



# Pårørendestrategi for levekår

2023-2027

# Pårørendestrategi

Alle innbyggere er, eller vi bli pårørende en eller flere ganger i løpet av livet. Det å være pårørende kan være givende og oppleves meningsfullt, men det kan også være tyngende og vanskelig. På landsbasis står pårørende for mer enn 130.000 årsverk innen de kommunale helse- og velferdstjenestene og det forventes at pårørende må yte enda mer i framtiden; flere bor hjemme lengre, medisinske framskritt og kortere liggetid på sykehus er noen av forklaringene. Høsten 2023 vedtok utvalg for levekår "Pårørendestrategi i levekår" fram mot 2027.

## Innholdsfortegnelse

1 Innledning

2 Lovverk, retningslinjer, nasjonale føringer og andre kilder

3 Kartlegging av pårørende

4 Overordnede verdier i møte med pårørende

5 Elementer i et godt samarbeid

6 Mistanke om vold og overgrep mot pårørende

7 Dilemmaer og etiske utfordringer

8 Mål for pårørendesamarbeidet i Sola

9 Systemer for pårørendeinvolvering

10 Avlastning for pårørende

11 Opplæring, veiledning og støtte til de pårørende

12 Systemer som sikrer oppfølging av barn som pårørende

13 Kompetanse hos ansatte

14 Samarbeid om pårørendestøtte

15 Veien videre

# 1 Innledning

Alle innbyggere er, eller vi bli pårørende en eller flere ganger i løpet av livet. Det å være pårørende kan være givende og oppleves meningsfullt, men det kan også være tyngende og vanskelig. På landsbasis står pårørende for mer enn 130.000 årsverk innen de kommunale helse- og velferdstjenestene og det forventes at pårørende må yte enda mer i framtiden; flere bor hjemme lengre, medisinske framskritt og kortere liggetid på sykehus er noen av forklaringene.

I 2020 la regjeringa Solberg fram en nasjonal strategi og handlingsplan ut fra Stortingsmelding 25 – Likeverdsreformen (2020 – 2021). I arbeidet med den nasjonale strategien ble bruker- og pårørendeorganisasjoner og om lag 300 pårørende involvert. Innspillene fra medvirkningen viser at pårørende ofte er opptatt av de samme grunnleggende tingene; de vil føle seg trygge på at den de er pårørende for, får god oppfølging og omsorg.

Gjennom pårørendestrategien ønsker vi å skape en felles retning for pårørendearbeidet og styrke samarbeidet mellom pårørende og de ulike kommunale tjenestene. Formålet med standarden er å bidra til at systematisk samarbeid med pårørende skal være en integrert og naturlig del av all tjenesteyting i levekår. Innbyggerne og deres pårørende skal oppleve at det er lett å komme i kontakt med tjenestene, at de blir hørt og får medvirke.

Pårørendestrategien bygger på kunnskapsgrunnlaget og innholdet i Helsedirektoratets nasjonale pårørendeveileder, samt regjeringens nasjonale strategi og handlingsplan.

For å sikre mest mulig lik praksis i virksomhetene er pårørendestrategien og tilhørende rutiner, felles for tjenesteområdet. Pårørendestrategien definerer mål for pårørendesamarbeid, samt beskriver hva vi skal gjøre for å nå målene. Like viktig som strategien er rutinene for pårørendesamarbeidet i levekår. Eksisterende rutiner vil bli revidert og nye rutiner vil bli utarbeidet for å sikre en sammenheng mellom strategi, teori og praksis. Pårørendestrategien må derfor ses i sammenheng med rutiner for pårørendesamarbeid i kommunens kvalitetssystem, Compilo.

Medarbeidere må lese standarden og tilhørende rutiner, med fokus på egen virksomhet og ansvarsområde, slik at kravene blir tilpasset egen praksis og hverdag. Det kan være behov for å utarbeide lokale rutiner for pårørendesamarbeidet i de enkelte virksomhetene. Virksomhetsleder er ansvarlig for at slike rutiner er på plass.

