

# SAMMEN OM ET VÆRDIGT ÆLDRELIV

## strategi for Ishøj Kommune

2024



## OM ÆLDREOMRÅDET

Ishøj Kommunes velfærdspolitik italesætter et ønske om at bidrage til, at alle ældre lever gode og værdige ældreliv. I velfærdspolitikken er derfor sat fokus på, at man har mulighed for at leve det liv, man ønsker. Vi ønsker, at flest mulige ældre kan opretholde hverdagens gøremål og det sociale liv længst muligt med den livskvalitet det indebærer. Rehabilitering og medbestemmelse er derfor centrale sigtelinjer.

I tillæg til velfærdspolitikken har Ishøj Kommune også en værdighedspolitik. Værdighed handler i høj grad om at blive set som et unikt menneske, som har mulighed for selvbestemmelse. Hovedparten af ældre mennesker kan tage vare på sig selv, men de fleste vil på et tidspunkt få behov for støtte, træning eller pleje.

**I Byrådets vision 'Fælles om mulighedernes Ishøj' fremsættes ambitionen om, at Ishøj Kommune fremover skal være en kommune, der er kendetegnet ved tryghed, velfærd og sammenhold. I den forbindelse er en økonomisk robust kommune et af pejlemærkerne, så Ishøj Kommune fremover kan sikre en værdig ældrepleje til dem, der har behov for støtte og omsorg.**

I Ishøj Kommune er der en række tilbud på ældreområdet, som bl.a. tilbud om plejehjem, hjemmehjælp, rehabilitering, forbyggende hjemmebesøg, vedligeholdelsestræning, genoptræning, hjemmesygepleje, daghjem og aktivitetscentre.

Ishøj Kommune er rig på foreninger og fællesskabsaktiviteter for ældre, som drives af mange ildsjæle. De er en vigtig del af hverdagen for rigtig mange ældre. Både for at bevare helbredet og øge livskvaliteten er det vigtigt at være en del af fællesskaber, hvor den enkelte kan møde andre, dyrke en interesse, **bevæge sig** og være noget for nogen. Velfærd er noget, vi skaber sammen.

Vi har således mulighed for at bygge videre på mange allerede etablerede og velfungerende

initiativer på ældreområdet i Ishøj. Samtidig ser vi i de kommende år en meget stor stigning af borgere over 80 år. Konkret forventer vi, at der vil komme mere end 500 nye borgere over 80 år frem mod 2028. Denne befolkningsudvikling falder sammen med at vi i Ishøj, ligesom i resten af landet, kommer til at mangle social- og sundhedsfaglige medarbejdere. Det kalder på, at vi i løbet af de kommende år skal udvikle og tilpasse tilbuddene på området. Derudover kalder det på et tæt samarbejde på tværs af kommune, civilsamfund og pårørende, så vi i fællesskab kan finde nye løsninger, der kan understøtte flere forskellige grupper af ældre medborgere i Ishøj Kommune.

Det vi ønsker med denne ældrestrategi er, at ældre borgere får et trygt ældreliv, hvor de fortsat har mulighed for selv at bestemme over deres liv og har nære relationer til andre mennesker, så de ikke oplever ufrivillig ensomhed. Dette vil vi realisere ved at sætte ind på fire områder:

- Et værdigt liv
- Investering i forebyggelse
- Stærke og blivende fællesskaber
- Sammenhæng på tværs

## ET VÆRDIGT LIV

### En meningsfuld og tryk tilværelse

Et værdigt ældreliv handler helt overordnet om, at man har en meningsfuld og tryk tilværelse i de sidste år af sit liv. Ældre mennesker er forskellige og har forskellige behov. Vi har tillid til, at den enkelte – måske i samarbejde med de pårørende – selv kan vurdere, hvad der skal til for at skabe tryk og trivsel i hverdagen. Vi lægger derfor vægt på, at medarbejderne via dialog og samarbejde med borgerne i fællesskab finder ud af, hvordan den enkeltes behov bedst kan opfyldes. Det vil medføre at der kan være forskelle på den støtte ældre mennesker modtager.

### **Borgernære teams**

For mange ældre borgere har det stor værdi, at den hjælp og pleje, man modtager, bliver varetaget af de samme, få medarbejdere, så man har mulighed for en tryk relation i det, der for mange er en sårbar situation. Derfor er det et væsentligt punkt i denne strategi, at vi ønsker etablering af små stabile **borgernære** teams i hjemmeplejen og sygeplejen omkring den enkelte borger.

### Det hele, unikke menneske

Vi lægger vægt på, at man som ældre Ishøjborger bliver mødt som et helt menneske, og at man har selvbestemmelse. Det betyder, at man skal have mulighed for at leve det liv, man vælger, og at de medarbejdere, som man er i kontakt med, skal tage udgangspunkt i netop den enkelte og deres liv. Vi ønsker at selv hvis man med alderen får en eller flere sygdomme, skal det ikke overskygge, at man på trods af diagnoserne fortsat oplever at blive mødt af vores medarbejdere som det hele, unikke menneske man er, og at der er blik for ens håb, interesser og ressourcer.

