



Værdighed



LYNGBY-TAARBÆK
KOMMUNE

- Livskvalitet
- Selvbestemmelse
- Høj kvalitet og sammenhæng i plejen
- Mad og ernæring
- Forebyggelse af ensomhed
- Det gode samarbejde med pårørende
- En værdig død

Det handler om respekt

At være afhængig af hjælp, fordi man er blevet ældre, bør aldrig betyde tab af værdighed

I Lyngby-Taarbæk Kommune behandler vi borgerne med værdighed og respekt.

Hvad er det, der giver rank ryg i ældrelivet? Hvordan mærker man respekten og værdigheden som menneske?

Lyngby-Taarbæk Kommunes politik for en værdig ældrepleje indeholder syv fokusområder, som er beskrevet her i folderen:

livskvalitet, selvbestemmelse, høj kvalitet og sammenhæng i plejen, mad og ernæring, forebyggelse af ensomhed, det gode samarbejde med pårørende samt en værdig død.

De syv temaer skaber en fælles forståelse af, hvad vi mener med værdighed til glæde for de ældre borgere i kommunen.

Livskvalitet

At være med til at skabe det gode ældreliv er udgangspunktet for alt vores arbejde

Livskvalitet opfattes forskelligt. Det er en individuel følelse. For mange betyder det at kunne klare sig selv og fortsætte sin livsstil med frisk luft, skønne gåture, god, duftende mad, tid til at være velsoigneret og styrke til at være aktiv i et fællesskab.

Livskvalitet er også at føle sig tryk, betydningsfuld og kunne bestemme selv, også hvis man ikke længere kan klare sig selv.

Kommunens medarbejdere har fokus på at skabe de bedste rammer for de ældre, så de kan blive boende så længe som

muligt i deres eget hjem - og føle sig hjemme i vores plejeboliger, når de ikke længere kan bo hjemme.

”Livskvalitet er at få lov til at være mig selv. Og en del af fællesskabet, så jeg ikke bliver ensom.”

Alle har brug for gode, aktive oplevelser.

I plejeboligerne arrangeres der f.eks. bevægelseshold, grillaftener, brunch, erindringsdanse og musikoplevelser - gode oplevelser, der kan gøre en forskel i hverdagen.

De frivillige borgere i kommunen gør en stor forskel for såvel hjemmeboende ældre, som de ældre, der bor i plejeboliger. De frivillige er blandt andet med til, at de ældre i plejeboliger kommer ud i den friske luft - enten på gåture eller på ture i rickshaw. Foreninger drevet af frivillige stiller instruktører til rådighed, så hjemmeboende ældre kan motionere. Også tilbuddet om besøg en gang ugentligt af en spiseven til ældre hjemmeboende, der får mad leveret, er initieret af frivillige.

Sådan kan vi være med til at skabe livskvalitet for dem, der har lyst til at fortsætte dagligdagen med hjemlige vaner, aktiviteter, fællesskaber og gode oplevelser - også hvis den ældre er syg, ensom eller har fået en demenssygdom.

Selvbestemmelse

Selvbestemmelse er retten til at bestemme over sig selv og sit eget liv

Efter et langt liv med ansvar for familie og arbejde kan det være svært at skulle dele beslutninger, der vedrører dagligdag og privatliv med ansatte fra kommunen. Vi vil jo alle gerne bestemme selv. Derfor er det vigtigt for os at skabe et godt samarbejde med de ældre og deres pårørende.

Medarbejderne gør sig umage med at sætte sig i den ældre sted og lytte efter, når personen beskriver sin hverdag - også hvis den ældre er svag eller har svært ved at sige fra.

Hvordan kan den ældre borgers døgnrytme bevares? Hvilke rutiner har personen og hvordan kan medarbejderne støtte og hjælpe, så de ældre kan klare sig selv så længe som muligt?

Her tager vores medarbejdere også udgangspunkt i og anerkender den ældre ressourcer og formåen. De stræber efter at arbejde tæt sammen med de pårørende med en god dialog og en fælles indsats, der understøtter størst mulig livskvalitet og selvbestemmelse.

Selvbestemmelse opleves også ved mere håndgribelige indsatser som teknologiske hjælpemidler, der bl.a. bruges til træning og genoptræning. Det kan f.eks. være robotstøvsugere, skylle/tørre toiletter og IT-programmer til træning af opmærksomhed - ting, der kan være med til at gøre hverdagen nemmere.

”Der skal være plads til forskellighed, empati og nærvær - uden smagsdommeri.”



”Det giver tryghed, at der er en rød tråd i behandling og pleje - især når der sker store forandringer.”

