Lillestrøm kommune

# Evalueringsrapport

Handlingsplan Demens

2024 – 2027

Lillestrøm kommune



Evalueringsperiode april 2024 – april 2026

INNHOLD

1 Innledning ..... 2
2 Faktagrunnlag ..... 2
3 Kunnskap og kompetanseutvikling ..... 3
4 Demens i et samfunnsperspektiv ..... 4
5 Teknologi ..... 7
6 Pårørendes rolle ..... 8
7 Demens i et individperspektiv ..... 11
7.1 Mistanke, utredning og diagnose ..... 11
7.2 Selvstendig med støtte ..... 12
7.3 Hjemme med tjenester ..... 12
7.4 Heldøgns omsorg ..... 13
7.5 Omsorg ved livets slutt ..... 14
8 Overordnet vurdering og prioriteringer videre ..... 15

# 1 Innledning

Kommunestyret vedtok *Handlingsplan Demens 2024–2027* i sak 56/24 den 03.04.2024. Handlingsplan Demens 2024–2027 er en fireårig temaplan som har som mål å videreutvikle demensomsorgen i Lillestrøm kommune. Planen bygger på nasjonale føringer, herunder Nasjonal Demensplan 2025, Veiviser demens og Nasjonal faglig retningslinje om demens.

Planen har et helhetlig perspektiv og omfatter:

1. Kompetanse og kunnskapsutvikling i tjenestene
2. Demens i et samfunnsperspektiv, herunder frivillighet og transport
3. Bruk av teknologi
4. Pårørendes rolle
5. Individperspektivet gjennom hele demensforløpet

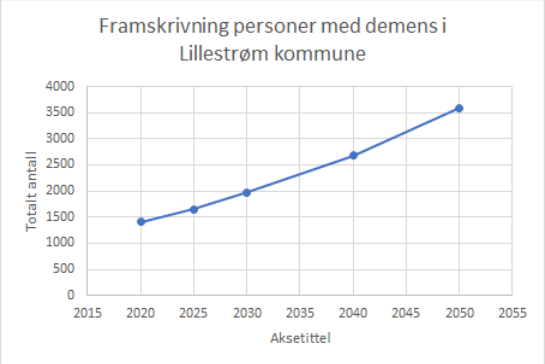
Handlingsplan Demens 2024–2027 skal evalueres annet hvert år. Denne evalueringsrapporten gir en samlet status for gjennomføring av innsatsområder/tiltak i første 2-års periode, og peker på områder som skal prioriteres videre. Evalueringsrapporten følger samme struktur som handlingsplanen, med utgangspunkt i definerte mål og tiltak

# 2 Faktagrunnlag

Gjeldende handlingsplan bygger på nasjonale føringer i Demensplan 2025 (2021–2025). Det er ikke vedtatt ny nasjonal demensplan, men Demensplan 2030 skal etter planen legges frem våren 2026. Demensplan 2030 vil fokusere på forebygging, tidlig diagnostisering og behandling, persontilpasset medisin og tjenester og økt bruk av teknologi, samt de særlige utfordringene distriktskommunene står overfor. Bo- og avlastningstilbud og tilbud om dagaktivitetstilbud må tilpasses og skaleres i takt med behovet til pasientgruppen og deres pårørende.

Nasjonal faglig retningslinje for demens ble faglig oppdatert i 2024, og det er gjort endringer i pasient- og brukerrettighetsloven senest i 2025. Dette gir oppdatert normering knyttet til blant annet bruk av velferdsteknologi, oppfølging av pasienter uten samtykkekompetanse og rett til koordinator og individuell plan.

Handlingsplan demens 2024–2027 viser, med grunnlag i Demenskartet, at antall personer med demens i Lillestrøm kommune er forventet å øke betydelig over tid. Demensteamet sine årsrapporter understøtter denne økningen. I desember 2024 hadde de totalt 610 personer med demens i sin tjeneste, mens det ved utgangen av 2025 ble registret 764 personer. Det er også en økning i antall personer med demens under 66 år som mottar tjenester fra demensteamet.



# 3 Kunnskap og kompetanseutvikling

**MÅL**

Tjenesteutøver har tilstrekkelig kunnskap om demens og utøver personsentrert omsorg

Status for mål og tiltak pr april 2026:

Hjemmetjenesten og institusjon har utarbeidet en felles opplæringsplan som beskriver ulike kompetansehevende tiltak, herunder e-læring, kurs, nettverkssamlinger, veiledning, etiske refleksjonsgrupper og ABC-opplæring. Det er videre utviklet en opplæringspakke for nyansatte, som er implementert i tjenestene. Opplæringspakken skal bidra til å sikre et felles kunnskapsgrunnlag innen demens og personsentrert omsorg.

