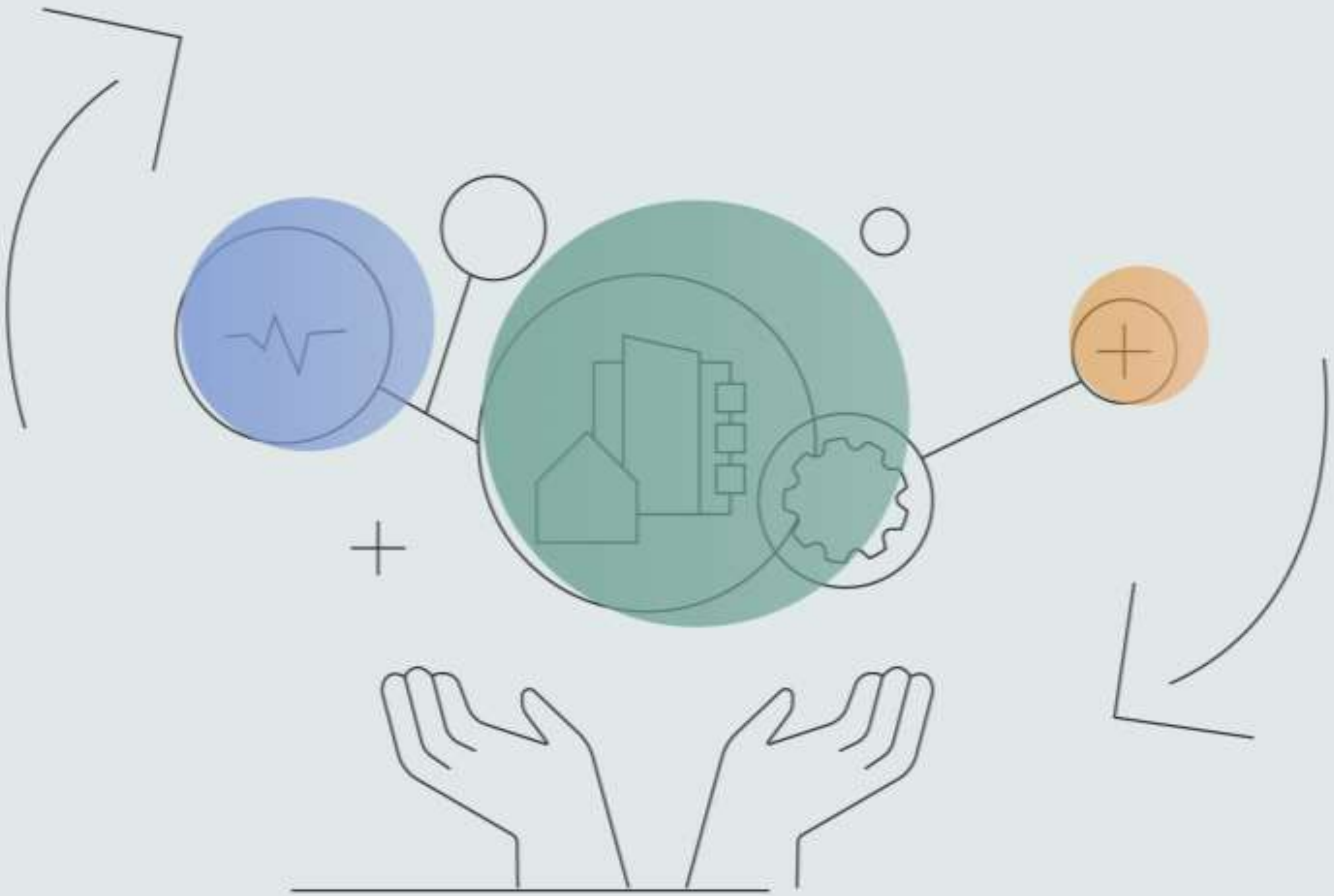
Gott að eldast

Og ástarævintýrið

Stjórnarráð Íslands
Heilbrigðisráðuneytið

Stjórnarráð Íslands
Félags- og vinnu-
markaðsráðuneytið

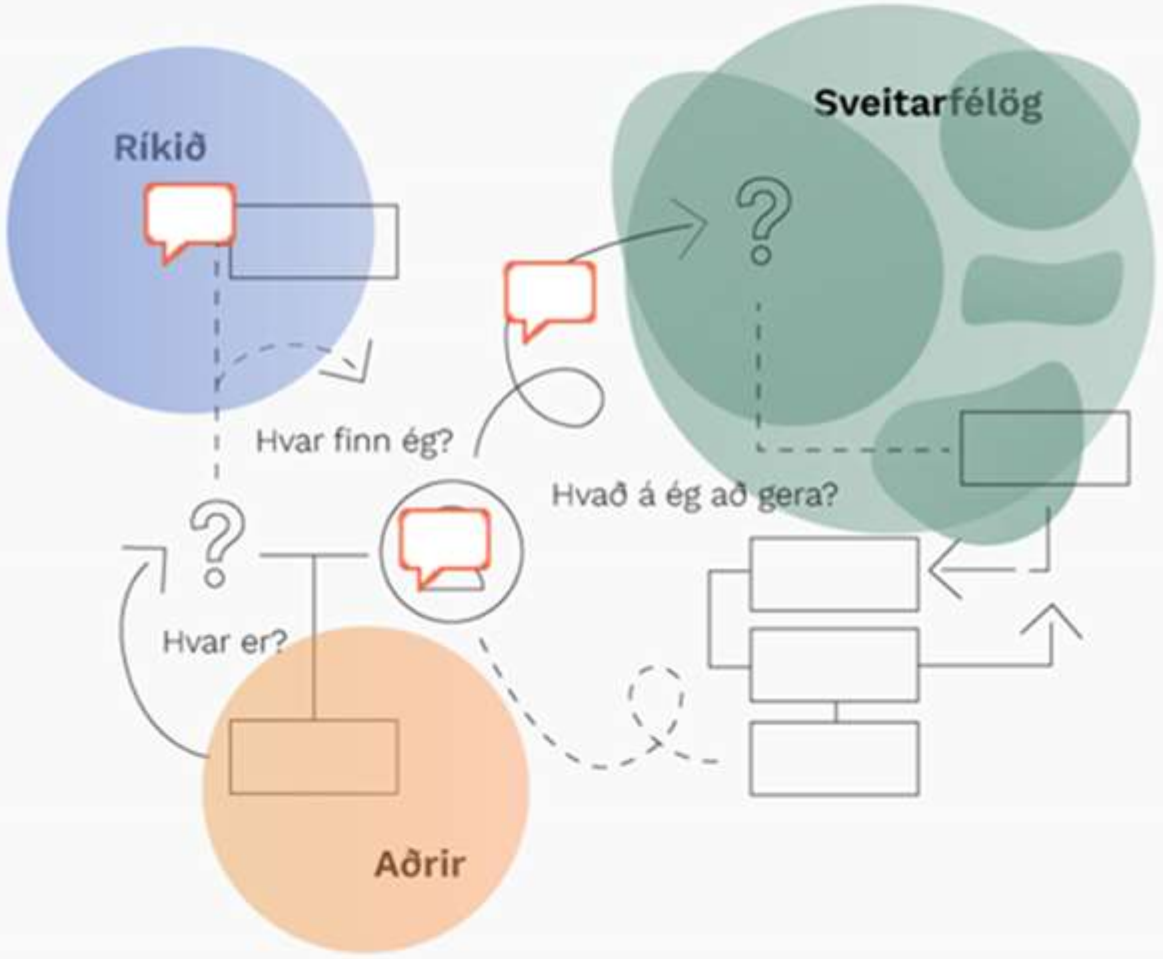


Áskorun stjórnvalda

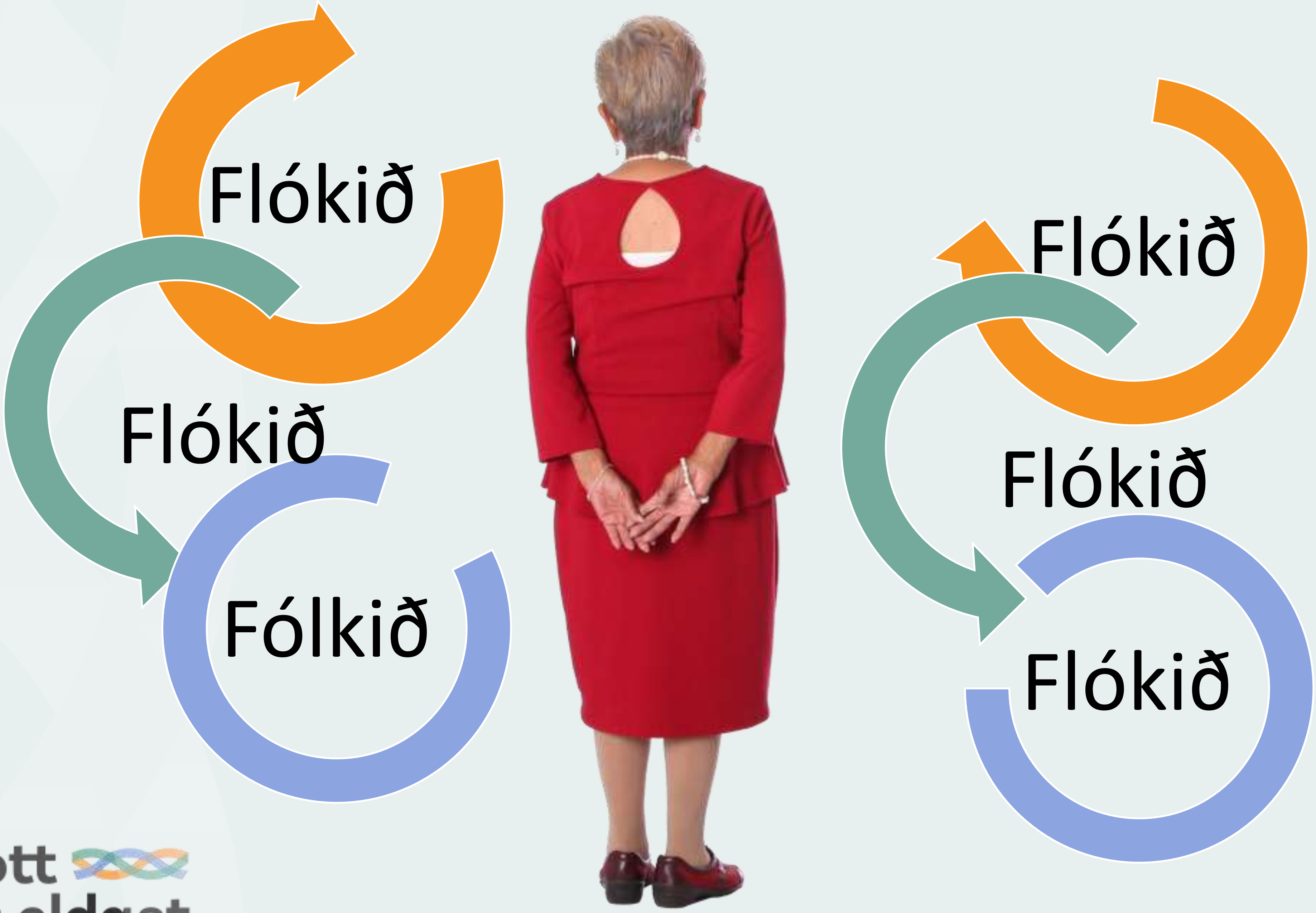
- Fjölgun eldra fólks í þjónustu
- Takmarkaður mannauður

Gott að eldast

Þjónustan í dag



Gott að eldast



Gott að eldast

Samþykkt 10.maí 2023

Gott að eldast: Eldra fólk er virði en ekki byrði

Eldra fólk er virði en ekki byrði: Frá blaðamannafundinum í Ráðherrabústaðnum.

Eldra fólk leggur mikið til samfélagsins og mikilvægt er að stuðla að auknu heilbrigði þessa hóps. Þetta sýnir kostnaðar- og ábatagreining sem KPMG hefur unnið fyrir stjórnvöld vegna heildarendurskoðunar

Heimaþjónusta

Heimahjúkrun

Ríkið

Heimastuðningur

Sveitarfélög

Gott að eldast

Samþætt Heimaþjónusta

Gott að eldast

Heilbrigð öldrun

Stafvæðing

Upplýsingar

Fræðsluefni starfsfólks

Samræmt matstæki

Sameiginleg sýn á gögnum

Vitundarvakning

Samræmd umsókn

island.is

C.3 Ein upplýsingagátt fyrir allt landið varðandi upplýsingar um þjónustu við eldra fólk og réttindi þess

Að hægt verði að nálgast með einföldum hætti upplýsingar, viðeigandi umsóknareyðublöð og almenna ráðgjöf um allt það sem varðar þjónustu við eldra fólk, bæði félagsþjónustu og heilbrigðisþjónustu. Hægt verði að nota netspjall eða símtal gerist þess þörf.

