



# LEV STÆRKT – HELE LIVET

KØBENHAVNS ÆLDREPOLITIK 2015-2018

## LEV STÆRKT – HELE LIVET

Foto: Tyler Gardner/Thomas Vilhelm  
Layout: KKdesign

**Københavns Kommune**  
Sundheds- og Omsorgsforvaltningen  
Center for Omsorg/Kommunikations-  
og Presseafdelingen

Sjællandsgade 40  
2200 København N  
Telefon: 33 66 33 66  
E-mail: [suf@suf.kk.dk](mailto:suf@suf.kk.dk)

[www.kk.dk](http://www.kk.dk)

Marts 2015

# INDHOLD

|                                     |           |
|-------------------------------------|-----------|
| <b>Forord</b>                       | <b>5</b>  |
| <b>Frihed til at leve livet</b>     | <b>7</b>  |
| <b>Reformspor 1</b>                 | <b>8</b>  |
| <b>Reformspor 2</b>                 | <b>11</b> |
| <b>Tryghed i hverdagen</b>          | <b>12</b> |
| <b>Reformspor 3</b>                 | <b>15</b> |
| <b>Reformspor 4</b>                 | <b>16</b> |
| <b>Reformspor 5</b>                 | <b>19</b> |
| <b>Medborgerskab hele livet</b>     | <b>20</b> |
| <b>Reformspor 6</b>                 | <b>23</b> |
| <b>Reformspor 7</b>                 | <b>24</b> |
| <b>Reformspor 8</b>                 | <b>27</b> |
| <b>Reformspor 9</b>                 | <b>28</b> |
| <b>Fra visioner til virkelighed</b> | <b>30</b> |

# ÆLDREPOLITIKKEN

Spørger man københavnernes, er det følelsen af at have overblik og selvbestemmelse i ens eget liv, som er det mest afgørende for livskvaliteten. Som ældre i København skal man derfor have hjælp og støtte til at kunne mestre sin egen hverdag mest muligt og fortsætte det liv, man altid har levet. Dem, der kan selv – skal selv. Det giver større frihed, tryghed og livskvalitet for den enkelte, og det sikrer, at vi bruger ressourcerne der, hvor behovet er størst, fx hos de allersvageste ældre.

I dag opfatter mange – desværre – stadig kommunen som et tungt system, hvor man som borger må indrette sig efter systemet, frem for omvendt. Sådan skal det ikke være. I København vil vi det omvendte. Planlægningen af kommunens indsatser skal tage udgangspunkt i, hvordan den enkelte ældre ønsker at inddrage kommunen i sit liv, når han eller hun med alderen får behov for hjælp. Vi skal væk fra tilbud, der planlægges langt fra den ældres hverdag.

Med reformprogrammet, 'Aktiv & Tryk – Hele Livet' fra 2011, har vi i Københavns Kommune allerede flyttet måden, vi tænker ældrepleje på. Klippekortet har givet byens ældre langt mere selvbestemmelse og større valgfrihed. Tillidsreformen har afskaffet stoppurene i hjemmeplejen og sat skub i en udvikling, der sætter medarbejderne fri til at udfolde deres faglige og menneskelige kompetencer og tilpasse indsatsen til den enkelte ældres aktuelle ønsker og behov. Alt dette har markeret begyndelsen på en rejse, der vil gøre alvor af begrebet, 'borgeren i centrum' – og reformen slutter ikke her. I de kommende fire år skal vi videre ad den vej.

Københavnernes skal have frihed til at vælge tilbud, der passer til deres liv, og de skal være trygge ved, at kommunen sikrer en sammenhængende indsats og stiller med kompetent støtte, når de har brug for det. For at virkeliggøre dette skal Københavns Kommune blandt andet fortsætte med at udbygge indsatsen for borgere med demens og deres pårørende og tage de næste skridt i tillidsreformen, så tillid bliver omdrejningspunktet i alle relationer mellem borgere, medarbejdere og ledere på ældreområdet. Samtidig skal flere borgers ressourcer bringes i spil. Langt de fleste københavnere ønsker at bidrage til samfundet omkring dem. Vi skal sikre de bedste betingelser for, at også de ældre medborgere kan udfolde deres engagement, hvad enten det sker som pårørende, medarbejder, frivillig eller bruger af tilbud. Visionen for Københavns Kommunes ældrepolitik er Frihed, Tryghed og Medborgerskab.

De tre visioner sætter retning for udviklingen af tilbuddene på ældreområdet, både nu og på længere sigt. De kommunale tilbud skal også fremover kunne tiltrække og tilfredsstille mange, selvom der findes private alternativer. Der er også i fremtiden brug for en velfungerende offentlig leverandør af ældrepleje, så vi sikrer, at alle vores ældre medborgere, også dem med størst plejebæhov, får adgang til pleje, omsorg og rehabilitering af højeste kvalitet.

**København, marts 2015**  
**Sundheds- og Omsorgsudvalget**



## FREMTIDEN – UDFORDRINGER OG MULIGHEDER

Løber strækker ud på Amager Strand.

Ældrepolitikken skal imødegå fremtidens udfordringer på ældreområdet. Fra 2017 vil antallet af ældre stige i København. Der vil komme flere friske ældre, som har andre forventninger til kommunens tilbud end tidligere generationer. Samtidig vil antallet af ældre med demens og ældre med flere kroniske sygdomme stige.

Set i sammenhæng med at flere patienter vil blive udskrevet tidligere hospitalerne, vil det medføre, at kommunen skal tage hånd

om flere ældre med mere komplekse behov. Københavns Kommune skal med andre ord indrette indsatserne til en langt mere mangfoldig gruppe af ældre. Fremtidens udfordring er at sikre målrettede tilbud, så der både er fokus på ressourcestærke ældre, på sund aldring for alle og på at sikre de svageste ældre et trygt og værdigt liv i København.

