



Ældrestrategi 2017-2021

forord



Lyngby-Taarbæk Kommune har en vigtig rolle i forhold til at bidrage til det gode og aktive liv som ældre. Vi ønsker som kommune at skabe gode rammer for de ældre borgere i tæt samspil med borgerne selv, de pårørende og kommunens medarbejdere. Herudover støtter vi som kommune op om de frivillige, der ligeledes ønsker at gøre en indsats for de ældre borgere.

Et godt ældreliv opleves forskelligt af det enkelte menneske og afhænger blandt andet af den livssituation, den enkelte netop nu står i. Individuelle behov og ønsker, der knytter an til mental sundhed og træning, fysisk aktivitet og sociale relationer er omdrejningspunkter i Lyngby-Taarbæk Kommunes ambitiøse arbejde med at skabe gode rammer for livet som ældre.

Et godt og aktivt liv skaber værdi for det enkelte menneske. Vi tror på, at det gode og aktive ældreliv betyder mestrings af eget liv og at være herre i eget liv længst muligt. Vi arbejder derfor ud fra en tilgang om at støtte vores ældste borgere i at klare mest muligt selv under de givne omstændigheder.

I ældrestrategien lægger vi derfor vægt på, at rammerne for det gode og aktive ældreliv skal være så brede, at borgerne oplever, at der er plads til individuelle behov og ønsker. Med indsatserne ønsker vi både at fokusere på såvel de raske og friske ældre, der klarer sig selv, som på de ældre, der i nogen eller høj grad har brug for træning, støtte og pleje.

Ældrestrategien er resultatet af en bred medinddragende proces. Beboere på plejecentre og brugere i aktivitetscentre er interviewet. Sundhedsfaglige medarbejdere og ledere har deltaget i workshops. Og der har været afholdt et åbent borgermøde, hvor borgere, foreninger og råd bidrog med input ud fra egne erfaringer og ønsker.

Ældrestrategien sætter retningen for udviklingen af ældreområdet i Lyngby-Taarbæk Kommune frem til 2021.

Sofia Osmani

Borgmester

Bodil Kornbek

Formand for Social- og Sundhedsudvalget

Ældrestrategiens afsæt

Ældrestrategiens afsæt er helt overordnet de værdier, der er formuleret i kommunens værdighedspolitik.

I tillæg til ældrestrategien har Lyngby-Taarbæk Kommune "Handleplan for demensområdet 2015-2018". Handleplanen har fokus på at støtte borgere med en demenssygdom. Handleplanen fokuserer samtidig på pårørende til borgere med en demens-sygdom. Demenshandleplanen findes på kommunens hjemmeside: www.ltk.dk/demens.

Ældrestrategien tager herudover højde for nationale krav, anbefalinger og retningslinjer på ældreområdet som fx "Aftale om ny national handlingsplan for den ældre medicinske patient", "National handleplan for demens" samt Sundhedsstyrelsens generelle retningslinjer og anbefalinger til tidlig opsporing på ældreområdet.

Endelig er ældrestrategien udarbejdet med blik for andre politisk prioriterede strategier og politikker i Lyngby-Taarbæk Kommune såsom sundhedsstrategi, frivillighedsstrategi og handicappolitik.



Vision

Lyngby-Taarbæk Kommune vil i samarbejde med borgerne skabe rammerne for, at ældre borgere kan leve et godt og aktivt liv. Ældre borgere skal opleve, at Lyngby-Taarbæk Kommune fremmer sundheden og støtter, træner og plejer borgerne til at klare sig selv bedst muligt i hverdagen.

Livskvalitet som pejlemærke

Livskvalitet er pejlemærket for alt vores arbejde på ældreområdet i Lyngby-Taarbæk Kommune.

Som kommune ønsker vi at være med til at skabe en høj grad af livskvalitet hos den enkelte borger. Livskvalitet kan udspringe af mange forskellige forhold – alt afhængig af, hvem man er, og hvor man er i sit ældreliv.

Livskvalitet kan for eksempel for nogle betyde at kunne klare sig selv og fortsætte sin nuværende livsstil så længe som muligt. For andre er det livskvalitet at opleve tryghed, at være noget for andre, at nyde et godt måltid mad, at have familie og venner om sig eller at deltage i fællesskaber og aktiviteter.

Vi er i Lyngby-Taarbæk Kommune bevidste om denne mangfoldighed i oplevelsen af livskvalitet. Derfor er det for kommunen også afgørende, at den enkelte ældre har en oplevelse af at blive hørt i forhold til, hvad der er livskvalitet for dem.

