

Sluttrapport – Pårørendekoordinatorprosjektet, Hallinghelse

Finansiert av Helsedirektoratet – 40 % prosjektstilling

Prosjektperiode: 1 år og 2 mnd.

1. Innledning

Pårørende er ofte de som gir mest kontinuerlig omsorg til mennesker med sykdom, funksjonsnedsettelser eller eldre som trenger hjelp. Mange pårørende opplever fysiske, psykiske og emosjonelle belastninger i hverdagen. Ved å prioritere pårørendearbeid i kommunene kan man tilby nødvendig støtte, informasjon og avlastning som hjelper pårørende med å håndtere sine utfordringer. Dette kan bidra til at de pårørende kan opprettholde sin helse og velvære, og dermed også være en bedre støtte for den som trenger omsorg.

Denne sluttrapporten oppsummerer gjennomføring, resultater og erfaringer fra pårørendekoordinatorprosjektet, finansiert av Helsedirektoratet. Prosjektet har vært organisert som en 40 % prosjektstilling over 1 år i Hallinghelse, med mål om å styrke kommunenes systematiske arbeid med pårørende, utvikle gode strukturer, styrke samarbeid på tvers av tjenester og skape varige forbedringer i møtet mellom kommune og pårørende. Alt arbeid bygger på Helsedirektoratets Pårørendeveilederen, Regjeringens Pårørendestrategi og handlingsplan: Vi- de pårørende, Helsepersonelloven, Pasient- og brukerrettighetsloven og aktuell forskning nasjonalt og internasjonalt.

2. Bakgrunn og begrunnelse

Pårørende utgjør 140 000 årsverk i Norge i dag, til sammenligning utgjør ansatte i kommunal helse- og omsorgstjeneste 142 000 årsverk. Da er det innlysende at dette er en ressurs vi må anerkjenne og samhandle med. Kommunenes demografi viser en økende andel eldre, flere med sammensatte og langvarige behov for helse- og omsorgstjenester. Samtidig forventes en økning i antall pårørende som ivaretar omfattende omsorgsoppgaver. Dette skaper behov for mer helhetlig støtte, bedre koordinering og tydeligere strukturer for oppfølging av pårørende.

Kommunene har et ansvar for å ivareta sine innbyggere på en helhetlig måte. Dette inkluderer ikke bare å tilby tjenester til de som trenger hjelp, men også å sørge for at pårørende får den støtten de trenger for å kunne utføre sitt viktige omsorgsarbeid.

Et godt pårørendearbeid kan også ha økonomiske fordeler for kommunen og samfunnet. Ved å støtte pårørende kan man redusere behovet for institusjonsbasert omsorg eller andre dyre helsetjenester. Dette kan føre til langsiktige besparelser, samtidig som det gir de pårørende en mer aktiv og produktiv rolle i samfunnet. Pasienten som mottar hjelp og pleie fra pårørende kan bo hjemme lenger, og mange er da avhengige av pårørende for å ha gode, meningsfulle liv.

Helsedirektoratet har de siste årene løftet frem pårørendes rolle gjennom nasjonale føringer, og kommunene hadde et behov for å styrke dette arbeidet systematisk. Prosjektet ble etablert

for å utvikle praksis, kompetanse og samarbeidsstrukturer som kan møte framtidens utfordringer. Kommunalt pårørendearbeid kan bidra til å bygge fellesskap og solidaritet i lokalsamfunnet. Gjennom støttegrupper, kurs og andre tiltak kan pårørende dele erfaringer og styrke sitt nettverk. Dette kan bidra til økt sosial støtte og fellesskapsfølelse, noe som er viktig både for pårørende og for samfunnet som helhet.

Gruppen som er omfattet av dette prosjektet er pårørende til personer med livs- og levetidsbegrensende sykdom, diagnoseuavhengig. Barn som pårørende er ikke inkludert i prosjektet da det er nedfelt i lovverket at de skal ivaretas av egne barneansvarlige i kommunene. Det har allikevel vært fokus på barn, da det er viktig å kartlegge om de får den hjelpen de har krav på.

