



Brøndby
Kommune



Seniorpolitik





Forord

På de næste sider præsenterer vi Brøndbys opdaterede Seniorpolitik - Et aktivt og værdigt seniorliv. Brøndby Kommune vil i de kommende år, ligesom resten af Danmark, få flere seniorer. Dette sker samtidig med, at langt flere af borgerne i kommunen – heldigvis - både lever længere og holder sig friskere i flere år end tidligere. Politikken skal ruste os til, at der bliver flere seniorer, som lever længere og har aktive liv, men som også over tid samlet set får brug for mere hjælp. Det er nødvendigt at se på alder som mere end et tal og i højere grad tilpasse den service, vi har i kommunen til den enkeltes behov - uanset hvilken alder det opstår i.

Kommunalbestyrelsen ønsker, at borgernes værdighed og selvbestemmelse er udgangspunktet for den nyreviderede Seniorpolitik. Afsættet er en tillid til, at borgerne ved, hvad de har brug for hjælp til. Borgernes ønske til hvad de har brug for af støtte fra kommunen er det bedste udgangspunkt for at opnå det universelle mål at leve det selvstændige liv i fællesskab med andre, de fleste foretrækker. Faglighed og kvalitet er grundlaget for hjælpen og støtten til byens seniorer for at opnå en værdig og tilfredsstillende seniortilværelse.

Denne Seniorpolitik sætter rammen for kommunens samarbejde med byens seniorer og for indsatserne på seniorområdet i de kommende år. Brøndby Kommune vil med politikken både sætte rammen for, at de der har mest brug for hjælp, får den, hvad enten behovet er kortvarigt eller permanent. Udgangspunktet for politikken er, at langt de fleste borgere gerne vil være kaptajn på eget skib og bidrage i det omfang, de kan i tryk forvisning om, at når de ikke kan længere, så er der støtte at få til et fortsat værdigt liv.

Seniorpolitikken rammesættes af «Strategi Brøndby 2030», der sætter retning for den udvikling, som Kommunalbestyrelsen har sat for Brøndby. Som det også fremgår af strategien, skal alle have mulighed for at tage del i aktiviteter, der fremmer fællesskab, sundhed og trivsel – uanset alder, økonomisk formåen og livsomstændigheder. Der er i Brøndby Kommune et blomstrende foreningsliv med mange aktiviteter både intellektuelt og fysisk og dermed en rigtig god ramme at udfolde et aktivt og værdigt seniorliv.

«Strategi Brøndby 2030» har en målsætning om, at kommunen skal have varierede boligformer. Boligformer, der kan honorere de forskellige behov, man har for bolig gennem livet – også som senior. De fleste borgere ønsker at blive længst muligt i et hjem, de selv har valgt, men ikke for en hver pris. Derfor kan Brøndby Kommune hjælpe seniorerne med en ældre- og handicapvenlig bolig eller en plejebolig, hvis det er det, der er behov for. Brøndby Kommune bakker også op om ældrevenlige boliger gennem lokalplaner og samarbejder med boligforeningerne om fx. seniorbofællesskaber.

Seniorpolitikken er udarbejdet med udgangspunkt i Seniorpolitikken fra 2018. Den udgave, du sidder med her, er bl.a. udarbejdet med baggrund i et dialogmøde med alle relevante interessenter på ældreområdet i marts 2023 og et temamøde i Kommunalbestyrelsen i april 2023. Den involverende proces har bl.a. medført et øget fokus på inddragelse af pårørende og frivillige samt moderne velfærdsteknologiske muligheder. Vi vil gerne takke alle, der har bidraget med gode input og idéer til revisionen af politikken.

Nu skal den reviderede seniorpolitik ud at leve, og ord skal omsættes til handling. Det skal vi gøre sammen, og det glæder vi os til.

Brøndby Kommune, juni 2023

På vegne af Kommunalbestyrelsen



Kent Max Magelund
Borgmester

På vegne af Social- og Sundhedsudvalget



Maja Højgaard
Formand for Social- og Sundhedsudvalget



Indledning

Formål

Denne Seniorpolitik sætter kursen for de politiske initiativer, der skal understøtte det aktive og værdige seniorliv i Brøndby Kommune. Seniorpolitikken skal desuden bidrage til at angive de politiske fokusområder for den fremtidige udvikling af indsatser på seniorområdet i Brøndby. Seniorpolitikken skal som dialogværktøj styrke mulighederne for borgerinddragelse og den gode dialog mellem borgere, politikere og forvaltning.

Derudover skal Seniorpolitikken give et solidt grundlag for den politiske prioritering af ressourcer på området og tydeliggøre, hvilke forventninger borgerne og kommunen kan have til hinanden. Samlet set skal politikken understøtte størst mulig kvalitet, effektivitet og fokus i kommunens opgaveløsning på seniorområdet. Samtidig udgør Seniorpolitikken den værdimæssige prioritering og ramme for medarbejdernes faglige ageren.

Sammenhæng mellem seniorpolitik og værdighedspolitik

I Brøndby Kommune er den lovbestemte værdighedspolitik indarbejdet i den samlede Seniorpolitik. Seniorpolitikken tager udgangspunkt i værdighedspolitikens syv pejlemærker¹, som man fra statslig side har opsat om en værdig ældrepleje:

1. Livskvalitet
2. Selvbestemmelse
3. Kvalitet, tværfaglighed og sammenhæng i plejen
4. Mad og ernæring
5. En værdig død
6. Pårørende
7. Bekæmpelse af ensomhed

Konkret betyder det, at Seniorpolitikken samlet set er med til at sætte fokus på de syv pejlemærker, som er et krav i kommunernes værdighedspolitikker. Det betyder også, at pejlemærkerne er adresseret og integreret i sammenhæng med de fire tværgående, lokale indsatsområder i Seniorpolitikken:

- Det aktive seniorliv
- Selvbestemmelse og dialog
- Behov for hjælp og pleje
- Boliger og velfærdsteknologi

¹ Som følge af BEK nr. 70 af 21/01/2019, som er et krav til alle kommuneres værdighedspolitikker.

Selvbestemmelse, værdighed og personligt ansvar

At blive senior ændrer ikke ens personlighed. Selvbestemmelse og værdighed vil være værdier, som kommende seniorer vil insistere på at bevare, også selvom man kommer i en situation, hvor man får brug for hjælp fra kommunen. Derfor skal samarbejdet mellem seniorer og kommunen hele tiden udvikles, så vi får det bedste frem i hinanden. Værdighed er her en nøgleværdi, særligt i samspillet med de svageste seniorer. Når disse møder medarbejdere fra kommunen, skal de møde hinanden med gensidig respekt, og dialogen skal foregå i en respektfuld og ordentlig omgangstone.

