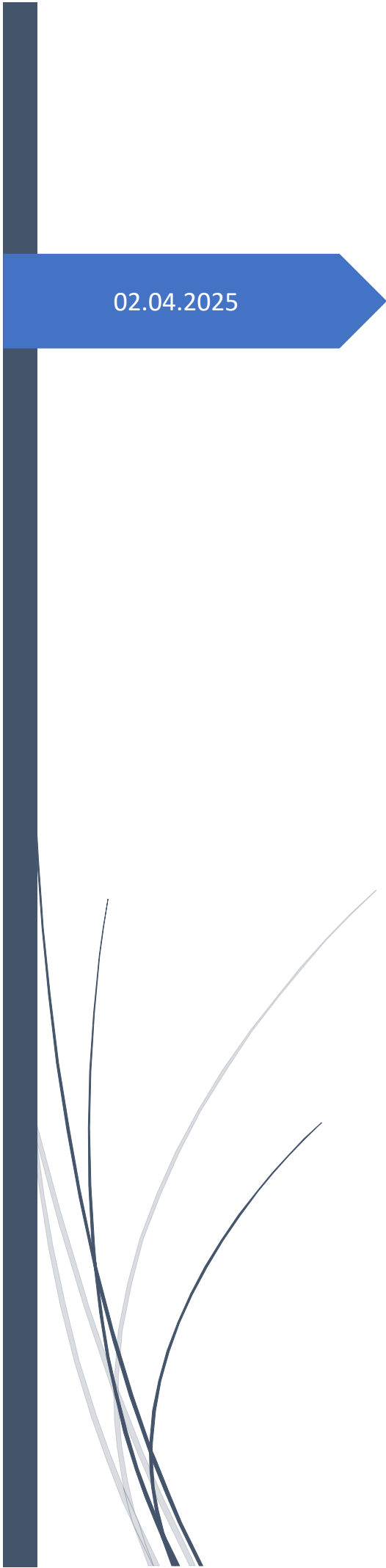




02.04.2025

Temaplan pårørende
Øvre Eiker kommune
2025 - 2029

Arbeidsgruppa
[FIRMANAVN]

Innledning	2
Hensikt og mål med planen	2
Planens oppbygging	2
Oppfølging av innholdet i planen.....	2
Hvem er «de pårørende»?	3
Viktige begreper.....	3
Pasient.....	3
Pårørende	3
Nærmeste pårørende	3
Forventningsavklaringer	4
Mål for pårørendearbeidet i Øvre Eiker	4
Tiltak.....	4
Barn og unge som pårørende	5
Mål	6
Tiltak.....	6
Pårørende til personer som har utfordringer med rus og/eller psykisk helse	7
Mål	7
Tiltak.....	7
Pårørende som står i langvarig og kompleks sykdom	8
Mål	8
Tiltak.....	8
Har du innspill til pårørendearbeidet i Øvre Eiker?	9
Referanser.....	9
Det viktigste lovgrunnlaget.....	9
Mer informasjon	9
Arbeidet med planen	10

Innledning

Dette er kommunens første plan som handler om pårørende. Den er utarbeidet etter et politisk vedtak i kommunestyret 14.06.2023.

Hensikt og mål

Planen skal bidra til å anerkjenne pårørende som en viktig ressurs, og den innsatsen de pårørende gjør. En helhetlig plan for pårørende i kommunen skal gi innbyggerne hjelp til å håndtere krevende livssituasjoner, og ivareta pårørendes rettigheter og helsepersonellens plikter.

Oppbygging

Planen er en temaplan under strategi for Helse- og velferdstjenestene 2025-2035. Den inneholder kapitler med forskjellige fokusområder. For hvert fokusområde er mål, tiltak og tidsfrist beskrevet.

Temaplanen evalueres hvert annet år med tanke på om tiltakene og målsettingene er tilstrekkelige og hensiktsmessige.