3. Organisering

Prosjektet har vært forankret i HOF og organisert med:

- **Prosjektleder/pårørendekoordinator** i 40 % stilling
- **Prosjektgruppe** bestående av representanter fra: Hol, Ål, Gol og Flå
- **Rapportering** til leder av Hallinghelse.

Prosjektgruppen har hatt jevnlige møter og har fungert som både rådgivende organ og arena for forankring i tjenestene.

Gruppen har jobbet med å etablere felles rutiner i kommunene for å kunne gi et helhetlig tilbud.

4. Mål for prosjektet

Hovedmål

Å kartlegge hva kommunene pr i dag tilbyr pårørende, og hvordan de gjør dette. Ut fra den kunnskapen har kommunene fått informasjon og veiledning om hvordan pårørendearbeid kan forbedres og videreutvikles og å styrke kommunens systematiske arbeid med pårørende, slik at pårørende opplever bedre støtte, informasjon og medvirkning og samhandling med tjenestene. Samtidig skal de ansatte styrkes i sine møter med pårørende.

Alle kommunene i Hallingdal ble invitert til å være med i prosjektet. Hemsedal kommune takket nei. Hol kommune kom sent inn i prosjektet da de ventet på nyansatt som skulle ha ansvaret der.

Nesbyen kommune gikk ut av Hallinghelse 01.07.25, og benyttet tiden godt før dette. Der var leder for prosjektet invitert ved flere anledninger, og de har pr. nå på plass pårørendekoordinator og lett tilgjengelig informasjon på sin hjemmeside.

Kommunene fikk tilbud om besøk av leder for pårørendekoordinatorprosjektet for informasjon om prosjektet og hva målet med prosjektet er.

Delmål

- Utvikle tydelige strukturer for identifisering, kartlegging og oppfølging av pårørende.
- Styrke kompetansen om pårørendearbeid i tjenestene.
- Etablere pårørendekoordinatorfunksjonen og gjøre den kjent i organisasjonen.
- Øke samarbeid på tvers av tjenester og nivåer.
- Styrke pårørendes tilgang til lærings- og mestringstilbud, blant annet Starthjelp.
- Bidra til erfaringsdeling gjennom deltakelse i regionale og nasjonale nettverk, som for eksempel Pårørendealliansen.

5. Arbeid og aktiviteter i prosjektperioden

5.1 Etablering av pårørendekoordinatorfunksjonen

- Utarbeidet mandat, rollebeskrivelse og rutiner.
- Gjort funksjonen kjent internt og eksternt gjennom møter, fagfora og ledergrupper.
- Opprettet kontaktpunkt for pårørende.

5.2 Systematisk arbeid med pårørende

- Fremmet bruk av pårørendesamtale og pårørendeavtale for:
 - identifisering av pårørende
 - kartlegging av behov
 - dokumentasjon av pårørendearbeid
 - informasjonsflyt mellom tjenester
 - å tette forventningsgapet
 - det er laget felles mal for pårørendesamtaler og pårørendeavtaler for de 4 kommunene

5.3 Kompetanseheving

- Gjennomført opplæring for ansatte, ledere, brukerorganisasjoner og komiteer om:
 - pårørendeperspektivet
 - lovverk
 - kommunikasjon og samarbeid
 - belastning hos pårørende
 - betydningen av systematisk pårørendearbeid

5.4 Starthjelp og lærings- og mestringstilbud

- Etablert og koordinert Starthjelp-kurs i samarbeid med ansatte i Hallinghelse, og eksterne aktører.
- Tilpasset tilbudet til kommunenes behov og gjort det tilgjengelig for nye målgrupper.
- Utarbeidet rekrutteringsrutiner og informasjonsmateriell.

5.5 Pårørendekonferansen

- Planlagt, gjennomført og evaluert en lokal/regional pårørendekonferanse.
- Deltakelse fra brukerorganisasjoner, kommunale tjenester og samarbeidspartnere.
- Konferansen fungerte som en viktig arena for erfaringsdeling og systematisk kompetansebygging.

