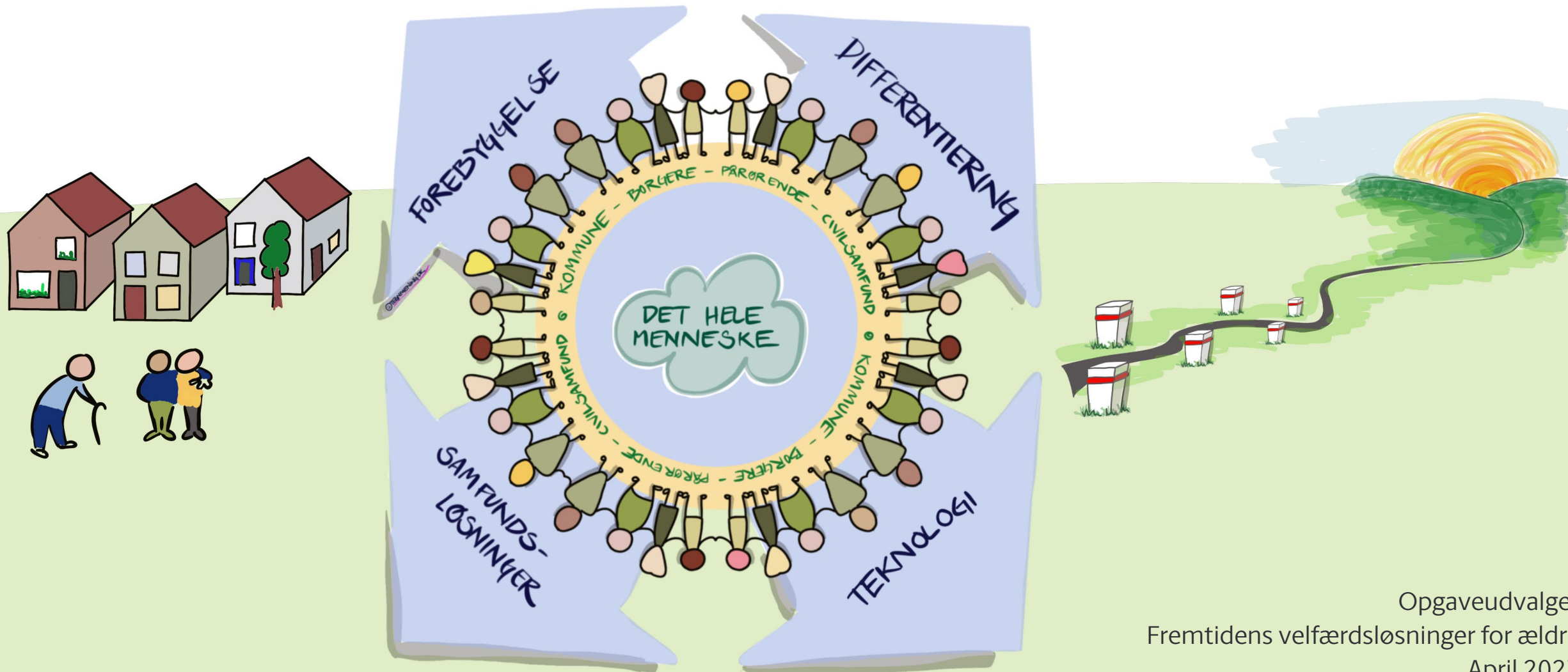


# FREMTIDENS VELFÆRDSLØSNINGER FOR ÆLDRE





# Indledning

Danmark står midt i en national velfærdsudfordring. Der bliver flere ældre, flere meget gamle og flere med kroniske sygdomme. Samtidig bliver ungdomsårgangene mindre, og det er svært at rekruttere uddannet personale til sundhedsområdet. Der er heller ikke en tilstrækkelig grad af frivillighed i samfundet, hverken organiseret eller i egne netværk.

Med andre ord er man i ældreplejen over hele landet nødt til at finde nye løsninger på, at der er flere ældre og færre fagligt kvalificerede medarbejdere.