Planen bygger på prinsipper og fokusområder som regjeringen legger til grunn i sin pårørendestrategi i tillegg til forbedringsområder fra pårørendeundersøkelsen «Ivaretatt» 2024. Det er valgt en inndeling med beskrivelse av tiltak for alle pårørende generelt, etterfulgt av temaene «barn og unge som pårørende», «pårørende til personer med utfordringer innen rus- og psykisk helse» og «pårørende ved langvarig og kompleks sykdom».

Oppfølging av tiltak

Seksjoner, virksomheter og tjenestesteder gjennomgår planen og velger hvilke tiltak de ønsker å jobbe med og i hvilken rekkefølge. Hver enhet kan tilpasse tiltakene slik at de blir hensiktsmessig ut fra enhetens ansvarsområde.

Seksjoner, virksomheter og tjenestesteder følges opp gjennom årlig rapportering på tiltak og mål.

Hvem er «de pårørende»?

“Pårørende er deg og meg – naboen og kollegaen din, vennen til sønnen din og den eldre damen som bor med en ektemann med demens” (fra regjeringens pårørendestrategi og handlingsplan).

De aller fleste av oss vil være pårørende i løpet av livet. Noen er pårørende i korte perioder, andre i store deler av livet.

Det er anslått at familien står for nesten halvparten av den samlede innsatsen i helse- og omsorgssektoren. Pårørende er en viktig ressurs og kan være sentrale bidragsyttere og støttespillere. De kjenner den enkelte godt, og kan ha god erfaring med hva som kan være til hjelp.

Viktige begreper

Pasient

«Pasient» brukes om personer som gis eller tilbys hjelp fra helsetjenesten, eller som henvender seg til helsetjenesten med anmodning om helsehjelp. I kommunehelsetjenesten brukes også begrepet «tjenestemottaker» eller «bruker».

Den helserettslige myndighetsalder er 16 år. Pasienter over 16 år bestemmer som hovedregel over sine egne helseopplysninger, og helsepersonell har taushetsplikt om disse. Samtykket fra pasienten avgjør hvilken informasjon pårørende har rett på.

Pårørende

«Pårørende» brukes om personer med relasjon til pasienten.

Alle pårørende har rett til generell veiledning og informasjon når de henvender seg til helse- og omsorgstjenesten. Selv om helsepersonell har taushetsplikt om pasientens sykdom eller andre personlige forhold så har de alltid lov til å snakke med deg som pårørende. Helsepersonell kan for eksempel gi generell informasjon som:

- Kontaktinformasjon til helsetjenesten
- Rutiner, ansatte og tilbud
- Muligheten til å søke om hjelpemidler, velferdsteknologi, osv
- Lovverk, saksbehandling og rettigheter
- Tilbud til pårørende, barn og voksne
- Informasjon om bruker- og pårørendeorganisasjoner

Nærmeste pårørende

En pasient eller bruker kan ha mange pårørende, men ikke alle har samme rettigheter. Det er den som pasienten oppgir som *nærmeste pårørende*, som har rettigheter og oppgaver etter helselovgivningen, og som helsepersonellet har rettslige plikter overfor.

Formålet med å ha nærmeste pårørende er primært at de skal ivareta pasientens interesse/beste når hen ikke kan gjøre dette selv. Dette vil gjerne være person(er) med familiær tilknytning, men kan også være person(er) utenfor familien, for eksempel en god venn. Nærmeste pårørende har rettigheter og oppgaver med hensyn til informasjon, samtykke, journalinnsyn og klagemulighet.

Som regel vil det være én person som er nærmeste pårørende, men pasient eller bruker kan utpeke flere dersom det er hensiktsmessig. Barn eller søsken må være over 18 år for å kunne ha rolle som nærmeste pårørende. Å være nærmeste pårørende er et ansvar du påtar deg, og du kan takke nei til dette.