### FAKTA

Antallet af københavnske borgere med demens forventes at stige fra 5.500 til 7.100 i perioden frem til 2030.

Kilde: Nationalt Videnscenter for Demens.

# FRIHED TIL AT LEVE LIVET

## KØBENHAVNERNE BESTEMMER OG VÆLGER SELV

Når man bliver ældre i København, skal man fortsat kunne leve det liv, man ønsker og gøre de ting, der betyder noget – også selvom man har brug for hjælp. Tilværelsen som ældre skal kunne leves som en fortsættelse af ens liv.

Uanset alder ønsker de fleste at have frihed til selv at bestemme, hvordan de gerne vil bo, dyrke deres interesser, spise deres livretter og dele livet med dem, de holder af. Det giver følelsen af frihed og værdighed, når man kan klare sig selv, mestre sit eget liv og ikke er afhængig af andres hjælp. Men det giver også et bedre helbred, både fysisk og psykisk, og kan medvirke til at forebygge isolation og ensomhed. Derfor skal Københavns Kommune som

udgangspunkt tilbyde ældre støtte og træning i at klare flest mulige af hverdagens gøremål selv, hvis de får behov for hjælp.

De, der har kræfterne selv, forventes at bruge dem, uanset om de er 70 eller 90 år. Får de alligevel brug for hjælp og omsorg, skal friheden, valgmulighederne og selvbestemmelsen følge med. I København skal man opleve, at man selv vælger, hvordan de kommunale tilbud skal passes ind i ens liv. Man skal møde en åben og tilgængelig kommune, hvor man bliver set, hørt og respekteret – og hvor ting kan lade sig gøre. Kommunens indsats for ældre skal udvikles, så den i endnu højere grad passer til det, den enkelte borger har behov for.

### FAKTA

København har seks profildejehjem, hvor ældre får mulighed for at bo og dyrke særlige interesser i fællesskab med andre:

- Plejecentret Hørgården har fokus på sport og leg.
- Peder Lykke Centret har mangfoldighedsprofil.
- Bonderupgård har udeliv og dyr.
- Plejecentret Slottet har regnbueprofil.
- Plejecenter Sølund har musikprofil.
- Plejecentret Rundskuedagen er for madentusiaster.

Med visionen om frihed skal Københavns Kommune udvikle og modernisere ældreplejen med udgangspunkt i to reformspor:



## REFORMSPOR I

# HJÆLP TIL AT KUNNE SELV – MESTRING AF HVERDAGEN

I København skal ældre støttes i at mestre hele livet. At kunne selv længst muligt giver både mere livskvalitet og større frihed. Derfor understøtter vi, at borgerne har et aktivt hverdagsliv for at forebygge funktionstab, og vi tilbyder altid hjælp til at kunne selv som det første. Udgangspunktet for indsatsen er borgerens ønsker. Københavns Kommunes medarbejdere skal i samarbejde med borgeren og evt. de pårørende finde frem til netop den støtte og motivation, der skal til, for at den enkelte kan håndtere dagligdagen – uanset

om det er træning med sigte på igen at kunne tage trapperne ud i verden, hjælp til at bestille mad via en tablet, eller ting, der gør hverdagen lettere, fx et vaske-tørre toilet eller støtte og hjælp, når livet bliver svært. Borgerne skal have ressourcerne tilbage, støttes og motiveres, uanset om begrænsningerne bunder i fysiske, psykiske eller sociale udfordringer. Depression, sorg og ensomhed kan være lige så begrænsende som gangbesvær eller andre fysiske funktionstab.

### DERFOR SKAL KØBENHAVNERNE OPLEVE:

- at støtte og træning til at klare hverdagens gøremål selv er udgangspunktet for al den hjælp, der tilbydes af både hjemmeplejen og på plejecentrene
- at få hjælp til at bruge de ressourcer, man har. De, der kan selv, skal selv
- at kommunen sidestiller behov for hjælp ved både fysisk, psykisk og social mistrivsel – det vil sige, at vi udvikler flere tilbud i forhold til ensomhed, depression, seksuelle udfordringer m.m.
- at få hjælp til at dyrke interesser og komme ind i fællesskaber for at forebygge ensomhed
- at blive tilbudt ny velfærdsteknologi, som telemedicin, hukommelseshjælp, vaske- og tørre toiletter osv., hvis det kan understøtte, at man kan selv.



Beboer bliver budt op til dans på Plejecentret Kærbo på Østerbro.



## REFORMSPOR 2

# PLADS TIL ALLE – FLERE VALG OG MERE FLEKSIBILITET

I København tog vi for fire år siden de første skridt til at reformere vores indsatser mod mere individuelt tilpassede tilbud og løsninger. I de kommende år skal tilbuddene på ældreområdet gøres endnu mere fleksible på både plejecentrene, i hjemmeplejen, sygeplejen, forebyggelsescentre osv. For en stor kommunal virksomhed, der skal drives effektivt, kan det være en udfordring at få tilbuddene til at matche den enkeltes ønsker og behov. Københavns Kommune tager udfordringen op:

Det er den enkeltes liv, der skal danne udgangspunkt for planlægningen af ældreplejen og ikke omvendt. Medarbejdere og ledere skal have endnu mere fokus på at tilbyde hjælpen så fleksibelt, at det passer ind i borgerens øvrige hverdagsliv, individuelle behov og ønsker. Derfor skal medarbejderne være lydhøre og kreative i deres dialog med borgerne. Kommunale 'one size fits all' -løsninger skal erstattes af rammer, som giver mulighed for hjælp og støtte, der kan støtte den enkelte.

