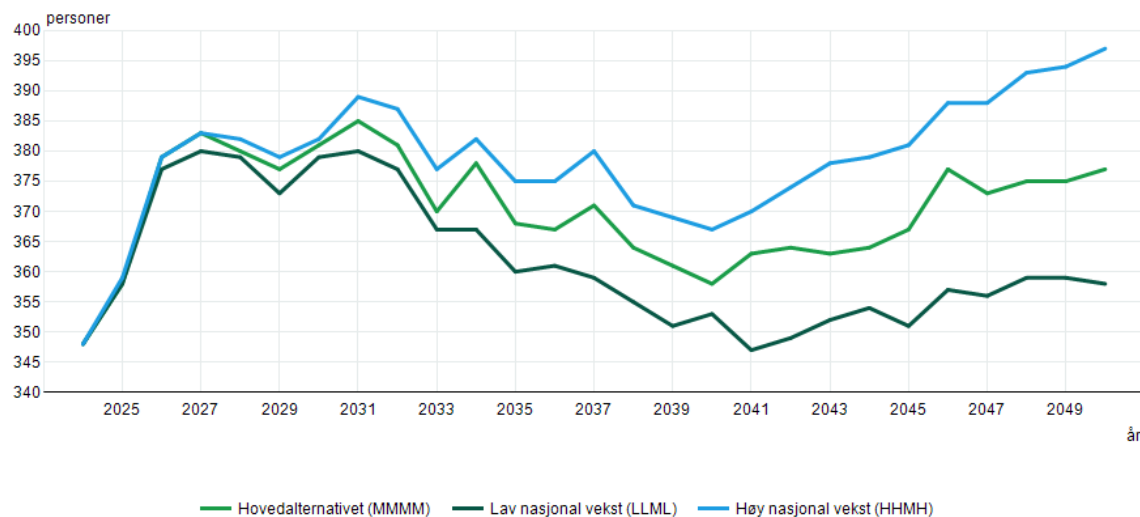


Kilde: Statistisk sentralbyrå

Hovedalternativet viser at tallet på innbyggere i arbeidsfør alder (16–66 år) i Krødsherad holder seg relativt stabilt fram mot rundt 2030, før det gradvis synker utover mot 2050. Dette innebærer i korte trekk at forsørgerbyrden vil øke. Færre arbeidsføre personer må støtte en større andel eldre, noe som kan legge press på skatteinntekter og velferdstjenester. I tillegg viser nasjonale utviklingstrekk at sosiale ulikheter er økende. Når flere faller utenfor arbeidslivet på grunn av lav utdanning, helseutfordringer eller svake levekår, reduseres både arbeidskraftgrunnlaget og skatteinntektene. Dette øker sårbarheten i en kommune der balansen mellom yrkesaktive og eldre allerede er under press. Det vil være avgjørende å bidra til å holde så mange innbyggere som mulig arbeidsføre i årene fremover.

2.1.3 Eldre

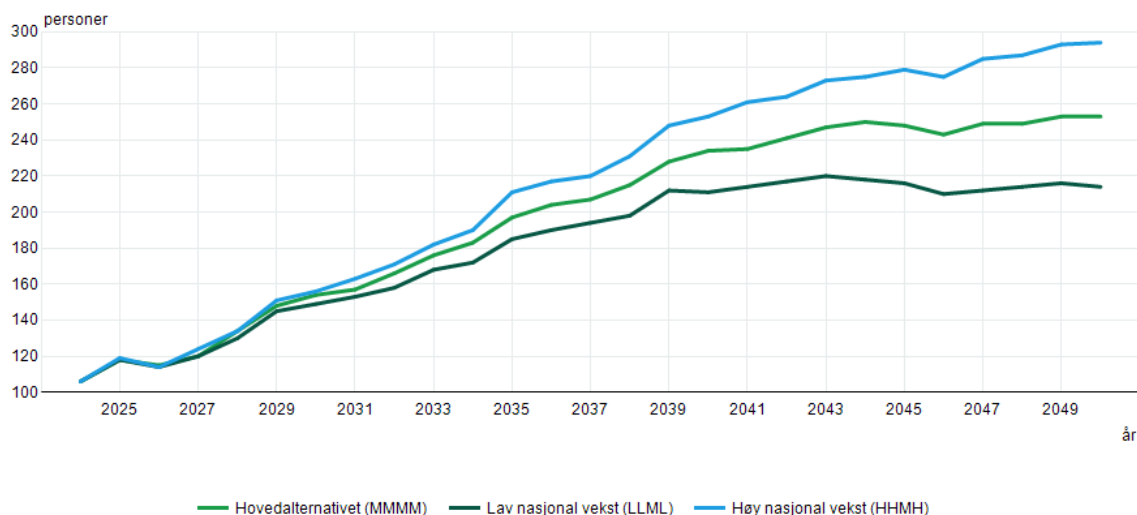
14288: Framskrevet folkemengde 1. januar, etter statistikkvariabel og år. Krødsherad, 67-79 år.



Kilde: Statistisk sentralbyrå

I aldersgruppen mellom 67 og 79 år viser hovedalternativet en tydelig økning i antallet innbyggere fram mot rundt 2030. Etter dette stabiliserer utviklingen seg med moderate svingninger, før antallet igjen øker svakt mot slutten av perioden.

14288: Framskrevet folkemengde 1. januar, etter statistikkvariabel og år. Krødsherad, 80 år eller eldre.