Det er vigtigt at tage ansvar for eget liv og aktivt arbejde på at holde sig i gang. Dette er en forpligtelse, der varer ved, selv hvis man på et tidspunkt mister færdigheder og får brug for hjælp. Også i sådan en situation er der mange ting, man selv kan være aktiv med, og som kan styrke ens livskvalitet og værdighed. Derfor er det vigtigt, at Seniorpolitikens indsatser afspejler det personlige ansvar og de personlige valg, der gør sig gældende i alle livets faser.

Målgruppe

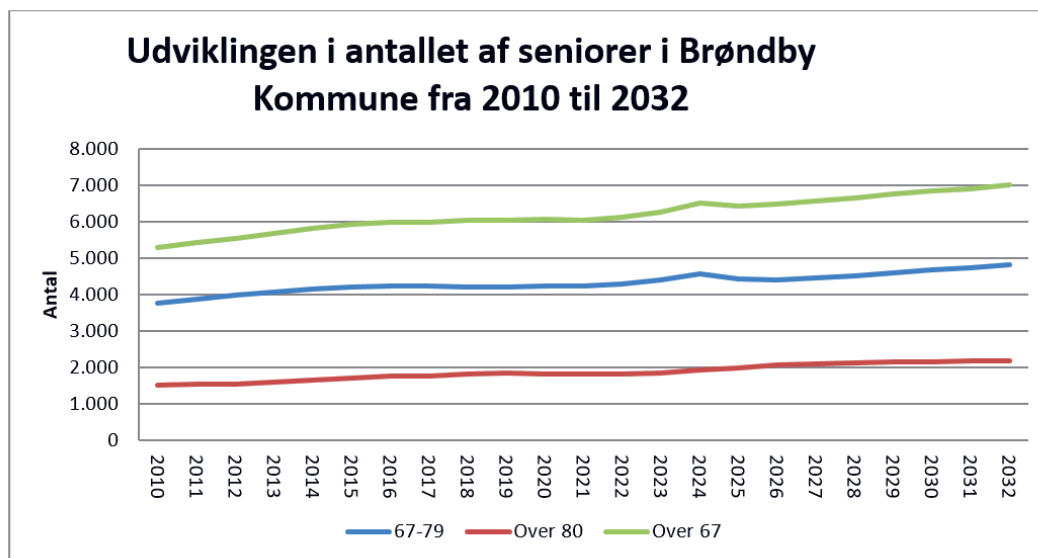
Målgruppen for politikken er seniorer og ældre i Brøndby Kommune og deres pårørende. Seniorer eller ældre? Det er forskelligt, om personer på 60+ eller 65+ år omtaler sig selv som ældre, senior eller ingen af delene. Aldring er med andre ord individuelt og har ikke nødvendigvis noget med ens fødselsdato at gøre. Nogle opfatter sig selv som ældre og synes, det er fint at blive omtalt af andre som ældre. Men for mange er ordet ældre knyttet til ikke at kunne leve det samme liv som før. For nogle er det negativt ladet. Senior, derimod, opfattes mere positivt. Derfor omtaler vi de ældre primært som seniorer i denne publikation.

Gruppen af seniorer er meget bredt sammensat og spreder sig fra borgere, der jævnligt har behov for støtte fra kommunens sundhedspersonale til borgere, der blot efterspørger kulturelle tilbud eller fællesskaber. Med alderen stiger behovet typisk for hjælp, men langt de fleste seniorer klarer sig selv helt eller delvist, og de færreste får fx behov for en plejebolig.

Seniorerne er lige så forskellige som borgerne i alle andre aldersgrupper. Derfor har Seniorpolitikken en bred og meget varieret målgruppe, der ofte er svær at sætte alder på. Seniorpolitikken er fx også relevant for ældre handicappede og pårørende til seniorer, der har demens. Kommunens medarbejdere er også en del af Seniorpolitikens målgruppe, idet politikken udgør den værdimæssige prioritering og ramme for medarbejdernes faglige ageren.

Udviklingen i fremtidens seniorer i Brøndby Kommune

Seniorpolitikken skal understøtte de fremtidige politiske prioriteringer, og den skal angive retning i forhold til de udfordringer, der vil præge seniorområdet de kommende år. Der er en positiv udvikling på mange områder, som der skal værnes om, men der er også udfordringer, som skal håndteres. Antallet af seniorer vil, jf. nedenstående figur, stige i Brøndby Kommune i de kommende år. I 2022 var der 6.133 borgere (67+) i kommunen, heraf 1.832 borgere på 80 år eller ældre. I 2032 vil der være 7.007 borgere (67+) (stigning på 14 %) og 2.195 borgere på 80 år eller ældre (stigning på 20 %).



Aldersrelaterede sundhedsproblemer

Brøndby Kommune er blandt de kommuner, som bruger flest ressourcer på ældreområdet. Med den voksende gruppe af seniorer på 80 år eller ældre vil omfanget af kendte sundhedsproblemer blive større, og nye vil komme til. For nogle seniorer følger sygdomme som eksempelvis demens, vandladningsproblemer, syns- og hørevanskeligheder og kræft. Derudover vil der også være flere seniorer, der lever længere med en eller flere kroniske sygdomme som KOL og diabetes.

Sygehusvæsenet under forandring

Det regionale sygehusvæsen er også under forandring. De kommende supersygehuse har færre senge og mange flere ambulante patientforløb. I stedet for en indlæggelse på sygehuset vil man fremover ofte kunne behandles og plejes derhjemme eller på en af kommunens midlertidige pladser. Dette er en god samfundsmæssig udvikling, men det betyder også, at kommunerne i fremtiden skal kunne håndtere flere nye og mere komplicerede plejeopgaver - eksempelvis flere udrednings- og behandlingsforløb og flere rehabiliteringsforløb. Dette stiller bl.a. større krav til sundhedspersonalets kompetencer.

Medarbejdere og kompetencer

Der er mange medarbejdere beskæftiget på ældreområdet. Arbejdsstyrken daler de kommende år, idet de yngre årgange ikke er store nok til at erstatte de pensionerede. Dette vil give store problemer med at få ansat tilstrækkeligt mange og kompetente medarbejdere i alle faggrupper som fx sygeplejersker, social- og sundhedsassistenter og hjælpere samt terapeuter. Det vil udfordre kommunens evne til at løfte opgaverne, og det vil være nødvendigt at søge alternative måder at få løst opgaverne på. Brøndby Kommune har i dag uddannet/faglært personale, men der kan fremadrettet også være behov for brug af alternative faggrupper, som eksempelvis pædagoger og farmakonomer samt arbejdskraftsbesparende teknologier. Den demografiske udvikling med betydeligt flere plejekrævende seniorer samtidig med, at udbuddet af sundhedspersonale forventes at falde, vil gøre arbejdet med udfordringerne med fastholdelse og rekruttering endnu mere nødvendigt og aktuelt.