## DERFOR SKAL KØBENHAVNERNE OPLEVE:

- at støtte og hjælp mere fleksibelt tilpasses hverdagens øvrige planer og aktiviteter, fx tidspunkt for rengøring, træningstilbud, madordning osv.
- at få bedre mulighed for at bruge kommunes tilbud, når man selv har tid, lyst og behov – fx på de kommunale træningscentre eller aktivitetstilbud
- at tilbud i frivillige organisationer, kommunale tilbud og selvejende institutioner i højere grad tænkes sammen i forhold til den samlede indsats
- at information om kommunale tilbud og foreningstilbud til ældre bliver mere synlig – fx gennem bedre informationsmateriale om tilbuddene, gennem en webportal over alle boligtilbud til ældre københavnere og gennem opsøgende arbejde i forhold til udsatte og ensomme ældre
- at der tilbydes ekstra tid til borgere i plejebolig – tid som de selv kan beslutte, hvordan skal bruges, måske til en cykeltur til det lokale loppemarked, til en svømmetur eller til at trække sig tilbage og få læst avisen højt
- at kommunens tilbud om mad i højere grad tilrettelægges fleksibelt for at imødekomme den enkeltes behov, og at maden er indbydende, nærende og økologisk.



# TRYGHED I HVERDAGEN

## DEN RIGTIGE HJÆLP DØGNET RUNDT

Ældre københavnere, der oplever tab eller begrænsninger i livet, skal være trygge ved, at de får det rette tilbud til den rette tid. Det gælder i de situationer, hvor det bliver svært at klare den personlige pleje eller praktiske opgaver, hvor tabet af en ægtefælle gør livet tungt, eller hvor man overmandes af tristhed og bekymringer.

Det gælder også de pårørende, som skal have tilbud om hjælp og aflastning, inden presset bliver for stort. Tryghed er hjælp og støtte til at klare hverdagen, når den bliver svær at klare alene. Uanset om det er hjælp til at blive ved med at få serveret indbydende mad, at deltage

i sociale aktiviteter, udeliv eller at opretholde traditioner og rutiner. Københavns Kommune skal have blik for borgerens hele liv og udvikle ældreplejen med nye kompetencer og tilgange.

Som ældre borger, der får hjælp og støtte af kommunen, skal man hver dag sætte sin lid til mange forskellige mennesker, og det er afgørende at opleve en tryk og ligeværdig relation. På samme måde er det vigtigt, at kommunen holder aftaler og sikrer sammenhæng i plejen, så borgerne ikke oplever at blive kastebold mellem systemer, faggrupper og behandlinger.

### FAKTA

I alle aldersgrupper er sygdom og afhængighed det, de fleste frygter – men bekymringer for fremtiden falder med alderen. De 80-årige er den aldersgruppe, som er klart mest ubekymrede.

Kilde: Ældresagen

Med visionen om tryghed skal København udvikle og modernisere ældreplejen med udgangspunkt i tre reformspor:





## REFORMSPOR 3

# EN SERVICEMINDED KOMMUNE – IMØDEKOMMENHED OG GODE RELATIONER SKABER TRYGHED

Ældre i København skal opleve, at kommunen er tilgængelig og imødekommende. God service opstår, når medarbejdere og ledere er kompetente og stolte af deres fag, og godt samarbejde med borgerne giver medarbejderne energi og arbejdsglæde. Det er dén positive cirkel, kommunen skal understøtte. Oplevelsen af kvalitet for borgeren afhænger både af selve tilbuddet men også af den måde, som hjælpen bliver givet på. Som borger, der får hjælp og støtte, giver det tryghed at kunne være sikker på, at aftaler overholdes, og at

der informeres klart og hurtigt om ændringer. Tryghed er at blive mødt af venlige og imødekommende medarbejdere, der ikke kun forholder sig til, hvad man har behov for, men også, hvad man sætter pris på. Og det giver tryghed, at man helt grundlæggende bliver mødt med respekt og i øjenhøjde. Det handler om at fremhæve og styrke de mellemmenneskelige kompetencer endnu mere, og det ansvar hviler både på medarbejdere, ledere og borgere.

## DERFOR SKAL KØBENHAVNERNE OPLEVE:

- at medarbejderne har fokus på relationen, og hvad den ældre sætter pris på
- at modtage hjælp og støtte af en fast kreds af medarbejdere
- at blive rettidigt informeret om ændringer i tilbud og tidspunkter for besøg, så den enkelte bedre kan planlægge sin dag
- at medarbejdere og ledere på alle niveauer tager ansvar for at hjælpe borgeren videre til den rette indsats eller medarbejder
- at have mulighed for at vurdere den hjælp, kommunen giver – fx gennem brugertilfredshedsundersøgelser, bruger-pårørenderåd i hjemmeplejen, digitale spørgeskemaer m.v.



## REFORMSPOR 4

# SAMMENHÆNGENDE STØTTE – HELHED PÅ TVÆRS AF SEKTORER

I Københavns ældrepleje skal man møde velinformerede medarbejdere, der tager ansvar for at skabe fælles løsninger og samarbejde med andre offentlige myndigheder.