*"Alle har krav på en værdig alderdom"*. Det har altid været omdrejningspunktet i Gentofte Kommunes ældrepolitik. Borgernes ønsker skal være udgangspunktet, så alle kan blive styrket i at kunne blive ved med at leve det liv, de ønsker. Alle skal sikres en tryk tilværelse og støtte til at forblive aktive længst muligt.

Dette var udgangspunktet for at nedsættelse opgaveudvalget "Fremtidens velfærdsløsninger for ældre". Opgaveudvalgets opgave var at se på, hvordan borgerne og kommunen sammen kan fastholde ældres sundhed, trivsel og funktionsevne, så de kan blive ved med at leve det ønskede liv med en tryk og værdig alderdom. Opgaveudvalgets arbejde er baseret på Sundhedspolitikken, Værdighedspolitikken, Fremtidens Boligformer for Seniorer og Vi Skaber Sammen.

Det primære fokus for dette arbejde er borgere, der bor i eget hjem, ikke borgere der bor i plejebolig.

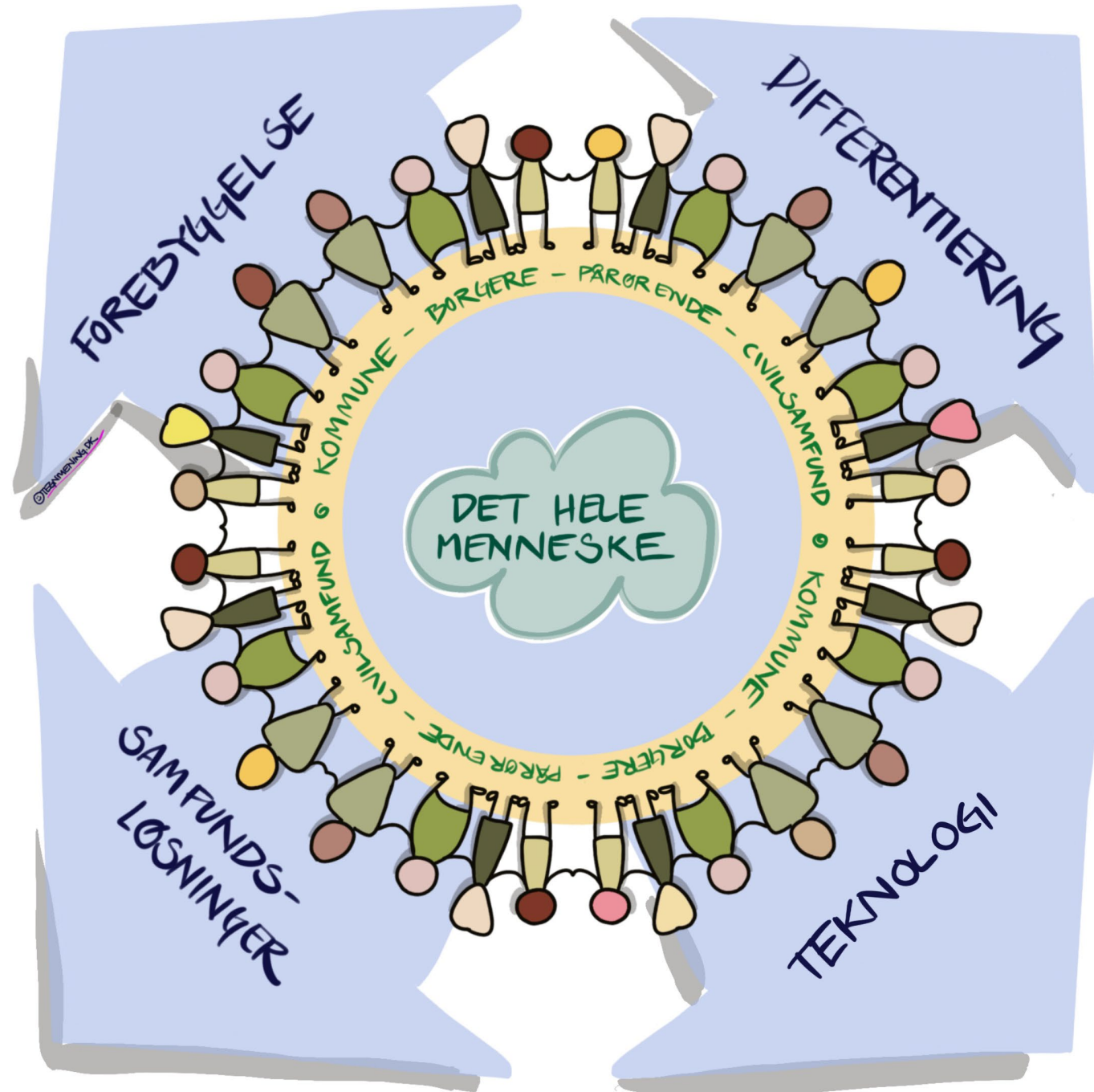


# Udfordringen og bidrag til løsninger

- Flere ældre
- Større plejebehov
- Mangel på kvalificerede medarbejdere
- Pres på plejeboliger og rehabilitering
- Øgede sundhedsudgifter

Opgaveudvalgets anbefalinger præsenteres her i en model i tre "cirkler", der peger på mulige bidrag til løsninger:

- Inderst: "Det hele menneske"
- I midten: "Vi lykkes sammen"
- Yderst: "De fire elementer"





# Det hele menneske

Det er grundlæggende for det gode ældre liv at blive ved med at være sig selv, et "helt menneske" med værdier, vaner og aktiviteter. Det er at blive mødt, som den man er - også selvom man fx er dement. Dialog og inddragelse af borgeren og de pårørende er afgørende