**Personsentrert omsorg**:

*Personsentrert omsorg er en omsorgsfilosofi som handler om å ta hensyn til hvordan en person opplever sin situasjon og verden rundt seg. Omsorgen skal tilrettelegges slik at personens perspektiv på situasjonen blir ivaretatt. Hvordan en person opplever en situasjon er preget av personlighet, livshistorie, fysisk helse, demenssymptomer og sosialt miljø.*

(Aldring og helse)

Det pågår et langsiktig arbeid med innføring av TID (tverrfaglig intervensjonsmodell ved utfordrende atferd ved demens) og VIPS (praksismodell for personsentrert omsorg). Parallelt gjennomføres undervisning og veiledning med utgangspunkt i personsentrert omsorg som grunnleggende tilnærming i tjenestene.

Det er utarbeidet egne prosedyrer for ressurspersoner i demensnettverket, samt prosedyrer knyttet til arbeid etter pasient- og brukerrettighetsloven kapittel 4A. Videre er det etablert prosedyrer for tillitsskapende og skadeavvergende tiltak, og prosedyre for å avdekke vold i nære relasjoner gjennom TryggEst-modellen.

I kompetanseplanen for hjemmetjenesten og institusjon inngår også et 6-timers grunnkurs i migrasjonshelse og kulturforståelse. Kurset består av flere filmer og kan gjennomføres både i grupper og digitalt. Målet med kurset er å gi helsepersonell kunnskap og verktøy til å håndtere utfordringene de møter med mennesker med annen kulturell bakgrunn.

Kompetanseutvikling vurderes som en kontinuerlig prosess. Veiledning fra demensteamet og spesialisthelsetjenesten benyttes ved behov.

Status gjennomført tiltak pr april 2026

- ✓ Legge til rette for at medarbeidere i helsetjenesten får nødvendig praktisk, faglig og etisk opplæring i tilnærmingen til personer med demens.
- ✓ Alle nyansatte skal gjennomføre «Opplæringspakken»
- ✓ Sikre opplæring og systematisk bruk av modellene TID og VIPS
- ✓ Utarbeide prosedyre for ressurspersoner i demensnettverket som beskriver roller, ansvar og krav til kompetanse om demens
- ✓ Sette forebyggende og skadeavvergende opplæring i system

Samlet vurdering:

Tiltakene innen kunnskaps- og kompetanseutvikling har bidratt til å styrke et felles faglig grunnlag i tjenestene, særlig gjennom systematisert opplæring, etablering av opplæringspakke for nyansatte, samt innføring av fagmodeller som TID og VIPS. Arbeidet er godt forankret i tjenestene og vurderes å være i en positiv utvikling. Samtidig er dette et langsiktig arbeid, og det er behov for videre implementering og oppfølging for å sikre at kompetansen i tilstrekkelig grad omsettes i praksis. Måloppnåelsen vurderes som delvis.

# 4 Demens i et samfunnsperspektiv

**MÅL**

Personer med demens skal kunne være aktive i samfunnet på lik linje med andre

Status for mål og tiltak pr april 2026:

Demensvennlig samfunn

Lillestrøm kommune har signert avtale med Nasjonalforeningen for folkehelsen om å være demensvennlig. Demensteamet rekrutterer både i privat og offentlig servicenæring, og kurser ansatte i hvordan de kan møte personer med demens med respekt og forståelse. Blant annet har bibliotekene, Romeriksbanken i Lillestrøm og på Sørumsand, tannlegekontor, brannvesenet, optikere og Strømmen Storsenter gjennomført kurset. Det har vært invitert til tre åpne dager for næringslivet. Demensteamet holder også foredrag om demens i forskjellige lag og foreninger. Dette må kunne ses på som bidrag til en mer demensvennlig kommune, gjennom økt kunnskap og åpenhet om demens. Demensteamets lavterskeltilbud som demenskor og gåfotball bidrar også til fokus og åpenhet om demens, som igjen kan bidra til et mer demensvennlig lokalsamfunn. Demensteamet i samarbeid med Nedre Romerike Demensforeningen arrangerte i Demensaksjonsuka 2025 åpen kveld om demens hvor det bl.a. var panelsamtale med personer med demens. Samme arrangement skal gjennomføres i Demensaksjonsuka 2026. Demensteamet fortsetter arbeidet med å rekruttere til kurs i privat og offentlig servicenæring.

Frivillighet

Det er etablert en arbeidsgruppe for å avklare forventninger, styrke frivilligkoordineringen for hjemmeboende og utrede samarbeid med frivillig sektor. Arbeidet skjer primært gjennom prosjektet *«Samarbeidsmodell for frivillighet som bidrar til sosial kontakt i hjemmetjenesten – sammen skaper vi gode dager»* Prosjektet ledes av frivillighetskoordinator (ca 50% stilling) og er forankret i hjemmetjenesten, frivilligsentralene og eksterne samarbeidspartnere. Målet er å utvikle en strukturert samarbeidsmodell mellom kommunen, frivilligsentralene, lokale lag og foreninger, diakoni og ungdom. Frivillige gis

nødvendig opplæring for å kunne bidra trygt som besøks- og aktivitetsvenner. Behovet for sosial kontakt blant hjemmeboende eldre og personer med demens vurderes som økende.