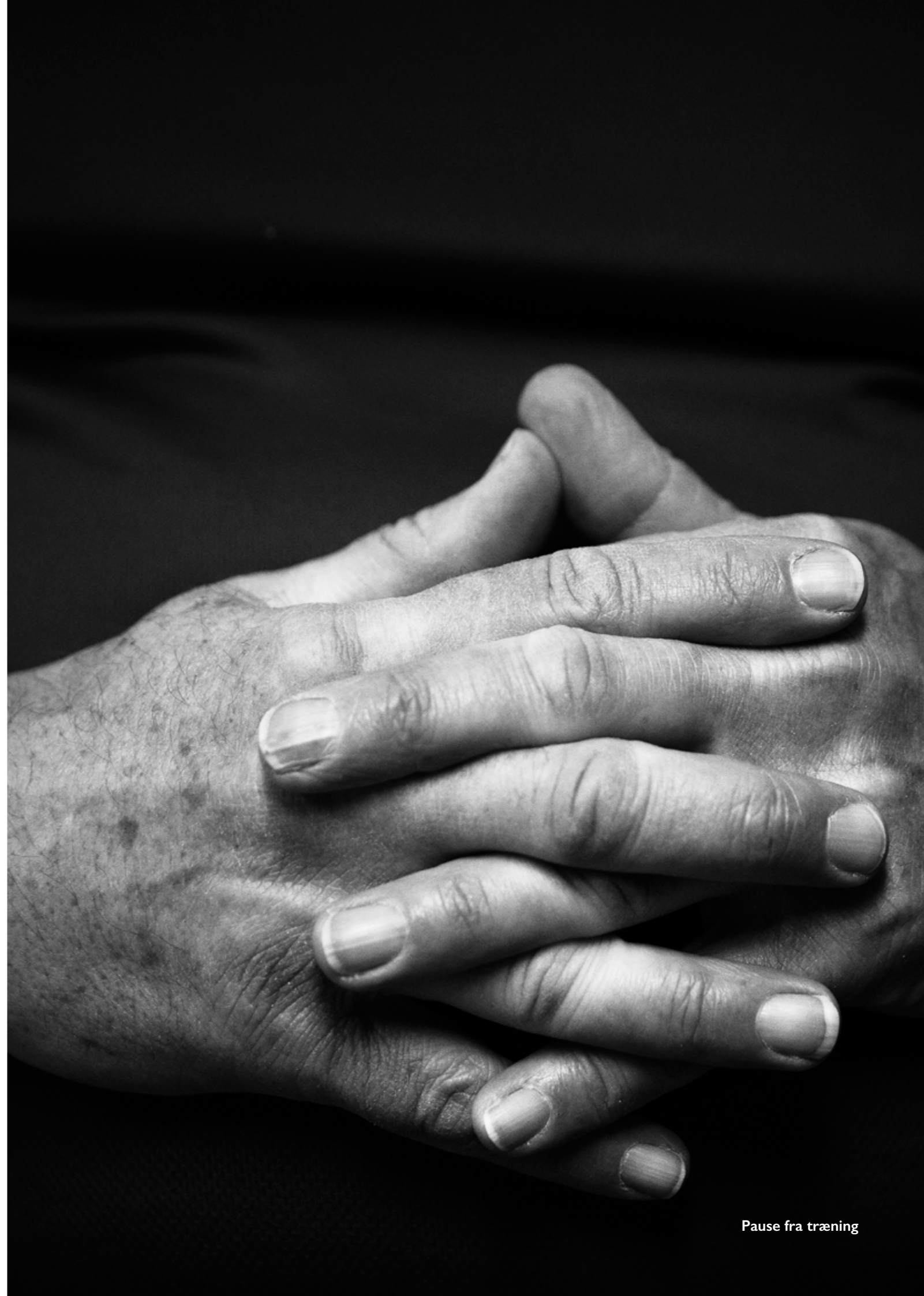
Alle borgere – særligt de svageste – skal opleve et sammenhængende forløb i behandling, træning og pleje. Ingen må falde igennem. Også selvom forløbet involverer både hjemmehjælpen, sygeplejen, den praktiserende læge, hospitalet, pårørende og evt. frivillige. Involvering af mange forskellige faggrupper er udtryk for, at der søges den bedst mulige indsats i forhold

til sygdom og funktionsbegrænsninger, men det kræver fleksible samarbejder, løsninger og god kommunikation på rette tid og sted.

Medarbejdere og ledere i Københavns Kommune skal have flere kompetencer og bedre mulighed for at kunne koordinere mellem forskellige enheder og sektorer og samtidig kunne formidle vigtige oplysninger til borgeren og andre faggrupper. På plejecentrene skal forskellige faggrupper sikre, at vi støtter den ældre i at kunne leve det liv, som han eller hun gerne vil og kan.

## DERFOR SKAL KØBENHAVNERNE OPLEVE:

- en sammenhængende og koordineret indsats, selvom man modtager forskellige kommunale tilbud eller tilbud på tværs af kommune, almen praksis og hospital
- at borgere i plejebolig kan vælge en læge, som er fast knyttet til centret og derfor kan indgå i et tæt samarbejde om at koordinere pleje og behandling
- at få bevilligede teknologier med sig igennem et helt forløb på tværs af sektorer og enheder, fx fra rehabilitering til eget hjem og til plejebolig
- at være velinformeret om de tilbud og indsatser, som man modtager på tværs af sektorer, fx via tilknytning til en forløbskoordinator
- at man modtager opfølgende behandling og/eller rehabilitering af høj kvalitet, uanset om man bor i eget hjem eller i plejebolig.





## REFORMSPOR 5

# DEN RETTE HJÆLP – SPECIALISEREDE TILBUD OG KVALIFICEREDE MEDARBEJDERE

I København skal man som ældre være sikker på at få den hjælp, man har brug for. I dag er sygehusophold korte, og derfor løses flere opgaver af kommunen. Vi vil gå forrest i udvikling af tilbud til borgere med særlige pleje- og rehabiliteringsbehov i samarbejde med hospitaler, praktiserende læger, frivillige organisationer osv.