## Det meningsfulde liv

Det er vigtigt at have et meningsfuldt liv, hvor man ikke føler sig ensom, men betyder noget for andre og bidrager til lokalsamfundet. Det er vigtigt at kunne blive ved med at kunne dyrke sine interesser, også sammen med andre.

## Eget hjem

For de fleste er det vigtigt for livskvaliteten at kunne blive boende i sit eget hjem, så længe det er muligt. Det er vigtigt at vide, at man kan få den hjælp, man har brug for. Det handler om familie og venner, lokalområdet, civilsamfundet og kommunen. Den kommunale hjælp er bl.a. hjemmepleje, sygepleje og genoptræning.

Når hjemmet er udgangspunkt, handler det om at bevare trygheden og mulighederne for den enkelte. Tryghed handler om fysisk indretning og sikkerhed, at hjemmet er tilpasset, og at de pårørende og netværket hjælper til. Der skal skabes liv omkring borgere, der bor alene i eget hjem, så ensomhed ikke bliver et problem.





## Det gode helbred

Alle vil gerne forblive aktive og kunne alt det man plejer. Vi vil være selvhjulpne og fortsat leve livet. Det gode helbred, både fysisk og mentalt, er grundlaget for det. Det bidrager til et godt og trygt liv at være mentalt sund og robust.

Hurtig og kvalificeret genoptræning og rehabilitering er også en vej til at bevare fysisk helbred. Derfor skal Gentofte Kommune øge forebyggelse og rehabilitering. Den rehabiliterende tilgang betyder, at borgerne får hjælp og træning, med det mål at opbygge deres fysiske og mentale kunnen til at kunne klare sig så længe som muligt. Den kommunale hjælp skal starte med afklaring af potentialet for rehabilitering og træning imod, at man kommer til at være så selvhjulpne som muligt.