### Pårørende med i loopet

For mange ældre borgere spiller deres pårørende – det vil sige de personer, som borgeren selv udpeger til at være informeret og inddraget – en vigtig rolle i deres hverdag. Ofte har de pårørende en unik viden om borgerens livshistorie og præferencer, der kan gøre dem til vigtige samarbejdspartnere for kommunens medarbejdere. Derfor lægger vi vægt på at have et godt samarbejde med både borgere og pårørende med henblik på, at de pårørende bliver klædt på og får støtte til at indgå i en koordineret sammenhæng med de øvrige instanser, der yder støtte til den ældre borger. I nogle tilfælde kan den ældre borger være så svækket kognitivt eller fysisk, når vi møder ham eller hende, at de pårørende får en central rolle i forhold til at træffe beslutninger på borgerens vegne.

### ADSPURGT ØNSKER BORGERNE:

At medarbejderne husker, at man er et menneske af kød og blod, og ikke fx kommer til at tale hen over hovedet på én, fordi man er dement.

At medarbejderne kender ens hjem, så de fx selv kan finde støvsugeren.

At man bliver behandlet ens af alle medarbejdere.

At medarbejderne informerer borgerne om fx fremtidsfuldmagt og stillingtagen til ønske om pensionlivning

---

## SUCCESS

Vi kan se, at vi lykkes med at understøtte et værdigt liv for borgerne i Ishøj, når:

- Kommunen etablerer **borgernære** teams på ældreområdet med henblik på, at borgere oplever stabilitet og mødes med høj faglighed af medarbejdergruppen.
- Borgere har selvbestemmelse og bliver mødt med forståelse for deres individuelle livshistorie og personlighed.

---

## INVESTERING I FOREBYGGELSE

### Rehabilitering i hverdagen

Selvbestemmelse er vigtigt for alle borgere og er ofte tæt forbundet med oplevelsen af livskvalitet. Det kan være udfordrende at holde fast i denne værdi, hvis man ikke kan det hele selv, men bliver afhængig af andres støtte og pleje. Men behovet for at kunne bestemme selv forsvinder ikke i takt med, at man bliver ældre, derfor er det vigtigt for os, at vi i vores opgaveløsning og mødet med borgeren understøtter den enkeltes selvbestemmelse.

Derfor ønsker vi, i dialog med borgerne, altid have rehabilitering for øje, hvad enten det gælder træning, praktiske gøremål eller pleje. Fordi vi ved, at det har stor indflydelse på borgernes helbred og trivsel, at der samarbejdes på at bevare eller genoprette den enkeltes fysiske og mentale formåen. Processen for at komme til kræfter igen kan opleves som krævende, men det er kun på den korte bane. Tempoet for rehabiliteringsprocessen bør tilpasses individuelt ud fra borgerens egne behov, ønsker og håb. **Formålet med rehabilitering er at muliggøre et meningsfuldt liv med bedst mulig aktivitet, deltagelse, mestring og livskvalitet.**

Det er vigtigt for os at, at man som ældre Ishøjborger har mulighed for at **være aktiv og** kunne klare sine daglige gøremål længst muligt, også hvis man flytter på plejehjem. Derfor ønsker vi at fokusere mere på rehabilitering i hverdagen, da det på sigt vil medføre, at flere borgere kan klare sig selv længere, hvilket for mange er forbundet med værdighed og livskvalitet.

*Rehabilitering er en målrettet samarbejdsproces mellem borger, pårørende og fagfolk, hvor formålet er, at borgeren opnår et selvstændigt og meningsfuldt liv. En måde at nå målet på er at arbejde med bevægelse i hverdagen, så man længst muligt kan klare sig i hverdagen, hvad enten man bor i egen bolig eller på plejehjem.*

## Velfærdsteknologi

Velfærdsteknologiske løsninger kan bidrage til at øge borgernes livskvalitet, fx kan skærmbesøg i hjemmeplejen give borgeren mere fleksibilitet og selvstændighed i hverdagen, og sensorteknologier kan forhindre, at borgeren bliver forstyrret i sin nattesøvn, når medarbejdere skal se til borgeren om natten.

Ligeledes vil brugen af velfærdsteknologiske elementer kunne frigøre medarbejdernes tid fra praktiske opgaver, så de får bedre muligheder for at bruge tiden sammen med borgerne og de nære opgaver.

*Velfærdsteknologi kan både dække over teknologier, som bruges i samfundet i almindelighed, fx smartphones og tablets, og specialdesignet teknologi, der skal imødekomme en særlig målgruppes behov - det kan evt. være hjælpemidler.*

### ADSPURGT ØNSKER BORGERNE:

At ældre borgere inviteres ned i et fitnesscenter, så flere får mulighed for at opleve den veltilpashed, det giver at træne.