Kilde: Statistisk sentralbyrå

Hovedalternativet viser en jevn vekst i antallet innbyggere som er 80 år eller eldre gjennom hele perioden. Fra 2025 til 2050 øker denne gruppen betydelig, med sterkest vekst fram mot midten av 2040-tallet. Krødsherad kan dermed forvente flere eldre med behov for helse- og omsorgstjenester, samt et økt behov for ulike omsorgsboliger. Utviklingstrekk viser også et økende gap mellom friske og syke eldre, noe som vil påvirke tjenestene våre. Dette gapet handler i stor grad om voksende sosiale ulikheter, der forskjeller i levekår og helse gjør at en større andel av de eldre får komplekse og omfattende tjenestebehov.

Samtidig vil mange leve lenger og ha flere friske og aktive år enn tidligere generasjoner. Økt utdanningsnivå, bedre økonomi og tryggere boforhold gjør at flertallet av eldre kan leve selvstendig, med få eller ingen kommunale tjenester. Likevel lever mange, særlig de over 80 år, med kroniske sykdommer og nedsatt funksjonsevne. Kreft, hjerte- og karsykdommer og nevrologiske sykdommer som demens vil stå for mye av økningen i tapte friske leveår. Demensutviklingen vil spesielt kreve mer kompetanse, flere tilrettelagte boformer og økte ressurser. Dette vil gjelde i de utøvende tjenestene og for å støtte pårørende.

Demens i Krødsherad år 2025

- Innbyggertallet for Krødsherad i 2025 er 2270.
- Andelen med demens er 2,47 % i Krødsherad.
- Befolkningen i Krødsherad er eldre enn gjennomsnittet i Norge, og har derfor også en høyere andel med demens.
- Gjennomsnittet i Norge er 2,05 % i 2025.
- I 2025 vil det være 16 nye tilfeller av demens i Krødsherad.

Demens i Krødsherad år 2050

- I 2050 vil Krødsherad ha 2334 innbyggere, det er 64 flere enn i 2025 – en økning på 2,82 %.
- Andelen med demens er 4,16 % i 2050.
- 97 personer i kommunen vil ha demens. Dette tilsvarer en økning på 41, eller 73,21 % fra 2025.
- Gjennomsnittet i Norge er 3,67 % i 2050.
- I 2050 vil det være 26 nye tilfeller av demens i Krødsherad.

Kilde: Aldring og helse; demenskartet

2.2 Utenforskap

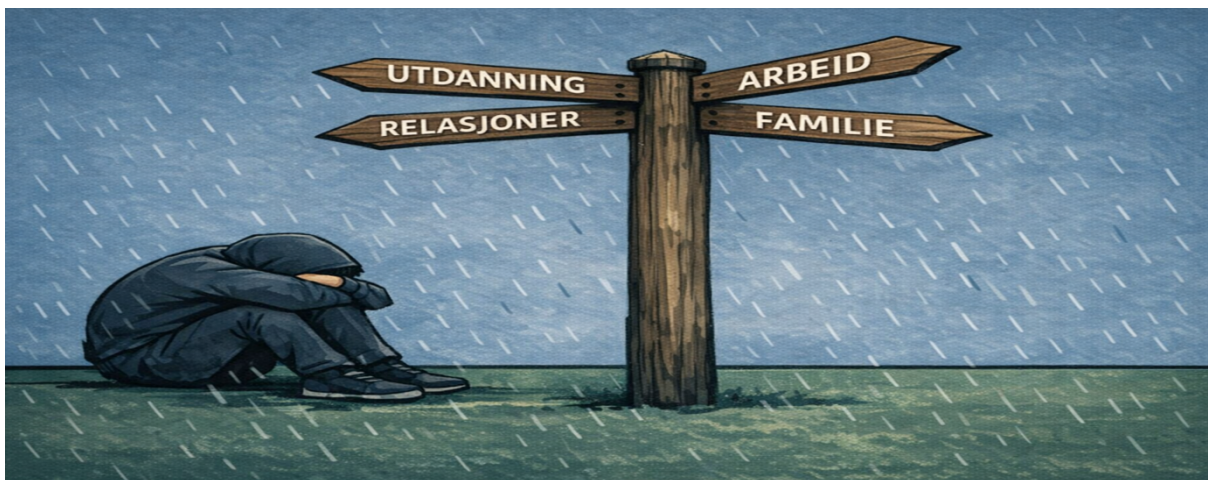
Utenforskap påvirker både enkeltmennesker og samfunn i stort, og kan forstås som å stå utenfor arbeid, skole eller organisert aktivitet. Utenforskap kan også oppleves som ensomhet, manglende vennskap eller fravær av tilhørighet. Innenforskap handler derfor om mer enn formell deltakelse. Det handler om å være en del av et fellesskap der man blir sett, kan være seg selv, og kjenner trygghet og mestring. For Krødsherad betyr dette at innsatsen mot utenforskap må være helhetlig, tverrfaglig og langvarig, og at kommunen sammen med innbyggere, frivillighet og næringsliv må bygge gode sosiale strukturer gjennom hele livet.

2.2.1 Påvirkende faktorer

Psykisk helse påvirker gjennom hele livet vår evne til å delta i fellesskap. Mange psykiske plager utvikles tidlig, og derfor er tverrsektoriell innsats i barne- og ungdomsårene avgjørende for å forebygge utenforskap. Samtidig kan mennesker i alle aldre møte utfordringer som gir isolasjon og tap av tilhørighet. Forskning viser tydelig at helsefremmende og forebyggende arbeid krever langsiktighet, samarbeid og målrettede tiltak på de arenaene der folk faktisk lever livene sine.