Det er etablert samarbeid med Diakonien med mål om å styrke samarbeidet på tvers av diakoni i kommunen og avdelingene i Helse og mestring. Selv om flere institusjoner allerede samarbeider, er det et tydelig forbedringspotensial for å bedre kjennskap til hverandres roller og oppgaver.

Samarbeidet mellom Kultur og Helse og mestring er også styrket. Det er gjennomført to workshops med fokus på frivillighet, ulikt behov for frivillige i tjenestene og rekruttering. Erfaringene viser at god ivaretakelse av frivillige er avgjørende for å lykkes, og at frikjøpt personell er nødvendig for å sikre systematisk oppfølging. For å unngå konkurranse om de samme frivillige er det viktig med koordinert og ryddig rekruttering.

Seksjon aktivitet og frivillighet (KAF) har frivillige tilknyttet alle institusjoner, med ulikt omfang. Flere frivillige bidrar også på tvers av institusjonene. Alle er kurset som aktivitetsvenn gjennom Nasjonalforeningen. De frivillige bidrar blant annet i kafeer og restauranter, ved arrangementer, i hverdagsaktiviteter, transport, basseng (med livredningskurs), samt markering av høytider. KAF samarbeider med frivillighetskoordinator i hjemmetjenesten og med Bo og miljøtjenesten, og deltar i tverrfaglig arbeidsgruppe nedsatt av Kultur.

To ganger i året arrangeres erfaringssamlinger for aktive frivillige, hvor de får faglig påfyll og anerkjennelse for innsatsen.

<u>Transport</u>

Handlingsplan for demens 2024–2027 omtaler ikke transport som et eget hovedtema, men beskriver at personer med demens møter utfordringer knyttet til transport når de skal delta i ulike aktiviteter. Det er etablert en egen arbeidsgruppe som har sett på konsekvensene av manglende transportløsninger for hjemmeboende personer med demens og for beboere i omsorgsboliger. Arbeidsgruppen har i denne fasen avgrenset arbeidet til transport til kommunale tilbud, primært demensteamets aktiviteter. Manglende transport og dermed redusert mulighet for å delta på ulike aktiviteter og tilbud gir økt risiko for funksjonsfall, isolasjon og økt tjenestebehov. I tillegg kan dette medføre mindre avlastning til pårørende. Noe av transportutfordringen løses i dag ved at demensteamet påtar seg deler av transportoppgavene. Dette vurderes imidlertid ikke som en hensiktsmessig løsning, verken med tanke på prioritering av kjerneoppgaver eller bruk av demensteamets begrensede ressurser. Det er også sett til Ruters tilbud i deler av kommunen, som er et tilbud som i større grad kan gjøres kjent for innbyggerne.

Gruppa erfarer at det er et større arbeid som må gjøres innen transport. Pr nå sees det også til *«Samarbeidsmodell for frivillighet som bidrar til sosial kontakt i hjemmetjenesten – Sammen skaper vi gode dager»*, og om bruk av frivillige kan være et av flere tiltak for transport til de som ikke kan benytte ulike kollektiv-tilbud.

Seksjon aktivitet og frivillighet i Institusjon og helsehus har i 2026 leaset egen bil for sine aktiviteter. I omsorgsboligene forventes det at pårørende stiller, evt benyttes taxi. Husebyjordet disponerer egen bil, og omsorgsboligene ellers samarbeider noe med dagsenteret som har egne biler.

Yngre med demens.
Gruppen yngre personer med demens er økende. Dette gir særskilte utfordringer knyttet til yrkesdeltakelse og behov for tilrettelegging. Yngre personer med demens ønsker i stor grad å delta i samfunnet og bidra i meningsfylte aktiviteter.

Arbeidet med denne målgruppen vil være et prioritert satsingsområde i kommende toårsperiode. Det bør initieres samarbeid med NAV for å se på hvordan man kan etablere gode samarbeidsformer med arbeidsgivere. Tilrettelegging for personer med demens handler blant annet om å øke kunnskapen hos arbeidsgivere, samt å utvikle hensiktsmessige ordninger for oppfølging og veiledning.

Dette er et arbeid som vil kreve tid og koordinert innsats, da det involverer flere aktører, herunder helse- og omsorgstjenester, fastleger, NAV, arbeidsgivere og pårørende. Der det ikke er mulig med tilrettelegging i ordinært arbeid, bør det ses på alternative løsninger som kan bidra til at yngre personer med demens fortsatt kan delta aktivt i samfunnet.

Tiltak for personer med innvandrerbakgrunn
Det er utarbeidet mandat og etablert en arbeidsgruppe som skal se nærmere på hvordan samarbeid med innvandrerorganisasjoner kan styrkes, samt hvordan kunnskap om innvandrere med demens kan økes. Arbeidsgruppa vil prioritere dette arbeidet i neste toårsperiode.

