

Et værdigt ældreliv i København

I 2022 skal de nyvalgte kommunalbestyrelser i alle danske kommuner vedtage en værdighedspolitik. Den skal beskrive, hvordan kommunens ældrepleje kan understøtte følgende områder i forhold til plejen og omsorgen af den enkelte ældre:

- Livskvalitet
- Selvbestemmelse
- Kvalitet, tværfaglighed og sammenhæng i plejen
- Mad og ernæring
- En værdig død
- Pårørende
- Bekæmpelse af ensomhed

Under disse temaer skal værdighedspolitikken beskrive de overordnede værdier, som danner rammen om ældreplejen her i Københavns Kommune, og som også kan genfindes i Ældrepolitikken.

I fokus for værdighedspolitikken er særligt ældre borgere, som er afhængige af kommunens hjælp for at opretholde et værdigt ældreliv. Og et værdigt ældreliv er netop målet for den hjælp og støtte, vi giver fra kommunens side, og som skal gøre det muligt for den enkelte borger at fortsætte med at leve det liv, han eller hun ønsker – på trods af begrænsninger i hverdagen. Et værdigt ældreliv sikrer københavnernes størst mulig selvbestemmelse og livskvalitet, når svækkelse, sygdom eller mistrivsel kræver hjælp i hverdagen.

I Københavns Kommune fastholder og styrker vi med denne politik fokus på værdigheden i de indsatser og initiativer, vi har og sætter i gang på ældreområdet – i forhold til både praktisk hjælp og personlig pleje, ældrelivet bredt set, støtte til pårørende og livets afslutning.

Livskvalitet

Den hjælp, man har brug for

Livskvalitet er at trives og føle sig tilpas hver dag – hele dagen. Også når man er ældre, er det vigtigt at fortsætte det liv, man selv ønsker så vidt muligt og føle sig værdifuld, at have nogen at tale med og at kunne indgå i fællesskaber. Det forudsætter, at der er medarbejdere, som har tid, nærvær og kompetencer til at yde pleje og omsorg – og som har blik for, hvad livskvalitet betyder for den enkelte borger.

Støtte til at forblive selvhjulpne og bevare friheden

Vi ønsker at højne livskvaliteten ved at støtte de ældre i at klare mest muligt selv så længe som muligt. Derfor hjælper vi svækkede borgere med at finde og bruge egne ressourcer og muligheder for at fungere i hverdagen, uanset udfordringerne og

graden af dem. Det kræver, at vi evner at se den enkelte borgers særlige forudsætninger, potentialer, motivation og behov. I samarbejde med borgeren finder vi den støtte, der er rigtig for den enkelte.

Selvbestemmelse

Indflydelse på egen hverdag

Vi arbejder for at give de ældre et værdigt liv, hvor de har mulighed for at bestemme selv. Bestemme hvornår dagen begynder, og hvornår den slutter. Bestemme hvornår og hvilke aktiviteter, man har lyst til at deltage i. Og bestemme hvornår og hvordan, man har lyst til at modtage hjælp. Nogle borgere oplever det fleksibelt og trygt at få besøg af en medarbejder digitalt frem for fysisk. Andre oplever øget tryghed og nærvær med et fysisk besøg. Vi arbejder for, at den enkeltes liv er udgangspunktet for vores planlægning af indsatser og tilbud – ikke omvendt.

Frihed til at vælge

Vi arbejder for, at tilværelsen skal være meningsfuld – også for ældre, der har behov for hjælp til at klare hverdagen. Det kræver, at de oplever at have reelle valgmuligheder – der skal være noget at vælge imellem. Vi vil derfor fortsat arbejde for at udvikle flere og varierede tilbud, som borgerne kan vælge imellem. Det gælder i forhold til aktiviteter, digitale løsninger, måltider og boliger, der passer til den enkeltes behov.

Kvalitet, tværfaglighed og sammenhæng

Kvalificeret støtte starter med kompetente medarbejdere

Vi arbejder for, at den ældre borger med behov for hjælp og støtte får den rigtige hjælp og mødes med respekt, venlighed og faglighed af vores medarbejdere. Derfor arbejder vores medarbejdere og ledere systematisk og fokuseret med at udvikle både den faglige kvalitet og den oplevelse, borgere og pårørende har af støtten. Kvalitet er nemlig ikke kun indhold – det er også form – det er den måde, vi giver hjælpen og støtten på. Derfor spørger vi altid borgerne, hvad der er vigtigt for dem.

