

# Íbúáping um farsæl efri ár

## haldið á Akranesi 27. september 2017

### *Samantekt*



*Á borðinu nú böslum við  
að bjarga gömlum sálum.  
Gamlingjarnir leggja lið  
og leysa úr vandamálum.*

*Sigurbjörg Halldórsdóttir og Krístrún Líndal Gísladóttir*

## Efnisyfirlit

Inngangur .....	4
Niðurstöðurnar í hnotskurn.....	6
Ánægja með búsetu á Akranesi.....	6
Fjölbreytt búsetuúrræði .....	6
Bætt upplýsingagjöf.....	6
Heilsuefling og forvarnir .....	6
Félags- og tómstundastarf.....	6
Þjónusta við eldri borgara .....	6
Heilbrigðis- og félagsþjónusta .....	6
Þátttaka eldri borgara .....	6
Virgni eldri borgara.....	7
Hvað er gott við að eldast á Akranesi? .....	8
Stærð bæjarfélagsins, staðsetning og mannlíf .....	8
Tækifæri til útivistar og hreyfingar .....	8
Félags- og tómstundastarf.....	9
Þjónusta við eldri borgara .....	9
Hvernig getur Akraneskaupstaður stuðlað að farsælum efri árum?.....	10
Fjölbreyttir búsetukostir.....	10
Lækka álögur .....	10
Aukin upplýsingagjöf.....	10
Fjölbreytt félags- og tómstundastarf.....	11
Heilsuefling.....	11
Þjónusta við eldri borgara .....	12
Almennt .....	12
Ferðaþjónusta.....	12
Heilbrigðis- og félagsþjónusta .....	13
Þátttaka eldri borgara .....	13
Hvernig viltu sjá málefni eldri borgara þróast á eftirfarandi sviðum? .....	14
Borð 6 og 9: Búsetuúrræði .....	14
Borð 4, 5 og 7: Þjónusta við eldri borgara .....	15
Bættar samgöngur.....	15
Bætt aðgengi upplýsinga .....	15
Einstaklingsmiðuð nálgun.....	16
Aðstoð á heimilinu.....	16
Heilsuefling og forvarnir .....	16

Efling og samþætting þjónustu.....	17
Aukið sjálfboðaliðastarf.....	17
Borð 1, 2 og 8: Félagsstarf.....	18
Framboð.....	18
Aðstaða og aðgengi.....	19
Samstarf.....	19
Borð 3 og 10: Samráð við eldri borgara.....	19
Parfaggreining.....	19
Virkja eldri borgara.....	19
Umboðsmaður eldri borgara.....	19
Hvað get ég sjálf/ur gert til að stuðla að farsælli öldrun?.....	20
Félagsstarf og áhugamál.....	20
Heilbriggt líferni.....	20
Jákvæðni og lífsgleði.....	21
Rækta hugann.....	21
Félagsleg tengsl.....	21
Virgni og þátttaka.....	22
Undirbúa ævikvöldið.....	22
Viðauki 1: Þátttakendur.....	23
Viðauki 2: Auglýsingarnar.....	24

## Inngangur

Miðvikudaginn 27. september kl. 17-21 var haldið *Íbúáping um farsæl efri ár* í Grundaskóla á Akranesi. Þingið var haldið að frumkvæði Starfshóps um samráð og stefnumótun aldraðra á Akranesi.

Stutt ávarp í upphafi þingsins flutti Sævar Freyr Þráinsson, bæjarstjóri Akraneskaupstaðar. Í lok þingsins flutti ávarp Vilborg Guðbjartsdóttir, formaður Velferðar- og mannréttindaráðs Akraneskaupstaðar.



*Sævar Freyr Þráinsson*



*Vilborg Guðbjartsdóttir*

Þingið var með sama sniði og sambærileg þing sem haldin voru í Garðabæ 2013, í Árborg 2015 og í Reykjanesbæ 2017. Leitast var við að skapa vettvang fyrir þá sem koma að öldrunarmálum, vilja stuðla að uppbyggilegri umræðu um málefni aldraðra og skiptast á skoðunum um það hvernig samfélag við viljum búa eldri kynslóðum landsins.

Markmið íbúáþingsins á Akranesi var að skapa umræðu meðal áhugasamra um öldrunarmál. Draga fram væntingar, viðhorf og hugmyndir um hvernig stuðla megi að farsælum efri árum íbúa á Akranesi. Niðurstöðurnar verða nýttar sem innlegg í stefnumótunarvinnu í málefnum aldraðra.

Fundarfyrirkomulag byggði á sömu hugmyndafræði og notuð var á Þjóðfundunum 2009 og 2010. Unnið var á tíu 8-9 manna borðum og á hverju borði var þjálfaður borðstjóri en hans hlutverk var að sjá til þess að allir við borðið fengju jöfn tækifæri til að tjá sig og að tryggja virka hlustun þannig að öll sjónarmið kæmust að.

Þátttakendur voru 84 talsins úr eftirfarandi meginhópum (sjá viðauka 1):

- Íbúar í aldurshópnum 75 ára og eldri
- Íbúar í aldurshópnum 60-74 ára
- Íbúar í aldurshópnum 50-59 ára
- Starfsfólk sem vinnur í öldrunarþjónustu
- Fulltrúar frá stofnunum og félagasamtökum sem vinna að málefnum
- Bæjarfulltrúar
- Alþingismenn

Hóparnir voru blandaðir þannig að á hverju borði voru þátttakendur úr flestum meginhópum.

Fundurinn var auglýstur á Facebook, á heimasíðu Akraneskaupstaðar og í Skessuhorni auk þess sem tvær auglýsingar birtust í Póstinum, sjá viðauka 2.

Spurningarnar sem fundarmenn glímdu við voru eftirfarandi:

1. Hvað er gott við að eldast á Akranesi?
2. Hvernig getur Akraneskaupstaður stuðlað að farsælum efri árum?
3. Hvernig viltu sjá málefni eldri borgara á Akranesi þróast á eftirfarandi sviðum:
  - a. **Búsetuúrræði** (val um búsetu, þjónusta í boði, aðgengismál, væntingar til sveitarfélagsins, sjálfræði o.s.frv.)
  - b. **Þjónusta við eldri borgara** (heimaþjónusta, heimahjúkrun, forvarnir og heilsuefling, dagdvöl, samgöngumál, heilsugæsla, aðstoð til sjálfshjálpar, tækni í þjónustu o.s.frv.)
  - c. **Félagsstarf** (klúbbastarfsemi, forvarnarstarf, fræðsla, skemmtanir og afþreying, framboð, aðgengi, tímasetningar, verð, upplýsingar o.s.frv.)
  - d. **Samráð við eldri borgara** (heildarþróun, að gegna hlutverki, tjá skoðanir sínar, vera spurður áhlits, njóta virðingar o.s.frv.)
4. Hvað get ég sjálf/ur gert til að stuðla að farsælli öldrun?

