

Ansøgningsskema til puljen:

Flere, bedre og mere fleksible aflastningstilbud til borgere med demens og deres pårørende, der skal sikre pårørende et frirum fra sygdommen, 2020-2023

**Frist for ansøgning om puljemidlerne er:
torsdag den 7. maj 2020, kl. 12:00.**

Bemærk, når skemaet udfyldes og sendes til Sundhedsstyrelsen:

1. Send ansøgningskemaet til: aedpulje@sst.dk – og udfyld emnefeltet på mailen med følgende tekst tilføjet kommunens navn: "Fleksible aflastningstilbud og frirum, [indsæt navn på kommune]"
2. Følg vejledningen her og udfyld alle fem dele af skemaet. Bemærk, at skemaets del 2 maksimalt må fylde fem sider.
3. Udfyld alle felter i skemaet. Når skemaet er udfyldt, skal ansøgningen sendes samlet og vedlagt dels som dokumentet i Word og dels underskrevet som en pdf.

Ansøgningen indeholder fem dele:

Del 1: Generelt om projektet

Del 2: Beskrivelse af projektet (max fem sider tekst)

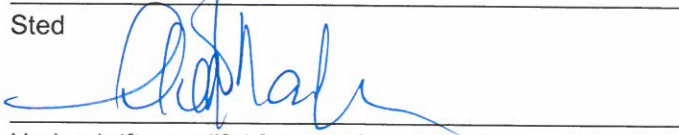
Del 3: Budget for hele projektperioden

Del 4: Budget for hvert år af projektet

Del 5: Budget for samarbejdspartner pr. år - og samlet for projektet

Listen tilføjes evt. medfølgende bilag herunder – med nummer og titel, tak.

Del 1: Generelt om projektet

- 1 **Projektets titel:** **Pas på dig selv:** Aflastning gennem styrkelse af det mentale overskud for pårørende til mennesker med demens i Ishøj
- 2 **Ansøger:** (kommune) Ishøj Kommune, Center for Voksne og Velfærd
- Adresse:** Ishøj Store Torv 20, 2635 Ishøj
- CVR/SE-nummer:**
- Projektleder, navn:** Kate Espe (frem til ansættelse af projektleder)
- Stillingsbetegnelse:** Demenskoordinator
- Telefonnr./mobil:** 2328 5994
- Mailadresse:** kates@ishoj.dk
- Juridisk ansvarlig person for projektet, navn og stilling:** Helle Pernille Sell Madsen, Centerchef
- Telefonnummer/mobil:** 4357 7830
- Mailadresse:** hpm@ishoj.dk
- Kontaktperson, navn og mailadresse:** Nina Fabricius, nif@ishoj.dk
- Påtegning ved ansvarshavende:** Dato: 3 / 9 2020
- Sted:** Ishøj,
- Underskrift - og tilføj for- og efternavn, skrives herunder:**

Helle Pernille Sell Madsen.
- 3 **Evt. samarbejdspartner(e) - og navn(e) på de(n) ansvarlig(e)**



(interessetilkendegivelse eller samarbejdsaftale vedlægges):

- 4 Samarbejdets form og organisering:
- 5 Projektets varighed: **Projektet forventes sat i gang den 1/11 2020 og at være afsluttet 30/11/ 2023**

Budget for projektet

- 6 **Der ansøges om i alt:** DKK **1.952.925** (jf. skema, del 3)
- 7 Evt. egenfinansiering: 416.529
(skal udfyldes)
- 8 **Samlet budget – beløb inkl. evt. egenfinansiering:** **2.369.454**

Del 2: Beskriv projektet

(omfang max 5 sider; brug skrifttype Ariel i størrelsen minimum 10 pkt.)

