



Værdigheds- og ældrepolitik 2023-2026



Albertslund Kommune

Den bæredygtige by for børnene, det grønne og fællesskaber



Værdighed og ældreliv i fremtidens Albertslund

Vores ældreliv har ændret sig og adskiller sig på mange måder fra tidligere. Vi lever og arbejder længere. Det betyder, at nogle kan se frem til en alderdom med højt tempo og oplevelser med familie, venner og et stort engagement i vores foreningsliv, mens andre kan blive ramt af sygdom i en tidlig alder, og har måske ikke det samme netværk at trække på som andre.

I dag er der godt 5.000 borgere i Albertslund Kommune, som er over 65 år. Det forventes, at antallet og andelen af ældre vil stige i de kommende år. Vi må forsøge at arbejde mod at uligheden ændres.

Med denne værdigheds- og ældrepolitik ønsker vi i Albertslund Kommune at rette fokus på de af vores ældre borgere, der er afhængig af kommunens hjælp og støtte til at opretholde et værdigt ældreliv.

Vi ønsker, at Albertslund er en by, der favner alle ældre med deres vidt forskellige behov og ønsker. Vi skal hjælpe og støtte dem, der bliver syge med den rette pleje og omsorg, så de og deres pårørende oplever tryghed og sikkerhed.

Vi skal med denne politik have fokus på værdighed i nuværende og kommende indsatser og initiativer på ældreområdet. Det gælder i forhold til praktisk hjælp og personlig pleje, støtte til pårørende, livets afslutning og ældrelivet bredt set. Derudover skal vi anerkende og påskønne, at vi har mange ældre, der er friske og har overskud til at bidrage til fællesskabet i vores by.

Vi vil gerne sige tak til alle, der har bidraget til udviklingen af politikken. Jeres input til Ældrekonferencen i efteråret 2022 og efterfølgende workshop i foråret 2023 har været vigtig viden i udarbejdelsen – en viden vi nu skal omsætte til handling.

God læselyst.



Helge Bo Jensen
Formand for Ældreudvalget



Steen Christiansen
Borgmester

Ønsket fremtidsscenario

for værdighed og ældreliv i fremtidens Albertslund

Albertslund er en mangfoldig by og ingen mennesker er ens. Det gælder vores livshistorie, kulturelle baggrund, et sygdomsforløb eller den hjælp, omsorg og pleje vi har brug for, når vi bliver ældre. De fleste mennesker ønsker at leve et så selvstændigt liv som muligt, og være med til at sætte retningen i deres eget liv. Når vi bliver ældre eller får brug for hjælp, kan vores liv ændre sig og følelsen af at være herre i eget hus blive udfordret. Det kan gå ud over den enkeltes trivsel og oplevelse af livskvalitet. -Og hvad vi hver især oplever som værdigt, vil være forskellig fra person til person.

I Albertslund arbejder vi hver dag med, at den pleje, omsorg og hjælp vi yder er af høj faglig kvalitet. Vi arbejder med at skabe inspirerende aktiviteter og forløb der fastholder og eventuelt udvikler den enkeltes færdigheder og inviterer ind i fællesskaber med andre albertslundere. Vi lytter til borgernes ønsker og inddrager pårørende i forhold til den konkrete pleje og hjælp de modtager, så den enkelte selv er med til at bestemme og trives i eget liv.

I de kommende år, vil antallet af ældre stige samtidig med, at de ældre bliver ældre. Det er ligeledes forventningen at andelen af ældre,

der er afhængige af kommunens hjælp og støtte vil stige. Samtidig bliver flere og flere borgere længere i eget hjem og de modtager hjælp til flere forskellige sygdomme og udfordringer. det kræver at vi bliver endnu bedre til at skabe sammenhængende indsatser for borgerne, også når de går på tværs af fagligheder og på tværs af kommune og region.

