

Stefna Sveitarfélagsins Ölfuss

Í málefnum eldri borgara

2026 – 2036

Formáli

Málefni eldri borgara í Sveitarfélaginu Ölfusi eru grundvallarpáttur í uppbyggingu sterks og gróskumikils samfélags. Skýr framtíðarsýn og markviss vinna að framþróun á breiðum vettvangi, sem snýr að lífsgæðum eldri borgara, er lykilatriði. Í stefnumótun í málefnum eldri borgara hefur verið lögð áhersla á að skapa heildstæða sýn þar sem öll þjónusta sveitarfélagsins við eldri borgara er skoðuð sem ein samfelld heild.

Í stefnunni er dregið fram hvaða málaflokkar hafa áhrif á líf og lífsgæði eldri borgara og settar fram áherslur sveitarfélagsins. Mikilvægt er að stefnan sé lifandi, taki mið af samfélagslegri þróun, nýjustu þekkingu og breytilegum þörfum íbúa.

Lagt er til að stefna Sveitarfélagsins Ölfuss í málefnum eldri borgara gildi á árunum 2026 – 2036. Á tímabilinu verði unnin aðgerðaáætlun til 1–3 ára í senn ásamt kostnaðaráætlun, þar sem skilgreindir verða ábyrgðaraðilar verkefna. Aðgerðaáætlunin taki mið af stefnunni og fjárveitingum til málaflokksins hverju sinni. Jafnframt verði stefnan endurskoðuð eftir þörfum, enda er málaflokkur eldri borgara í stöðugri þróun.

Við vinnu að stefnumótuninni var haft viðtækt samráð. Rætt var við eldri borgara í íbúðum aldraðra, Félag eldri borgara og verkefnisstjóra í heilsuefningu 60+. Fundað var með fulltrúum heilsugæslunnar í Þorlákshöfn og starfsfólki öldrunarþjónustu. Íbúafundur um málefni eldri borgara var haldinn haustið 2023 og málþing um málefni eldra fólks var haldið í október 2024. Báðir fundir voru vel sóttir og höfðu niðurstöður fundanna áhrif á mótun stefnunnar. Fjölskyldu- og fræðslunefnd hefur verið ráðgefandi gagnvart bæjarstjórn í málaflokknum og unnið með stefnudrögin, auk þess sem Öldungaráð veitti álit sitt.

Heimsmarkmið sameinuðu þjóðanna og málefni eldri borgara



Við mótun stefnu um málefni eldri borgara var tekið mið af heimsmarkmiðum Sameinuðu þjóðanna um sjálfbæra þróun.

Heimsmarkmiðin eru 17 talsins og miða að því að enginn verði skilinn eftir, óháð aldri eða stöðu. Þau ná því einnig til eldri borgara og styðja við þátttöku, virkni og velferð þeirra í samfélaginu.

Markmiðin eru viðtæk og snerta flest svið samfélagsins. Á Íslandi hefur verið ákveðið að forgangsraða hluta undirmarkmiðanna við innleiðingu þeirra.

Í ljósi þess að heimsmarkmiðin byggja á langtímasýn er mikilvægt að horfa til þeirra við mótun stefnu sveitarfélaga.

HEIMSMARKMIÐIN

Markmið Sameinuðu þjóðanna um sjálfbæra þróun



Gildin okkar og leiðarljós

Stefna Ölfuss í öldrunarmálum byggir á fjórum leiðarljósum: gleði, hamingju, sjálfsefningu og þjónustu.

Gleði og félagsleg tengsl skipta miklu máli á efri árum og draga úr einangrun og einmanaleika.

Hamingja er einkunnarorð Sveitarfélagsins Ölfuss og byggir meðal annars á jákvæðu viðhorfi og góðum aðstæðum til að lifa innihaldsríku lífi.

Sjálfsefning styður við sjálfstæði og góða heilsu eins lengi og kostur er, meðal annars með virkni, forvörnum og nýtingu velferðartækni.

Þjónusta þarf að vera persónuþúfuð og styðja við að fólk geti lifað sem eðlilegustu lífi þrátt fyrir breyttar aðstæður.