Forventningsavklaringer

Til deg som er nærmeste pårørende	Til kommunen og tjenestene
Om du er nærmeste pårørende til en som er over 16 år og samtykkekompetent, forventer tjenestene at informasjon som gjelder helseopplysninger formidles til deg av pasienten/brukeren selv der det er mulig.	Alle pårørende skal møtes med respekt og forståelse for den situasjonen hen står i.
Om du takker ja til å være nærmeste pårørende forventer tjenestene at du setter deg inn i hvilke rettigheter og plikter som følger med denne rollen.	Pårørendearbeidet i kommunen preges av likeverd, rettferdig fordeling og er uavhengig av religiøs eller kulturell bakgrunn.
Om du er nærmeste pårørende, forventes det at du har kjennskap til pasientens/brukerens ønsker og behov, slik at du er rustet til å kommunisere hens interesser og samarbeider med tjenestene om det skulle trengs.	Tjenestene skal ta initiativ til samarbeid med nærmeste pårørende etter avtale med pasient/bruker.

Mål for pårørendearbeidet i Øvre Eiker

Å være pårørende er en rolle du har fått, uten at du har bestemt det selv. Den kan være meningsfull, men også utfordrende og langvarig. Vi ønsker at

- Alle pårørende i Øvre Eiker kommune opplever å bli ivaretatt i den rollen de har.
- Alle pårørende møter ansatte som støtter og veileder deg i den situasjonen du står i.
- Alle pårørende opplever å få god informasjon til rett tid og at kommunikasjonen med tjenestene er tydelig.
- Alle som er nærmeste pårørende inviteres til samarbeid, blir involvert og har mulighet til å gi tilbakemeldinger direkte til tjenestene.
- Kommunen gir god oversikt over rettigheter og tjenester som kan støtte deg i pårørenderollen og veileder deg i søknadsprosesser.

Tiltak

Dette gjør vi	Beskrivelse	Når er dette på plass?	Henvisninger/Kommentarer
Har god og oppdatert informasjon til pårørende på kommunens nettsider.	God informasjon skal bidra til å gi pårørende oversikt og innsikt i rettigheter og tjenester.	Desember 2025	Mye informasjon er på plass på nettsidene i dag, men ligger på forskjellige steder. Vi vil samle informasjonen så den blir lett tilgjengelig.
Kartlegger og identifiserer pårørende tidlig i sykdomsforløpet	Mange har lite eller ingen behov for støtte, mens for noen kan det å være pårørende være så krevende at det går utover egen helse og livskvalitet. Tidlig identifisering av pårørende skal bidra til å sikre tilstrekkelig ivaretagelse på et tidlig tidspunkt.	Iverksatt, følges opp i tjenestene	

Avklarer forventninger	Forventningsavklaringer gjøres alltid i oppfølgingen av den enkelte pasient/bruker. Overordnede og gjensidige forventninger ligger i temaplanen.	Iverksatt, følges opp i tjenestene	Tydelige forventningsavklaringer er ønsket både fra pasienter/brukere, pårørende og tjenestene.
Gir nærmeste pårørende en kontaktperson i tjenestene de kan forholde seg til	Dette er viktig for å sikre forutsigbarhet og trygghet i kommunikasjonen.	Iverksatt, følges opp i tjenestene	
Inviterer nærmeste pårørende til jevnlige samtaler	Tiltaket skal støtte pårørende i pårørenderollen. Tjenesten skal kalle inn til oppstartsamtale og avtale videre oppfølgingssamtaler ut fra opplevd behov.	Desember 2027	
Tilbyr etterlattsamtale etter dødsfall der den syke har hatt helse- og omsorgstjenester fra kommunen.	Etterlattsamtale kan bidra til å lette sorgprosessen for de etterlatte.	Desember 2027	
Sikrer at alle ansatte har god kompetanse i regelverk som gjelder samtykke, taushetsplikt og pårørendes rolle og rettigheter.	Tiltaket skal sikre lik og riktig informasjon uavhengig av hvem du snakker med som pårørende.	Fokus i 2025 og videre kontinuerlig i form av internopplæring, casegjennomgang og refleksjon i tjenestene.	
Gjennomfører årlig pårørendeundersøkelse «Ivaretatt». Resultatene brukes til å forbedre områdene med lav score.	Kommunen informerer og legger til rette for at pårørende skal kunne bidra gjennom informasjon og hjelp.	Iverksatt.	IVARETATT? – en pårørendeundersøkelse og et verktøy i kvalitetsarbeid om pårørende
Markerer den nasjonale pårørendedagen 22. september årlig	Eksempel: Lokale arrangement som «hva er viktig for deg- dag for pårørende eller andre aktiviteter.	2028	

