

AKTIV & TRYK HELE LIVET

Et reformprogram for ældrepleje
og sundhed i Københavns Kommune



KØBENHAVNS KOMMUNE
Sundheds- og Omsorgsudvalget

INDHOLD:

VISIONER & MÅL

3

POTENTIALE & UDFORDRING

5

STÆRKERE FÆLLESSKAB - DER ER BRUG FOR ALLE

7

Politisk vision

8

Åbne døre for civilsamfundet

9

Et opgør med ensomheden

9

Støtte til den nære familie

11

MERE FRIHED - KØBENHAVNERNE KAN OG VIL SELV

12

Politisk vision

13

Støtte til selv at klare praktiske opgaver

14

Støtte til livskvalitet i hverdagen

15

Teknologi som støtte til det gode ældre liv

16

Forandring kræver styrket faglighed

17

STØRRE TRYGHED - HJÆLP NÅR DU HAR BRUG FOR DET

19

Politisk vision

20

Tidligere i plejebolig - større livskvalitet

21

Færre forskellige hjælpere hos hjemmeplejemedtagere

21

Bedre forhold for ældre medicinske patienter

21

HØJERE FAGLIGHED - EN ARBEJDSPLADS PÅ FORKANT

23

Politisk vision

24

Tid til kerneydelsen

25

Rekruttering og fastholdelse

25

Til kamp mod nedslidning

27

Oversigt over mål for Aktiv og tryk hele livet

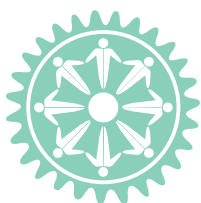
28

VISIONER & MÅL

Aktiv og tryk hele livet er et politisk program, der vil reformere indsatsen for ældre og syge københavnere i de kommende år.

Reformerne, der vil blive igangsat i de kommende tre år, skal sikre, at københavnere får den bedst mulige og mest effektive hjælp, hvis de bliver svækket af alder eller sygdom. Det er reformernes samlede mål at løfte københavnernes livskvalitet og helbred frem mod 2015. Men nytænkningen vil også føre til billigere, smartere og fagligt bedre løsninger.

Aktiv og tryk hele livet indeholder fire klare visioner:



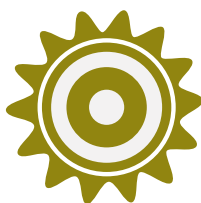
STÆRKERE FÆLLESSKAB – der er brug for alle:

Mange københavnere har overskud og lyst til at gøre en forskel for andre. Den energi skal supplere ældreplejen, fordi civilsamfundet på flere områder kan hjælpe ældre bedre end kommunen - f.eks. når det handler om at undgå ensomhed.

► Det betyder, at kommunen vil arbejde for at udvikle aktivt medborgerskab, så alle, der vil gøre en indsats, får de bedste muligheder for det. Kommunen skal støtte frivilligt arbejde og skabe kontakt mellem borgere med behov og frivillige organisationer.

Mål i 2015:

- 50 % færre ældre er ensomme i København
- Alle plejeboliger har aktiviteter for frivillige og pårørende



MERE FRIHED – københavnere kan og vil selv:

Alle ældre i København skal have mulighed for at klare sig selv længst muligt. Grundtanken i kommunens møde med borgerne er, at det giver livskvalitet at være fri og uafhængig af hjælp fra andre.

► Det betyder, at kommunen vil hjælpe og træne ældre, der modtager praktisk hjælp til at klare dagligdagen selv. Passiv hjælp skal erstattes af aktiv hjælp, der støtter den enkelte til at holde sig både fysisk, mentalt og socialt aktiv. Der skal samtidig investeres mere i genoptræning efter sygdom og i teknologiske løsninger, der hjælper ældre med at mestre eget liv.

Mål i 2015:

- Alle, som modtager praktisk hjælp, bliver trænet til at klare sig selv bedst muligt
- København er landets førende by når det gælder brug af velfærdsteknologi



STØRRE TRYGHED – hjælp når du har brug for det:

En større del af hjælpen skal rettes mod de svageste borgere og dem, der har mest brug for pleje. I stedet for at give alle lidt hjælp, skal de fleste kræfter bruges på de ældre med størst behov. Som københavnere kan man være tryk, fordi man altid får professionel og rettidig hjælp, når der er brug for det.

► Det betyder, at ressourcerne prioriteres anderledes end i dag. Ældre, der har mulighed for at blive selvhjulpne, skal støttes til at klare sig selv mest muligt, mens

de svageste og mest syge skal have mere, bedre og højt professionaliseret hjælp. Kommunen vil samtidig gøre op med opfattelsen af, at det altid er bedst at blive længst muligt i eget hjem.

Mål i 2015:

- ▶ Svage ældre flytter tidligere i plejebolig
- ▶ Alle ældre med behov for hjælp har et fast team af hjælpere
- ▶ Ingen fejl i medicineringen af de ældre



HØJERE FAGLIGHED – en arbejdsplads på forkant:

Ældreplejen i København skal være Danmarks bedste. I en fremtid, hvor der bliver kamp om de gode ansatte, skal Københavns Kommune kunne tiltrække de bedste medarbejdere. Stærke faglige miljøer skal gøre kommunen attraktiv som arbejdsplads.

▶ **Det betyder, at medarbejdernes kompetencer i ældreplejen skal ændres og løftes ved en massiv fælles indsats for uddannelse og ledelse. Samtidig skal der gøres en indsats for at fastholde medarbejdere.**

Mål i 2015:

- ▶ 80 % af nye medarbejderne er fortsat ansat et år efter ansættelsen
- ▶ 20 % af de ansatte er mænd
- ▶ Sosu'ernes faglige niveau er løftet markant

POTENTIALE & UDFORDRING

Ældreplejen og sundhedsvæsenet i København står over for en række store udfordringer i de kommende år.

Hver fjerde plejehjemsbeboer og hjemmeplejemodtager oplever ensomhed. Mere end halvdelen af borgerne lever med kroniske sygdomme, og kun ca. hver sjette københavnere lever op til Sundhedsstyrelsens anbefalinger om sunde levevaner. Det går ud over levetiden, som er lavere i København end i resten af landet. Samtidig har dårligt helbred og sundhed en kraftig social slagside.

Udfordringerne vil i de kommende år ændre sig markant. Der vil komme flere aktive ældre, som stiller nye krav. Det vil blive sværere at finde ansatte til ældre- og sundhedssektoren. Og økonomien i den offentlige velfærd kommer under pres.

For at København kan blive ved med at være en god by at blive gammel eller syg i, er det nødvendigt med reformer af ældreplejen og sundhedsvæsenet.

Forudsætningerne for en vellykket reform er gode. Kommunen viser rettidig omhu ved allerede nu at angribe fremtidens problemer, mens potentialet er stort og udfordringerne endnu er overskuelige. Reformen skal udnytte, at:

■ København får flere friske og aktive ældre – og færre plejekrævende ældre borgere. I 2020 vil der være 9.500 flere "yngre ældre" mellem 65-79 år og 3.000 færre ældre over 80 år. Helt nye generationer af ældre med nye forventninger og færdigheder vil komme til at præge byen.

■ Ny teknologi giver mulighed for en revolution af den måde, man hidtil har løst sundheds- og plej opgaver på. Det giver samtidig muligheder for mere frihed til dem, der har et stort plejebehov.


■ Mange københavnere har lyst til at være aktive medborgere – f.eks. som pårørende eller som frivillige. Det er der brug for – ikke mindst for at bekæmpe ensomheden.

■ Med et årligt budget på mere end seks milliarder kroner har København en størrelse, der forpligter. København har muligheden for at vise vejen for fremtidens velfærd i Danmark. Udviklingen af sundheds- og ældreområdet skal ske i tæt samarbejde med forsknings- og uddannelsesinstitutioner, erhvervslivet, foreningslivet og borgerne.

Reformprogrammet er blevet til efter dialog med ældrerådene, frivillige organisationer, medarbejdere og faglige organisationer. Programmet skal danne grundlaget for Sundheds- og Omsorgsudvalgets arbejde i de kommende år.

På de kommende sider vil de indsatser, der tilsammen udgør reformen, blive præsenteret

Aktiviteterne i reformprogrammet bliver sat i gang i forskellige hastigheder:

 Københavns Kommune allerede klar til at gå i gang med mange aktiviteter i reformprogrammet.

 Andre indsatser er afhængige af, at der afsættes de nødvendige penge ved budgetforhandlingerne i 2012, 2013 og 2014.

 På nogle områder mangler der stadig viden om, hvad københavnernes ønsker og tænker.

