



## En værdig ældrepleje

Kommunalbestyrelsen har vedtaget en værdighedspolitik for den kommunale ældrepleje, som beskriver de overordnede værdier og prioriteringer for personlig hjælp, omsorg og pleje med særlig fokus på fem områder: Livskvalitet, Selvbestemmelse, Kvalitet, tværfaglighed og sammenhæng i plejen, Mad og ernæring samt En værdig død.

Kommunalbestyrelsen vedtog i 2013 Frederiksberg Kommunes Ældrepolitik "Ældre kan og vil selv". I Ældrepolitikken er de overordnede værdier, som danner rammen for det gode ældreliv på Frederiksberg beskrevet. Ældrepolitikken har fire overordnede mål:

- **Tilknytning til arbejdsmarkedet længst muligt**
  - Ældre er en central resurse på arbejdsmarkedet
  - Mange ældre ønsker at have en tilknytning til arbejdsmarkedet, selvom de har mulighed for at træde tilbage, eventuelt med mulighed for trinvis tilbagetrækning
- **Aktiv og selvhjulpent længst muligt**
  - Ældre vil selv
  - Det giver livskvalitet og øget frihed at klare sig selv
  - Ældre har medansvar for egen sundhed
  - Ældre er en mangfoldig gruppe og skal mødes individuelt
- **Frederiksberg består af aktive medborgere**
  - Ældre borgere på Frederiksberg styrker byens sociale sammenhængskraft på tværs af generationer og sociale forskelle
  - En socialt bæredygtig by styrker den enkelte ældre borger
  - Ældre borgeres engagement i frivilligt arbejde er værdifuldt for både giver og modtager
- **Tryghed – hjælp når behovet opstår**
  - Hjælp efter behov giver tryghed
  - Byen og fællesskabet er for alle
  - Rehabilitering og træning kommer først
  - Teknologi giver muligheder og skal udnyttes, når det kan give øget fleksibilitet og tryghed for borgeren
  - Frvilliges engagerede indsats er et supplement til den professionelle indsats, og må ikke erstatte den visiterede hjælp, der ydes af lønnet, uddannet arbejdskraft

Inden for ældrepolitikken ramme har kommunalbestyrelsen udviklet kommunens service og tilbud til ældre borgere gennem prioriteringer og indsatser for eksempel i forbindelse med vedtagelsen af de årlige budgetter og ved fastlæggelse af kvalitetsstandarderne.

Værdier og prioriteringer på Velfærdspolitikens fem områder rummes i vidt omfang allerede i Frederiksberg Kommunes Ældrepolitik, og det er naturligt at tage afsæt heri. I Værdighedspolitikken udfoldes og uddybes Ældrepolitikken på de fem områder i forhold til de ældre borgere der modtager hjælp, omsorg og pleje i hverdagen. Med denne politik skabes et styrket fokus på hvordan værdigheden i livet bevares også når man har brug for hjælp fra andre.

Værdighedspolitikken understøttes af konkrete indsatser på alle fem områder.

## Et værdigt ældreliv

Et værdigt ældreliv indebærer at man som ældre medborger bevarer sin selvstændighed og uafhængighed så længe det er muligt. På et tidspunkt kan alle få brug for hjælp, måske på grund af sygdom eller fordi man ikke længere overkomme så meget, som man kunne tidligere. Hvis det sker træder den kommunale ældrepleje til og understøtter at man genvinder sine kræfter så vidt det er muligt.

Man kan ikke altid helt genvinde de tidligere kræfter, men selv om man får brug for hjælp i hverdagen er det vigtigt hele tiden at huske på det man godt kan klare. Fokus skal være på muligheder frem for begrænsninger, og målet med kommunens indsats er at understøtte, at den ældre bevarer størst mulig selvstændighed og livskvalitet i hverdagen. Ved livets afslutning skal indsatsen understøtte et trygt og roligt forløb med respekt for den ældre og de pårørendes ønsker og behov.

## Livskvalitet

Det giver livskvalitet at være selvstændig og uafhængig af andre så længe som muligt. Når man får brug for hjælp og omsorg fra andre for at klare hverdagen, kan man opleve, at det bliver svært at holde fast i det liv, man har været vant til at leve.

Når en borger får brug for hjælp skal udgangspunktet derfor være at bevare den størst mulige livskvalitet. Det betyder, at man får mulighed for fortsat at gøre de ting, der giver glæde i hverdagen, selv om man har brug for andres hjælp. Det betyder også, at man får mulighed for at indgå i sociale relationer, opdage nye interesser og aktiviteter og knytte nye kontakter. Det giver livskvalitet, at være noget for andre, det kan for eksempel være gennem frivilligt arbejde.