Økonomien under pres

De nævnte udviklingstendenser ovenfor, herunder den øgede aktivitet, kræver flere penge samtidig med, at økonomien på seniorområdet fremover vil være under pres. Brøndby Kommune har en forventet vækst af seniorer, men med udvikling af områderne Brøndby Strand og Kirkebjerg vil børnetallet også stige, og der skal derfor prioriteres midler til såvel seniorer som yngre. En skarp prioritering, der bl.a. handler om fortsat at kunne sikre velfærd til de mest sårbare grupper og dem der har mest behov. Hertil kommer, at kommunens udgifter på sygehusområdet forventes at stige, og det samme vil behovet for sundheds- og plejerelevante ydelser.

Der tegner sig derfor et billede af øget efterspørgsel på kommunale indsatser fra et større antal seniorer. Derfor skal der løbende være fokus på effektivitet i seniorområdet, og der skal ligeledes være fokus på at tilpasse serviceniveauet i spændingsfeltet mellem øget efterspørgsel og færre midler. Fremtidens teknologiske løsninger kan medvirke til at skabe bedre service for seniorerne og billigere samt mere effektive løsninger.

Det kan forekomme som store udfordringer, men samtidig er det vigtigt at huske på de positive sider. Seniorer vil generelt være en sundere og mere aktiv gruppe, hvoraf flere har lyst til at bidrage til fællesskabet – eksempelvis som pårørende eller ved frivilligt arbejde overfor andre seniorer. Seniorgruppen er også mere teknologiparater end tidligere, hvilket er et godt udgangspunkt for at få glæde af fremtidens teknologiske løsninger. Mange seniorer holder sig aktive højere op i alderen, og behovet for hjælp bliver derfor minimeret eller udskudt, til de er højt oppe i alderen – en udvikling man også har kaldt sund aldring.

Seniorpolitikens indhold

De fleste seniorer har et liv, hvor kommunens sundhedspersonale er meget lidt eller slet ikke involveret. Mange har et liv med aktiviteter, begivenheder, relationer og interesser, som ikke er afhængig af alder. Seniorpolitikken er for alle seniorer, men med en særlig opmærksomhed på dem, der af den ene eller anden grund har behov for støtte og hjælp til at klare hverdagen.

På de følgende sider udfoldes Brøndbys seniorpolitik og de enkelte indsatsområder nedenfor uddybes:

- **Det aktive seniorliv**
- **Selvbestemmelse og dialog**
- **Behov for hjælp og pleje**
- **Boliger og velfærdsteknologi**



Det aktive seniorliv

Det aktive seniorliv handler om at kunne holde sig i fysisk såvel som intellektuel god form, så man oplever glæde og livskvalitet i sin hverdag. Nogle ønsker aktiviteter, der giver en sundere og stærkere krop, andre aktiviteter, der stimulerer dem intellektuelt, som eksempelvis højtlesning, håndarbejde og fællessang. Derfor arbejder Brøndby Kommune for at understøtte etableringen af brede foreningsdrevede aktivitetstilbud, der både stimulerer krop og hjerne.

Alle vil gerne indgå i værdifulde relationer, så man kan dele glæder og sorger med andre. Brøndby Kommune arbejder derfor på at skabe rammer for de frivillige foreninger, så de i samarbejde kan udvikle gode og aktive fællesskaber til gavn for alle seniorer i byen. Det frivillige arbejde er vigtigt, men det skal organiseres og planlægges og kan og må ikke stå alene.

Seniorpolitikken understøtter kommunens strategi «Brøndby 2030», der beskriver en by med puls og bevægelse. Mere idræt, sport og bevægelse hele livet. Alle skal have mulighed for at tage del i aktiviteter, der fremmer fællesskab, sundhed og trivsel uanset alder, økonomisk formåen og livsomstændigheder. Derfor skal Brøndby Kommune være med til at udbrede kendskabet til aktiviteter, der fremmer idræt, motion og samvær og med fokus på de kulturelle forskelle.

Det personlige ansvar

Forskning viser, at jo mere man bruger sine evner og færdigheder, jo større livskvalitet og selvbestemmelse oplever man. I Brøndby Kommune har alle et personligt ansvar for, at livet kan udvikle sig i den retning, man ønsker. Det er en forventning, at man som senior selv opsøger aktiviteter, der holder en i gang – fysisk som intellektuelt. På et tidspunkt kan man som senior miste sine færdigheder og få brug for støtte. Når man som senior får behov for støtte, skal dialogen med kommunen bygge på gensidig tillid og med fokus på smidige arbejdsgange, så man opnår et godt samarbejde om de indsatser, der skal leveres. Det er seniorernes egne evner, der er udgangspunktet og de fagligt dygtige medarbejdere yder støtte til, at man som senior forsat selv kan så meget som muligt.



Melormene maler mel ved Brønbyvester Mølle

Brøndby Kommune har derfor fokus på, at:

- Seniorer er aktive og lever et sundt liv med gode relationer. Derfor tilbyder kommunen rammer og aktiviteter, der kan hjælpe seniorer på vej.
- Borgere, der får praktisk og personlig hjælp først og fremmest tager imod tilbud om hverdagstræning og rehabilitering med henblik på at blive så selvhjulpne som muligt.
- Der er en høj faglig kvalitet i kommunens trænings- og rehabiliteringsforløb.
- Understøtte det frivillige arbejde og aktiviteter i pensionisthusene mv.
- Understøtte, at foreningslivet kan tilbyde gode og alsidige tilbud som eksempelvis intellektuelle aktiviteter, træning og motion – også hvis man flytter på et af kommunens ældrecentre.
- Engagere flere generationer sammen ved, at børn fra daginstitutioner og skoler besøger og er aktive sammen med ældre.

At holde sig i gang

Fysisk aktivitet er et afgørende middel i forhold til forebyggelse af sygdomme, og derfor skal det være nemt og trygt at kunne bevæge sig rundt i kommunen. De friske seniorer kan selv, og de svagere skal motiveres til at få bevæget sig og komme ud i den daglige friske luft.

