

ET VÆRDIGT ÆLDRELIV

KØBENHAVNS VÆRDIGHEDSPOLITIK 2019

ET VÆRDIGT ÆLDRELIV I KØBENHAVN

I 2019 skal en nyvalgt kommunalbestyrelse i hver kommune vedtage en værdighedspolitik, der "som minimum skal beskrive, hvordan kommunens ældrepleje kan understøtte følgende områder i forhold til plejen og omsorgen af den enkelte ældre: 1) livskvalitet, 2) selvbestemmelse, 3) kvalitet, tværfaglighed og sammenhæng i plejen, 4) mad og ernæring og 5) en værdig død, 6) Pårørende og 7) Bekæmpelse af ensomhed.¹

Værdighedspolitikken beskriver under disse temaer de overordnede værdier, som ligger til grund for ældreplejen i Københavns Kommune og som også afspejles i kommunens Ældrepolitik og Socialstrategi.

I fokus for denne politik er særligt de af Københavns ældre borgere, som er afhængige af kommunens hjælp for at opretholde et værdigt ældreliv. Et værdigt ældreliv er målet for den hjælp og støtte, der skal gøre det muligt for den ældre borger at fortsætte med at leve det liv, han eller hun ønsker trods begrænsninger i hverdagen. Et værdigt ældreliv skal sikre borgeren størst mulig selvbestemmelse og livskvalitet når svækkelse, sygdom eller mistro gør hjælp til hverdagslivet nødvendigt.

Københavns Kommune fastholder og styrker med denne politik fokus på værdigheden i indsatser og initiativer på ældreområdet. Indsatsen og initiativerne har fokus på værdighed i forhold til både den praktiske hjælp og den personlige pleje - i ældrelivet og ved livets afslutning - på ernæring og måltider, aktiviteter samt kompetent og kvalificeret støtte og hjælp til både ældre og deres pårørende.

LIVSKVALITET

- **Hjælp, når man har brug for det – uanset tidspunkt på døgnet**

Livskvalitet er at trives og føle sig tilpas hver dag – hele dagen. Også når man er ældre, er det vigtigt at føle sig velsoigneret, aktiv, at have nogen at tale med og kunne deltage i fællesskaber. Det forudsætter, at der er medarbejdere, som har tid, nærvær og de rette kompetencer til at støtte, pleje og yde omsorg – også om aftenen. Der skal være mulighed for at komme ud og nyde den friske luft, og der skal være tid til en samtale om livet og det, der betyder noget i hverdagen.

- **Støtte til at klare sig selv, så længe det overhovedet er muligt**

Det giver livskvalitet at kunne gøre ting selv, så længe det overhovedet er muligt. Derfor skal der være støtte og hjælp til træning, genoptræning og rehabilitering, som kan styrke svækkede borgeres egne ressourcer og muligheder for at fungere i hverdagen, uanset om man er udfordret af fysiske funktionstab, en demenssygdom eller sociale problemer. Det kræver medarbejdere med pædagogiske kompetencer og brug af velfærdsteknologiske løsninger, når de kan bidrage til borgerens selvhjulpenhed.

- **Meningsfulde relationer og sociale netværk (dette afsnit udgår og erstattes af det særskilte afsnit om ensomhed)**

De borgere, der ikke selv kan, skal have støtte og hjælp til at skabe eller genskabe meningsfulde relationer og sociale netværk. Det kan dreje sig om hjælp til at opsøge nye relationer og deltage i sociale aktiviteter, men også om støtte til at give hverdagen indhold og holde minder i live, når livet bliver svært

¹ 'Sundheds- og Ældreministeriets Bekendtgørelse om værdighedspolitikker for ældreplejen'

– fx når man har mistet en af sine kære. Ensomhed præger livskvaliteten negativt og skal derfor fortsat være et indsatsområde. Socialt udsatte ældre er særligt sårbare over for ensomhed, og det er målet, at de skal opleve at være en del af mindst ét fællesskab. Aktiviteter, samarbejde med frivillige kræfter, samt styrkelse af medarbejdernes pædagogiske kompetencer skal understøtte indsatsen mod ensomhed.

SELVBESTEMMELSE

- **Indflydelse på, hvordan ens dag forløber**

Et værdigt liv betyder, at man har mulighed for selv at bestemme. Selv at bestemme, hvornår dagen begynder, og hvornår den slutter. Selv at bestemme, hvornår og hvilke aktiviteter, man har lyst til at deltage i. Og selv at bestemme, hvornår og hvordan man har lyst til at spise. I København ønsker vi, at den enkeltes liv skal være udgangspunkt for planlægning af vores indsats og tilbud – ikke omvendt.