Lýsing: Í samstarfi við Ísland.is verði unnið að þróunarverkefni til þriggja ára um upp-lýsinga- og ráðgjafargátt fyrir allt landið með upplýsingum um þjónustu við eldra fólk og réttindi þess. Þar verði hægt að nálgast eftir póstnúmerum upplýsingar og umsóknareyðublöð, en auk þess verði hægt að fá almenna ráðgjöf varðandi réttindi og þjónustu.

Byrjað verði með tvo ráðgjafa sem sinni almennri ráðgjöf. Ráðgjafarnir verði í sambandi við aðra aðila, svo sem félags-þjónustu sveitarfélaga og heilbrigðisþjónustuna. Samhliða ráðgjöfinni verði gögnum safnað um helstu atriði sem eldra fólk og aðstandendur þess þurfa ráðgjöf um og stuðning við. Á grunni þeirra upplýsinga sem safnað verði gegnum ráðgjöfina verði lagt mat á framtíðarskipulag ráðgjafar/hagsmunagæslu fyrir eldra fólk.

Ábyrgð: Félags- og vinnumarkaðsráðuneytið.
Tímabil: 2024–2027.

- Ein upplýsingagátt um almenna og lögbundna þjónustu fyrir eldra fólk Hægt að nálgast upplýsingar með einföldum hætti.
- Ráðgjafagátt með netspjalli eða símtali.
- **Ein leið fyrir umsóknir um þjónustu** hjá ríki og sveitarfélögum.
- Samræmt matstæki.

Gott að eldast

island.is

Lífsviðburðir

Eignast barn

Umsókn um fæðingarorlof

Barnabætur

Leit í mannanafnaskrá

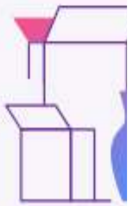
Skoða lífsviðburð →

Flytja

Tilkynna flutning

Flutt til Íslands

Lögheimili barns



Skoða lífsviðburð →

Efnisyfirlit

- **Að eldast**
- Farsæl efri ár
- Hreyfing, næring, virkni
- Heilsufar eldra fólks
- Eftirlaun og lífeyrir eldra fólks
- Fjármál og sérkjör fyrir eldra fólk
- Umboð
- Íbúðir fyrir eldra fólk
- Félagsstarf og tómstundir
- Góð ráð fyrir eldra fólk
- Aðstandendur
- Búa heima með stuðningi – Endurhæfing heima
- Dagdvalir og dagþjálfun
- Heilbrigðisþjónusta
- Við lífslok

Hæ, get ég aðstoðað?

Skoða alla lífsviðburði →

ð eldast

ækja um ellilífeyri

búðir fyrir eldra fólk

érkjör og afslættir

oða lífsviðburð →

ara á eftirlaun

ækja um ellilífeyri

ersónuafsláttur

ryggingastofnun

oða lífsviðburð →

island.is

Sveitarfélagið Árborg
Heimastuðningur og heimahjúkrun

Nafn Nafnsdóttir

Umsókn móttekin!

Umsókn þín fyrir heimaþjónustu er móttekin og fer í vinnslu sem fyrst

Hér eru næstu skref

- Staðfesting á móttöku umsóknar mun berast frá sveitarfélaginu þínu
- Starfsmaður sveitarfélagsins mun vera í sambandi við þig varðandi mat og útfærslu á þjónustu.

- Upplýsingar til notenda
- Gagnaöflun
- Upplýsingar um mig
- Skráðir á lögheimili
- Tengiliðir
- Heimilislæknir
- Ástæða umsóknar
- Undanþága
- Senda inn umsókn
- 10 Yfirlit

Sveitarfélagið ÁRBORG

Gott að eldast

A.5 Samræmt matstæki og aðgengi að upplýsingum milli þjónustuaðila

Tekið verði upp á landsvísu eitt samræmt matstæki til að meta þörf eldra fólks fyrir heimaþjónustu á hverju svæði fyrir sig. Upplýsingar sem varða þjónustu verði aðgengilegar þeim sem málið varðar með tilliti til þess að veita þjónustu.

- Samræmt matstæki á landsvísu sem metur þörf fyrir þjónustu.
- Einstaklingur metur sjálfur getu sína.
- Styður við samþætta heimaþjónustu.