Sygdom og svækkelse kan være begrænsninger for det aktive seniorliv. Kommunen skal have tilbud, der så hurtigt som muligt kan hjælpe én med at få kræfterne tilbage. Hvis man er nødt til at lære at leve med en kronisk sygdom, skal der også kunne hentes støtte til dette.

Sund mad er af meget stor betydning, hvis man vil fastholde et aktivt liv og holde kroppen sund. Brøndby Kommune har en mad- og måltidspolitik på seniorområdet, der detaljeret beskriver kommunens indsats i forhold til mad og måltider. Mad- og måltidspolitikken kan findes på kommunens hjemmeside.

Uanset hvilken situation man som senior befinder sig i, vil sund og varieret mad i gode frivilligt etablerede fællesskaber for de fleste seniorer give mere velvære og øget livskvalitet.

Brøndby Kommune har – som det også fremgår af kommunens strategi «Brøndby 2030» - derfor fokus på at:

- Gøre det nemt og sikkert for seniorer at bevæge sig rundt i Brøndby.
- Understøtte, at der tilbydes aktiviteter, hvor man som senior kan være aktiv, både fysisk, intellektuelt og socialt.

- Iværksætte hurtige træningsforløb og har tilbud i forhold til de kroniske sygdomme (bl.a. forløbsprogrammer).
- Informere seniorer om, hvor vigtig god ernæringsrigtig mad er for helbredet. Brøndby Kommune har en sundhedsformidler, der holder oplæg i foreninger mv. om eksempelvis kost og motion.
- Understøtte spisefællesskaber.
- Yde en tidlig sundhedsfaglig indsats ved målrettet opmærksomhed på sundhedsfaglige problemstillinger hos borgere, som kommunen er i kontakt med.
- Forebygge udviklingen af kroniske sygdomme hos seniorer.

Det sociale liv – forebyggelse af ensomhed

Mange seniorer har et rigt socialt liv bl.a. i de mange forskellige seniorforeninger. Andre har ikke længere overskuddet, og derfor kan det for nogle være svært at etablere nye kontakter, fx hvis man har mistet sin ægtefælle.

Kommunen tilbyder, at alle seniorer har mulighed for at være sammen med andre i pensionisthusene, på bibliotekerne/kulturhusene eller på de årlige pensionistskovture. Hvis det sociale liv svinder, kan det føles ensomt. Undersøgelser viser, at en voksende gruppe seniorer i Danmark føler sig ensomme, ofte som et resultat af svigtende helbred, tab af ægtefælle og venner samt sparsom kontakt til børn og naboer. Følelsen af ufrivillig ensomhed kan ramme alle og kan for nogle udvikle sig til helbredsproblemer og depression. Kommunen kan ikke erstatte de nære relationer, men kan i samarbejde med f.eks. frivillige og foreninger tilbyde aktiviteter og fællesskaber, der kan bidrage til at forebygge ensomhed, også i nærområderne.

Brøndby Kommune har derfor fokus på, at:

- Tilbyde aktiviteter og rammer i samarbejde med civillsamfundets aktører, hvor man som senior kan være sammen med andre og har mulighed for at skabe værdifulde relationer for såvel hjemmeboende som beboere på kommunens ældrecentre.
- Afhjælpe ensomhed med målrettede aktiviteter. Brøndby Kommune og kommunens foreninger tilbyder en lang række aktiviteter for seniorer. På Brøndby Kommunes hjemmeside finder du i seniorkalenderen aktiviteter og tilbud for seniorer.
- Arbejde forebyggende mod ensomhed og have fokus på netværksdannelse, bl.a. via vores ensomhedskonsulent.
- Forebygge ensomhed ved at tilbyde gode rammer på kommunens pensionisthuse og daghjemstilbud.

Frivillige og foreninger

Mange seniorer har så meget overskud, at de bruger tid og energi på frivilligt arbejde rettet mod andre seniorer, men også mod yngre aldersgrupper og familie og venner. Det kan være som medlem af en idrætsforening, Ældre Sagen, Røde Kors eller en af de øvrige seniorforeninger, som er aktiv i menighedsråd, det bolig- sociale arbejde eller som frivillig knyttet til en af kommunens institutioner. Frivillige, der jo både glæder andre og selv får positive oplevelser tilbage, skal anerkendes for det vigtige bidrag, de giver. Samtidig er det vigtigt, at der skelnes klart mellem opgaver, som frivillige kan varetage, og opgaver, der kræver professionelle kompetencer.

Brøndby Kommune er en by med puls og bevægelse og kendt for sit aktive foreningsliv, og kommunen skal understøtte disse gode aktivitetsmuligheder for byens seniorer.

Brøndby Kommune har derfor fokus på at:

- Understøtte det frivillige arbejde i Brøndby Kommune og anerkende dem for deres indsats.
- Skabe et godt og tydeligt samarbejde mellem frivillige og de professionelle.
- Arbejde på at udbrede de frivilliges arbejde til alle centre/enheder.
- Støtte op om seniorforeningernes og andre relevante foreninger og organisationers arbejde.

Selvbestemmelse og dialog

Selvbestemmelse og dialog handler om værdighed, livskvalitet og ansvar for eget liv. Selvbestemmelse rummer principielt mulighed for at tilrettelægge en hjælp baseret på den enkeltes unikke behov og ønsker, men det betyder ikke, at der er frit valg på alle hylder. Kommunens medarbejdere kan støtte og medvirke til, at man i videst muligt omfang har mulighed for at påtage sig at være selvbestemmende, og at man sikres indflydelse på beslutninger vedrørende sit eget liv og hverdag. Seniorernes holdninger er vigtige for kommunen, og feedback er med til at sikre og udvikle kvaliteten af de kommunale indsatser.

Seniorers kontakt med kommunale medarbejdere skal være kendetegnet ved åbenhed, ligeværdighed og en respektfuld tone. Man skal som senior opleve, at samarbejdet foregår ligeværdigt, så beslutninger ikke træffes hen over hovedet på én, men sammen med én, evt. sammen med ens pårørende efter eget ønske. Der skal være fokus på ordentlighed og en god omgangstone, og det bør altid tilstræbes, at der er størst mulig kontinuitet med hensyn til, hvilke medarbejdere man møder.

Når mennesker mødes, kan der opstå uenigheder. Derfor skal medarbejdere i kommunens ældrepleje være i stand til at gå i dialog med både borgere og pårørende på en respektfuld måde, så konflikter undgås.