Eflandi umhverfi og þjónusta



Heimsmarkmið 3: Stuðla að heilbrigðu líferni og vellíðan fyrir alla frá vöggju til grafar

Sveitarfélagið Ölfus er fjölskylduvænt, heilsueflandi og framsækið sveitarfélag. Ölfusið býr yfir mannauði og þekkingu sem mikilvægt er að nýtist í samfélaginu því er virk þátttaka allra íbúa lykilatriði. Sveitarfélagið Ölfus setur umhverfið í öndvegi og hefur þarfir og velferð íbúa að leiðarljósi. Þjónusta skal miðast við fjölbreyttar þarfir eldri borgara og byggja á virðingu fyrir þekkingu, reynslu, skoðunum og sjálfsákvörðunarrétti þeirra. Þetta er gert í nánú samráði við íbúa og með virku samtali til að stuðla að heildrænni þjónustu. Til að tryggja heildstæða og samræmda þjónustu er mikilvægt að koma á formlegu samstarfi og samhæfðu verklagi milli ólíkra þjónustuveitenda og fagaðila. Slíkt samstarf skal byggja á sameiginlegu mati á þjónustupörf íbúa, þar sem félagsþjónusta, heimaþjónusta, heimahjúkrun og heilsugæsla vinna saman á skipulegan og gagnsæjan hátt. Með þessu er stuðlað að skilvirkni, samfelli í þjónustu og aukinni velferð eldri borgara.

Lögð er áhersla á:

- Jákvætt viðhorf og gleði
- Heilbrigðan lífsstíl
- Þátttöku í að snyrta nærumhverfið
- Gott aðgengi að þjónustu
- Öryggi eldri borgara
- Fjölbreytta menningu og þekkingu
- Að fólk hjálpist að og líti til hvert með öðru
- Að stuðla að virkni eldri borgara í málefnum samfélagsins
- Að fræða starfsfólk sem sinnir þjónustu við eldri borgara
- Sameiginlegt mat þjónustuveitenda og fagaðila á þjónustupörf íbúa

Leiðir til virkrar þátttöku:

- Bjóða uppá fræðslu og fjölbreytt námskeið
- Halda umhverfi snyrtilegu með þátttöku íbúa
- Viðhalda góðri heimaþjónustu og sjálfshjálpi
- Að félagsleg þjónusta styðji við þarfir eldri borgara
- Að upplýsingar um þjónustu og félagsstarf séu aðgengilegar á heimssíðu Ölfuss.
- Að viðhalda samvinnu og góðu samráði á milli þjónustuveitenda og fagaðila

Virk þátttaka og miðlun þekkingar



Heimsmarkmið 4: Tryggja jafnan aðgang allra að góðri menntun og stuðla að tækifærum allra til náms alla ævi

Heimsmarkmið 10: Draga úr ójöfnuði innan og á milli landa

Heimsmarkmið 16: Stuðla að friðsælum og sjálfbærum samfélögum fyrir alla menn, tryggja öllum jafnan aðgang að réttarkerfi og byggja upp skilvirkar og ábyrgar stofnanir fyrir alla menn á öllum sviðum

Sveitarfélagið Ölfus leggur áherslu á að eldri borgarar taki virkan þátt í samfélagslífinu, hvort sem er í menningu, listum eða félagsstarfi. Sjónarmið þeirra eru mikilvæg við mótun og uppbyggingu sveitarfélagsins. Eldri íbúar búa yfir dýrmætri þekkingu og reynslu sem vert er að miðla milli kynslóða. Til að stuðla að auknum samskiptum milli kynslóða er mikilvægt að koma á fót vettvangi fyrir miðlun þekkingar og reynslu, þar sem gagnvirkt upplýsingaflæði milli kynslóða er tryggt. Það má gera með fjölbreyttum hætti, til dæmis með því að unglingar kenni eldri borgurum á nútímatækni og að eldri borgarar miðli sinni reynslu til yngri kynslóða í skólum sveitarfélagsins eða á öðrum vettvangi sem sjálfbóðaliðar. Sjálfbóðaliðastarf hefur jákvæð áhrif á einstaklinga og samfélagið í heild og er lykilþáttur í framgangi fjölbreyttra verkefna. Stefnt er að því að efla enn frekar samstarf við sjálfbóðaliða á öllum aldri sem vilja leggja sitt af mörkum til að bæta lífsgæði eldri borgara og styrkja samfélagið. Öldungaráð gegnir mikilvægu hlutverki sem formlegur ráðgefandi aðili til sveitarstjórnar í málefnum eldri borgara.