Funn fra folkehelseoversikten og Ungdata viser flere forhold som kan øke risikoen for utenforskap. Blant ungdom pekes det på mangel på møteplasser, lite fysisk aktivitet, mer stillesitting og økt skjermbruk. I tillegg rapporteres det om flere psykiske helseplager, muskel- og skjelettlidelser og utfordringer knyttet til kosthold og livsstilsrelaterte sykdommer. Ungdata 2025 underbygger denne utviklingen. Barn og unge sover mindre, bruker mer skjerm og har økt bruk av smertestillende medisiner. Disse funnene samsvarer med både nabokommuner og nasjonale trender. Samtidig viser undersøkelsene at mye fungerer godt i Krødsherad. Mange barn og unge deltar aktivt i fritidsaktiviteter, opplever trygghet i nærmiljøet og beskriver gode relasjoner både til jevnaldrende og voksne. Slike sterke beskyttelsesfaktorer gir et solid fundament for det videre folkehelsearbeidet, og de viser at kommunen har gode forutsetninger for å styrke innenforskap på tvers av livsfaser.

Uansett livsfase er målet at innbyggerne i Krødsherad skal ha tilgang til trygge relasjoner, vennskap, muligheter for læring, arbeid og deltakelse og at alle skal kjenne at de hører til. Dette er grunnlaget for god livskvalitet og et bærekraftig lokalsamfunn, og nøkkelen til å forebygge utenforskap nå og i framtiden.



Dette bildet er laget ved hjelp av KI.

2.2.1 Barn og unge

For barn og unge er vennskap og trygge fellesskap sentrale beskyttelsesfaktorer. Det å oppleve at man passer inn, har noen å være sammen med, og mestrer skolehverdagen, legger grunnlaget for god psykisk helse og utvikling. Samtidig vet vi at en del barn allerede i barneskolealder opplever ensomhet eller føler seg utenfor – og disse erfaringene kan følge dem inn i ungdomstiden. Ungdom står i en særlig sårbar fase, der identitet, tilhørighet og mestring er avgjørende. Fullføring av videregående skole er en av de mest betydningsfulle faktorene for å sikre innenforskap, både sosialt og økonomisk. Samtidig vil fremtidens arbeidsliv i liten grad ha plass til ufaglærte, noe som gjør frafall til en betydelig risiko for langvarig utenforskap. Ungdom som strever psykisk, som mangler nettverk, som opplever mobbing eller sosial eksklusjon, eller som har vanskelige hjemmeforhold, står i større fare for å miste både motivasjon, mestring og tilhørighet. Et sterkt lokalsamfunn, gode kultur- og idrettstilbud, frivillighet og trygge voksne rundt ungdommene bidrar til å bygge vennskap og gi dem tilhørighet og trygghet inn i voksenlivet.

2.2.2 Voksne

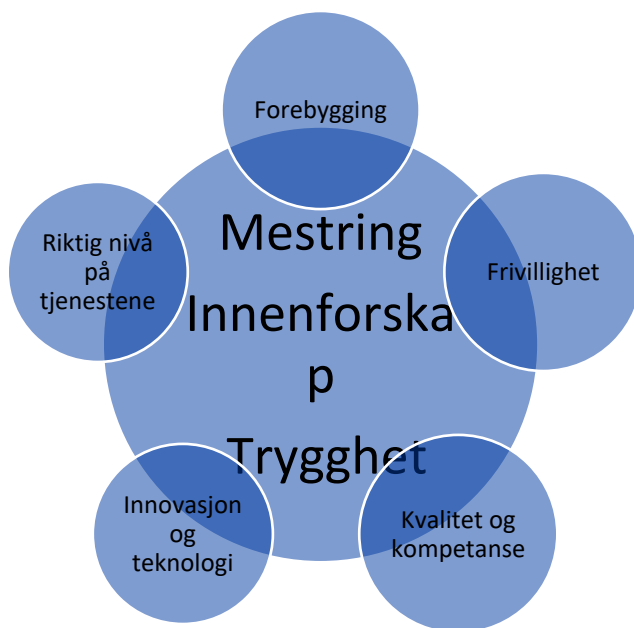
Hos voksne handler innenforskap i stor grad om arbeid, deltakelse og sosiale relasjoner. I Krødsherad står rundt 13 prosent av innbyggerne i alderen 20–40 år utenfor arbeidslivet, noe som ikke bare utfordrer den enkelte, men også kommunen i møte med framtidig mangel på arbeidskraft. Utenforskap i voksenlivet er sjelden et resultat av ett forhold alene. Utenforskap kan henge sammen med psykiske plager, somatiske sykdommer, lav kompetanse, språkbarrierer, økonomiske utfordringer eller svakt sosialt nettverk. Arbeid gir ikke bare inntekt, men også struktur, mening, tilhørighet og sosial kontakt. Derfor må innsatsen mot utenforskap i denne fasen koble arbeid, mestring og fellesskap på en helhetlig måte. Integrering er en viktig del av å forebygge utenforskap. Nyankomne som raskt får tilgang til språk, utdanning, arbeid og sosiale møteplasser har langt bedre forutsetninger for å skape nye vennskap, bli en del av lokalsamfunnet og oppleve mestring. Frivilligheten spiller også en nøkkelrolle i å bygge broer, skape relasjoner og gi innbyggere i alle aldre mulighet til å delta i meningsfulle fellesskap.

2.2.3 Eldre

For eldre blir ensomhet og utenforskap stadig mer aktuelt. Når befolkningen eldes, får flere mindre nettverk, og overganger som tap av ektefelle, redusert helse eller flytting kan svekke følelsen av tilhørighet. Folkehelseundersøkelser viser at en betydelig andel eldre opplever ensomhet, og konsekvensene kan være alvorlige – både psykisk og fysisk. Ensomhet øker risikoen for psykiske plager, kognitiv svikt, redusert funksjon og kortere levetid. Samtidig vil god sosial tilknytning redusere behovet for helse- og omsorgstjenester. Fremtidens eldreomsorg må derfor i større grad legge vekt på nettverk, fellesskap og alternative boformer som fremmer sosial kontakt.

