

# Ældre- og værdighedspolitik

2022





## FÆLLESSKAB HAR MANGE FORMER

I de kommende år stiger antallet af ældre i Næstved Kommune. Men selvom alderen stiger, betyder det ikke nødvendigvis, at vi føler os ældre. Mange føler sig mere raske end ældre gjorde tidligere - vi lever længere, og vi er længere tid på arbejdsmarkedet. Måske er det først den dag, vi siger farvel til arbejdslivet eller når helbredet svækkes, at vi forholder os til, at vi er blevet ældre.

Ældre kan leve et aktivt liv i Næstved Kommune – mange dyrker motion, interesser, samvær med venner, og giver en hånd med i lokalsamfundet og foreningslivet. På den måde tager mange ældre et stort ansvar for deres medmennesker, og er med til at støtte dem, der har færre ressourcer. Og gør man noget for andre, øger det ikke blot glæden og livskvaliteten for den, der får, men også for den, der hjælper. Derfor er det vigtigt, at vi bliver ved med at se ressourcerne i det enkelte menneske uanset alder, sygdom eller svækkelse, så alle får mulighed for at deltage i fællesskabet med det, den enkelte kan byde ind med.

Du kan hoppe på en rickshaw som cykelpilot, læse lektier med børn, være besøgsven, skrælle kartofler og røre i den brune sovs til fællesspisningen i lokalområdet, læse højt af dagens nyheder for medboere på plejecenteret eller noget helt femte – deltagelse i fællesskaber har mange former, og alt tæller.

Men når helbredet svækkes, får nogle ældre brug for hjælp og pleje fra kommunen. Med flere ældre og flere opgaver skal vi udvikle og tilpasse hjælp og pleje, så ressourcerne også strækker i fremtiden til dem, der har allermost brug for det.

Velfærdsteknologi er en af vejene frem, men der er også mange andre muligheder, som kan være med til at sikre, at Næstved Kommune fortsat er et godt sted at være ældre.

*Michael Perch  
Formand for Omsorgs- og Forebyggelsesudvalget*



## FORORD

Næstved Kommunes Ældre- og værdighedspolitik fokuserer primært på de ældre borgere, der får brug for hjælp fra Næstved Kommune og andre for fortsat at kunne leve et værdigt og indholdsrigt liv. Sygdom og svækkelse kan ramme os alle, og vi har et fælles ansvar for at hjælpe vores medborgere og deres pårørende, når helbredet svigter.

Syge borgere skal have så god og værdig pleje og behandling som muligt, og den hastige udvikling i opgaver, kommunen skal løfte inden for behandling og sygepleje stiller nye krav til personalets kompetencer og udfordrer ressourcerne på området. Derfor kræver udviklingen de kommende år løbende forventningsafstemning om organisering af opgaver og hvilke opgaver, kommunen kan og skal løfte, og hvor vi må løfte i et samarbejde mellem kommune, borger, pårørende og frivillige.

Næstved Kommunes Ældre- og værdighedspolitik sætter retningen for behandling, pleje og omsorg, som i de kommende år skal tilpasses den voksende gruppe af ældre og den stigende kompleksitet i opgaverne. I Næstved Kommune skal man både kunne bringe sine kompetencer og ressourcer i spil i et aktivt ældreliv, men også få behandling, pleje og omsorg, når helbredet svigter på grund af sygdom og funktionstab

## FN's verdensmål

FN's verdensmål for bæredygtig udvikling, som omfatter 17 områder, der skal bidrage til at skabe bæredygtig udvikling på globalt plan. 3 ud af de 17 verdensmål, herunder at fremme sundhed og trivsel for alle i alle aldre, reducere ulighed og skabe inddragende lokalsamfund. Næstved Kommune kobler sig på verdensmålene for at sikre alle borgere og medarbejdere gode og sunde leveår, skabe lige adgang til sundheds tilbud og indgå i partnerskaber på tværs af kommunens centre, foreninger, uddannelsesinstitutioner og civilsamfund.