Med livskvalitet som pejlemærke er det hensigten, at alle fokusområder og indsatser i ældrestrategien er med til at understøtte den enkelte ældre borgers oplevelse af livskvalitet.

Målgrupper for strategien

Ældrestrategien omfatter tre forskellige målgrupper:

ÆLDRE BORGERE, DER KLARER SIG SELV

Ældre borgere i kommunen lever generelt et aktivt liv. De klarer sig selv i dagligdagen og nyder friheden til selv at sætte tempoet og beskæftige sig med netop det, de har lyst til. De ønsker at være uafhængige af hjælp og er indstillede på at yde en egen indsats for at holde sig sunde og raske og leve et aktivt liv.

Kommunen kan bidrage ved at gøre viden og inspiration om kommunens tilbud let tilgængelig, så den enkelte

kender mulighederne og kan handle der ud fra. Denne målgruppe kan samtidig være en vigtig ressource enten som pårørende eller som frivillige i kommunen.

ÆLDRE BORGERE, DER HAR BRUG FOR LET HJÆLP, STØTTE OG PLEJE

Samtidig er der en gruppe af ældre borgere, som er aktive, men som også har brug for hjælp og støtte til at klare sig selv i dagligdagen.

De vil helst klare sig selv, men oplever, at sygdom eller alderen har svækket helbredet, så de ikke kan klare det samme, som de tidligere kunne. Kommunen kan bidrage ved råd, vejledning og indsatser, der styrker og bevarer den enkeltes ressourcer fysisk, psykisk og socialt længst muligt.

ÆLDRE BORGERE, DER ER AFHÆNGIGE AF HJÆLP, STØTTE OG PLEJE

Endelig er der en gruppe af ældre borgere, som har brug for og er afhængige af andres træning, støtte og pleje i hverdagen. Gruppen udgør en forholdsvis lille del af det samlede antal ældre.

Nogle er svækkede fysisk, psykisk og socialt og skal have hjælp, støtte og pleje døgnet rundt, mens andre har behov for færre indsatser.

Kommunen kan bidrage ved at skabe gode rammer for et trygt og godt liv for denne gruppe af borgere. Dels ved menneskelig omsorg og god pleje og behandling, dels ved at hjælpe borgerne med det, de ikke selv kan, og dels ved at støtte, træne og pleje dem til at klare sig selv bedst muligt i hverdagen.

Ældre- strategiens 5 fokus- områder

Det gode og aktive ældreliv har mange vinkler. Ældrestrategien er bygget op om 5 fokusområder, der beskriver de mål og indsatser, Lyngby-Taarbæk Kommune vil arbejde med de næste 5 år.

De 5 fokusområder er:

- # Sundhed og forebyggelse
- # Selvbestemmelse
- # Høj kvalitet og sammenhæng i plejen
- # Mad og ernæring
- # En værdig død



sundhed og forebyggelse

Et godt helbred, fysisk og mentalt er en vigtig forudsætning for at kunne leve et liv, hvor den enkelte er i stand til at gøre det, vedkommende vil.

Som kommune ønsker vi at støtte aktivt op om de rammer, der gør det muligt for den enkelte borger at have et godt helbred. Det skal ske i et samspil med den enkelte borger; at gøre noget aktivt selv for at fastholde sine evner, både fysisk, mentalt og socialt, er med til, at borgere også i fremtiden kan leve et selvstændigt og aktivt liv. Det skal derfor også være let at få viden om det at blive ældre, at finde inspiration til at holde sig aktiv og at indgå i sociale fællesskaber.

Borgeren skal opleve:

- At være i stand til at klare sig selv længst muligt
- At have et godt fysisk helbred
- At kunne indgå i sociale fællesskaber efter eget ønske

Derfor arbejder vi målrettet mod at:

- Flere borgere i en høj alder fortsat er i stand til at klare sig
- Flere borgere over 65 år er fysisk aktive
- Tegn på ensomhed opspores og forebygges tidligt

Indsatser:

- Styrket kommunikation og tilgængelig information for ældre om aktiviteter m.v. gennem fysisk materiale, kommunens hjemmeside og andre kanaler
- Udbrede viden om livet som ældre gennem arrangementer, foredrag m.m.
- Samarbejde om flere aktiviteter med samarbejdsparter som fx SeniorRådet, Ældresagen og RustenborgHuset
- Udvide tilbud om forebyggende hjemmebesøg til borgere med risiko for nedsat social, psykisk eller fysisk funktionsevne
- Styrke indsatsen i overgangen fra visiteret genoptræning til selvtræning og et mere aktivt hverdagsliv
- Etablere udendørs træningsplads med løbende instruktion
- Styrke involveringen af frivillige på ældreområdet
- Afprøve forskellige former for virtuelt samvær
- Åbne plejecentre og træningscentre mere op for lokalsamfundet og pårørende gennem åbne caféer, arrangementer, foredrag m.m.
- Tilbyde flere arrangementer i højtiderne for alle
- Yderligere tilbud om aflastning for pårørende til hjemmeboende borgere med behov for pleje og omsorg



selvbestemmelse

Selvbestemmelse er retten til at bestemme over sig selv og sit eget liv. Oplevelsen af at have en høj grad af selvbestemmelse er med til at skabe et værdigt liv. Det vil være helt individuelt, hvad der er vigtigt for den enkelte ældre borger selv at kunne være herre over.

Derfor tager Lyngby-Taarbæk Kommune så vidt muligt udgangspunkt i den ældres individuelle behov. Det gøres inden for de politisk fastsatte rammer og vilkår for den kommunale service. På den måde kan vi understøtte borgers evne til og oplevelse af selvbestemmelse i eget liv.

Selvbestemmelse kan for eksempel betyde at være selvhjulpen, når støttestrømper skal tages på, øjnene skal dryppes, eller måltidet skal nydes. Derfor arbejder kommunen på flere fronter med både traditionelle og velfærdsteknologiske hjælpemidler. Vi fokuserer også på information til pårørende om de muligheder, der er, når kommunen bliver en del af ens liv.

Borgeren skal opleve:

- At blive inddraget og lyttet til

Derfor arbejder vi målrettet mod at:

- Borgerens individuelle behov prioriteres
- Borgerens evne til selvbestemmelse styrkes fx gennem brug af relevante hjælpemidler

Indsatser:

- Øget fokus på at imødekomme borgerens individuelle behov, bl.a. gennem individuelle mål og fleksibel og individuelt tilpasset hjemmehjælp
- Informationsmøder til pårørende om kommunens tilgang til pleje- og omsorgsopgaven i forhold til individuelle behov
- Brug af hjælpemidler, der understøtter selvbestemmelse og selvhjulpenhed
- Styrke involveringen af frivillige fx i forbindelse med følgeskab til hospital





høj kvalitet og sammenhæng i plejen

Ældre med behov for hjælp, støtte og pleje skal opleve en sammenhængende og individuelt tilrettelagt indsats og møde fagligt kvalificeret personale.

For at leve op til ambitionen om at yde høj kvalitet og sammenhæng i plejen, er det vigtigt at tilpasse kommunens indsatser, så de støtter borgeren bedst muligt.

Som ældre borger med behov for hjælp, støtte og pleje, vil man opleve at komme i kontakt med forskellige faggrupper. Lyngby-Taarbæk Kommune arbejder målrettet med at koordinere og sikre sammenhængende forløb for borgeren såvel internt i kommunen som i samarbejdet med bl.a. hospitaler og praktiserende læger.

Borgeren skal opleve:

- At alle omkring borgeren samarbejder og deler relevant viden på tværs
- At medarbejderne er kompetente i opgaveløsningen

Derfor arbejder vi målrettet mod at:

- Forebygge faldende funktionsevne
- Mindske antallet af forebyggelige indlæggelser og genindlæggelser
- Styrke sammenhængen i indsatsen for borgere, der udskrives fra hospitalet eller fra træningscenter til eget hjem eller plejecenter
- Have kompetente medarbejdere, der løbende styrkes i at møde nye krav og forventninger

Indsatser:

- Styrke kommunikation og forventningsafstemning mellem borger, pårørende og personale
- Styrke og forenkle dokumentation, medicin håndtering og patientsikkerhed
- Tilknytte faste læger på alle kommunens plejecentre
- Styrke akutfunktionen, så den bruges af alle plejecentre og i hele hjemmeplejen
- Styrke det tværfaglige samarbejde på tværs af ældreområdet
- Styrke hjemligheden på plejecentrene
- Fortsat fokus på at skabe størst mulig kontinuitet i plejen
- Styrke gennemsigtigheden for borgeren i eget forløb

- Styrke fokus på borgerens involvering og ansvar for eget forløb
- Styrke fokus på borgerforløb, der går på tværs af kommune, region, praktiserende læge m.fl.



mad og ernæring

Ældre borgere i kommunen, som er omfattet af et kommunalt madtilbud, skal opleve mad af god kvalitet, og at rammerne på plejecentrene og træningscentre omkring måltidet er indbydende.