Ældre i København skal mødes af medarbejdere, som kan bruge deres viden til at vurdere

hvilke(t) tilbud, der matcher den enkeltes behov. Københavnerne ved bedst selv, hvad der skaber livskvalitet i deres hverdag, men Københavns Kommune skal støtte den enkelte i at bevare livskvaliteten gennem kvalificeret og specialiseret hjælp og støtte, når komplicerede sygdomme og tab af funktioner gør det vanskeligt. Her kan velfærdsteknologi spille en ny rolle og være med til at understøtte livskvalitet og en tryk tilværelse.

## DERFOR SKAL KØBENHAVNERNE OPLEVE:

- at der løbende udvikles og søsættes nye tilbud til borgere med særlige pleje- og rehabiliteringsbehov, fx i forhold til psykisk lidelse, neurologisk sygdom eller en anden kronisk lidelse
- at få mad, som matcher ens behov, fx ved besvær med at tygge og synke maden
- at borgere med demens og pårørende modtager den rette støtte, pleje og omsorg i alle faser af demenssygdommen
- at modtage tilbud, som er baseret på den nyeste faglige viden, som medarbejderne har kompetencerne til at anvende.
- at Københavns Kommune er drivende i at udvikle og afprøve nye velfærdsteknologier i samarbejde med private, forskningen m.fl. Og at man som borger bliver inddraget i denne udvikling.



# MEDBORGERSKAB HELE LIVET

## ALLE RESSOURCER TÆLLER

Engang betragtede man alderdommen som en særlig fase i livet, hvor ro og tilbagetrukkethed var idealet. Sådan er det ikke længere. I dag vil københavnere ikke tilbringe deres ældre år som et kapitel for sig. De vil kunne fortsætte tilværelsen med de samme muligheder for at deltage i og bidrage til det omgivende samfund. Københavns Kommune skal støtte københavnere i at fortsætte det gode liv med de vilkår og udfordringer, som alderen medfører.

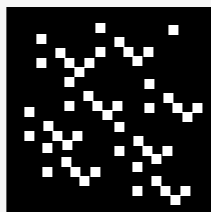
Kommunen skal skabe rammerne for, at alle medborgere i København – unge som gamle

– kan bringe deres ressourcer i spil til glæde for sig selv og andre.

Et aktivt medborgerskab øger livskvaliteten og virker forebyggende i forhold til ensomhed, fysisk og psykisk sygdom og giver dermed flere gode leveår til københavnere. At være medborger i København betyder også at bruge byens mange rum og muligheder. København er kåret som verdens bedste by at leve i. Det skal man også opleve som ældre københavnere.

### FILM

*Kort film fra Plejecentret Langgadehus i Valby om venskaber og partnerskaber i lokalområdet.*



Med visionen om medborgerskab skal København udvikle og modernisere indsatsen på ældreområdet med udgangspunkt i fire reformspor:

Samvær i sauna på Islands Brygge.





## REFORMSPOR 6

# KØBENHAVNERNES RESSOURCER I SPIL – ALLE KAN BIDRAGE MED NOGET

I København skal man som ældre have en oplevelse af at være værdifuld, uanset om man tilbyder sin hjælp til andre, eller om man modtager den. Udgangspunktet er, at alle københavnere ønsker at bruge deres ressourcer til glæde for sig selv og deres omgivelser. Det giver livet mening.

Én vil kunne hjælpe med borddækning, mens andre har overskud til at bidrage som frivillig lektiehjælp. Kommunen skal have øje for det hele. I København har frivillige løftet livskvaliteten for mange ældre, fx som cykelchauffører

for ældre eller som følgesvende til aktiviteter – den slags initiativer skal fortsat udvikles. Men ældre skal også have bedre muligheder for selv at være frivillige, fordi det bedste middel mod ensomhed er at indgå i gensidigt givende relationer.

Københavns Kommune vil styrke samarbejdet med civilsamfundet, pårørende, lokalsamfund og selvejende institutioner og forpligte sig til at skabe gode rammer for, at københavnere kan indgå i meningsfulde fællesskaber på tværs af generationer.

## DERFOR SKAL KØBENHAVNERNE OPLEVE:

- at få bedre mulighed for at udfolde deres ressourcer, fordi kommunen indgår i flere partnerskaber med frivillige organisationer
- at få et samlet overblik over, hvor man kan bidrage som frivillig, hvad enten man er ung eller gammel – fx på en hjemmeside eller ved vejledning fra kommunens medarbejdere
- at blive støttet i at bidrage til livet omkring dem, fx til daglige gøremål på et plejecenter eller som frivillig i forening, selvom man er fysisk svækket
- at ældreklubber i højere grad er opsøgende i forhold til at bekæmpe ensomhed og inddrage isolerede ældre i foreningslivets fællesskaber
- at frivillige organisationer og ældreklubber m.fl. indgår i en bredere indsats for at bekæmpe ensomhed.

Mennesker med svage sociale relationer er mere syge og længere om at blive raske. Hver fjerde af de ældre, som forvaltningen er i kontakt med, oplever en form for ensomhed.