At borgeren har medbestemmelse over, hvad medarbejderne hjælper med, fx om man ønsker hjælp til støvsugning eller hjælp til noget helt andet, mens en robot tager sig af

# SUCCESSION

Vi kan se, at vi lykkes med at forebygge inaktivitet og ensomhed hos borgerne i Ishøj, når:

- Borgere oplever at ældreplejen understøtter dem i at klare daglige gøremål selv.
  - Der indføres flere velfærdsteknologiske løsninger i ældreplejen.
- 

## STÆRKE OG BLIVENDE FÆLLESSKABER

### Civilsamfundet i spil

Kommunen og kommunale medarbejdere kan meget. Men pårørende, venner, lokale ildsjæle, **foreninger og frivillige** kan noget andet og noget særligt. Det kan give noget andet til et fællesskab, at det ikke er et kommunalt tilbud, men at det drives af medborgere, og det vil vi gerne være med til at styrke, da det at være en del af et fællesskab i høj grad forebygger inaktivitet og ensomhed og giver større livsglæde.

### Bredt kendskab til tilbuddene

I Ishøj er der et stærkt foreningsliv – ikke mindst på ældreområdet. Alligevel kan det for nogle borgere være vanskeligt at finde aktiviteter og deltage i fællesskaber, de finder interessante. Derfor vil vi i samarbejde med foreninger **og frivillige** arbejde på at kommunikere om de mange tilbud, som findes, og tilstræbe, at tilbuddene er indrettet sådan, at de kan favne forskellige ønsker og behov. Fra kommunens side vil vi have fokus på at bygge bro til foreninger og tilbud, når vi er i kontakt med ældre borgere.

### Bevægelse i fællesskab

En del ældre borgere kommer på et tidspunkt igennem et genoptræningsforløb. I Ishøj arbejder vi på, at træningen tilrettelægges med henblik på, at borgeren får genvundet sine funktioner i løbet af forløbet. Måske vil der i genoptræningen være fokus på at integrere mere bevægelse i hverdagen. Det kan fx være gennem støtte til at borgeren fortsat selv kan gå på indkøb, fremfor at etablere egentlige motionstilbud, **eller støtte borgeren i at deltage i de eksisterende fællesskaber der inkluderer motion og bevægelse.**

At være en del af et fællesskab kan både motivere og give den enkelte lyst til at fortsætte med bevægelse og træning, når det midlertidige rehabiliteringsforløb er afsluttet. Derfor ønsker vi at understøtte at ældre Ishøjborgere etablerer fællesskaber, der indeholder **motion og bevægelse** i

hverdagen. Denne type af fællesskaber kan være selvforstærkende, da en hverdag med bevægelse kan betyde, at den enkelte i længere tid er i stand til, på egen hånd, at komme ud ad døren og deltage i fællesskabet.

*I Ishøj arbejder vi rehabiliterende, hvilket bl.a. betyder, at når man som Ishøjborger får støtte til rengøring eller personlig pleje, vil der ofte være tale om en midlertidig ordning fx efter en hospitalsindlæggelse. Meningen er, at man som borger støttes i at genvinde de tabte kræfter og/eller evner. Rehabilitering kan altså ikke adskilles fra hverdagslivet, men er en del af det.*

## ADSPURGT ØNSKER BORGERNE:

At der er muligheder for at blive hjulpet til at deltage i fællesskaber, fx afhentning i bus, eller at der er fællesskaber tæt på hjemmet.

At ældreboliger indrettes, så der er plads til fællesskaber.

At kendskabet til fællesskaber udbredes.

---

## SUCCESS

Vi kan se, at der er værdifulde fællesskaber for borgerne i Ishøj, når:

- Borgere benytter eksisterende fællesskaber og tilbud, så de ikke oplever ufrivillig ensomhed.
- At der efter endt genoptræning bygges bro til aktive fællesskaber med henblik på fortsat **bevægelse og træning**.

---

## SAMMENHÆNG PÅ TVÆRS

### Flere samtidige indsatser

Mange ældre Ishøjborgere oplever at have behov for flere ydelser på samme tid, enten på tværs af kommunens egne afdelinger og tilbud eller på tværs af både kommune, region, egen læge og andre aktører. Vi vil bidrage til god koordinering på tværs, så man som borger oplever, at der er sammenhæng mellem de ydelser, man modtager - og at alle involverede er klar over og enige om, hvilken retning der arbejdes i.

### Ved overgange

Hvis man får behov for pleje, kan man have brug for støtte fra sine pårørende, civilsamfundet eller

kommunen. Har man brug for fx hjemmepleje eller plejehjem, så vil vi gøre os umage med at fortælle borgeren, hvad det indbefatter, så den enkelte kan føle sig informeret og ved, hvad der kommer til at ske. Er der involveret andre samarbejdspartnere, fx hospital eller praktiserende læge, vil Ishøj Kommune bidrage til den tværgående koordinering, der skal til, for at disse overgange bliver overskuelige og trygge for den enkelte borger.

### ADSPURGT ØNSKER BORGERNE:

At man har én fast medarbejder, man kan kontakte, som er tovholder for den samlede hjælp.

At medarbejderne ikke skal bruge tid på at dokumentere så meget.

---

## SUCCES

Vi kan se, at vi lykkes med at skabe sammenhæng i forløb og gode overgange for Ishøjborgerne, når:

- Borgere oplever, at de får de rette tilbud til rette tid.
  - Borgere får en god introduktion i forbindelse med at de modtager hjemmepleje eller flytter på plejehjem.
-