Mikilvægt er að hafa í huga að ekki er hægt að alhæfa um alla aldraða á Akranesi út niðurstöðunum þar sem um afmarkaðan hóp þátttakenda var að ræða. Niðurstöðurnar gefa fyrst og fremst vísbendingu um það sem brennur mest á þeim sem tóku þátt.

Hér fyrir neðan eru niðurstöðurnar dregnar saman í stuttu máli og síðan fylgir ítarleg samantekt á helstu niðurstöðum.

Skipuleggjendur íbúðapingsins voru Steinunn Sigurðardóttir, Svala Hreinsdóttir og Laufey Jónsdóttir. Ingrid Kuhlman frá Bekkingarmiðlun sá um þingstjórn, þjálfun borðstjóra, undirbúning og eftirfylgni þingsins og ritaði þessa skýrslu. Myndirnar í skýrslunni eru eftir Jónas Hallgrím Ottósson.



*Ingrid Kuhlman  
Þingstjóri og skýrsluhöfundur*

## Niðurstöðurnar í hnotskurn

Þegar niðurstöðurnar eru skoðaðar standa eftirfarandi atriði upp úr:

### Ánægja með búsetu á Akranesi

Fundarmönnum líður almennt vel á Akranesi. Það sem þeir kunna sérstaklega að meta er passleg stærð bæjarfélagsins sem leiðir til samheldni íbúa, nágrennakærleika og nándar. Nálægðin við höfuðborgina er einnig talin kostur auk þess sem á Akranesi megir finna alla nauðsynlega þjónustu. Mikil ánægja er með þau fjölmörgu tækifæri til útivistar og hreyfingar sem bjóðast á Akranesi, sem státar af mörgum útivistarperlum. Gott og öflugt félagsstarf er í boði fyrir eldri borgara ásamt fjölbreyttri og góðri velferðar- og heilbrigðisþjónusta.

### Fjölbreytt búsetuúrræði

Fundarmenn vilja sjá fjölbreytt búsetuúrræði sem henta hverjum og einum þannig að eldri borgarar hafi raunhæft val um að búa heima, í dvalarrými eða í þjónustuíbúð. Mikilvægt er að tryggja að hjón geti búið saman þrátt fyrir misjafnt heilsufar. Einnig var lagt til að lækka álögur á eldri borgara eins og fasteignagjöld og holræsagjöld.

### Bætt upplýsingagjöf

Fundarmenn telja mikilvægt að aldraðir geti nálgast greinargóðar og aðgengilegar upplýsingar um þá þjónustu sem þeim stendur til boða, helst á einum stað. Í þessu samhengi var stungið upp á þjónustufulltrúa til að leiðbeina þeim auk þess að hafa upplýsingar aðgengilegar í bæklingum og rafrænt. Einnig þyrfti að bæta upplýsingaflæðið milli aðstandenda, eldri borgara og þjónustuaðila.

### Heilsuefling og forvarnir

Fundarmenn telja mikilvægt að Akraneskaupstaður hvetji og styðji eldri borgara til heilsueflingar með því að tryggja gott aðgengi að líkamsræktaraðstöðu, útivistarsvæðum og gönguleiðum. Einnig vilja þeir sjá reglulega fræðslu um næringu og önnur heilsutengd atriði og áherslu á eflingu forvarna.

### Félags- og tómstundastarf

Fundarmenn nefna mikilvægi þess að bjóða upp á fjölbreytta dagskrá í félags- og tómstundastarfi í góðu og aðgengilegu húsnæði sem væri með föstum opnunartíma. Einnig voru nefndar hugmyndir um að nýta húsnæði bæjarins í auknum mæli undir félagsstarf. Upplýsingar um félagsstarfið þurfa að vera aðgengilegar á einum stað og samstarf milli FEBAN og félagsstarfs Akraneskaupstaðar að vera gott. Samgöngurnar þurfi að vera góðar til að fólk geti sótt tómstundir.

### Þjónusta við eldri borgara

Almennt vilja fundarmenn að uppbygging þjónustu sé framsýn og heiltæk. Nefndar voru hugmyndir eins og að stofna ráðgjafarráð/-nefnd 60+ eða færa þjónustuna undir skóla- og frístundasvið 60+ Einnig var lagt til að innleiða Eden-hugmyndafræðina á stofnunum og heimilum.

### Heilbrigðis- og félagsþjónusta

Fundarmenn kalla eftir öflugri og samþættri heima- og félagsþjónustu til að gera fólki kleift að búa í eigin húsnæði eins lengi og kostur er. Auka þarf fagþekkingu í málaflokknum og ráða vel menntað fólk til að sinna eldri borgurum. Þjónustan þarf að vera vel skilgreind og taka mið af þörfum hvers og eins.

### Þátttaka eldri borgara

Fundarmenn telja að gefa ætti eldri borgurum tækifæri til að vinna eftir 70 ára aldur og sinna sjálfbóðaliðastörfum og/eða samfélagsverkefnum. Mikilvægt er að meta þá að verðleikum og að þeir hafi hlutverk. Hlusta þarf á skoðanir þeirra, þarfir og hugmyndir, taka mark á þeim og taka ákvarðanir með þeim en ekki bara um þá. Ýmsar hugmyndir voru nefndar eins og að stofna samráðshóp,



öldungaráð eða umboðsmann aldraðra. Fundarmenn telja mikilvægt mótuð sé stefna til langs tíma í málefnum eldri borgara.

### Virgni eldri borgara

Fundarmenn eru mjög meðvitaðir um mikilvægi þess að taka virkan þátt í samfélaginu og nýta þá þjónustu sem í boði er. Það sem þeir geta sjálfir gert til að stuðla að farsælum efri árum er að þeirra mati að sinna hugðarefnum og tómstundum, stunda heilbriggt lífverni, temja sér jákvæðni og lífsgleði, rækta hugann, rækta félagsleg tengsl og undirbúa ævikvöldið.