Forventninger skal afklares, og forklaringer skal gives, hvis udfaldet ikke bliver, som man havde regnet med. Under alle omstændigheder skal kontakten være kendetegnet ved en gensidig respekt og en imødekommende dialog med udgangspunkt i, hvad borgeren oplever som problemet, og hvad der evt. kan løse problemet. Som senior er man ofte den bedste til at finde en god og varig løsning for sig selv. Nogle gange skal man måske guides lidt for at finde frem til løsningen og støttes i at gennemføre den.

Brøndby Kommune har fokus på, at dialogen med seniorer også kan foregå på (skærm)møder i stedet for på skrift. Skriftlig dialog kan virke meget formelt og give grund til misforståelser. Det kan være en god ide at have pårørende med til møder med kommunen, idet fire ører hører bedre end to. Ens pårørende kan give ekstra støtte og tryghed og i særlige tilfælde fungere som ens talerør. Pårørende kan hjælpe én med at huske alle detaljer fra et møde, og man kan drøfte mødet sammen efterfølgende. Hvis man ikke har pårørende, der kan være med, tilbyder Ældre Sagen at deltage.

Kommunens seniorer er forskellige og langt de fleste har mange ressourcer, som de kan og vil bruge. I forhold til de svageste ældre har kommunen et særligt ansvar. De fysiske, psykiske og sociale kompetencer kan være svækkede, og den enkelte kan måske ikke gøre ret meget selv, men også disse borgere har som udgangspunkt selvbestemmelse. Det er måske ikke muligt i forhold til alle beslutninger og handlinger, men selv små beslutninger kan betyde meget for ens livskvalitet – fx. ”Hvad tid vil jeg gerne hjælpes op om morgenen?”, ”Hvad vil jeg spise til frokost?” eller ”Hvad er vigtigt for mig at kunne selv?”.

Alle seniorer kan med fordel overveje, drøfte og eventuelt nedskrive ønsker til fremtiden. Livshistorien, plejetestamentet og lignende kan være en stor hjælp, hvis man kommer i en situation, hvor man ikke længere kan tage vare på sig selv, og andre må tage over.

Brøndby Kommune har derfor fokus på at:

- Udgangspunktet for samarbejdet mellem borgere og medarbejdere er seniorernes ønsker og mål i kombination med medarbejdernes faglighed.
- Skabe gennemsækelighed i kommunens ydelser.
- Respekt for borgerens selvbestemmelse og insistere på borgerens ansvar for egne valg og eget liv.
- Inddrage pårørende, når borgeren ønsker det.
- Fremme anvendelsen af livshistorier, plejetestamenter m.m.
- Sikre accept, når sundhedspersonalet handler på seniorernes vegne, fx ved lægekontakt.
- Sundhedspersonalet har en anerkendende tilgang i kommunikationen med seniorerne.
- Tydeliggøre den skriftlige kommunikation bl.a. i forbindelse med afgørelsesbreve og klagesager.
- Styrke borgerkontakten ved at invitere til dialog og møder i forbindelse med behandling af klager.

Kommunikation

Kommunikation med kommunens borgere, herunder seniorer, skal altid ske med målgruppen i fokus og på modtagernes præmisser. Den skal samtidig være let tilgængelig. Kommunens dialog med seniorerne bliver i disse år mere og mere digital. Mange seniorer er fuldt digitale og undersøgelser viser, at seniorgruppen generelt er meget omstillingsparat i forhold til at bruge digitale medier og ny teknologi. Men der er fortsat en lille gruppe seniorer, som endnu ikke er trygge ved digital kommunikation. Derfor skal kommunen skabe rammer for, at disse seniorer motiveres og oplæres til at blive trygge brugere af digitale kommunikation. En styrkelse af seniorernes digita-



SOSU-assistent på hjemmebesøg

le kompetencer vil samtidig være en fordel i andre sammenhænge, fx ved brug af sociale medier og deltagelse i samfundsdebatten. Kommunens hjemmeside skal være nem at finde rundt i, og det skal være let at betjene sig selv. Seniorer, der er fritaget for digital kommunikation, skal også have mulighed for at få kommunal information, og de skal også kunne have den gode og konstruktive dialog med kommunen.

Brøndby Kommune har derfor fokus på at:

- Informere klart og tydeligt om senioraktiviteter i kommunen på kommunes hjemmeside samt i kommunes annoncer i lokale medier.
- Gøre det nemt at bruge kommunens hjemmeside og selvbetjeningsløsninger.
- Udvikle mulighederne for brug af «læs højt-funktionen» på kommunens hjemmeside.
- Tilbyde aktiviteter, der guider seniorer i den digitale verden.
- Sikre information og kommunikation til ikke digitale seniorer.

Indflydelse

Indflydelse og dialog på seniorgruppens vegne sker også gennem råd, udvalg og frivillige foreninger. En vigtig aktør er kommunens Seniorråd, som er valgt af og blandt kommunens seniorer. Seniorrådet er et vigtigt organ, der er rådgivende overfor Kommunalbestyrelsen og de politiske udvalg og derigennem kan medvirke til at kvalificere og påvirke de politiske beslutninger.

Også gennem brugerundersøgelser kan seniorer give tilbagemelding om deres erfaringer med de kommunale ydelser og bidrage til en løbende tilretning og forbedring. På kommunens ældrecentre har pårørende en særlig vigtig rolle, bl.a. i bruger-/pårørenderådene. Kommunen får også mange værdifulde input gennem den gode og tætte dialog med byens seniorforeninger.

Brøndby Kommune har derfor fokus på at:

- Understøtte Seniorrådets arbejde og synlighed.
- Anvende brugerundersøgelser, bl.a. om den mad, der bliver leveret til hjemmeboende pensionister.
- Styrke seniorernes indflydelse på aktiviteter i de kommunale aktivitetstilbud.
- At udvikle og styrke beboerdemokratiet på kommunens ældrecentre.

Behov for hjælp og pleje

Nogle seniorer vil med tiden få brug for kommunal hjælp og pleje. Det er vigtigt, at man møder seniorerne, hvor de er og med respekt for det, som er væsentligst for dem. Som senior skal man mødes af professionelle medarbejdere med et højt fagligt niveau. Det er desuden vigtigt, at det er de samme faste medarbejdere, som møder seniorerne, når det er muligt, og at de møder dem med respekt og værdighed.

Hjælpen skal være præget af kvalitet, tværfaglighed og sammenhæng og skal gives med gensidig respekt for kulturelle og sociale forskelle. Seniorer, præget af sygdom som fysisk svækkelse eller demens, skal have mulighed for at leve et værdigt liv trods sygdom. Det er desuden vigtigt, at kommunen støtter op om de pårørende til demente, bl.a. ved at tilbyde aflastning f.eks. i pårørendegrupper.

