

Det Grå Guld i Brøndby

**Kæledyr bringer
lykke i livet.**

Nye studier har vist, at dyr har en stor påvirkning på dit helbred

Sommeren er på Vej

Juni du er himlens og jordens dronning

**Vi fejrer dig Freja med fester, mjød og honning
Nyder naturens forvandlende og fascinerende leg**

Kom nu! Hvad er Brøndby for dig?

Udgivet af Brøndby seniorråd



Indledning Seniorrådets avis Brøndby Kommune ved centerleder Marianne Strømsted:

Den 18. april 2024 indgik regeringen en aftale med et stort flertal af folketingets partier om en reform af ældreområdet, herunder en ny ældrelov (ældreaftalen). Den nye ældreaftale betyder bl.a., at der skal være fokus på helhedspleje og borgernær visitation. At der skal være så få personaler omkring beboeren som muligt, altså at der etableres faste personaleteams omkring den enkelte beboer. At personalet selv visiterer og udfører hjælpen i et tæt samarbejde med beboeren. Medarbejderne i ældreplejen skal have bedre mulighed for at bruge deres faglighed.

Dette er umiddelbart **den metode**, vi i forvejen kender og i en årrække har arbejdet ud fra på kommunens 3 plejecentre, så derfor antager vi på nuværende tidspunkt, at det ikke vil medføre de helt store ændringer i arbejdsgangene. Personalet visiterer selv ydelserne ud fra ud fra de politiske

godkendte kvalitetstandarder, altså ydelserne for både service- og sundhedsloven, i et tæt samarbejde med beboeren og pårørende og er derfor vant til og rutinerede i denne måde at arbejde på.

På alle 3 plejecentre arbejdes der i disse år med at undervise både medarbejdere og lederne i teorierne bag begrebet: ”**Personcentret omsorg**”, og de arbejdsgange der er knyttet hertil, så der således kommer endnu mere fagligt fokus på, hvordan trivslen og glæden øges for den enkelte beboer på plejecentret. I 2025 er der planlagt undervisning for både medarbejdere og lederne i, hvordan vi yderligere styrker samarbejdet med beboerens pårørende.

Vi forventer, at visse arbejdsgange omkring dokumentationen vil blive forenklede og dermed mindre tids- og ressourcekrævende. Den reviderede udgave af Fællessprog 3, der danner grundlaget for dokumentationen på ældreområdet i landets kommuner, udrulles efter planen i juli måned i år. Vi regner på nuværende tidspunkt med, at det kommer til at betyde, at personalet fremover **ikke** skal visitere serviceydelserne til beboeren, men blot forsætte med at beskrive, hvordan hjælpen gives, i det vi kalder ”døgnrytmeplanen” i den elektroniske journal. Her skal der selvfølgelig fortsat være fokus på beboerens

selvbestemmelse og livsglæde, hvor hjælpen og støtten løbende skal evalueres og tilrettes sammen med beboeren og pårørende.

Personalet er på nuværende tidspunkt opdelt i teams på plejecentrene, vi har i dag faste dag, aften og nattevagter. Vi har kontaktpersonsordning for den enkelte beboer og fordelingen foretages med udgangspunkt i personalets faglige kompetencer. Den nye ældreaftale åbner muligheder for at søge midler, så centrene i fremtiden kan sikre optimering og udvikling af de forskellige faglige personaleteams. Der kunne fx arbejdes med større indflydelse på arbejdstidstilrettelæggelsen med fokus på at øge arbejdsglæden.

Ifølge den nye ældreaftale skal der være øget fokus på velfærdsteknologi. Vi har allerede adskillige velfærdsteknologiske løsninger til rådighed på centrene, som personalet benytter, alt efter beboerens behov og på baggrund af en faglig vurdering. Der er i ældreaftalen afsat midler til udarbejdelse af en strategi for den fremtidige anvendelse af velfærdsteknologi, men det er ikke beskrevet nærmere hvordan dette skal ske.

Ældreaftalen lægger op til forenklet tilsyn i forbindelse med ydelserne efter serviceloven. Dette tilsyn skal i højere grad end i dag være rådgivende og sparrende end den nuværende, kontrollerende tilgang. Hvad det helt konkret kommer til at betyde, er noget uklart. Der vil fortsat ligeledes være tilsyn fra Styrelsen for patientsikkerhed i forhold til sundhedsloven samt brandtilsyn og fødevarerilsyn.