Samtidig skal vi ikke glemme de pårørende, som fx ægtefæller, der lever sammen med en borger der har brug for hjælp og pleje, at også de får mulighed for, at leve et værdigt ældreliv fuld af de oplevelser og fællesskaber, som de ønsker.

En forudsætning for at kunne tilbyde faglig kvalitet i ældreplejen er dygtige medarbejdere. Albertslund skal fortsat være en attraktiv arbejdsplads, hvor vi har gode arbejdsforhold for medarbejderne og et respektfuldt arbejdsmiljø, for at fastholde dygtige erfarne medarbejdere og tiltrækker nye. Det gør vi ved at arbejde fagligt forankret samtidig med at vi tør gå nye veje, fx med ibrugtagning af velfærdsteknologi.

I Albertslund skal vi kontinuerligt have fokus på og arbejde for, at vores ældre borgere får mulighed for at bevare et værdigt og me-



ningsfuldt liv. Det ønskede fremtidsscenario for denne politik er derfor:

Ældre albertslundere får hjælp og støtte til at leve eller fastholde det liv, som har værdi for dem.

Målsætningen sætter retningen for, hvordan vi i Albertslund vil arbejde med værdighed og ældreliv i fremtidens Albertslund.

Albertslund Kommunes værdigheds- og ældrepolitik er en politik for de ældre albertslundere, der er eller bliver afhængig af personlig hjælp, omsorg og pleje fra den kommunale ældrepleje. Værdigheds- og Ældrepolitikken består af syv fokusområder, der understøtter arbejdet med at omsætte målsætningen, og sætte retningen for udviklingen af ældreplejen i Albertslund Kommune.



De syv fokusområder omhandler:

- Kvalitet, tværfaglighed og sammenhæng i plejen.
- Fokus på den enkelte ældres behov for selvbestemmelse.
- Aktiviteter til at øge den enkeltes livskvalitet.
- Aktiviteter til forebyggelse af ensomhed
- Et tæt samarbejde med pårørende.
- Mad og ernærings afgørende betydning for ældres livskvalitet og funktionsevne.
- En værdig afsked med livet.

Et værdigt ældreliv spiller tæt sammen med de indsatser der bliver sat i værk på baggrund af Albertslunds øvrige politikker – herunder særligt Albertslund Kommunes Fællesskabspolitik og Sundhedspolitik.

"Fokus skal være på det individuelle menneske bag sygdom og alder med respekt for livshistorien."

Udtalelse fra deltager på workshop om værdigheds- og ældrepolitikken

Livskvalitet

Vi ønsker at alle ældre albertslundere skal have mulighed for at leve det liv, som har værdi for dem. Det gælder også for dem, der befinder sig et sted i livet, hvor de har behov for hjælp og støtte fra den kommunale ældrepleje. En meningsfuld hverdag, glæde, tryghed og samhørighed. Livskvalitet og trivsel går hånd i hånd med et værdigt og værdigivende ældreliv.

Livskvalitet handler også om at kunne leve det gode og meningsfulde liv, om det der giver glæde og indhold i hverdagen. Hvad der er vigtigt for den enkelte og hvad der giver livskvalitet er forskelligt fra menneske til menneske.

For langt de fleste, har det stor betydning for oplevelsen af livskvalitet at bevare så mange færdigheder som muligt. Det styrker ligeledes evnen til at være selvhjulpne, når man kan fastholde sit liv på egne præmisser. I Albertslund skal vi derfor skabe tilbud, der giver plads til dette.

Vi ønsker at bidrage til borgernes livskvalitet ved at:

- give den ældre albertslunder mulighed for at fortsætte med at leve det liv, de er vant til - også når de har brug for støtte og pleje.
- sætte borgeren i centrum og tage udgangspunkt i den enkeltes ønsker og behov ud fra spørgsmålet "Hvad er vigtigst for dig?"
- hjælpen tilrettelægges, så der tages udgangspunkt i det, der giver mest livskvalitet for den enkelte ældre.

