

Spørjeundersøking «Leve heile livet» i Lesja kommune

Spørjeundersøking «Leve heile livet» i Lesja kommune

Bakgrunn for undersøkinga

«Leve heile livet» (Stortingsmelding 15 2017-2018) er namnet på ein kvalitets- og samfunnsreform for personar over 65 år, som bur eller oppheld seg i kommunen. Dei som bur i fritidsbustad og hytteeigarar i kommunen er og velkomne til å svare på undersøkinga. Målet med reforma er eit meir aldersvennleg samfunn der eldre kan leve gode liv og delta i fellesskapet. Dette inneber betre tenester og tilbod, men også eit eldrevennleg samfunn der eldre får brukt ressursane sine og tek ansvar for å planlegge eigen alderdom.

For å kunne skape eit meir aldersvennleg samfunn i Lesja kommune, treng vi di meining og dine innspel. Vi håper derfor du tek deg tid til å svare på nokre spørsmål knytt til dei fem innsatsområda i reforma.

Undersøkinga er først og fremst retta mot personar 65+, men pårørende er også velkomne til å svare på undersøkinga. Bruk gjerne fritekstfeltet til å kome med forslag til tiltak. Undersøkinga kan du svare på både digitalt og på papir.

Tusen takk for innspel og engasjement!

Beste helsing Lesja kommune.

*1. Om deg

Mann

Kvinne

*2. Alder

65 – 75 år

75 – 85 år

Over 85 år

Spørjeundersøking «Leve heile livet» i Lesja kommune

*3. Svarer du på undersøkinga som pårørande?

Ja

Nei

*4. Korleis er bustadsituasjonen din?

Eg bur aleine

Eg bur saman med ektefelle/ sambuar/ familie

Eg bur i omsorgsbolig (Lesjatun/Eldres senter)

Eg bur på institusjon

Eg bur i hytte eller fritidsbustad

*5. Mottek du helse- og velferdstenester? (døme: matombringing, heimesjukepleie, heimehjelp)

Nei

Ja

*6 Dersom «Ja» kva helse- og velferdstenester mottek du?

Spørjeundersøking «Leve heile livet» i Lesja kommune

Eit aldersvennleg samfunn

«Leve heile livet» reforma inviterer innbyggjarane til å vera med å skape eit aldersvennleg samfunn. Dei eldre blir særleg utfordra til å engasjere seg i planlegging av eigen alderdom og utforming av nærområde og lokalsamfunn. Eit trygt, inkluderande og tilgjengeleg lokalsamfunn gir auka livskvalitet for heile befolkninga.

7. Kor god kjennskap har du til eldrerådet i Lesja kommune?

Ingen kjennskap Litt kjennskap Noko kjennskap God kjennskap Svært god kjennskap

8. I kva grad vil du seie at du planlegg og tek ansvar for eigen alderdom, inkludert tilrettelegging av eigen bustad?

I svært liten grad I nokon grad I ganske stor grad I stor grad I svært stor grad

9. I kva grad vil du seie at du engasjerer deg i nærområdet ditt?

I svært liten grad I nokon grad I ganske stor grad I stor grad I svært stor grad

10. Kunne du tenkt deg å bruke erfaringa og kunnskapen din i frivillig arbeid?

Nei takk

Kanskje

Ja, gjerne!

Veit ikkje

11. Kva betyr eit «aldersvennleg samfunn» for deg? Skriv inn:

Spørjeundersøking «Leve heile livet» i Lesja kommune

Ernæring og matglede

Næringsrike og regelmessige måltid er viktige for helsa vår, men har også ei sentral rolle når det gjeld sosialt fellesskap og kultur. Samstundes slit mange med dårleg appetitt, mistrivst med å ete måltida åleine og/ eller å lage mat.

12. I kva grad vil du seie at du får i deg god og næringsrik mat?

I svært liten grad I nokon grad I ganske stor grad I stor grad I svært stor grad

13. I kva grad vil du seie at du opplever matglede/ glede over måltida?

I svært liten grad I nokon grad I ganske stor grad I stor grad I svært stor grad

14. Kor mange dagar i løpet av ei veke et du saman med andre?

0

1

2

3

4

5

6

7

Spørjeundersøking «Leve heile livet» i Lesja kommune

15. Dersom du får middag levert (matutkøyring), kor fornøgd er du med tilbodet?

1 stjerne

2 stjerner

3 stjerner

4 stjerner

5 stjerner



16. Dersom du bur eller oppheld deg på institusjon, i kor stor grad får du velja kva du vil ete?

Ikkje i det heile tatt

I svært liten grad

I nokon grad

I stor grad

I svært stor grad

17. Kva er viktig for deg for at du skal kunne gle deg over maten og måltida i kvardagen? Skriv inn:

Aktivitet og fellesskap

Fysiske, sosiale og kulturelle aktivitetar gjer at vi kan leve livet – heile livet. Mange kjenner seg einsame når livssituasjonen endrar seg. Dette kan gjere det vanskeleg å halde oppe eit sosialt nettverk og fysisk aktivitet.