*Hitnar í kolum meir og meir  
hart er brýnan slegin.  
Leggjum niður atsins geir,  
ljúft er andinn dreginn.*



## Hvað er gott við að eldast á Akranesi?

„Samheldni íbúanna ef eitthvað bjátar á“ og „Fjölbreytt og góð velferðar- og heilbrigðisþjónusta“

Upphitunarspurning þingsins var hvað sé gott við að eldast á Akranesi.

Almennt má segja að fundarmönnum líði vel á Akranesi. Bærinn er fallegur og rólegur og samfélagið rótgróið og í passlegri stærð, sem skapi samheldni og nánd. Staðsetning bæjarins í nálægð við höfuðborgina sé góð. Akranes hafi margar útivistarperlur svo sem skógræktina og ströndina og gönguleiðir séu góðar og aðgengilegar. Félags- og tómstundastarf á vegum FEBAN og bæjarins sé gott og velferðar- og heilbrigðisþjónusta fyrir eldri borgara fjölbreytt og til fyrirmyndar.

Skipta má svörum fundarmanna í eftirfarandi flokka:

### Stærð bæjarfélagsins, staðsetning og mannlíf

- Nálægð við höfuðborgina og góðar samgöngur. Frír strætó innanbæjar og ferja.
- Samheldni íbúanna ef eitthvað bjátar á: Nágrannakærleikur, umhyggja og hjálpsami.
- Stærð bæjarfélagsins: Vegalengdir stuttar, tengsl og samkennd.
- Hér þekkjast flestir eða vita af hver öðrum. Meiri nánd en í stóru bæjarfélagi.
- Náin og persónuleg þjónusta í verslunum og apótekinu (Einarsbúð o.fl.).
- Öll almenn þjónusta til staðar og miðlæg, sbr. bílaverkstæði, fatabúðir og aðrar verslanir, veitingahús, bókasafn, menning.
- Margir kunningjar til að eldast með.
- Samstaða eldra fólks á Akranesi.
- Góður staður fyrir barnabörnin til að búa á.
- Góðir skólar og leikskólar þannig að barnabörn geta notið uppvaxtar með afa og ömmu.
- Heimsending úr matvörubúð og Lyfja.
- Bæjarfélagið af góðri stærð, gott að skilgreina þjónustuþörfina.
- Við búum í litlu samfélagi og þar af leiðandi er auðvelt að hafa yfirsýn yfir þjónustuna.
- Stutt er í alla þjónustu.
- Vel í sveit sett og fagurt umhverfi.
- Ekkert stress.

### Tækifæri til útivistar og hreyfingar

- Fallegur bær sem hefur margar útivistarperlur.
- Flatlendið er þægilegt fyrir eldri borgara svo sem göngu- og hjólastígar.
- Góðar gönguleiðir, ströndin, skógræktin og sundlaugin (inni- og útisundlaug).
- Frítt í sund.
- Mikið framboð af íþróttatengdri afþreyingu.
- Öflugt og fjölbreytt íþróttastarf fyrir alla aldurshópa.
- Eldri borgara leikfimi.
- Nálægð við náttúru.
- Góð aðstaða til líkamsræktar.
- Góður golfvöllur.





## Félags- og tómstundastarf

- Virkt félag eldri borgara (FEBAN).
- Félagsstarf virkt hjá Akraneskaupstað.
- Gott og öflugt félags- og tómstundastarf.
- Hannyrðahópur og leshringur á bókasafninu. Bókasafnið er gott.
- Ferð með verkalýðsfélaginu fyrir virka félagsmenn.
- Námskeið á Akranesi á vegum Símenntunarmiðstöðvar Vesturlands.
- Öflugar menntastofnanir eru sóknarfæri fyrir alla, líka aldraða!
- Mikill áhugi á þátttöku aldraðra í daglegum verkefnum.

## Þjónusta við eldri borgara

- Fjölbreytt og góð velferðar- og heilbrigðisþjónusta fyrir eldri borgara: heimaþjónusta, heimahjúkrun, sjúkrahús, dvalar- og hjúkrunarheimili og dagdvöl.
- Góð stoðþjónusta.
- Góð þjónusta við félagslegt innlit og þrif. Þetta stuðlar að því að vera frekar lengur heima.
- Nokkuð gott aðgengi fyrir aldraða að opinberum þjónustustofnunum.
- Sjúkraþjálfun og dagvist á Höfða fyrir aldraða búsetta úti í bæ.
- Það er hægt að fara í búðir þar sem ég á heima á Höfðagrund.
- Stuðningur frá félagasamtökum (RKÍ, hollvinir HVE, Lions o.fl.).
- Gott aðgengi að upplýsingum.



## Hvernig getur Akraneskaupstaður stuðlað að farsælum efri árum?

„Lækka álögur á eldri borgara“ og „Tryggja nægjanlegt framboð íbúða fyrir eldri borgara.“

Önnur spurningin var hvernig Akraneskaupstaður geti stuðlað að farsælum efri árum.

Þau atriði sem skipta mestu máli að mati fundarmanna er að hafa fjölbreytt húsnæðisúrræði, lækka álögur á eldri borgara og kynna fyrir eldri borgurum þá þjónustu sem í boði er. Þá telja þeir mikilvægt að félags- og tómstundastarf sé fjölbreytt og fari fram í viðunandi húsnæði. Mikilvægt sé einnig að stuðla að hreyfingu og heilsuefingu.

Svörum fundarmanna má skipta í eftirfarandi flokka:

### Fjölbreyttir búsetukostir

- Tryggja nægjanlegt framboð íbúða fyrir eldri borgara, bæði leiguhúsnæði og eigin húsnæði.
- Stuðla að byggingu húsnæðis sem hentar eldri borgurum og aðgengi að þjónustu innangengt.
- Vinna að stofnun Félags kaupleiguíbúða.
- Akranes vinni með íbúðafélaginu Bjargi að byggingu félagslegra leiguíbúða.
- Stuðla að byggingu öryggisíbúða (þjónustuíbúða).
- Það vantar úrræði fyrir þá sem ekki teljast nægilega veikir fyrir sjúkrahús en komast ekki inn á dvalarheimili.
- Að þeir sem eru einangraðir og sækja í félagsskap fái inn á dvalarheimili ef þeir óska þess. Ekki líta eingöngu á færni og getu.
- Það vantar fleiri pláss fyrir hvíldarinnlögn.
- Styðja vel við aldraða sem vilja búa sem lengst heima. Tryggja að þeir fái þjónustu eftir þörfum.
- Gefa þeim kost sem vilja komast á elliheimili að hafa val á því.