I tråd med nasjonale føringer skal Sola kommune anerkjenne pårørende som ressurs. Godt samspill mellom det offentlige og de pårørende skal skape bedre tjenester for innbyggere og pårørende i kommunen. Pårørende skal møte et velfungerende og forutsigbart pårørendesamarbeid, slik at belastningene ved å være pårørende reduseres. Et godt pårørendesamarbeid kan ha stor betydning for brukernes livskvalitet og bedring.

Pårørendestrategien retter seg mot alle medarbeidere i kommunens levekårstjenester. Den kan i tillegg være nyttig lesing for tjenestemottakere, pårørende og andre samarbeidspartnere. Det vil bli utarbeidet en forenklet versjon av strategien som, sammen med strategien, vil bli gjort tilgjengelig på kommunenes hjemmesider.

Planene er utarbeidet i levekår med medvirkning fra pårørende, politikere og medarbeidere i levekår. Planen skal godkjennes politisk.

## 2 Lovverk, retningslinjer, nasjonale føringer og andre kilder

- Helsedirektoratet- Pårørendeveilederen
- Nasjonal strategi og handlingsplan- Regjeringen
- Spesialisthelsetjenesteloven
- Helsepersonelloven
- Barnevernloven
- Pasient- og brukerrettighetsloven
- Psykisk helsevernloven
- Forvaltningsloven
- Lov om vergemål
- Helse- og omsorgstjenesteloven
- Lov om kommunale helse- og omsorgstjenester
- Forskrift om habilitering og rehabilitering, individuell plan og koordinator
- St.meld. nr. 47 (2008–2009) Samhandlingsreformen Rett behandling – på rett sted – til rett tid
- Prop. 15 S (2015–2016) Proposisjon til Stortinget (forslag til stortingsvedtak) Opptrappingsplanen for rusfeltet (2016–2020)
- Visma veilederen
- FNs Barnekonvensjonen
- Handlingsplan for pårønderarbeid i Time kommune
- Oslostandard for pårørendesamarbeid
- Pårørendestrategi Klepp kommune
- Pårørendestrategi Egersund kommune
- Om oss - Pårørendesenteret (parorendesenteret.no)
- BarnsBeste - Sørlandet sykehus (sshf.no)

## 3 Kartlegging av pårørende

Noen er pårørende i korte perioder, for andre er pårønderollen livslang. Man kan være pårørende til noen man føler seg emosjonelt nær, men også til personer man har et anstrengt forhold til.

### Nærmeste pårørende

Ektefelle, partner og foreldre er ofte de nærmeste pårørende. Pasient/ bruker bestemmer selv hvem som er nærmeste pårørende og kan utpeke flere nærmeste pårørende dersom det er hensiktsmessig. Dersom pasienten ikke er i stand til å uttrykke hvem som er nærmeste pårørende, skal nærmeste pårørende være den som i størst utstrekning har varig og løpende kontakt med pasienten/brukeren. Nærmeste pårørende har særlige rettigheter med hensyn til informasjon, samtykke, journalinnsyn og klage.

Opplysninger om hvem som er nærmeste pårørende, og hvordan vedkommende kan kontaktes, skal føres i brukeren sin journal.

### Pårørende

Andre pårørende kan være øvrige familiemedlemmer, venn, arbeidskollega, treningsvenn med mer. Pasienten/brukeren kan ha mange eller få pårørende. Ved alvorlig, langvarig sykdom eller ved nedsatt funksjonsevne, bør helsepersonell undersøke hvilke sentrale pårørende som kan være aktuelle å involvere. Formålet er å kartlegge hvem som tar del i, eller kan ta del i omsorgen, eller utfører praktiske oppgaver og bidra med avlastning. Samtykke fra pasient/bruker skal innhentes før helsepersonell kontakter nettverket og eventuelt videreformidler helseopplysninger.

Helsepersonell bør spørre pasienten om andre pårørende skal føres opp i journalen. Pårørende føres opp med relasjonen og eventuelt omsorgsfunksjon overfor pasienten.