## Status gjennomført tiltak pr april 2026

- ✓ Avklare forventninger og styrke samarbeidet med frivillig sektor og næringslivet
- ✓ Styrke frivilligkoordinering for hjemmeboende personer med demens og i institusjon
- ✓ Inkludere minoritetsgrupper i arbeidet med personer med demens
- ✓ Utrede behov for ulike transportløsninger

## Samlet vurdering

Tiltakene i perioden har bidratt til å styrke grunnlaget for et mer demensvennlig samfunn, blant annet gjennom økt satsing på samarbeid med frivillighet, næringsliv og økt oppmerksomhet rundt samfunnsdeltakelse. Det er etablert strukturer og igangsatt flere utviklingsarbeid, blant annet innen transport, frivillighet og tiltak for yngre personer med demens og personer med innvandrerbakgrunn. Samtidig er flere av tiltakene fortsatt i en tidlig fase, og effekten for målgruppen er foreløpig begrenset. Måloppnåelsen vurderes derfor som delvis, og det er behov for videre systematisk arbeid i neste periode.

# 5 Teknologi

**MÅL**

Det gis trygge tjenester der teknologi understøtter dagliglivets utfordringer og skaper trygghet for personen med demens, pårørende og tjenesteutøver

Status for mål og tiltak pr april 2026:

Det er etablert et kartleggingsteam som, i samarbeid med hjemmetjenesten, vurderer behov og tildeler riktig mestrings- og trygghetsskapende teknologi. Dette inkluderer blant annet sengematter, fallalarm, dørsensorer, medisindispensere, trygghetsalarmer og GPS. Teknologiene brukes ofte i kombinasjon for å sikre trygghet også ved sykdomsprogresjon. Det testes også ut en pårørendeapp (Sensio familie), som gir nærnettverket tilgang til varsling – med gode tilbakemeldinger fra pårørende så langt.

Teamet er fortsatt i en oppstartsfase, men flere tiltak er allerede i bruk. Erfaringer fra pilot viser at blant annet sengematter og fallalarmer gir økt trygghet og derfor er videreført. Dørsensorer benyttes der det er risiko for at personen forlater hjemmet, og kan tidsstyres, noe som krever god kartlegging. Varslingsløsninger har i flere tilfeller gjort det mulig å følge opp bruker raskt og forebygge uheldige situasjoner, og dette har bidratt til økt trygghet for både bruker, pårørende og tjenesten.

Omsorgsboligene benytter i økende grad mestrings-, sensor- og trygghetsskapende teknologi for å støtte beboernes daglige liv og øke opplevelsen av trygghet. Dette bidrar til at personer med demens kan bo lenger i omsorgsbolig og mestre egen hverdag. Bruk av sensorteknologi og digitale tilsyn legger til rette for mer individuelt tilpassede tjenester, der oppfølging baseres på behov fremfor faste rutiner. Samtidig gir teknologien et bedre beslutningsgrunnlag og mer effektiv ressursutnyttelse.

Erfaringer viser særlig gevinster knyttet til økt trygghet og sikkerhet, blant annet gjennom tidlig varsling og rask respons som kan forebygge uønskede hendelser. Redusert behov for unødvendige nattlige tilsyn bidrar også til mindre uro og forvirring. Samlet sett bidrar dette til økt livskvalitet for personer med demens og en mer målrettet tjenesteutøvelse. Samtidig er det et forbedringspotensial i å arbeide mer systematisk med gevinstrealisering for å hente ut ytterligere effekter av teknologibruken.

Sensor- og trygghetsskapende teknologi er innført eller planlagt innført ved 5 av 7 sykehjem i kommunen. Flere avdelinger har også fått dørstyring. Teknologien bidrar til økt trygghet for pasientene, større grad av brukermedvirkning og mulighet for individuelle tilpasninger basert på den enkeltes behov, samtidig som pasientenes privatliv ivaretas.

Institusjonene arbeider systematisk med gevinstrealisering og uttak av effekter fra teknologibruken, blant annet gjennom å omdisponere ressurser til områder med størst behov. Det jobbes kontinuerlig med å redusere responstiden på varsler for å sikre trygge og forsvarlige tjenester.

Status gjennomført tiltak pr april 2026

- ✓ Involvere personen med demens og pårørende for å sikre rett teknologi til rett tid
- ✓ Kartlegge personens situasjon, samtykkekompetanse, funksjon og digital kompetanse i henhold til prosedyrer for å avklare bruk av teknologi
- ✓ Kartlegge pårørendes mestringsevne, kompetanse og opplæringsbehov knyttet til bruk av teknologi i hjemmet
- ✓ Kontinuerlig evaluering av teknologien, vurdere om den svarer ut behov eller bør avsluttes

Samlet vurdering:

Bruken av velferds- og mestringsteknologi er styrket i evalueringsperioden og vurderes å bidra til økt trygghet, bedre oppfølging og mer individuelt tilpassede tjenester, både i hjemmet og i institusjon. Det er etablert struktur for kartlegging og tildeling av teknologi, og flere løsninger er tatt i bruk og videreført etter pilotering. Samtidig er arbeidet fortsatt i en oppstartsfase, særlig i hjemmetjenesten, og det er behov for mer systematisk innføring, evaluering og gevinstrealisering på tvers av tjenestene. Måloppnåelsen vurderes som delvis.