Kilde: Sundheds- og Omsorgsforvaltningens brugerundersøgelser på plejebolig, hjemmepleje og aktivitetstilbud



## REFORMSPOR 7

# OMSORG FOR LIVET – PLADS TIL PÅRØRENDE

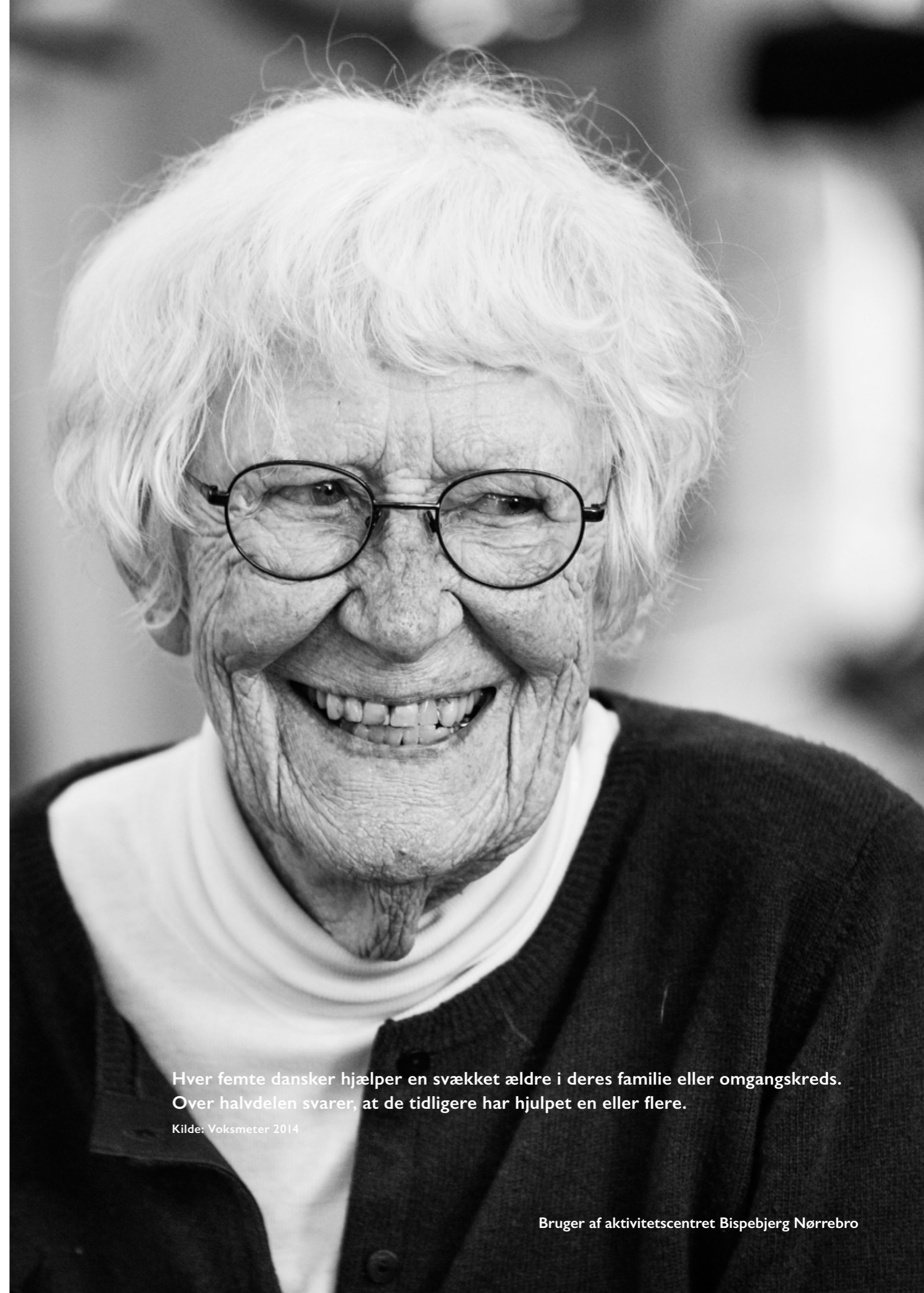
Familie og venner spiller en hovedrolle i de flestes liv. Københavns Kommune skal skabe de bedste rammer for, at man som pårørende kan bidrage til at løfte livskvaliteten for ens nære i den udstrækning, den ældre ønsker det. Som ældre borger på et plejecenter skal man opleve, at ens pårørende inviteres til at færdes hjemmevant på såvel fællesarealer som i borgerens egen bolig.

Det skal være let for pårørende at koordinere deres hjælp og omsorg med den kommunale

støtte til den enkelte ældre. Som pårørende skal man have mulighed for at hjælpe og støtte den ældre, men samtidig have vished for, at de professionelle løser de opgaver, som man ikke selv kan påtage sig. Det kan være en stor udfordring at være pårørende til fx en ægtefælle med demens – både mentalt og fysisk. Kommunen skal derfor have blik for at støtte de nære pårørende, så de undgår stress og nedslidning og samtidig bevarer friheden til at fastholde sociale relationer ved siden af rollen som pårørende.

### DERFOR SKAL KØBENHAVNERNE OPLEVE:

- at plejecentrenes fysiske rammer bliver mere imødekommende for pårørende. Det kunne fx være indretning af legeområder på plejecentre, så også børn føler sig mere velkomne
- at pårørende får nemmere ved at koordinere sin hjælp med hjemmeplejen eller plejecenteret – fx ved forventningsafstemning og tydeligere kontaktveje
- at livet i plejebolig giver bedre mulighed for at fortsætte samværet med de pårørende, som en fortsættelse af hverdagen i den ældres tidligere hjem. Fx traditioner omkring fødselsdage og helligdage eller at måltider kan meldes til og fra løbende, hvis man selv vil lave mad
- at pårørende får den nødvendige støtte og omsorg til at bevare sociale relation og aktiviteter gennem fx aflastning og netværksgrupper
- at pårørende får mulighed for at give deres mening til kende fx i pårørendeundersøgelser og pårørenderåd.



Hver femte dansker hjælper en svækket ældre i deres familie eller omgangskreds. Over halvdelen svarer, at de tidligere har hjulpet en eller flere.

