

Eldrerådet i Sigdal kommune

Borgestubakken 2

3350 Prestfoss

Prestfoss 12.09.21

Sigdal kommune, **Innspill til kommuneplanens samfunnsdel.**

Borgestubakken 2

3350 Prestfoss.

GJESTEBUD

Alle medlemmene i Eldrerådet var samlet som «Gjestebud» for å gi innspill til Kommuneplanens samfunnsdel.

Her kommer noen innspill på hvordan vi eldre ønsker oss bygda vår i framtida.

1. Internett

Kommunen må forsere utbygging av fiber/mobilt bredbånd, fram til alle husstander som ønsker det, samt sørge for opplæring i iT-teknologi til alle som har behov for det. Det bør også utarbeides en oversikt over de som har fått bredbånd i dag, og planer for videre utbygging.

2. Demografi.

Antall eldre i bygda vil øke. Eldre må regne med å bli boende heime lenger før de eventuelt får plass på sjukeheim. Derfor bør det skje en kartlegging av eldres bheov for hjelpemidler i form av Velferdsteknologi.

3. Bolig.

Flere eldre bor i boliger som ikke tilfredsstillir deres behov. Oppgradering av boliger til å dekke den enkeltes behov, vil gjøre det mulig å bo heime lenger. Universell utforming er et stikkord her. Flere eldre ønsker seg en sentrumsnær leilighet. Dette bør planleggerne ha i tankene ved sentrumsutvikling.

4. Aktiviteter for eldre.

Eldre mennesker har behov for aktivitet, både fysisk og mentalt. Opplegg med turstier i skog og mark kan være viktig for å sikre god fysisk helse og å treffe turkamerater for en god prat. For mange vil deltagelse på Frivilligsentral være et meningsfylt og nyttig avbrekk i hverdagen.

5. Kjøkken-Sigdalsheimen.

Det er svært viktig å ta vare på det gode kjøkken vi har på Sigdalsheimen. Det sikrer beboerne et riktig sammensatt og ikke minst et velsmakende måltid. Mange eldre som bor heime, kan være litt slurvete med kostholdet. Flere kan bli underernærte og sogar dehydrerte(mangel på væske). Derfor er det viktig at de fortsatt får tilkjørt kvalitetsmat fra Sigdalsheimen. Dette kan sees på som et forebyggende tiltak, slik at de eldre holder seg friske og kan bo lengre heime. Antydning fra Telemarksforskning om å kutte kostnader ved kjøkkenet på Sigdalsheimen er ikke aktuell politikk.

For eldrerådet i Sigdal kommune

Ingvald Øverby

Leder