# 6 Pårørendes rolle

**MÅL**

Pårørende får opplæring, veiledning og individuelt tilpasset støtte og avlastning

Pårørende inkluderes og involveres til det beste for personen med demens

Barn som pårørende blir fanget opp tidlig og får nødvendig informasjon, støtte og oppfølging

Status for mål og tiltak pr april 2026:

Samordningen av nettsider og etableringen av kursportalen har bidratt til at pårørende raskere finner relevant informasjon, råd og veiledning. De mange kurs- og gruppetilbudene har gitt pårørende påfyll og bedre forutsetninger for å mestre rollen over tid.

Flere tiltak som er gjennomført i Handlingsplan for pårørendearbeid 2024 - 2027 bidrar til styrket tilbud til pårørende til personer med demens. Et av tiltakene, som er gjennomført, er å etablere et Pårørenderessursnettverk der alle seksjoner i Helse og mestring er representert ved en pårørendekontakt. Pårørendekontakten bidrar til implementering av handlingsplanen i egen seksjon og fungerer som bindeledd mellom pårørende, tjenestemottaker og ansatte. Videre er oppgaven å ivareta og formidle pårørendes behov og innspill, gi veiledning om

tjenestetilbud og rettigheter, bidra til gjennomføring av pårørendemøter, samt støtte ansatte i oppfølgingen av personer med demens og deres pårørende.

Gjennom nettverket deles verktøy og ressurser, herunder pårørendeavtale og pårørendeveileder ved sammensatte behov. Pårørendekontakter har gjennomført opplæring i «Sett, hørt og forstått» og benytter e-læringsmateriell i refleksjonsgrupper og faglunsjer. Nettverket er også introdusert for Diggpå.no som ressurs i pårørendearbeidet. Etableringen av «Pårørende ressursnettverk» og videreutviklingen av «Nettverk for barn som pårørende» har gitt tydeligere struktur, rolleavklaring og samhandling. Styrking av kompetanse hos medarbeiderne gir bedre kvalitet på tjenester og en mer helhetlig og forutsigbar oppfølging av pårørende. Primærgrupper tilbyr innkomstsamtale og oppfølgingssamtale etter 6 måneder i tjenesten, eller oftere om behov, hvor også pårørende inviteres med om bruker ønsker det.

Kommunens demensteam arrangerer Pårørendeskole to ganger årlig, både i Lillestrøm og på Sørumsand. Formålet med kurset er å styrke pårørendes kunnskap om demens og bidra til økt trygghet i pårørenderollen. Evalueringer viser at pårørende er fornøyde med både innhold og gjennomføring, og særlig trekkes bruk av forelesere med høy faglig kompetanse frem som positivt. Det gis også gjennomgående gode tilbakemeldinger på nytten av tilbudet. Demensteamet tilbyr videre samtalegrupper for pårørende i Lillestrøm og på Sørumsand, inkludert en egen gruppe for pårørende til yngre personer med demens.

I tillegg tilbys pårørendekurs i regi av psykisk helse, som gir innsikt i mestringsstrategier for pårørenderollen. Dette kurset er diagnoseuavhengig og får også gode tilbakemeldinger.

Tilbakemeldinger og erfaringer fra Pårørendeskolen og samtalegruppene viser at pårørende setter stor pris på møteplasser der de kan dele erfaringer og få støtte. Samtidig etterspørres mer fleksible og individuelt tilpassede avlastningstilbud. Det pekes også på behov for å videreutvikle aktivitetstilbudet, særlig for yngre personer med demens og sprekere eldre, med større vekt på fysisk aktivitet og stimulerende aktiviteter tilpasset funksjonsnivå.

Hjemmetjenesten inviterer årlig pårørende til cafedialog der det gis informasjon om ulike tilbud kommunen har, som avlastningstilbud, samtale med diakon, samtale med pårørendekonsulent, og samlingspunkter som demensteam og kreftkoordinatorene tilbyr.

Når det gjelder dekningskapasitet for avlastningsplasser, er ikke dagens kapasitet ved Sørumsand omsorgsboliger tilstrekkelig for å møte det økende behovet som følger av en voksende eldre befolkning og forventet økning i antall personer med demens. Dette har medført redusert rulleringshyppighet og økende behov for å benytte plasser ved korttidsavdelingene. Kapasitetsutfordringene begrenser også muligheten til å håndtere akutte avlastningsbehov på en fleksibel måte. Det gis til en viss grad avlastning i hjemmet, som primært er et tilbud til de som av ulike grunner ikke benytter tilbud på aktivitetssenter eller har pårørende som er i jobb.

**Helse- og omsorgstjenesteloven § 3-6:**

Til personer med særlig tyngende omsorgsarbeid skal kommunen tilby nødvendig pårørendestøtte blant annet i form av opplæring og veiledning, avlastningstiltak og omsorgsstønad.