3 Satsningsområder for bærekraftige tjenester

Med bakgrunn i de skisserte utfordringer kommunen står overfor, er det prioritert fem satsingsområder. Satsingsområdene er grunnleggende for at sektoren skal oppnå de tre hovedmålene av opplevelser innenfor mestring, trygghet og innenforskap. På tvers av Danmark er det flere kommuner som har arbeidet målrettet med å flytte innsatsen oppstrøms, altså styrke forebygging og tidlig innsats for å redusere behovet for reparerende og ressurskrevende tjenester. Erfaringer viser hvordan systematisk arbeid kan gi stor effekt hos både innbyggere og tjenester.



Figur laget med inspirasjon fra Lier kommune.

3.1 Forebygging

Forebygging er et viktig prioriteringsområde på tvers av hele livsløpsperspektivet og i hele kommunen. Fokus på helsefremmende oppvekst og tiltak, folkehelse, tidlig innsats, bevisstgjøring og styrking av innbyggerne sin kompetanse om egen helse og livsmestring er viktig. Dette bidrar til å utvikle bærekraftige tjenester som møter fremtidige behov. Slikt arbeid kan støtte innbyggere i å ta vare på egen helse, håndtere utfordringer og medvirke aktivt i eget liv. Over tid kan en systematisk satsing på dette området redusere etterspørselen etter mer omfattende kommunale tjenester.

Å satse på forebygging, innebærer å forebygge fremfor å reparere. I figuren under brukes begrepet *forebygging* i en snevrere betydning enn i planen. I planen omfatter forebygging både helsefremmende arbeid, universelle tiltak og tidlig innsats, og brukes derfor som et bredere, overordnet begrep.



Universelle tiltak er grunnleggende i det forebyggende og helsefremmende arbeidet fordi de når hele befolkningen, uavhengig av individuelle forutsetninger og behov. Ved å styrke faktorer som fremmer trivsel, mestring og inkludering på tvers av grupper, reduseres risikoen for at problemer utvikler seg og forsterkes over tid. Universelle tiltak bidrar også til å utjevne sosiale helseforskjeller, skape robuste fellesskap og sikre at god helse ikke blir avhengig av den enkeltes ressurser. Når alle barn, unge og voksne får tilgang til trygge miljøer, gode tjenester og lik mulighet til å lykkes, legger kommunen et bærekraftig grunnlag for både tidlig innsats og langsiktig samfunnsutvikling.

Kommunen skal tilby støtte og tiltak der det er behov, for å forebygge utvikling av større utfordringer og mer omfattende behov for tjenester. Dette prinsippet gjelder for innbyggere i alle aldre, uavhengig av type utfordring eller livssituasjon. Eksempler på dette kan være tilpassede boformer og bofellesskap gjennom de ulike fasene i livsløpet. Forebygging som tidlig innsats er viktig for å unngå lange og krevende oppfølgingsløp. Rask og riktig innsats kan bidra til bedre mestring og økt livskvalitet både på kort og lang sikt, for eksempel ved langvarige utfordringer eller funksjonsnedsettelser.

Erfaringer fra Danmark viser tydelig hva en slik satsing på forebygging kan bety. Danske kommuner, særlig Fredericia, har gjennom systematisk arbeid med tidlig, tverrfaglig og intensiv innsats dokumentert både kvalitativ og økonomisk effekt. Fredericia-modellen viser at når innbyggernes egne mål blir styrende for innsatsen gjennom strukturert kartlegging, tett oppfølging og intensiv startfase øker muligheten for mestring og selvhjelpenhet betraktelig. Erfaringene er derfor et sterkt empirisk bevis på at tidlig innsats faktisk virker, og understøtter betydningen av forebygging og målrettet innsats også i Krødsherad. Dette vil fungere som et grunnlag for videre arbeid ut i virksomhetene.



Source: Public Health Sudbury & Districts www.phsd.ca

Illustrasjonen visualiserer forskjellen mellom tiltak som settes inn *nedstrøms* (downstream) og tiltak som settes inn *oppstrøms* (upstream). Nedstrøms viser personer som arbeider intensivt med å redde individer som allerede har «falt i elven». Dette illustrerer ressurskrevende reparerende tjenester og akutt innsats rettet mot å håndtere konsekvensene av utfordringer som allerede har oppstått. Oppstrøms finner man kilden til utfordringene for å identifisere og redusere de underliggende årsakene til at mennesker «faller i elven». Denne delen av illustrasjonen symboliserer forebyggende og tidlige tiltak som er samfunnsøkonomisk bærekraftig og øker opplevelsen av mestring hos den enkelte.

3.2 Frivillighet

Frivillighet spiller en vesentlig rolle i å skape sosiale møteplasser, aktivitetstilbud og støtteordninger som bidrar til innenforskap, livskvalitet og mestring. Krødsherad har en lang tradisjon med frivillighet, noe som gjenspeiler seg i de mange ulike lag, frivillige organisasjoner og foreninger som allerede kan vise til høy grad av aktivitet og engasjement. Kommunen ønsker å legge til rett for et videre strukturert og forutsigbart i samarbeid med disse, og anerkjenner frivillighetens verdi og betydning for bygda.

Frivillig innsats skal være et supplement, og ikke en erstatning, for de kommunale tjenestene. Kommunen ønsker å samarbeide om utvikling og drift av aktivitetstilbud, støtte frivillige initiativ gjennom kompetanseheving og anerkjennelse, samt skape møteplasser og arenaer for samhandling mellom kommunen og frivillige aktører.

For å utvikle Krødsherad til å være et helsefremmende lokalsamfunn og for å møte utfordringsbildet, bør tiltak som oppmuntrer til aktivitet, samhold og engasjement støttes opp under. Dette er tiltak som bidrar til livsmestring, gir en opplevelse av tilhørighet, mulighet for aktivitet og engasjement – noe som er viktige faktorer gjennom hele livet.