### Lækka álögur

- Lækka fasteignagjöld á íbúðir sem eru sérhannaðir fyrir aldraða. Afsláttur hefur verið bundinn við tekjuþröskuld sem er svo lágur að tæpast finnst þar nokkur eldri borgari.
- Fasteignaskattar falli niður á 70 ára og eldri.
- Hætta að skattleggja fólk um 80 ára aldur!
- Lækka álögur á eldri borgara (fasteignagjöld og holræsagjöld).
- Bjóða upp á gjaldfrjálsa íþróttaafþreyingu (þjálfun, þreksalur, sund).
- Einstaklingur á ekki að vera heima á kostnað maka.



### Aukin upplýsingagjöf

- Vera með betri upplýsingaþjónustu fyrir eldri borgara og aðstandendur (Akureyri er að auglýsa þannig fundi).
- Þjónustufulltrúi/talsmaður aldraða sem getur leiðbeint öldruðum um hvaða þjónusta og félagslíf er í boði í bæjarfélaginu. Hvert á að fara, hvert á að leita o.s.frv.
- Útvega öldruðum teymisstjóra sem leiðir þeim í gegnum kerfin.
- Bæta upplýsingagjöf um þjónustu fyrir eldri borgara með ýmsum leiðum s.s. bæklingum og upplýsingum á heimasíðu.
- Hafa allt auðveldara og betra aðgengi að upplýsingum.

## Fjölbreytt félags- og tómstundastarf

- Trygga að félagsstarf eldri borgara hafi viðunandi húsnæði sem er aðgengilegt öllum.
- Veita eldri borgurum meira fjármagn til uppbyggingar félagsaðstöðu til frambúðar fyrir FEBAN.
- Nýta stofnanir og þjónustu betur (bókasafn, skóla, HVE o.s.frv.).
- Byggja félagsaðstöðu á Dalsbrautinni.
- Byggja félagsmiðstöðvar fyrir aldraða.
- Styðja við félagsstarf eldri borgara. Mikilvægt að fjölbreytt og aðgengileg afþreying og skemmtun sé í boði.
- Auka fjölbreytni í félagsstarfi, sérstaklega fyrir karla. Það þarf frístundastarf fyrir karlmenn inn á Höfða.
- Stuðla að smiðju fyrir viljugar og reynslumiklar hendur.
- Sameina listasmiðju fyrir eldri borgara við FAB LAB smiðju og útbúa aðstöðu fyrir listamenn sem kenna og leiðbeina eldri borgurum.
- Auka framboð námskeiða.
- Góð menningarstarfsemi.
- Stuðla að eflingu samstarfs allra skólastiga við félagsstarf aldraðra, FEBAN og Höfða.
- Reyna að ná til allra eldri borgara og virkja þá til tómstunda eða til að hittast. Hvetja fólk til að prufa félagsstarfið svo það sé minna eitt heima.
- Ráða tómstundafulltrúa fyrir eldri borgara.



## Heilsuefling

- Hvetja og styðja aldraða í að nota íþrótt- og félagsaðstöðu bæjarins, ekki ýta þeim út úr húsnæði bæjarins (íþróttamiðstöðinni).
- Endurbæta og fjölga göngu- og hjólastígum í útivistarperlum, t.d. í skógræktinni. Of margar leiðir eru enn óaðgengilegar fyrir hreyfihamlaða. Meira malbik á ófrágengna stíga.
- Bæta við bekkjum um allan bæ.
- Opnunartími Bjarnalaugar þarf að vera lengri og huga þarf að endurhæfingu í vatni.
- Við uppbyggingu á íþróttamannvirkjum á Jaðarsbökkum verði hugað að góðu aðgengi fyrir alla, sérstaklega að laug og þreksal.

- Aðstaða fyrir fólk til að spjalla/drekka kaffi að lokinni æfingu í íþróttamannvirkjum (sérstaklega Vesturgötu).
- Mánaðarleg fræðslukvöld um næringar- og heilsutengd atriði, t.d. mataræði og hreyfingu.
- Hafa gott forvarnarstarf.
- Styðja við fyrirtæki eins og t.d. [www.sansa.is](http://www.sansa.is) sem er að byrja með nýja matarþjónustu.
- Halda kostnaði við heimsendan mat í lágmarki.
- Þjóða upp á fleiri heilsutengd námskeið fyrir eldri borgara, t.d. Zumba, gömlu dansana.
- Laga aðstöðuna til sundleikfimi: Í gömlu lauginni stórvantar stiga.
- Útvega betra húsnæði til líkamsræktar.
- Hafa heilsueflandi viðtöl við eldri borgara.

## Þjónusta við eldri borgara

### Almennt

- Uppbygging þjónustu sé framsýn.
- Gæta að þjónustustiginu, „vera á tánum“. Hlusta eftir/aðlaga sig að breytingum.
- Fylgja eftir og betrubæta þá þjónustu sem fyrir er. Byggja á því sem vel er gert og sátt er um.
- Persónuleg viðtalsþjónusta þar sem unnið yrði markvisst að lausnum.
- Leggja áherslu á þjónustu, ekki bara form.
- Hugsa heiltækt en ekki bara sértækt (þjónusta fyrir alla).
- Straumlínulaga alla þjónustu við 60+.
- Setja á stofn sjálfstætt ráðgjafarráð 60+.
- Fá ráðgjafarnefnd til að bæta farsæl efri ár, s.s. hvað er hægt að gera betur svo að hægt verði að búa vel á efri árum.
- Færa málaflokkinn undir skóla- og frístundasvið 60+.
- Innleiða Eden-hugmyndafræði á stofnunum og heimilum fyrir aldraða.
- Búa til umræðuvettvang á netinu um málaflokkinn.

### Ferðaþjónusta

- Betri ferðaþjónusta fyrir eldri borgara. Skutla á ákveðnum tímum eða eftir þörfum.
- Akstur fyrir fleiri í tómsundur og annað. Auka þjónustuna fyrir alla.
- Auðvelda samgöngur innanbæjar og utan og hafa þær tíðari fyrir alla.
- Stækka svæði strætó og bæta við vagni innanbæjar.