Det vurderes som nødvendig å gjennomgå og videreutvikle avlastningstilbudet til pårørende. Erfaringer viser et behov for mer fleksible ordninger, blant annet i form av et mer tilpasset «bookingsystem» som gir pårørende mulighet til kortere avlastningsopphold ved behov, for eksempel noen timer fri. Det er også

behov for å se på åpningstider og fleksibilitet i de eksisterende tilbudene, da mange pårørende opplever at dagens ordninger gir begrenset handlingsrom i hverdagen.

I omsorgsboliger for voksne, der beboer har demens tilbys pårørende en egen innkomstsamtale i tillegg til samtalen med beboeren, samt oppfølgingssamtaler ved behov. Tjenesten er organisert med primærkontaktordning, som gir pårørende en fast kontaktperson med god kjennskap til beboeren.

Ved institusjonene får alle som er nærmeste pårørende tilbud om innkomstsamtale, samt oppfølgingssamtaler minst to ganger i året, og oftere ved behov. Det er også jevnlig kontakt med fagsykepleier og/eller tjenesteansvarlig sykepleier. Det arrangeres i tillegg årlig pårørendemøte, med varierende oppslutning.

Det ble høsten 2025 startet samtalegrupper for pårørende ved institusjonene. Tilbudet ble etablert ved fire institusjoner, og per i dag pågår grupper ved to av disse. Ved behov vurderes oppskalering høsten 2026, forutsatt tilstrekkelig påmelding fra pårørende. Tilbudet er nytt i institusjon, og det har vært utfordrende å nå frem med informasjon. I tillegg fører hyppige utskiftninger av pasienter til at gruppesammensetningen endres raskt. Mange pårørende har også deltatt på Pårørendeskole eller tilsvarende tilbud før innleggelse i institusjon.

Institusjon langtid har planlagt å ha temakvelder for pårørende vår og høst hvert år. Første temakveld er planlagt før sommeren 2026, hvor tema skal være palliasjon, og hvordan døende pasienter ivaretas.

### Status gjennomført tiltak pr april 2026

- ✓ Gjøre oppdatert informasjon lett tilgjengelig på innbyggerportalen og andre aktuelle arenaer som institusjoner, legekontor, bibliotek, butikksentre, pensjonistforeninger med mer
- ✓ Dele ut informasjonsmateriell til pårørende tidlig i forløpet
- ✓ Styrke råd og veiledning på ulike arenaer
- ✓ Strukturere pårørendeoppfølgingen i tjenestene i tråd med tiltak i Handlingsplan for pårørendearbeid 2024-2027
- ✓ Styrke medarbeidernes kunnskap om hvilke tilbud som finnes for målgruppen
- ✓ Det etableres en pårørendekontakt, fortrinnsvis fra Demensteamet, som pårørende til personer med demens kan kontakte ved behov.
- ✓ Personen med demens og pårørende skal involveres i utformingen av tiltak
- ✓ Arrangere temakvelder for pårørende og medarbeidere

### Samlet vurdering:

Tiltakene i perioden har bidratt til å styrke struktur, kompetanse og tilgjengelighet i pårørendearbeidet, blant annet gjennom etablering av pårørenderessursnettverk, utvikling av kurs- og gruppetilbud og bedre informasjonsflyt. Pårørende gir gjennomgående gode tilbakemeldinger på nytten av disse tilbudene. Samtidig viser erfaringer et tydelig behov for å videreutvikle avlastningstilbudene, særlig med mer fleksible løsninger og bedre tilpasning til pårørendes behov i hverdagen. Måloppnåelsen vurderes som delvis.

# 7 Demens i et individperspektiv

**Overordnet målsetting**

Personer med demens og deres pårørende medvirker, og får koordinerte tjenester når de trenger det

## 7.1 Mistanke, utredning og diagnose

**MÅL**

Alle innbyggere med utredningsbehov får riktig diagnose til rett tid.

Status for mål og tiltak pr april 2026:

Fastlegenes rolle

Det er gjennomført møte med representanter for fastlegene. Samarbeidet mellom fastleger og demensteamet oppleves i all hovedsak som godt. Det ble vurdert at det ikke er behov for mer formalisert avtale, men enkelte forbedringsområder ble avdekket og tiltak er igangsatt.

Økt kjennskap og åpenhet om demens bl.a. gjennom arbeidet med Demensvennlig samfunn kan bidra til tidligere utredning, og identifisering av behov for støtte og veiledning. Den nasjonale Demensplan 2025 understreker behovet for tidlig kontakt med helsetjenestene for nettopp støtte og veiledning. Demensteamet erfarer en økning av henvendelser både fra fastleger og pårørende om utredning. Erfaringer i demensteamet og tilbakemeldinger fra pårørende kan tyde på at det er utfordringer knyttet til det å stille demensdiagnose.