## FRIHED TIL AT KUNNE SELV

Perioder med sygdom og svækkelse gør det sværere at klare hverdagen for nogle ældre. I Næstved Kommune arbejder vi med en rehabiliterende tilgang, hvor vi gennem pleje og hjælp støtter den ældre i at bevare og måske genvinde funktioner, der letter hverdagen og gør det muligt at leve et uafhængigt liv. Sammen med den ældre og eventuelt pårørende finder vi ud af, hvilke behov og ønsker den enkelte ældre har. Medarbejderne træner færdigheder og funktioner gennem den daglige pleje og omsorg hos den ældre. Med en tværfaglige organisering fokuserer medarbejderne på, at de forskellige faggrupper giver hinanden sparring på, hvordan de bedst hver især støtter den ældre i at nå sine mål.

### Hjælpemidler og velfærdsteknologi

Nye opfindelser giver nye muligheder, og ny teknologi og nye hjælpemidler styrker ældres selvhjulpenhed. Selvom megen velfærdsteknologi kan virke nyt og kompliceret, tror vi på, at en del ældre kan have gavn af at lære at bruge de nye teknologier, så de kan leve et liv, hvor sygdom og funktionsnedsættelser ikke giver unødvendige barrierer for et aktivt liv på egne præmisser. Vaske-tørretoiletter, medicin-huskere, GPS'er, robotstøvsugere er eksempler på teknologi og hjælpemidler, der giver ældre mulighed for selvbestemmelse og for selv at kunne tilrettelægge sin hverdag.

Digitale hjælpemidler bliver løbende introduceret i plejen, og med disse opstår nye muligheder for at udføre den bedst mulige indsats for den ældre. Telemedicin og videosamtaler på tablet med ældreområdet's medarbejdere kan sikre større tryghed og hurtig indsats, hvis sygdom forværres. Velfærdsteknologien og de digitale løsninger udvikler sig hurtigt, og mulighederne er





mange. Derfor beror det på en individuel vurdering, hvad der kan hjælpe den enkelte ældre, for at få det fulde udbytte af de nye muligheder.

### **Bolig**

Mange ældre ønsker at blive boende i deres egen bolig så længe som muligt; men andre oplever, at boligen bliver for stor eller ikke længere lever op til behovet for at kunne komme rundt med hjælpemidler. Derfor er det vigtigt, at der i Næstved Kommune er mulighed for, at ældre kan finde boliger, der egner sig til deres livssituation. Nogle finder sammen i seniorbo-fællesskaber, hvor det sociale netværk og fælles aktiviteter tiltrækker. Andre har behov for boliger, der er egnede til hjælpemidler, som fx ældreboliger. Og hvis den ældres behandlings- og plejebehov tilsiger det, er det også muligt at blive visiteret til en af kommunens plejeboliger. Uanset hvilken boligtype man flytter i, er det vigtigt at opleve sig som medborger gennem naboskab og fællesskab i lokalområdet.

### **Bo godt**

Næstved Kommune råder over:

862 ældre- og handicapegnede boliger

292 almene plejeboliger

212 plejeboliger særligt for borgere med demens

60 omsorgsboliger

24 akutpladser

30 midlertidige pladser



## ET AKTIVT ÆLDRELIV SAMMEN MED ANDRE

Ensomhed kan ramme alle, men der er stor forskel på at være alene eller enlig og på at være ensom. Ensomhed er oplevelsen af at være uønsket alene – at være alene, når man har lyst til at være sammen med andre. Og aktiviteter i fællesskab med andre har mange fordele. Fællesskabet om måltider, højtider, traditioner m.m. er vigtigt at holde fast i hele livet. Rigtig mange ældre lever et aktivt liv efter arbejdslivet, hvor de både dyrker interesser og venskaber og gør en forskel i foreningslivet og lokalsamfundet. Men nogle ældre oplever, at ændringer i livet fører til ensomhed, fx når kollegaskabet forsvinder ved udtrædelse af arbejdsmarkedet, når sygdom og funktionstab fører til isolation, eller når man mister sin ægtefælle eller venner.

Ældre- og værdighedspolitikken står ikke alene, når det kommer til et aktivt ældreliv. En række andre politikker i kommunen understøtter, at både ældre og andre aldersgrupper kan dyrke aktiviteter og få oplevelser inden for fx kultur, natur og foreningsliv.

Muligheder for at indgå i socialt samvær og interessefællesskaber er mange i Næstved Kommune. Men nogle grupper af ældre har brug for støtte for at komme ud af ensomheden og ind i fællesskaberne. For disse ældre er der indsatser, som både er opsøgende, og som kan bygge bro til civilsamfundet og aktiviteter på aktivitetscentre.