Reformprogrammet er bygget op af mål og konkrete indsatser, så gør det bliver muligt at sikre, at visionerne bliver opfyldt. Frem mod 2015 vil der løbende blive fulgt op på, hvordan det går med at opfylde de overordnede mål om at løfte københavnernes livskvalitet og helbred samt de konkrete mål under hver vision. En samlet oversigt målene findes i bilaget "Oversigt over mål for Aktiv og tryk hele livet".

København, juni 2011
Sundheds- og Omsorgsudvalget



Susan Hedlund (A)



Heidi Wang (I)



Susanne Møller (C)



Borgmester
Ninna Thomsen (F)



Bjarne Fey (F)



Birthe Skaarup (O)



Jaleh Tavakoli (U)



Jakob Hougaard (A)



Manu Sareen (B)



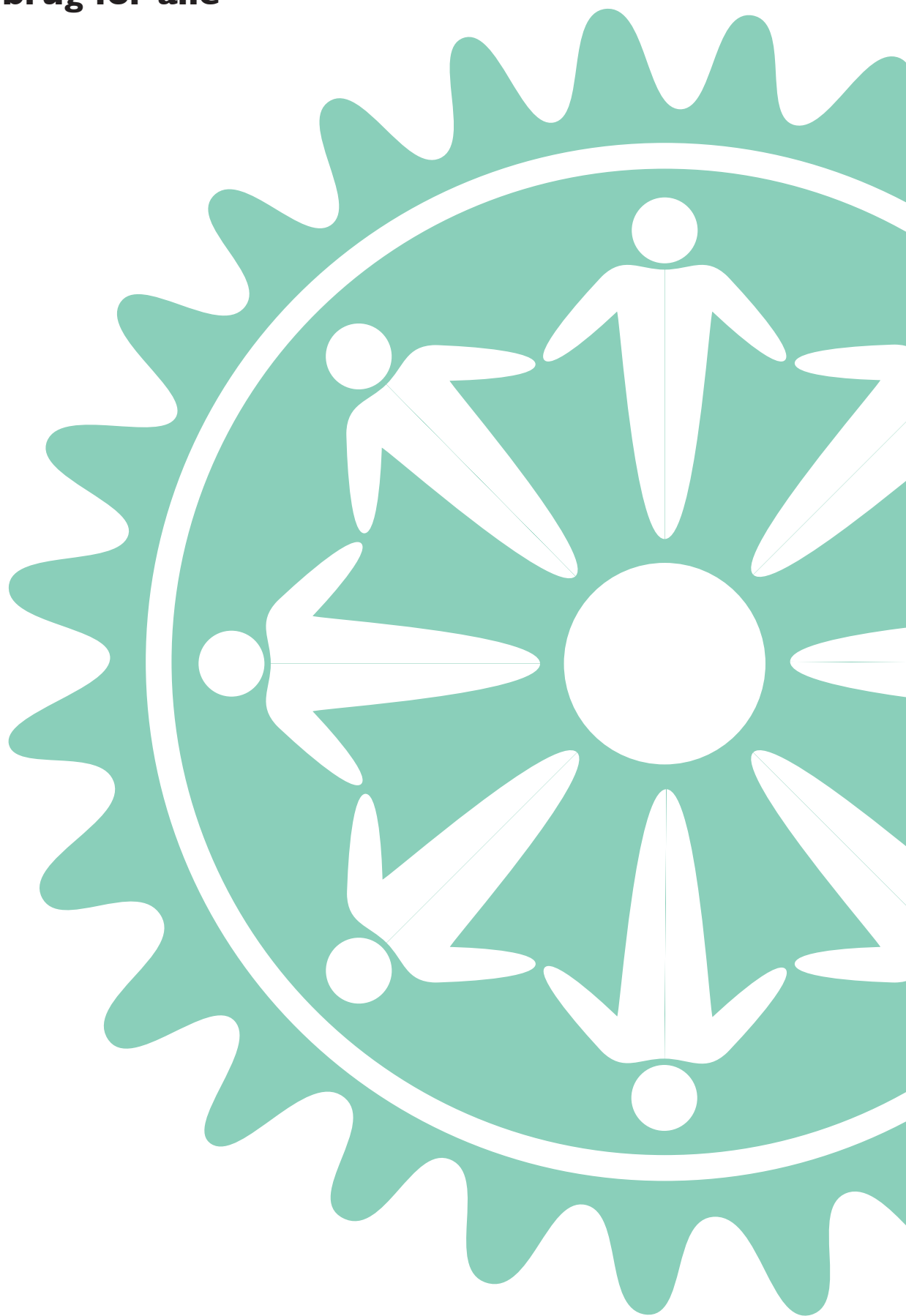
Anette Holst
Christensen (A)



Trine Schaltz (F)

STÆRKERE FÆLLESSKAB

- der er brug for alle





STÆRKERE FÆLLESSKAB

– der er brug for alle

POLITISK VISION

I København er alt for mange ældre ensomme. Hvert år må kommunen indrykke mere end 300 dødsannoncer, fordi ældre dør alene uden kendte pårørende. Undersøgelser viser, at mere end hver fjerde ældre københavnere, der bor i plejebolig eller modtager hjemmepleje, føler sig ensom i dagligdagen. Det er et dystert billede af København, der kan og skal ændres.

Hjælpen og plejen til de svageste københavnere skal være god – men samtidig er det vigtigt at have fokus på, at ældre har mange andre vigtige behov, end dem kommunen kan dække.

Ansatte i ældreplejen skal møde borgerne med varme, nærvær og indlevelse. Men kaffesnak, venskab og godt naboskab bliver aldrig – og skal aldrig være – en kommunal kerneopgave. Det er derimod en opgave mellem københavnere. Civilsamfundet skal i fremtidens København være et vigtigt supplement til byens ældrepleje. Familie, pårørende, naboer og venner er helt afgørende for en meningsfuld tilværelse for mange ældre.

Det skal både være lettere at være frivillig og pårørende i København. Kommunen er i dag ikke tilstrækkelig åben over for civilsamfundet. Plejecentre skal være åbne huse, der inviterer beboerens nærmeste indenfor og samarbejder tæt med både lokalsamfund, familier og pårørende. Fremtidens hjemmepleje kan med inddragelse af frivillige hjælpe den ensomme enkemand med at finde en billardmakker eller en madklub. Pårørende og frivillige organisationer skal derfor støttes og inddrages af kommunen som et vigtigt supplement til de samlede kommunale ældretilbud.

Københavnere kan gøre en forskel på mange områder, og der er brug for flere frivillige – også blandt ældre. Allerede nu er der succeser med madklubber og besøgsvenner, som skal udbredes til hele byen. Men der er behov og plads til mange flere ideer og meget mere engagement. Det arbejde skal kommunen støtte.

Det er ikke kun ressourcetsvage ældre, der har gavn af det frivillige arbejde. Mange ældre – eksempelvis københavnere der har mistet ægtefælle og venner – kan gennem socialt iværksætteri og frivillige organisationer få mulighed for at bruge sig selv på en meningsfuld måde og komme med i nye fællesskaber.

Som medborgerskabets by skal København være bedre til at hjælpe og støtte, når personer kommer i livskriser – f.eks. når en ægtefælle dør, og man midt i sorgen skal indrette sig på et nyt liv. Eller når en familie pludselig skal håndtere demens eller anden svær sygdom. I de tilfælde skal en del af kommunens hjælp rettes mod pårørende, som gennem dialog, rådgivning eller undervisning kan få hjælp til at komme bedre gennem den svære situation.

Mål i 2015:

- ▶ 50 % færre ældre er ensomme i København
- ▶ Alle plejeboliger har aktiviteter for frivillige og pårørende



ÅBNE DØRE FOR CIVILSAMFUNDET

Kommunen skal åbne sig mod civilsamfundet og hjælpe borgere og pårørende med at gøre en indsats. God kontakt med andre mennesker er selve nøglen til en meningsfuld hverdag.



Københavns Kommune slår dørene op

Kontakten mellem københavnere skabes i lokalsamfundet. I hvert lokalområde, som består af 2 bydele, skal der etableres et netværk mellem lokale frivillige, foreninger, det lokale erhvervsliv og kommunens brugere.

Netværkene skal nå ud til de borgere, der gerne vil yde en frivillig indsats. Det gælder også grupper som f.eks. ældre mænd, der i dag kun arbejder frivilligt i mindre omfang. Det er helt afgørende, at det bliver let at arbejde frivilligt. Københavnerne skal derfor have flere måder at være frivillig på – der skal være variation i byens muligheder.

Frivillige skal ind der, hvor kommunens brugere er. Derfor skal f.eks. plejecentre være åbne for aktiviteter med frivillige. Det kræver en professionel organisation, der formår at skabe attraktive rammer for det frivillige arbejde via spændende udfordringer, ansvar og anerkendelse.