Status gjennomførte tiltak pr april 2026:

- ✓ Øke innbyggernes kjennskap til demens gjennom informasjon/opplysningskampanje i egen kommune
- ✓ Etablere strukturer som sikrer samarbeid mellom fastlegene og demensteamet
- ✓ Etablere samarbeid med innvandrerorganisasjoner for å identifisere områder som har betydning for demensutredningen og videre oppfølging

## 7.2 Selvstendig med støtte

**MÅL**

Personer med demens lever selvstendige, aktive og trygge liv

Status for mål og tiltak pr april 2026:

Meningsfulle aktiviteter er like viktig for personer med demens som for alle andre. Demenskor og gåfotball er aktiviteter som gjennomføres i samarbeid med Nedre Romerike Demensforening, og ca. 15 frivillige bidrar hver uke. Gjennom disse tilbudene skapes også nettverk for pårørende. Et annet tilbud er aktivitetsgruppe for yngre personer med demens. De møtes tre timer annen hver uke. Deltakerne er selv med på å bestemme aktivitet, f.eks. gå tur, kafebesøk, bowling og museumsbesøk. Transport er en utfordring for noen. Ikke alle har pårørende som kan bidra, og noen ektefeller er fortsatt i jobb.

*Det å ha meningsfulle aktiviteter i hverdagen og holde kontakt med nettverket er viktig for livskvalitet og helse*

Veiviser demens.no

Lokaler til demensteamet

Behovet for egnede lokaler til demensteamets gruppeaktiviteter er kjent. Dette krever ytterligere utredning og må prioriteres i neste toårsperiode. Demensteamet er fra mai 2026 styrket med et årsverk. Det betyr økt mulighet for aktivitet. Det erfares at gruppeaktiviteter som et lavterskeltilbud er nyttige tiltak for å følge opp både personen med demens og deres pårørende. Det er behov for lokaler hvor en kan samles til aktivitet, også fleksible drop in-tilbud.

Status gjennomførte tiltak pr april 2026:

- ✓ Sikre systematisk oppfølging ved å tilby «Tiltakspakke demens»
- ✓ Utvikle tilpassede lokale møteplasser, meningsfulle og fysiske aktivitetstilbud for personer med demens gjennom samarbeid med frivillige
- ✓ Styrke etablerte tilbud og opprette nye i takt med målgruppens behov
- ✓ Etablere Brukerskole
- ✓ Det må jobbes for å finne egnede lokaler for demensteamets aktiviteter

## 7.3 Hjemme med tjenester

**MÅL**

Personer med demens opplever trygghet, forutsigbare tjenester og en meningsfull hverdag

Status for mål og tiltak pr april 2026:

Hjemmetjenesten jobber kontinuerlig for å sikre primæroppfølging, hvor personer med demens da skal ivaretas av en mindre ansattgruppe som kjenner godt til tjenestemottaker og hens behov for trygg og sikker ivaretagelse i hjemmet.

Behovet for sosial kontakt blant hjemmeboende eldre og personer med demens vurderes som økende, og det vises prosjektet *«Samarbeidsmodell for frivillighet som bidrar til sosial kontakt i hjemmetjenesten – Sammen skaper vi gode dager»*, som et tiltak for å møte dette behovet.

Aktivitetssenter

Lillestrøm kommune har både ordinære og tilrettelagte aktivitetstilbud for personer med demens. Det registreres en økning i antall søknader, og flere står lengre på venteliste enn tidligere. I neste planperiode er det derfor behov for å vurdere kapasiteten ved aktivitetssentrene. Det finnes per i dag ikke et eget aktivitetstilbud for yngre personer med demens. Behovet for et slikt tilbud vil også bli nærmere utredet i neste periode.

Aktivitetstilbudene fungerer samtidig som avlastning for pårørende. Det er i det videre arbeidet også behov for å se på åpningstider og fleksibilitet i de eksisterende tilbudene, da mange pårørende opplever at dagens ordninger gir begrenset handlingsrom i hverdagen.

Status gjennomførte tiltak pr april 2026:

- ✓ Sikre faste tjenesteytere som bidrar til kontinuitet og forutsigbarhet for bruker og pårørende
- ✓ Styrke kapasiteten i hjemmetjenesten
- ✓ Veilede og motivere til meningsfylte aktiviteter
- ✓ Legge til rette for samarbeid med frivilligheten for å styrke aktivitetstilbud
- ✓ Det utvikles eget aktivitetstilbud til unge personer med demens. Vurdere om dette tilbudet kan utvikles i samarbeid med nabokommuner for å få et effektivt og godt tilbud

## 7.4 Heldøgns omsorg

**MÅL**

Beboere i heldøgns omsorg opplever et trygt og støttende miljø og har mulighet for aktivitet ut fra den enkeltes funksjonsnivå og interesser

Status for mål og tiltak pr april 2026:

Omsorgsboligene har aktivitør eller en definert aktivitetsansvarlig, som sikrer planlegging og gjennomføring av både mindre gruppeaktiviteter som frokostgrupper og større sosiale samlinger. Aktivitetene skjer i regi av boligen selv eller i samarbeid med frivillige

organisasjoner og samlokaliserte dagsenter, med mål om å fremme sosial deltakelse og meningsfulle hverdager for beboerne.

