



BYRÅDETS  
HØRINGSUTKAST

Trondheim kommunes eldreplan

# Seniorløftet

Handlingsplan 2027 - 2030



# Innhold

<b>Forord</b>	<b>3</b>
<b>1. Innledning</b>	<b>4</b>
1.1. Fra Eldreplan til Seniorløftet	4
1.2. Om aldersvennlige samfunn- Seniorløftets hovedfokus	4
1.3. Medvirkning i arbeidet med handlingsplanen Seniorløftet	4
<b>2. Beskrivelse av utfordringsbildet og mulighetsrommet</b>	<b>5</b>
2.1. Reduksjon i antall yrkesaktive samtidig med økning i antall eldre	5
2.2. Sosial isolasjon og ensomhet	5
2.3. Nærmiljø og sosialt fellesskap	5
2.4. Kognitiv og psykisk helse	6
2.5. Funksjonstap og fysisk helse	6
2.6. Økonomisk og sosial ulikhet	7
2.7. Digitalt utenforskap	7
2.8. Uegnede boliger ved funksjonstap	8
<b>3. Mål</b>	<b>9</b>
3.1. Aktive, selvstendige og inkluderte seniorer	9
<b>4. Tiltak</b>	<b>10</b>
4.1. Uterom og bebyggelse	11
4.1.1. Universell utforming	11
4.1.2. Grønne områder og utendørs møteplasser	12
4.2. Transport	14
4.2.1. Buss, spesialtransport og holdeplasser	14
4.2.2. Trygge forhold for fotgjengere og syklist	15
4.2.3. Parkering	15
4.3. Bolig	17
4.3.1. Boligrådgivning	18
4.3.2. Boligområder/boligkonsept	18
4.3.3. Smarthus-/ velferdsteknologi og tiltak for bedre tilgjengelighet	19
4.4. Sosial deltakelse og inkludering	21
4.4.1. Samskaping og seniorer som ressurs	21
4.4.2. Utvikling av aktive lokalmiljø	23
4.4.3. Kulturelle aktiviteter	23
4.5. Helse- og omsorgstjenester	25
4.5.1. Valgfrihet og medvirkning	25
4.5.2. Opprettholde god helse og funksjon - tidlig innsats	26
4.5.3. Teambaserte tjenester og kompetanseutvikling	27
4.5.4. Pårørendestøtte og avlastning	28
4.5.5. Institusjonstjenester og andre boformer	29
4.6. Kommunikasjon og informasjon	30
4.6.1. Universell utforming av IKT - enkel og intuitiv informasjon	30
<b>Kunnskapsgrunnlag, kilder og nyttige lenger</b>	<b>32</b>

## Forord

Den enkeltes mulighet til å treffe egne valg er avgjørende for å ivareta verdighet og selvstendighet. Mennesker er forskjellige og har ulike behov og ønsker. Et mangfoldig velferdstilbud er derfor en forutsetning for god livskvalitet for den enkelte uavhengig av hvilken livssituasjon man er i. For byrådet er det viktig at kommunens helsetjenester innrettes slik at innbyggerne står i sentrum. Vi må jobbe på nye måter. Kommunen skal fortsette sitt samarbeid med frivillige, ideelle organisasjoner og private aktører for å sikre både kvalitet og et mangfoldig tilbud.

Byrådet vil at flere eldre skal ha mulighet til å bo hjemme så lenge som mulig. De fleste ønsker dette selv, og vi skal legge til rette for det. Derfor må vi satse mer på forebygging og tilrettelegging. Seniorer må i større grad planlegge alderdommen sin.

God eldreomsorg handler om mer enn bare helse- og omsorgstjenester. *Seniorløftet* er en tverrsektoriell plan. Det betyr at alle deler av kommunen jobber sammen – enten det gjelder å bygge trygge gangveier, skape gode møteplasser i nærmiljøet eller tilby kulturaktiviteter.

Denne planen viser hvordan vi skal utvikle tjenestene våre i årene som kommer. Planens hovedmål er å fremme et samfunn der også seniorer lever aktive, selvstendige og meningsfulle liv i et fellesskap. Deres kompetanse og ressurser skal anerkjennes og benyttes. Innbyggerne skal sikres nødvendig omsorg når et bistandsbehov oppstår. De skal bli møtt på en respektfull og verdig måte.

Planen er laget i tett samarbeid med brukere, pårørende, frivillige og andre samarbeidspartnere. Byrådet takker for alle gode og konstruktive innspill i prosessen.

Byråd for helse og omsorg, Berit Tiller



## 1. Innledning

Seniorløftet er en revidert utgave av dagens Eldreplan og skal gjelde for perioden 2027-2030. Det er en handlingsplan som i stor grad viser forebyggende og helsefremmende tiltak og involverer alle byrådsområder. I tillegg peker planen på tiltak innbyggerne selv må bidra med for å redusere behovet for helsetjenester i fremtiden. Den beskriver også tiltak for de som har helseutfordringer.

Seniorløftet konkretiserer tiltak som bygger på strategiene i kommuneplanens samfunnsdel, Trondheimpløftet. Sammen med handlingsplanen for personer med demens og deres pårørende, skal seniorløftet bidra til å følge opp strategier og innsatsområder i ulike temaplaner som retter seg inn mot den eldre befolkningen. En grunnleggende føring for planene er at kommunen og innbyggerne i fellesskap skal fremme et Trondheim med mål om god helse for alle. Bystyret vedtar årlig en handlings- og økonomiplan som fastsetter mål og økonomiske rammer for gjennomføring av tiltak i handlingsplanene.

### 1.1. Fra Eldreplan til Seniorløftet

Målet for Trondheim kommune er å nå innbyggerne allerede før overgang til seniortilværelsen og opp til de eldste, altså en bredere målgruppe.

Det er ulike variasjoner på definisjonen av "eldre" i Norge. Den vanligste er fra 65 år, som ofte samsvarer med pensjonsalder. Begrepet "eldre" er flytende og kan tolkes ulikt avhengig av om det er en offisiell, helserelatert eller sosial definisjon. Tittelen på planen er derfor endret fra "Eldreplan" til "Seniorløftet".

### 1.2. Om aldersvennlige samfunn- Seniorløftets hovedfokus

I 2015 ble Trondheim kommune en del av Verdens helseorganisasjons (WHO) nettverk for aldersvennlige byer og lokalsamfunn. I det globale nettverket utveksles erfaringer og strategier for et aldrende samfunn. Trondheim kommune arbeider aktivt med tiltak for å gjøre byen mer tilgjengelig og levende for personer i alle aldre, med fokus på universell utforming, sosiale møteplasser og transportløsninger. Målet er å sikre at eldre kan bo hjemme lengst mulig, være aktive og sosiale og ha tilgang til informasjon og støtte. Trondheim kommune har etablert et [nytt seniornettsted](#) for seniorer.

Aldersvennlige lokalsamfunn handler om å gjøre samfunnet i stand til å møte utfordringene og mulighetene knyttet til en aldrende befolkning. For at seniorer skal kunne være aktive, delta i samfunnet, bidra og unngå ensomhet og isolasjon, må kommunen ha en mer helhetlig og tverrsektoriell tilnærming i sitt arbeid<sup>1</sup> og et tett samarbeid mellom de ulike byrådsområdene. Alle sektorene må ta et sterkere felles samfunnsperspektiv. Det viktigste grepet handler om å utvikle byen slik at seniorer kan leve aktive, gode liv og klare seg selv så mye som mulig.

### 1.3. Medvirkning i arbeidet med handlingsplanen Seniorløftet

Underveis i arbeidet med planen har det vært bred involvering fra ulike lag og organisasjoner ([oversikt](#)), arbeidstakerorganisasjoner, kommunale råd og utvalg og fra virksomhetsområder i aktuelle byrådsavdelinger. Utfordringsbildet er beskrevet med bakgrunn i de innspill vi har fått gjennom arbeidet med planen samt med kunnskap og fakta fra ulike fagmiljø innenfor aldring og helse.

---

<sup>1</sup> <https://www.ks.no/fagomrader/velferd/aldersvennlige-lokalsamfunn/hva-er-et-aldersvennlig-samfunn/>

## 2. Beskrivelse av utfordringsbildet og mulighetsrommet

Hvilke utfordringer vil seniorer møte i fremtiden og hvordan skal kommunen legge til rette og ta i bruk mulighetsrommet for å møte disse?

### 2.1.Reduksjon i antall yrkesaktive samtidig med økning i antall eldre

Vi går inn i en tid med store demografiske endringer, hvor en økende andel seniorer og et fallende antall yrkesaktive gir oss en unik mulighet til å tenke nytt.

Vi er samtidig klar over det store alvor i situasjonen. Dersom vi fremskriver dagens driftsmodell for helse- og velferdstjenestene, vil kommunen trenge 2500 nye årsverk med helsepersonell innen 2040. En rekruttering av dette omfanget er ikke realistisk, uansett økonomisk styrke.

Dette krever at vi ikke bare ser på utfordringene, men bruker muligheten til å skape fremtidens velferdstilbud. Vårt mål er å finne nye, bærekraftige måter å jobbe på for å sikre at alle innbyggere kan leve aktive, selvstendige og meningsfulle liv lenger, støttet av innovative og kompetente tjenester når behovet oppstår

### 2.2.Sosial isolasjon og ensomhet

Vårt primære mål er å styrke livskvaliteten og fremme et inkluderende samfunn, da vi vet at sosial deltakelse er nøkkelen til en god alderdom. Sosial isolasjon og ensomhet er en stor folkehelseutfordring i dag og en av de alvorligste truslene mot et meningsfullt liv, spesielt for våre eldste innbyggere (over 80 år).

Vi vil derfor fokusere på å motvirke effekten av tap av partner, venner og familiemedlemmer ved å tilrettelegge for sosiale aktiviteter der deltakerne kan bygge nye nettverk og oppleve meningsfull sosial kontakt.

Vi vil skape attraktive og tilgjengelige møteplasser, både innendørs og utendørs, som inviterer til aktivitet og fellesskap.

Vi skal utvikle fleksible og støttende tilbud slik at endringer i helse eller livssituasjon ikke hindrer seniorer i å fortsette sin deltakelse på sosiale arenaer.

### 2.3.Nærmiljø og sosialt fellesskap

Et trygt, tilgjengelig og aktivt nærmiljø er avgjørende for at seniorer skal kunne leve selvstendige og sosiale liv. Vi ser et stort potensial i å utvikle våre lokalsamfunn for å møte fremtidens behov.