Københavns Kommune vil:

- Etablere en organisation med en brobygger i hvert lokalområde, der skal være bindeled mellem frivillige, foreninger og kommunen. Brobyggerne skal løbende understøtte og motivere samarbejdet og udvidelsen af nuværende netværksaktiviteter.

- I hvert lokalområde etablere netværk mellem f.eks. plejecentre, hjemmeplejen og lokale frivillige, foreninger, det lokale erhvervsliv og ældre. I København findes allerede mange tilbud, f.eks. muligheden for at lære at bruge computere på biblioteker. Den lokale brobygger hjælper til med etableringen af netværkerne bl.a. med opstartsmidler og ved at formidle overblik over lokale tilbud.

- Gennemføre en analyse som skal gøre det muligt at målrette indsatsen for at åbne kommunens omsorgs- og sundhedssektor for civilsamfundet. Analysen skal give systematisk viden om, hvilke opgaver frivillige må, kan og vil løse. Og hvilke rammer de frivillige ønsker at have for deres indsats?

ET OPGØR MED ENSOMHEDEN

Langt flere skal hjælpes til at komme ud af ensomheden, og færre skal dø alene. Skal det lykkes viser erfaringer fra brugerundersøgelser, at det netop er kontakten til familie, venner og sociale fællesskaber, der skal styrkes. Det kræver et stærkt samarbejde mellem kommunen og det nære lokalområde.



Flere netværk og stærkere relationer

Det er ofte svært at skabe nye kontakter, når man er alene. Via et tæt samarbejde med frivillige organisationer vil kommunen hjælpe borgerne med at få kendskab, kontakt og adgang til frivillige tilbud.

Københavns Kommune vil:

- Bruge de mere end de ca. 20 millioner kroner, som København Kommune hvert år tildeler de frivillige ældreklubber, på en ny måde. Støtte til ældreklubber og aktiviteter på plejecentre skal gives, så pengene hovedsageligt bruges til netværksskabende aktiviteter i klubber og andre ældretilbud i lokal-



områderne. Støtte til besøgstjenester og instruktører til f.eks. motion prioriteres.

■ Afprøve sociale medier til at skabe netværk, invitere og introducere hjemmeboende til aktivitetscentre, klubber og væresteder; hvor der er fællesskaber og aktiviteter. På plejecentrene vil beboere og frivillige blive inviteret til fælles aktiviteter.

■ Igangsætte en analyse, hvor der udarbejdes et landkort over ensomheden i Københavns Kommune. Analysen skal svare på, hvem der føler sig ensomme, hvorfor de gør det – og om nogle er særligt udsatte. Analysen skal samtidig bruges til at ændre kommunens møde med borgeren, så opgøret med ensomhed bliver integreret i den måde kommunen leverer ydelser på.



Måltider i fællesskab

Ældre københavnere skal have let adgang til en madklub og til at dele måltidet med spisevenner. Et godt måltid giver ikke bare næring til kroppen; den daglige frokost og aftensmad er også en naturlig mulighed for at mødes i et tæt fællesskab med familie, nuværende og kommende venner.

Rundt omkring i København arrangerer frivillige foreninger og ældreboligafdelinger i dag madklubber for ældre. Frivillige foreninger bruger ofte netop madklubber til at nå bredere ud blandt ældre. Nogle madklubber er så populære, at der er potentiale for at udvide og invitere endnu flere med.

Københavns Kommune vil:

■ Tilbyde midlertidig opstartsstøtte til frivillige i områder uden et spisetilbud og støtte madklubber med succes, så de kan udvide kapaciteten eller "eksportere" deres tilbud til andre. Eksempelvis lokale medborgerhuse, en anden ældreboligforening eller et andet sted i byen.

■ I alle lokalområder sammen med frivillige organisationer give muligheden for, at ældre københavnere har spisevenner. Frivillige bidrager med socialt nærvær ved måltidet. Kommunen bidrager med mad til spisevennen.



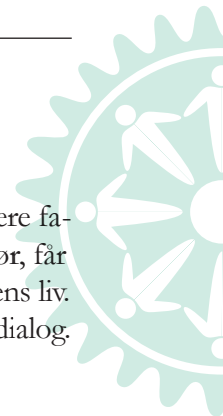
Hjælp i livskriser – sorgstøtte

Hvert år dør ca. 3.500 københavnere over 65 år. Mange efterlader sig en samlever, som skal indrette sig på livet alene. Samtidig er der en gruppe ældre, der skal omstille sig til at leve alene, når deres samlever flytter i plejebolig. Følelsen af at være alene kan også opstå, når forholdet mellem ægtefæller ændres væsentligt på grund af alvorlig sygdom.

Når man mister et menneske, der har stået én nær, påvirker det mange aspekter af livet. Den efterladtes velbefindende og sociale trivsel sættes under pres, og der er en række praktiske og økonomiske spørgsmål, som skal håndteres – selv den efterladtes helbred kan være truet. Hjælp i livskriser er effektivt til at forebygge tab af funktionsevne og følelse af ensomhed.

Københavns Kommune vil:

■ Tilbyde efterladte besøg i hjemmet til en samtale om sorgen, og om hvordan livet har været før og kan blive nu, hvor de er blevet alene. Efterladte kan deltage i sorggrupper eller forskellige netværksskabende aktiviteter med andre i samme situation. Tilbudet udvikles i samarbejde med frivillige foreninger og patientforeninger, der har erfaring med individuelle og gruppebaserede tilbud om hjælp og støtte til ældre i forbindelse med livskriser.



STØTTE TIL DEN NÆRE FAMILIE

Den nære familie er nøglen til en værdig hverdag for kommunens ældre borgere. Samtidig har den nære familie ofte selv brug for hjælp. Det kan være svært at håndtere en ny hverdag – f.eks. når pårørende dør, får demens eller flytter i plejebolig. En plejebolig er ikke kun et nyt hjem, det er også rammen om familiens liv. Pårørende og andre nære relationer skal også føle sig hjemme på plejecentrene og inddrages i en tæt dialog.



Pårørende - inddragelse og dialog

Pårørende har mange forskellige behov, som skal kortlægges. Centrale spørgsmål er:

■ Hvordan oplever pårørende i dag deres rolle i forbindelse med den pleje og omsorg, som Københavns Kommune yder til pårørende?

■ Hvilken rolle ønsker pårørende at spille i forbindelse med plejen? Hvor vil de gerne selv tage ansvar? Og hvor vil de gerne have, at kommunen i højere grad tager over?

En analyse skal klæde kommunen på til at indrette indsatsen på en måde, som bedst muligt tager højde for pårørendes ønsker og behov. Herunder også københavnere, der står med særlige udfordringer, f.eks. voksne børn af ældre med etnisk minoritetsbaggrund.

Københavns Kommune vil:

■ Iværksætte en analyse af det behov pårørende har for information og inddragelse.



Demensskole for pårørende

Ca. 6.000 københavnere lever i dag med sygdommen demens. Demens beskrives ofte som de pårørendes sygdom, da demens ikke kun påvirker den sygedomsramte, men hele familien - både socialt, psykisk og fysisk. I de kommende år vil antallet af yngre borgere med demens vokse - og flere pårørende vil derfor komme i en svær situation. Undersøgelser viser, at pårørende til mennesker med demens er mere udsatte for bl.a. depression og stress.

Københavns Kommune vil:

■ Etablere en demensskole i samarbejde mellem byens demenscentre og sundhedshuse. På demensskolen kan pårørende til personer med demens få målrettet hjælp og støtte gennem hele demensforløbet. Demensskolen skal vejlede, oplyse og undervise i metoder til at forebygge konflikter mellem pårørende og den demens-ramte. Skolen vil også skabe netværk mellem pårørende.

Tilbuddene til pårørende styrkes og kvalificeres ved at inddrage organisationer som Alzheimerforeningen samt nuværende og tidligere pårørende, som kan dele ud af deres erfaringer.

MERE FRIHED

– københavnernes kan og vil selv





MERE FRIHED

– københavnernes kan og vil selv

POLITISK VISION

For københavnere i alle aldre er det en stor tilfredsstillelse at kunne klare sig selv bedst muligt. Det giver frihed, livskvalitet og et bedre helbred, når man har hovedrollen i sit eget liv. Den grundtanke skal i fremtiden være udgangspunktet for den praktiske hjælp og støtte ældre og syge københavnere får. Når kommunen møder borgeren i dag, fokuseres der i for høj grad på, hvad borgeren ikke kan. Fremover skal medarbejderne fokusere på, hvad borgeren kan eller har mulighed for at lære – enten ved egen hjælp, træning eller ved brug af ny teknologi.