- tilbyde en rehabiliterende indsats gennem støtte og træning til at mestre hverdagen samt anvende og udvikle egne ressourcer.

- tilbyde støtte til at vedligeholde og udvikle relationer og fællesskaber, for eksempel gennem kontakt til familie og venner samt deltagelse i aktiviteter.

Selvbestemmelse

Langt de fleste lever et liv, hvor hverdagen klares uden hjælp fra den kommunale ældrepleje, og mange bestemmer og planlægger selv, hvad tiden skal bruges til. Vores ældre borgere har forskellige forudsætninger, når det kommer til helbred, økonomi, værdier, kultur, uddannelse, sociale netværk og fritidsinteresser. På trods af de mange forskellige måder at leve på, skal alle have de samme muligheder for at få hjælp og behandling.

Når en ældre albertslunder efter et langt liv får behov for hjælp, skal tilværelsen kunne leves som en fortsættelse af ens liv. Den ældre skal inddrages, så hjælpen opleves meningsfuld for den enkelte. Uanset alder ønsker de fleste at have frihed til selv at bestemme og i Albertslund skal man opleve at blive set, hørt og inddraget. Medarbejderne skal være lyttende og anerkendende overfor den ældres behov, så der skabes en tillidsfuld ældrepleje.

I dag strækker ældrelivet sig for de fleste over mange år. Omfanget af hjælpen, og hvornår den påbegyndes, vil variere alt efter behov. Vi skal altid tilbyde den bedst mulige pleje og omsorg for vores ældre borgere. Det skal være muligt at sige fra over for hjælpen, hvis den ikke føles værdifuld – også selvom det går imod den faglige vurdering.



Vi ønsker at skabe indflydelse på eget liv ved at:

- hjælpen og støtten tilrettelægges ud fra borgernes individuelle behov og ønsker.
- hjælpen tilbydes, når behovet opstår - hvilket ikke nødvendigvis er på samme tidspunkt for alle.
- borgeren inddrages, så hjælpen og støtten opleves meningsfuld.
- medarbejderne er lyttende og anerkendende, så der skabes grobund for tillid.

Kvalitet, tværfaglighed og sammenhæng i plejen

Vi skal yde en særlig indsats, så det føles trygt, når en borger får behov for hjælp fra den kommunale ældrepleje. Behovet for hjælp vil variere, og hjælpen skal altid tilrettelægges ud fra en individuel vurdering af den enkelte ældres behov. Den ældre albertslunder skal have den rette hjælp og mødes med respekt, venlighed og faglighed af vores medarbejdere.

Vores medarbejdere og ledere arbejder systematisk og fokuseret med at udvikle både den faglige kvalitet og oplevelse, derfor vil vi spørge borgerne, hvad der er vigtigt for dem.

Det er ambitionen for de ældres oplevelse af sammenhæng og tryghed i hjælpen, at de ikke møder for mange forskellige medarbejdere. Når det er de samme medarbejdere, som den ældre borger møder, øges muligheden for at fastholde den sundhedsfaglige kvalitet og styrke relationen mellem den ældre og medarbejderne.

Det har stor betydning for livskvaliteten at bevare så mange færdigheder som muligt. Derfor skal vi skabe tilbud, der giver plads til dette. Ved at styrke rehabilitering som praksis og sikre fælles forståelse for, hvad rehabilitering er på tværs af kommunen, oplever ældre borgere målrettede og sammenhængende rehabiliterende indsatser med udgangspunkt i den enkeltes egne perspektiver og livssituation.

"Borgerne skal kun møde én organisation, en fælles vej, når de navigerer i det kommunale system."

"Man skal kunne leve et meningsfuldt liv og bevare selvbestemmelsen, også selvom man bliver afhængig af hjælp."

"Kvalitet, tværfaglighed og sammenhæng i plejen er når borgernes behov og ønsker er udgangspunktet for plejen/hjælpen."