Samtidig erkjenner vi at mange boområder, spesielt eldre eneboligfelt, mangler tilstrekkelig nærhet til essensielle tjenester som butikker, legekontor, apotek og god offentlig transport. Denne mangelen gjør at mange seniorer i stor grad er avhengig av bil eller hjelp fra andre for å ivareta daglig ærend, noe som reduserer deres selvstendighet. For nye bygg/boligfelt må vi sikre bedre tilgang til disse tjenestene.

Fravær av trygge og tilgjengelige tur- og rekreasjonsområder, seniorsentre og sosiale møteplasser øker risikoen for sosial isolasjon og ensomhet. Vi vil aktivt jobbe for å få etablert flere attraktive møteplasser som inviterer til fellesskap og aktivitet.

Dårlig belysning utendørs og manglende vedlikehold av fortau mv. kan skape utrygghet og redusere seniorers mulighet og vilje til å være fysisk aktive og sosiale utendørs. Ved å investere i tryggere og bedre vedlikeholdte uteområder, vil vi øke mestring og livskvalitet.

## 2.4.Kognitiv og psykisk helse

De fleste seniorer er tilfredse med livet. Samtidig er vi forpliktet til å møte de spesifikke utfordringene knyttet til mental helse i høy alder, som krever vår fulle oppmerksomhet og handling.

I dag er kognitiv svikt et tabubelagt tema for mange, noe som fører til at bistand oppsøkes sent. Dette reduserer mulighetene for effektive, tidlige tiltak. Vårt mål er å fremme åpenhet og tilgjengelige lavterskeltilbud for å snu denne trenden. Kognitiv svekkelse kan arte seg som vansker med oppgaveløsning eller hukommelse. Tidlig innsats kan bidra til å utsette eller redusere et hjelpebehov, selv om mild kognitiv svikt ikke utvikler seg til demens.

Vi står overfor en betydelig økning i antall personer som lever med demens, som følge av at vi blir mange flere eldre. Demens er den mest kostbare tilstanden i Norge, og omsorgen vil kreve enorme, innovative ressurser i fremtiden. Vår mulighet ligger i å utvikle en fremtidsrettet og spesialisert demensomsorg som sikrer verdighet, tilrettelagte omgivelser, og et sterkt fokus på forebygging.

Økende forekomst av depresjon og angst er ofte knyttet til tap av funksjon, helsebekymringer og ensomhet. Hver innsats for å fremme fellesskap, aktivitet og mestring er en investering i den psykiske helsen. Vi vil aktivt styrke arbeidet for å bevare den mentale helsen til våre eldste seniorer.

Vi er oppmerksomme på de økende utfordringene med alkohol- og legemiddelmisbruk. Redusert toleranse med alderen og rusrelatert utvikling av demens er et økende problem. Dette er også et tabubelagt tema for mange. Også her er vårt mål å fremme åpenhet og tilgjengelige lavterskeltilbud for å snu denne trenden.

## 2.5.Funksjonstap og fysisk helse

Med økende alder skjer det fysiologiske endringer i kroppen. Normal aldring innebærer at kroppens reservekapasitet (evnen til å tåle stress og belastning) reduseres.

Nedsatt balanse og styrke fører til nedsatt fysisk funksjon, påvirker dagliglivets aktiviteter negativt og resulterer ofte i fall. Det anslås at en av tre personer over 65 år vil oppleve å falle minst en gang i året, økende til en av to blant de over 80 år.

Det er en rekke faktorer som kan føre til et fall. Fall er ofte tegn på funksjonssvikt som følge av for eksempel nedsatt styrke og balanse, underliggende sykdommer, nedsatt kognitiv funksjon, rus og nedsatt syn. Tidligere fall, bruk av flere legemidler samtidig og engstelse for fall øker også risikoen for fall. Fallrelaterte skader utgjør den nest mest kostbare tilstanden i Norge i 2019 etter demens, med anslåtte helsekostnader på 14.5 milliarder NOK.

Flere seniorer lever med flere kroniske sykdommer som krever kompleks medisinsk oppfølging og tilpasning av hverdagen.

Hørsel- og synstap er utbredt, og kan bidra til sosial isolasjon og redusert livskvalitet dersom det ikke avdekkes og behandles tidlig. Redusert hørsel er også en kjent medvirkning til utvikling av demens (8 prosent økning). Har en person allerede nedsatt hørsel, er det viktig å være oppmerksomme på en samtidig svekkelse av synet (og motsatt). Et uoppdaget kombinert sansetap reduserer mestringsevnen drastisk.

Forekomst av underernæring øker med alder og kan føre til nedsatt funksjon og dårligere immunforsvar. Årsakene er ofte komplekse og sammensatte. Aldringsprosessen påvirker appetitt og metthetsfølelse og lukt- og smakssans. Problemer med tenner og munn kan føre til problemer med å spise og svelge. Sykdommer øker kroppens energibehov samtidig som de kan redusere appetitten. Medisiner kan gi bivirkninger som kvalme og redusert appetitt. Psykososiale årsaker som tap av ektefelle, venner eller funksjonsevne påvirker matlyst.

## 2.6. Økonomisk og sosial ulikhet

Norske pensjonister har i hovedsak god økonomi, men det er store ulikheter innad i eldrebefolkningen. Utviklingen tyder på at økonomisk og sosial ulikhet vil øke. Dette har en alvorlig konsekvens der de med lav utdanning og inntekt normalt lever kortere og har dårligere helse enn de med høyere utdanning.

Det er et økende og nødvendig behov for at pårørende, familie og nettverk bidrar i omsorgen. Det er en kjent utfordring med stor pårørendebelastning som kan medføre økonomisk og psykisk stress. De med lite nettverk er særlig utsatt for ensomhet og økt hjelpebehov fra kommunen og frivillig sektor.

Ved å bygge ut et solid system for pårørendestøtte og avlastning, kan vi redusere belastningen, forebygge utmattelse og styrke nettverkene.

Minoritetsgrupper står overfor tilleggsutfordringer som lavere helse- og digital kompetanse, språkbarrierer og kulturelle barrierer for å ta imot hjelp. Dette kan føre til at de sjeldnere benytter kommunale helsetjenester.

Det er behov for å sikre likeverdig tilgang til informasjon og tjenester til disse gruppene, gjennom å tilby informasjon på ulike språk, øke kulturell kompetanse i tjenestene og bygge sterke nettverk i lokalmiljøet, slik at alle seniorer kan dra nytte av kommunens tilbud.

## 2.7. Digitalt utenforskap

Digitalisering og velferdsteknologi representerer et enormt potensial for å forbedre seniorers hverdag, øke deres selvstendighet og sikre tilgang til effektive tjenester. Vi er samtidig bevisste på ansvaret som følger med den raske omstillingen. Digitalt utenforskap er en reell trussel mot mange seniorer.

Mangel på digitale ferdigheter, funksjonstap, sansetap og kognitiv svikt fører i dag til at mange, spesielt de eldste, faller utenfor når offentlige og private tjenester digitaliseres. Dette skaper utrygghet og hindrer tilgang til essensielle tjenester og informasjon. Dette må vi ta på alvor.

Det er en utfordring å sikre at teknologien er brukervennlig. Hvis løsningene blir for kompliserte, kan de redusere opplevelsen av selvstendighet og øke avhengigheten til andre – stikk i strid med ønsket effekt. Vi er avhengig av at seniorer aksepterer å lære og å ta i bruk teknologiske hjelpemidler. Det er også behov for gode opplæringstiltak og tilrettelegginger.

### 2.8. Uegnete boliger ved funksjonstap

De fleste seniorer ønsker å bo trygt, komfortabelt og selvstendig i eget hjem så lenge som mulig. Dette fører ofte til at flytting til mer egnet bolig (f.eks. leilighet med heis) utsettes. Sen flytting er mer krevende og belastende, og en del ganger utløses behov for en kommunal boløsning.

En stor andel seniorer bor i boliger som ikke er tilpasset et liv med funksjonstap. Mange bor i boliger med fysiske hindringer som trapper, høye terskler og trange rom. Dette øker risikoen for fall og hindrer selvstendighet i daglige gjøremål.

En del boliger mangler plass til større hjelpemidler. For personer med større hjelpebehov fra hjemmetjenesten utløser dette gjerne bistand fra flere hjelpere samtidig. Når vi vet at det blir færre yrkesaktive relativt sett, belastes personalressursene unødvendig.

Tilrettelegging av dørautomatikk og trappeheis er ofte en hindring i eksisterende boligmasse på grunn av brannforskrifter. Mange eldre boliger mangler også den nødvendige fysiske egnetheten (f.eks. internett-tilgang, strømuttak) for å ta i bruk velferdsteknologi som fallalarmer og smarte låser. Dette utløser et unødvendig tilretteleggingsbehov for helsetjenester, og er en situasjon som krever rask omstilling

### 2.9. Fra institusjon til mestring - en bærekraftig omstilling

Vi går inn i en tid med store demografiske endringer som gir oss muligheten til å tenke nytt rundt god eldreomsorg. For å møte fremtidens behov, ruster vi nå kommunen for en hverdag der flere kan bo trygt og selvstendig i egne omgivelser lenger enn før.

Som en naturlig følge av befolkningsutviklingen, legger vi nå til rette for en moderne omstilling av tjenestetilbudet vårt. Ved å satse tungt på **tidlig innsats, styrkede hjemmetjenester** og **innovative arbeidsmetoder**, sikrer vi at ressursene brukes der de gir mest verdi for den enkelte. Målet er at flest mulig skal oppleve mestring og livsglede i sitt eget hjem, støttet av trygge og kompetente tjenester.

For å sikre best mulig behandling for alle, vil sykehjemmene i fremtiden rendyrkes som spesialiserte kompetansesentre. Dette betyr at vi kan tilby en enda tettere og mer målrettet oppfølging for:

- Beboere med behov for god og verdig palliativ behandling (livets slutfase).
- Personer med langtkommen demens som krever særskilt tilrettelagte omgivelser.

## 3. Mål

### 3.1. Aktive, selvstendige og inkluderte seniorer

Det er et mål å fremme et samfunn der også seniorer lever aktive, selvstendige og meningsfulle liv i et fellesskap. Deres kompetanse og ressurser skal anerkjennes og benyttes. Innbyggerne skal sikres nødvendig omsorg når et bistandsbehov oppstår. De skal bli møtt på en respektfull og verdig måte.