- **Frihed til at vælge**

Det skal fortsat være muligt at have en meningsfuld tilværelse, selvom man har behov for hjælp. Det indebærer, at borgeren oplever at have reelle valgmuligheder – der skal være noget at vælge imellem. Københavns Kommune vil derfor fortsat arbejde for at udvikle flere og varierede tilbud at vælge imellem. Det gælder også i forhold til boliger, der passer til den enkeltes behov.

KVALITET, TVÆRFAGLIGHED OG SAMMENHÆNG

- **Kvalificeret hjælp starter med kompetente medarbejdere**

Den ældre borger med behov for hjælp skal kunne vide sig sikker på at få den rigtige hjælp og skal mødes med respekt, venlighed og imødekommenhed. Det indebærer, at medarbejdere og ledere arbejder systematisk og fokuseret med udvikling af både faglig kvalitet og service. Kvalitet er nemlig ikke kun indhold – det er også den måde, hjælpen bliver givet på.

- **Den rette hjælp, som er tilpasset ens behov**

I København skal man modtage det rette tilbud; det tilbud, der passer til den enkeltes behov, også når disse er særlige og komplicerede. Derfor skal vi fortsat kunne yde 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. Disse målgrupper kræver en særlig opmærksomhed og kompetence hos kommunens medarbejdere.

- **Fokus på "det hele menneske"**

I København arbejder vi med tværfaglige løsninger, som tager udgangspunkt i "det hele menneske" og har fokus på både de fysiske, psykiske og sociale styrker og udfordringer. Tværfaglighed er nødvendigt for at sikre helhedsblik på borgerens behov, og involvering af mange forskellige fagligheder bidrager til, at der findes den bedst mulige indsats i forhold til forebyggelse og behandling af sygdom og funktionsbegrænsninger.

- **Kontinuitet og koordination på tværs af enheder og sektorer**

Sammenhæng i information, tilbud og behandlinger, som ydes af forskellige enheder, er nødvendigt for det værdige ældre liv. Borgere har krav på kontinuitet 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 for de svageste borgere over for hvem, vi som kommune har en særlig forpligtelse til at sikre sammenhæng og helhedstænkning.

MAD OG ERNÆRING

- Mad skal tale til sanserne og give lyst til at spise – ikke mindst når appetitten er lille. Det handler selvfølgelig om, hvordan maden smager, men også om hvordan den ser ud og dufter, og om den serveres indbydende. Det handler om, at måltidet skal kunne indtages i gode fysiske og sociale rammer, uanset om man bor i plejebolig eller i eget hjem. Dette gælder også, når kosten skal tilpasses individuelle hensyn og ernæringsbehov.

EN VÆRDIG DØD

- En værdig afslutning på livet forudsætter et personale, der har tid til nærvær og omsorg for såvel den døende som de pårørende. Og det kræver personale, der har de rette kompetencer til at sikre en tryk og så vidt mulig smertefri død i vante og rolige rammer.

PÅRØRENDE

- Pårørende er en vigtig ressource ikke mindst for de fleste svage eller langvarigt syge ældre. For mange kan pårørenderollen være så belastende, at det går udover den enkeltes livskvalitet, som følge af isolation, stress og begrænset frihed til at opretholde eget liv ved siden af rollen som pårørende. Derfor skal pårørende tilbydes en sammenhængende og kompetent vejledning og mere målrettet information om deres egne rettigheder og muligheder for at få hjælp og støtte. Det forudsætter blandt andet, at medarbejdere i kommunen har de rette kompetencer til at understøtte en konstruktiv dialog i samarbejdet med pårørende samt at pårørende oplever en hjemlig og imødekommende kultur, når de besøger deres nærtstående på et af byens plejecentre.

BEKÆMPELSE AF ENSOMHED

- **Støtte og hjælp når livet bliver svært**

København er en by med mange fællesskaber og muligheder, men de ældste københavnere kan have sværere ved at udnytte dem og dermed være i større risiko for ensomhed. Når man forlader arbejdsmarkedet, helbredet svækkes eller éns nære går bort, kan man få brug for støtte og hjælp til at skabe eller genskabe meningsfulde relationer og deltage i sociale aktiviteter. I København skal vi derfor sikre støtte og hjælp, når livet bliver svært også når det handler om ensomhed.

- **Fokus på fællesskaber**

I København skal alle ældre have muligheden for være en del af et fællesskab. Det kræver, at både kommunen, civilsamfundet og netværket rundt om den enkelte borger løfter og støtter i fællesskab. Både udvikling af nye samarbejder med frivillige kræfter i civilsamfundet og styrkelse af de kommunale medarbejders viden og kompetencer om opsporing og forebyggelse af ensomhed er væsentlige elementer i den fortsatte indsats mod ensomhed blandt ældre københavnere.