Høj kvalitet og sammenhæng i plejen

Ældre skal opleve et sammenhængende forløb og møde fagligt kvalificeret personale

Vores ældre fortjener det bedste, vi har. Derfor skaber vi hele tiden nye initiativer, der skal udvikle vores medarbejders kompetencer, så vi sikrer et højt fagligt niveau i kommunen. Høj faglighed handler også om at have en veludviklet empatisk sans for omsorg. De ældre borgere skal føle sig trygge og opleve den samme høje kvalitet, uanset om de får hjælp hjemme eller på et af vores pleje- eller træningscentre.

De seneste år har vi haft særligt fokus på demens. Derfor sørger vi hele tiden for at opkvalificere vores personale på plejecentrene og i hjemmeplejen, så borgere med en demenssygdom også oplever høj kvalitet i de ydelser, vi leverer.

Som ældre kan man opleve at komme i kontakt med mange myndighedspersoner og læger. Vi arbejder konstant på at dygtiggøre os i samarbejdet på tværs i kommunen og mellem hospitaler og læger.

Derudover gør vi os umage med at skabe bedre overgange mellem de kommunale behandlingstilbud og eget hjem, så de ældre oplever en sammenhængende, helhedsorienteret indsats.

Personalet fra f.eks. træningscenteret mødes med en kontaktperson fra hjemmeplejen i den ældres hjem. Det giver mulighed for en pleje, der tager afsæt i borgerens behov og i en uundværlig dialog, der støtter den ældre bedst muligt i at fastholde en meningsfuld hverdag.

Mad og ernæring

God mad smager af mere i hyggelige rammer

I Lyngby-Taarbæk Kommune lægger vi vægt på mad i god kvalitet. Det handler om duft, smag, variation, konsistens, anretning og valgmuligheder.

Vi arbejder målrettet på at alt mad laves fra bunden med fokus på velsmag, sæson, konsistens og farver. Maden bliver tilberedt med årstidens råvarer af bagere, ernæringseksperter og kokke, der bl.a. laver hjemmelavede marmelader, pickles, syltede rødbeder og brød. Hvis kvaliteten er høj, vil de fleste ældre nyde måltidet og spise mere - hvilket ellers kan være udfordrende, hvis man har nedsat appetit. Personalet kan også hjælpe den ældre med at spise mindre eller ernæringsmæssigt sundere.

Samtidig gør personalet meget for at skabe en god og nærværende atmosfære i spisestuerne på vores plejecentre. Et godt måltid mad er nemlig ofte dagens højdepunkt. Når rammerne om fællesskabet er

hyggelige og duften spredt fra køkkenet, bliver måltiderne et socialt samlingspunkt, man kan glæde sig til. Derfor laver personalet bl.a. menuplaner, der kan følges uge for uge og tænker det sociale ind, når de arbejder med mad og måltidskultur både i hjemmeplejen, plejeboligerne og træningscentrene. Dog med respekt for de ældre, der måtte ønske at spise alene.

Hjemmeboende pensionister har andre muligheder. Hvis den ældre finder det trist at spise alene, er der mulighed for at besøge en af caféerne på vores plejecentre eller nyde et måltid mad sammen med en af vores Spisevenner en gang om ugen hjemme hos den ældre.

På den måde bliver måltidet en hyggelig måde at møde andre mennesker på. Uanset om man bor hjemme eller i plejebolig, så handler det om respekt for den ældre og den ældres behov.



”Mad er en af livets største glæder, også når vi kommer op i alderen.”



”Nye fællesskaber i nærmiljøet skaber fællesskaber, samvær og nærvær, så jeg ikke bliver ensom.”

Forebyggelse af ensomhed

Ældre skal ikke være uønsket alene

En værdig alderdom er følelsen af at blive set og hørt, at blive talt med og at have en betydning i andre menneskers liv. Ældre bør ikke opleve ensomhed eller tab af livsmod, da ensomhed kan føre til mindsket livskvalitet. Ældre mennesker, som oplever, at de er ensomme og socialt isolerede, er i risiko for at få et dårligere helbred, og de har også sværere ved at overvinde sygdom end ældre med stærke sociale relationer.

Borgere, som sjældent er i kontakt med familie eller venner og som ofte er uønsket alene, er mere syge og dør tidligere end personer med gode sociale relationer. Vi uddanner derfor vores medarbejdere, således, at de kan spore tegn på ensomhed, og vi lægger vægt på at inddrage nærmiljøet for at skabe meningsfulde relationer.

For at forebygge ensomhed blandt ældre, arbejder vi med indsatsen ”Nye fællesskaber i nærmiljøet”.

Personalet er opmærksomme på at opspore ensomme og sårbare ældre. Vi arbejder hele tiden på at skabe et godt overblik over aktivitetsmuligheder samt at styrke samarbejdet med frivillige organisationer om at forebygge ensomhed blandt ældre.