Vi afventer derudover også **Sundhedsstrukturkommissionens** udspil på det der omhandler ydelserne i sundhedsloven, fx medicin håndtering og andre sygeplejeydelser.

Så det er en spændende fremtid vi sammen går i møde på ældreområdet, dels med justering af kendte arbejdsgange, men også med mange, på nuværende tidspunkt, ubekendte tiltag.

Dette vil centrene naturligvis deltage aktivt i, så vi fortsat kan rekruttere og fastholde det fagligt kompetente og dygtige personale, med det overordnede mål, at beboerne trives og har de optimale forhold på kommunens 3 plejecentre.

**På vegne af centerlederne på
Gildhøjhemmet Anette Falk,
Æblehaven Maria Fjelsted Rosenqvist
og Nygårds Plads Marianne Strømsted**



Kæledyrs påvirkning på dit liv

Af *LBO*

Det er tidlig morgen, det er koldt, blæser og regner, kort sagt, det er Danmark, tænker jeg og ser olmt ned på min hund, der logrer flittigt med halen, samtidig med hun siger en masse lyde. Udenfor løber hun lystigt rundt totalt upåvirket af mit dårlige humør. Der går utrolig kort tid, det gør det sjovt nok hver gang, så er det gode humør tilbage, hun smitter. At se hende hoppe rundt som en anden gazelle og læse sine "aviser", hilse på andre hunde, kort komme hen til mig for at få et kæl og en godbid, kan ikke andet end gøre mig rigtig glad. Jeg begynder at nyde naturen og den friske luft, spadsereturen gør godt, jo hun smitter.

Kæledyr er en vidunderlig måde at forbedre seniorers fysiske, følelsesmæssige og sociale velbefindende på. Social nærhed er afgørende for mennesker i alle aldre, men det er især vigtigt for seniorer, hvis sociale kredse ofte krymper over tid. Afhængigt af hvilken type dyr du har, opfordrer kæledyr dig oftere til at forlade huset, hvilket øger chancen for at møde andre mennesker og få naturoplevelser samt motion. Undersøgelser har vist at mennesker med kæledyr, går sjældnere til lægen og er mindre afhængig af medicin

Selvfølgelig har dyr unikke egenskaber, der kræver forskellige mængder ansvar, energi og ressourcer. For eksempel foretrækker nogle seniorer måske et dyr, der kan holde trit med deres aktive livsstil. På den anden side vil nogle seniorer måske have en mindre energisk ledsager, der også matcher deres tempo, livssituation og økonomi.



Hunde

Hunde er også fremragende kæledyr til seniorer, især dem, der kan lide at komme udenfor hver dag. Hvis du overvejer at få en hund til dig selv, skal du sørge for at overveje faktorer som din:

- Mobilitet
- Aktivitetsniveau/livsstil
- Type bolig/bopæl

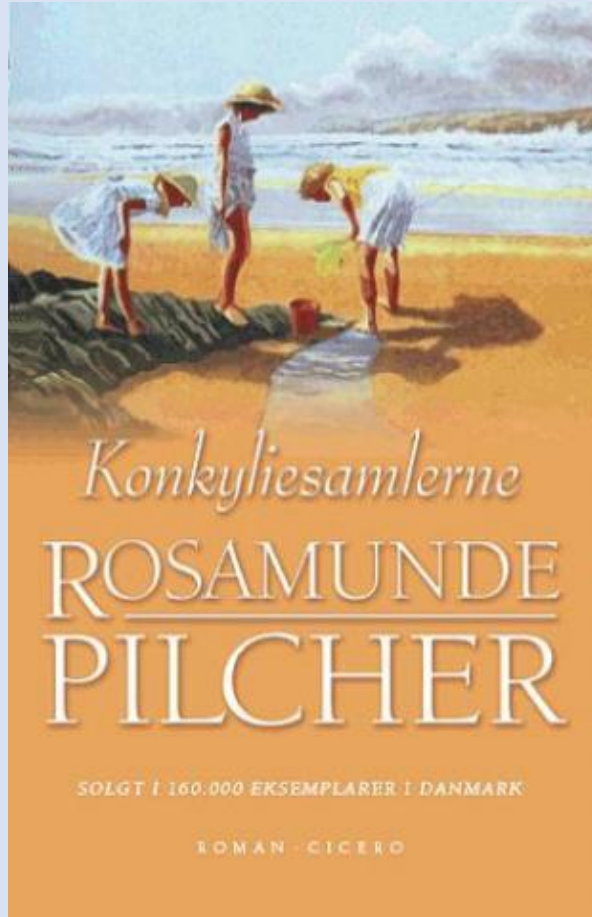
Størrelse er en anden afgørende faktor. For eksempel kan en stor hund ved et uheld vælte dig, men en mindre hund kan være svær at se, hvilket gør det til en potentiel snublefare.