Barn og unge som pårørende

Sykdom, skade eller dødsfall påvirker hele familien, også barn og unge. Barn og unge (0-18 år) har særskilte rettigheter som pårørende:

- Barn og unge skal ha tilpasset informasjon og nødvendig oppfølging ved foreldre/omsorgspersoner eller søskens alvorlig sykdom, skade, psykisk sykdom, rusavhengighet eller død.
- Begrepet omsorgspersoner skal vurderes vidt.
- Barn og unge som er pårørende skal kartlegges av helsepersonell.

- Søskken/barn av personer med langvarig og alvorlig sykdom/tilstand skal følges særskilt opp med fokus på å kunne ha en normal hverdag med fritidsaktiviteter, kvalitetstid med familie og å hindre at hen får for mye ansvar i situasjonen familien står i.

Mål

Barn og unge får den oppfølgingen de har behov for i sin rolle som pårørende. Deres rettigheter og muligheter til å ha en god hverdag og oppvekst skal ha høyt fokus.

Tiltak

Dette gjør vi	Beskrivelse	Når er dette på plass?	Henvisninger/Kommentarer
Barnekoordinatoren skal blant annet koordinere velferdstjenestene til familien og barnet, og bidra til at kommunen ivaretar ansvaret sitt for oppfølging og tilrettelegging.	Barnekoordinator er en rettighet for familier med barn med alvorlig sykdom, skade eller nedsatt funksjonsevne som trenger ulike velferdstjenester. Dersom man ikke fyller kriterier for barnekoordinator, vil familiehjelpa kunne bidra.	Iverksatt	Familiehjelpa/barnekoordinator - Øvre Eiker kommune
Sørge for at alle ansatte som møter pårørende til forelder, søsken og nær omsorgsperson og som er under 18 år har kompetanse til å følge opp lovverket som gjelder barn som pårørende.	Kompetanseheving og vurdere organisering for å ivareta tidlig kartlegging, tilpasset informasjon og oppfølging av barn som pårørende.	Innen 2026	Barn som pårørende - Helsedirektoratet Informasjon og støtte til barn som pårørende - Helsedirektoratet
Innfører egne rutiner for samarbeid, foresatte/helsesykepleier og kontaktlærer i skole og barnehage i tråd med anbefalinger fra BarnsBeste.	Bidrar til å sikre oppmerksomhet på barnets situasjon og tilby nødvendig støtte.	Innen 2026	BarnsBeste - Sørlandet sykehus HF
Tilby individuelle samtaler med helsepersonell hvor barn kan uttrykke sine følelser og bekymringer uten foresatte til stede.	Ivaretas av helsesykepleier, familieteam og kreftkoordinator i dag. Ansatte i tjenestene skal også beherske en slik oppgave.	Iverksatt, men utbedres ved kompetanseheving for ansatte	
Møteplasser utenfor kommunen: Treffpunkt, Kongsberg og Drammen (Kreftforeningen, men diagnoseuavhengig).	De som har samtaler med barn og familier organiserer og informerer. samarbeid med frivillige organisasjoner.	Iverksatt	

Sorggrupper for barn/unge som etterlatte er kjent og tilgjengelig.	Et interkommunalt samarbeid med Modum kommune. Informasjon legges på nettside.	Iverksatt	
--	--	-----------	--

Pårørende til personer som har utfordringer med rus og/eller psykisk helse

Pårørende er en viktig ressurs i behandlingen av personer med psykiske lidelser og ruslidelser. Pårørende og bruker vil i de fleste tilfeller ha sammenfallende interesser. I noen situasjoner ønsker imidlertid bruker ikke at pårørende skal involveres. Reglene om pårørendes rettigheter skal ivareta hensynet både til brukeren og til pårørende. Jo sykere brukeres er, desto viktigere er det at pårørende involveres, og desto sterkere rettigheter har pårørende.