Hjælp og pleje

Omkring en fjerdedel af kommunens seniorer har brug for hjælp til at klare hverdagen. Nogle skal blot have hjælp til enkelte ting, mens andre er afhængige af pleje døgnet rundt. Hjælpen skal være professionel og omsorgsfuld og skal ske i tæt samarbejde med seniorerne. Jo mere selvhjælpen man er, des mere livskvalitet har man mulighed for at opleve. Så den hjælp kommunen tilbyder skal være hjælp til selvhjælp - og ikke gøre én passiv.

Hjælpe midler kan også være til stor nytte, og målet er, at man kan leve sit liv så tæt på det, man ønsker. Den rette ernæring er også af stor betydning for ikke at tabe færdigheder eller blive syg.

Brøndby Kommune har derfor fokus på at:

- Tilbyde hjælp og pleje af høj kvalitet.
- Sikre, at borgerens ressourcer bruges i den personlige og praktiske hjælp.
- Sikre smidige arbejdsgange, herunder have tillid til, at borgerne ofte er eksperter i eget liv.
- Anvende relevante hjælpemidler og understøtte seniorernes selvhjælpenhed.
- Kvalitetsudvikle plejen ved bl.a. at kompetenceudvikle medarbejdere og skabe læring af uhensigtsmæssige forløb.
- Understøtte tandsundhed hos de svageste seniorer.
- Understøtte aktiviteter beskrevet i Mad- og Måltidspolitikken.
- Inddrage borgernes konkrete erfaringer i udvikling af de faglige ydelser.



SOSU-assistent på hjemmebesøg

Sammenhæng i forløb

Der skal være sammenhæng i de forskellige ydelser, man modtager fra kommunen og øvrige offentlige ydelser. Det forudsætter et tæt og godt samarbejde internt i kommunen og mellem kommune, hospital og praktiserende læge, herunder skal der være stort fokus på overgange imellem disse.

Undersøgelser viser, at det er muligt at forebygge indlæggelser, hvis personalet og seniorer i fællesskab er opmærksomme på de tidlige tegn på sygdom og forværring, og de sammen får lagt en plan for at vende situationen til det bedre. Hvis man bliver syg, vil man i fremtiden ikke så ofte skulle på hospitalet. Meget behandling vil i stigende grad foregå ambulant, og egen læge og hjemmeplejen kan i samarbejde varetage en del behandling, der før krævede indlæggelse. Hvis man har behov for midlertidig døgnpleje, kan det blive aktuelt med et ophold på en af kommunens midlertidige pladser.

Kommunen skal følge tæt op på hospitalsindlæggelse af særligt sårbare borgere, så der bliver en god overgang mellem sygehus og hjemmepleje, og borgeren dermed undgår at blive genindlagt hurtigt. Hospitalerne har et 72-timers (lægeligt) behandlingsansvar ved udskrivninger fra hospital, der vil kunne medvirke til at understøtte dette. Det indebærer, at hospitalet bevarer ansvaret for patientens behandling i 72 timer og dermed bl.a. påtager sig at håndtere henvendelser fra kommunens sundhedsfaglige medarbejdere de tre første døgn efter udskrivelsen fra et hospital, fx om medicin eller den iværksatte behandling.

Brøndby Kommune har derfor fokus på at:

- Arbejde systematisk med tidlig opsporing og tidlig indsats for at forebygge indlæggelser.
- Medvirke til, at borgere oplever sammenhæng og mening i behandlingsforløb og overgange gennem tæt kontakt med samarbejdsparter internt og eksternt i kommunen.
- Følge hurtig op efter hospitalsindlæggelse hos borgere, der modtager hjemme(syge)pleje, bor på ældrecentre - eller på anden vis er kendt af kommunen.
- Sikre, at seniorerne får en smidig overgang fra hospital til eget hjem eller midlertidig plads.
- Udvikle personalets kompetencer, mhp. sikre forsvarlig udskrivning fra hospitalet.
- Tilbyde relevant akutsygepleje hele døgnet.

Seniorer med særlige behov som følge af demens eller andre kognitive udfordringer

Nogle seniorer har særlige behov. Seniorer med erhvervet hjerneskade eller demens er nogle af disse grupper. Næsten alle de seniorer, der bor på kommunens ældrecentre, har en kognitiv lidelse ofte i form af en demenssygdom. Plejen af disse seniorer skal basere sig på den nyeste faglige viden og leve op til de nationale anbefalinger. Behandling og pleje skal ske, så også de oplever et værdigt og godt liv. Også pårørende skal der tages vare på med inddragelse, aflastning og netværk. Denne indsats starter allerede, mens den demente borger stadig bor i eget hjem. Ældrecentre skal indrettes, så seniorerne, der har gode forudsætninger for det, lever og trives bedst muligt.

Brøndby Kommune har derfor fokus på at:

- Medvirke til tidlig diagnostik af demens, så de særlige behov kan tilgodeses tidligt i forløbet.
- Sikre udvikling af personalets kompetencer i forhold til den nyeste viden på demensområdet samt forebygge magtanvendelse.
- Tilbyde aktiviteter og rammer, der kan aflaste pårørende til borgere med demens eller demenslignende symptomer.
- Indrette alle ældrecentrenes fysiske rammer og skabe relevante aktiviteter, så de tilgodeser de særlige behov, som borgere med demens har.
- Arbejde mod, at Brøndby Kommune bliver en del af netværket «Demensven Kommuner».
- Udvikle tilbuddet til borgere med erhvervet hjerneskade og deres pårørende.

Pårørende

For de svageste seniorer er pårørende af meget stor betydning. Som pårørende er det givende at være tæt på deres kære, men det kan også være en stor opgave og udfordring. Kommunen skal sikre forventningsafstemning med og understøtte rådgivning og inddragelse af pårørende, så de kan forblive en vigtig støtte.

Der skal være respekt om, at pårørende kan være et vigtigt livsvidne for den seniore borger. Pårørende skal føle sig hørt og inddraget på rimelig vis og i den udstrækning, som den enkelte senior ønsker det. Det er som udgangspunkt altid den enkelte senior, der afgør, hvordan og i hvilket omfang de ønsker, at deres pårørende bliver inddraget i deres liv. Det er samtidig vigtigt, at pårørende har tid til at være pårørende.