## Det personlige ansvar

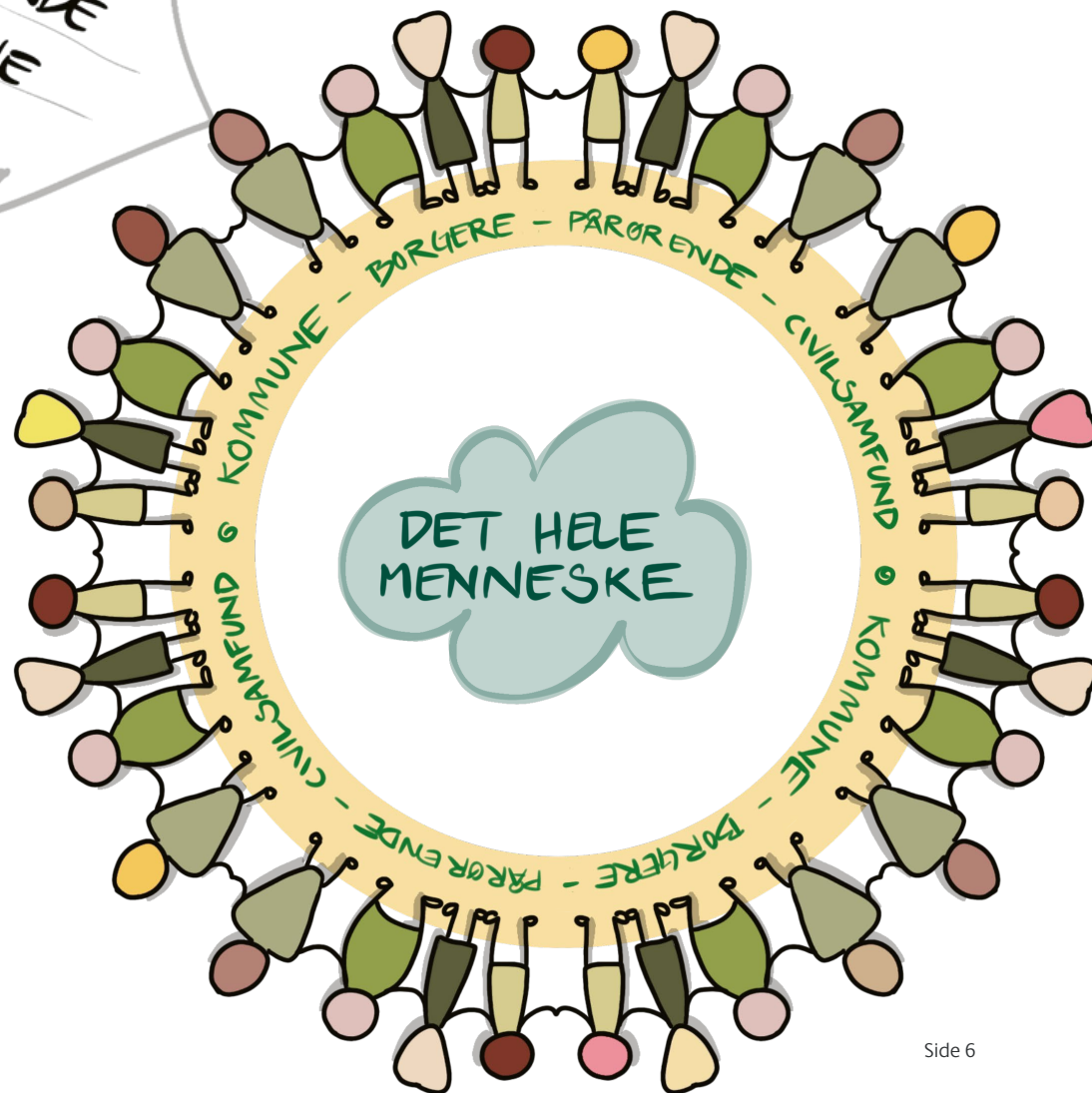
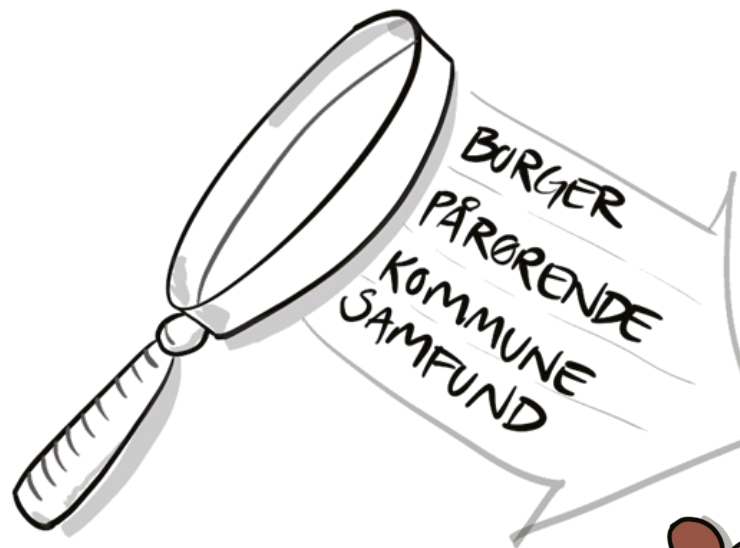
Borgerne skal kunne tage et ansvar for deres eget liv og helbred, og kommunen må ikke tage ansvaret fra dem. Borgernes ansvar for eget liv kan for eksempel være at følge med teknologisk, holde sig opdateret og holde sig i gang fysisk og mentalt, at fastholde eller bygge netværk eller at bidrage i lokalområdet.