Målet er bredt nok til å omfatte både arbeidsliv, helse, bolig og sosial deltakelse og reflekterer de store utfordringene og målene i norsk seniorpolitikk som innebærer:

Aktivitet og inkludering:

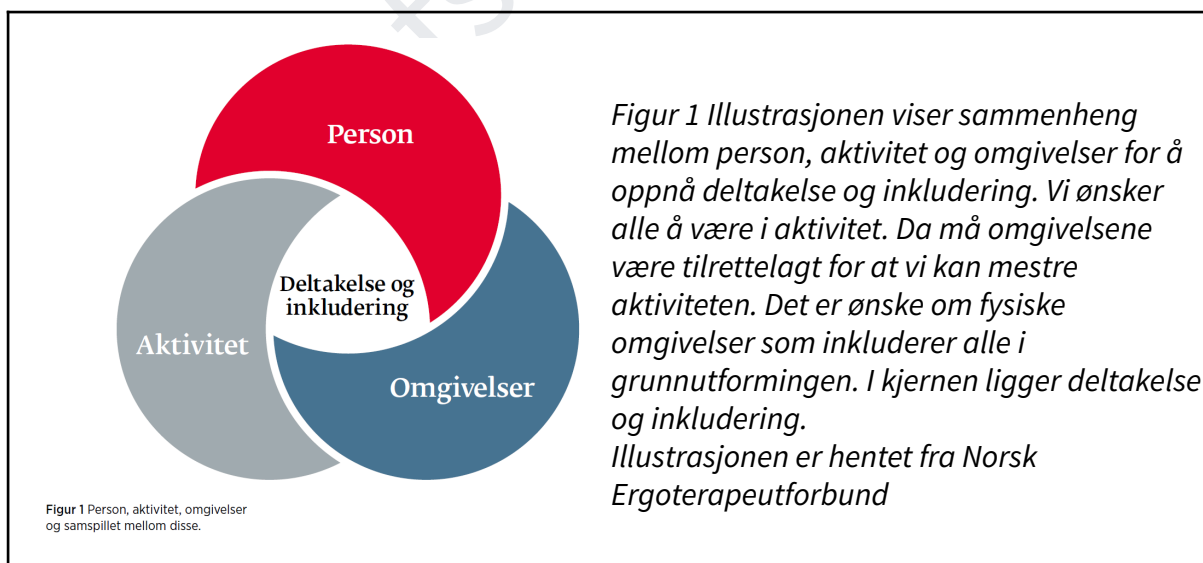
- Fokuserer på å beholde seniorennes kompetanse i arbeidslivet og fremme frivillighet. Dette er viktig for samfunnsøkonomien og den enkeltes identitet.
- Mål om å motvirke ensomhet og sosial isolasjon ved å sikre tilgang til sosiale arenaer og tilrettelegging for deltakelse.

Selvstendighet og mestring:

- Det handler om tilrettelegging på flere områder slik at seniorer kan bo hjemme lenger og mestre egen hverdag (gjennom f.eks. tilrettelagte boliger, hjelp til selvhjelp gjennom veiledning og rehabilitering og bruk av velferdsteknologi).

Verdighet og omsorg:

- Anerkjenner at når selvstendigheten avtar, må samfunnet sikre et verdig og kompetent helse- og omsorgstilbud. Dette inkluderer bistand til å opprettholde god helse, respekt for seniorers rettigheter og et godt tjenestetilbud.



## 4. Tiltak

Tiltakene i kapittel 4 er utarbeidet med bakgrunn i utfordringsbildet og en bred medvirkningsprosess med innbyggere, frivillige lag og organisasjoner og de ulike byrådsområdene i kommunen.

Ansvar for tiltakene er fordelt på byrådsområdene, som vil følge opp gjennom de neste fire årene. I Seniorløftet har vi primært definert tiltak og virkemidler kommunen rår over. Det vil være tiltak som andre aktører utover kommunen kan gjøre. I kolonnen som viser hvilke(t) bydel(s)område(r) som har ansvar, viser vi også til aktuelle samarbeidsparter vi vil være avhengig av.

Tiltakene i planen er sortert innenfor 6 hovedtemaområder;

- Uterom og bebyggelse
- Transport
- Bolig
- Sosial deltakelse og inkludering
- Helse-og omsorgstjenester
- Kommunikasjon og informasjon

Byrådsutkast

## 4.1.Uterom og bebyggelse

Dette temaet handler om å skape et bymiljø hvor alle kan delta og trives, med særskilt fokus på seniorers selvstendighet, trygghet og sosiale inkludering. Tiltakene er delt inn i to hovedområder: *Universell utforming og Grønne områder.*

Innsatsen innen universell utforming skal sikre funksjonalitet i omgivelsene, enkel og intuitiv fremkommelighet og orienterbarhet i det offentlige miljøet. Parallelt fokuseres det på grønne områder for å skape attraktive møteplasser på tvers av generasjoner, legge til rette for nærfriluftsliv og sikre etablering av leke- og rekreasjonsområder i gangavstand fra boligområdene. Samlet sett skal tiltakene bidra til å utvikle byen slik at seniorer kan leve aktive, gode liv og klare seg selv i størst mulig grad.

### 4.1.1.Universell utforming

Det vises til kommunens egen nettside for [universell utforming](#).

Tiltak	Beskrivelse	Hovedansvarlig Medansvarlig
<b>Fortsatt etablere og oppgradere møteplasser utendørs som er attraktive for ulike aldersgrupper.</b>	Det bør legges vekt på omgivelser som innbyr til kontakt, samskaping og oppholds-kvaliteter. Flere møteplasser langs gater, torg og plasser er allerede oppgradert. Denne satsingen skal fortsette. Dette er spesielt viktig i sentrumsområder. Det vil legges til rette for aktiviteter for alle aldersgrupper. <a href="#">Designprogram og normer for infrastruktur, byrom og grøntanlegg i Trondheim.</a> Tiltaket følges opp i kommunens egne prosjekter og i nye reguleringsplaner.	<b>Byutvikling</b> Helse og omsorg
<b>Etablering av hvileplasser med jevne mellomrom.</b>	Benkeplasseringer trukket til side for gangareal og med jevne mellomrom, skaper forutsigbarhet for den som går. Å vite at det er en ny hvileplass om kort tid gir motivasjon til å gå lenger. Dette må vurderes gjennomført ved alle aktuelle investeringsprosjekter i Trondheim kommune. Dette vil være kostnadsbesparende, istedenfor å gjøre tiltak i etterkant.	<b>Byutvikling</b> Helse og omsorg MNS
<b>Sikre god fremkommelighet og trygghet i trafikken.</b>	Sørge for at fortau, gatekryss og sykkelveier som kommunen har driftsansvar for er utformet slik at de er sikre, orienterbare og fremkommelige i bruk for alle. Betjening av trafikklys ved fotgjengeroverganger bør utstyres med ekstra knapp som gir mer tid for gående til å krysse veibanen. I alle senterområder må dette ha høy prioritet.	<b>Byutvikling</b> Miljø, næring og samferdsel Helse og omsorg  i samarbeid med Fylkeskommunen/ Statens vegvesen

## Kapittel

	Tiltak utenfor senterområder skal vurderes vektlagt i kommende handlings- og økonomiplaner.	
<b>Etablere flere offentlige toaletter knyttet til opparbeidet uteareal/parker.</b>	Med økt alder er det behov for større tilgang til toaletter. Økt antall offentlige toaletter i byrommet, vil være med på å gjøre det mulig for seniorer å oppholde seg over lengre tid langs gangveier, i parker og offentlige rom. Tiltaket forutsetter finansiering i handlings- og økonomiplanen med både investeringsmidler og driftsmidler.	<b>Byutvikling</b>
<b>Be kafeer/butikker i nærområdene om enkel og trygg tilgang til toaletter for seniorer.</b>	Koble dette inn i arbeidet med demensvennlig samfunn/nærmiljøutvikling. Dette kan bidra til at seniorer kommer seg mer ut.	<b>Helse og omsorg</b>
<b>Sikre trinnfri adkomst til handelslokaler.</b>	Opprettholde "rampegruppa", som er en tverretattlig gruppe. Sammen vurderer de mulighetene for trinnfri adkomst til handelslokaler. "Rampegruppa" arbeider for gode løsninger som reduserer behov for utvendige ramper på fortauet og gir dermed bedre fremkommelighet på fortau for alle.	<b>Byutvikling</b> Finans Helse og omsorg
<b>Kreve universell utforming av lokaler og utearealer ved arrangement.</b>	Arrangementer skal være tilgjengelig for alle innbyggere. Universell utforming må være tydelig beskrevet i planene for arrangement det søkes om.	<b>Finans</b> Kultur, idrett og friluftsliv
<b>Kontinuerlig kompetanseheving i universell utforming</b>	Det er behov for kontinuerlig kompetanseheving i universell utforming. Dette gjelder både internt i ulike sektorer og for utbyggere. En felles forståelse for universell utforming er viktig for å oppnå inkluderende og funksjonelle løsninger tidlig i planarbeidet og ved gjennomføring og drift.	<b>Byutvikling</b> Finans Miljø, næring og samferdsel Helse og omsorg
<b>Fremme god orienterbarhet for alle.</b>	Eldre kan oppleve kognitive utfordringer med å orientere seg i det bygde miljøet. Derfor er det viktig med ryddige og synlige gangsoner i det offentlige rom, slik at de får bedre mulighet til å orientere seg i bymiljøet. Dette følges opp i nye reguleringsplaner.	<b>Byutvikling</b>

### 4.1.2. Grønne områder og utendørs møteplasser

Det vises til [Kommunedelplan for friluftsliv og grønne områder.](#)

Tiltak	Beskrivelse	Hovedansvarlig Medansvarlig
--------	-------------	--------------------------------