Gott að eldast

World Health Organization

island.is

C.1 Vitundarvakning um heilbrigða öldrun

Dregið verði úr félagslegri einangrun og aldursfordómum og þekking aukin meðal almennings á mikilvægi alhliða heilsueflingar, samveru og samskipta milli kynslóða ásamt því að vekja fólk til umhugsunar um hvernig það geti sem best tryggt sér farsælt líf á efri árum.

Lýsing:

a. Unnið verði að kynningarátaki á Ísland.is sem upplýsinga-miðju fyrir upplýsingar um þjónustu við eldra fólk. Auk þess verði farið í vitundarvakningarátak með notkun kynningar-myndbanda, auglýsinga og fyrirlestra þar sem gagnlegum og gagnreyndum upplýsingum verði komið á framfæri til almennings með áherslu á forvarnargildi og lýðheilsu.

b. Í tengslum við áratug heilbrigðrar öldrunar verði undirbúinn árlegur dagur til að draga athyglina að mikilvægi þátttöku eldra fólks.

Ábyrgð: Félags- og vinnumarkaðsráðuneytið.
Tímabil: 2023-2027.

Að eldast

Sækja um ellilífeyri

Íbúðir fyrir eldra fólk

Tölum saman - einmanaleiki

Skoða lífsviðburð →

Gott að eldast

island.is

Hreyfing í boði

Það hefur jákvæð áhrif á heilsu og líðan allra hópa, á öllum æviskeiðum, að takmarka kyrrsetu og stunda reglulega hreyfingu.

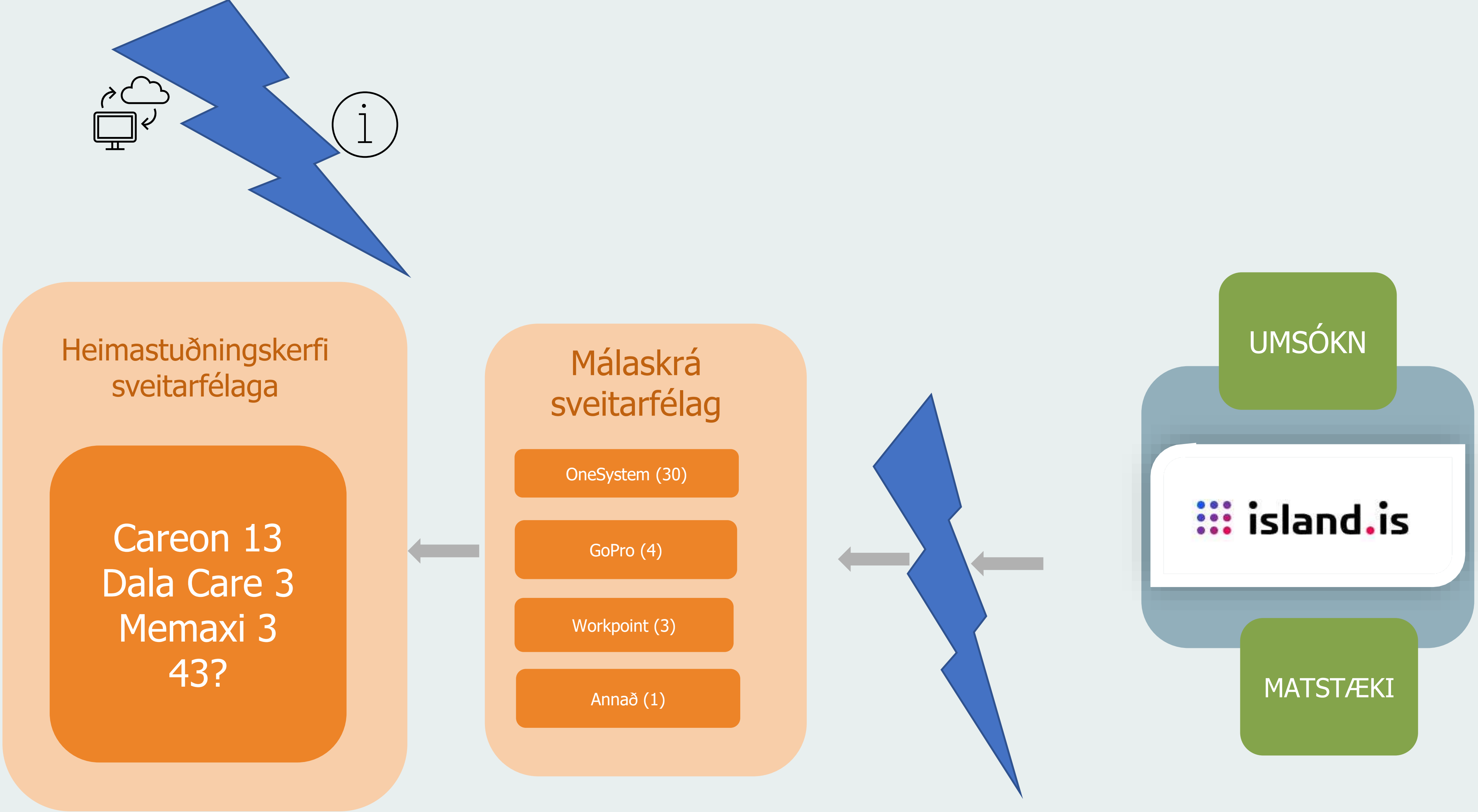
Á efri árum er sérstaklega mikilvægt að varðveita vöðvastyrk og stunda styrktar- og jafnvægisþjálfun. Með reglulegri hreyfingu við hæfi má hægja á áhrifum og einkennum öldrunar og viðhalda getunni til að lifa lengur sjálfstæðu lífi.