Lyngby-Taarbæk Kommune ønsker at åbne kommunens caféer på pleje- og træningscentre endnu mere op for hjemmeboende borgere og pårørende. Det skal være muligt at komme og nyde et måltid mad med andre borgere og herigennem indgå i et uformelt fællesskab.

I caféer og køkkener på vores pleje- og træningscentre laves maden fra bunden, og der er fokus på at tilpasse og målrette den mad, der serveres, til de behov og ønsker brugerne i caféerne har.

Endelig har kommunen fokus på en ernæringsmæssig rigtig kost, der støtter op om sundhed og velbefindende.

Borgeren skal opleve:

- Fællesskab omkring måltidet i indbydende rammer såvel på pleje- og træningscentre som i caféerne
- Indbydende og sund kost

Derfor arbejder vi målrettet mod at:

- Borgeren tilbydes ernæringsrigtig kost
- Måltiderne foregår i indbydende rammer på pleje- og træningscentrene, herunder caféerne

Indsatser:

- Skabe indbydende rammer i caféerne på kommunens plejecentre og i træningscentre
- Åbne caféerne i alle årets weekender og helligdage
- Skabe tilbud i caféerne, der fremmer fællesskab omkring måltidet med fx lokalsamfundet og pårørende
- Styrke indsatsen til borgere med særlige ernæringsmæssige behov
- Styrke fokus på ernæringsrigtig kost gennem ernæringsscreening til hjemmeboende borgere, der får hjælp af hjemmeplejen og borgere, der får træningstilbud eller har midlertidige ophold på træningscenteret
- Styrke involveringen af frivillige omkring måltidet



Det er en af kommunens vigtigste opgaver at hjælpe med at give livet en værdig og tryk afslutning for de ældre borgere, kommunen er i kontakt med.

Derfor vil Lyngby-Taarbæk Kommune øge fokus på den sidste tid op til døden, så borgeren oplever tryk og nærvær.

Samtidig vil fokus være på et styrket samarbejde med de pårørende om den sidste tid. Endelig vil kommunen også styrke indsatsen i forhold til den tilbageværende ægtefælle. Her kan der være behov for støtte og vejledning i den første tid efter at have mistet sin ægtefælle. Det kan fx handle om at få bearbejdet sorgen og komme videre i det fremtidige liv.



en værdig død

Borgeren skal opleve:

- At have indflydelse på den sidste tid

Den tilbageværende ægtefælle skal opleve:

- At blive støttet og hjulpet videre

Derfor arbejder vi målrettet mod at:

- Borgeren hjælpes til at afklare væsentlige forhold omkring døden
- Tiden omkring døden tilpasses den enkelte borgers ønsker
- Der bliver et øget fokus på tilbud til de efterladte

Indsatser:

- Styrke fokus på borgerens individuelle behov for hjælp og støtte i den terminale fase fx med kontakt til præst, bedemand eller andre
- Styrke samarbejdet mellem borger, pårørende og personale om borgerens ønsker omkring livets afslutning fx genoplivning
- Styrke fokus på at skabe trygge rammer i den sidste tid
- Tilbyde forebyggende hjemmebesøg til ægtefælle
- Etablere nye tilbud for enker og enkemænd for at forebygge ensomhed
- Styrke involveringen af frivillige i den sidste tid, fx via Vågetjenesten



Virkeliggørelse af strategien

Ældrestrategien træder i kraft i 2017 og er gældende til og med 2021.

Ansvar for implementeringen af strategiens indsatser er placeret i Center for Sundhed og Omsorg.

Virkeliggørelsen af strategiens ambitioner og indsatser kræver et kontinuerligt fokus og tæt samarbejde mellem kommunens plejecentre, træningscentre, hjemmepleje, myndighedsafdeling og sundhedscenter.

For at Social- og Sundhedsudvalget kan følge arbejdet med at gennemføre strategien, udarbejder Center for Sundhed og Omsorg en årlig status. Da strategien er femårig, kan der være behov for tilpasninger undervejs.



Har du spørgsmål til
Lyngby-Taarbæk Kommunes
Ældrestrategi, kan du kontakte
Center for Sundhed og Omsorg:
sundhedomsorg@ltk.dk
eller telefon 45 97 34 44

Foto
Jakob Carlsen / jakobcarlsen.dk
Brian Lundquist
Thinkstock.com
www.grefta.dk

Grafisk design
finsens.dk



LYNGBY-TAARBÆK
KOMMUNE