## Kapittel

<p><b>Fortsatt etablere grønne parker og uterom som skaper gode møteplasser på tvers av generasjoner.</b></p>	<p>Det er behov for tilrettelegging av attraktive gangruter med grønne elementer, gatetrær som gir skygge og vegetasjon som gir opplevelser, møteplasser der ulike generasjoner kan møtes, parker og uteanlegg med universell utforming som gjør det mulig for alle, uansett nedsatt funksjonsevne til å ta parken i bruk.</p> <p>Det er behov for parker i ulike størrelser som kan kobles til lokale sentra. Areal til parker i lokale sentra er sikret i Kommuneplanens arealdel (KPA) og opparbeidelse vil bli stilt som rekkefølgekrav i nye reguleringsplaner der dette er aktuelt.</p>	<p><b>Byutvikling</b></p>
<p><b>Fortsatt legge til rette for nærfriluftsliv og nærturer</b></p>	<p>Oppgradere og initiere turveier fra boligområder til friluftsområder. Etablere enkle turrunder som skiltes og tilrettelegges med benker/hvileplasser og belysning. Legge vekt på fremkommelighet og orienterbarhet.</p> <p>Eksempel: <a href="#">trimrunde på Havstein</a>.</p> <p>Trondheim kommune legger vekt på <a href="#">nærturer</a>. Tiltakene skal vurderes også vektlagt i kommende handlings- og økonomiplaner.</p>	<p><b>Kultur, idrett og friluftliv</b></p>
<p><b>Oppgradere og informere om snarveier</b></p>	<p>Trondheim kommune har over tid arbeidet systematisk med oppgradering av byens snarveier. Et overordnet mål har vært å sikre god tilgjengelighet for flest mulig. For å oppnå dette er det implementert tiltak som håndløpere i bratte partier, hvilebenker og belysning langs traseene. Snarveiene er også tydelig merket med egen skilting. <a href="#">Snarveier i Trondheim</a>.</p>	<p><b>MNS, Miljø, Næring og Samferdsel</b></p>
<p><b>Fortsatt legge til rette for urban dyrking</b></p>	<p>Trondheim kommune har støtteordning for tiltak knyttet til <a href="#">urban dyrking</a>.</p> <p>Urban dyrking vil være en god aktivitet for mange eldre. Aktiviteten kan skape gode møteplasser på tvers av generasjoner.</p>	<p><b>Miljø, næring og samferdsel</b></p>

## 4.2. Transport

Tiltakene under *transport* har som mål å skape et seniorvennlig og trygt transportsystem som fremmer mobilitet, deltakelse og selvstendighet i bymiljøet, og er delt inn i tre hovedområder: *Buss, spesialtransport og holdeplasser, Trygge forhold for fotgjengere og Parkering.*

Det rettes fokus på universell utforming og tilrettelegging for de med særskilte behov. Drift og helårig vedlikehold av gangareal vil være viktige forebyggende tiltak. Parkeringsmuligheter i forbindelse med formålsbygg må også utbedres .

Samlet sett skal disse tiltakene bidra til at alle seniorer skal kunne delta og føle seg trygge i bymiljøet, samt redusere ulike farer i trafikken.

Hvert hoftebrudd koster kommunen om lag 750 000 kroner. Bare hoftebruddene i Trondheim koster kommunen cirka 115 millioner kroner hvert år og har en samfunnskostnad på om lag 230 millioner kroner i året. I tillegg kommer kostnader til andre typer brudd. Mange vil aldri komme tilbake til den helsetilstand og bevegelse de hadde før bruddet. Derfor er forebygging viktig.  
Kilde: [Skadeforebyggende forum - fallbarometer](#)

[Miljøpakken](#) (2026 - 2029) jobber kontinuerlig for å opprettholde et velfungerende transporttilbud og tiltak for at flest mulig skal komme fort og trygt frem – med minst mulig utslipp.

Den kommende trafikksikkerhetsplanen 2026 - 2030 vil også ha betydning for seniorers hverdag og trygghet i trafikken.

### 4.2.1. Buss, spesialtransport og holdeplasser

Tiltak	Beskrivelse	Hovedansvarlig Medansvarlig
<b>Spesialtransport for seniorer med særlige behov må opprettholdes og gjøres kjent.</b>	Miljøpakken gir tilskudd til aldersvennlig transport. Etablert spesialtransport og støtte til TT-kort for personer over 67, som har utfordringer med å bruke offentlige transportmidler, må gjøres kjent for dem. Dette gjør det mulig å komme seg ut og delta i aktiviteter.	<b>Miljø, næring og samferdsel</b> Helse og omsorg Sosiale tjenester
<b>Bidra til tydelig informasjon på bussholdeplassene, både digitalt og analogt.</b>	AtB har hovedansvaret for gjennomføring av tiltaket. Kommunen må, gjennom dialog, bidra til at det skal være enkelt og intuitivt å forstå billettkjøp og forstå informasjon på bussholdeplassene.	<b>Miljø, næring og samferdsel</b> i dialog AtB/ Fylkeskommunen
<b>Utbedre kommunens kollektivholdeplasser</b>	Holde kollektivholdeplasser is- og snøfrie i vinterhalvåret, gjennom Holdeplasspakken i Miljøpakken. Arbeide langsiktig for å kunne sette opp flere leskur og benker.	<b>Miljø, næring og samferdsel</b> Byutvikling

## 4.2.2. Trygge forhold for fotgjengere og syklister

Tiltak	Beskrivelse	Hovedansvarlig Medansvarlig
<b>Innbyggers egeninnsats for å forebygge fall og ulykker</b>	Innbyggerne kan selv forebygge fall og skader ved enkle grep som å bruke brodder/piggsko på islagt underlag. For personer som ikke er i stand til å holde private innkjørsler fri for snø selv, kan naboer eller frivillige bistå med måking og strøing slik at forholdene blir trygge. Det er også mulig å inngå avtale med privat vaktmestertjeneste etc. Dette vil bidra til å redusere uønsket isolasjon eller at personer skader seg unødige.	<b>Innbyggere</b> Frivillige
<b>Styrke arbeidet med trygging av fortau og fotgjengeroverganger og godt vintervedlikehold.</b>	God drift av fortau og fotgjengeroverganger gjennom hele året slik at disse ikke har hindringer, forebygger fallulykker og fremmer folkehelse. Unngå løse steiner og snublefarer. Dette er et samfunnsøkonomisk og helsefremmende tiltak som vil redusere presset på helsetjenester, jf. "fallbarometeret" nevnt over. Dersom driften skal styrkes forutsetter tiltaket økt finansiering i kommende handlings- og økonomiplaner.	<b>Byutvikling</b> Miljø, Næring og Samferdsel  i samarbeid med Fylkeskommunen
<b>Sikre trygge gang- og sykkelveier.</b>	Det bør i større grad legges vekt på å etablere et skille mellom gående og syklende. Videre må det arbeides for å skape sammenhengende gang- og sykkelveger uten brudd, og med tydelig skilting som klart indikerer start- og slutt punkt. Dette vil bidra til en mer intuitiv og trygg by for alle.	<b>Miljø, Næring og samferdsel</b> Byutvikling
<b>Vurdere innstramming av regler for elsparkesykler.</b>	Vurdere krav til bruk av teknologi for å begrense elsparkesykler i visse områder. Hastighet og hvor de skal parkere reguleres gjennom avtaler med aktuelle aktører.	<b>Finans</b> Miljø, næring og samferdsel

### 4.2.3. Parkering

Når det gjelder forhold og tilretteleggingstiltak knyttet til parkering, samt parkeringstiltak for tjenester med viktige samfunnsoppdrag, vises det til [Parkeringsveileder](#).

Tiltak	Beskrivelse	Hovedansvarlig Medansvarlig
<p><b>Utvikle løsninger som bidrar til trygge og effektive løsninger i forbindelse med parkering for ulike hjemmetjenester.</b></p>	<p>I byrådets møte 31.juli 2025 i <a href="#">sak 381/25</a> ble det vedtatt følgende: <i>Det i samarbeid med private aktører ses nærmere på hvordan parkering kan bli mer effektiv for tjenesteleverandører som håndverkere og hjemmetjenester.</i> En del av dette handler om å bidra til trygghet for den økende andel eldre som blir å bo hjemme - og trygghet for at de får rask hjelp når behov. En annen del handler om effektivitet for hjemmetjenestene ved å unngå kjøring for å lete etter lovlig parkeringsplass. Det er mange aktører og ulike parkeringsløsninger. Det bør undersøkes løsninger som kan bidra til trygghet og effektivitet.</p>	<p><b>Miljø, næring og samferdsel</b> Helse og omsorg</p>

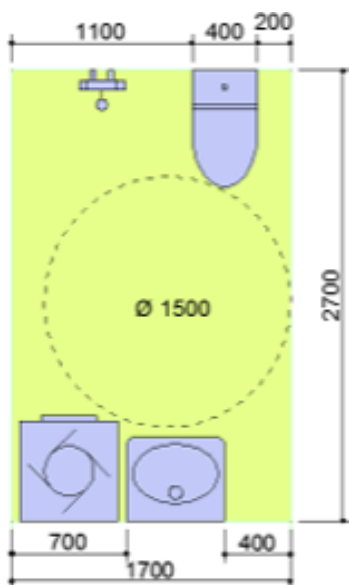


### 4.3.Bolig

Et godt seniorliv krever et inkluderende bomiljø som motvirker ensomhet og støtter selvstendighet. Kommunen vil derfor arbeide for å skape variasjon i boligkonsepter. Etter hvert som man blir eldre faller gjerne både familiemedlemmer og nettverk gradvis bort. Mange seniorer opplever ensomhet, spesielt ved tap av partner, og vil ha fordeler med å bo i bokollektiv, bofellesskap, sameier mv som er bygget med oppholdsarealer for fellesaktiviteter. Dette er tiltak som kan påvirke mental og fysisk helse positivt. Det må gjerne være bygget for flere målgrupper, slik at generasjoner enklere kan møtes på tvers. En aktiv kobling mellom studenter og seniorer, eller flere generasjoner som bistår hverandre, vil kunne redusere presset på offentlige helse- og omsorgstjenester. Utviklingen av gode møteplasser både innendørs og utendørs er også et viktig forebyggende tiltak for å fremme sosial deltakelse og bedre fysisk og psykisk helse. Boligkonseptene må gjerne tilby en bemannet resepsjon/servicevert/vaktmestertjeneste og ligge nært til ulike servicefunksjoner. Slike boliger kan eies eller leies, og slike tilbud bør finnes i alle bydeler. I tilknytning til fellesarealer bør det etableres HCWC og kjøkkenkrok.