3.3 Kvalitet og kompetanse

For å sikre trygge, forsvarlige og faglig solide tjenester er kontinuerlig kompetanseutvikling avgjørende. Tjenestene skal bygge på oppdatert og forskningsbasert kunnskap, og ansatte må ha nødvendig faglig trygghet for å kunne møte innbyggernes behov på en god og profesjonell måte.

Når medarbeidere opplever mestring i arbeidshverdagen, øker både motivasjon og engasjement. En ledelse som legger til rette for utvikling, mening og medvirkning, bidrar til et godt arbeidsmiljø og styrker kvaliteten i tjenestene.

Erfaringer fra både Norge og Danmark viser at kvalitetsutvikling lykkes best der man har tydelige tverrfaglige team, systematisk måloppfølging og en klar ledelsesforankring. Implementering av nye arbeidsformer enten det gjelder rehabiliterende praksis, forebyggende arbeid eller pedagogiske metoder kan utfordres av kultur, etablerte rutiner og ulike fagtradisjoner. Dette understreker behovet for målrettet kompetanseutvikling, felles forståelse og aktiv endringsledelse.

Sektoren har store muligheter til å utnytte eksisterende kompetanse mer målrettet. Det innebærer å bruke kompetansen på tvers av tjenesteområder, styrke samarbeidet mellom fagmiljøer og sikre at ansatte brukes der deres faglighet har størst effekt. En helhetlig og strategisk tilnærming til kompetanse gir robuste tjenester som er bedre rustet til å møte både dagens og framtidige behov.

3.4 Innovasjon og teknologi

3.4.1 Innovasjon

Utgangspunktet for enhver innovasjonsprosess skal være ønsket om å styrke innbyggernes mestring og deltakelse. Fremtidsrettede løsninger skal bidra til at barn får en tryggere oppvekst, at unge opplever tilhørighet og at voksne og eldre får mulighet til å leve selvstendig etter egne forutsetninger.

Fremtidens tjenestetilbud krever at vi utvikler en kultur der ansatte på tvers av fagområder tør å prøve nye metoder og samarbeider om å finne gode løsninger. En innovasjonskultur handler om å være nysgjerrig, bruke kunnskap aktivt og våge å tenke nytt i møte med komplekse behov. Når ansatte får mulighet til å utvikle kompetanse, utforske nye arbeidsformer og bli involvert i utviklingsarbeid, skapes robusthet og bærekraft i tjenestene.

For å møte de omfattende endringene kommunen står i, må innovasjon være en integrert del av tjenesteutviklingen gjennom hele livsløpet. En fremtidsrettet tilnærming handler ikke bare om å ta i bruk ny teknologi, men om å skape smartere, tryggere og mer bærekraftige løsninger som setter innbyggernes behov i sentrum. Innovasjon skal bidra til bedre tjenester for barn, unge, voksne og eldre og samtidig sikre at kommunen bruker ressursene på en måte som gjør oss i stand til å møte morgendagens utfordringer.

3.4.2 Teknologi

Teknologiske løsninger kan gjøre at flere får mulighet til å oppleve frihet, trygghet, mestringsfølelse og kontroll over eget liv. Løsningene kan bidra til en enklere hverdag for innbyggere i alle aldre og gjøre det mulig å bo lengre hjemme. Teknologi kan benyttes i arbeid, hjemme, skole, institusjon, barnehage eller på fritiden.

Ny teknologi utfordrer den tradisjonelle måten å yte tjenester på, og stiller krav til både faglig og teknologisk kompetanse. Bruk av teknologi krever kompetanseløft for ansatte og innbyggere. Sikkerheten må hele veien ivaretas gjennom faglig forankring og etisk refleksjon. Teknologiske løsninger må vurderes individuelt, med hensyn til innbyggers evne til å mestre dem.

Teknologiske løsninger brukt på riktig måte kan øke produktiviteten og redusere personellbehovet. Fremtidig teknologiutvikling og implementering bør ha som formål å avlaste personellet og bidra til mindre behov for arbeidskraft i tjenestene. Eksempler på løsninger er digital kommunikasjon mellom barnehage/skole/hjem, videokommunikasjon, trygghetsalarmer, elektroniske medisindispensere, GPS-sporing og digitale tilsyn og verktøy for dokumentasjon. Teknologien kan også være en støtte for pårørende og foresatte, og bidra til bedre tilgjengelighet og kvalitet i tjenestene.