Utfordringer innen rus og psykisk helse omfatter mange tilstander, diagnoser og variasjoner i sykdomsbildet. Denne gruppen forbindes også med tidlig død på grunn av selvmord, øg overdose og generelt dårlig helsetilstand, og det oppleves stigma og fordommer i samfunnet på grunn av dette.

Å være glad i en som har utfordringer med rus og/eller psykisk helse påvirker hverdagen på ulike måter. Pårørende kan ha behov for ulik støtte og informasjon ut fra type diagnose/lidelse og fase. Noen ønsker noen å snakke med. Andre trenger å få relevant informasjon for den situasjonen man står i.

Mål

Pårørende og etterlatte til personer som har utfordringer med rus og psykisk helse får nødvendig støtte og informasjon. Kommunen bidrar til å bygge ned fordommer ved å fokusere på åpenhet og respekt.

Tiltak

Dette gjør vi	Beskrivelse	Når er dette på plass?	Henvisninger/Kommentarer
God informasjon tilpasset deg som er pårørende innen rus og/eller psykisk helse finnes lett tilgjengelig på kommunens nettside.	Oversikt over rettigheter og hvor du kan henvende deg for å snakke med noen eller få oversikt over likemannsordninger og pårørendeforeninger.	Iverksatt, men utbedres	Pårørendes rettigheter – Informasjon til pårørende av pasienter med psykiske lidelser og rusmiddelproblemer.pdf
Markerer verdens overdosedag 31. august	Arrangeres av psykisk helse- og rustjenesten årlig.	Iverksatt	Verdens overdosedag 31.august - forebygging.no
Markering av verdensdagen for selvmordsforebygging 10. september	Viktig bidrag for å sette fokus på psykisk helse. Må planlegges. Mulig samarbeid med frivillige organisasjoner.	2027	Verdensdagen for selvmordsforebygging 10.september LEVE

Markere verdensdagen for psykisk helse 10. oktober	Arrangeres av kommunen	Iverksatt, men settes mer i system	
Deltar i nasjonal brukererfaringsundersøkelser og undersøkelse	Undersøkelsen kartlegger hvordan personer med rusmiddelproblemer i Norge opplever de kommunale tjenestene de mottar.	Gjennomføres av psykisk helse og rustjenesten i 2025. Svarene fra undersøkelsen bidrar til bedre tjenester.	Er din kommune med? KORUS

Pårørende som står i langvarig og kompleks sykdom

Å være pårørende til en som er langvarig syk eller trenger omfattende tilrettelegging hele eller deler av livet, kan være krevende følelsesmessig, praktisk og økonomisk. Det er viktig at pårørende har mulighet til å opprettholde egen hverdag, interesser, fritid, helse og familierelasjoner for å kunne stå i pårørenderollen over tid. Spesielt viktig er det at barn og unge som er nær pårørende til en person med omfattende hjelpebehov opplever integritet og har mulighet til en selvstendig hverdag og liv.

Det finnes støtteordninger i form av avlastning og økonomisk støtte som skal bidra til å gi pårørende i krevende situasjoner pusterom i hverdagen og kompensasjon for tapt inntekt.

Mål

Barn og unge

- Føler seg sett og hørt
- Får egentid med foreldre og familie
- Sikres egen utvikling og livskvalitet
- Får utvikle egne interesser og delta i aktiviteter
- Avlastes fra å ta for mye ansvar og hensyn
- Har noen utenfor familien som følger opp
- Får mulighet til å være sammen med andre barn og unge i samme situasjon

Pårørende skal oppleve at de mestrer pårørenderollen, og har nødvendig avlastning og støtte.