- | | | |
|---|--|---|
| 1 | Projektets titel: | Pas på dig selv: Aflastning gennem styrkelse af mentalt overskud for pårørende til mennesker med demens i Ishøj |
| 2 | Kommune: | Ishøj Kommune, Center for Voksne og Velfærd |
| 3 | Resumé af projektet:
(max 15 linjer) | I Ishøj arbejder vi målrettet på at blive en demensvenlig Kommune med fokus på indsatserne i den Nationale Handlingsplan 2020–2025. Vi arbejder pt. på en demensstrategi med inddragelse og viden om borgernes behov indsamlet ved dialog/borgermøde ultimo 2020. Ishøj deltager desuden i Demensalliancen og certificeres i 2020 som demensvenlig kommune. Vi søger om midler til et ambitiøst projekt, i forlængelse af initiativ 12 i demenshandlingsplanen, sådan at pårørende med demens inde på livet kan tilegne sig viden, redskaber og mestringsstrategier, der kan styrke deres mentale overskud, og give dem etisk ro, frirum, fleksibilitet og aflastning i hverdagen, mens deres kære tilbydes meningsfyldte aktiviteter. |
| 4 | Beskriv eksisterende aflastningstilbud til borgere med demens og deres pårørende: <ul style="list-style-type: none">• målgruppe• indhold• hvor og hvor ofte• i hvor lang tid (tidsrum)• hvornår• individuelt, i grupper mv. | <u>I Ishøj Kommune har vi en række aflastningstilbud:</u>
Daghjem: For borgere med demens 1-5 dage om ugen efter behov.
Aflastning i hjemmet: For borgere med demens, der ikke kan benytte kommunens daghjem, på hverdage, max 3 dage om ugen.
Døgnaflastning på plejecentrene: Borgere med demens, når ægtefælle har behov for frirum.
Pårørendegruppe: En gang om måneden á to timer med ca. 20 personer. Samvær med ligestillede, dialog om dilemmaer og demensfaglige inputs fra demenskoordinator.
DemensCafé: En gang om måneden á to timer på Ishøjs demensplejecenter, så både borgere der bor hjemme og på plejehjem profiterer af tilbuddet.

<u>Tilbud i samarbejde ml kommune og lokalsamfund:</u>
Mad og musik: Fællesspisning to gange årligt for borgere med demens og deres pårørende. Arrangeres af pårørende og demenskoordinator.
Ro4Livet: Roklubben tilbyder indirekte aflastning, hvor borgere med demens kan deltage i fysisk aktivitet med og uden pårørende. |

- 5 Beskriv projektets målgruppe og antal pårørende og borgere med demens, der forventes at blive omfattet af projektets indsatser:
- Rum for alle:** En netværksgruppe under Alzheimerforeningen der inviterer pårørende og borgere med demens til foredrag, socialt samvær mm.
Cykling uden alder: Frivillige tilbyder borgere med demens en cykeltur rundt i nærområdet, hvor med de pårørende kan opleve aflastning.
Kulturpakker for plejehjemsbeboere: Samarbejde ml. kulturinstitutioner og kommunen om at fremme livskvalitet for plejehjemsbeboere. Aflastning for pårørende, når deres nære indgår i aktiviteter.
- Projektets målgruppe er:** Hjemmeboende borgere med demens og deres pårørende. Det omfatter både borgere med og uden ydelser fra kommunen. Pårørende forstås som ægtefælle/partner, børn eller andre nære pårørende. Tilbud i projektet målrettes efter målgruppens forskellige behov. Det forventes, at projektet vil omfatte:
- 20-40 borgere med en demenssygdom
 - 40-60 pårørende
- 6 Beskriv de indsatser der iværksættes i projektet, udover hvad kommunen allerede tilbyder, herunder:
- indhold
 - type af indsats, fx aflastning (dag, nat og døgn), afløsning i hjemmet, mental aflastning/støtte
 - hvor og hvor ofte
 - i hvor lang tid (tidsrum)
 - individuelt, i grupper mv.
- Vi vil skabe aflastningstilbud, der sikrer frirum til de pårørende, der dagligt kæmper med etiske dilemmaer. Omdrejningspunktet er daghøjskole for pårørende om anvendelse af mestringsstrategier ved en demensfaglig psykolog og andre relevante undervisere. I starten af projektet vil vi afholde et **opstartsseminar**, som sikrer at målgruppen og andre aktører (foreninger, institutioner m.fl.) inddrages. Opstartsseminaret skal også tilbyde underholdning med en demensfaglig vinkel (fx Peter Lund Madsen eller Erik Clausen). **Daghøjskole for pårørende** vil indeholde undervisning og dialog i grupper, hvor der overføres viden og redskaber til de pårørende. Via inductive læringsprocesser og refleksionsøvelser kan der skabes interessefællesskaber, relationer og netværk. En daghøjskole består af fire undervisningsdage. Det forventes at afholde to daghøjskoler á fire dages varighed om året. Dvs. otte om året.
- Sideløbende med daghøjskolen arrangeres **udflugter for de pårørendes nære med en demenssygdom**, således at de pårørende kan deltage i daghøjskolen med god samvittighed. Udflugterne for borgere med demens vil indeholde sans- og naturterapi i samarbejde med fysioterapeuter fra kommunens træningsenhed, hjemmeplejen/plejecentre, frivillige, Ishøj Naturcenter m.fl. Det kan give borgerne med demens sanselige og kulturelle stimuli samt socialt samvær. Der vil afvikles samme antal udflugter som daghøjskoler.