3.5 Riktig nivå på tjenestene

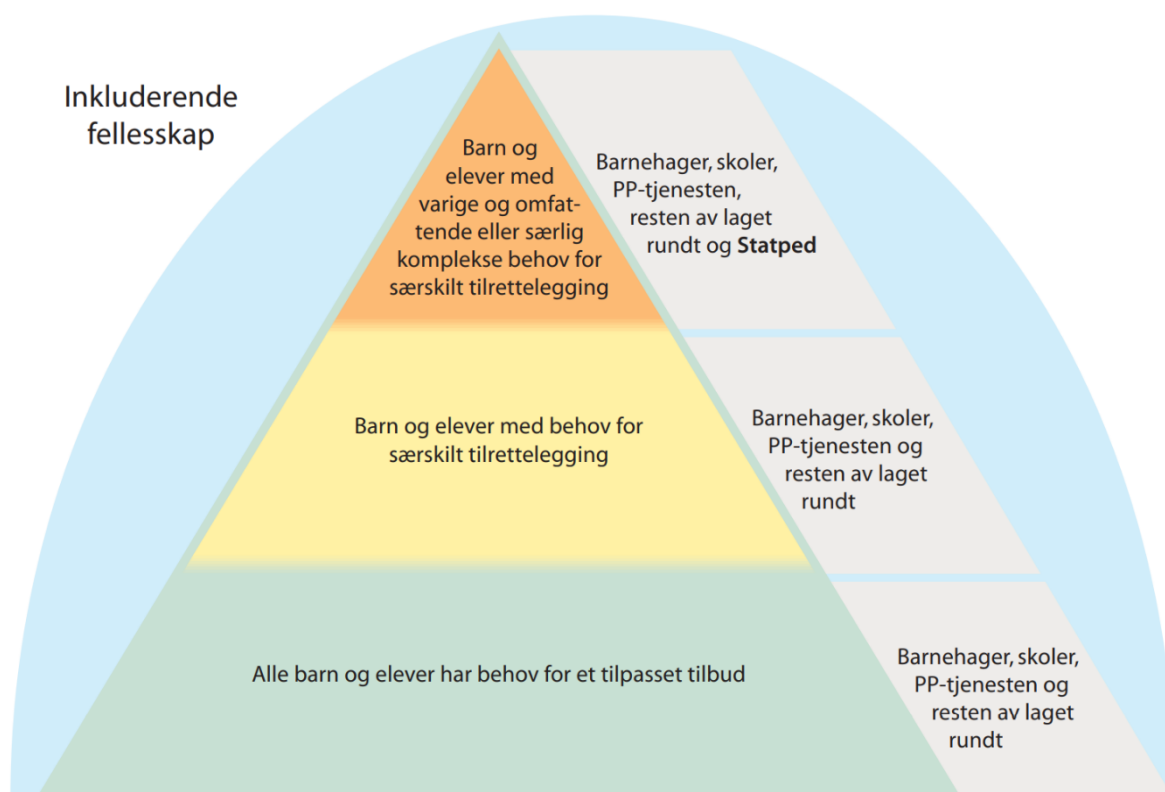
For å sikre bærekraftige tjenester på rett nivå, må tiltakene tilpasses den enkeltes behov, forutsetninger og mestringsevne. Dette handler om kvalitet på tjenesten for den enkelte, samt effektiv ressursbruk for kommunen. Å yte tjenester på riktig nivå handler ikke om å redusere tilbudet, men gjennom samskaping og medvirkning sikre at hjelpen er målrettet, tilpasset og ressursmessig forsvarlig. Det økende behovet i befolkningen skal møtes uten å gå på kompromiss med kvalitet, verdighet, innenforskap eller rettssikkerhet.

Tjenestene skal støtte den enkelte i å mestre hverdagen og utvikle sine ressurser så selvstendig som mulig. Dette betyr at tjenestene ikke skal være mer omfattende enn nødvendig, at den enkeltes egne ressurser og nettverk skal mobiliseres først, og at tiltakene skal bidra til mestring, utvikling og deltakelse, ikke til passivisering. Eksempler på dette kan være at den enkelte innbygger tar ansvar for egen helse og eget liv. Ved å tilby riktig hjelp til riktig tid kan man forebygge utfordringer, redusere behovet for mer omfattende tiltak og styrke livskvalitet, læring og deltakelse gjennom hele livsløpet.

Kommunens ressurser er begrensede, og det er viktig å bruke de der de gir størst effekt. Dette krever systematisk kartlegging og vurdering av behov, noe som skjer gjennom tverrfaglige vurderinger og dialog med den enkelte, familien og foresatte og eventuelt andre pårørende. Kommunen skal alltid vurdere muligheten for å ta i bruk teknologiske løsninger, hjelpemidler og pedagogiske tiltak som kan støtte mestring, læring og selvstendighet, samtidig som tjenestene organiseres effektivt. Tildeling og oppfølging av tjenester skal følge tydelige kriterier og prosedyrer.

Barn og unge

For barn og unge innebærer riktig nivå på tjenestene å legge til rette for trygg utvikling, læring og inkluderende fellesskap i barnehage, skole og fritid. Det vil alltid være et mål å gjøre dette på lavest mulig nivå til enhver tid. Dette innebærer blant annet samarbeid mellom barnehage, skole, helsetjenester og andre relevante tjenester. Det forutsetter et systematisk arbeid mellom tjenestene, og et kontinuerlig fokus på samarbeid mellom tjenester, den enkelte og foresatte.

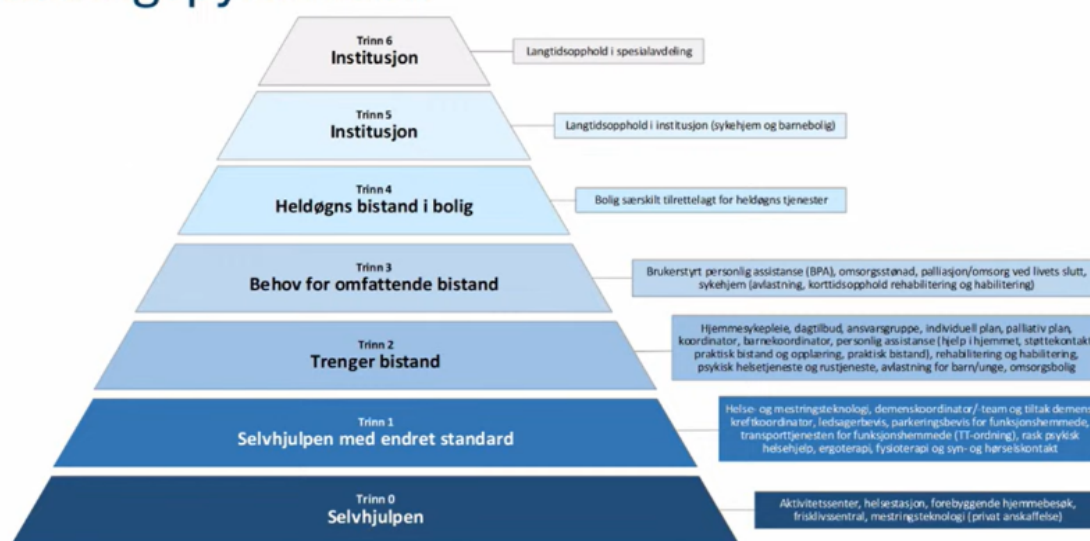


Forebygging gjenspeiler seg i fokuset på å løse utfordringer barn står i så tidlig som mulig. Ved å oppdage utfordringer tidlig og sette inn riktig støtte til riktig tid, kan man forebygge at utfordringer utvikler seg videre, samt redusere behovet for mer omfattende tiltak senere. En slik tilnærming fra tjenestene bidrar til bedre utvikling, lærings- og mestringmuligheter for barn og unge, og styrker deres mulighet til å delta aktivt i fellesskapet gjennom oppveksten.