De nye principper i ældreplejen er:

- **Aktiv hjælp i stedet for passiv hjælp**

Hvor kommunens medarbejdere i dag udfører opgaverne *for* borgeren, skal de i fremtiden udføre opgaverne *med* borgeren. I dag får mange ældre praktisk hjælp til opgaver, som de med lidt hjælp eller træning selv kan klare. Skal ældre have støvet af, vil hjemmeplejen i dag typisk gøre det for hende. Fremtidens hjemmepleje vil måske nøjes med i en periode at træne ældre i at vride kluden og så motivere så de ældre selv at støve af. Det er aktiv hjælp og reel omsorg, når den ældre bliver hjulpet til at være mest mulig fri og aktiv. Samtidig bevares evner og værdighed. Når borgerne får brug for hjælp – f.eks. efter sygdom – er tilbuddet rehabilitering eller træning. Mange vil med træning kunne genvinde tabte funktioner og gøre sig mere eller mindre uafhængige af hjælp.

- **Forebyggelse frem for behandling**

Mange behandlinger og indlæggelser kan undgås, hvis der gøres en indsats for at forebygge sygdom eller ulykker. Derfor skal det være et klart mål for kommunen at hjælpe i god tid – og helst inden, der er behov for behandling eller indlæggelse. På den måde kan mange københavnere undgå langvarige sygdomsforløb eller invaliderende ulykker. Eksempelvis falder mange ældre hvert år og får alvorlige skader, som kan undgås ved forebyggende samtaler. En anden måde at forebygge på er ved at indrette byen, så det bliver lettere og sjovere for ældre at leve sundt.

- **Teknologien giver frihed**

Robotter i ældreplejen bliver ofte brugt som et skræmmebillede. Men den nye velfærdsteknologi rummer et væld af muligheder for at gøre hverdagen lettere for både ældre og kommunens medarbejdere. Velfærdsteknologi kan både bruges til genoptræning, til hukommelseshjælp og til praktisk og personlig pleje. Ældreplejen skal derfor gå foran i arbejdet med at udnytte nye teknologiske muligheder til at give en bedre hverdag for byens ældre. Det skal ske ved, at ny teknologi afprøves i kommunen – gerne i samarbejde med virksomheder og forskningsinstitutioner.

De ovenstående principper er en markant ændring af kulturen i ældreplejen. For mange borgere vil det være helt nyt, at kommunen ikke blot giver hjælp, men også forventer, at borgeren selv gør en indsats og træner sine funktioner. Det er derfor vigtigt at sørge for, at borgerne får et godt kendskab til kommunens nye principper for hjælp. På samme måde er det afgørende, at medarbejderne er klar til forandringerne. Det skal blandt andet sikres ved at styrke den faglige ledelse og ved at ansætte fagligt velfunderede vejledere, der kan støtte og rådgive de ansatte til den nye måde at møde borgeren.

Mål i 2015:

- ▶ Alle, som modtager praktisk hjælp, bliver trænet til at klare sig selv bedst muligt
- ▶ København er landets førende by når det gælder brug af velfærdsteknologi



STØTTE TIL SELV AT KUNNE KLARE PRAKTISKE OPGAVER

Borgeren skal så vidt muligt selv varetage dagligdagens praktiske opgaver støttet af aktiverende ydelser fra kommunen. De københavnere, der kan blive mere selvhjulpne, vil opleve skiftet, når de henvender sig til kommunen for at få hjælp til dagligdagens gøremål. Hvor kommunen tidligere har tilbudt at udføre opgaven for de ældre, vil de ældre nu blive tilbudt træning i en periode, så de igen selv kan udføre de praktiske gøremål,



Aktiverende praktisk hjælp til rengøring og tøjvask

Erfaringer fra København og andre kommuner viser, at hvis borgere støttes med træning, så har mange mulighed for igen at kunne klare sig med lidt praktisk hjælp – eller helt uden. Både for borgere og kommunen er det en stor gevinst. Borgerne bliver mere selvhjulpne og kan leve et mere frit, sundt og aktivt liv. Og kommunen får frigjort kræfter, der kan bruges til de borgere, der har de største behov.

Når borgeren har behov for fysisk genoptræning, mental genoptræning eller vejledning i brug af teknologi, vil det foregå i hjemmet eller på træningscentret.

Det betyder:

- For rengøring og tøjvask vil borgere blive tildelt midlertidig hjælp kombineret med træning og vejledning til dagligdags gøremål.
- Der igangsættes et pilotprojekt med "turvask", hvor borgeren får hjælp til at bære vasketøjet og bliver kørt til cafe-vaskeri, hvor borgeren selv varetager tøjvasken. Denne model har både et aktiverende og socialt sigte, da tøjvasken vil foregå sammen med andre.



Madlavning i fællesskab med andre

Gode måltider hver dag er en vigtig forudsætning for at være aktiv hele livet og måltider i fællesskab styrker ældres sundhed og livskvalitet. At kunne lave mad selv er vigtigt for følelsen af frihed og kontrol over eget liv. Måltidet er samtidig vigtigt for helbredet for mange ældre. Er man først blevet underernæret og får man for lidt energi, kan det gå hurtigt ned ad bakke. Omkring 2.600 borgere fik bragt mad ud i 2010. Af disse var 1.000 under 80 år. Nogle af disse har helt mistet evnen til selv at lave mad. Men mange andre kan med en træningsindsats igen selv stå for madlavningen.

Københavns Kommune vil:

- Tilbyde et kursusforløb i madlavning for ældre, der ikke selv kan stå for madlavning. På kurset forbedrer og spiser man et måltid sammen og får viden om, hvordan måltider kan tilrettelægges. Kurserne har både et socialt sigte og en optræningsfunktion.



Herre i eget hus – borgeren foretager selv de daglige indkøb

At kunne foretage sine daglige indkøb og selv vælge sine varer har stor betydning for mange mennesker. Det er en hverdagsaktivitet, som også kan være med til at fastholde sociale relationer.

Over 4.000 ældre københavnere får i dag på forskellig vis praktisk hjælp til at foretage deres indkøb. Fremover skal langt flere ældre være selvhjulpne og kunne klare indkøbsopgaver uden kommunens hjælp.

Københavns Kommune vil:

- Igangsætte yderligere indsatser for at flere ældre kan klare indkøbsopgaver. Der igangsættes en



analyse af indkøbsområdet, herunder muligheder for omlægning gennem øget brug af markedet og private købmænd, andre indkøbsydelser, anvendelse af ny teknologi samt muligheder for træning til at gøre flere ældre selvhjulpne.

STØTTE TIL LIVSKVALITET I HVERDAGEN

Behandling skal ikke være første og eneste svar fra Københavns Kommune, når en borger har brug for støtte efter sygdom.



Fri for bleer

I dag visiteres mange borgere, der lider af inkontinens, til ble. Undersøgelser viser, at borgere i mange tilfælde vil kunne hjælpes bedre. Først og fremmest ved bækkenbundstræning, der har effekt i op til fem år. For mange er inkontinens stærkt socialt invaliderende. Lidelsen afskærer borgerne fra at have et udadvendt socialt liv – blandt andet på grund af lugt. Inkontinens har derfor ofte stor betydning for en borgers samlede trivsel og velbefindende.

Københavns Kommune vil:

■ Visitere borgere, der ansøger om bleer som hjælpemiddel, til bækkenbundstræning, vejledning og en tværfaglig undersøgelse af årsag til inkontinens.



Fri for fald

Hvert år falder 17.000 ældre københavnere mindst én gang. Hos 1.200 vil faldet medføre knoglebrud og 55 borgere må på grund af konsekvenserne af deres fald hvert år flytte i plejebolig. Den samlede indsats i hjemmepleje og plejeboliger skønnes at kunne forebygge 15 procent af borgernes fald og mindst 30 lårbenshalsbrud. Udover de fysiske skader betyder fald, at mange borgere bliver usikre og indskrænker deres aktiviteter i dagligdagen. Frygten for et nyt fald kan derfor have stor betydning for livskvalitet. Fald og konsekvenser af fald kan forebygges systematisk, og det skønnes, at hvert sjette fald kan undgås ved en forebyggende indsats.

Københavns Kommune tilbyder allerede borgere i hjemmepleje og i plejeboliger en forebyggende samtale, når de har oplevet fald. Flere kan få gavn af tilbuddet.

Københavns Kommune vil:

■ Udvide den forebyggende indsats, så tilbuddet stilles til rådighed over hele kommunen. Alle ældre, der ønsker at forebygge fald, får dermed mulighed for en faldforebyggende samtale.



Cykler i byen

Mange ældre kommer med tiden til at bevæge sig for lidt og bliver ufrivilligt afhængige af offentlig transport. Andre har med tiden fået svært ved selv at cykle og bliver derfor mere og mere inaktive. Cykler giver frihed til at komme rundt over større distancer, og de er med til at holde ældre aktive og fri for de sygdomme og skavanker, der ofte kommer af inaktivitet.