- Projektlederens skal opspore og inddrage målgruppen, sikre fremdrift samt udvikle, planlægge, afvikle, evaluere og forankre indsatserne.
- 7 Beskriv hvordan projektet bygger videre på eksisterende indsats, og hvilken viden og erfaring projektet tager afsæt i:
- Det er en fysisk og psykisk belastning for pårørende at være til rådighed døgnet rundt i en hverdag fyldt med etiske dilemmaer, dårlig samvittighed og tilsidesættelse af egne behov. Pårørende er i høj-risiko for overbelastning. Pårørende fortæller, at de oplever afmagt, tomhed, svigt mm., og at de er i følelsens vold konstant. Det er vanskeligt at passe på sig selv samt planlægge pga. uforudsete forandringer i dagsformen og progression i sygdommen hos deres nære.
- Dette er vores erfaringer fra praksis i Ishøj og evidensbaseret viden, som vi har fra Demensvenligt Nordsjælland's¹: "Erfaringer med at arbejde inddragende og ressourcebaseret med yngre mennesker med demens og deres pårørende" og "At leve med demens i en tidlig alder, mennesket før sygdommen"² samt studier og erfaringsopsamlinger fra Nationalt Videnscenter for demens og Sundhedsstyrelsen³.
- Denne viden vil vi inddrage i projektet ligesom vi i projektet har fokus på inddragelse, målgruppens behov samt forankring, der tager afsæt i Sundhedsstyrelsens publikation "Nye og mere fleksible indsatser til pårørende til demens"⁴. Udover beskrevne erfaringer, vidensgrundlag og metode, vil projektet bygge videre på eksisterende indsatser i Ishøj Kommune og lokalsamfund, jf. afsnit 4.
- 8 Beskriv for hver indsats, hvordan projektet understøtter fleksibilitet, fx i tid (dag, nat, weekender og ferier) og sted (lokation):
- På daghøjskolen møder de pårørende op til en planlagt dag, mens deres nære med demens deltager i meningsfulde aktiviteter et andet sted. Dvs. at målgruppen vil opleve aflastning og støtte i dagtimerne. Dels fordi de er væk fra hjemmet, og fordi deres nære er i en tryk aktivitet med kendte personer imens. Dette forventes at give de pårørende overskud til nærværende fordybelse i daghøjskolens aktiviteter.
- Det forventes, at de pårørende vil opleve større fleksibilitet i hverdagen efter deltagelse i daghøjskolen, når nye redskaber giver dem bedre forudsætninger for at håndtere hverdagen med etiske dilemmaer med større opmærksomhed på, hvordan de passer på sig selv.
- Tidspunkt for daghøjskolen mm. er fleksibelt idet de pårørendes ønsker inddrages i planlægningen..