Voksne og eldre

Mestringspyramiden nedenfor beskriver en ønsket utvikling i retning av mer forebygging, styrket egenmestring og riktigere bruk av kommunale tjenester. Pyramiden viser hvordan innsatsen bør flyttes nedover mot tiltak som støtter innbyggernes mulighet til å leve gode, selvstendige liv lengst mulig.

Mestringspyramiden



Pyramiden illustrerer økende grad av kommunal inngripen. Jo høyere opp, jo mer omfattende og ressurskrevende tjenester. Målet er å gi god hjelp når det trengs, men samtidig støtte innbyggerne slik at færrest mulig trenger omfattende tjenester.

Evalueringene fra blant annet Fredericia viser at når innbyggere får tidlig støtte, målrettet oppfølging og en rehabiliterende tilnærming, blir langt flere selvhjulpne. Samtidig reduseres behovet for vedtaksbaserte tjenester betydelig, med 14–15 prosent årlig. Effekten kommer fordi færre utvikler økende hjelpebehov, og fordi innsatsen blir kortere og mer målrettet.

3.5.1 Samskaping på tvers

Kommunen vil styrke samskaping mellom innbyggere, frivillighet og tjenestene innen livsløp. Ved å samarbeide på tvers av sektorer og mobilisere lokale ressurser, åpner vi for mer helhetlige tjenester, forebygging og bedre bruk av lokalsamfunnets samlede kompetanse. Samskaping bidrar til økt livskvalitet, sterkere fellesskap og god ressursbruk, og vil være sentralt i kommunens videre utvikling.

4 Mål og strategier

Sektor Livsløp har tre hovedmål for planperioden. Dette skal ligge til grunn for alt videre arbeid for både innbyggere og medarbeidere.

- Opplevelser av mestring i hverdagen
- Opplevelser av trygghet på alle arenaer
- Opplevelser av innenforskap og tilhørighet i fellesskapet

Arbeidet med hovedmålene vil naturlig nok være ulikt innen de ulike fagfeltene, men målene er like. Sektor Livsløp vil i planperioden jobbe kontinuerlig for å kunne videreutvikle samarbeid og samskaping på tvers, og vil etterstrebe en kunnskaps- og forskningsbasert tilnærming. For barn og unge vil alt arbeid gjøres med utgangspunktet i barnets beste.

4.1 Opplevelser av mestring i hverdagen

Mestring handler om å oppleve å få til noe, bli sett for egne styrker og få støtte til å møte utfordringer. Mestring er grunnleggende for læring, psykisk helse og det å være eier av eget liv. Alle innbyggere skal forberedes på å mestre eget liv og delta i framtidig arbeids- og samfunnsliv. Foreldre spiller en nøkkelrolle i barns liv, og tjenestene skal være til støtte for familien og fremme trygg oppvekst. Senere i livet vil pårørende, nettverk og tjenester ha samme funksjon for voksne og eldre. God kompetanse i tjenestene og bred faglig sammensetning er nødvendig for at alle, uavhengig av bakgrunn og funksjonsnivå, skal få utvikle sitt potensial. Tilhørighet, en trygg familie og meningsfulle fritidsarenaer er avgjørende gjennom hele livet.

Mål for mestring:

- Alle innbyggere, samt brukere av ulike tjenester skal møte realistiske forventninger og oppleve progresjon
- Kommunens tjenester skal være varierte, inkluderende og tilpasset den enkeltes behov og livssituasjon gjennom hele livsløpet
- Kommunens tjenester skal styrke den enkeltes evne til egenmestring, slik at flest mulig kan leve selvstendige og meningsfulle liv lengst mulig
- Tidlige tegn på behov for støtte skal fanges opp, og tiltak skal settes inn tidlig for å forebygge større utfordringer senere i livsløpet

Strategier for barn og unge:

- Støtte foresatte i egen rolle
- Systematisk arbeid med lek som læringsarena
- Styrking av medarbeideres kompetanse i inkluderende praksis
- Styrket fokus på grunnleggende ferdigheter
- Tidlig kartlegging og oppfølging
- Tverrfaglig samarbeid for tidlig innsats og forebygging
- Tilpasset opplæring og varierte undervisningsmetoder
- Kontinuerlig godt samarbeid mellom barnehage, skole, PPT, helsetjenester, barnevern og andre relevante instanser

Strategier for voksne og eldre:

- Støtte pårørende og nære relasjoner
- Legge til rette for læring, mestring og deltakelse gjennom hele livet
- Tverrfaglig samarbeid for tidlig innsats og forebygging
- Ta utgangspunkt i innbyggernes ressurser
- Styrke veilederkompetansen hos medarbeidere
- «Hva er viktig for deg»-tilnærming i møte med innbyggere og brukere
- Støtte innbyggere i å mestre og ta ansvar for eget liv

4.2 Opplevelser av trygghet på alle arenaer

Trygghet handler om å oppleve forutsigbarhet, tilhørighet og støtte gjennom hele livsløpet. En grunnleggende følelse av trygghet er avgjørende for læring, utvikling, god helse og muligheten til å delta aktivt i eget liv og i samfunnet. For at innbyggerne skal oppleve trygghet i hverdagen, må de møte tjenester og omgivelser som er forutsigbare, inkluderende og tydelig til stede.