Hvis dit hjem er mindre, og du ikke har en have, er små racer som Cavalier King Charles spaniels, Shih Tzus og maltesere gode muligheder. De har ikke brug for meget plads til at løbe rundt og er lette nok til, at du kan bære dem.

Katte

Katte kræver kun lidt "vedligeholdelse", og derfor er de et af de bedste kæledyr til seniorer. Du behøver ikke at gå tur med katte, og de kræver ikke den samme mængde opmærksomhed som hunde - for det meste. Selvfølgelig er katte fantastiske for dem, der bor i en lejlighed eller et fælles opholdscenter, da de ikke gør. Men selvom katte kan være nemme kæledyr, har nogle racer stadig brug for daglig legetid og børstning.

BOGANMELDELSE



”Konkyliesamlerne” af Rosamunde Pilcher

En engelsk familieroman om flere generationer under og efter anden verdenskrig. Hovedpersonen (Penelope) er i sit livs efterår og ser tilbage på begivenheder og personer, som har været i kontakt med hende. Penelope har en speciel evne til at samle kærlighed og venner omkring sig. Netop den egenskab fører hende frelst igennem sorger, besværligheder og giver hende kræfter til at tage et opgør med to af sine børn, og selv beslutte, hvad der skal ske med ”konkyliesamlerne”, et billede hendes far malede og forærede hende; og som er et bindeled mellem fortid og nutid.

Romanen er velskrevet og underholdende, de gode personer er hyggelige bekendtskaber, og de tre kærlighedshistorier er smukke.

Rosamunde Pilcher har skrevet en del andre bøger, som bestemt også er værd at læse.

Skrevet af

Elsebeth Paustian



En rejse mod frihed og fællesskab: Adnans historie

Af *LBO*

I hjertet af Brøndby har vi en skjult helt blandt os. Mød Adnan, en mand hvis livsrejse er lige så farverig som de blomster, han dyrker i sin have. Fra de bjergrige landskaber i det nordlige Kurdistan til de fredelige gader i Brøndby Strand, har Adnans historie været en fortælling om mod, tilpasning og fællesskab.

Fra politisk uro til dansk idyl

Som ung mand i 1980'ernes Tyrkiet var Adnan politisk aktiv – en farlig beskæftigelse under den tids militærkup. Hans kamp for retfærdighed tvang ham til at forlade sit hjemland, og efter en odysse gennem flere lande, fandt han tilflugt i Danmark. Her blev han tildelt politisk asyl i 1985, og en ny begyndelse tog form.

Sprog er nøglen til forståelse

Adnans dedikation til undervisning og kultur er intet mindre end beundringsværdig. Efter et år på sprogskole og fire måneder på højskole, mestrede han kunsten at føre en samtale på dansk. Dette førte ham til Københavns dag- og aftenseminarium, hvor han fik en smagsprøve på folkeskolefagene og fandt sit kald i lærergerningen.

En lærers hjerte

I 37 år har Adnan været en lærer, der har beriget livet for utallige elever i Høje-Taastrup Kommune. Hans pædagogiske tilgang og varme personlighed har gjort Ole Rømer-skolen til et sted, hvor børn ikke blot lærer, men også vokser som mennesker.