Brøndby Kommune har derfor fokus på at:

- Der skal være gode muligheder for at inddrage de pårørende, så de føler sig hørt og set.
- Etablere netværkstilbud til pårørende til seniorer med demens.
- Understøtte pårørende, så de kan være til hjælp og støtte i forbindelse med hverdagstræning samt rehabilitering, så seniorernes evne til at klare hverdagens aktiviteter vedligeholdes og måske bliver forbedret.
- Involvere bruger-/pårørenderådet og de frivillige i aktiviteter mv. på ældrecentrene.
- Inddrage pårørende så meget som muligt i forbindelse med udskrivelsesforløb i koordination med sygehuset efter aftale med seniorerne.
- Understøtte de pårørende, så de kan bevare overskud i hverdagen.

Livets afslutning

Afslutningen på livet er ofte en svær og følelsesrig erkendelsesproces for såvel borger som pårørende. Kommunens medarbejdere skal have kompetencerne til at kunne pleje og lindre den døende og medvirke til at skabe trygge og fredfyldte rammer for den sidste tid. Hvis pårørende ikke har mulighed for at være hos den døende, kan Røde Kors' lokale vågetjeneste (Gildhøjhjemmet, Æblehaven, i Hjemmeplejen og private hjem) og Ældre Sagens lokale vågetjeneste (Nygårds Plads) evt. inddrages. I tiden efter dødsfaldet kan de efterladte have stor glæde af en kontakt med en sygeplejerske eller andet sundhedsfagligt personale, der bl.a. kan hjælpe med at pege efterladte pårørende hen i sammenhænge, hvor de i fællesskaber kan hjælpes i deres sorgproces.

Brøndby Kommune har derfor fokus på at:

- Understøtte et godt forløb i tæt samarbejde med seniorer og pårørende.
- Sikre personalets kompetencer i forhold til pleje og lindring af døende seniorer.
- Etablere et tæt samarbejde med praktiserende læge og evt. hjemmehospice.
- Være opmærksom på seniorers særlige behov, fx i forhold til religion eller lignende.
- I visse tilfælde tilbyde opfølgning for efterladte pårørende.
- Danne bro for efterladte pårørende til sorggrupper eller andre meningsfulde aktiviteter.

Boliger og velfærdsteknologi

Vores bolig er et vigtigt sted for os, og den skaber rammen om vores liv. De fleste kan forblive i boligen langt op i årene, men for nogle vil det være en fordel at flytte til en mindre bolig, som er indrettet til at kunne klares med færre kræfter og mindre energi. Velfærdsteknologiske hjælpemidler kommer i fremtiden til at få en større rolle i forhold til at lette hverdagen og understøtte muligheden for at blive i egen bolig.

At have den rette bolig

Der er flere ting, der har betydning for, om ens bolig vedbliver med at være det rette valg, når man som følge af alder eller sygdom bliver svækket. Vi anbefaler, at seniorerne i god tid overvejer, hvordan de gerne vil bo, når de kommer op i alderen. Nærmiljøet har en vis betydning, f.eks. indkøbsmuligheder, trygge veje og stier, mulighed for aktiviteter i nærheden samt et godt naboskab. Det er dog i selve boligen, det ofte er muligt at lave ændringer, så man fortsat kan klare sig godt i hverdagen.

Kommunen støtter op om seniorers ønske om at blive i egen leje- eller ejerbolig, så længe det sundhedsfagligt og praktisk er muligt. For at gøre seniorerne i stand til at bo så længe som muligt i eget hjem, har kommunen et bredt udvalg af hjælpemidler. Hjælpemidlerne spænder fra helt lavpraktiske ting som en strømpepåtager eller en toiletforhøjer, til specialiserede hjælpemidler som f.eks. elektriske kørestole, GPS, elektroniske låsesystemer og skærme til virtuelle besøg i hjemmeplejen. Det kan også i nogle tilfælde hjælpe med mindre ændringer i hjemmet, fx ved at fjerne dørtrin.

For nogle seniorer kommer der alligevel et tidspunkt, hvor flytning bliver aktuel. Brøndby Kommune er meget bevidst om vigtigheden af et godt samarbejde med boligselskaberne om at etablere og udvikle relevante boliger - også til den ældste del af byens borgere. Hvis man ønsker at flytte i en lejebolig, vil det være nødvendigt, at man har skrevet sig op i et boligselskab i meget god tid. Man skal være opmærksom på, at der kan være meget lange ventelister, så det er vigtigt at være forudseende.



Borger modtager skærmbesøg

En ældre- eller plejebolig er at betragte som en almindelig almen lejelejlighed, hvor der ofte er tilknyttet fælleslokaler, og hvor der for plejeboligernes vedkommende er plejepersonale tilstede døgnet rundt. Som beboer betaler man husleje og har sin egen økonomi, ligesom man på ældrecentre har mulighed for at tilkøbe mad og andre fornødenheder via de såkaldte servicepakker. Hvis man som senior ønsker en ældre- eller plejebolig, skal man sende en ansøgning til Brøndby Kommune.

Det kan være forbundet med usikkerhed at flytte på ældrecentre, da omgivelserne og menneskerne er nye. Derfor har Brøndby Kommune en særlig opmærksomhed på at tage godt imod nye beboere på centrene. Medarbejderne på kommunens ældrecentre gør eksempelvis meget ud af at kende nye beboeres livshistorier, da det giver mulighed for en god dialog og samarbejde.

Brøndby Kommune har derfor fokus på, at:

- Man kan blive i egen bolig i længst mulig tid – men ikke for enhver pris.
- Informere og rådgive om kommunens tilbud i forhold til hjælp og ændringer i hjemmet.
- Introducere og bruge velfærdsteknologiske løsninger, så seniorer kan bo længst muligt i eget hjem.
- Visitere til ældre- og plejeboliger, hvis det ikke længere er muligt at bo i eget hjem.
- Indrette kommunens ældrecentre, så de understøtter fysisk, mentalt og socialt velvære og kan danne ramme for et godt liv.
- Etablere tilstrækkelige plejeboliger, så plejeboliggarantien på maksimum to måneder ventetid overholdes.
- Når nye beboere flytter ind, bruger medarbejdere den nødvendige tid til at lære vedkommende at kende.

Velfærdsteknologi

I fremtiden kommer alle på et tidspunkt til at stifte bekendtskab med velfærdsteknologi. Det vil være en forudsætning for, at man som senior fortsat kan mestre sit eget liv. Velfærdsteknologi er ikke et nyt fænomen i Brøndby Kommune. Vi har allerede mange velfærdsteknologiske løsninger på seniorområdet og vil i de kommende år få mange flere.

Velfærdsteknologier har overordnet til formål at forhøje livskvaliteten og evnen til, at seniorer forbliver så selvhjulpne som muligt og samtidig øge følelsen af tryghed, sikkerhed og værdighed for både seniorerne og de pårørende. Velfærdsteknologi kommer til at overtage opgaver, som i dag løses af kommunens medarbejdere.