Lögð er áhersla á:

- Félagsstarf aldraðra í Ölfusi
- Þátttöku í menningar- og listastarfsemi
- Fjölbreytt námskeið og fræðslu
- Að sjónarmið eldri borgara séu hluti af stefnumótun sveitarfélagsins
- Að hvetja til þátttöku í íþrótt-, menningar- og tómstundastarfi sem stuðlar að virkni og félagslegri þátttöku.

Leiðir til virkrar þátttöku:

- Standa fyrir og skipuleggja fjölbreytt námskeið fyrir eldri borgara
- Stefnt að því að vinna markvisst að þekkingarmiðlun á milli kynslóða
- Standa fyrir opnum íbúafundum um málefni sveitarfélagsins með þátttöku eldri borgara
- Styrkja félagsstarf aldraðra í þéttbýli og dreifbýli

Heilsuefling og forvarnir



Heimsmarkmið 3: Stuðla að heilbrigðu líferni og vellíðan fyrir alla frá vöggu til grafar

Heimsmarkmið 10: Draga úr ójöfnuði innan og á milli landa

Sveitarfélagið Ölfus er heilsueflandi samfélag þar sem líkamleg, andleg og félagsleg heilsa er undirstaða lífsgæða á efri árum. Auk almennrar fræðslu um heilsutengd málefni verður lögð áhersla á þátt eldri borgara sjálfra í að efla, viðhalda og bæta eigin heilsu þar sem daglegar lífsvenjur og jákvæð viðhorf skipta lykilmáli. Forvarnir, fræðsla og aðgengi að upplýsingum um heilsueflandi þjónustu fyrir eldri borgara í sveitarfélaginu eru mikilvægir þættir í heilsueflandi samfélagi. Sveitarfélagið mun tryggja gott aðgengi að slíkri þjónustu og bjóða reglulega upp á fræðslu um heilsutengd málefni fyrir íbúa Ölfuss.

Lögð er áhersla á:

- Fræðslu um hreyfingu, næringu og vellíðan
- Upplýsingar um heilbrigðisþjónustu í samvinnu við heilsugæslu HSu
- Heilsueflingu í formi þol – og styrktarþjálfunar
- Gott aðgengi að sjúkraþjálfun, iðjuþjálfun og sálgæslu
- Útiveru og hreyfingu
- Að viðhalda og skipuleggja áfram göngustíga til að tengja saman hverfi í þéttbýli og dreifbýli

Leiðir til virkrar þátttöku:

- Skipuleggja regluleg styrktar- og hreyfinámskeið í samstarfi við fagfólk
- Hvetja til sund- og gönguferða
- Kynna og styðja við verkefni sem stuðla að bættri heilsu
- Viðhalda góðri samvinnu við Heilbrigðisstofnun Suðurlands til að tryggja gott aðgengi að heilbrigðisþjónustu og forvarnarstarfi

Samgöngur og útivist



Heimsmarkmið 10: Draga úr ójöfnuði innan og á milli landa

Heimsmarkmið 11: Gera borgir og íbúðasvæði öllum mönnum auðnotuð, örugg, viðnámsþolin og sjálfbær

Í víðfeðmu sveitarfélagi eins og Ölfusi hafa samgöngur mikil áhrif á lífsgæði íbúa. Til að auðvelda búsetu í heimahúsi sem lengst er brýnt að tryggja öruggar og greiðar samgöngur innan sveitarfélagsins. Góðar samgöngur gera fólki kleift að sinna daglegum þörfum utan heimilis og draga úr hættu á félagslegri einangrun. Leita þarf fjölbreyttra lausna til að bæta samgöngur í Ölfusi. Aðlaðandi gönguleiðir, greiðfærir og upplýstir göngustígar, bekkir á gönguleiðum og vel hönnuð útivistarsvæði stuðla að aukinni útiveru, hreyfingu og bættri heilsu eldri borgara.