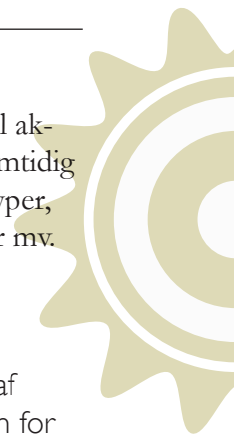
Københavns Kommune vil:

■ Anskaffe el-cykler og andre ældreegnede cykler. Cykler stilles til rådighed på aktivitetscentre og til fælles arrangementer eller som en del af en forebyggende indsats.



Boliger til fremtidens ældre

København får i fremtiden flere aktive og selvhjulpne ældre, som stiller andre krav til, hvordan de vil



bo. Det står allerede nu klart, at færre ældre vil bo i traditionelle ældreboligbebyggelser. I stedet vil aktive ældre være en del af byen og være til stede på samme vilkår som alle andre københavnere. Samtidig ønsker de muligheder for at være aktive sammen med andre ældre. Det kan være i form af boligtyper, som gør, at ældre har bedre transportmuligheder, fællesfaciliteter i nybyggeri, opgangsfællesskaber mv.

Københavns Kommune vil:

■ Facilitetere udviklingen af nye boligtyper og boformer, der kan understøtte et varieret udbud af boliger til aktive og selvhjulpne ældre. Det vil ske i samarbejde med borgerne og aktørerne inden for boligsektoren – herunder de almene boligorganisationer og boligfonde. I samarbejdet vil der blive inddraget erfaringer fra andre sektorer som f.eks. socialsektoren.

TEKNOLOGI SOM STØTTE TIL DET GODE ÆLDRELIV

Oftentimes bliver robotter i ældreplejen brugt som eksemplet på en kold verden, hvor den menneskelige omsorg er erstattet af maskiner. Men i virkeligheden er teknologien ikke et problem for ældreplejen. Den er en potentiel stor gevinst. For ældre kan ny teknologi betyde, at de får hjælp til at kunne klare flere af dagligdagens opgaver selv og dermed forblive uafhængige af hjælp længere. For mange medarbejdere kan tunge løft og opslidende arbejdsfunktioner klares lettere, så nedslidning kan undgås.



Velfærdsteknologiske plejacentre

København skal afprøve teknologi, der kan lette hverdagen for ældre og skabe trygge rammer om livet i plejebolig. De gode afprøvede løsninger skal bruges direkte ved fremtidige nyopførelser og moderniseringer af plejacentre.

Københavns Kommune vil:

■ Opføre et nyt plejecenter, der integrerer nye velfærdsteknologiske løsninger og lavenergiteknologier med henblik på at udvikle og afprøve nye grænser for byggeri af plejacentre. Plejecenteret skal afprøve ny teknologi til gavn for borgere i plejebolig i hele København.



Nye teknologiske løsninger til øget selvhjulpne hos københavnere

På sundheds- og ældreområdet skal der anvendes nye moderne teknologiske løsninger og hjælpemidler, der gør borgeren selvhjulpne i hverdagens gøremål og frigiver medarbejdernes tid fra fysisk belastende opgaver. Det er ambitiøst og kræver afprøvning af nye løsninger som f.eks. automatiserede badeløsninger til personer med funktionsnedsættelse.

Københavns Kommune vil:

■ Lette hverdagen for ældre, der ikke længere kan klare selv, ved at bruge hygiejniske toiletter med skyl og brus, nye spisehjælpemidler og afprøve automatiserede badeløsninger på plejacentre, træningscentre og hos borgere, der modtager hjemmepleje.

■ Give nye muligheder ved digitale skærmløsninger, som gør, at borgeren f.eks. kan bestille mad over nettet samt være i dialog med venner og familie.

■ Bruge bad- og toiletstole og nye lifte, der kan reducere de fysisk belastende opgaver for medarbejderne, og el-cykler, der hjælper medarbejdere, der ellers har svært ved at komme rundt. Dernæst afprøves robot-gulvvaskere og tale-generatorer, der gør det muligt at læse fra medicinæsker.

FORANDRING KRÆVER STYRKET FAGLIGHED



Fælles tilgang til forandringerne på arbejdspladserne

De nye principper for ældreplejen skal i vid udstrækning løftes af medarbejderne og den lokale ledelse i deres kontakt med borgerne. Den store kulturforandring kræver, at medarbejderne styrkes og rustes – blandt andet gennem styrket ledelse og bedre vejledning.

Københavns Kommune vil:

- Gennemføre et projekt, der skal sikre, at forandringerne får mening i praksis for medarbejderne. Medarbejderne i hjemmeplejen skal arbejde med at omsætte den ændrede tilgang til det daglige arbejde, og håndtere de muligheder og udfordringer, de møder, f.eks. nye situationer i kommunikationen med borgere og pårørende. Projektets erfaringer skal udbredes til alle hjemmeplejeenheder.
- Styrke den udgående støtte fra kommunens arbejdsmiljøenhed til linjeledelsens arbejde med at ændre den måde medarbejderne arbejder og møder borgerne.



Mere tid til faglig ledelse

En undersøgelse af ledernes tidsforbrug har vist, at kun en lille del af arbejdstiden afsættes til direkte faglig ledelse af medarbejderne i dag. De opgaver kræver tæt og kvalificeret faglig ledelse for at kommunens ydelser kan fremme et aktivt ældrelev.

Københavns Kommune vil:

- Ansætte faglige ledere i hver hjemmeplejeenhed, svarende til de sygeplejefaglige ledere, der i dag er ansat i sygeplejen. De faglige ledere skal være med til at udvikle kvaliteten i de leverede ydelser og være mentorer for nyt personale samt gennemføre et tydeligere fokus på faglig ledelse.
- Sikre mere tid til gruppeledere i hjemmeplejen, så der er mere tid til den faglige praksisnære ledelse af medarbejderne. Det sker gennem kompetenceudvikling og aflastning af administrative opgaver.
- Kompetenceudvikling af alle gruppeledere, herunder udvikling af gruppeledernes ledelses- og læringskompetencer gennem diplomuddannelser. Dette sker for at løfte lederkvaliteten, så de kommende reformer kan understøttes af daglig ledelse af høj kvalitet.



Stærkere faglig vejledning til træning

Den nye tilgang kræver et tæt, flerfagligt samarbejde på tværs af visitation, hjemmepleje og træningscentre for at sikre, at borgeren hjælpes til bedst muligt at forblive aktiv og selvhjulpen længst muligt. Træningscentrene skal hjælpe hjemmeplejen med faglig supervision, så hjælperen på det mest kvalificerede grundlag kan støtte og træne borgeren til at blive mest mulig selvhjulpen. Tværfagligt samarbejde giver sårbehandlingen et løft ved brug af teknologiske løsninger, som gør det muligt for hjemmesygeplejen løbende at sende billeder af udviklingen i såret og at kommunikere med læger på sårcentret på hospitalet.

