

*Sanitetskvinnene står sammen for å skape et varmt og inkluderende samfunn, og eldre er et prioritert område i vårt arbeid. Vi mener at alle mennesker bør bli verdsatt, sett og inkludert i felleskapet, uansett alder.*

### Våre politiske saker

Vi mener at:

- Alle eldre, både beboere på institusjon og hjemmeboende med pleiebehov, har rett på fysisk aktivitet og frisk luft hver dag.
- Det må sikres ressurser slik at det er næringsrik og delikat mat for alle eldre, både hjemmeboende og de som bor på institusjon, og at det settes av tid til måltidet.
- Kommunene må sikre at alle eldre må få tilbud om lavterskel aktiviteter og møteplasser.
- Hjemmetjenesten må styrkes med økte ressurser og kompetanse for å imøtekomme politiske føringer om at flere eldre skal bo lenger hjemme.
- Alle eldre har krav på opplæring i brann og sikkerhet. N.K.S. sine Trygghetstreff er et godt eksempel på hvordan kommunene kan ivareta dette.
- Kommunen har plikt til å gi et tilbud til pårørende, det må være et kvalitetssikret, lavterskel og tilpasset tilbud.
- Alle kommuner bør innføre brukerråd.
- Alle eldre må få tilbud om opplæring og veiledning i digitale verktøy og tjenester der de bor.
- Det må sikres tilgang til digitale kommunikasjons hjelpemidler på institusjon slik at eldre kan ha kontakt med sine pårørende.

### Kommunal frivillighetspolitikk

- Alle kommuner bør invitere frivillige organisasjoner til samarbeid om å nå felles mål om aktiviteter for eldre og å motvirke utenforskap
- Alle kommuner bør ha en frivillighetspolitikk og ha avklart ansvar internt i kommunen om hvem som har ansvar for frivillighet
- Alle institusjoner må sikre god kontakt med frivilligheten

### Bakgrunn

Vårt arbeid for eldre er nedfelt i *Strategisk plan 2021-2024* og er i tråd med kvalitetsreformen *Leve hele livet*. Målet er å lage et samfunn der det er godt å bli gammel. Et godt liv handler om aktiviteter som både kan styrke fysisk og psykisk helse, skape

sosiale felleskap gjennom gode møteplasser og gleden av å dele et godt måltid. Det offentlige kan ikke gjøre alt. Bare det at aktivitetene skjer på frivillig basis, menneske til menneske, er også en kvalitet i seg selv.

Vi lever lengre, og det gjør at flere blir eldre. Dette vil medføre demografiske endringer i samfunnet, og med det følger et økende behov for tilbud og hjelp som treffer en økende eldre befolkning. Myndighetene er opptatt av satsinger og tiltak som bidrar til at eldre holder seg friske og selvhjulpne lenger, for å redusere presset på helse- og omsorgstjenestene. Fysisk aktivitet bidrar til bedre fysisk og psykiske helse, og forebygging av sykdommer og skader gjennom hele livsløpet. Vi jobber med flere aktiviteter rettet mot eldre og særlig eldre kvinner. Det spenner bredt – alt fra sosialt felleskap på våre Kløvercafeer til viktig førstehjelpskurs for eldre.

### **Definisjoner og begreper**

*Eldre:* Vi definerer eldre som de fra 65 år og oppover.

*Institusjon:* Aldershjem, sykehjem, dagplass og bofellesskap for eldre.

### **Våre aktiviteter på feltet:**

- [Kløvertur](#)
- [Kanskje kommer kongen](#)
- [Kløverkafe](#)
- [Førstehjelp for eldre](#)

### **Strategiske dokumenter, rapporter og lovverk**

- *Meld. St. 24 (2022–2023) (regjeringen.no)*
- *Folkehelse i et livsløpsperspektiv – En aldrende befolkning*
- *Folkehelse i et livsløpsperspektiv - utfordringer i årene fremover*
- *Fysisk aktivitet – Nasjonale faglige råd*
- *Meld. St. 15 (2022–2023) (regjeringen.no)*

Dette dokumentet revideres årlig. Sist revidert 03.04.24.