Ældre skal opleve, at hjælp fra Frederiksberg Kommune gives, så man i videst muligt omfang kan fortsætte sit hidtidige liv og være en del af et fællesskab. Hjælpen skal understøtte, at man bevarer sine færdigheder og sin uafhængighed af andre så vidt muligt; eventuelt med brug af velfærdsteknologiske løsninger som understøtter selvhjulpethed. Hjælpen skal medvirke til, at man kan leve et indholdsrigt liv og modvirke ensomhed og isolation.

## Selvbestemmelse

Når en borger får brug for hjælp, pleje og omsorg fra andre, må det ikke opleves, som om han eller hun må opgive sin selvbestemmelse. Der kan være omstændigheder, der medfører, at man må indgå i et

samarbejde omkring hvordan og hvornår hjælpen bliver givet. Det må ikke betyde, at den ældre skal opgive at bestemme over sin egen hverdag.

Ældre borgere i Frederiksberg Kommune, som får brug for hjælp, skal opleve, at de inddrages og mødes med respekt for - og med udgangspunkt i - deres livssituation. De skal opleve, at de mødes med imødekommenhed og dialog, og at de tilbydes valgmuligheder og åbenhed i forhold til deres ønsker og behov. Frederiksberg Kommune vil arbejde på sikre valgmuligheder gennem løbende at udvikle flere og varierede tilbud til ældre.

## Kvalitet, tværfaglighed og sammenhæng i plejen

Hjælp, pleje og omsorg skal tage udgangspunkt i den enkeltes situation. Det skal være borgerens behov på det givne tidspunkt, som skal afgøre hvordan hjælpen tilrettelægges. Målet er, at den ældre får et sammenhængende og koordineret forløb på tværs af kommune, hospital og praksissektor og på tværs af de social- og sundhedsfaglige indsatser.

Ældre borgere i Frederiksberg Kommune som har brug for hjælp skal opleve, at alle faggrupper arbejder for at fastholde og styrke de ressourcer de ældre har, samt at der er et tydeligt fokus på forebyggelse af sygdom. De skal møde fagligt kompetente medarbejdere, som er bevidste om, at deres faglige bidrag er en del af en koordineret indsats. Medarbejderne skal løbende have mulighed for kompetenceudvikling, så det faglige niveau fastholdes og styrkes, og så ny viden om de bedste metoder hurtigt kan komme de ældre til gode. Medarbejderne skal være rustet til at hjælpe og pleje borgere med komplekse behov som for eksempel demens eller syns- og hørehandicap.

De ældre borgere skal opleve, at der er en klar og tydelig kommunikation mellem de forskellige personer, der er i kontakt med borgere, og ikke mindst i dialogen med pårørende.

## Mad og ernæring

Mad og måltider er en vigtig del af tilværelsen for alle, ung som gammel. Maden spiller en rolle i forhold til at bevare sundhed og sikre den rette ernæring, men også de sociale omstændigheder omkring madlavning og måltider kan have stor betydning for vores livskvalitet. Mange ældre oplever at appetitten kan svigte, og de kan have svært ved at bevare deres kræfter, når de ikke får dækket deres ernæringsbehov. Samtidig kan det gå ud over humøret, hvis der ikke er gode og hyggelige rammer omkring måltidet. Der er derfor al mulig grund til at sikre god og velsmagende mad til de ældre og at skabe de bedste rammer omkring maden.

Ældre borgere i Frederiksberg Kommune, hvad enten de bor i eget hjem eller i en plejebolig, skal opleve at der er fokus på den gode mad og det gode måltid. Maden skal være velsmagende og nærende og måltidet skal være en hyggelig begivenhed i hverdagen. Personalet på plejecentrene skal have de rette kompetencer vedrørende ernæring og måltider. Der skal være tilbud til ældre, der bor alene, om spisefællesskaber med andre.

## En værdig død

En værdig afslutning på livet indebærer, at den ældre oplever nærvær og omsorg og lindres for angst og smerter. Forløbet skal planlægges på baggrund af den ældres ønsker. De pårørende skal have mulighed for at tage afsked med den ældre i rolige og trygge omgivelser. Der skal være mulighed for at det kan foregå i den ældres eget hjem, hvis han eller hun ønsker det. Der skal være et team af kompetent personale omkring den ældre og de pårørende, som sikrer koordinationen i plejen og yder støtte til den ældre og de pårørende.