Vi ønsker, at plejen har fokus på det hele menneske ved at:

- borgerne oplever, at det er de samme medarbejdere der kommer i hjemmet uanset om den ældre bor i en plejebolig eller får hjælp af hjemmeplejen.
- de sundhedsfaglige medarbejdere er nærværende og tilstede i pleje, omsorg og behandling, så man oplever at være tryk i ældreplejen.
- nødvendige informationer videregives på tværs af afdelingerne i ældreplejen, så de ældre albertslundere føler sig tryk, når de modtager hjælp og støtte.
- medarbejderne har et tæt samarbejde med hospitalet, så ældre der udskrives til eget hjem oplever at få den rette hjælp og støtte i hele processen.
- der anvendes teknologi til at øge velfærd og muligheden for at blive mere selvhjulpne i hverdagen – dette må dog aldrig stå alene, da det skal ses som et supplement til ældreplejen.

Mad og ernæring

Mad er ikke bare mad. Udover at give energi og næring kan mad og måltider skabe sociale fællesskaber og gode oplevelser. Mad og en god ernæringsstilstand er desuden afgørende for ældres livskvalitet og funktionsevne.

Albertslund Kommunes Sundhedspolitik indeholder en målsætning der sætter fokus på vigtigheden af, at arbejde med mad og ernæring og mad og fællesskaber for blandt andet at øge trivslen.

I Albertslund Kommunes ældrepleje er der fokus på madens sammensætning, madens ud-

seende, madkulturer, selvhjulpnehed samt de fysiske og sociale rammer omkring måltidet. Mad kan og skal skabe værdi for vores ældre borgere. Vi serverer mad tilpasset individuelle ernæringsbehov – samtidig med, at maden skal være velmagende og af høj kvalitet, og borgeren skal have indflydelse på, hvad de spiser.

Vi ønsker, at bidrage til borgernes mad- og måltidsrelaterede livskvalitet ved at:

- den ældre får hjælp og støtte til at øge eller fastholde funktionsevne i forbindelse med de færdigheder der knytter sig til mad og måltider.
- styrke de sociale fællesskaber ved at skabe gode fysiske og sociale rammer om måltidet.
- at forebygge og understøtte en god ernæringsstilstand gennem målrettede indsatser.



Udtalelser fra deltagere på workshop om værdigheds- og ældrepolitikken

"Når du træder ind i borgers hjem, træder du også ind i de pårørendes."

"Som pårørende kan jeg give jer forklaringen på det, I ikke forstår."

"Som pårørende kan jeg ønske mig, at jeg også kan leve mit eget liv."

Udtalelser fra deltagere på workshop om værdigheds- og ældrepolitikken

Pårørende

Vi ved, at et godt samarbejde mellem de pårørende og medarbejderne i ældreplejen har stor betydning for trivsel hos de ældre, der modtager pleje. Det gavner samtidig både de pårørendes og personalets trivsel og livskvalitet.

Pårørende, der er tæt på den ældre, har en vigtig rolle, idet de kender til den ældres livshistorie, ønsker og behov. Pårørende fungerer derfor ofte som "den røde tråd" i den ældres liv.

Pårørende yder ofte en stor indsats, som kan være med til at styrke aktiviteterne og behandlingen omkring den ældre. Når en borger får en kronisk sygdom som eksempelvis demens eller har et handicap, er det ofte nødvendigt at inddrage familie og pårørende.

I Albertslund Kommune anser vi derfor pårørende som en vigtig ressource i forhold til at være bindeleddet til den ældres særlige historie. Men for nogle kan pårørenderollen være så udfordrende, at det går ud over livskvaliteten på grund af isolation, stress og begrænset frihed til at opretholde eget liv. Medarbejderne skal hjælpe de pårørende, så de oplever et trykt

forløb med den rette støtte og hjælp. Albertslund Kommunes pårønderåd giver tilbyder rådgivning og støtte til at mestre hverdagens udfordringer samt vejledning om rettigheder og muligheder, for at få hjælp og støtte som pårørende.