## Heilbrigðis- og félagsþjónusta

- Aukin heima- og félagsþjónusta: Að fólk sem er eitt heima allan daginn fái fleiri heimsóknir til að draga úr einangrun.
- Iðjumiðuð heimaþjónusta: Styðja við, ekki gera það sem fólk ræður við.
- Öflug heimaþjónusta fyrir þá sem vilja búa í eigin húsnæði (innlit til íbúa, eftirlit og aðstoð við innkaup). Hafa fólk til að vitja og skoða aðstæður eldra fólks og skilgreina þarfir hvers og eins.
- Góð yfirsýn með mikið öldruðu og veiku fólki svo hægt sé að grípa inn í með viðeigandi aðgerðum strax og þörf krefur.
- Vel valið og menntað starfsfólk (fagfólk) sinni þjónustu við eldri borgara s.s. innlitsþjónustu og heimilisþrifum.
- Samþætta að fullu félags- og heilbrigðisþjónustu aldraðra.
- Stuðla að samræmdri félagsþjónustu milli ríkis og bæjar.
- Tryggja gott samstarf Höfða, HVE og Akraneskaupstaðar.
- Passa upp á að tapa ekki sjúkrahúsinu.
- Tryggja farsælan rekstur og uppbyggingu Höfða.
- Bæta í stoðþjónustu. Mikil fjölgun á notendum og þörfin er meiri (dagþjónusta, hvíldarrými, ferðaþjónusta, þjónustuíbúðir, hjúkrunarrými, dvalarrými).
- Styttu bið í heilbrigðisþjónustu.

## Þátttaka eldri borgara

- Að eldri borgarar sem eru hressir taki að sér sjálfboðaliðastörf og heimsæki aldraða eða fari í göngutúra saman.
- Gefa eldri borgurum tækifæri til að vinna launað eða ólaunað. Þjóða upp á störf fyrir þá sem vilja vinna eftir 70!
- Fela eldri borgurum samfélagsverkefni, það bæði hressir og kætir.
- Þjóða upp á raunveruleg verkefni, þannig að fólk hafi hlutverk, t.d. lestrarvinir, myndakennsla o.fl.
- Hlusta á óskir aldraðra og mæta þeim í stað þess að telja sig þurfa að hafa vit fyrir þeim.
- Öldungaráð/eldri borgarar komi að ákvörðunum um málefni þeirra.
- Eldri borgarar séu metnir að verðleikum.





## Hvernig viltu sjá málefni eldri borgara þróast á eftirfarandi sviðum?

Fundarmönnum var skipt í fjóra hópa sem ræddu eftirfarandi málefni:

- Búsetuúrræði** (val um búsetu, þjónusta í boði, aðgengismál, væntingar til sveitarfélagsins, sjálfræði o.s.frv.)
- Þjónusta við eldri borgara** (heimaþjónusta, heimahjúkrun, forvarnir og heilsuefning, dagdvöl, samgöngumál, heilsugæsla, aðstoð til sjálfshjálpar, tækni í þjónustu o.s.frv.)
- Félagsstarf** (klúbbastarfsemi, forvarnarstarf, fræðsla, skemmtanir og afþreying, framboð, aðgengi, tímasetningar, verð, upplýsingar o.s.frv.)
- Samráð við eldri borgara** (heildarþróun, að gegna hlutverki, tjá skoðanir sínar, vera spurður álit, njóta virðingar o.s.frv.)

### Borð 6 og 9: Búsetuúrræði

„Raunhæft val um að búa heima eða kjósa þjónustuíbúð...” og „Að hjón geti búið saman...”

Fundarmenn leggja áherslu á að í boði séu fjölbreytt búsetuúrræði með mismunandi þjónustustigi sem hentar hverjum og einum:

- Raunhæft val um að búa heima, í dvalarrými eða kjósa þjónustuíbúð.
- Þjónustuíbúðir (kjarnar) sem hafa sameiginlegt rými þar sem hægt er að borða, fá mat, horfa á sjónvarpið og fá félagsskap. Þjóða upp á félagsþjónustu, handavinnu og aðra þjónustu t.d. hárgreiðsluþjónustu allt á sama stað. Starfsmaður á vakt. Mikilvægt að hafa aldursviðmið.
- Íbúðir með aðgang að heilsuþjónustu og annarri þjónustu.
- Greiða fyrir minni einbýlum/raðhúsum.
- Byggja fjölbýlishús á Dalbrautarreitnum fyrir eldri borgara.
- Litlar íbúðir með góðu aðgengi fyrir hjólastóla til leigu eða kaups.
- Að hjón geti búið saman en ekki annað á hjúkrunarheimili og hitt á dvalarheimili.
- Byggja íbúðir fyrir eldri borgara 50-70 ára, bæði leiguíbúðir og þjónustuíbúðir.
- Fá heimild frá ríkinu fyrir fjölgun hjúkrunarrýma.
- Að útbúa sambýli fyrir eldri borgara sem ekki komast á Höfða en geta ekki verið heima.
- Innrétta íbúðir strax þannig að þær eldist með fólki, t.d. baðherbergi.
- Byggja öryggisíbúðir.



## Borð 4, 5 og 7: Þjónusta við eldri borgara

„Þjónustan verði vel skilgreind, vel kynnt, einstaklingsmiðuð og notendavæn“

Fundarmönnum þykir mikilvægt að huga að bættum samgöngum og góðu aðgengi að upplýsingum um þá þjónustu sem í boði er. Þeir vilja sá einstaklingsmiðuða og persónulega þjónustu og að folk fái aðstoð heim. Þeir leggja einnig áherslu á heilsueflingu og forvarnir, eflingu og samþættingu þjónustunnar og aukið sjálfboðaliðastarf.

Upp skal drífa öflugt starf  
ýmsa hluti laga.  
Glæsta framtíð gefa þarf  
gamlingjum á Skaga.

### Bættar samgöngur

- Bættar samgöngur (strætó) innanbæjar sem utan.
- Auka umferðaröryggi: Merkingar, snjómokstur, bekkir.
- Fleiri og betri göngustígar.
- Verða fyrst í heimi til að styðja við sjálfkeyrandi bíla sem myndu keyra eldri borgara hvert sem er og mögulega rjúfa félagslega einangrun.

### Bætt aðgengi upplýsinga

- Skýrari og aðgengilegar leiðbeiningar um hvaða þjónusta er í boði fyrir eldri borgara.
  - Persónulegur fulltrúi sem leiðbeinir.
  - Besta rafræna/vefþjónusta sem í boði er.
- Vinna að samræmdri þjónustu þannig að hægt sé að fá allar upplýsingar og leiðbeiningar á einum stað.
- Fastur aðili sem heimsækir eldri borgara og lýsir fyrir þeim því sem er í boði. Ekki senda bæklinga!
- Styrkja tengslanetið/öryggisnetið og upplýsingaflæðið milli aðstandenda, eldri borgara og þjónustuaðila.