### Barn og ungdom som pårørende

Barn er pårørende til foreldre, eller søsken ved sykdom, skade, rusmiddelavhengighet eller fengselsdom. Barn er også pårørende dersom foreldre eller søsken dør. Helsepersonell skal kartlegge om pasienten har mindreårige barn eller mindreårige søsken og bidra til å ivareta barn og unges behov for informasjon og oppfølging. Også når omsorgspersonene motsetter seg dette.

Barn og unge skal bli lyttet til og deres behov skal bli hørt. Når alvorlig sykdom rammer en familie, er barn og unge utsatt. De har ikke de samme forutsetningene for å forstå og håndtere vanskelige hendelser.

Avlastning i familier der et eller flere barn har store omsorgsbehov eller funksjonsnedsettelse, kan være et viktig redskap for å gi foreldre mer rom til å ivareta søsken og deres behov. Når barn og unge er pårørende er det viktig at tjenestene i Sola samarbeider om tilrettelegging. Før man samarbeider på tvers av tjenester, er det viktig å be om samtykke og drøfte med barna/ungdommene, hva som kan deles.

Aktuelle aktører for samarbeid om tiltak når barn og unge er pårørende:

- Skole og barnehage

- Fastlegen
- Helsestasjon og skolehelsetjeneste
- Familiesenter
- Barnevernstjenesten
- Pedagogisk-psykologisk tjeneste (PPT)
- Relevante enheter og ressurspersoner i spesialisthelsetjenesten
- Frivillige organisasjoner
- Andre barne- og ungdomstjeneste

Barn og unge kan ha behov for tid og rom til å uttrykke de vanskelige sidene ved sykdom i nær familie, for eksempel gjennom samtale uten at foreldre er til stede. Samtaler kan skje gjennom deltakelse i barnegrupper sammen med andre barn i tilsvarende livssituasjon. Barn som pårørende bør få høre om aktuelle tilbud, grupper, møteplasser og arrangementer. Dette kan være kommunale gruppetilbud, tilbud fra bruker- og frivillige organisasjoner, støttetelefoner og aktuelle nettsider.

## 4 Overordnede verdier i møte med pårørende

Ansatte i Sola kommune sine levekårstjenester skal møte pårørende utfra et felles verdigrunnlag:

- Pårørende kan bidra med kunnskap og innsikt som er viktig i utforming av tjenestetilbudet.
- Pårørende er i mange tilfeller en avgjørende samarbeidspartner for å få gitt god helsehjelp til den det gjelder.
- Pårørende skal på samme måte som brukere og pasienter spørres om; hva er viktig for deg?
- Ha forståelse for pårørendes ønske og behov for informasjon om deres nærmeste.
- Forstå viktigheten av å kartlegge barn som er pårørende.
- Ha forståelse for at ikke alle pårørende ønsker å bli involvert, eller at pårørende og brukerens behov kan være motstridende.
- Anerkjenn og verdsett familier og nettverks betydning for den enkelte og ha en aktiv holdning når det gjelder å involvere disse, til beste for bruker og pasient.
- Anerkjenn at det å være pårørende til barn og voksne med langvarig sykdom, omfattende skadelig rusbruk, eller varige hjelpebehov, kan være særlig belastende.

## **5 Elementer i et godt samarbeid**

### **Felles mål**

Bruk tid sammen med bruker/pasient og pårørende for å avklare forventninger og lage felles mål for samarbeidet. Ofte vil målet være sammenfallende, men noen ganger kan tjenesten, bruker/pasient og pårørende ha ulike mål. Kanskje har tjenesten mindre tilbud enn pårørende skulle ønske seg. Det anbefales å være tydelig på både muligheter og begrensninger.

### **Avklar roller og ansvar**

Bruk tid på å avklare roller og ansvar, og også grenser. Hvem skal gjøre hva, og hvordan? Samarbeid mellom helsepersonell og pårørende må baseres på en rollefordeling og avklaring som er i tråd med lovverket og pårørendes egne ønsker.

### **Forutsigbarhet og tydelige rammer for kommunikasjon**

Å ha faste avtalte treffpunkter med pårørende er med på å sikre kontinuitet. Det er lettere å bære en bekymring eller et innspill, dersom man vet at det vil bli rom til å ta opp noe på et avtalt tidspunkt.