## Hop, spil og kaffe

Savner du samvær med andre ældre, så kig forbi kommunens aktivitetscentre og syng sammen, tag en sving-om, få pladen fuld, kridt billardkøen, hør spændende foredrag eller få motion og et godt grin sammen med andre. Eller kig ud i de frivillige foreninger hvor du kan mødes med andre om motion, kreative værksteder, udflugter, fællesspisning, IT-undervisning og meget mere.

Over 1/3 af de 65+årige i Næstved Kommune bor alene

*(Danmarks statistik)*

4,7 % af de 65+-årige mænd oplever at være uønsket alene og 6 % af de 65+-årige kvinder. Andelen af ældre, der føler sig uønsket alene stiger med alderen  
*(Ældres sundhed og trivsel, 2019)*

20% af de 65+-årige bor mere end 60 minutter væk fra deres nærmeste barn  
*(KL, 2019)*



## DET GODE MÅLTID

Mad og drikke er væsentligt for at fastholde sin sundhed som ældre, uanset om man bor i eget hjem eller i plejebolig. Selvom man ikke længere selv kan tilberede sin mad, er det fortsat vigtigt, at ældre kan få indbydende og velsmagende måltider, der sikrer tilstrækkelig ernæring, uanset om den ældre er normalt spisende, småt spisende eller har behov for særlig mad, der fx er let at tygge og synke.

Mange oplever, at fællesskabet omkring måltidet er vigtigt for lysten til at spise. Ensomhed nedsætter appetitten og variationen i kosten kan blive udfordret af, at man kun skal lave mad til sig selv. Har man lyst til at deltage i fællesspisning og nyde et måltid sammen med andre, har flere aktivitetscentre, lokalsamfund og foreninger aktiviteter, hvor det er muligt at spise sammen.

Næstved Kommune har fokus på, at måltider i plejeboliger er oplevelser som kombinerer duften af mad med aktiviteten omkring madlavningen og måltidet, hvilket øger appetitten og lysten til at spise. På alle plejecentre foregår hele eller dele af madproduktionen derfor i boenhederne, og beboerne inviteres til at deltage i madlavningen i den udstrækning, det er muligt.

## Mad der smager

Næstved Madservice og private leverandører leverer mad til borgere i eget hjem. Næstved Madservice producerer også særlig kost, som fx er let at tygge eller vegetarisk kost, hvis der er borgere, der har særlige madbehov, og der arbejdes løbende på at udvikle nye velsmagende retter.



## NÅR HELBREDET SVIGTER

En del ældre får brug for hjælp i kortere eller længere perioder, når helbredet svigter. Når sygdomme og funktionsnedsættelser udfordrer helbredet, kan man få behov for kompetent behandling, pleje og praktisk hjælp. Indsatser for ældre planlægges i dialog med den ældre og evt. pårørende og tilrettelægges med udgangspunkt i den ældres ønsker og behov – uanset om det er i eget hjem eller i plejebolig. Når man udskrives fra sygehuset hurtigt, varetages den fortsatte behandling eller afslutning af behandling nogle gange af kommunen. Her kan sygehus og praktiserende læge også være involveret i dialogen omkring behandling og pleje.

### Kognitiv svækkelse

Det er ikke kun de fysiske funktioner, der kan svækkes med alderen. Kognitiv svækkelse som fx demens kan også føre til behov for støtte og hjælp i hverdagen. På trods af kognitiv svækkelse er det stadig muligt at leve et aktivt og indholdsrigt liv. Med rådgivning, aktiviteter og daghjem målrettet borgere med demens og deres pårørende bestræber Næstved kommune sig på at give så gode betingelser i sygdomsforløbet som muligt – både når man bor i eget hjem, og hvis man flytter i plejebolig.

En løbende kontakt med specialister inden for demens og psykiatri er med til at sikre, at de rigtige tiltag bliver taget for at imødegå udviklingen i sygdommen i rette tid.

### Kroniske sygdomme

I takt med at vi lever længere, oplever flere, at kronisk sygdom og følger af sygdom bliver en følgesvend, vi skal lære at leve med. Et liv med sygdom – og måske endda flere sygdomme samtidig – kræver løbende opmærksomhed på medicin og livsstil, så sygdommen ikke forværres eller giver unødige komplikationer. Forebyggelse af uheldige indlæggelser og genindlæggelser er vigtig i plejen af ældre borgere, og den tværfaglige sparring mellem medarbejderne er væsentlig for at forebygge, at komplekse sygdomme forværres, og at kronisk syge borgere svækkes.