18. I kva grad er fysisk aktivitet viktig for deg?

Ikkje i det heile tatt

I svært liten grad

I nokon grad

I stor grad

I svært stor grad

Spørjeundersøking «Leve heile livet» i Lesja kommune

19. Kor mange dagar i veka er du normalt i fysisk aktivitet i minimum 30 min per dag?

0

1

2

3

4

5

6

7

20. Kor mange dagar i løpet av ei veke driv du fysisk aktivitet saman med andre?

0

1

2

3

4

5

6

7

Spørjeundersøking «Leve heile livet» i Lesja kommune

21. I kva grad synest du det er enkelt å finne informasjon om ulike aktivitetar og arrangement i kommunen?

Svært vanskeleg Litt vanskeleg Verken eller Ganske enkelt Svært enkelt

Dersom «ganske enkelt» eller «svært enkelt»: Kvar finn du denne informasjonen?

- Vigga og GD papiravisa
- Vigga og GD nettavisa
- Kommunens nettside/aktivitetskalender
- Kommunens facebook-side
- Oppslagstavlene i bygda
- Frå lag/ organisasjonar du er medlem i
- Informasjon frå venner og kjende
- Anna, skriv inn:

22. I kva grad vil du seie at du opplever glede og gode stunder i kvardagen?

Ikkje i det heile tatt I svært liten grad I nokon grad I stor grad I svært stor grad

Spørjeundersøking «Leve heile livet» i Lesja kommune

23. Kor ofte deltek du på ulike sosiale og/ eller kulturelle arrangement?

- Aldri
- Sjeldan
- Ganske ofte
- Så ofte eg kan

24. I kva grad kjenner du deg einsam?

- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| Svært einsam | Ganske einsam | Verken eller | Eg kjenner meg ikkje einsam |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

25. Korleis kjem du deg som oftast til ulike aktivitetar og arrangement?

- Eg køyrer sjølv
- Eg sit på med andre
- Eg reiser kollektivt
- På annan måte, skriv inn:

Helsehjelp

Eldre skal kunna bu heime så lenge som mogeleg og få støtte til å meistre kvardagen, trass i sjukdom og funksjonssvikt. Målet er rett hjelp til rett tid. Kva er viktig for deg?

Spørjeundersøking «Leve heile livet» i Lesja kommune

26. I kva grad opplever du tap av funksjon? (eks. nedsett syn, hørsel, fysisk og/eller psykisk helseproblem)

Ikkje i det heile tatt I liten grad I nokon grad I stor grad I svært stor grad

27. I kva grad kjenner du til det førebyggjande helsetilbodet i kommunen? (Spinning, bassentrening, treningstilbod, turstigar osv.)

Ikkje i det heile tatt Litt kjennskap Ganske god kjennskap God kjennskap Svært god kjennskap

28. I kva grad kjenner du til rehabiliteringstilbodet i kommunen?

Ikkje i det heile tatt Litt kjennskap God kjennskap Svært god kjennskap

29. I kva grad opplever du å få den hjelpa du synest er viktig for deg?

Ikkje i det heile tatt I liten grad I nokon grad I stor grad I svært stor grad

Samanheng i tenestene

Vi ønskjer betre samarbeid mellom spesialist- og kommunehelsetenesta, men også på tvers av dei ulike einingane i kommunen. Målet er å gje eldre og deira pårørande større tryggleik og føreseielege pasientforløp og overgangar. Målet er også å gje støtte og avlastning til pårørande som tar vare på sine nærmaste.

30. I kva grad ønskjer du informasjon om helsetilboda i kommunen?

Ikkje i det heile tatt I liten grad I nokon grad I stor grad I svært stor grad

Spørjeundersøking «Leve heile livet» i Lesja kommune

31. I kva grad opplever du at du blir involvert/spurt om kva helsetenester du treng og kva som er viktig for deg?

Ikkje i det heile tatt I liten grad I nokon grad I stor grad I svært stor grad

32. I kva grad opplever du at det er samanheng/ kontinuitet i helsetenestene?

Ikkje i det heile tatt I liten grad I nokon grad I stor grad I svært stor grad

33. Dersom du har hatt hjelp frå helsetenestene, kva var bra med tilbodet du fekk? Kva kunne ha vore betre? Skriv inn:

34. Har du andre innspel eller tankar du vil dele med oss? Vi vil svært gjerne ha tilbakemeldingane dine, både ris og ros. Skriv inn:

TUSEN TAKK for at du tok deg tid til å svare på denne undersøkinga!

Spørjeundersøking «Leve heile livet» i Lesja kommune

Spørjeskjema blir lagt ut på, Bunnpris Bjorli, Bunnpris Lesjaskog, COOP Lesjaverk, JOKER Lesja sentrum og Lesja kommunehus.

Spørjeskjema blir også lagt ut på Eldres senter, Lesjatun og Lesja helsehus/sjukeheimen.

Der blir det også sett ut kvite postkasser. I desse skal ferdig utfylte skjema leggjast.

Ferdig utfylte skjema kan også leverast/sendast Lesja kommunehus

Svarfrist 23.oktober 2020.