### **Fortløpende evalueringer av samarbeidet**

Sett av tid til å evaluere og gi tilbakemelding om hvordan samarbeidet går. Å sette av tid til slike evalueringer vil kunne forebygge at misnøye og konflikter utvikler seg.



## **6 Mistanke om vold og overgrep mot pårørende**

Kommunale tjenester spiller en viktig rolle når det gjelder å forebygge og avdekke vold i nære relasjoner. Helsepersonell må være oppmerksomme på tegn som kan tyde på at pårørende er, eller har vært utsatt for vold og overgrep. Vold i nære relasjoner er et tabubelagt område. Ved å snakke om temaet kan helsepersonell bidra til å bryte tabuet. Samtalen bør skje i en skjermet og trygg setting og helsepersonell skal opptre støttende.

Helsepersonell har meldeplikt og skal varsle dersom det er mistanke om vold eller overgrep.

## 7 Dilemmaer og etiske utfordringer

Helsepersonell vil måtte stå i valgsituasjoner og dilemmaer der verdier kommer i konflikt med hverandre og der det finnes innvendinger mot alle handlingsalternativer. Så langt det lar seg gjøre, skal ansatt dele dilemmaene med den det gjelder og med de pårørende.

Regelverket har forrang foran andre hensyn og kunnskap om regelverket er en forutsetning for å håndtere dilemmaene. Etisk bevissthet og refleksjon hos helsepersonell kan forebygge konflikter, og gi nye perspektiver og løsninger når man opplever et dilemma.

Eksempler på dilemmaer der pårørende er involvert:

- Når pasient/bruker ikke vil dele informasjon med sine pårørende og pårørende er fortvilet over ikke å få informasjon.
- Når helsepersonellens faglige vurderinger går på tvers av pasientens/brukerens eller pårørendes vurderinger.
- Når en pasient/ bruker ikke vil at barna skal få informasjon eller oppfølging, mens faglige vurderinger tilsier at barnet har behov for dette.
- Når ungdom mellom 16 og 18 år ikke ønsker å involvere foreldrene i alvorlige helsespørsmål.
- Når pårørende har sterke meninger om helsehjelpen som ikke deles av pasienten/brukeren.
- Når ulike pårørende er uenige om hva som er det beste for pasienten/brukeren.
- Når helsepersonellet vurderer at nærmeste pårørende ikke er en ressurs for pasienten/brukeren.
- Når helsepersonell opplever at tid og ressurser ikke strekker til.

### Rutiner for etisk refleksjon

For å kunne håndtere etiske dilemmaer bør virksomhetene ha rutine og kultur for etisk refleksjon. Rutinene bør sikre at ansatte har tilstrekkelig kunnskap til å kunne identifisere og reflektere over vanskelige verdiavveininger, samt vite hvordan de skal håndtere etiske dilemmaer.

## 8 Mål for pårørendesamarbeidet i Sola

Gjennom støtte og involvering av pårørende, kompetanse hos helsepersonell, samarbeid og gode rutiner som er forankret i avdelingene, skal vi nå målene vi har satt for pårørendesamarbeidet. Målene er forankret i krav og lovverk:

- Pårørende skal oppleve trygghet i rollen
- Pårørende skal bli ivaretatt av ansatte
- Ingen barn skal måtte ta omsorgsansvar for familie eller andre
- Ansatte skal ha kompetanse til at de ivaretar pårørende på en god måte
- Finne balanse mellom pårørende som ressurs og deres behov for støtte og avlastning.

I neste kapittel beskriver vi hva vi skal gjøre for å nå de fem målene. Beskrivelsene bygger blant annet på innspill fra pårørendesamlingen i august 2023, og må ses i sammenheng med rutiner for pårørendesamarbeid i kvalitetssystemet Compilo.

# 9 Systemer for pårørendeinvolvering

En kommune skal ha systemer og rutiner som legger til rette for informasjon og dialog med pårørende. Innbyggere og pårørende skal kjenne til måtene det legges opp til dialog/samtaler i organisasjonen.

