



Trygghet i levende lokalsamfunn

Inspirasjonsdagen 15. oktober 2026

Helse og mestring i Tvedestrand – utfordringer, muligheter og veien videre

Arne Tregde | Kommunalsjef

Sektor for helse og mestring

Arne Tregde, kommunalsjef

Stab og fellesområder

- Kommunelege
- Kommunepsykolog
- Ressursstyring
- Rådgiver, Østre Agder samarbeidet
- Interkommunal barneverntjeneste

Enhet for koordinering og rehabilitering

Kristine Kvamme, enhetsleder

- Koordinerende enhet for rehabilitering/habilitering og individuell plan
- Tjenestekontor
- Rehabilitering; fysio. og ergoterapi, innsatsteam hverdagsrehabilitering, hjelpemiddelformidling, frisklivsentral
- Helseteknologi/E-helse/systemansvar
- Koordinator; kreft, demens og kvalitetskoordinator.
- Hukommelsesteam

Habilitering

Liv Marit Haugum, enhetsleder

Dagtilbud

- Dagsenter
- Fritidskontakter
- Aktivitets- og arbeidssenter
- Transporttjenester
- Voksenopplæring
- TVE-pro

Olav Sverres vei

Viola Knutsen, avdelingsleder

- Base distrikt
- Boveiledning

Lyngmyrveien 49

Linda Andersen, avdelingsleder

- Avlastning institusjon
- Barnebolig
- Privat avlastning
- Oppfølging barn i privat hjem

Livsmestring, familie og helse

Kristin De Lange Johannessen, enhetsleder

Familie og helse

- Tjenna Legekontor
- Kommunale leger
- Turnuslege
- Helsestasjon
- Jordmortjeneste
- BPA, psykisk helse
- Interkommunale tjenester (legevakt og krisesenter)

Psykisk helse og livsmestring

Grete L. Mo, avdelingsleder

Forsterket omsorg

Grete L. Mo, avdelingsleder

Sykehjem

Laila Anita Suorsa, enhetsleder

Sykehjem stab og fellesutgifter

- Kjøkken
- Tilsynslegetjenester

Avdeling 1

Silje Kristiansen, avdelingsleder

Avdeling 2

Therese Øia Larsen, avdelingsleder

- Assistenter, husmor og vaskeri
- Sykehjem avd. 2A
- Sykehjem avd. 2B

Hjemmebaserte tjenester

Anna Elisabeth Pedersen, enhetsleder

Hjemmebaserte tjenester stab

- Nattjenester institusjon
- Nattjenester hjemmetjenester
- BPA hjemmebaserte tjenester

Hjemmetjenester Omsorgsboliger

Mona Kvifte, avdelingsleder

Hjemmetjenester utesone

Kari Anne W. Bjerkaker, avdelingsleder

I Tvedestrand skal vi være stolte av:

Høy faglighet, nærhet og vilje til å finne løsninger for innbyggerne

Faglig sterke miljøer

Kompetente medarbeidere som håndterer komplekse behov og krevende situasjoner – hver dag.

Nære tjenester

Kort vei mellom innbygger, fagfolk og ledelse gir fleksibilitet og mulighet for raske løsninger.

Bredde i tilbudet

Vi leverer tjenester fra forebygging og mestring til hjemmetjenester, institusjon og spesialiserte tilbud.

Enorm innsatsvilje

Ansatte strekker seg langt for å sikre trygghet, kontinuitet og gode tjenester – også når presset er stort.

Trygghet for innbyggerne

Mange opplever at kommunen stiller opp når livet blir vanskelig og behovene øker.

Dette er verdier vi skal beskytte.

Hvordan leve lenge – og godt – i Tvedestrand?

Vi ønsker flere gode leveår, ikke bare flere leveår.

Trygghet skapes hjemme, mellom mennesker og i lokalsamfunnet.

Kommunen, innbyggerne og frivilligheten må lykkes sammen.



Det viktigste budskapet i dag

Tvedestrand's største ressurs er menneskene våre – og dere eldre representerer en uvurderlig kraft gjennom livserfaring, fellesskap og omsorg for hverandre.

Eldre er en avgjørende ressurs – med erfaring, kompetanse, omsorg og engasjement.

Vi trenger hverandre mer i årene som kommer.

Hva betyr et godt liv?

Å kunne bestemme mest mulig over eget liv.



Å ha mennesker rundt seg og oppleve tilhørighet.



Å kunne være aktiv, bidra og kjenne seg nyttig.



Å få riktig hjelp når man trenger det.



Tvedestrand er i endring

Flere innbyggere lever lenge – og det er en seier.

Samtidig øker behovet for helse- og omsorgstjenester.

Tilgangen på fagfolk og kommunens økonomiske handlingsrom er begrenset.

Innsatstrappa – rammen for prioriteringene våre

Målet er ikke færrest mulig tjenester, men riktig innsats på riktig nivå – til rett tid.



Hva betyr dette?