Kilde: Voksmeter 2014



## REFORMSPOR 8

# VARIEREDE OG INTEGRERENDE BOLIGTYPER – BOLIGER, DER SKABER LIV

København skal byde på et bredt udvalg af boliger for ældre. Københavns Kommune skal derfor blive bedre til at understøtte private initiativer til udvikling af nye boligformer for ældre. Samtidig skal kommunens eget boligtilbud udvikles til at omfatte en variation af forskellige boligtyper. Plejeboliger skal i højere grad fremstå som hjem, hvor fornemmelsen af institution træder i baggrunden.

Borgerne i ældre- og plejeboliger har typisk ikke de samme muligheder for at bevæge sig vidt omkring i byen. Derfor skal kommunen indrette boligerne, så det bliver nemt at føle sig som en del af det nære lokalsamfund og deltage i et rigt udvalg af aktiviteter lokalt. Københavns Kommune skal både invitere lokalsamfundet ind i plejeboligerne og hjælpe de ældre i plejeboliger ud i lokalsamfundet.

## DERFOR SKAL KØBENHAVNERNE OPLEVE:

- at få vejledning fra kommunen, hvis man ønsker at tage et privat initiativ til at skabe nye boligformer til ældre, fx forskellige variationer af ældrekollektiver eller opgangsfællesskaber
- at der udvikles nye boligtyper, der matcher forskellige behov – fx bebyggelse, som både rummer ungdoms- og ældreboliger, bofællesskaber, tilbud mellem ældre- og plejebolig (m. fl.) eller boliger, der rummer særligt udsatte gruppers behov
- at frivillige foreninger i lokalområdet får lettere adgang til at anvende fællesfaciliteter på plejecentre i det omfang, det er til glæde for både foreningerne og de ældre
- at ældre i plejebolig får bistand til at komme ud og færdes i det omgivende samfund
- at både indretning og samværsformer på plejecentrene understøtter muligheden for at leve det liv man gerne vil – mere hjem, mindre institution
- at selvejende institutioner driver andre tilbud i tilknytning til plejecentrene for at styrke sammenhængen til det omkringliggende samfund, fx undervisningstilbud, frivillige foreninger mm.
- at alle plejecentre har etablerede samarbejder med fx lokale foreninger, frivillige, daginstitutioner og lignende.



## REFORMSPOR 9

# VERDENS BEDSTE BY – PLADS TIL ALLE ALDRE

København skal indrettes imødekommende, så man som ældre københavnere får lyst og mod til at komme ud og bruge verdens bedste by. København har mange rekreative områder, der indbyder til aktivitet og gør byen levende, men der skal også gøres plads til, at mindre mobile københavnere kan nyde livet i de aktive byrum.

Når fysikken ikke længere er, hvad den har været, er det ofte de små ting, der gør forskellen

– bænken, man kan tage et hvil på, tilgængelige offentlige toiletter eller lette overgange fra fortov til vej. Byrum og kulturinstitutioner skal også afspejle ældres behov for hvilepladser og gode mødesteder – side om side med skater-ramper, gyngestativer og boldbaner. Det skal være lettere at komme rundt i byen, selvom man bruger hjælpemidler. Det skal vi have øje for, når kommunen planlægger offentlig transport, fx busruter.

### DERFOR SKAL KØBENHAVNERNE OPLEVE:

- at aktive byrum tænkes sammen med behovet for, at de kan nydes, også hvis man har brug for hjælpemidler, hvilesteder eller toiletfaciliteter
- at det bliver lettere at forsætte eller begynde et engagement i byens almindelige klubber og foreninger, selvom man bliver ældre
- at offentlig transport i højere grad imødekommer ens behov, også hvis man har nedsat mobilitet og brug for hjælpemidler
- at få støtte til at deltage i de demokratiske processer omkring indretning af byen i ens lokalområde.



Vinterbader i havnebædet på Islands Brygge.





## FRA VISIONER TIL VIRKELIGHED

Vind i håret på passagererne i rickshaw fra Plejecentret Damsøgaard.

De kommende fire år skal Københavns Kommune omsætte visionerne i ældrepolitikken til konkrete forbedringer i indsatsen for de ældre. Det ansvar skal først og fremmest løftes af Sundheds- og Omsorgsforvaltningens mange kompetente medarbejdere og ledere, men det skal også løftes af københavnere. Som borgere, brugere og pårørende skal københavnere i fællesskab med kommunen være med til at skabe de gode løsninger. For at nå ældrepolitikens mål sammen, må vi konkret arbejde med tillid, faglighed og partnerskaber.

Sundheds- og Omsorgsforvaltningen skal arbejde videre med at udfolde tillid som et redskab, der skaber resultater for både medarbejdere og ledere. Samtidig skal fagligheden

udvikles, så medarbejderne og lederne har de kompetencer, der skal til, for at møde fremtidens foranderlige krav fra både de ældre og omverdenen.

Hvis vi skal være på forkant med gode løsninger for brugerne, skal kommunen aktivt indgå partnerskaber med civilsamfundet, frivillige organisationer og private virksomheder og gøre brug af deres ressourcer til at udvikle nye tilbud og velfærdsteknologi.

Reformsporene skal skabe en forandring hos borgeren. Når vi omsætter ældrepolitikens visioner til handlinger, tager vi afsæt i følgende:

## Tillid

Udgangspunktet for vores arbejde er tillid. Tillid til at den ældre er specialist i eget liv og tillid til, at medarbejderne har kompetencerne og handlerummet til at skabe den bedst mulige løsning sammen med borgeren i hverdagen.