### Einstaklingsmiðuð nálgun

- Aldraðir eru orðnir „breiðari“ hópur. Breitt aldursbíl þýðir mismunandi þarfir.
- Að þjónustan verði einstaklingsmiðuð. Tekið verði tillit til félagslegrar og andlegrar stöðu en ekki eingöngu líkamlegrar getu við inntöku á dvalarheimili.
- Þjónustan verði vel skilgreind, vel kynnt, einstaklingsmiðuð og notendavæn.
- Ef gerðar eru skoðanakannanir á ekki að ganga fram hjá 80 ára og eldri!

### Aðstoð á heimilinu

- Gera fólki kleift að búa í eigin húsnæði eins lengi og kostur er með ýmsum búsetukostum og eflingu félagsþjónustu.
- Lagfæra húsnæði í eigu eldri borgara.
- Aðstoð við tæknimál og viðhaldsvinnu, t.d. skipta um perur o.fl.
- Hjálpa fólki að flytja í hentugt húsnæði (eykur á þægindi).
- Innlit til aldraðra eldri en 80 ára með úttekt á heimili m.t.t. hjálpartækja og kynna þá þjónustu sem er í boði.
- Auka þjónustu við búðarferðir – aðstoða þá sem ekki komast sjálfir.
- Aðstoð við innkaup, þvott og þrif. Viðkomandi geri hlutina með aðstoðinni.



### Heilsuefling og forvarnir

- Mánaðarleg forvarnarfræðslukvöld um næringar-, heilbrigðis- og heilsutengd/heilsuhvetjandi málefni, t.d. fræðsla um sjúkdóma og lyf og um þá ákvörðun að hætta að keyra.
- Fá hollan, lystugan og ódýran heimsendan og niðurgreiddan mat.
- Bæta endurhæfingu aldraðra, t.d. sjúkrapjálfun.
- Hreyfingarstöðvar til að meta tapaða færni eða endurhæfa eftir veikindi.
- Auka fjölbreytni líkamsræktar, t.d. jóga og gönguhópar.
- Aðgengi eldri borgara að íþróttaiðkun og endurhæfingu, sérstaklega í vatni, verði bætt.
- Íþróttafélög verði vettvangur heilsueflingar.
- Ný og hentugri innlaug fyrir vatnsleikfimi og sundkennslu (fyrir elsta og yngsta fólkið).
- Áhersla á eflingu forvarna við 60 ára aldur með það að markmiði að aukna virkni.

## Efling og samþætting þjónustu

- Fjölbreyttara form þjónustu til einstaklinga, t.d. símtöl.
- Efla heimþjónustu, félagsþjónustu og dvalarþjónustu með fleira starfsfólki.
- Auka fagþekkingu í málaflokknum.
- Samþætting heimahjúkrunar og heimþjónustu verði raunveruleg og skipulag á einni hendi.
- Tryggja nægt framboð heimþjónustu og heimahjúkrunar.
- Þróa og stækka dagþjónustu. Hafa meiri sveigjanleika og koma fleirum að. Mætti vera annars staðar en á Höfða.
- Auka innlitsþjónustu frá félagsþjónustu.
- Heimahjúkrun:
  - Engum synjað.
  - Auðvelt aðgengi í hvíldarinnlögn ef þarf.
- Heimþjónusta fái 3 klst. í stað 2 klst. til að sinna hverjum og einum.
- Þjóða upp á sérhæfða dagdvöl fyrir aldraða með minnissjúkdóma.
- Efla menntastofnanir í að bjóða upp á aukið aðgengi fyrir aldraða, t.d. grunnskóli með lestraraðstoð, tölvufræðslu, leikskóli, Fjölbrotaskóli.
- Valmatseðill ef pantaður er matur, að það sé hægt að velja á milli nokkurra rétta.
- Samræma þjónustu með því að flytja öldrunarþjónustu frá ríkinu til sveitarfélaga.

## Aukið sjálfbóðaliðastarf

- Bjóða upp á sjálfbóðaliðastarf á starfsstöðvum Akraneskaupstaðar. Einn starfsmaður hjá Akraneskaupstað sinni sjálfbóðaliðum.
- Efla sjálfbóðaliðastarf til að rjúfa félagslega einangrun.
- Fá sjálfbóðaliða til að lesa fyrir fólk og spjalla.

Þjónusta við yngri og eldri  
á Akranesi er góð,  
hvort sem er almúgi eða heldri  
sem finnst í þessari þjóð.



## Borð 1, 2 og 8: Félagsstarf

„Allt félagsstarf á einum stað“ og „Hafa fjölbreytta dagskrá/viðburði alla daga, e.t.v. um helgar líka“

Fundarmenn telja mikilvægt að framboð tómtunda og námskeiða sé fjölbreytt. Gott væri ef upplýsingar um félagsstarf væru aðgengilegar á einum stað. Gott og aðgengilegt húsnæði þyrfti að vera til staðar fyrir félagsstarfið með föstum opnunartíma. Efla þyrfti samstarfið á milli FEBAN og félagsstarfs bæjarins.

Hitnar í kolum, meir og meir,  
hart er brýnast slegið.  
Saman vinna þær og þeir,  
gott er að geta hlegið.

### Framboð

- Hafa fjölbreytta dagskrá/viðburði alla daga, e.t.v. um helgar líka. Æskilegur tími fyrir félagsstarf er á bilinu kl. 10-16 virka daga.
- Miklu virkara og fjölbreyttara hópa- og fræðslustarf. Fleiri námskeið, t.d. að mála myndir, ljósmyndun, leirmótun, hlusta og fara með vísur. Eingöngu greitt fyrir hráefni.
- Auka fjölbreytni, sérstaklega fyrir karla, t.d. vinaliðaverkefni.
- Að iðjubjálfar bjóði eldri borgurum fræðslu um hættur á heimilum þegar færni okkar minnkar (forvörn).
- Efla og þróa félagsstarfið með því að auka við klúbbastarfsemi, t.d. bíóklúbbur, handavinnuklúbbur, golfklúbbur.
- Virkja yngra fólk til að kenna á tölvur.
- Fleiri ferðir, t.d. til útlanda, innanlands, á söfn, út að borða á fínan veitingastað, bátsferðir (veiða).
- Fara í bíltúr með hóp og segja sögur um staðinn ásamt því þar sem einstaklingar hafa átt heima.
- Eldri borgarar fái vinnu á leikskóla/í skóla, lesi fyrir börnin og segi frá sinni bernsku.
- Betri aðsókn í kvöldmessurnar í kirkjunni á sunnudögum, þar er líka frábær tónlistarflutningur.
- Hafa upplýsingar um félagsstarf aðgengilegar á einum stað.
- Gera áhugakönnun um félagsstarf meðal eldri borgara.