## I Sola involverer vi pårørende på ulike nivå:

### 1. Strategisk overordnet nivå:

Åpne møter for pårørende, råd, utvalg, lag og organisasjoner på tjenestenivå. Hensikten med møtet er:

- informasjon
- innspill og dialog

Eksempler på temaer er større omorganiseringer, økonomi, resultat av bruker- og pårørendeundersøkelse, innspill og medvirkning fra pårørende.

Innspill fra pårørende skal bli brukt aktivt til utvikling og forbedring.

Møtet ledes og følges opp av kommunalsjef m/stab.

Annet:

Etablere pårørendekontakt på tjenestenivå.

Ved større endringer i organisasjonen vil vi knytte til oss lag og organisasjoner for råd og innspill.

Rådene blir brukt aktivt til medvirkning.

### 2. Virksomhetsnivå:

Åpne møter for pårørende i hver enkelt virksomhet. Hensikten med møtet er:

- informasjon
- innspill og dialog

Eksempler på temaer er status og planer for videre drift, resultat av bruker- og pårørendeundersøkelse, innspill og medvirkning fra pårørende.

Virksomhetene skal bruke innspill fra pårørende aktivt til utvikling og forbedring.

Møtet ledes og følges opp av virksomhetsleder m/lederguppe.

Annet:

Det blir etablert barneansvarlig pårørendekontakt i virksomhetene.

### 3. Avdelingsnivå:

- Avdelingene skal sikre at rutiner for pårørendesamarbeid blir fulgt opp
- Pasienter skal ha primærkontakt som ivaretar pårørende
- Pårørendekontakt i avdelingene
- Sikre opplæring av ansatte
- Vise verdsettelse av pårørende som ressurs
- Delta i kommunalt nettverk som koordinere og forbedrer samarbeidet med pårørende

Avdelingene skal bruke innspill fra pårørende aktivt til utvikling og forbedring.

Avdelingsleder, pårørendekontakt/primærkontakt og den enkelte ansatte er ansvarlige for pårørendesamarbeidet i avdelingen.

Annet:

Det gjennomføres pårørendeundersøkelse hvert 2. år. Resultatet fra undersøkelsen blir brukt til utvikling og forbedring. Resultatene presenteres på involveringsmøtene på overordnet nivå og på virksomhetsnivå.

## 10 Avlastning for pårørende

Pårørende og andre med særlig tyngende omsorgsoppgaver kan ha rett til tiltak for å lette omsorgsbyrden. Avlastning skal hindre overbelastning hos omsorgsgiver, og bør tilbys tidlig som et forebyggende tiltak. Avlastning skal gi omsorgsyter nødvendig fri, mulighet til å opprettholde gode familierelasjoner og sosiale nettverk og unngå at omsorgsyter blir utslitt. Avlastningen skal samtidig sikre omsorgsmottakeren nødvendige og forsvarlige tjenester.

Avlastningstiltak kan tilbys:

- i eller utenfor hjemmet, i eller utenfor institusjon
- som dagaktivitetstilbud, på timebasis, som døgntilbud eller helgetilbud

### I Sola kan avlastning gis gjennom følgende tilbud:

- Sykehjem
- Dagsenter
- Avlastningsboliger
- Skolefritid avlastning
- Praktisk bistand
- Velferdsteknologi
- Avlastning i private hjem
- Andre dag- aktivitetstilbud

Annet:

Vi skal gjøre informasjon om ulike bruker- og pårørendeorganisasjoner tilgjengelig på hjemmesiden. God koordinering og bruk av individuell plan kan også bidra til å avlaste pårørende.

# 11 Opplæring, veiledning og støtte til de pårørende

Kommuner skal tilby opplærings-, veilednings- og støttetilbud til pårørende med særlig tyngende omsorgsoppgaver, sammen med, eller uten pasienter/brukere. Pårørendestøtte kan også bli gitt i situasjoner der omsorgsarbeidet ennå ikke har utviklet seg til å bli særlig tyngende, med formål om å forebygge.