Med ældrepolitikens visioner er målet, at medarbejderen og den ældre går i dialog om borgerens behov og sammen sætter nye standarder for, hvad god ældrepleje er.

### Derfor skal vi i Københavns Kommune:

- fortsætte med at vise tillid til medarbejdernes faglighed gennem styringsmæssige og organisatoriske rammer, som mindsker kontrol, bureaukrati og regler for vores medarbejdere

- sikre, at vores medarbejdere har de rette kompetencer til at møde borgeren i et tillidsfuldt samarbejde gennem dialog, relationsarbejde og anerkendelse

- sikre, at medarbejdere og borger får en fælles forståelse for, hvordan borgerens behov bedst imødekommes – det betyder også, vi giver medarbejderne mulighed for at tænke ud af boksen for at finde den gode løsning, når det kræves

- udvikle lederrollen, så lederne kan skabe meningsfulde pejlemærker i medarbejdernes faglige råderum og samtidig vise tillid til, at den enkelte selv kan træffe gode beslutninger.

## Faglighed

Faglighed er hjørnestenen i vores indsatser, som vi er stolte af og ikke vil gå på kompromis med. Men samfundet ændrer sig, ny viden opstår og behovet for nye kompetencer kommer til. I Københavns Kommune skal vi blive bedre til at undersøge, hvad der virker på ældreområdet, udvikle ny viden og få det omsat i praksis.

Specialisering, velfærdsteknologiske løsninger og fokus på mestring stiller andre og nye krav til både medarbejdernes og ledernes faglighed. Indfrielse af visionerne i ældrepolitikken kræver i høj grad, at alle har de rette kompetencer, så kvalitet i vores tilbud fastholdes, i takt med at de udvikles.

### Derfor skal vi i Københavns Kommune have:

- flere pædagogiske og terapeutiske kompetencer, så medarbejderne kan blive endnu bedre til at imødekomme borgerens fysiske, psykiske og sociale behov og skabe motivation i forhold til livsstilsændringer, mestring af eget liv, egenomsorg m.v. Vi skal blive bedre til at synliggøre og sætte borgerens ressourcer i spil

- flere specialistkompetencer, så medarbejderne er bedre rustet til at imødekomme plejebestanden blandt borgere med fx psykiatriske eller kroniske sygdomme, fx spidskompetencer inden for genoptræning og behandling af borgere med hjertekar sygdomme



- større fokus på koordinations- og samarbejdskompetencer, fordi man som leder og medarbejder i det borgernære sundhedsvæsen skal have overblik over og sikre sammenhæng mellem indsatser og sektorer – bl.a. gennem faglig og relationel koordinering
- Større fokus på at udvikle en organisation og kultur, som sætter den borgeroplevede kvalitet i centrum ved at skabe en forståelse for, at kvalitet i vores tilbud også omfatter borgernes oplevelse af service.

## Partnerskaber

Velfærds- og ældreområdet ændres og udvikles hele tiden. Det stiller krav til, at vi tænker nyt og anderledes. Nye måder at tænke i løsninger på, innovative samarbejdsformer og at velfærdsteknologi skal understøtte et godt hverdagsliv for de ældre.

Vi skal blive bedre til at udnytte, at både private virksomheder, frivillige organisationer og forsknings- og uddannelsesinstitutioner gerne vil samarbejde om at udvikle bedre velfærd til flere ældre på en række forskellige områder – fra mestring af et trygt hverdagsliv til sociale fællesskaber.

### Derfor skal vi i Københavns Kommune:

- bruge partnerskaber til at sætte fokus på social og brugercentreret innovation, som i lige så høj grad handler om at finde løsninger på sociale udfordringer blandt ældre, såvel som at bruge ressourcerne på ældreområdet optimalt
- være drivende i udviklingen af nye partnerskaber med private virksomheder, forskere, selvejende institutioner, frivillige organisationer, så vi i Københavns Kommune fremmer udviklingen af ny velfærdsteknologi og skaber mere og bedre sundhed og omsorg for de ældre

- samskabe og etablere partnerskaber, som kan understøtte udviklingen af en farverig og mangfoldig kommune gennem sociale og kulturelle tilbud til gavn for alle ældre – fx med paraplyorganisationer, der i dag driver plejecentre
- påtage os ansvaret for at skabe nye samarbejds- og partnerskabsaftaler i et ligeværdigt og gensidigt forpligtende samarbejde.

### Ideportalen

Velfærdsbutikken er indgang for alle med gode idéer, udfordringer eller bud på nye velfærdsteknologiske løsninger på sundheds- og omsorgsområdet. Idéer kan sendes ind via hjemmesiden.

[www.ide.kk.dk](http://www.ide.kk.dk)

## Hvordan følger vi op på ældrepolitikken

Opfølgningen vil ske der, hvor den er relevant og danne udgangspunkt for ønsker til fremtidige indsatser og fokusområder. Ældrepolitikken er den ramme, som skal skabe sammenhæng i kommunens arbejde med at omsætte ældrepolitikken i mødet med borgeren.

### Opfølgningen vil ske ved:

- løbende at udvikle indsatser, der har effekt og forfølger visionerne
- at udvikle indikatorer, der gør det muligt at følge op på visionerne om frihed, tryghed og medborgerskab

- at nedsætte paneler bestående af fx brugere, pårørende, private fonde, som OK Fonden og Louise Mariehjemmet, og eksperter, som gennem sparring og tests af nye ideer skal gøre os klogere på, hvordan ældreområdet kan udvikles
- temadrøftelser med ledere og medarbejdere, med ældreorganisationer og foreninger eller via projekter og partnerskaber med forsknings- og uddannelsesinstitutioner og/eller private aktører.