Barn og unge trenger trygge voksne, gode relasjoner og forutsigbare rammer både hjemme, i barnehage, på skole og i fritidsmiljøene. En trygg oppvekst gir et sterkt fundament for senere mestring, god helse og deltakelse. Foreldre og foresatte er den viktigste trygghetsfaktoren i barns liv, og kommunens tjenester skal styrke og støtte dem i denne rollen. Gode nærmiljø, aktiv frivillighet og tilgang på varierte fritidsarenaer bidrar til fellesskap der barn og unge kan vokse.

For voksne og eldre handler trygghet om å bli møtt med respekt, tilgjengelige tjenester, forutsigbar oppfølging og et nettverk som bidrar til tilhørighet. Muligheten til å bo hjemme lengst mulig, trygghet i møte med helsetjenesten og opplevelsen av å bli sett som et helt menneske er avgjørende for livskvalitet. Pårørende og nærmiljø er viktige samarbeidspartnere, og tjenestene må støtte på en god og bærekraftig måte.

Trygghet skapes i fellesskap. Kommunen vil planlegge og prioritere ressursene slik at hver enkelt opplever trygge omgivelser og inkluderende fellesskap gjennom hele livsløpet. Dette vil være avgjørende i en tid med demografiske endringer.

Mål for trygghet:

- Overganger oppleves som forutsigbare og sammenhengende, slik at trygghet oppleves gjennom endringer i livet
- Kommunens tjenester skal preges av respekt, verdighet og god relasjonskompetanse, slik at innbyggerne opplever å bli sett, hørt og tatt på alvor
- Innbyggerne skal oppleve reell medvirkning i utforming og gjennomføring av tjenester
- Innbyggere som mottar kommunale tjenester skal oppleve at hjelpen er forutsigbar, koordinert og pålitelig
- Tjenestene arbeider kunnskapsbasert
- Nulltoleranse for mobbing, vold og krenkelser

Strategier for barn og unge:

- Trygge foreldre som gir god omsorg
- Trygge overganger mellom barnehage, skole, ungdomstrinn og videregående opplæring
- Systematisk arbeid med relasjonskompetanse hos ansatte
- Felles kommunale rutiner for håndtering av mobbing og krenkelser
- Styrket foreldresamarbeid
- Videreutvikle koordinerende funksjoner for barn og unge som har behov for flere tjenester samtidig

Strategier for voksne og eldre:

- Kommunen og innbyggerne skal sammen legge til rette for at den enkelte kan bo trygt i egen bolig så lenge som mulig
- Systematisk bruke tilbakemeldinger fra brukere for å forbedre kvaliteten i møtet mellom tjenesteyter og bruker
- Styrke ansattes kompetanse i relasjonsarbeid, kommunikasjon og etisk refleksjon
- Videreutvikle hjemmebaserte tjenester som det primære omsorgstilbudet
- Videreutvikle koordinerende funksjoner for voksne og eldre som har behov for flere tjenester samtidig

4.3 Opplevelser av innenforskap og tilhørighet i fellesskapet

Innenforskap oppnås ved at alle innbyggere opplever tilhørighet, uavhengig av bakgrunn og livssituasjon. Kommunen og lokalmiljøet skal bidra med støtte gjennom familie, frivillige og tjenester, tilpasset den enkeltes behov.

Å føle seg som en verdifull del av fellesskapet er avgjørende for trivsel og livskvalitet gjennom hele livet. Barnehage, skole, arbeid og møteplasser spiller en viktig rolle i å skape inkluderende miljøer der alle får delta og utvikle seg.

Hele lokalsamfunnet har ansvar for å skape trygge og inkluderende livsvilkår. Dette krever rause medmennesker som bygger gode relasjoner og ser den enkeltes styrker. Kommunens ansatte og tjenester skal holde høy kvalitet og gi tidlig og helhetlig støtte til innbyggere som trenger det.

Mål for innenforskap:

- Alle innbyggere har minst én arena der de opplever tilhørighet
- Forskjeller i levekår fører ikke til ekskludering
- Mangfold anerkjennes som en ressurs
- Øke inkluderingen og deltakelsen i lokalsamfunnet for alle aldersgrupper
- Styrke følelsen av tilhørighet og fellesskap

Strategier for barn og unge:

- Inkluderende praksis blant foresatte, barnehage og skole
- Samarbeide tett med frivilligheten for å skape inkluderende arenaer for deltakelse gjennom hele livet
- Bidra til å redusere økonomiske barrierer for deltakelse
- Styrket innsats for barn og unge i sårbare livssituasjoner
- Legge til rette for sosiale møteplasser og aktiviteter som styrker fellesskap og forebygger opplevelsen av ensomhet

Strategier for voksne og eldre:

- Legge til rette for sosiale møteplasser og aktiviteter som styrker fellesskap og forebygger opplevelsen av ensomhet
- Samarbeide tett med frivilligheten for å skape inkluderende arenaer for deltakelse gjennom hele livet
- Tidlig identifisere og sammen finne løsninger for voksne og eldre som står i fare for sosial isolasjon
- Tilrettelegge bomiljøer, nærmiljø og alternative boformer som fremmer kontakt, deltakelse og trygghet

- Støtte pårørende, ta i bruk teknologi og bidra til at de får mulighet til å opprettholde nettverk og relasjoner
- Fremme integrering og sikre at mangfold anerkjennes som en ressurs

Vertskap i verdensklasse!



Krødsherad
kommune

krodsherad.kommune.no