## At leve med sygdom

Ca 47% af de 65+-årige har langvarig sygdom eller langvarige eftervirkninger af skade, handicap eller anden langvarig lidelse af mindst 6 mdr varighed (*Ældres Sundhed og trivsel, 2019*)

ca 17% af de 65+-årige mænd har været til genoptræning inden for det seneste år – det samme gælder for ca 19% af de 65+årige kvinder. (*Ældres Sundhed og trivsel, 2019*)

Kroniske sygdomme som fx diabetes, osteoporose, slidgigt, KOL og multisygdom er ofte relateret til den ældre del af befolkningen.





## Sygepleje

Behandling og pleje foregår ikke nødvendigvis i borgerens eget hjem. I Næstved Kommune er det muligt at få behandling og pleje af sygeplejersker og andet sundhedsfagligt personale på en sygeplejeklinik. Her mødes borgerne af et fleksibelt tilbud hvor behandling og pleje kan passes ind i hverdagens aktiviteter.

## Den sidste tid

Ofte fører uhelbredelig sygdom til, at Næstved Kommune bliver inddraget i palliative forløb. I de situationer, er det vigtigt inddrage medarbejderne så tidligt som muligt, så der er tid til at tage de svære snakke og etablere et tillidsforhold mellem borger, pårørende og kommunens medarbejdere. I dialog med borger og pårørende er det muligt at tale om, hvilke ønsker der er til den sidste tid, og hvordan kommunen bedst kan bidrage inden for de givne rammer. Et godt samarbejde med den praktiserende læge og palliative teams fra sygehuset er væsentligt for at give hjælp og lindring i rette tid, så borger og pårørende er trygge i forløbet.

De pårørende står ofte i en svær situation i palliative forløb. I nogle tilfælde kan det være relevant at inddrage fx frivillige fra en vågetjeneste eller andre i den allersidste tid. Det kan være som aflastning for pårørende eller som tryghed for den døende, der ikke skal ligge alene. Der kan også være brug for én at snakke med i om den svære situation og de overvejelser der opstår i forløbet. I nogle tilfælde kan det være hjælpsomt at søge om plads på hospice i den sidste tid.

I arbejdet for at sikre en værdig afslutning på livet, er det væsentligt at borgerens ønsker udtrykt i fx fravalg af hjerte-lunge-redning eller pleje- og behandlingstestamente bliver drøftet og respekteret.



## TVÆRFAGLIGT SAMARBEJDE

Arbejdet omkring hjælp, pleje, træning og sygepleje har mange facetter, og der er behov for mange faggrupper til at kunne dække de forskelligartede opgaver på ældreområdet. Derfor er ældreområdet organiseret i tværfaglige teams, hvor sygeplejersker, fysio- og ergoterapeuter, social- og sundhedshjælpere og -assistenter, pædagoger, kostfaglige medarbejdere m.fl. er med til at styrke samarbejdet med den enkelte borger. Gennem en tværfaglig organisering af arbejdet er helheden for den enkelte borger i fokus. Det betyder, at medarbejderne bruger viden fra hinandens fagligheder, så fx træning ikke kun er noget, der varetages af bestemte faggrupper, men noget der kan indarbejdes i fx plejen og praktisk hjælp.

Medarbejdere med særlig viden og erfaring inden for fx inkontinens, demens, kost og forskellige sygeplejefaglige områder er med til at løfte kollegernes viden via sparring, hvilket er med til at give borgerne bedre forløb.

For at ældreområdet også i fremtiden kan løfte de mange opgaver og imødegå kompleksiteten i opgaverne, er det væsentligt, at medarbejderne har de rette kompetencer. Derfor ændres behovet for faglige kompetencer sig også på ældreområdet og kræver en løbende tilpasning af medarbejderressourcer.

## Spørg en specialist

Næstved Kommune har en række medarbejdere, der fx kan rådgive og vejlede omkring særlige problemstillinger. Fx kan man kontakte en demensspecialist, hvis man har demens. Demensspecialisten kan hjælpe med at forstå og forholde sig til sygdomsudviklingen og de hjælpemidler, der kan gøre hverdagen lettere at håndtere.