Lögð er áhersla á:

- Að hvetja til útiveru og hreyfingar
- Að viðhalda og skipuleggja áfram göngustígakerfi sem tengir hverfi í þéttbýli og dreifbýli
- Að leita fjölbreyttra lausna í samgöngum
- Að gera upplýsingar um samgöngumöguleika innan Ölfuss aðgengilegar

Leiðir til virkrar þátttöku:

- Vinna með ríkinu að því að jafna aðgengi íbúa að þjónustu með samgöngubótum
- Bæta og viðhalda gangstétta- og göngustígakerfi
- Bjóða uppá aðlaðandi gönguleiðir sem eru greiðfærar, upplýstar og öruggar
- Fjölga bekkjum og viðverusvæðum
- Tryggja falleg og aðgengileg útivistarsvæði sem hvetja til útiveru

Búseta og lífsgæði



Heimsmarkmið 11: Gera borgir og íbúðasvæði öllum mönnum auðnotuð, örugg, viðnámsþolin og sjálfbær

Heimsmarkmið 3: Stuðla að heilbrigðu lífni og vellíðan fyrir alla frá vöggu til grafar

Heimsmarkmið 9: Byggja upp viðnámsþolna innviði fyrir alla, stuðla að sjálfbærri iðnvæðingu og hlúa að nýsköpun

Fjölbreytt búsetuúrræði eru lykilforsenda þess að mæta þörfum ólíkra fjölskyldugerða og aldurshópa innan sveitarfélagsins. Þetta skal haft að leiðarljósi við skipulagningu nýrra hverfa.

Samkvæmt samþykktu skipulagi í Ölfusi er gert ráð fyrir uppbyggingu hjúkrunarheimilis. Stefnt er að því að eiga náið samtal og samstarf við heilbrigðisfyrirvöld um fyrirkomulag og rekstur þess.

Markmið sveitarfélagsins er að gera íbúum kleift að búa sem lengst á eigin heimili, með viðeigandi og fjölbreyttum stuðningi. Þar má nefna þjónustu á borð við heimsendan mat, félagslega heimaþjónustu og dagdvöl.

Félagsleg heimaþjónusta er ein af grunnstoðunum í þjónustu við þá sem búa heima. Hún þarf að vera valdeflandi og miða að því að viðhalda og efla færni og lífsgæði einstaklinga. Þverfagleg þekking félagsráðgjafa, hjúkrunarfræðinga, sjúkraþjálfara, iðjuþjálfara og þroskaþjálfara er lykilþáttur í þeirri þjálfun og stuðningi sem nauðsynlegur er fyrir fólk sem glímir við skerta færni eða heilsubrest á efri árum, svo það geti búið sem lengst í heimahúsi.

Lögð er áhersla á:

- Að styrkja einstaklinga til sjálfshjálpar og gera þeim kleift að búa sem lengst á eigin heimili við sem eðlilegastar aðstæður
- Að veita valdeflandi þjónustu til að viðhalda og efla færni og lífsgæði
- Að viðhalda félagslegu innliti til íbúa sem á þurfa að halda
- Að nýta velferðartækni til að styðja þjónustuþega í sjálfshjálpar og auka öryggi

Leiðir til virkrar þátttöku:

- Að stuðla að uppbyggingu íbúða sem henta mismunandi þörfum eldri borgara
- Að huga að lóðaframboði fyrir fjölbreytt búsetuform
- Að viðhalda heimaþjónustu og félagslegu innliti til eldri borgara
- Að hvetja íbúa til að aðstoða eldri borgara í gegnum sjálfboðaliðanet eða samgöngusamstarf

Aðstandendur

Með fjölgun eldri borgara eykst vægi aðstandenda sem lykilaðila í stuðningi, umönnun og velferð. Aðstandendur sinna oft fjölbreyttum og krefjandi verkefnum sem geta haft áhrif á líðan þeirra, heilsu og félagslega stöðu. Mikilvægt er að viðurkenna hlutverk þeirra sem samstarfsaðila í þjónustu við eldri borgara og tryggja að þeir hafi aðgang að viðeigandi stuðningi.