Det er et krav at 50 prosent av alle nye boenheter under 50 m<sup>2</sup> utformes som "tilgjengelige boenheter". Dette betyr boliger eller leiligheter der planløsningen er tilpasset slik at personer med nedsatt bevegelsesevne, for eksempel brukere av rullestol eller rullator, kan bo der og samtidig motta bistand i hjemmet. Tilgjengelige boenheter er funksjonelle boliger med alle hovedfunksjoner på inngangsplan. Det vil si entre, stue, kjøkken, soverom og bad samt tilgjengelig inngangsparti.

*Kravene om "tilgjengelige boenheter" gjelder for bygninger med krav om heis og i bygninger hvor alle hovedfunksjoner (entre, stue, kjøkken, soverom, bad/toalett) er plassert på inngangsplanet. Kravet om tilgjengelig boenhet gjelder også for alle leiligheter over 50 m<sup>2</sup> i bygg med krav om heis og for 50 prosent av boligene under 50 m<sup>2</sup>. (TEK 17 §12.2 Krav om tilgjengelig boenhet)*



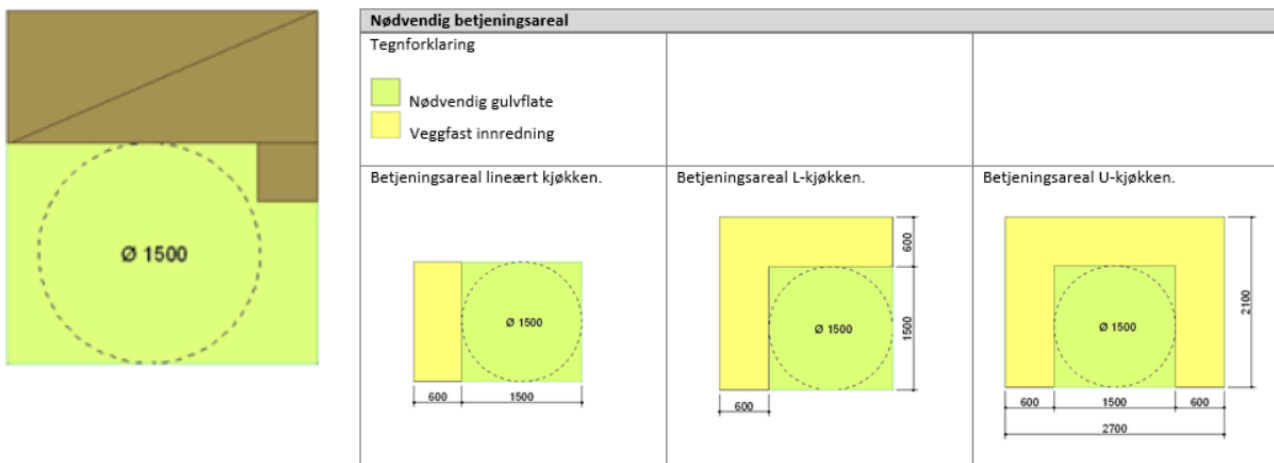
*Eksempel på et tilgjengelig bad på 4,6 m<sup>2</sup>.*

*Betjeningsareal er et areal med snusirkel på 1,5m i diameter. I små rom kan betjeningsareal betjene flere funksjoner samtidig. På et bad kan samme betjeningsarealet brukes til både å betjene vask, vaskemaskin og toalett. Det er viktig å plassere betjeningsarealet foran alle funksjoner for å kunne betjene disse. Ved å plassere dusjområdet ved siden av toalettet, kan dusj arealet også brukes til sideveis forflytning til toalettet og gi plass for en hjelper. Et slikt funksjonelt bad med overlappende betjeningsareal er beregnet til å være ca. 4,6 m<sup>2</sup>; et funksjonelt bad for alle. Se illustrasjonen til venstre.*

## Kapittel

Illustrasjonen under til venstre viser tilgjengelighet til seng. Det er nødvendig med betjeningsareal på langsiden av senga.

Illustrasjon under til høyre viser nødvendig betjeningsareal foran kjøkkenbenk.



Illustrasjonene er hentet fra prosjekteringsverktøy [tilgjengelig bolig](#).

### 4.3.1. Boligrådgivning

Tiltak	Beskrivelse	Hovedansvarlig Medansvarlig
<b>Drive aktivt informasjonsarbeid for å veilede seniorer om boligtilpasninger, slik at de kan bo lengre hjemme</b>	Gi boligrådgivning og informasjon om tilskuddsordninger for boligtilpasning Gjøre informasjonsbrosjyren " <a href="#">Har du behov for en tilpasset bolig?</a> " kjent. Gjøre <a href="#">kommunens tilskuddsordning for tilpasning av bolig</a> kjent. Informasjon om råd ved tilpasning av egen bolig. Informasjon kan gis gjennom ulike kanaler som seniornettsida til kommunen, artikkel i Adresseavisen, helsestasjon for eldre m.m. Husbanken arbeider også med <a href="#">eldreboligprogrammet</a> .	<b>Helse og omsorg</b>

### 4.3.2. Boligområder/boligkonsept

Tiltak	Beskrivelse	Hovedansvarlig Medansvarlig
<b>Sikre boligområder med variasjon i boligtype og leilighetsstørrelser</b>	Ulike aldersgrupper vil være en stimulerende faktor for bomiljøet. Et bomiljø som inkluderer barnefamilier, ungdom, voksne og seniorer. Det er derfor viktig at det sikres boligområder med variasjon i boligtype og leilighetsstørrelser. Dette følges opp i nye reguleringsplaner.	<b>Byutvikling</b> Helse og omsorg
<b>Benytte offentlig-privat-samarbeid for å utvikle attraktive boliger som møter ulike behov</b>	Dette handler om å spre kunnskap til utbyggerne om funksjonelle planløsninger som sikrer funksjonalitet også i boliger med	<b>Helse-og omsorg</b>

## Kapittel

	begrenset areal, for eksempel gjennom frokostmøter for bransjen. Kommunen må beskrive behovet for god funksjonalitet og hva dette innebærer. Gode planløsninger vil gi god bokvalitet og legge forholdene til rette for selvstendighet og mestring av daglige aktiviteter.	
<b>Utvikle en gangvennlig by der tilbud som lokalsenter, kafe, dagligvare ligger i gangavstand til boligene.</b>	Dette jf. målsetting i Leangenerklæringen om 10-minuttersbyen.	<b>Byutvikling</b>
<b>Utvikle nye og varierte boformer</b>	Samarbeide med private aktører for å tilby varierte boformer, som bokollektiv, seniorboliger og demensvennlige boliger.	<b>Finans</b> Sosiale tjenester Helse og omsorg Miljø, næring og samferdsel
<b>Stille krav om felles innendørs oppholdsareal i boligsameier/borettslag med flere enn 20 leiligheter, jf. KPA</b>	Innendørs felles oppholdsareal gir en uformell møteplass som er enkel å nå. Gode fellesarealer vil støtte opp under forebygging av ensomhet og isolasjon. Kravet til fellesareal i Kommuneplanens arealdel (KPA) følges opp i alle nye reguleringsplaner.	<b>Byutvikling</b> Helse og omsorg

### 4.3.3. Smarthus-/ velferdsteknologi og tiltak for bedre tilgjengelighet

<b>Tiltak</b>	<b>Beskrivelse</b>	<b>Hovedansvarlig</b> Medansvarlig
<b>Økt tilgjengelighet i nye boliger gjennom dialog med utbyggere</b>	Gjennom dialog vil kommunen oppfordre utbyggere til å integrere brukervennlig velferdsteknologi og tilgjengelighetstiltak utover standardkrav for å forlenge seniorers mulighet til å bo hjemme. Eksempler på dette er sentraliserte lysstyringssystemer (flere lys/funksjoner med én bryter/fjernkontroll). I nye leilighetsbygg kan tilgjengelighetsløsninger, som skyvedører ved trang passasje, spyl-tørk-toalett eller uttrekkbare skuffer i underskap enten være standard eller tilbys som tilvalgspakker.	<b>Helse og omsorg</b>
<b>Opplæringstiltak for seniorer i smarthusteknologi for egenmestring og tilrettelegging i eget hjem</b>	Det er viktig at seniorer lærer nødvendig teknologi å kjenne mens de enda har kapasitet og evne til å lære. Det er viktig å redusere opplevelse av hjelpesløshet og avhengighet. Kommunen må samhandle med næringslivet (leverandører, selgere, installatører). Videre med frivillige lag og organisasjoner om opplæringstiltak.	<b>Helse og omsorg</b> Finans Miljø, næring og samferdsel
<b>Samarbeide med gründere og kunnskapsmiljøer om nye innovative og teknologiske løsninger</b>	Det er behov for å utvikle løsninger som ivaretar pasientsikkerhet og/eller reduserer behov for menneskelig arbeidskraft. Samtidig må teknologien ha et enkelt	<b>Helse og omsorg</b> MNS (spesielt næring)

## Kapittel

	grensebrukersnitt, slik at det ikke skaper hjelpeløshet eller avhengighet til andre.	
<b>Teknologi som førstevalg ved behov for tjenester.</b>	Øke bruken av velferdsteknologi generelt. Sikre at digitale løsninger og velferdsteknologi blir presentert som førstevalg ved behov for bistand, trygghet eller mestring i hjemmet. Dette omfatter alt fra digitale kommunikasjonsverktøy, til sensorer og annen velferdsteknologi. Helsepersonell må også få opplæring i riktig bruk av og håndtering av aktuell velferdsteknologi.	<b>Sosiale tjenester</b> Helse og omsorg Finans
<b>Ta i bruk sensorbasert velferdsteknologi til hjemmeboende</b>	Kommunen ønsker å bruke smart sensorteknologi for å gi tjenestemottakere trygge og faste tilsyn hjemme. Vi vil redusere unødvendige fysiske besøk av hjemmetjenesten, også på natt. Bruk av teknologi vil redusere forstyrrelser i nattesøvn, samtidig som tjenestemottakeren kan følges opp raskt når det utløses behov. Teknologien vil også kunne bidra til å sette inn riktige tiltak tidligere ved endring i helsetilstand.	<b>Helse og omsorg</b> Finans

## 4.4.Sosial deltakelse og inkludering

Temaet sosial deltakelse og inkludering beskriver tiltak for å sikre at alle seniorer kan forbli aktive, engasjerte og integrerte samfunnsborgere, uavhengig av alder, helse og livssituasjon. Tiltakene skal bidra til å forebygge ensomhet og isolasjon, fremme mestring og god psykisk helse, og skape gode møter mellom generasjoner.