I august 2025 ble seksjon aktivitet og frivillighet (KAF) etablert som egen seksjon i Helsehus og institusjon med totalt 4 årsverk, inkludert seksjonsleder. I tillegg bidrar et betydelig antall aktivitetsvenner, som er synlige og aktive i tilbudet. Ledelse og koordinering av frivillige er en omfattende oppgave, men avgjørende for å sikre et trygt, aktivt og støttende miljø for beboere i heldøgns omsorg.

Nyby er tatt i bruk som verktøy for koordinering av frivillige. I alle seksjoner KAF samarbeider med er det utpekt aktivitetskontakter – dedikerte ansatte fra pleien – som fungerer som bindeledd og forlenger KAFs arbeid ute i avdelingene. Det arrangeres to fag- og erfaringsdager årlig for aktivitetskontaktene. Sammen gjennomføres kartlegginger med mål om personsentrert og aktiv omsorg for beboerne.

KAF samarbeider tett med kirken og andre tros- og livssynsaktører, samt med frivillige lag og foreninger, Den kulturelle spaserstokken og Akershus musikkråd. Det arbeides etter et årshjul med flere større faste aktiviteter, blant annet tur til Hjorteparken, markering av *Hva er viktig for deg-dagen*, Pride-markering i juni, sommerfestival over seks uker, samt deltakelse i Kulturuke for seniorer. Det er også ukeplaner for aktiviteter ved alle institusjoner med informasjon som formidles til pårørende og andre samarbeidspartnere.

Det er gitt tilbud til yngre personer med demens i institusjon om aktiviteter som bowling, basseng, turer og utendørstrening, basert på ønsker fra beboere og pårørende. Erfaringen er imidlertid at mange har kommet langt i sitt i sykdomsforløp ved innkomst til langtidsplass, med betydelig funksjonssvikt. Dette gjør gruppeaktiviteter utfordrende, og da blir «en til en» - oppfølging ofte løsningen.

Status gjennomførte tiltak pr april 2026:

- ✓ Sikre riktig omsorgstilbud til rett tid
- ✓ Utrede omsorgstilbud til yngre personer med demens
- ✓ Styrke frivilligkoordinering for å skape aktivitet og fellesskap
- ✓ Sikre systematikk i helhetlige forløp

## 7.5 Omsorg ved livets slutt

**MÅL**

Pasienter som mottar helse- og omsorgstjenester, skal få dø med verdighet

Pårørende skal oppleve seg godt ivaretatt

Status for mål og tiltak pr april 2026:

Lillestrøm kommune har etablert et kompetansenettverk i lindrende behandling med mål om å styrke og vedlikeholde kompetanse innen palliasjon og omsorg ved livets slutt. Alle avdelinger har egne ressurspersoner i nettverket. Gjennom nettverket er det etablert struktur for bruk av palliativ plan i tjenestene. Forhåndssamtale inngår som en del av planen, og det er utarbeidet veileder og gjennomført opplæring. Palliativ plan er tilgjengelig i kvalitetssystemet, men det foreligger per i dag ikke data på faktisk bruk.

Nettkursene *Palliasjon og demens for helse- og omsorgsarbeidere* og *Ritualer rundt dødsfall i ulike kulturer og religioner* inngår i kompetanseplanene for hjemmetjenesten og institusjonene. I tillegg har kreftkoordinatorer og leger i palliativt team utviklet korte e-læringsvideoer som benyttes i faglunsjer og intern kompetanseheving. Tiltakene bidrar til økt kunnskap, refleksjon og trygghet hos ansatte, og styrker samhandlingen og ivaretakelsen av tjenestemottakere og pårørende.

Status gjennomførte tiltak pr april 2026:

- ✔ Avklare og systematisere bruk av «Forhåndssamtale» og palliativ plan

Samlet vurdering:

Det er gjennomført flere tiltak som bidrar til mer helhetlige og koordinerte tjenester gjennom demensforløpet, herunder styrket samarbeid med fastleger, økt kapasitet i demensteamet, utvikling av aktivitetstilbud og styrking av kompetanse innen palliasjon. Samtidig viser evalueringen at det er utfordringer knyttet til kapasitet, tilgang på egnede lokaler, tilrettelegging av aktivitetstilbud – særlig for yngre personer med demens – samt behov for videre utvikling av tjenestetilbud i hjemmet og i institusjon. Måloppnåelsen vurderes som delvis, og det er behov for videre prioritering og utviklingsarbeid.

# 8 Overordnet vurdering og prioriteringer videre

Evalueringen viser at Lillestrøm kommune har etablert viktige strukturer og iverksatt en rekke tiltak i tråd med handlingsplanen, særlig innen kompetanseutvikling, teknologi, pårørendearbeid og samarbeid med frivillige aktører. Flere av tiltakene er imidlertid fortsatt i en utviklings- og implementeringsfase, og det gjenstår arbeid knyttet til kapasitets-utfordringer, fleksible tjenestetilbud, aktivitetstilbud tilpasset ulike målgrupper og systematisk gevinstrealisering. I neste planperiode bør det legges vekt på å videreutvikle og konsolidere igangsatte tiltak, samt sikre tydeligere effekt for personer med demens og deres pårørende.