”Nye fællesskaber i nærmiljøet” skaber fællesskaber, hvor medarbejdere understøtter det sociale samvær ved fx at skabe plads til udveksling af livshistorier i livshistoriskecaféer. Vi hjælper borgerne med at komme i gang med aktiviteter, hvor borgeren ikke selv magter at opsøge aktiviteterne eller med ledsagelse til aktiviteterne.

Det er afgørende, at aktiviteten skaber rammer for fællesskab, samvær og nærvær, og det gør personalet blandt andet gennem aktiviteter med fokus på særlige målgrupper som fx køn og alder.

Det gode samarbejde med pårørende

Pårørende er vigtige ressourcepersoner for ældre borgere

Pårørende til ældre borgere i Lyngby-Taarbæk Kommune er vigtige ressourcepersoner i de ældres liv. De pårørende bidrager i høj grad til den ældre borgers oplevelse af livskvalitet. Pårørende er derfor vigtige samarbejdspartnere for kommunen.

I Lyngby-Taarbæk Kommune ønsker vi at skabe de bedst mulige rammer og forudsætninger for borgeren og de pårørende. Vi anerkender de pårørende og understøtter dem i deres rolle som pårørende i det omfang, borgeren ønsker det.

Gensidig respekt og forventningsafstemning mellem borgere, pårørende og medarbejdere i kommunen er nøglen til det gode samarbejde. Vi ønsker at fremme det gode samarbejde med pårørende.

Når en borger tilknyttes hjemmeplejen, inviterer vi pårørende med til en forventningssamtale, hvis borgeren ønsker det. Desuden inviteres borgere og pårørende til en indflytningssamtale, når en borger planlægger at flytte ind på et af vores plejecentre.

Herudover samarbejder vi tæt med en pårørendegruppe på demensområdet. Gruppen bidrager med deres holdninger til og oplevelser af at være pårørende til borgere i komplekse livssituationer.

At være pårørende kan være svært og psykisk krævende. Vi har derfor særligt fokus på at modvirke psykisk udbrændthed, isolation og ensomhed blandt pårørende.

Pårørende har mulighed for at søge om aflastning i hjemmet.

Desuden har vi i samarbejde med pårørende etableret en række tilbud, fx netværk og caféer. Her kan pårørende møde andre, der står i en lignende situation, udveksle viden og erfaringer eller blot nyde en kop kaffe. Fra 2018 er der ansat en pårørendevejleder, som er med til at understøtte pårørendesamarbejdet.

Vi har fokus på at skabe synlighed om de tilbud, der er til pårørende. Derfor arbejder vi løbende på, at relevant information og materiale er tilgængeligt på kommunens hjemmeside og andre relevante steder.

”Inddragelse og anerkendelse er vigtigt som pårørende til en ældre borger.”



*”Vi skal have
det bedste ud af
livet helt til det
sidste sekund”*

En værdig død

Det er en af vores vigtigste opgaver at hjælpe med at give livet en værdig og tryk afslutning

Den sidste tid i livet er ofte præget af behovet for tryk. Det forsøger vores personale at skabe gennem samtaler med den døende og de pårørende. Vi taler om den døendes ønsker om den sidste tid og om hvad, der skal ske efterfølgende.

Personalet på plejecentrene og i hjemmeplejen er fagligt kvalificeret og uddannet i omsorg, og disse svære samtaler er en del af deres hverdag. De bestræber sig hele tiden på at være så nærværende og professionelle, de kan.

Personalet har fokus på at lindre eventuelle smerter og hjælpe, så den døende ikke føler sig ensom eller bliver bange.

Medarbejderne tager hele tiden udgangspunkt i den døendes ønsker og informerer løbende de pårørende, så den sidste tid opleves tryk, sammenhængende og værdig.

Ingen behøver at dø alene, hvis de ikke ønsker det. Derfor tilbyder kommunen kontakt til en Vågetjeneste enten i egen bolig eller på plejecentret. Vågetjenesten har 100% fokus på at våge og være til stede for den døende.

Det er også muligt at få en bredere seng på vores plejecentre, hvor de pårørende kan sove sammen med den døende i den sidste tid. Vores personale er desuden med til at skabe en rar og hjemlig atmosfære og er opmærksomme på, at den døende ikke bliver indlagt på hospitalet på et tidspunkt, hvor det ikke længere giver mening.

KONTAKT

Har du spørgsmål til
Lyngby-Taarbæk Kommunes
Værdighedspolitik,
kan du kontakte

Center for Sundhed og Omsorg

sundhedomsorg@ltk.dk
eller telefon 24 91 50 89



LYNGBY-TAARBÆK
KOMMUNE