Den rette støtte tilpasset den enkeltes behov

Vi arbejder for at målrette vores tilbud, så de passer til borgernes behov og forudsætninger – også når de er særlige og komplekse. Det kræver, at vi kan give den specialiserede hjælp og støtte, der skal til, når de mest komplicerede sygdomme og tab af funktioner gør hverdagen vanskelig. Det gælder fx borgere med demens, socialt udsatte borgere og borgere med et komplekst sygdomsbillede, som kræver en særlig opmærksomhed og kompetence hos vores medarbejdere.

Fokus på hele mennesket

Vi arbejder med tværfaglige løsninger med udgangspunkt i 'det hele menneske'; ønsker, forudsætninger og dagligdag. Derfor har vi fokus på både de fysiske, psykiske, sociale styrker og udfordringer. Tværfaglighed sikrer helhedsblikket på borgernes

behov, og når vi involverer mange forskellige fagligheder, finder vi frem til det bedst mulige forløb og den bedst mulige støtte i forhold til forebyggelse og behandling af sygdom og funktionsbegrænsninger.

Forudsigelighed og koordination på tværs af enheder og sektorer

Vi arbejder for at give ældre københavnere med behov for hjælp og støtte forudsigelighed og sammenhængende forløb – uanset om indsatserne går på tværs af enheder i kommunen, eller om hjælpen og støtten skal hænge sammen med de indsatser, der leveres af helt andre sektorer. Dette gælder især i forhold til de svageste borgere, hvor vi som kommune har en særlig forpligtelse til at sikre sammenhæng og helhedstækning.

Mad og ernæring

Vi arbejder fokuseret med bæredygtige måltider, der forener sundhed, velsmag og ansvar for klimaet. Vi serverer mad tilpasset individuelle ernæringsbehov – samtidig med, at maden skal være velsmagende og af høj kvalitet og borgeren skal opleve at have indflydelse på, hvad de spiser

Udover at give energi og næring kan måltider skabe sociale fællesskaber og gode oplevelser. Vi styrker de sociale fællesskaber ved at skabe gode fysiske og sociale rammer om måltidet, uanset om man bor på plejehjem eller i eget hjem.

En værdig død

Vi arbejder for at give en værdig afslutning på livet. Vores medarbejdere skal have blik for nærvær og omsorg både for den døende og for de pårørende. Samtaler om livet og døden og borgers ønsker og behov den sidste tid skal være en vigtig del og naturligt udgangspunkt for den pleje og omsorg, vi giver, og der skal skabes ro og trykthed for både borgeren og de pårørende.

Vi vil forebygge og lindre lidelse gennem tidlig opsporing, vurdering og behandling af smerter og andre problemer af både fysisk, psykisk, social og eksistentiel/åndelig art. Vi vil sikre, at vores medarbejdere ser et levende og betydningsfuldt menneske lige til det sidste, og at borgerens ønsker for den sidste tid bliver hørt og fulgt.

Pårørende

Vi ved, at de pårørende er helt afgørende for mange svage eller langvarigt syge ældre. Men for nogle kan pårønderollen være så udfordrende, at det går ud over livskvaliteten på grund af isolation, stress og begrænset frihed til at opretholde eget liv. Derfor tilbyder vi både kurser og rådgivning til pårørende, så de oplever en sammenhængende og kompetent støtte til deres hverdag og vejledning om deres rettigheder og muligheder for at få hjælp og støtte.

Vores medarbejdere skal have de rette kompetencer til at understøtte en konstruktiv dialog i samarbejdet med pårørende. Vi skal sikre, at pårørende oplever en inddragende kultur med fokus på at skabe et godt og tæt samarbejde om og med borgeren, når de er i kontakt med vores forskellige tilbud og enheder.

Bekæmpelse af ensomhed

Vi skal give støtte og hjælp til at skabe eller genskabe meningsfulde relationer og deltage i sociale aktiviteter for de ældre københavnere, der har brug for det. Det kan være, når man forlader arbejdsmarkedet, helbredet svækkes, eller éns nære går bort. København er en by med mange fællesskaber og mange muligheder, men nogle af byens ældre borgere skal have støtte til at finde ind i nye fællesskaber og se mulighederne. Vi skal være der med støtte og hjælp, når livet bliver svært – også når det handler om ensomhed.

Det kræver, at både vi i kommunen, civilsamfundet og netværket rundt om den enkelte borger løfter og støtter i fællesskab. Her er det væsentligt både at udvikle nye samarbejder med frivillige kræfter og at styrke de kommunale medarbejders viden og kompetencer om opsporing og forebyggelse af ensomhed. Vi skal afhjælpe ensomhed og vise vejen ind i nye fællesskaber.