Hreyfingin þarf ekki að vera tímafrek eða erfið til að hafa jákvæð áhrif. Öll hreyfing telur og betra er að hreyfa sig lítið eitt en ekki neitt. Opinberar ráðleggingar um hreyfingu eldra fólks

Á vefsíðunni Bjartur lífsstíll er einnig að finna ýmsar hagnýtar upplýsingar um hreyfingu.

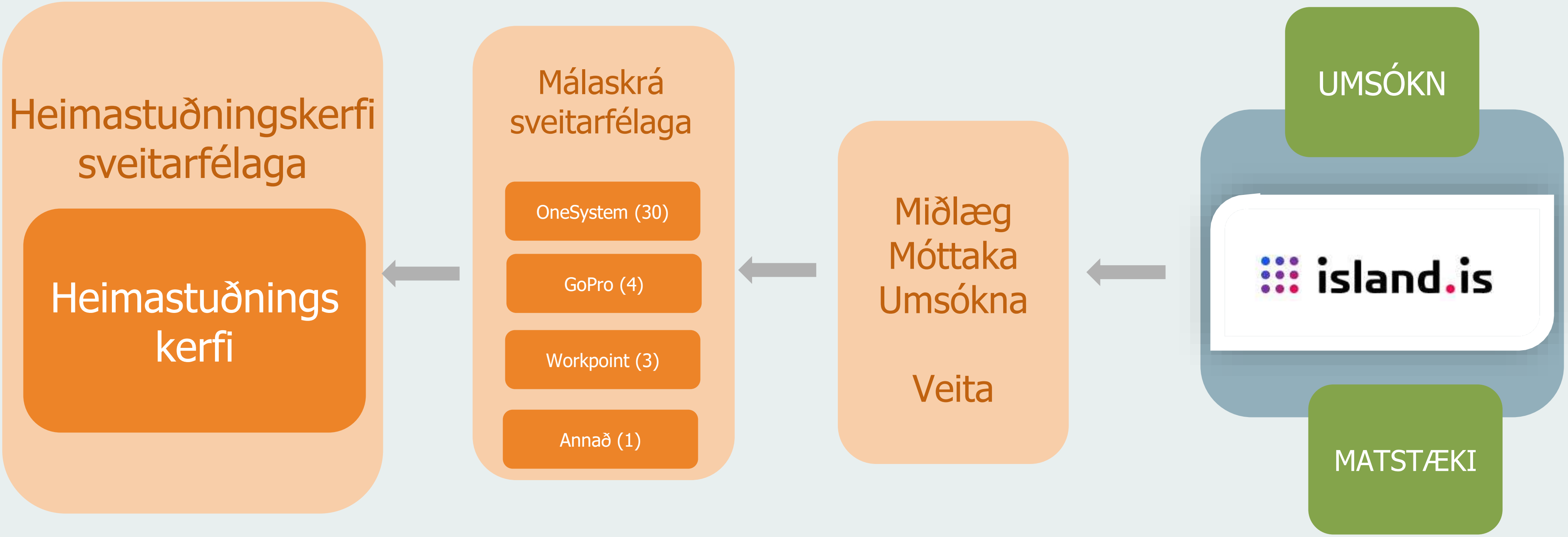
B.1 Alhliða heilsuefling

Aðgengi eldra fólks að alhliða heilsueflingu, það er andlegri, félagslegri og líkamlegri, verði tryggt um land allt og að unnið verði eftir áherslum WHO varðandi áratug heilbrigðrar öldrunar.