### Aðstaða og aðgengi

- Betri aðstaða þar sem hægt er að stunda fjölbreytt starf og selja mat. Allt félagsstarf á einum stað.
- Gott, aðgengilegt og öruggt húsnæði með föstum opnunartíma.
- Fastur starfsmaður á svæðinu á launum frá Akraneskaupstað á opnunartíma/eftir atvikum.
- Nýta þau fjölmörgu húsakynni í eigu bæjarins til margskonar félagsstarfs.
- Þjóða upp á aukna (ókeypis) akstursþjónustu og fylgd fyrir þá sem þurfa.

### Samstarf

- Stofna Öldungaráð sem væri sameiginlegt ráð bæjarstjórnar og FEBAN og sameina þekkingu beggja aðila.
- Öflugt samstarf á milli FEBAN og félagsstarfs bæjarins.
- FEBAN er ætlað fyrir Akranes og nærsveitir. Væri gaman ef íbúar nærsveita væru virkari þátttakendur.

### Borð 3 og 10: Samráð við eldri borgara

Fundarmenn telja mikilvægt að virkja eldri borgara betur og kalla eftir skoðunum þeirra og hugmyndum. Mikilvægt er að láta rödd þeirra heyrast. Fundarmenn vilja einnig sjá langtíma-stefnumótun í málefnum eldri borgara.

### Þarfagreining

- Gera kannanir meðal eldri borgara í gegnum félagsstarf þeirra og í gegnum aðra snertifleti sem sveitarfélagið hefur við þá.
- Að eldri borgarar séu spurðir álit um málefni þeirra og tekið sé mark á þeim og unnið með málin áfram.
- Búa til sérstakan vef þar sem hægt er að senda inn hugmyndir/ábendingar.
- Fundur eins og þessi er gott dæmi um aukið samráð. Fylgja honum eftir.
- Hafa viðtalstíma bæjarfulltrúa.
- Hlusta á þarfir eldri borgara, ekki hunsa álit þeirra. Efna loforð, ekki bara hlusta og gera svo ekkert.



### Virkja eldri borgara

- Koma á fót samráðshópi þar sem fulltrúar eldri borgara hafa hlutverk ásamt bæjaryfirvöldum.
- Öldungaráð komi að ákvörðunum sem varða eldri borgara.
- Leyfa eldri borgurum að njóta virðingar og hafa hlutverk.

### Umboðsmaður eldri borgara

- Að sveitarfélagið stuðli að því að til sé umboðsmaður sem aðstoðar eldri borgara í þeirra málum og er málsvari þeirra, bæði einstaklinga og félaga.
- Eldri borgarar velji sér talsmann til að tala máli þeirra við bæjarapparatið, t.d. inni í velferðarráði og í teyminu um málefni fatlaðra.

## Hvað get ég sjálf/ur gert til að stuðla að farsælli öldrun?

„Sækja félags- og tómstundir sem henta og gefa lífsfyllingu“ og „Rækta hugann (Imaginary Sex Life)“

Fundarmenn veltu fyrir sér spurningunni hvað þeir geti sjálfir gert til að stuðla að farsælli öldrun. Almennt eru þeir þeirrar skoðunar að mikilvægt sé að taka virkan þátt í félagsstarfi og stunda áhugamál, viðhalda góðri heilsu með heilbrigðu lífverni, temja sér jákvæðni og lífsgleði, rækta hugann, viðhalda góðum tengslum við fjölskyldu og vini, vera virkur þátttakandi og undirbúa ævkvöldið.

Svörum þeirra má skipta í eftirfarandi flokka:

### Félagsstarf og áhugamál

- Sinna hugðarefnum og tómstundum.
- Leggja sitt af mörkum til að gera tilveruna skemmtilegri með þátttöku í félagsstarfi aldraðra.
- Taka þátt í því félags- og tómstundastarfi sem er í boði hjá Akraneskaupstað og öðrum.
- Taka þátt í fjölbreyttu og blómlegu starfi ÍA.
- Sækja félags- og tómstundir sem henta og gefa lífsfyllingu.
- Taka þátt í samfélaginu eftir bestu getu.
- Ég hef bílskúr og get dundað mér þar.
- Stunda einhver handverk.
- Lesa meðan sjónin leyfir.
- Njóta ferðalaga.
- Eiga drauma og lifa þá.
- Aldrei að láta sér leiðast.



### Heilbriggt lífverni

- Rækta líkama og sál með hreyfingu og góðum lífsstíl.
- Hreyfa sig, úti og inni, a.m.k. einu sinni á dag.
- Stunda reglulega hreyfingu og borða fjölbreyttan, hollan og góðan mat.
- Vera dugleg að hreyfa mig, ganga, synda, leikfimi, hjóla o.fl.
- Drekkja hálf glas af rauðvíni á hverjum degi.
- Reykja ekki.
- Njóta náttúrunnar.
- Ástunda reglulegt lífverni og leyfa mér allt í hófi.
- Fara reglulega í þær rannsóknir og skoðanir sem í boði eru á heilsugæslu og sjúkrahúsi sem forvörn gegn (lífsstílstengdum) sjúkdómum.

Ef ég hef það huggulegt  
og hreyfi mig alla daga  
þá verður alveg yndislegt  
að eldast hér á Skaga

## Jákvæðni og lífsgleði

- Vera viðbúinn því að hætta störfum og opinn fyrir breyttum lífsháttum og tækifærum til virkni.
- Hugsa jákvætt og forðast almenn leiðindi.
- Halda í glaðværdina.
- Forðast áhyggjur.
- Vera jákvæður út í lífið og náungann.
- Vera jákvæður og málefnalegur í umræðu um þátttöku mína í félagsmálum og skemmtunum.
- Hlæja mikið og flissa!
- Húmor!
- Maður eldist fyrir ef maður leikur sér ekki.
- Umgangast jákvætt og skemmtilegt fólk.
- Vera sáttur við tilveruna og sjálfan sig.
- Lifa lífinu lifandi.