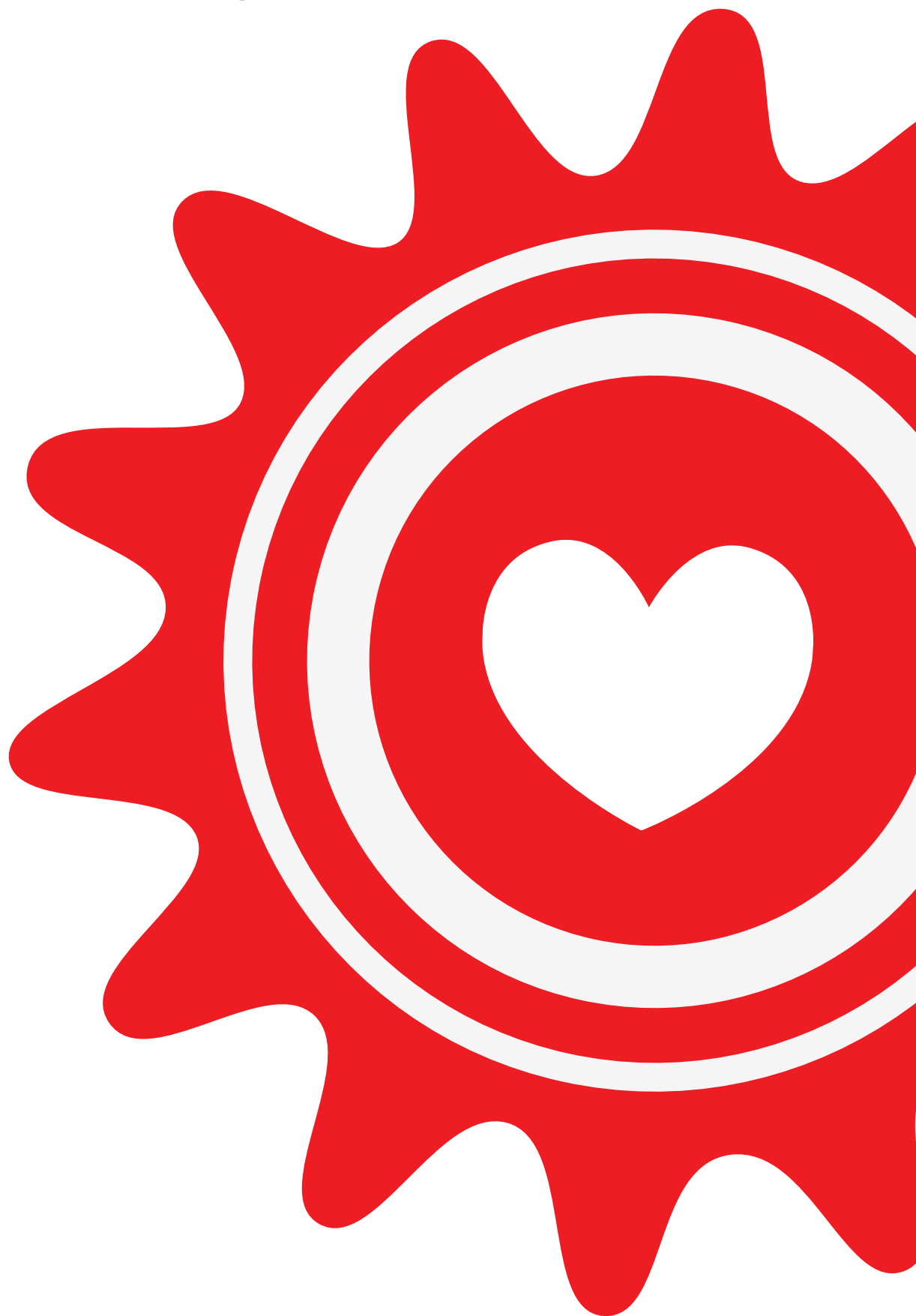
Københavns Kommune vil:

- Ansætte lokale terapeutfaglige vejledere, som skal hjælpe med opstarten af træning i hverdagen i lokalområderne. Vejlederens opgave er dels faglig - i mødet med borgeren, hvor hjælperen understøttes til faglig refleksion - og dels organisatorisk på tværs af visitation, hjemmepleje og træningscentre.

-
- Støtte medarbejderne med supervision i forandringen fra passiv til aktiv hjælp. Supervisionen af medarbejderne foregår i borgerens hjem ved terapeuter fra træningscentrene.
 - Forbedre behandlingen af sår ved at give medarbejdere supervision og kompetenceudvikling i den nødvendige teknologiske know how.

STØRRE TRYGHED

- hjælp når du har brug for det





STØRRE TRYGHED

– hjælp når du har brug for det

POLITISK VISION

København skal være et trygt sted at være ældre. Københavnerne, der bliver svækket af alder eller sygdom, skal vide, at byen har de bedste tilbud, den mest professionelle hjælp og den rigtige behandling. Derfor skal den samlede hjælp til syge og ældre prioriteres på en ny måde. De mest svækkede og syge københavnere skal have mere og bedre hjælp end i dag. Der bliver samtidig behov for en række tryghedsskabende forandringer og forbedringer for syge og aldersvækkede.

En af de mest vidtgående forandringer bliver et opgør med tanken om, at længst muligt i eget hjem altid er bedst for borgerne. Kommunens erfaringer viser, at mange ældre vil kunne få en større livskvalitet, mere tryghed og en bedre og mere professionel hjælp ved tidligere at flytte fra eget hjem til egen plejebolig.

I dag går kommunen i dialog med ældre om at flytte i plejebolig, når de modtager 20 timers hjælp om ugen. I fremtiden vil de indledende samtaler blive taget langt tidligere. Målet er, at flere skal flytte i plejebolig, mens de stadig er så friske, at de kan indrette sig på de nye rammer. Og mens de stadig har kræfterne til at få glæde af plejecentrenes mulighed for sociale netværk og aktiviteter.

Men også for borgere, der er i eget hjem, vil kommunen gøre noget for at skabe trygge og forudsigelige rammer. Mange københavnere, der modtager hjælp i hjemmet i dag, oplever, at de får besøg af så mange forskellige hjælpere, at de ofte ikke kender dem, der kommer. Antallet af forskellige hjælpere skal derfor bringes ned, så ældre kender de hjælpere, der kommer i hjemmet. Det skaber tryghed og forudsigelighed.

Flere og flere sundhedsopgaver er i de seneste år flyttet over i kommunen. Erfaringer viser desværre, at vigtige informationer går tabt mellem de forskellige systemer, så borgere ikke får den rigtige medicin. Det mærker især ældre medicinske patienter, der ofte får hjælp og behandling til flere sygdomme mange forskellige steder – f.eks. på hospitalet, i sygeplejen, på genoptræningscentre, hos egen læge eller hos en speciallæge. Det er svært at have overblik og tillid til behandlingen, hvis man oplever, at de forskellige behandlere og systemer ikke taler med hinanden, eller ved hvad hinanden gør. Det er derfor en vigtig og højt prioriteret opgave at sikre, at ingen borgere falder ned mellem sundhedsvæsenets mange stole.

Mål i 2015:

- ▶ Svage ældre flytter tidligere i plejebolig
- ▶ Alle ældre med behov for hjælp har et fast team af hjælpere
- ▶ Ingen fejl i medicineringen af de ældre



TIDLIGERE I PLEJEBOLOG – STØRRE LIVSKVALITET

De svageste borgere med stort behov for pleje får i mange tilfælde større livskvalitet og bedre pleje ved at flytte i plejebolig. Med respekt for den ældres ønsker og behov skal der arbejdes målrettet med at fjerne barrierer og bekymringer for at flytte ind i en plejebolig. Københavns Kommunes brugerundersøgelser viser, at de fleste ældre er tilfredse med livet i et plejecenter, og at plejeboligen er med til at give en god og tryk hverdag med udgangspunkt i den enkelte borgers ressourcer, ønsker og behov. Samtidig er det i plejeboligen, at kommunen kan tilbyde den bedste pleje for mange svage og syge borgere. Der er mange grunde til, at nogle borgere vælger at blive i eget hjem på trods af et stort plejebestandsbehov.

Det kan være ønsket om at dø hjemme, tilfredshed med hjemmeplejen, godt naboskab, nærhed til pårørende eller manglende viden om mulighederne i plejeboliger. En målrettet indsats for at få flere borgere med stort plejebestandsbehov til at flytte i plejebolig forudsætter viden om barriererne.

Københavns Kommune vil:

■ Starte dialogen med ældre, der modtager meget pleje, om at flytte i plejebolig tidligere. I dag begynder dialogen, når en borger får 20 timers hjælp om ugen. Dialogen skal fremover indledes allerede, når borgeren får 12-15 timers hjælp om ugen.



FÆRRE FORSKELLIGE HJÆLPERE HOS HJEMMEPLEJEMODTAGERE

Københavnerne er generelt meget tilfredse med den hjælp og støtte, de får fra hjemmeplejen. Der er dog et punkt, hvor en stor del af borgerne udtrykker utilfredshed. Hele 38 procent af borgerne, der modtager hjemmepleje, giver i den seneste brugerundersøgelse udtryk for, at der kommer for mange forskellige hjælpere i deres hjem.

Alle borgere, der modtager hjemmepleje, skal opleve, at der er kontinuitet i den daglige pleje. På den måde skabes der genkendelighed og tryk for borgerne, og medarbejderne opnår kendskab til borgerne og blik for ændringer i deres behov. De borgere, der modtager meget hjælp, har ofte problemer, som kræver særlige faglige kompetencer. Hensynet til kvaliteten vil derfor betyde, at de vil opleve flere forskellige hjælpere i hjemmet. Derimod skal borgere, der modtager op til 12 timers personlig pleje eller både personlig pleje og praktisk hjælp, ved to tredjedele af besøgene møde deres faste hjælpere. Det vil sige de to hjælpere, der kommer oftest i hjemmet.

Københavns Kommune vil:

■ Etablere teams på fire-fem medarbejdere omkring den enkelte borger samt optimere planlægningen af hvilke medarbejdere, der besøger hvilke borgere – også på tværs af dag- og aftenavagt. Medarbejderne i hjemmeplejen får desuden en fælles beskrivelse af, hvad det indebærer at være en af de faste hjælpere i hjemmet.