## **Pårørende i Sola tilbys opplæring, støtte og veiledning internt eller eksternt:**

- Pårørendeskolen
- Pårørendekafe
- På individnivå etter behov
- Informasjon om aktuelle tilbud og hjelpeinstanser internt og eksternt
- Oppdatert relevant informasjon på kommunens hjemmeside
- Pårørendesamtalegrupper demensomsorg
- Samarbeid med lag og organisasjoner
- Frivillige
- Pårørendesenter

## 12 Systemer som sikrer oppfølging av barn som pårørende

Helseforetakene skal ha barneansvarlig personell som har ansvar for å fremme og koordinere helsepersonells oppfølging av barn som er pårørende til foreldre, eller søsken med psykisk sykdom, rusmiddelavhengighet, alvorlig sykdom eller skade.

### **Barn som pårørende i Sola sikres oppfølging internt og eksternt:**

- Rutiner for identifisering, dokumentering og oppfølging av barn som er pårørende
- Etterspørre barn som pårørende sitt behov for informasjon og oppfølging og gi foreldrene råd og veiledning
- Vurdere om det er behov for mer omfattende hjelpetiltak, og henvise til riktig instans
- Barnekoordinator
- Opprette og lære opp barneansvarlig personell i virksomheter med særlig utsatte barn
- Lokalt nettverk med barnekoordinator og barneansvarlig personell
- Oversikt over aktuelle tilbud og hjelpeinstanser internt og eksternt
- Opplæring gjennom BarnsBeste sitt materiell.
- Oppdatert relevant informasjon på kommunens hjemmeside
- Samarbeid med lag og organisasjoner
- Frivillige
- Pårørendesenteret



## 13 Kompetanse hos ansatte

Kommuner skal sikre at helsepersonell har nødvendige kompetanse på involvering og støtte til pårørende. Kompetansehevingen kan skje ved kurs, e-læring, internundervisning, regelmessig veiledning eller liknende. Kommuner bør i tillegg ha lett tilgjengelig oversikt over lokale støttetiltak for pårørende. Tilbudene bør gjøres kjent for pårørende og personell.

### I Sola øker vi kompetansen hos ansatte ved å:

I Sola øker vi kompetansen hos ansatte ved å:

- Gjøre pårørendestrategien kjent i avdelingene
- Ha pårørendekontakt med dybdekunnskap om pårørenderollen og særskilt kunnskap om tilbud som finnes i kommunen
- Veiledning til ansatte og nettverk med barnekoordinator
- Kartlegge kompetanse og behov
- Kollegaveiledning
- Veilederen.no
- Samlet oversikt over lokale tilbud på kommunenes hjemmeside
- Ha rutiner for pårørendesamarbeid for ansatte i Compilo
- Samarbeid med lag og organisasjoner

## 14 Samarbeid om pårørendestøtte

Kommuner skal legge til rette for samarbeid med lag, organisasjoner og andre om støtte til pårørende. Virksomheter i levekår og oppvekst bør ha et systematisk og regelmessig samarbeid om støttetiltak for barn som pårørende. Helse- og omsorgstjenesten skal legge til rette for samarbeid med brukergruppernes organisasjoner og med frivillige organisasjoner om støtte til pårørende.

### I Sola legger vi til rette for:

- Samarbeid mellom virksomhetene
- Samarbeid med barnekoordinatorer
- Samarbeid mellom tjenesteområdene
- Samarbeid med pårørendesenteret
- Samarbeid med pårørende, frivillige, lag og organisasjoner
- Informasjonsutveksling om tilbud til pårørende
- Å bruke råd og utvalg aktivt til innspill og medvirkning

## 15 Veien videre

- Medarbeidere i levekår vil innen utgangen av 2023 revidere og videreutvikle rutinene for pårørendesamarbeid og pårørendeinvolvering på overordnet nivå.
- I 2024 vil vi arbeide med opplæring av medarbeidere og implementering av rutiner.
- Virksomhetene skal inkludere pårørendearbeidet i sine handlingsplaner fra 2024.
- Innen første halvdel av 2024 skal kommunen sine hjemmesider vedrørende pårørendesamarbeid være oppdaterte.
- Pårørendestrategien skal evalueres høsten 2024.