## Rækta hugann

- Reyna að iðka hugarleikfimi, t.d. með því að ráða krossgátur og glíma við eitthvað nýtt.
- Lesa og spila minnisleiki, t.d. Samstæðuspil, Scrabble og Sudoku.
- Rækta hugann (Imaginary Sex Life).
- Mennta mig allt lífið.
- Læra eitthvað á hverjum degi, t.d. eina vísu á dag.
- Vera virkur og viðhalda færni.

## Félagsleg tengsl

- Rækta gott samband við fjölskyldu og vini, ekki síst barnabörnin.
- Fá stórfjölskylduna reglulega í heimsókn eða fara í heimsóknir.
- Vera góð mamma svo þau vilji vera „memm“ þegar ég er gömul.
- Reyna að halda í félagsskap vina.
- Fara út og njóta samvista með öðrum.
- Vera besta amma og afi.
- Vera í góðum félagsskap, t.d. klúbbum, vinahópi eða félagsstarfi.
- Með heimsóknum til þeirra sem eru einir og einmana eða sjúkir.
- Vera innan um vini mína í Club 71 allt lífið. Jákvæðni og gleði alla daga.
- Þjóða bæjarbúum í ömmu/afa samverustund. Hafa t.d. sögustund, baka pönnur, syngja, spila o.fl.þ.h.



Er æskunnar þróttur þverrandi fer  
og þyngist í spori vor ganga,  
lífsglaður fer, hvert sem er  
með félögum langar að hanga.

## Virgni og þátttaka

- Hafa frumkvæði að því að berjast fyrir málefnum eldri borgara þar til ég verð slíkur.
- Sýna samfélagslega ábyrgð með þátttöku (ekki bara gagnrýna).
- Koma hugmyndum í framkvæmd og stuðla að því að fleiri taki þátt (sýna frumkvæði).
- Hugsa hvað ég get gert fyrir aðra (samhjálp).
- Nýta þá þjónustu sem í boði er.
- Gefa af sér, ekki bara þiggja.

## Undirbúa ævikvöldið

- Byrja snemma á ævinni að undirbúa heppilegt húsnæði þannig að ég geti búið lengur heima: Baðherbergi, rúm, hjálpartæki.
- Minnka við sig vinnu smátt og smátt.
- Vera undirbúinn fyrir ævikvöldið fjárhagslega og forðast einangrun félagslega.
- Hafa fjármálin í lagi eins og kostur er – hafa yfirsýn og fá aðstoð ef þess er þörf.
- Með langtímaskipulagi fjármála (lífeyrismála, tryggingamála, skuldleysis, eignarstöðu).
- Skipuleggja starfslokinn.

Furðuleg er framtíðin  
og forundran það vekur  
er bruna ég um bæinn minn  
á bíl sem enginn ekur



## Viðauki 1: Þátttakendur

Meðfylgjandi er yfirlit yfir þátttakendur Íbúapingsins um farsæl efri ár á Akranesi. Heildarfjöldi þátttakenda var 84. Hópstjórar voru 10 talsins og komu þeir úr félagsþjónustu og skólaþjónustu Akraneskaupstaðar.

Samtals voru þátttakendur 97 með borðstjórum, skipuleggjendum og þingstjóra.

	Fjöldi	Hlutfall
<b>75 ára og eldri</b>	23	27,4%
<b>60-74 ára</b>	25	29,8%
<b>50-59 ára</b>	4	4,7%
<b>Starfsfólk í öldrunarþjónustu</b>	12	14,2%
<b>Fulltrúar frá stofnunum og félagasamtökum*</b>	10	11,9%
<b>Bæjarfulltrúar</b>	6	7,3%
<b>Alþingismenn</b>	4	4,7%
<b>Samtals</b>	<b>84</b>	<b>100%</b>

\*Flestir undir 59 ára aldri





## Viðauki 2: Auglýsingarnar

Meðfylgjandi auglýsing birtist í Skessuhorni og Póstinum tveimur vikum fyrir þingið.

### Íbúáþing um farsæl efri ár á Akranesi



Íbúáþing um farsæl efri ár á Akranesi verður haldið þann 27. september næstkomandi frá kl. 17:00-21:00 í Grundaskóla.

Markmið íbúáþingsins er að leita svara við eftirfarandi spurningum:

Hvað er gott  
við að eldast  
á Akranesi?

Hvernig viltu sjá málefni  
eldri borgara á  
Akranesi þróast?

Hvernig getur  
Akraneskaupstaður stuðlað  
að farsælum efri árum?

Hvað getum við sem  
einstaklingar gert til að stuðla  
að farsælum efri árum?

Allir íbúar á Akranesi eru velkomnir á íbúáþingið. Sérstaklega er óskað eftir þátttöku eftirtalinna:

- Íbúum í aldurshópum 75 ára og eldri
- Íbúum í aldurshópnum 60 til 75 ára
- Íbúum í aldurshópnum 50 til 60 ára
- Starfsfólki sem vinnur í öldrunarþjónustu
- Fulltrúum frá stofnunum og félaga-samtökum sem vinna að málefnum

Unnið verður í hópum út frá þjóðfundarfyrirkomulagi og verða niðurstöður íbúáþingsins notaðar sem innlegg í stefnumótunarvinnu í málefnum aldraða.

Akraneskaupstaður býður þátttakendum upp á léttar veitingar. Skráning fer fram á heimasíðu Akraneskaupstaðar en einnig er hægt að skrá sig í þjónustuveri Akraneskaupstaðar að Stíllholti 16-18, 1. hæð. **Skráning er til og með 20. september 2017.**

## Vilt þú hafa áhrif – mættu þá á þingið



Einkunnarorð  
sveitarfélagsins eru  
jákvæðni, metnaður  
og vísýni.



Akraneskaupstaður

Meðfylgjandi auglýsing birtist í Skessuhorni og Póstinum viku fyrir þingið.

**Vilt þú  
hafa  
áhrif?**



**Íbúáping um farsæl  
efri ár á Akranesi**

Íbúáping um farsæl efri ár á Akranesi verður haldið þann 27. september næstkomandi frá klukkan 17:00-21:00 í Grundaskóla.

Nánari upplýsingar og skráning er á heimasíðu Akraneskaupstaðar og á facebook.

**Hlökkum til að sjá sem flesta!**



Einkunnarorð sveitarfélagsins eru jákvæðni, metnaður og viðsýni.



Akraneskaupstaður