Tiltak

Dette gjør vi	Beskrivelse	Når er dette på plass?	Henvisninger/Kommentarer
Den aktuelle tjenesten har tett dialog og involvering med nærmeste pårørende i det enkelte tilfelle og i tråd med pasientens samtykke.	Planlagte og jevnlige samarbeidsmøter med pasient/bruker og pårørende der pasienten ønsker dette.	Iverksatt – men struktureres ytterligere i 2025 – 2026.	Legg til rette for at nærmeste pårørende kan medvirke når pasienten eller brukeren ikke kan ivareta interessene sine selv - Helsedirektoratet
Ta i bruk pårørendeavtaler	Pårørendeavtale skal bidra til god dialog, godt samarbeid og bedre forutsigbarhet.	2027	Pårørendeavtale – et verktøy for godt samarbeid - Helsedirektoratet

Kommunen har god oversikt over avlastningstiltak og støtteordninger som er etablert	Informasjon lett tilgjengelig på kommunens nettsider.	Iverksatt, men utbedres 2025	
Bistår og veileder i søkeprosesser	Ansatte har god kompetanse på mulige tjenester og støtteordninger og kan veilede til ansvarlig tjeneste.	Iverksatt	
Tilbyr informasjon, opplæring og tiltak friskliv	Diabetesgruppe, LHL gruppe, pårørendeskole for pårørende til personer med demens	Iverksatt, men utvikles i tråd med utvikling av frisklivstilbud i kommunen.	

Har du innspill til pårørendearbeidet i Øvre Eiker?

Vi ønsker at så mange pårørende som mulig benytter muligheten til å si sin mening gjennom å delta i den årlige pårørendeundersøkelsen «Ivaretatt». Undersøkelsen er nettbasert, og det er mulig å svare i perioden 01.12. – 31.03.

Resultatene blir gjort tilgjengelige for kommunen i april. De legges frem for politikerne, og tjenestene benytter tilbakemeldingene i internt forbedringsarbeid. Kommunen er avhengig av et visst antall svar for å få godt statistikkgrunnlag, derfor håper vi at så mange pårørende som mulig gir sine svar både for det som fungerer bra, og der samarbeidet kunne fungert bedre.

Referanser

Det viktigste lovgrunnlaget

- Helse- og omsorgstjenesteloven § 3-6
- Pasient- og brukerrettighetsloven § 2-8 7
- Helsepersonelloven §10 a og b
- Definisjon og ansvar/oppgaver for pårørende: [§ 1-3 Definisjoner - Helsedirektoratet](#)

Mer informasjon

- [Vi – de pårørende](#), Regjeringens pårørendestrategi og handlingsplan 2021 – 2025
- [BarnsBeste - Sørlandet sykehus HF](#), nasjonalt kompetansenettverk for barn som pårørende
- [Pårørendes rettigheter – Informasjon til pårørende av pasienter med psykiske lidelser og rusmiddelproblemer.pdf](#), Helsedirektoratet 2018
- <https://www.helsenorge.no/parorende/tilbud-for-parorende-rus/>, Helsenorge.no
- [Gode helse- og omsorgstjenester til personer med utviklingshemming - Helsedirektoratet](#), Kap 7, Helsedirektoratet 2022
- [Uhelbredelig sykdom - råd til pårørende - Helsenorge](#)

Arbeidet med planen

Planen er utarbeidet av en tverrfaglig arbeidsgruppe bestående av

- Rådgiver i tjenester til hjemmeboende, Elin Håkonsrud Juterud
- Rådgiver i institusjonstjenestene, Eline Wamstad Nikkerud
- Erfaringskonsulent psykisk helse og rus, Lasse Jermund Karlsen
- Kreftkoordinator, Kjersti Melheim Østerud
- Representant for oppvekstseksjonen, Elisabeth Jevne
- Rådgiver seksjon helse og velferd, Birgit Solberg

Utkast til plan er gjennomgått i

- Rådet for mennesker med funksjonsnedsettelse
- Eldrerådet

Forslag til plan er sendt til disse lokale organisasjonene/foreningene for innspill

- Pensjonistforeningene i Hokksund og Vestfossen
- Øvre Eiker demensforening
- Leve Buskerud
- NFU, Øvre Eiker lokallag

Utkastet er også sendt internt til seksjon oppvekst og helse og velferd, som har tett kontakt med mange i målgruppen.