Vi ønsker å ta vare på og nyttiggjøre oss den store ressursen seniorer utgjør, gjennom å stimulere til frivillig innsats, involvere seniorer i utviklingen av tilbud, bidra med digital kompetanseheving og bistå frivillige organisasjoner med oversikt over tilskuddsordninger. Vi vil skape inkluderende sosiale arenaer på tvers av generasjoner, varierte aktivitetstilbud. Frivilligsentralene har en sentral rolle og må styrkes. De rettslige rammene for samarbeid mellom kommunen og frivilligheten må sikres.

Tiltakene konkretiserer de fire vedtatte strategiene og prioriteringene for kunst- og kultursatsinger for seniorer (byrådet 30.01.2025): *Kulturtilbudene er tilrettelagt for alle, Kulturtilbudene har høy kunstnerisk kvalitet, Utvikling av aktive lokalmiljø og Seniorer er en ressurs i utvikling og utøvelse av kulturtilbudet.* Seniorløftet understøtter også tiltak i [Temaplan for frivillighet](#).

### 4.4.1.Samskaping og seniorer som ressurs

Tiltak	Beskrivelse	Hovedansvarlig Medansvarlig
<b>Samarbeide med frivilligsentralene og frivillige lag og organisasjoner om å ta vare på ressursene blant seniorene. Som privatpersoner må vi hjelpe hverandre både som naboer og samfunnsaktører.</b>	De fleste seniorer er friske og innehar mye kunnskap og ressurser. Lokalsamfunnene må nyttiggjøre seg av seniorkraften. Det er viktig å stimulere seniorer til å bidra. De må se at de kan være til nytte for andre i sitt lokalmiljø. Seniorer kan f.eks. hjelpe barn og ungdom og omvendt. Frivillige besøksvennordninger kan forebygge ensomhet og utenforskap. Seniorene må involveres i utvikling og utøvelse av aktiviteter og kulturtilbud i lokalmiljøet.	<b>Sosiale tjenester</b> <b>Helse og omsorg</b> Kultur, idrett og friluftsliv
<b>Stimulere og samhandle med lag og organisasjoner og yngre krefter til å kurse seniorer i digitale løsninger/sosiale medier.</b>	Å tilegne seg ny kunnskap vil være berikende og et viktig tiltak for å opprettholde og øke mestringsgrad kognitivt. Senioruniversitetet tilbyr også ulike kurs. Kunnskap og trygghet er viktig for å redusere opplevelse av hjelpsløshet og avhengighet.	<b>Kultur, idrett og friluftsliv</b> Helse og omsorg
<b>Seniorer med minoritetsbakgrunn inviteres aktivt inn til ulike aktiviteter og tilbud.</b>	Kommunen må samhandle på tvers for å sikre at målgruppen får informasjon om ulike tilbud og at de også kan være en ressurs for andre.	<b>Sosiale tjenester</b> Kultur, idrett og friluftsliv Helse og omsorg  i samarbeid med frivillig/ideell sektor
<b>Bistå frivilligsentralene og frivillige</b>	Tilskuddsmidler kan bidra til økte ressurser	<b>Sosiale tjenester</b>

## Kapittel

<p><b>lag og organisasjoner med oversikt over ulike tilskuddsordninger de kan søke til oppstart av ulike aktiviteter.</b></p>	<p>knyttet til prosjekt/aktiviteter og bidra til at organisasjonene får rekruttert flere frivillige og gjennomført flere aktiviteter</p>	<p>Helse og omsorg Kultur, idrett og friluftsliv</p>
<p><b>Videreføre og videreutvikle valgfaget "Innsats for andre".</b></p>	<p>Generasjonsmøter. Gi elevene mulighet til å bidra med frivillig arbeid rettet mot eldre.</p>	<p><b>Oppvekst og utdanning</b> Sosiale tjenester Helse og omsorg</p> <p>i samarbeid med frivilligsentralene.</p>
<p><b>Prøve ut nye prosjekter og tiltak for å stimulere til frivillig arbeid blant seniorer.</b></p>	<p>Seniorer må få økt kunnskap om frivillig arbeid, hvordan eget frivillig arbeid bidrar til økt livskvalitet, mestring og sosiale nettverk. Vi må bygge en kultur for å bidra med frivillig arbeid i seniortilværelsen, og at innsatsen anerkjennes, slik at det oppleves positivt. Nytt prosjekt "Kullingan" skal prøves ut. Arrangere frivilligbørser som en møteplass for frivillige lag og organisasjoner, kommunen og næringslivet. Her kan aktørene bytte tid, tjenester og kompetanse. Avtaler inngås. Frivilligbørser vil arrangeres bydelsvis med tema "Sammen for seniorer i nærmiljøet", eller med mer åpent tema med nærmiljøfokus.</p>	<p><b>Helse og omsorg</b> Sosiale tjenester Kultur, idrett og friluftsliv</p>
<p><b>Samhandle med frivillige og ideelle aktører om felles aktiviteter til seniorer i innendørs/utendørs oppholdsareal i nye større sameier/borettslag</b></p>	<p>Lett tilgjengelighet til aktivitet i et folkehelseperspektiv. Ved flytting til ny bolig/leilighet, endres fort også det daglige sosiale nettverket og hverdagsaktiviteten. Felles aktiviteter kan bidra til nye bekjenskaper og redusere faren for isolasjon og et mer inaktivt liv.</p>	<p><b>Helse og omsorg</b> Sosiale tjenester</p>
<p><b>Aktivitørene i sykehjemmene vil samhandle med pårørende, nærnettverk og frivillige om aktiviteter i sykehjemmet.</b></p>	<p>Aktivitørene vil legge til rette for individrettede aktiviteter, aktiviteter for mindre pasientgrupper samt større arrangementer for beboere i sykehjem. De vil også vurdere hvilke aktiviteter som ikke krever helsefaglig oppfølging. I dette arbeidet vil de ha fokus på rekruttering, koordinering, samarbeid og oppfølging av frivillige. Aktiviteter sammen med pårørende, som f.eks. en tur ut, eller en tur i kafeen kan gi beboere positive opplevelser. De som bor i sykehjem har ofte en redusert helsetilstand som påvirker personens kapasitet. All aktivitet må vurderes samlet. Mange trenger mye ro og hvile.</p>	<p><b>Helse og omsorg</b></p>
<p><b>Medvirkning fra seniorer og seniororganisasjoner i utvikling av sosiale og kulturelle tilbud</b></p>	<p>Seniorer og frivillige, ideelle og private aktører må involveres i utvikling av aktivitetstilbud, slik at tilbudene speiler behovene i brukergruppen. Dette inkluderer både arenutvikling og utvikling av konkrete tilbud.</p>	<p><b>Kultur, idrett og friluftsliv</b> Sosiale tjenester Helse og omsorg</p>

## 4.4.2. Utvikling av aktive lokalmiljø

Tiltak	Beskrivelse	Hovedansvarlig Medansvarlig
<b>Opprettholde frivilligsentraler som rekrutterer og samhandler med frivillige i ulike aldre i nærområdet.</b>	Videreføre økonomisk støtte til daglig ledelse av sentralene. Følge opp samarbeidsavtalene som er inngått med sentralene.	<b>Sosiale tjenester</b> Helse og omsorg
<b>Etablere aktivitetstilbud, kurs og klubbvirksomhet, treningstilbud og tufteparker i nærmiljøene for seniorer i alle aldre.</b>	Tilbudene må være godt tilgjengelig. Ved deltakelse på ulike aktiviteter må det være mulig å sette seg ned og hvile.	<b>Helse og omsorg</b> Kultur, idrett og friluftsliv Byutvikling
<b>Utvikle/videreutvikle bydelskulturhus og andre arenaer i nærmiljøene som møteplasser og kulturarenaer for ulike målgrupper.</b>	Samhandle med pensjonistforeninger, frivillige lag og organisasjoner og frivilligsentraler om aktiviteter og arrangement. Slike møteplasser vil stimulere seniorer til å bevege seg, delta med sin ressurs og fremdeles være aktive. Møteplassene bør legges til rette for ulike aldre for å sikre gode møter mellom generasjoner	<b>Kultur, idrett og friluftsliv</b> Sosiale tjenester Helse og omsorg Oppvekst
<b>Dyrkingsmulighet nær boligområdet og opparbeidede uteareal med vekt på vekster og omgivelser som gir sansestimulering.</b>	Oppfordre utbyggere til å legge til rette for mulighet for dyrking i nye boligprosjekter. Dette skaper sosial deltakelse, engasjement og mestring. Lage møteplasser ved dyrkingsområder og sansehager. Det vises til vedtatt veileder for uteoppoldsareal: <a href="https://trondheim.kommune.no/contentassets/647910dcd306449c9fb039fac225a213/3.-veileder-for-uteoppoldsareal.pdf">https://trondheim.kommune.no/contentassets/647910dcd306449c9fb039fac225a213/3.-veileder-for-uteoppoldsareal.pdf</a>	<b>Byutvikling</b>
<b>Videreutvikle "Nettverk for frivillighet og seniorer" som en åpen arena for frivillig og ideell sektor og kommunen.</b>	Nettverk for "Frivillighet og seniorer" møtes 2-4 ganger i året og har som mål å jobbe med erfaringsutveksling, kompetanseheving, informasjonsdeling, koordinering og samarbeid. Nettverket koordineres av en arbeidsgruppe med representanter fra frivilligheten og kommunen.	<b>Sosiale tjenester</b> <b>Helse og omsorg</b> Kultur, idrett og friluftsliv
<b>Sikre at <a href="#">rettslige rammer for samarbeid mellom helse- og omsorgstjenesten og frivilligheten</a> ivaretas.</b>	Kommunen må ha gode rutiner for frivilliges innsats, gi opplæring om roller, taushetsplikt mv til ansatte som skal samhandle med frivillige på arbeidsplassen.	<b>Helse og omsorg</b> Sosiale tjenester

## 4.4.3. Kulturelle aktiviteter

Tiltak	Beskrivelse	Hovedansvarlig Medansvarlig

## Kapittel

<p><b>Utvikle og tilrettelegge kulturarenaer</b></p>	<p>Utvikle bydelskulturhus som møteplasser for inkluderende fellesskap og kulturarenaer. Tilbudene i bibliotek bør fungere som møteplasser for nærmiljøet, på tvers av generasjoner. Sørge for formidling av profesjonell kultur på alternative arenaer (HVS, arenaer i nærmiljøet) for å sikre tilgang for alle</p>	<p><b>Kultur, idrett og friluftsliv</b></p>
<p><b>Tilby flere kulturtilbud i bydelene til hjemmeboende seniorer</b></p>	<p>Publikumsutvikling gjennom tilgang til profesjonelle kulturarenaer og -tilbud</p>	<p><b>Kultur, idrett og friluftsliv</b></p>
<p><b>Sikre tilgang til kultur av høy kvalitet og variasjon i kulturtilbudene</b></p>	<p>Bidra til livslang læring, engasjement og kulturell kompetanse</p>	<p><b>Kultur, idrett og friluftsliv</b></p>
<p><b>Legge til rette for at seniorer er aktive kulturutøvere</b></p>	<p>Stimulere til økt aktivitet i regi av seniororganisasjoner gjennom tilskudd, arrangørkompetanse og samarbeid Bruk av seniorutøvere på kommunale kulturtilbud</p>	<p><b>Kultur, idrett og friluftsliv</b></p>

## 4.5.Helse- og omsorgstjenester

Dersom behovet for bistand likevel oppstår, skal kommunens helse- og omsorgstjenester sikre et verdig, kompetent og tilpasset tilbud.