## SOM PÅRØRENDE ER DU IKKE ALENE

Pårørende spiller en vigtig rolle, når ældre svækkes og får brug for støtte i hverdagen. Den gode dialog og kommunikation mellem fagpersonale og pårørende er med til at sikre den bedste pleje og omsorg for den ældre med respekt for livshistorie og personlige præferencer.

Plejecentrene inddrager pårørende i det omfang, både den ældre og de pårørende ønsker det. Dialogmøder og aktiviteter målrettet pårørende er med til både at styrke hverdagen i boenhederne på plejecentrene, men giver også mulighed for, at pårørende kan tale med andre i samme situation og hjælpe hinanden i svære situationer.

Det er vigtigt, at belastningen ved at have en syg ægtefælle eller forælder ikke bliver for stor. Pårørende skal fortsat kunne leve et liv på egne præmisser, hvor der er plads til at klare dagligdags gøremål, dyrke interesser, have sociale relationer og evt. kunne passe et job. Derfor har Næstved Kommune tilbud, der støtter pårørende fx gennem kurser, mulighed for plejeorlov til alvorligt syge og døende i eget hjem, aktivitetstilbud, aflastningspladser og rådgivning om ændrede vilkår, fx hvis ægtefælle skal flytte i plejebolig.

Derudover tilbyder en række frivillige foreninger i Næstved Kommune aktiviteter og rådgivning inden for specifikke sygdomme eller generel rådgivning.

Næstved Kommune har løbende fokus på at udvikle tilbud til pårørende og styrke dialogen med pårørende. Dette sker blandt andet i dialog og samarbejde med frivillige sociale foreninger og patientorganisationer, der har stor viden og yder en værdifuld indsats for pårørende.



## CIVILSAMFUNDET

Frivillige foreninger og lokalsamfundet er vigtige medspillere i at leve et aktivt ældreliv, hvor man kan bidrage til fællesskabet og mødes med andre om en interesse eller om socialt samvær. Frivillige foreninger er med til at forebygge ensomhed for dem, der er aktive i fællesskabet, og mange frivillige foreninger gør et stort arbejde for at række ud til borgere, der har brug for sociale relationer. Ældre har så mange erfaringer, kompetencer og ressourcer, som kan bruges bredt – ikke kun i forhold til jævnaldrende ældre, men også i forhold til fx børn og unge, der har behov for støtte i hverdagen, som reservebedste for børnefamilier eller som udviklende kraft i lokalområdet. Vi vil i Næstved Kommune gerne fremhæve "det grå guld", som har så meget at bidrage med i lokalsamfundet, foreningslivet og i hverdagen.

Frivillige er også en vigtig del af mange af de aktiviteter, der foregår på aktivitets- og plejecentre. Kommunens medarbejdere og frivillige samarbejder om aktiviteter og oplevelser for beboere og besøgende. Besøgsvenner, banko, nørklegrupper og billardgrupper er blot eksempler på grupper af frivillige, der er med til at skabe liv for sig selv og andre på kommunens aktivitets- og plejecentre.

Samspelet mellem medarbejdere og frivillige på plejecentre i Næstved Kommune skal ske med gensidig respekt for det formål og det arbejde, man hver især udfører. Frivillige er et værdifuldt supplement til den pleje og omsorg medarbejderne yder, og de frivillige er med til at styrke det sociale samvær og relationerne mellem beboerne. Det giver gode oplevelser i hverdagen - fx en tur ud i det blå på rickshaw, en lille gåtur i lokalområdet, eller muligheden for at komme på en udflugt.

Gennem frivilligcenter Næstved er der mulighed for at både frivillige foreninger og borgere, der ønsker at være frivillige kan få råd og vejledning til at komme i gang.





## FRA POLITIK TIL HANDLING

Næstved Kommunes Ældre- og værdighedspolitik sætter rammen for de tilbud og indsatser kommunen sætter i gang i forhold til ældre borgere i kommunen. Når de store linjer i politikken skal omsættes til handling, vil det ske gennem inddragelse af fx medarbejdere, Ældrerådet og relevante organisationer.

Hvert år har Omsorgs- og forebyggelsesudvalget en temadrøftelse, der tager udgangspunkt i Ældre- og værdighedspolitikken. Nogle indsatser udspringer af udvalgets drøftelser om særlige fokusområder, men der udvikles også løbende på pleje, praktisk hjælp, omsorg og tilbud til ældre, som fx sygeplejeklinikker, velfærdsteknologi, og indsatser inden for demens og andre sygdomme.