Vi ønsker, at de pårørende oplever at:

- der er en god kontakt og dialog med pårørende.
- blive inddraget i det omfang, den ældre ønsker det.
- der er opmærksomhed og støtte til pårørende, som selv kan være berørte og belastede af situationen.
- der er et godt samarbejde og en god dialog mellem alle berørte parter.
- der tages højde for livshistorie, ønsker og behov.
- alle får information og tilbud om aflastning, når der er behov for det.

Bekæmpelse af ensomhed

I Albertslund har vi stærke rødder i fællesskabet ligesom Albertslund er en by, der skaber rammerne for det gode liv på tværs af generationer, hvor ældre trives og lever det gode ældreliv med omsorg, tryghed og nærvær.

Alligevel er ensomhed blandt den ældre del af befolkningen i Albertslund et stigende problem. Det betyder, at de fleste af os kender nogen, der føler sig ensomme, eller som selv har oplevet følelsen af ensomhed.

Der er en risiko for at ensomheden kan stige i takt med alderen, hvis man får problemer med sit helbred, har et handicap eller mister nogle af sine nærmeste. Her kan følelsen af ensomhed blive alvorlig, da det kan føre til angst, utryghed og isolation fra sociale fællesskaber, hvis der ikke tages hånd om følelsen. Alvorlig ensomhed kan få store konsekvenser for vores ældre borgers fysiske og psykiske helbred.

I Albertslund ønsker vi derfor at forebygge oplevelsen af ensomhed blandt den ældre del af befolkningen.

Vi ønsker at undgå ensomhed ved at:

- sikre en opsøgende indsats og et bredt samarbejde med civilsamfundet og frivillige organisationer, der skaber inkluderende fællesskaber.
- der løbende igangsættes aktiviteter og arrangementer med fokus på fællesskaber og sammenhold.
- skabe åbne og inkluderende fællesskaber med øget samvær på tværs af generationer for både ældre, børn, unge og voksne.

"Fokus på tilbud for flere borgergrupper, så de borgere, som er i risiko for at blive ensomme får mulighed for fællesskab."




En værdig død

En værdig afsked med livet indebærer, at døende og deres pårørende lige til det sidste oplever nærvær, omsorg og lindring.

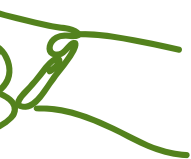
Tiden skal planlægges ud fra den døendes ønsker og behov og i tæt samarbejde med de pårørende. Alle skal have mulighed for at tage afsked i rolige og trygge omgivelser - også hjemme, hvis det ønskes. Vi skal have dygtige og fagligt kvalificerede medarbejdere, der er støttende for den døende og for de pårørende.

Vi ønsker, at en værdig afsked med livet kommer til at foregå ved at:

- samtaler om livet og døden samt borgers ønsker og behov den sidste tid er en vigtig del af og et naturligt udgangspunkt for den pleje og omsorg, vi giver i den sidste tid.
- Understøtte, at ingen forlader verden alene, medmindre dette er borgerens eget ønske.
- forebygge og lindre lidelse gennem tidlig opsporing, vurdering og behandling af smerter og andre udfordringer af både fysisk, psykisk, social og eksistentiel art.
- vores medarbejdere ser et levende og betydningsfuldt menneske lige til det sidste, og at den døendes ønsker for den sidste tid bliver hørt og fulgt.



"Jeg forbinder en værdig død med respekt for eget valg."



"Jeg forbinder en værdig død med åbenhed og ærlighed i samtalen om den sidste tid."

Udtalelse fra deltager på workshop om værdigheds- og ældrepolitikken



Ældre, Sundhed & Social
BØRN, SUNDHED & VELFÆRD
Nordmarks Allé 1
2620 Albertslund
+45 4368 6868
albertslund@albertslund.dk
www.albertslund.dk



Værdigheds- og ældrepolitik 2023 - 2026

Værdighed og ældreliv i fremtidens Albertslund