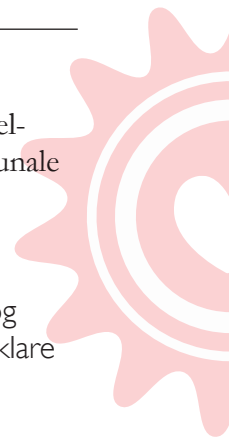
BEDRE FORHOLD FOR ÆLDRE MEDICINSKE PATIENTER

Ældre medicinske patienter har ofte et stort behov for pleje og sundhedsydelser. Flere får både hjælp af kommunen, læger og hospitaler. Samarbejdet mellem kommunen og regionen omkring ældre medicinske patienter er derfor en særlig udfordring, så informationer ikke går tabt. Tidligere udskrivninger fra hospitalerne betyder samtidig, at flere nye opgaver omkring ældre medicinske patienter bliver løst i kommunen.



Styr på medicinen

Mange ældre har dagligt brug for flere forskellige slags medicin. Hvis det for den ældre borger er svært



selv at administrere medicinen, hjælper kommunen. I de tilfælde er det afgørende for borgerens helbred, at der er en god og tæt kontakt mellem de læger, der har ordineret medicinen og den kommunale sygepleje.

Københavns Kommune vil:

■ Sammen med praktiserende læger og hospitaler sikre, at borgerne uden forsinkelse får rigtig og sikker medicin efter indlæggelse og ambulatoriebesøg. Det skal sikres ved fælles retningslinjer og klare aftaler.



Lindring til alvorligt syge

Ingen skal dø uønsket alene, og alle borgere skal i livets sidste fase sikres de rette tilbud. Københavns Kommune skal skabe rammerne om en værdig død og ønsker med den palliative omsorg at give den størst mulige livskvalitet for borgeren og familien i den sidste fase af livet. Dette skal ske gennem en helhedsmodel og tværgående indsats målrettet svært sygdomsramte og døende københavnere. Det gælder både borgere, som bor hjemme, og borgere, som bor i plejebolig.

Københavns Kommune vil:

■ Etablere et kommunalt udgående palliativt team, så flere borgere med alvorlig sygdom får omsorg og pleje, som er rettet mod både smerter og andre fysiske og psykologiske udfordringer.



Tidlig indsats så færre borgere indlægges

Mange ældre har det godt. De fleste er selvhjulpne og aktive, har velbehandlet sygdom, som de lever et godt hverdagsliv med og har et godt socialt netværk. Andre ældre har svær sygdom, måske flere sygdomme samtidig, kan ikke klare sig selv, og har svage sociale relationer.

Derfor vil der ikke være ét tilbud, som er det rigtige til alle ældre. Tilbuddene skal målrettes de sårbare ældre med det største behov for hjælp, og Københavns Kommune skal blive bedre til tidligt at opdage, når det begynder at gå ned ad bakke. Der er erfaring for, at en sådan målrettet indsats forebygger unødige indlæggelser.

Københavns Kommune vil:

■ Forebygge unødige indlæggelser ved tidligt at få øje på og reagere i forhold til borgere, der har brug for en særlig indsats i forbindelse med almindeligt forekommende sygdomme som lungebetændelse, brud, blærebetændelse og væskemangel.

HØJERE FAGLIGHED

– en arbejdsplads på forkant





HØJERE FAGLIGHED

– en arbejdsplads på forkant

POLITISK VISION

Medarbejderne er de helt centrale aktører i bestræbelserne på at gøre de store ambitioner i de foregående afsnit til virkelighed.

Det er medarbejderne, der skal støtte borgeren i at kunne selv. Det er medarbejderne, der skal sikre professionel hjælp til byens ældre og syge. Det er medarbejderne, der ofte i praksis skal hjælpe en ensom ældre med at få kontakt til frivillige organisationer. Det er medarbejderne, der i dagligdagen skal tage helt nye principper for omsorg med i deres arbejde med borgerne.

For borgere og medarbejdere er der tale om en stor kulturforandring af hele byens pleje- og sundhedssektor. Det er derfor helt afgørende, at medarbejderne rustes til at løfte de nye opgaver. Skiftet fra passiv til aktiv hjælp kræver udvikling af medarbejdernes faglighed og en styrket ledelse. Undervisning og kompetenceudvikling af både medarbejdere og ledere er derfor nogle af de vigtigste redskaber til at nå reformprogrammets mål.

Gode medarbejdere er en forudsætning for en god ældrepleje og et godt sundhedsvæsen. Og gode medarbejdere får man kun ved at tilbyde spændende og meningsfulde arbejdspladser. Ved at udvikle fagligheden og tilbyde en af landets mest udfordrende og innovative arbejdspladser skal Københavns Kommune kunne tiltrække de bedste kræfter og de mest lovende talenter i en fremtid, hvor kampen om gode medarbejdere bliver stadig mere intens.

Der er et stort potentiale i at forbedre arbejdsmiljøet. Hele plejesektoren – også i København – er præget af tidlig tilbagetrækning, nedslidning og ansatte, der kun bliver i jobbet i kort tid. Nedslidning skal aktivt modarbejdes. Der skal arbejdes målrettet for at sikre et sundt fysisk arbejdsmiljø, der gør, at medarbejderne kan holde til deres job hele arbejdslivet. Seniorordninger er et andet positivt middel til at fastholde medarbejderne længere i jobbet.

Omsorgsområdets skal gøres mere attraktivt. Medarbejderne kommer til at arbejde med sundhed og omsorg på en ny, teknologibaseret og mere professionel måde. Det skal fortælles til de grupper på jobmarkedet – ikke mindst mændene – som sjældent søger arbejde i sundheds- og omsorgsfag.

Mål i 2015:

- ▶ 80 % af nye medarbejderne er fortsat ansat et år efter ansættelsen
- ▶ 20 % af de ansatte er mænd
- ▶ Sosu'ernes faglige niveau er løftet markant

TID TIL KERNEYDELSEN



Mere plads til faglighed

I København skal der være tillid til, at den enkelte medarbejder løfter det faglige ansvar. Der skal være tillid til medarbejdernes evne til selv at foretage faglige vurderinger og der skal være god mulighed for ledelsessparring. Medarbejderne skal også opfordres til at udfordre nuværende løsninger for at udvikle det faglige niveau i København.

I hjemmeplejen skal der skabes øget fokus på kerneydelserne og øget rum til faglighed, så borgerne modtager professionel omsorg og pleje, der fleksibelt kan tilpasses borgernes behov og ønsker. Det skal også medvirke til at sikre, at medarbejderne har et attraktivt arbejdsmiljø, hvor medarbejderne får øget indflydelse på eget arbejde og øget mulighed for at anvende deres faglighed.

Københavns Kommune vil:

■ Gennemføre et pilotforsøg med komme- og gåtider i hjemmeplejen. Forsøget skal afdække medarbejdernes mulighed for at anvende deres faglighed, forenkling af styringen og udviklingen af den faglige kvalitet. Lignende forsøg gennemføres for at afdække, hvordan der kan skabes mere tid til kerneydelser til gavn for borgerne.



Den lærende arbejdsplads

De store forandringer stiller store krav til at få ny viden og læring ud til alle medarbejdere. Derfor er der behov for effektive læringsformer.

Man får ikke samme effekt og forandringskraft af traditionel efteruddannelse, som man kan få ved en moderne praksisnær læring, der foregår helt ude i mødet mellem borger og medarbejder. Derfor skal de bedste læringsmetoder tæt på medarbejdernes opgaveløsning bringes i spil – understøttet af et dagligt læringsmiljø.

Et pilotprojekt om såkaldte mobile læringsenheder, der arbejder med systematisk anvendelse af læringsmulighederne på arbejdspladserne, har vist, at der kan skabes et større ejerskab blandt medarbejderne og større spredningseffekt ved at anvende mobile læringsenheder. På den måde sikres læring, forandring, forankring og implementering med inddragelse af medarbejdernes egne dagligdagserfaringer.

Københavns Kommune vil:

■ Etablere mobile læringsenheder i alle lokalområder. Læringsenhederne skal understøtte og udvikle den praksisnære læring på arbejdspladserne og medvirke til at skabe engagement og ejerskab til reformens indsatser og forkorte vejen fra viden til handling.

REKRUTTERING OG FASTHOLDELSE

Medarbejderne skal arbejde på en god og attraktiv arbejdsplads. Arbejdspladserne skal kunne fastholde gode medarbejdere og tiltrække lovende talenter. Indsatserne bringer kommunen et stykke ad vejen, men der er et stort potentiale. Et potentiale der afdækkes ved systematiske til- og afgangundersøgelser blandt de medarbejdere, der begynder og stopper. Besvarelserne skal bruges lokalt, så ledelsen på den enkelte arbejdsplads kan tage fat om eventuelle fastholdelsesproblemer.



Flere mænd til fremtidens opgaver

Omsorgssektoren har traditionelt været domineret af kvinder. Men i takt med, at uddannelse og job-

funktioner ændres, forventes det, at flere mænd vil søge job i sektoren.

En af grundene er ambitionen om, at København skal være helt i front på det teknologiske område.