Brugen af velfærdsteknologiske løsninger skal ske i dialog med og i respekt for den enkelte seniors retssikkerhed. Det er også vigtigt, at Brøndby Kommune går i dialog med de pårørende, så de kan føle sig trygge, når det besluttes, at velfærdsteknologiske løsninger skal anvendes.

Anvendelse af velfærdsteknologi kan også være arbejdskraftsbesparende og styrke arbejdsmiljøet ved bl.a. at reducere den fysiske belastning for personalet. Dermed kan velfærdsteknologi i nogle tilfælde være med til både at frigøre arbejdstid/give mere tid til det sociale samt at fastholde og tiltrække nye medarbejdere.

Derudover kan velfærdsteknologier være med til at løfte fagligheden hos medarbejderne og understøtte en bedre udnyttelse af personaleressourcer.

Brøndby Kommune har derfor fokus på at:

- Introducere velfærdsteknologiske løsninger, hvor det giver større selvhjulpne hos borgeren og/eller kan aflaste brugen af medarbejdere
- Introducere velfærdsteknologiske løsninger, der øger trygheden hos seniorer og pårørende.
- Have etiske overvejelser, når teknologiske løsninger anvendes og data indsamles.
- Introducere velfærdsteknologiske løsninger, hvor personalet oplever et bedre arbejdsmiljø, og som er arbejdskraftsbesparende.
- Inddrage seniorer og pårørende, når teknologiske løsninger tages i anvendelse.
- Understøtte trænings- og plejeforløb med velfærdsteknologi, hvor det giver større effekt.

Afslutning

Seniorpolitikens liv

Seniorpolitikken skal fungere som værdipolitisk rettesnor for Brøndby Kommunes arbejde på seniorområdet, herunder kommunens kvalitetsstandarder samt faglige og administrative retningslinjer, der fungerer som grundlaget for det daglige arbejde.

Gør brug af dit Seniorråd

Seniorrådet er kommunens seniorpolitiske råd og skal medvirke til at skabe de bedste vilkår for seniorerne i kommunen. Seniorrådet rådgiver Kommunalbestyrelsen i seniorpolitiske spørgsmål på det generelle plan og behandler således ikke konkrete individuelle sager.

Ud over dette kan Seniorrådet arrangere temamøder og arrangementer for seniorerne i Brøndby, ligesom de inviteres som kommunens seniorrepræsentanter i forskellige sammenhænge.

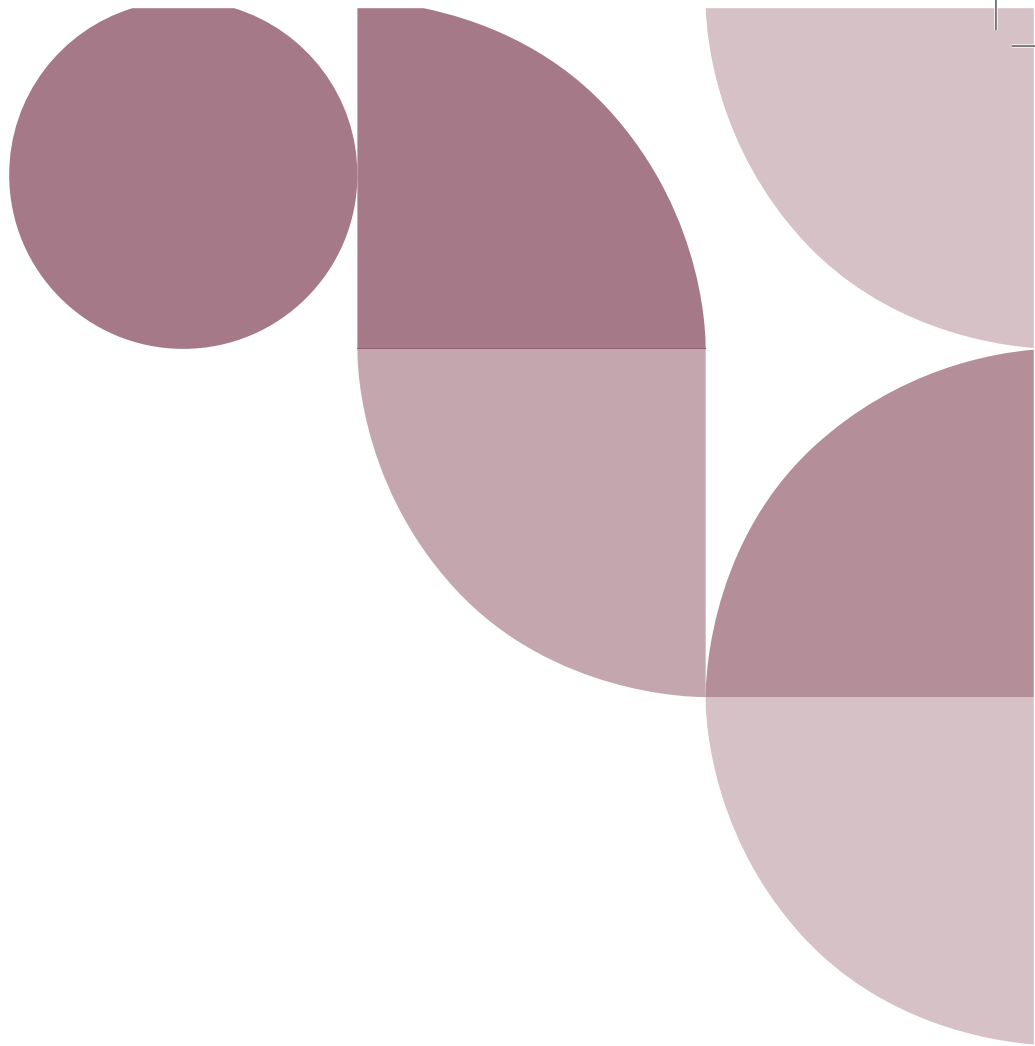
Om Seniorrådet

Der er valg til Seniorrådet hvert fjerde år og her kan alle seniorer over 60 år, der er bosat i Brøndby, opstille og stemme. Rådet er uafhængigt af politiske partier og består af ni medlemmer.

Kontakt

Du kan kontakte Seniorrådet på E-mail: seniorraad@brondby.dk
Postadresse: Rådhuset Park Allé 160, 2605 Brøndby

*Alle personerne på billederne enten arbejder eller bor i Brøndby.
Fotograf: Lisbeth Hjort*





Brøndby
Kommune