- 9 Beskriv hvordan de beskrevne indsatser forventes at understøtte, at pårørende til borgere med demens aflastes og sikres et frirum fra sygdommen:
- Gennem daghøjskolen skabes et mentalt frirum for de pårørende, ved brug af nye tillærte redskaber og mestringsstrategier. Der skabes relationer og netværk, hvor den mentale sundhed vil kunne stimuleres gennem socialt samvær og interessefællesskaber. Det forventes, at demenskoordinator m.fl. kan fastholde pårørende og borgere i fællesskaberne, Fx gennem samarbejde med lokale fritid- og kulturtilbud,. Ved forankring og gruppedannelser understøttet af demenskoordinatoren, vil det være muligt at genbesøge og fastholde projektets formål om at skabe mental overskud til at leve et godt liv med demens i familien samt overføre læring, sådan at projektet forankres i Ishøj efter projektperioden.
- 10 Beskriv hvordan pårørende og borgere med demens inddrages i udviklingen af projektets indsatser, sådan at de tilpasses efter deres behov:
- Gennem kommunes demenskoordination, demenscafé, pårørendegruppe, Rum for alle og Ro-ForLivet har vi indgående kontakt til målgruppen, som vi går i dialog om deres behov og ønsker til aflastning via daghøjskole. Ligeledes inddrages målgruppen via et opstartsseminar, hvor de bidrager med deres behov i projektet og blive inspireret til mulige aktiviteter af lokale aktører.
- 11 Beskriv projektets organisering og ledelsesforankring, herunder hvordan ledelsen følger implementeringen af projektet:
- Projektet organiseres i Frivillighed og Forebyggelse, Voksne i Ishøj Kommune hvor leder, forebyggende medarbejdere, demenskoordinator samt frivilligkoordinatorer understøtter meningsfulde fællesskaber og bygger bro til lokalsamfundet. Det er ligeledes her projektlederen ansættes. Vi har tradition for at samarbejde med civilsamfundet, og har erfaringer med at koble lokale aktører. Vores daglige kontakt giver et indgående kendskab til målgruppens behov og udfordringer, og det er muligt at tilpasse kontinuerligt, ud fra aktuelt behov. Frivillighed og Forebyggelse er en del af Center for Voksne og Velfærd, som rummer forløbskoordinatorer, visitation, hjemmepleje, plejecentre, træningsterapeuter, socialpædagogiske vejledere m.fl.
- 12 Beskriv projektets mål ud fra SMART-modellen (se vejledningen) - og hvordan projektet evt. vil evaluere målopfyldelsen, dvs. hvorvidt, hvordan og i hvilken grad projektets mål vil være opnået/opfyldt:
- Det centrale mål for projektet i Ishøj er at skabe et aflastningstilbud, der er realistisk og giver mening for borgere med demens inde på livet.
- Dette måles ved:
- 40-60 pårørende tager imod tilbuddet om daghøjskoleophold i projektperioden
 - 75 % deltager i hele daghøjskolen og udtrykker tilfredshed med metoder og læring
 - 50 % tilkendegiver at ville deltage i lokalt forankrede aktiviteter efterfølgende
- Ovenstående vil give en indikator på, om de pårørende finder tilbuddet meningsfuldt og deres oplevelse af at have fået metoder til at skabe mentalt