Lögð er áhersla á að aðstandendur fái aðgengilegar, skýrar og samræmdar upplýsingar um þjónustu, réttindi og úrræði, auk markvissrar ráðgjafar og fræðslu sem styður þá í hlutverki sínu. Sérstök áhersla er lögð á snemmtækan stuðning til að fyrirbyggja álag og bæta líðan aðstandenda.

Stuðlað verður að virkri þátttöku aðstandenda í ákvarðanatöku og skipulagi þjónustu, í samráði við hinn eldri borgara eftir því sem við á. Með því er leitast við að nýta þekkingu og reynslu aðstandenda og styrkja samfellda og persónumiðaða þjónustu.

Til að efla stöðu aðstandenda verður unnið markvisst að:

- aðgengi að fræðslu og námskeiðum um umönnun, samskipti og sjálfsumönnun
- þróun stuðningshópa og vettvanga fyrir jafningjastuðning
- aukinni ráðgjöf og handleiðslu frá fagfólki
- notkun stafrænnar tækni til upplýsingagjafar og samskipta

Áhersla er lögð á þverfaglegt samstarf sveitarfélags, heilsugæslu, heimahjúkrunar, félagasamtaka og annarra hagaðila til að tryggja samræmda og heildstæða þjónustu við aðstandendur. Markmiðið er að skapa umhverfi þar sem aðstandendur fá raunhæfan stuðning, aukna færni og tækifæri til virkrar þátttöku.

Upplýsingar um þjónustu í Ölfusi

Húsnæðismál

Sveitarfélagið Ölfus rekur leiguíbúðir fyrir eldri borgara að Egilsbraut 9 en þar er einnig staðsett félagsmiðstöð eldra fólks í Ölfusi. Íbúar hafa þar aðgang að fjölbreyttu félagsstarfi, fræðslu og fæði, sem stuðlar að virkni og bættri lífsgæðum. Markmiðið er að tryggja fjölbreytt búsetuúrræði sem veita öryggi og þjónustu, þannig að eldri borgarar geti notið góðra lífsgæða og félagslegrar þátttöku.

Lögð er áhersla á:

- Að fjölga leiguíbúðum að Egilsbraut 9, þar sem framtíðarsvæði hefur þegar verið rammaskipulagt.
- Að skipuleggja nýjar lóðir fyrir húsnæðisfélög og einkaaðila til að tryggja fjölbreytt framboð.
- Að veita upplýsingar um öryggiskerfi sem eldri borgarar geta nýtt í heimahúsum.
- Að viðhalda þjónustu við einstaklinga í eigin húsnæði og leggja áherslu á að fólk geti búið sem lengst heima með viðunandi úrræðum.
- Að styrkja hlutverk Níunnar sem miðstöð félagsstarfs, fræðslu og þjónustu fyrir eldri borgara.

Dagdvöl/dagþjálfun

Dagdvöl er mikilvægt stuðningsúrræði fyrir einstaklinga sem búa í heimahúsi. Hún felur í sér tímabundna dvöl, þar sem boðið er upp á félags- og tómstundastarf, léttar æfingar og aðra starfsemi sem stuðlar að virkni og vellíðan. Aðgangur er að hvíldaraðstöðu og baðaðstöðu, auk þess sem máltíðir eru innifaldar. Akstursþjónusta er veitt til og frá heimili.

Sveitarfélagið Ölfus sér um rekstur dagdvalar, en dagdvalarrými eru fjármöggnuð af ríkinu. Í dag eru 8 almenn dagdvalarrými fyrir eldri borgara í Ölfusi. Haustið 2023 var opnuð ný álma fyrir dagdvöl.

Mikil þörf er fyrir sérhæfð dagdvalarrými fyrir einstaklinga með heilabilun. Stefnt er að viðræðum við ríkið um sveigjanlegri þjónustu innan dagdvalar, meðal annars með möguleika á lengri opnunartíma fyrir þá sem á þurfa að halda, samkvæmt persónubundnu mati.