6. Resultater

Prosjektet har resultert i:

- Forståelse av viktigheten for oppfølging av pårørende.
- At vi ser på pårørende som en ressurs som må anerkjennes og verdsettes.
- Økt kompetanse og bevissthet i tjenestene.
- Bedre samarbeid på tvers av enheter.
- Arbeidet med implementering av verktøy som pårørendesamtaler og pårørendeavtaler er i gang.
- Flere pårørende har fått tilgang til veiledning, informasjon og støtte.
- Pårørendekonferansen 2025 arrangert på STIM, Gol.
- Starthjelp gjennomført på STIM, Gol.
- Webinar på kurs-i-hallingdal.no med Helsedirektoratet og erfaringskommunen Ålesund.
- Artikler og leserinnlegg i Hallingdølen.

7. Erfaringer og læringspunkter

- Pårørendearbeid krever tid, tverrfaglig samarbeid og kontinuitet.
- En dedikert koordinatorkfunksjon styrker gjennomføring og struktur.
- Mange ansatte trenger støtte i møte med pårørende – særlig der belastningen er høy.
- Systematisk arbeid gir bedre kvalitative, helhetlige og forsvarlige tjenester, men krever tydelig ledelsesforankring.
- Digitale løsninger for informasjon og kommunikasjon må videreutvikles.

8. Utfordringer

- Begrenset stillingsandel (40 %) har påvirket progresjonen i enkelte delmål.
- Behov for videre ressurser for å sikre kontinuitet.
- Ulik praksis mellom tjenesteområder krever videre harmonisering.
- Økende demografisk press gjør pårørendearbeid enda viktigere framover.
- Ansatte i tjenestene sier de allerede gjør dette arbeidet og ser ikke behovet for mer fokus på området.
- Vanskelig å komme innenfor kommunenes vegger for å informere om prosjektet.

9. Fremtidsutsikter og anbefalinger

For å møte fremtidens demografiske endringer og økende pårørendebelastning, anbefales det at kommunen:

- Viderefører og styrker pårørendekoordinatorfunksjonen.
- Integrere pårørendearbeid i alle tjenesters basispraksis, med tydelige rutiner og oppfølgingsverktøy.
- Felles rutiner for bruk av pårørendeavtaler. Mal legges i Compilo.
- Videreutvikle Starthjelp og andre lærings- og mestringstilbud som faste tilbud.
- Satse på digitale løsninger, blant annet informasjonspakker, kurs og veiledning.
- Sikre lederforankring og kontinuerlig kompetanseutvikling i tjenestene.
- Prosjektgruppa fortsetter arbeidet mot de ansatte og leder i respektive kommuner.
- Det opprettes et nettverk for pårørendekoordinatorer/ kontakter og prosjektgruppa som driftes av Hallinghelse på linje med palliasjonsnettverket.
- Opprettholde samarbeid med regionale og nasjonale nettverk for faglig oppdatering og kunnskapsdeling.

10. Konklusjon

Prosjektet har lagt et solid grunnlag for mer systematisk og helhetlig arbeid med pårørende i kommunen. Selv om arbeidet er påbegynt og ikke fullt ut ferdigstilt, har prosjektet bidratt til viktige strukturer, økt kompetanse og bedre samarbeid på tvers av kommunegrensene, og lagt grunnlaget for helhetlig og lik tjeneste for pårørende, uavhengig av kommunetilhørighet. Videreføring og styrking av arbeidet vil være avgjørende for å kunne møte framtidens behov på en god og bærekraftig måte.

Samlet sett vil prioritering av pårørendearbeid ikke bare hjelpe de pårørende i deres viktige rolle, men også bidra til et mer bærekraftig og helhetlig omsorgssystem, bedre livskvalitet for både omsorgsytere og omsorgsmottakere, og positive effekter for samfunnet som helhet.