Tiltakene i dette kapitlet er avgjørende for å møte fremtidens demografiske utfordringer. Ved å prioritere tidlig innsats, styrke de hjemmebaserte tjenestene, og utvikle teambaserte og innovative omsorgsformer, skal vi redusere den fremtidige belastningen på institusjonsplassene og samtidig garantere at alle seniorer får den hjelpen de trenger og at de blir møtt med respekt og valgfrihet.

Områdene som beskrives er *Valgfrihet og medvirkning, Opprettholde god helse og funksjon - tidlig innsats, Teambaserte tjenester, Pårørendestøtte og avlastning og Institusjonstjenester.*

### 4.5.1. Valgfrihet og medvirkning

Tiltak	Beskrivelse	Hovedansvarlig Medansvarlig
<b>Innbyggerdialog for medvirkning i planarbeid</b>	Som underlag for kommende planer som berører seniorer i Trondheim gjennomføres ulike former for innbyggerdialog Dette kan skje gjennom møter, arrangement eller folkepanel mv. Det er viktig å få synspunkter fra innbyggerne ved hjelp av både åpen dialog og strukturerte metoder.	<b>Alle byrådsavdelinger</b>
<b>Medvirkning i tjenesteutviklingen.</b>	Brukermedvirkning er viktig i utviklingen av helse- og omsorgstjenesten fordi det sikrer at tjenestene blir relevante, effektive og tilpasset brukernes faktiske behov og preferanser. Medvirkning kan sikres på ulike måter; gjennom brukerråd, representasjon i arbeidsgrupper eller gjennom åpne høringer og innspillmøter.	<b>Helse og omsorg</b>
<b>Gi innbyggerne økt valgfrihet ved å legge til rette for at private og ideelle aktører kan yte helse- og omsorgstjenester.</b>	Byrådet anerkjenner at vi mennesker er forskjellige og har ulike behov og ønsker. Et mangfoldig velferdstilbud er derfor en forutsetning for god livskvalitet for den enkelte, uavhengig av hvilken livssituasjon man er i. Byrådet vil følge opp bystyrets vedtak om også å vurdere andre områder for fritt brukervalg.	<b>Helse og omsorg</b> Miljø, næring og samferdsel Finans
<b>Fritt brukervalg i hjemmetjenesten iverksettes</b>	Den enkeltes mulighet til å treffe egne valg er avgjørende for å ivareta verdighet og selvstendighet. Fritt brukervalg innebærer at de som har vedtak om hjemmetjenester får velge om tjenesten skal leveres av kommunens tjenester eller av en privat leverandør som kommunen har inngått avtale med.	<b>Helse og omsorg</b> Miljø, næring og samferdsel Finans

## 4.5.2. Opprettholde god helse og funksjon - tidlig innsats

Tiltak	Beskrivelse	Hovedansvarlig Medansvarlig
<b>Videreutvikle Helsestasjon for eldre, slik at flere seniorer kan nås med helsefremmende og forebyggende tilbud.</b>	<p>Helsestasjon for eldre skal være kommunens felles inngangsport («én dør inn») for seniorer som søker helsefremmende tilbud og er en del av en helhetlig satsing på helse og livskvalitet for eldre. Helsestasjon for eldre vil ha et spesielt fokus på forebyggende tjenester i hjemmet og nærmiljøet.</p> <p>Tilbudet skal markedsføres bredt, og skal bidra til å styrke samarbeidet mellom aktuelle aktører (f.eks. kommunale enheter, fastleger, frivillige).</p> <p>Helsefremmende og forebyggende hjemmebesøk skal utvikles videre. Vi ønsker å nå flere personer som får endret livssituasjon, som for eksempel nye enker og enkemenn. Eldre i risiko for funksjonsfall, skal fanges opp og få persontilpasset oppfølging.</p> <p>Helsestasjon for eldre vil i tillegg ha spesialiserte tjenester for utredning av og oppfølgingstiltak på demens.</p>	<b>Helse og omsorg</b>
<b>Styrke Kreftomsorgen gjennom kreftkoordinator, kurstilbud og pakkeforløp</b>	<p>Siden kreft er sterkt knyttet til alder, forventer vi en økning i antall krefttilfeller som følge av at andelen eldre i befolkningen øker. Å leve med kreft kan være en stor belastning både for den det gjelder og for nettverket rundt.</p> <p>En av tre som overlever kreftsykdom får helseplager/komplikasjoner etter kreftsykdommen/behandlingen.</p> <p><a href="#">Mer om tilbudet innen kreftomsorgen.</a></p>	<b>Helse og omsorg</b>
<b>Sterk og stødig</b>	<p><a href="#">Sterk og stødig</a> er et treningstilbud i gruppe med fokus på styrke og balansetrening. Gruppene er lokalisert rundt omkring i kommunen.</p> <p>Styrke- og balansetrening er viktig for å opprettholde god helse og funksjon i eldre år, og for å forebygge bistandsbehov.</p> <p>Kommunen har ambisjoner om å utvide kapasiteten i takt med etterspørselen.</p>	<b>Helse og omsorg</b>
<b>Etablere nye aktivitetstilbud i samarbeid med privat og ideell sektor</b>	<p>Tilbud om sosiale aktiviteter har stor betydning for den enkelte. Aktivitetstilbudet skal utvikles videre i samarbeid med frivillige og private aktører for å imøtekomme mangfold, ulike interesser og funksjonsnivå.</p> <p>En del av satsingen inkluderer styrking av aktivitetstilbudet i omsorgsboliger.</p>	<b>Helse og omsorg</b>

## Kapittel

<b>Hjelp til selvhjelp</b>	Det handler om å støtte eldre til å klare seg selv i hverdagen. Ved å bruke smarte hjelpemidler eller ny teknologi, kan man bo trygt hjemme lenger uten å være avhengig av fast hjelp fra kommunen. Dette kan være bruk av enkle hjelpemidler og/eller teknologi som bruk av medisindispenser, robotstøvsuger, strømpepåtrekker mv.	<b>Sosiale tjenester</b> <b>Helse og omsorg</b>
<b>Utvikle et Drop-on-tiltak for seniorer som har ankommet landet som flyktninger</b>	Her vil seniorer fra andre kulturer få praktisk veiledning for å kunne bli mer selvhjulpne i hverdagen.	<b>Sosiale tjenester</b> Kultur, idrett og friluftsliv

### 4.5.3. Teambaserte tjenester og kompetanseutvikling

<b>Tiltak</b>	<b>Beskrivelse</b>	<b>Hovedansvarlig</b> Medansvarlig
<b>Videreutvikle teambaserte modeller</b>	Teambaserte modeller og tverrfaglig samarbeid er en sentral strategi for å effektivisere ressursbruken, sikre høyere kvalitet og levere mer helhetlige helse- og omsorgstjenester. Tjenestene skal organiseres etter innbyggernes behov, noe som vil bidra til at tjenestene blir mindre fragmenterte og mer sømløse.	<b>Helse og omsorg</b>
<b>Tett oppfølging etter utskrivelse fra sykehus</b>	Byrådet styrker samarbeidet med St.Olavs hospital om skrøpelige eldre. Prosjektet "Rett hjem" skal sørge for at flere reiser rett hjem fra sykehuset, og får videre oppfølging hjemme. Det vil føre til at mange eldre opplever større mestring, raskere rekonvalesens og bedre livskvalitet i eget hjem enn på institusjon. Videre at kommunens korttidsplasser utnyttes mer effektivt.	<b>Helse og omsorg</b>
<b>Styrke rehabiliteringstilbudet</b>	Rehabilitering bidrar til at mennesker som har vært rammet av sykdom, skade eller funksjonsnedsettelse, kan gjenvinne funksjonsevne, mestre hverdagen og oppnå best mulig selvstendighet og livskvalitet. Tilbudet ved Trondheim rehabiliteringssenter skal styrkes på ukedager og helger. Systematisk måling av resultater og evaluering av tjenestene skal styre prioriteringer, utvikling og kvalitetsarbeid.	<b>Helse og omsorg</b>
<b>Utvide den tverrfaglige kompetansen i tjenestene</b>	Sosialfaglig kompetanse i rehabiliteringstjenestene	<b>Helse og omsorg</b>

## Kapittel

	Kliniske ernæringsfysiologer i hjemmetjenesten	
<b>Hensiktsmessig oppgavedeling mellom helse- og omsorgspersonell</b>	Hensiktsmessig oppgavedeling mellom helse- og omsorgspersonell er en sentral strategi for å håndtere utfordringene med rekruttering og ressursmangel i sektoren. Kompetanseheving for helsefagarbeidere og assistenter skal bidra til at sykepleiere i størst mulig grad skal brukes til sykepleiefaglige oppgaver, mens øvrige ansatte får nødvendig trygghet og kompetanse til å løse sine oppgaver.	<b>Helse og omsorg</b>