- 1 Forebygge og mestre**
Styrke de lave trinnene slik at flere kan klare seg selv lenger og behov utsettes.
- 2 Bo og leve hjemme**
Prioritere tidlig innsats, rehabilitering, pårørendestøtte og fleksible hjemmetjenester.
- 3 Kapasitet når behovet er størst**
Verne forsvarlige tjenester, institusjon og spesialiserte tilbud for dem som trenger mest hjelp.

Budsjettvalgene må støtte hele trappa – ikke bare finansiere toppen.

Hvorfor presset i helse og mestring vil fortsette

Kostnadene drives av mer enn folketall alene. Alderssammensetning, kompleksitet og arbeidskraft er avgjørende.

1

Flere eldre

Kommunens budsjett beskriver en høyere andel eldre enn landsgjennomsnittet. Behovet for tjenester øker særlig når flere lever lenge med sammensatte behov.

2

Mer komplekse behov

Flere brukere krever avansert oppfølging, høy kompetanse og tjenester på tvers av enheter og nivåer.

3

Knappere personell

Bemanning, sykefravær, turnus, vikarbruk og overtid får direkte utslag i både kvalitet og økonomi.

4

Geografi og boligstruktur

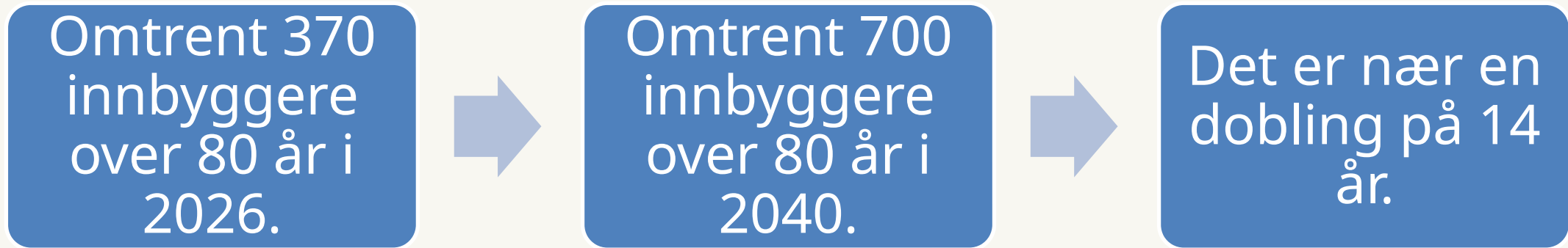
Reisetid og spredt bosetting påvirker organisering av hjemmebaserte tjenester.

5

Lovpålagte oppgaver

Kommunen må sikre nødvendige og forsvarlige tjenester. Prioritering må skje innenfor lov, faglighet og individuell vurdering.

Flere over 80 år fram mot 2040



Hva kan det bety for hjemmetjenestene?



I dag har 33,8 % av innbyggerne over 80 år mottok hjemmetjenester i 2025.



Med uendret andel: ca. 125 mottakere i 2026 og ca. 237 i 2040.



Dette er et regneeksempel – ikke en prognose for faktisk tjenestebehov.

| Utfordringen mer enn bare penger

01

Vi må rekruttere og beholde dyktige medarbeidere.

02

Vi må bruke kompetansen der behovet er størst.

03

Vi må møte økt etterspørsel uten å gjøre alle mer avhengige av tjenester.

Økonomi handler om framtidig trygghet

Tvedestrand er i ROBEK og må gjenopprette økonomisk balanse.

Helse og mestring hadde et merforbruk på om lag 10,5 millioner kroner ved 2. tertial 2026.

God økonomistyring er nødvendig for å kunne gi trygge tjenester også i framtiden.

Vi skal forbedre, forenkle og involvere

Vi må arbeide annerledes – sammen.

Mer forebygging og hverdagsmestring.

Bedre samordning og riktig hjelp til riktig tid.

Ny teknologi der den faktisk skaper trygghet og kvalitet.

Bo trygt hjemme – så lenge det er godt og forsvarlig



De fleste ønsker å mestre hverdagen i egen bolig.



Boligen, nærmiljøet og nettverket betyr mye for tryggheten.



Hjemme er ikke alltid riktig for alle – vi trenger også gode alternativer.

Plan A: Gjør boligen klar i tide

Tenk framover før behovene oppstår.

Vurder adkomst, trapper, bad, lys og fallfare.

Undersøk muligheter for tilpasning, hjelpemidler og økonomiske virkemidler.

Snakk med familie og nettverk om framtidige ønsker.

Plan B: Når behovene endrer seg



Noen vil trenge en mer tilgjengelig bolig.



Andre vil trenge mer hjelp eller et høyere omsorgsnivå.



Det er klokt å ha tenkt gjennom alternativer før situasjonen blir akutt.



God helse bygges i hverdagen



Bevegelse, styrke og balanse forebygger funksjonstap.



Mat, søvn og sosial kontakt er like viktige.



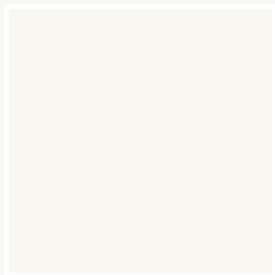
Små vaner over tid kan gjøre stor forskjell.