Københavns Kommune vil:

■ Samarbejde med uddannelsesstederne om at oprette særlige forløb på SOSU-uddannelsen, hvor der fokuseres på sundhedsteknologi og sundhedsinformation med fokus på forebyggelse og aktiverende hjælp. Undersøgelser har vist, at netop sådanne forløb er gode til at trække og fastholde mænd.



Sats på faglighed hos fremtidens medarbejdere

Kommunen varetager en omfattende grunduddannelsesaktivitet, hvor de mange elever og studerende forberedes til at blive fremtidens medarbejdere. Gennem uddannelserne kan kommunen være med til at præge, hvordan de uddannede ser på og agerer i verden.

Nye eller ændrede opgaver kræver nye kompetencer. Opgaveglidning mellem kommune og hospital, forventninger til udbygning af velfærdsteknologi og behovet for, at medarbejderne er innovative og tænker i læring, udfordrer grunduddannelserne.

Københavns Kommune vil:

■ Tage initiativ til, at reformprogrammets faglige ambitioner aktivt spilles ind i uddannelsesplaner. Det skal ske gennem et fortsat konstruktivt samarbejde med erhvervsskolerne og med professionshøjskolen Metropol med afdækning af behovet for tilpasninger i uddannelsesplaner og studieforløb. Det kan være samarbejde om satsning på elever og studerende, som kommunen skal rekruttere og fastholde for at imødekomme fremtidens behov i Københavns Kommune.



Seniorordninger

Plejepersonalets aldersgennemsnit i Københavns ældrepleje er relativt højt og stigende. Da mange af de ældre medarbejdere samtidig forlader arbejdsmarkedet, før pensionsalderen er nået, er der behov for at blive bedre til at fastholde seniorerne gennem tilbud om bedre arbejdsvilkår og større fleksibilitet.

Københavns Kommune vil:

■ Gennemføre en systematisk indsats med seniorsamtaler. Den skal gøre ældre medarbejdere opmærksomme på særligt attraktive forslag til at indrette arbejdslivet. Tilbuddene omfatter mulighed for tilpasning af opgaver, fortsat mulighed for kompetenceudvikling, øget indflydelse på tilrettelæggelsen af eget dagligt arbejde og tilbud om fortsat arbejde, hvis medarbejderen ønsker at gå på fleksibel efterløn eller ønsker deltidsarbejde som pensionist. Hertil kommer de overenskomstfastsatte muligheder for opnåelse af seniorfridage samt - som noget nyt - mulighed for at få stillet en el-cykel til rådighed.



Nye lederprofiler

I de næste fem år sker der et generationsskifte i mange institutioner. Mange institutionsledere står over for pension. Dette rummer udfordringer og muligheder. Der skal siges farvel til stor erfaring, og der gives plads til nye profiler.

En pulje af ledertalenter, hvorfra der kan rekrutteres, skal udvikles. Viden om talenterne skal styrkes. Der skal fokuseres på, hvad morgendagens ledere skal kunne samt på, hvordan talenterne forberedes til deres kommende lederjob. De nye ledere kan også hentes udefra, hvilket kræver effektiv rekruttering.



Københavns Kommune vil:

■ Etablere en fælles rekrutteringspraksis, obligatoriske introduktionsforløb for nye ledere og et førlederforløb for lovende ledertalenter. Samtidig er der behov for at løfte lederuddannelsesniveaue for den gruppe af ledere, der endnu ikke har en formel lederuddannelse.

TIL KAMP MOD NEDSLIDNING



Vi vil det hårde arbejde til livs

Der er behov for at gøre en særlig indsats for at forebygge nedslidning. Arbejdet og arbejdspladserne skal indrettes, så medarbejderne har mulighed for at beholde deres arbejde frem til pensionsalderen. Ofte er det medarbejdere med kort uddannelse og generelt dårligt helbred, der rammes af nedslidning.

Forebyggelse af skader på bevægeapparatet og hjertekarsygdomme for medarbejdere med fysisk hårdt arbejde kræver målrettet fysisk aktivitet udover arbejdet. Det er helt i tråd med regeringens strategi på arbejdsmiljøområdet frem mod 2020. I den plan er det bl.a. målet at reducere antallet af overbelastninger af muskler og skelettet frem mod 2020 med 20 procent.

Københavns Kommune vil:

■ Iværksætte en indsats for medarbejdere, der arbejder med rengøring, da de er nogle af dem, der nedslides mest af deres arbejde. Kommunen har tidligere gennemført et pilotprojekt med gode erfaringer, og disse erfaringer skal bruges i en ny indsats. Medarbejdernes bevægeapparat skal styrkes, og der arbejdes med kropsbevidsthed. Det er vigtigt, at forløbet kobles til den enkelte medarbejders konkrete arbejdsforhold og belastninger.

Oversigt over mål for Aktiv og tryk hele livet

Overordnet mål for Aktiv og tryk hele livet		Så langt er København i dag
Aktiv og tryk hele livet skal frem mod 2015 løfte: <ul style="list-style-type: none"> • københavnernes livskvalitet. • københavnernes helbred 		Andel ældre der angiver at have meget godt eller godt selvvurderet helbred i 2010: <ul style="list-style-type: none"> • 63 % i plejeboliger • 45 % i hjemmeplejen Andel ældre der angiver at have meget god eller god livskvalitet i 2010: <ul style="list-style-type: none"> • 58 % i plejeboliger • 59 % i hjemmeplejen
I 2015 skal...	Mål i 2015	Så langt er København i dag
...København have stærke fællesskaber: Overalt i byen skal der være lokale netværk af pårørende, frivillige, foreninger, erhvervsliv og kommunens brugere.	Alle plejeboliger har aktiviteter for frivillige og pårørende 50 % færre ældre er ensomme i København.	10 plejecentre har aktiviteter i dag. Andelen ældre der angiver at være ensomme i 2010: <ul style="list-style-type: none"> • 28 % i plejeboliger • 37 % i hjemmeplejen
...flere ældre opleve større frihed ved at klare hverdagen selv.	Alle, som modtager praktisk hjælp, bliver trænet til at klare sig selv bedst muligt. København er landets førende by, når det gælder brug af velfærdsteknologi. Det måles i 2015 ved, at København har taget en række nye velfærdsteknologiske løsninger i brug.	7 % af borgere der henvender sig i dag for første gang bliver visiteret til aktiverende ydelser. I Aktiv og tryk hele livet er planlagt brug af løsninger, herunder: <ul style="list-style-type: none"> • spisehjælpemidler • hygiejniske toiletter • baderum
...københavnere opleve større tryk ved at modtage den rigtige hjælp på det rigtige tidspunkt	Alle ældre med behov for hjælp har et fast team af hjælpere Det måles i 2015 ved, at andelen af ældre, der er tilfredse med den personlige kontakt med personalet er steget. Svage ældre flytter tidligere i plejebolig Det måles i 2015 ved, at andelen borgere, der modtager mere end 12 timers hjemmepleje, er faldende Ingen fejl i medicineringen til de ældre Det måles i 2015 ved, at antallet af fejl er faldende i medicineringen registreret ved tilsyn i forhold til dokumentation, opbevaring og overensstemmelse mellem ordineret og ophældt medicin	Andelen af ældre der i 2010 angav at være tilfredse med den personlige kontakt med personalet: <ul style="list-style-type: none"> • 83 % i hjemmeplejen • 84 % i plejeboliger I 2010 modtog 5,8 % af hjemmeplejemodtagerne mere end 12 timers hjælp. På plejecentre har Embedslægen har fundet fejl i 33 ud af 34 plejecentre på medicinområdet i 2010. I hjemmeplejen har tilsynet fundet fejl i 5 ud af 6 hjemmeplejeenheder på medicinområdet i 2010.
...faglighed og kvalitet i alle ydelser være høj	Sosu'ernes faglige niveau er løftet markant. Det måles ved, at et stigende antal medarbejdere i trivselsmålinger vurderer, at de har meget tilfredsstillende faglige muligheder på arbejdspladsen. - og ved at alle plejeboliger og hjemmeplejeenheder, der får et uanmeldt kommunalt tilsyn, bliver godkendt i løbet af et kalenderår. 80 % af nye medarbejdere er fortsat ansat et år efter ansættelse 20 % af de ansatte er mænd	Andelen af medarbejdere i 2010, der vurderer, at de har meget tilfredsstillende faglige muligheder på arbejdspladsen, er: <ul style="list-style-type: none"> • 52 % i hjemmeplejen • 62 % i plejeboliger I 2010 er alle plejeboliger og hjemmeplejeenheder godkendt. I 2010 var 69 % af nye medarbejdere i Sundheds- og Omsorgsforvaltningen fortsat ansat et år efter ansættelse. 15% af ansatte var mænd ved udgangen af 2010