

Hvilke aktiviteter og tilbud har Grimstad for de ulike aldersgrupper, som fungerer godt i dag?

Huset - ung
Helseordning, Løvetakt, trening, samhold
Frivillighet/koordinere info
Godt samarbeidsnivå
Jobbsentralen fungerer
De som har fått installasjonsglasser har det bra
Hjemmebesøk/hjemmestab
Frivillige organisasjoner og meninger
"Balanserings" grupper ??
Idrettslag, speider, sangkor, korps
Leseagrupp
Poliske påter
Frivillig arbeid, speider, Røde kors, religiøse
Idrettslag, tur, fotball, innest
Frisidsklubben
Månedlig tilbud
Aktivitetsbud for alle (arbeid, fysisk akt. + hobbyer)
BLA
Frivillighetsentralen
Skole
B i hage
Frie tur og rekreasjonsområder i alle deler av kommunen - folkehelse
Idrettslag
Treningsting (sterk og stadig)
Mange ulike lag/foreninger med ulike fridstidstilbud
Månedlig tilbud
Bra tilbud innen idrett
Ulike andre frivorg
BLA
Kulturskole
Gratis kulturandag
Idrett
Frivillighet
Barne - og ungdomsaktiviteter: idrett, speider, fridsklubber
Gode tilbud på kulturhuset
Jevn
Lis ekspres
Stiltede anvenner til søsternære turistområder
Mye kompetansef
Hjelpemidler for berørbere på Danske
Jobbsentralen
Årsdgi tilbud i frivilligheten
Kulturskole
FMU
Idrettslag
Frivillige lag og foreninger
Tidn for voksne og eldre
Kulturskolen
Voksenskolen
Jobbsentralen
Kulturskole
BLA - universelt tilk for alle
Huset
BLA
Aktivitetshuset
Div frivillige organisasjoner
Dagaktivitet for pm- dem
Vostbakke
Ulike aktiviteter i enhet psyk og rus
Jobbsentralen
Frisidvssentralen
Sterk og stadiglyrk og bal
Gode barnehager og skoler
Kultur, idrett, trening (lednings)
Eldre gruppetrening ukentlig, Sosialt og trin
Frivillige lag og foreninger
Speider (senst) og barnehager
Idrettslag
Kulturtilbud (nye)
Gode skoler og barnehager

Hvordan kan vi bli bedre?

Behov for dagaktivitetstilbud for eldre uten demenssykdom
By oss og har nedkjøperhet
Inkludere
Kommunikasjon
Høye erfaringer fra andre
Tidlig innsats/forebyggende i alle aldre
Mer forebyggende helsegjester
Tidlig innsats
Uformelle møteplasser
Gågrupper
Læring
Større fleksibilitet
Ulike idrettslag, lag, foreninger
Bli flinere til å se de muligheter som finnes
Delta
Si din mening
Foreta
Bedre kunnskap om ulike kunnskap om ulike inn/møring
Samvande

Hvordan ser det ut i Grimstad når vi har nådd målet?

Eldre behov for:
Aktivitet
Sosial kontakt
Trening
Måltid(er) sammen
Kulturelle innslag
Forening
Transport
For dem som har ekstra behov, ikke kommer seg ut, ensomme...
Færre unge eldre
Lav berøftighet
Alle hører til et nettverk og har det bra
Mindre utenforskap
Mindre psykisk urolise
Oke aktivitet for all
Meningsfylte hverdager
Samvande på tvers av generasjoner (eks. SFO inn i aldershjempensjoner som leksehjelp etc.)
Bruke arbeidsressurser også etter fylte 70 år (Dvs ønskelig som ressurser
Et fellesskap som byr seg
Mindre utenforskap
Eldre bor i egen bolig eller bolig tilpasset funksjonsvnå
Ingen ettenett
Super spreke eldre uten behov av "lunge" H-O tjenester
Få få livsvaldsydemyer - store besparelser
Få ufare
Lite utenforskap
Få opplever utenforskap
Stor deltagelse i samfunnet
Dagsaktivitetstilbud for ikke demente hjemmeboere
Alle vet hvor man finner det/dem man trenger
Lettilgjengelig på informasjon om ulike tilbud
Terminologien er tilrettelagt/tilpasset brukere gressensitt
De som trenger det får nødvendig hjelp
Mange folk (gjeter og på aktivitetsanerer
Alle har en fellelse av livsmestring
Folkehelseprofilen i Grimstad har bare grunne lys og scorer best i landet på psykisk helse
I Grimstad er det ikke sosiale helse forskjeller og dermed flere som mestrer livet
Et større aktivitetstilbud for voksne
Flere frivillige organisasjoner som tilbyr aktivitet
Gode tilbud til alle mivsum økonomi
Valgmuligheter
Tilbud trøstde
Et godt sted å være (ho)
Ønsker bolig som er i tilknytning til nerrørnråder med muligheter for å andre både eldre og unge
Ungt som gjennomfører utdanninger i jobb
Gode møteplasser
Involvering
Ingen (velig) ta utenfor
Aktivitetstilbud for alle eldre

Hvilke grep kan gjøres for å tilrettelegge og ta ansvar for eget liv?