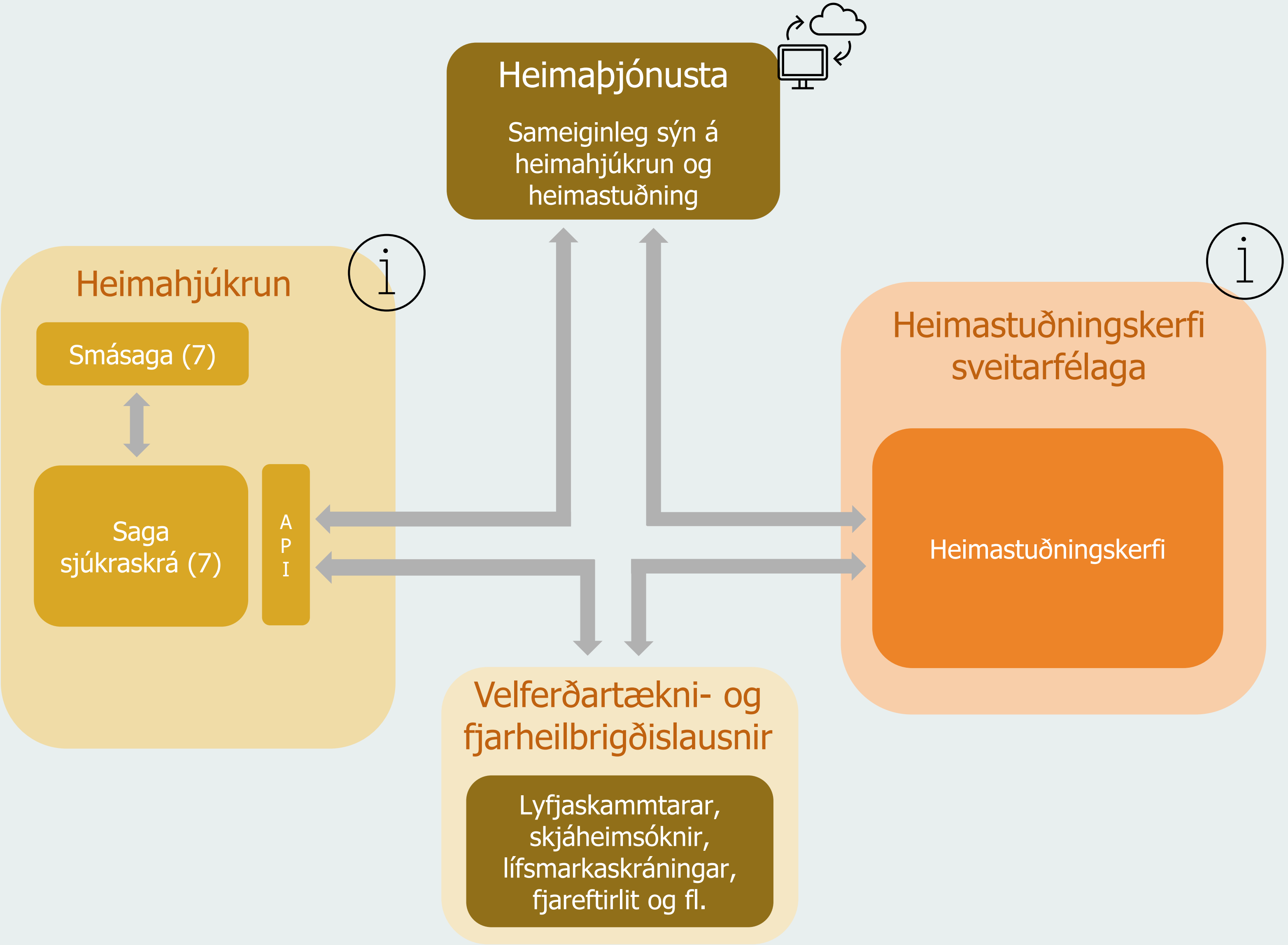
Gott að eldast

Umsókn um heimaþjónustu á island.is



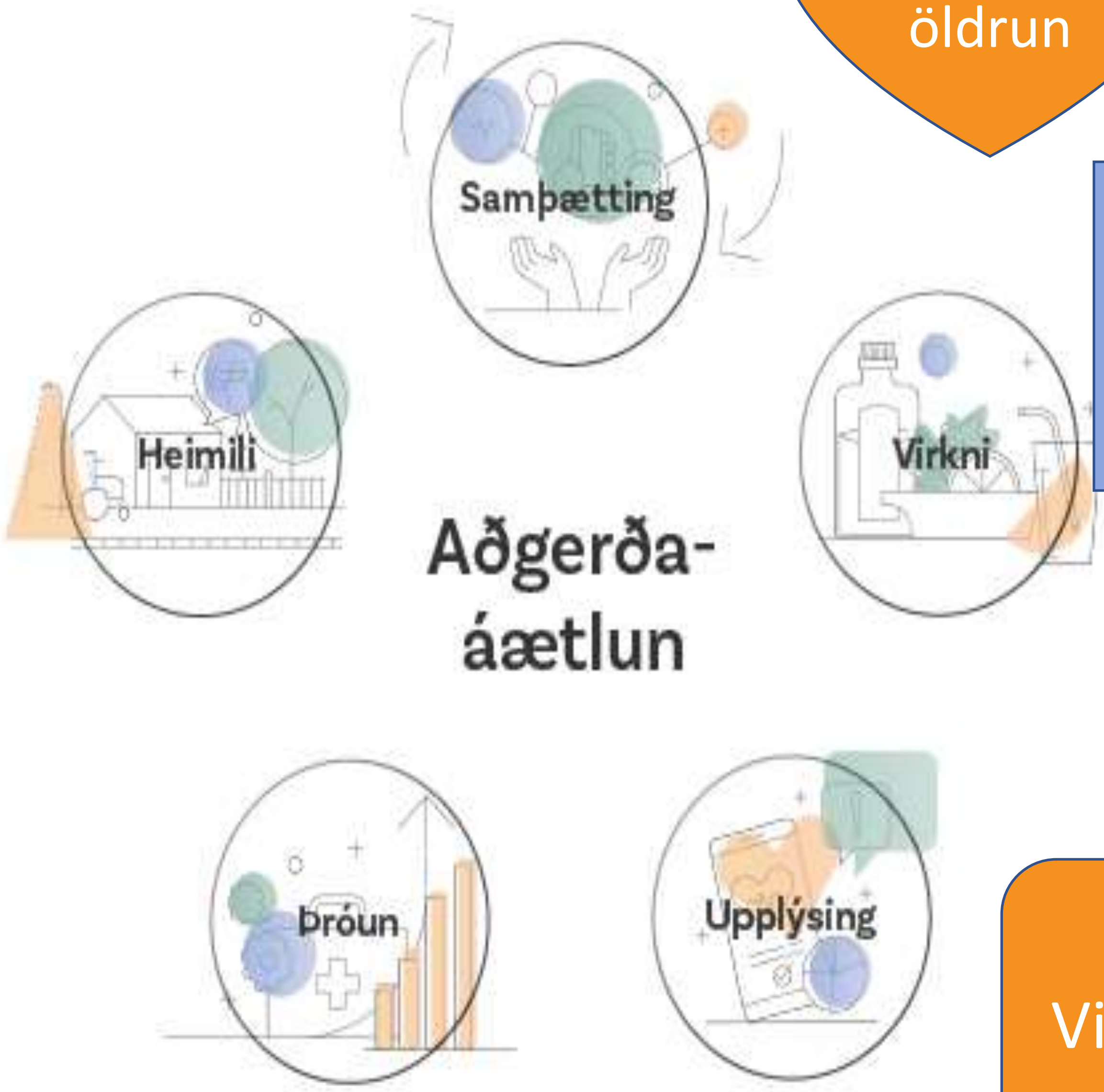
Gott að eldast

Samþætt heimaþjónusta undir einni stjórn



Gott að eldast

Heilbrigð öldrun



Stafvæðing

Upplýsingar

Fræðsluefni starfsfólks

Samræmt matstæki

Sameiginleg sýn á gögnum

Vitundarvakning

Samræmd umsókn

Gott að eldast