Félagsleg heimaþjónusta

Eldri borgarar sem búa í heimahúsi eiga rétt á heimaþjónustu ef þeir geta ekki annast heimilishald og persónulega umhirðu án aðstoðar, vegna skertrar getu, fjölskylduaðstæðna, álags, veikinda eða fötlunar. Þjónustan er veitt af sveitarfélögum á grundvelli laga um félagsþjónustu sveitarfélaga nr. 40/1991, en sveitarfélög setja sjálf nánari reglur um framkvæmdina.

Réttur til heimaþjónustu er bundinn því skilyrði að fyrir liggi einstaklingsbundið mat á þörf fyrir þjónustu.

Lögð er áhersla á:

- Tryggja sveigjanlega og einstaklingsmiðaða heimaþjónustu
- Þróa þjónustu sem styrkir færni og sjálfstæði einstaklinga, með áherslu á endurhæfingu og virkni.
- Innleiða tæknilausnir sem auka öryggi og bæta samskipti, t.d. neyðarhnappa
- Koma á þverfaglegu samstarfi félagsráðgjafa, hjúkrunarfræðinga, iðjuþjálfara og sjúkraþjálfara til að veita heildstæða þjónustu.
- Þjóða upp á fræðslu um réttindi, þjónustuúrræði og sjálfshjálparleiðir.
- Innleiða kerfi til að meta gæði þjónustu og framkvæma reglulegt endurmat á þörfum einstaklinga.

Velferðartækni og gæði þjónustunnar

Velferðartækni er samheiti yfir fjölbreyttar tæknilausnir sem stuðla að virkni, þátttöku og bættum lífsgæðum. Markmið Sveitarfélagsins Ölfuss er að auka öryggi og gæði öldrunarþjónustu með því að nýta velferðartækni og efla samstarf við aðila sem koma að þjónustu við eldri borgara. Þar á meðal er að styrkja tölvulæsi og notkun einfaldra hjálpartækja sem auðvelda heimilisstörf og styðja við sjálfstæða búsetu.

Mikilvægt er að leita leiða til að koma í veg fyrir félagslega einangrun og gera eldri borgurum kleift að viðhalda eigin getu til daglegra athafna. Velferðartækni getur aukið sjálfstæði, öryggi og lífsgæði þjónustuþega.

Lögð er áhersla á:

- Að leggja reglulega fyrir þjónustukannanir til að mæla ánægju
- Að auka fagmenntun, fræðslu, símenntun og þjálfun starfsfólks í öldrunarþjónustu
- Að tryggja virka þátttöku Öldungaráðs sem álitsgjafa í þróun og eflingu þjónustu

Öldungaráð

Hlutverk Öldungaráðs er að veita bæjarstjórn, nefndum og ráðum Sveitarfélagsins Ölfuss ráðgjöf um málefni og hagsmuni íbúa sveitarfélagsins sem eru 67 ára og eldri. Ráðið skal stuðla að öflugri upplýsingagjöf og samstarfi milli sveitarfélagsins og hagsmunasamtaka eldri borgara, móta stefnu og leggja fram tillögur til bæjarstjórnar um málefni sem falla innan verksviðs þess.

Lögð er áhersla á:

- Virka þátttöku í stefnumótun og gæðamati á þjónustu
- Upplýsingamiðlun til eldri borgara um réttindi og þjónustu
- Að skipuleggja opinn vettvang fyrir íbúa til að koma sjónarmiðum á framfæri

Mannauður í öldrunarþjónustu

Sveitarfélagið Ölfus leggur áherslu á að byggja upp öflugan og faglegan mannauð í öldrunarþjónustu þar sem umhyggja, virðing og fagmennska eru höfð að leiðarljósi. Markmiðið er að skapa eftirsóknarverðan vinnustað þar sem starfsfólk nýtur stuðnings, hefur tækifæri til þróunar í starfi og upplifir vellíðan og öryggi.

Unnið er markvisst að því að laða að, efla og halda í hæft starfsfólk, styrkja liðsheild og tryggja stöðugleika í þjónustu. Með því er stuðlað að auknum gæðum og samfelli í þjónustu við íbúa.