Sunt kosthold
Fysisk aktivitet
Fysike tilbud for aldersdemens
Undervisning, seminarandag om hvordan forebygge demens - åpent for alle
Mye informasjon til eldre
Innele seg i forhold til aktiviteter/trening
Boljelighet
Arens for frivillighet og møteplasser
Være utadvendt og finne noen som trenger "hjelp"
Fysisk aktivitet
Være engasjert i frv arbeid
"Bruke hjemmenetvernet"
Trengte seg/kunnskap hele livet
Godt familie/venner
Slippe fryktet
Føle at man er del av fellesskapet
Delta sosialt
Tilrettelegge bosituasjon
Opprettholde nettverk
Opprettholde aktivitetnivå
Aktivitet
Engasjere meg i det som skjer i samfunnet
Terke tidlig innsats på framtiden
Bolig
Være bevisst på fremtiden og hva jeg må ruste meg for

Hva er de viktigste stegene for å komme i gang?

Kjøre bolig H i kvise
Kommunalt/privat samarbeid f.eks. til boliger med komm.tilbud (aktiviteter, helse)
Hødre seg orientert. Leser mye. Deltar i møter.
Hødre dag i form
Delta i aktiviteter
Fysisk aktivitet
Sunn kosthold
Infoplatform
Definere hva, hvorfor, hvordan
Oppdatere nettider
Arens
Brosjyrer
Bedre koordinering av støtte til frivillig arbeid
Eldre har muligheter for å se andre i helseordning
Tilrettelegging av pårørende og frivillige
Publikum må bli anerkjenningsopmuntret til å utføre seg, må tilrettelegges slik at trøste, syke m.m. kommer med sitt bidrag.
Si fra om hva som gir mening, hvordan jeg vil ha det
Forstå at livet består av gleder og sorger, motgang og nedgang
Menn og psykisk helse
Inkludere mangfold på alle arens
Vie til og har ansvar
Ha en realistisk tilnærming til ansvarsfordeling
Rasere samfunn
Fysisk trening hvor skal vi, hvem har ansvar, hva skal vi ikke gjøre
Sambokluser (frivillige, idrett, kommune)
Mee helse bidet, men "være" hoo hvarvarene
Samarbeid
Kunnskap om hvarandre
Sunt fokus på min psykiske og fysiske helse
Oppfølging om forventningsavklaring rundt hva GK kan gjøre
Få næringstilt med på laget
Kompetanse i alle ledt
Oppdater av nettverk
Erfaringsutveksling
Systematisk tilnærming til fremtidens behov
Byte med mindre oppgjert
Riktig innsats for riktig steg i innmattstrapp
Bedre scoping/oppfølging til familier over tid
Tørre å spørre om hjelp
Kartlegge situasjonen og ønsket målendring
Bo et sted som passer min situasjon/priv
Samhandling offentlige, private og ideelle aktører (frivillighet)
God samhandling
Felles forståelse mer involvering
Utenfor seg selv
Samarbeid mer og bredere
Kan bli bedre: eget helse/tilbud til ungdom (ala det på Fevik)
Bare for møteplass
Bli bedre for eldre
Flere dagtilbud med utskviklet
Stotte tilbud til demente (Oyarden inntatt)
Boljellesskap inkl. Ulike aktivitetssenter
Få næringstilt med på laget
Samarbeid
Flere boliger mv.fellesskaler
Bygge boliger tilrettelagt for eldre og andre med behov i samarbeid med næringstilv
Innarbeide sumne rutiner
Fokus på det fra politikere
Delta i de tilbud/arrangement som finnes
Aktiv i lokalmiljø
Sunt kosthold
Ute og møter forskjellige typer mennesker på kaffe. Hver morgen tenker jeg gjennom hva jeg vil at dagen skal inneholde. Ute på sykkel hver dag
Delta i forskjellige verv og styre
Sti/steiklubber
Bruk innbyggerne sine erfaringer
Tilsk som det vil er med på et er med på et er en god start
Åpenhet/tilgjengelighet
Inkludere alle
Mer fysioterapi
Mange aktiviteter er skulle - må innvires. Det er uheldig
Tilgjengelighet
Helsekompettansen - lure grep er ofte "gjemt"
like "gjemte" aktiviteter/eller organisasjon. La nye til med!
Tilgjengeligg oversikt over tilbud, både helsemessig, faglig og sosialt
Arensde langtidssidige som hAU velvidere
Invitere andre med på våre aktiviteter
Være en oppmerksom nabo
Tidlig innsats og forebygging
Hødre seg fysisk aktiv
Storre fellesskaper!
Kondisjonerstening blant eldre før de får tjenester
Bytke og balanse gruppe
Apernet
Brukermedvirkning
Samvande
God ledelse som samler oss - systematiserer
Involvering og kommune er enige og forente om utfordringer og strateg for å nå mål
Fokus på hva jeg/ivi kan bidra med i stedet for hva jeg ikke kan
Ta vare på helse ved å være fysisk aktiv
Vie og slaps å tenke nye tanker
Prøve nye løsninger med åpent sinn
Tenke mer universelt enn spesifikke risiko
Ha bolig som jeg kan bo i alle livets faser, også alderdommen
Byr oss mer om hvarandre
Mestepofere aktivitetstilbud
Planlegge
Kartlegge hva alle kan gjøre: kommune, næringsliv, frivillige, individ
Økonomi
Gode politikere
Menn
Starte nå midtag