- frirum og overskud i hverdagen. Aflastningen vil understøtte, at demensramte og deres pårørende kan leve et godt, trygt og værdigt liv.
- Desuden har projektet følgende mål:
- Give 20-25 civilsamfundsaktører og samarbejdspartner en forståelse for, hvad der skal til for at målgruppen kan leve et godt liv, og at civilsamfundet kan rumme målgruppen i trygge genkendelige rammer
 - Målgruppen deltager i meningsfulde aktiviteter i lokalsamfundet, hvor der dannes relationer, så målgruppen føler sig tryk og inkluderet i civilsamfundet.
 - Medarbejderne i Ishøj Kommune skaber sammenhæng mellem indsatser og opkvalificeres via deltagelse i projektet, således at de i dagligdagen kan sikre, at borgerne støttes i overgange, med andre ord et praksisnært kompetenceløft.
- Undervejs i projektet vil projektlederen arbejde på at skabe et korps af frivillige demensaflaster, som i første omgang kan tage del i udflugterne for de demensramte. Demensaflasterne vil have en central rolle i forankringen af projektet, idet de fortsat kan arrangere udflugter for de demensramte efter projektets afslutning. Dette understøttes af frivilligkoordinatorer og demenskoordinator. Der er pt. 1 frivillig tilknyttet demensområdet i Ishøj, og det forventes at rekruttere 8-15 via netværk i lokalsamfundet.
- Oktober 2020:**
- Ansættelse af projektleder til den 1/11-2020
 - Forberede organisationen til projektstart ved fx at informere relevante aktører
- Fra november 2020 til og med april 2021:**
- Videreudvikle metoder til rekruttering og opsporing af målgruppen samt markedsføring
 - Yderligere afdækning af målgruppens behov
 - Udvikling daghøjskoleophold og aktiviteter
 - Lægge plan for forankring
- Fra maj 2021 til og med november 2023:**
- Tilpasse efter nye erfaringer og læring
 - Planlægge markedsføre og afvikle otte daghøjskoleophold og udflugter om året
 - Netværksdannelse og forankring
- Fra oktober 2023 til og med december 2023:**
- Erfaringsopsamling
- Vi er en del af Demensalliancen 2020
- 13 Hvis projektet inddrager frivillige til gennemførelse af indsatserne, beskrives:
- forventet antal frivillige
 - strategi for rekruttering
 - sikring af relevante kompetencer hos de frivillige og/eller udvikling af disse
- 14 Beskriv projektets tidsplan for aktiviteter med milepæle og leverancer:
- 15 Beskriv eventuelle samarbejdsrelationer og partnerskaber af relevans for projektførelse og aktiviteter:

Del 3: Budget for hele projektperioden

- 1 **Projekttitle:** **Pas på dig selv:** Aflastning gennem styrkelse af det mentale overskud for pårørende til mennesker med demens i Ishøj
- 2 **Ansøger:** Ishøj Kommune
- 3 **Regnskabsansvarlig:** Navn: Maibritt Pedersen
Ansøger: Ishøj Kommune
Telefonnr./mobil: 43 57 76 21
Mailadresse: qmp@ishoj.dk
- 4 **Revisor:** Navn:
Deloitte Statsautoriseret Revisionspartner
Weidekampsgade 6, 2300 København S
- | UDGIFTER | Timetotal | Beregnet beløb | Evt. egenfinansiering | Note: |
|-----------------|-------------------------|------------------------------|------------------------------|--------------|
| - type: | - sats, antal, stykpris | (uden evt. egenfinansiering) | | |

5	Lønudgifter til ledelse og medarb.:	a:			
	a) Projektleder	Ansættelse 25 timer pr. uge i 3 år til ca. 226 kr. i timen.			a: Projektleder
	b) Medarbejdere pr. personalekategori for hhv.:				
	1) aflastning				b1: Frikøb af medarbejdere til deltagelse i udflugter/aktiviteter med demensramte.
	2) mental støtte				
	3) andet				
		b1:			
		Frikøb SOSU-medarb., 6 timer pr. hold, 8 hold årligt over 3 år, i alt 864 timer til 222 kr. i timen.	a:	1.194.141	
			b1:		a:
		Frikøb fys., 6 timer pr. hold, 8 hold årligt over 3 år, i alt 288 timer til 252 kr. i timen.		191.808	b1:
				72.576	b2:
					141.411
			b2:		b3:
					212.117
			b3:		b2: En demenskoordinator skal deltage i undervisning og give mental støtte til pårørende, understøtte forankring, sparring mm.
		b2:			
		Egenfinansiering, 4 timer ugentligt over 3 år, 226 kr. i timen.			
					b3: 4-5 medarbejdere fra Frivillighed og Forebyggelse, der skal bidrage til opsporing af målgruppen, sparring, projektstyring mm.
		b3:			
		Egenfinansiering, 2 timer pr. uge over 3 år.			