Lögð er áhersla á:

- Að laða að hæft starfsfólk og kynna öldrunarþjónustu sem eftirsóknarverðan vinnustað
- Að styðja við símenntun og faglega þróun starfsfólks
- Að skapa jákvætt, styðjandi og heilsueflandi vinnuumhverfi
- Að tryggja að þjónusta sé veitt af alúð og virðingu

Félag eldri borgara

Félag eldri borgara í Ölfusi er sjálfstætt starfandi félag sem gegnir mikilvægu hlutverki í félagsstarfi eldri íbúa sveitarfélagsins. Félagið hefur aðsetur á Níunni, Egilsbraut 9, þar sem boðið er upp á fjölbreytta félagsstarfsemi, viðburði og samveru sem stuðlar að virkni og félagslegri þátttöku.

Lögð er áhersla á:

- Gott samstarf á milli Sveitarfélagsins Ölfuss og Félags eldri borgara
- Að stuðla að sameiginlegum verkefnum og viðburðum á Níunni
- Að styðja við fræðslu og heilsueflandi starfsemi félagsins

Heilsuefling eldra fólks

Sveitarfélagið Ölfus leggur áherslu á markvissa heilsueflingu eldra fólks með það að markmiði að styðja við sjálfstæði, lífsgæði og virka þátttöku í samfélaginu. Lögð er áhersla á að bjóða upp á aðgengileg og fjölbreytt úrræði sem styðja bæði líkamlega og andlega heilsu.

Sveitarfélagið vinnur í samstarfi við fagaðila að því að bjóða upp á skipulagða hreyfingu og fræðslu sem miðar að því að viðhalda og bæta færni, styrk og þol, ásamt því að efla andlega vellíðan. Jafnframt er lögð áhersla á forvarnir og snemmtæka íhlutun sem stuðlar að aukinni heilsu og dregur úr líkum á færniskerðingu.

Unnið er að því að efla fjölbreytt íþrótta- og frístundastarf fyrir eldra fólk og styrkja samstarf við félagasamtök, sjálfboðaliða og aðra hagsmunaaðila. Með því er stuðlað að aukinni félagslegri þátttöku, virkni og vellíðan.

Lögð er áhersla á:

- Að tryggja að eldra fólk hafi greiðan aðgang að fjölbreyttum heilsueflandi úrræðum
- Að stuðla að reglulegri hreyfingu sem eykur styrk, þol og jafnvægi
- Að efla félagslega þátttöku og draga úr einangrun
- Að veita fræðslu um heilsu og stuðla að snemmtækum forvörnum
- Að stuðla áfram að samstarfi við fagaðila, félagasamtök og sjálfboðaliða

Eftirfylgni og endurmat

Stefna um málefni eldri borgara í Ölfusi er lifandi verkfæri sem skal endurskoða reglulega, að lágmarki árlega, til að tryggja að hún endurspegli á hverjum tíma þarfir og væntingar íbúa. Framkvæmd stefnunnar er studd með markvissri og skipulagðri aðgerðaáætlun sem miðar að því að ná fram settum markmiðum og styrkja gæði þjónustu.

Lögð er áhersla á að safna reglulega og með kerfisbundnum hætti upplýsingum um stöðu, líðan og þarfir íbúa 67 ára og eldri. Slíkar upplýsingar eru grundvöllur þess að meta árangur, þróa þjónustu áfram og tryggja að sveitarfélagið stuðli að velferð, virkni og þátttöku eldri íbúa í samræmi við markmið stefnunnar og framtíðarsýn.

Öldungaráð Ölfuss gegnir mikilvægu hlutverki við að veita ráðgjöf og koma sjónarmiðum eldri íbúa á framfæri. Niðurstöður árangursmælinga eru lykiltæki til að styðja við það hlutverk og efla upplýsta ákvarðanatöku, til hagsbóta fyrir samfélagið allt.

Virkt líf alla ævi

*Stefna um málefni eldri borgara í Ölfusi var samþykkt af fjölskyldu- og fræðslunefnd þann 22. apríl 2026 og staðfest af bæjarstjórn Sveitarfélagsins Ölfuss þann 30. apríl 2026.
Gildistaka miðast við daginn sem bæjarstjórn staðfesti stefnuna.*