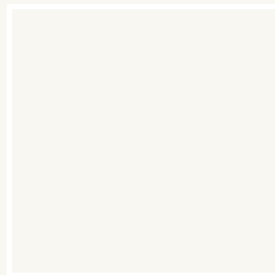
Det er aldri for sent å begynne.



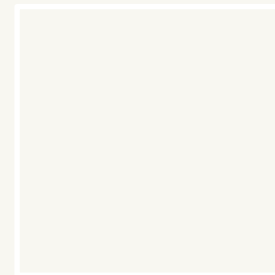
Sterk i bena – trygg hjemme



Å reise seg fra en stol, gå i trapper og holde balansen er hverdagsmestring.



Fysisk aktivitet kan redusere fallrisiko og bevare selvstendighet.



Trening sammen med andre gir også fellesskap og motivasjon.

Teknologi som støtter – ikke erstatter



Trygghetsalarm og annen velferdsteknologi kan bidra til mestring og trygghet.



Digitale løsninger må være forståelige og tilpasset den enkelte.



Teknologi skal støtte menneskelig kontakt – ikke erstatte den.

Innsatstrappa: Hjelp på riktig nivå

Først: egne ressurser, familie, venner og nærmiljø.

Deretter: forebygging, aktivitet, rehabilitering og tilrettelegging.

Når det trengs: hjemmetjenester, omsorgsbolig og institusjon.

Behov og faglig forsvarlighet avgjør hjelpen.

Eldre hjelper eldre – og styrker hele kommunen

En telefon til en som er alene.

Følge til aktivitet, tur eller møteplass.

Dele praktiske ferdigheter, erfaring og lokalkunnskap.

Skape fellesskap mellom generasjoner.

Livserfaring er en ressurs vi trenger

Mange eldre har ledererfaring, håndverkskunnskap, omsorgserfaring og organisasjonskompetanse.

Denne kunnskapen bør brukes aktivt i lag, foreninger, nærmiljø og kommunens utviklingsarbeid.

Vi trenger flere arenaer der eldre både kan bidra og bli hørt.

Frivillighet og dugnadsånd – Tvedestrands styrke



Frivilligsentralen, pensjonistforeninger, nabolag, idrett, kultur og lokale ildsjeler.



Små bidrag fra mange kan gi stor verdi.



Det handler om møteplasser, inkludering, aktivitet og å se hverandre.



Fellesskap er ikke en erstatning for helsehjelp

Kommunen har ansvar for nødvendige og forsvarlige tjenester.

Frivillige skal bidra med det frivilligheten er best på: tilhørighet, aktivitet, nærvær og praktisk fellesskap.

Vi må ha tydelige roller, god koordinering og respekt for grenser.



Levende lokalsamfunn i praksis



Nabolag der vi kjenner hverandre.



Møteplasser som er enkle å komme til.



Aktiviteter for ulike interesser og funksjonsnivåer.



Transport, tilgjengelighet og informasjon som gjør deltakelse mulig.

Hva skal Helse og mestring gjøre videre?

Styrke forebygging, rehabilitering og mestring.

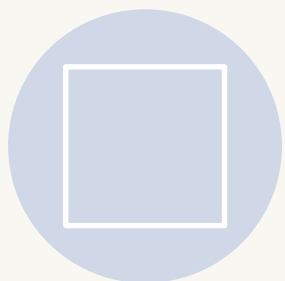
Utvikle hjemmetjenester og bedre samhandling.

Bruke teknologi og fagkompetanse klokere.

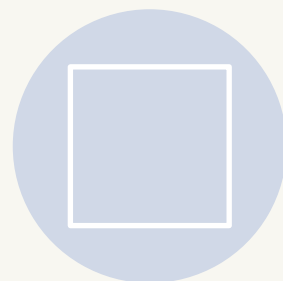
Samarbeide med innbyggere, pårørende, frivillighet og 3K-kommunene.



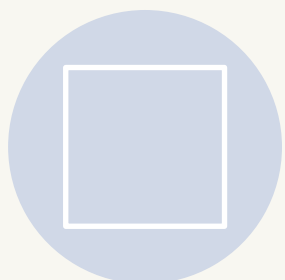
Hva kan vi gjøre sammen allerede nå?



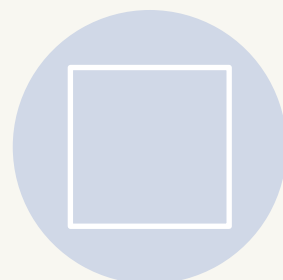
Som innbygger: Ta grep for egen helse og bolig.



Som nabo: Inviter noen med og se den som står utenfor.



Som frivillig: Del tid, erfaring eller kompetanse.



Som kommune: Legg til rette, lytt og skap gode samarbeid.



Det gode liv skaper vi sammen

Et trygt Tvedestrand er mer enn gode kommunale tjenester.

Det er mennesker som kjenner hverandre, bryr seg og bidrar.

Vi skal ta vare på fellesskapet – og utvikle klokere tjenester sammen.

Takk for at dere er en del av løsningen!