6	Udgifter ved samarbejde med frivillige org./-centre: (specificer jf. vejl.)				
7	Konsulentbistand i nødvendigt og begrænset omfang (beskriv hvilke i note):	1.500 kr./t. 6 timer pr. gang. Forventet tilkøb ca. 300 timer over 3 år.	448.200		Psykolog eller anden demensfaglig underviser
8	Udvikling og formidling af materialer, der er afgørende for projektets gennemførelse (specificer, se vejledning):	Udvikling og tryk af materialer		51.000	Informationsmateriale, redskaber, dialogark, undervisningsmateriale mm. til deltagerne.
9	Egenevaluering i begrænset omfang:				
10	Kørselsudgifter (se vejledning):	Ca. 250 km. pr. hold, 1,96 pr. km.		12.000	Transport i kommunens minibus eller minivan til udflugter/aktiviteter.
11	Revision af projektets regnskab:	3 gange revision af 9.000 kr.	27.000		
12	Andre definerede udgifter (beskriv i note):	Forplejning: a: Til 8 pers., 16 gange á 75 kr. b: Til 8 pers., 16 gange á 75 kr.	9.600 9.600		a: Til pårørende ifm. undervisning b: Til demensramte ifm. udflugter
SAMLET BUDGET (udgiftsposter, rk. 5-12)		Timer – sats, antal, stykpris	Samlet beløb	Evt. egenfinansiering	Note:



13	Ansøgt beløb (uden egenfinansiering) - i alt:	1.952.925
14	Evt. egenfinansiering – i alt:	416.529
15	Budget (ansøgt beløb inkl. evt. egenfinansiering) i alt:	2.369.454

Del 4: Budget for hvert år af projektet

1 **Projektets titel: Pas på dig selv:** Aflastning gennem styrkelse af det mentale overskud for pårørende til mennesker med demens i Ishøj

2 **Ansøger (navn):**

UDGIFTER PR. ÅR (beløb i DKK)	2020		2021		2022		2023		Samlet pr. udgift (og i alt)	
	Ansøgt beløb	Evt. egenfinansiering	Ansøgt beløb	Evt. egenfinansiering	Ansøgt beløb	Evt. egenfinansiering	Ansøgt beløb	Evt. egenfinansiering	Ansøgt beløb	Evt. egenfinansiering
3 Lønudgifter - a) projektleder: b) medarbejdere – opdelt efter personalekategori: a 62.850			a) 377.097 b1) 63.963 b1) 24.192 b2) 47.137 b3) 70.706		a) 377.097 b1) 63.936 b1) 24.912 b2) 47.137 b3) 70.706		a) 377.097 b1) 63.963 b1) 24.912 b2) 47.137 b3) 70.706		1.458.525	353.528
4 Udgifter ved samarbejde med frivillige org./-centre: (specificer jf. vejledning)			149.400		149.400		149.400		448.200	
5 Konsulentbistand:										
6 Udvikling og formidling af materialer (specificer jf. vejledning):				17.000		17.000		17.000		51.000
7 Egenevaluering:										
8 Kørselsudgifter:				4.000		4.000		4.000		12.000
9 Revision af regnskab:			9.000		9.000		9.000		27.000	



Del 5: Budget for samarbejdsparter pr. år - og samlet for projektet

UDGIFTER PR. ÅR	2020	2021	2022	2023	Samlet beløb
For samarbejde med:					
Kommune 1: (indsæt navn)	Ansøgt beløb				
	Evt. egenfinansiering				
Kommune 2: (indsæt navn)	Ansøgt beløb				
	Evt. egenfinansiering				
Kommune 3: (indsæt navn)	Ansøgt beløb				
	Evt. egenfinansiering				
Kommune 4: (indsæt navn)	Ansøgt beløb				
	Evt. egenfinansiering				
I alt	Ansøgt beløb				
	Evt. egenfinansiering				



¹ <http://demensvenligt.nordsjælland.dk/index.html>

² http://www.xn--demensvenligt.nordsjælland-odc.dk/pdf/demens_boq_web_sider.pdf

³ Forskning-til-gavn-for-mennesker-med-demens-og-deres-p%C3%A5r%C3%B8rende---National-forskningsstrategi-for-demens-2025.ashx?la=da&hash=73525A3A87D6A5A01DE2830B5531AA3A499EE0DC

⁴ <https://www.sst.dk/-/media/Opgaver/Videncenter-for-v%C3%A6rdig-%C3%A6ldrepleje/Inspiration-til-arbejdet-med-v%C3%A6rdighed/Nye-og-mere-fleksible-indsatser-til-prrende-til-personer-med-demens.ashx?la=da&hash=0008D83156E2315D798C7520EF87BCB4B8EB55E5>