### 4.5.4. Pårørendestøtte og avlastning

<b>Tiltak</b>	<b>Beskrivelse</b>	<b>Hovedansvarlig Medansvarlig</b>
<b>Etablere pårørendekoordinator i hjemmebaserte tjenester</b>	Tiltaket er et ledd i byrådets satsing på demensomsorg.	<b>Helse og omsorg</b>
<b>Kartlegge pårørendebelastning tidlig</b>	Gjennom dette vurdere og iverksette målrettede tiltak på et tidlig stadium	<b>Sosiale tjenester</b> Helse og omsorg
<b>Aktivere tjenestemottakeres nærnettverk</b>	Redusere belastningen på nærmeste pårørende, som ofte står i krevende situasjoner over tid. Hvis flere kan bidra med faste aktiviteter/besøk, vil presset kunne avta.	<b>Sosiale tjenester</b> <b>Helse og omsorg</b>
<b>Øke kapasitet og variasjon i aktivitetstilbudet</b>	Etablere nye aktivitetstilbud for hjemmeboende med omfattende omsorgsbehov som ikke passer dagens tilbud.	<b>Helse og omsorg</b>
<b>Trondheim pårørende- og avlastningssenter (Søbstad)</b>	Stor pårørendebelastning er en kjent utfordring og kan føre til økonomisk og psykisk stress. Gode heldøgns avlastningstilbud for pårørende og en god flyt i bruk av avlastningsplasser. Kapasiteten på avlastningsplasser skal økes. Aktivitetstilbudet for tjenestemottakerne skal økes og være mer variert.. s	<b>Helse og omsorg</b>
<b>Avlastningstilbud i hjemmet</b>	Dette er et tilbud for å bistå pårørende i situasjoner der tjenestemottakeren ikke kan nyttiggjøre seg av tilbud andre steder, men har behov for individuelt tilpasset tilbud.	<b>Helse og omsorg</b>

#### 4.5.5. Institusjonstjenester og andre boformer

Det vises til kommunens kommende "Plan for personer med demenssykdom og deres pårørende", der det vil rettes et mer spesifikt fokus på denne målgruppen enn i denne planen.

Tiltak	Beskrivelse	Hovedansvarlig Medansvarlig
<b>Vurdere å endre omsorgsboliger i tilknytning til sykehjem, der tilskuddsavtalen med Husbanken er utløpt, til andre typer boformer.</b>	Endringen vil bidra til bedre utnyttelse av boligmassen og mer varierte botilbud for seniorer. Dette vil skape trygge rammer, kombinert med muligheten for fysiske og sosiale fellesaktiviteter. Dette vil redusere presset på institusjonsplassene ved at flere seniorer kan bo lengre hjemme.	<b>Helse og omsorg</b> Sosiale tjenester
<b>Økt differensiering av plasser i sykehjem.</b>	Etablere avdelinger for enkelte pasientgrupper med mer likelydende utfordringsbilder. Eksempler på dette kan være eldre med utviklingshemming, personer med kognitiv svikt og rolig atferd, personer med psykiske lidelser mv. Gruppering av pasienter må sees opp i mot det fysiske miljøet i sykehjemmet og uteområdet rundt. Et gjennomtenkt fysisk miljø gjør det lettere for personer med demens/kognitiv svikt å fungere i sine omgivelser. Det kan bidra til å øke mestringsevnen og sikre trygghet og velvære. Vi har som mål å skape bedre beboersammensetninger og bomiljø. Etablering av eget botilbud for eldre med utviklingshemming vil sikre gode boligløsninger, utsette behov for sykehjemsplass og bidra til kompetansebygging i BOA.	<b>Sosiale tjenester</b> <b>Helse og omsorg</b>
<b>Utvikle alternative samarbeidsmodeller med ulike aktører om serviceoppgaver i sykehjem</b>	Dette kan skape arbeid og meningsfulle oppgaver for personer som i dag står utenfor arbeidslivet. Samtidig vil det frigjøre verdifull tid for helsefaglige ressurser til mer brukerrettet arbeid.	<b>Helse og omsorg</b> Sosiale tjenester
<b>Nye sykehjem har enkel adgang til et avgrenset og sansestimulerende uteområde for personer som utviser aggresjon i forbindelse med sykdommen</b>	Forskning viser at når beboere i sykehjem har direkte tilgang til et avgrenset uteområde inntil enheten, der de kan gå ut på egen hånd, sterkt kan assosieres med en lavere risiko for aggresjonshendelser.	<b>Finans</b> Helse og omsorg

## 4.6. Kommunikasjon og informasjon

For at seniorer skal kunne leve aktive, selvstendige liv og benytte seg av kommunens tilbud, er tilgang til enkel, tydelig og relevant informasjon helt avgjørende. I en tid med rask digitalisering, er det et hovedfokus i Seniorløftet å bygge ned barrierer for digitalt og sosialt utenforskap.

Dette kapitlet presenterer tiltak som skal bidra til at informasjon om tjenester, aktiviteter og muligheter når ut til alle målgrupper – uavhengig av digital kompetanse, språklige forutsetninger eller funksjonsevne.

Målet er å gjøre kommunikasjonen intuitiv, tilgjengelig både digitalt og på papir, og styrke den enkeltes evne til å ta informerte valg og delta i samfunnet.

### 4.6.1. Universell utforming av IKT - enkel og intuitiv informasjon

Tiltak	Beskrivelse	Hovedansvarlig Medansvarlig
<b>Kommunen må tilstrebe at all digital informasjon fra kommunen har en <a href="#">tilgjengelighetserklæring</a>.</b>	Kommunens nettsider skal ha et enkelt brukergrensesnitt som seniorer flest klarer å finne frem i. Det er viktig at nettsideinformasjonen fungerer godt på både PC, nettbrett og mobiltelefon. Nettsidene må være enkle å navigere mellom.	<b>Byrådsleders avdeling</b>
<b>Informasjon om kommunale tjenestetilbud skal være lett tilgjengelig på kommunens nettsider.</b>	Kommunens tjenester må beskrives i et klart og forståelig språk. Brukertestning av nettsider bør prioriteres slik at sidene er mest mulig tilpasset den enkelte målgruppe.	<b>Byrådsleders avdeling</b>
<b>Informasjon om muligheter, tilbud og aktiviteter skal være tilgjengelig for seniorer både digitalt og på papir.</b>	Nettsiden " <a href="#">Senior i Trondheim</a> " fungerer som samleside for informasjon om tilbud og aktiviteter til målgruppen. Den gis også ut i papirversjon med ujevne mellomrom og distribueres til steder der eldre oppholder seg. Målgruppen er 65+. Nettsiden har informasjon om bolig og råd om helse, sosiale aktiviteter etc. Informasjon om kulturtilbud fra " <a href="#">Den kulturelle spaserstokken</a> " og " <a href="#">Hornemansgården</a> " finnes både digitalt og i papirversjon. Aviser i papirformat er også aktuelle informasjonskanaler.	<b>Byrådsleders avdeling</b> Helse og omsorg Kultur, idrett og friluftsliv
<b>Samhandle med frivilligsentralene om å gjøre InVi innholdet i InVi kjent blant seniorene.</b>	InVi er frivilligsentralenes innovasjonsverktøy for strukturelle samhandlinger. Tilgang til aktivitetsportaler kan bidra til redusert ensomhet	<b>Sosiale tjenester</b> <b>Helse og omsorg</b> Kultur, idrett og friluftsliv Byrådsleders avdeling i samarbeid med frivilligsentralene

## Kapittel

<p><b>Tilrettelegge påmeldingsløsninger for deltakelse i aktiviteter</b></p>	<p>Tilby både selvbetjente, digitale løsninger og telefonpåmelding til aktiviteter som krever påmeldinger</p>	<p><b>Kultur, idrett og friluftsliv</b> Finans Helse og omsorg</p>
<p><b>Forebygge digitalt utenforskap</b></p>	<p>Ulike organisasjoner som bidrar med digital opplæring, som f.eks. Seniornett og Senior-IKT, må gjøres kjent for innbyggerne. Det er nødvendig å være ekstra oppmerksom på personer med kognitiv svikt, sansetap og minoritetsspråklige som har redusert digitale ferdigheter og/eller språkforståelse.</p>	<p><b>Byrådsleders avdeling</b> Alle byrådsavdelinger</p>
<p><b>Forebygge utenforskap grunnet språkbarrierer.</b></p>	<p>Viktig informasjon må utarbeides på flere språk og/eller gjennom visualisering. Ulike tjenester tester ut andre kommunikasjonsformer til personer med kognitiv svikt og/eller redusert språkkunnskap. Et eksempel på dette kan være pekebøker.</p>	<p><b>Byrådsleders avdeling</b> Kultur, idrett og friluftsliv Sosiale tjenester Helse og omsorg</p>
<p><b>Kampanjer rettet mot alle innbyggere om hensyn man bør utvise overfor seniorer med redusert funksjonsevne</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Parkering av sykler og sparkesykler</li> <li>* Reflekskampanjer</li> <li>* Kampanje inn mot handelsstanden og levere heftet "<a href="#">Hvordan utforme tilgjengelige handelslokaler for alle?</a>".</li> </ul>	<p><b>Finans</b> Helse og omsorg</p>

## Kunnskapsgrunnlag, kilder og nyttige lenker

- Nasjonalt senter for Aldring og Helse: Rapporter og artikler  
<https://www.aldringoghelse.no/>.
- Vi blir flere eldre i Norge. Økningen i antallet eldre gjelder også i økende grad for innvandrerne våre. Innvandrerbefolkningen utgjør i dag en av ti seniorer. I årene som kommer får vi en langt mer mangfoldig befolkning. I 2060 vil tre av ti seniorer være innvandrere. Les mer om dette på <https://www.helsedirektoratet.no/konferanser/eldre-innvandrerer-levekar-og-helse>
- Trondheim kommune er med i et nasjonalt nettverk av kommuner og fylkeskommuner i arbeidet med [universell utforming](#). Nettverket er drevet av KS (Kommunesektorens organisasjon). Kommunen har også en egen nettside for [universell utforming](#).
- På Trondheim kommunes nettside "[Tips til planlegging og søknadsprosess](#)" beskrives det hvordan Trondheim kommune jobber tverrfaglig når nye inngangspartier til eldre bygninger skal planlegges.
- Byantikvarens nettsider "[Universelt utformede innganger i historiske bymiljø](#)" viser ulike universelt utformede inngangspartier i historiske bymiljø. Utforming som gir bedre orienterbarhet, er et viktig fokus i [Designprogram for Trondheim](#).
- Kunnskapsgrunnlag for de offentlige [Grønne områder i Trondheim](#).
- Relevante lover og forskrifter, herunder menneskerettsloven og CRPD.
- Normerende produkter som veiledere og retningslinjer fra Helsedirektoratet.