Et hjem fyldt med kærlighed og latter

Adnan og hans hustru Lone har skabt et hjem, der emmer af kærlighed og gæstfrihed. Deres have er et paradys af frugt og grønt, og et æbletræ i haven har Adnan med held podet med 3 sorter. Adnans tradition med at invitere sine elever til sommerfest afspejler hans tro på, at et åbent hjem skaber varige bånd.

Brøndby – mere end et hjem

For Adnan er Brøndby mere end blot en adresse. Det er et fællesskab, der værdsætter mangfoldighed og nærhed. Hans engagement i politik og kærligheden til naturen omkring ham viser, at han ikke blot har fundet et hjem, men også et sted, hvor hans sjæl kan trives.

“Jeg skal bæres ud af Brøndby med fødderne først,” siger Adnan med et smil, der lyser op i hans øjne.

Debatindlæg

Dette er et debatindlæg:

Indlægget er udtryk for skribentens holdning. Alle holdninger, som kan udtrykkes inden for straffelovens og presseetikens rammer, er velkomne, og du kan også sende os din mening her



Skrevet af E. Paustian

Lige siden jeg var en lille pige, kan jeg huske, at det undrede mig, at min bedstefar betalte skat af sin folkepension. Det var trods alt penge, han selv havde været med til at betale til, via sin skat.

Nu er jeg så selv blevet folkepensionist. Og ja, jeg betaler også skat af min folkepension og egen pensionsopsparing. Det er ikke mange penge en folkepensionist har, hvis man kun har en folkepension.

Og med prisstigninger både på fødevarer og tag over hovedet, er det svært, at få pengene til at slå til.

Er det rimeligt??

Nej, efter min mening burde Folketinget sørge for, at pensionister kan leve et ordentligt liv, ikke kun tale om hvad der burde gøres, men sætte handling bag ord. Hvorfor ikke lade folkepensionen følge overenskomster, så vi også får en del af "kagen", i stedet skal vi vente på stigning i pension. Reguleringen kommer med en forsinkelse på 2 år.

Eller lade folkepension være *skattefri!!*

Der må da være penge til det, nu hvor stor bededag ikke eksisterer, og der "skovles penge ind i statskassen" på den baggrund.

Ældre@Sagen

"I 2022 var vi i en helt usædvanlig situation, hvor prisstigningerne var de højeste i 40 år samtidig med, at reguleringen af pensionen var rekordlav. Det medførte den største udhuling af folkepensionisters købekraft i 40 år."

Naturen kalder

af: *LBO*

Skovjordsbær



Skovjordsbær, bare smag på ordet, er det ikke sommer og solskin? Det lille charmerende bær har en fordel mere, nemlig et stort indhold af b og c vitaminer. I Danmark er det lille bær en ganske almindelig plante, du ofte vil støde på i skove. Der skal en vis portion tålmodighed til, når man plukker bærrerne, men til gengæld får man en fantastisk aromatisk smagsoplevelse. Skovjordsbær kan spises friske, men kan også bruges til kager, is eller som marmelade m.m.

Skvalderkål

Effektiv bekæmpelse af skvalderkål.

Hvis man gerne vil af med sin skvalderkål, så spis den. Pluk de friske unge og velsmagende skud, det kan du gøre helt frem til oktober. Skvalderkål kan bruges i salater, som pesto og i retter hvor ellers vil bruge spinat. Planten er utrolig sund på vitaminer og mineraler.



”Her i nutiden har en undersøgelse på dyr vist, at skvalderkål har en positiv virkning på diabetes. Forskerne delte dyrene op i forskellige grupper, hvor nogle dyr ikke fik nogen behandling, og således var kontrolgruppen, andre dyr fik almindelig diabetesmedicin, og andre dyr igen fik en urtetinktur lavet af skvalderkål sammen med almindelig diabetesmedicin. Det viste sig, at skvalderkålen øger effekten af diabetesmedicinen, så medicinen virker bedre på blodsukker og insulin og giver lavere kolesterol og mindre fedt i blodet. Skvalderkål kan formentlig gøre, at man som diabetespatient kan nøjes med at tage mindre medicin. ” ALT.dk

Skriv til redaktionen: elpau@brondby.dk eller libjo@brondby.dk (*LBO*)

Deadline for indlæg 15.august 2024