Borgerne kan styrke deres sociale liv og netværk ved at deltage i lokale aktiviteter. Kommunen kan understøtte, at der er aktiviteter, som de ældre kan deltage i.





# Vi lykkes sammen



Vejen frem består altid af et samspil mellem **borgere** og **pårørende**, **kommune** og **samfund**. Her betyder *samfund* både det organiserede frivillige, lokalsamfundet, foreninger, andre dele af sundhedsvæsenet eller det offentlige, og det er også private virksomheder og organisationer, fx pensionselskaber.

Vi kan ikke lykkes alene i fremtidens velfærdssamfund. Det er symboliseret i ringen af mennesker i midten af modellen: vi lykkes nemlig sammen.

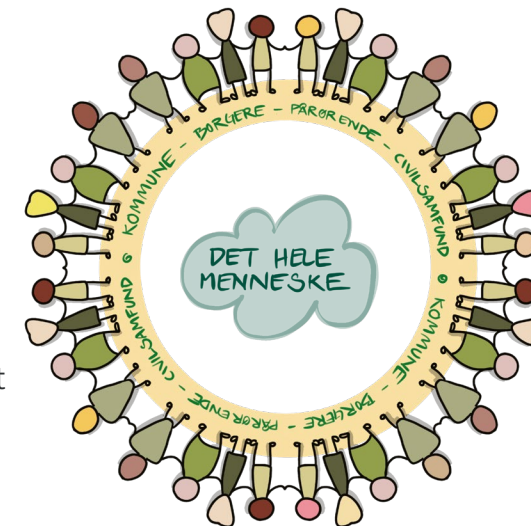
Opgaveudvalget har identificeret en overordnet optik for at se bredere på, hvem der har en opgave, et ansvar eller en mulighed, – og sætte fokus på, hvad vi hver især kan, og hvordan vi understøtter hinanden og når mere til det fælles bedste i Gentofte Kommune.



Kommunen skal ændre fokus fra primært at levere ydelser til også at facilitere løsninger i samspil med borgere og samfund. Den faciliterende kommune har også fokus på at skabe rammer for forebyggelse, samvær og socialt liv. Det kan være ved at stille lokaler til rådighed eller kommunikere om de initiativer, som borgere og foreninger tager. Der skal skabes rammer for, at ildsjælene kan få hjælp og rygstød til at drive det frivillige.

Det faciliterende handler også om at have en mere rådgivende og formidlende rolle. Det giver mulighed for at understøtte borgerne i at tage ansvar for eget liv og være aktive hele livet. Det kan være at rådgive om tilpasning af boligen, eller at give overblik over de muligheder, der er i lokalområdet, teknologiske muligheder og andre typer af tilbud. Kommunen skal være lydhør over for den enkeltes ønsker og ideer.

Borgernes og de pårørendes rolle i den fælles løsning bør ændre sig fra en mere eller mindre passiv modtager til en aktiv medspiller af fælles løsninger. For borgerne betyder det at tage et ansvar for eget liv og helbred. Det betyder også, at borgerens netværk er en del af løsningen, når der bliver behov for hjælp. Endelig kan borgerne selv bidrage i lokalområdet, blandt andet ved at være opmærksomme på naboerne.





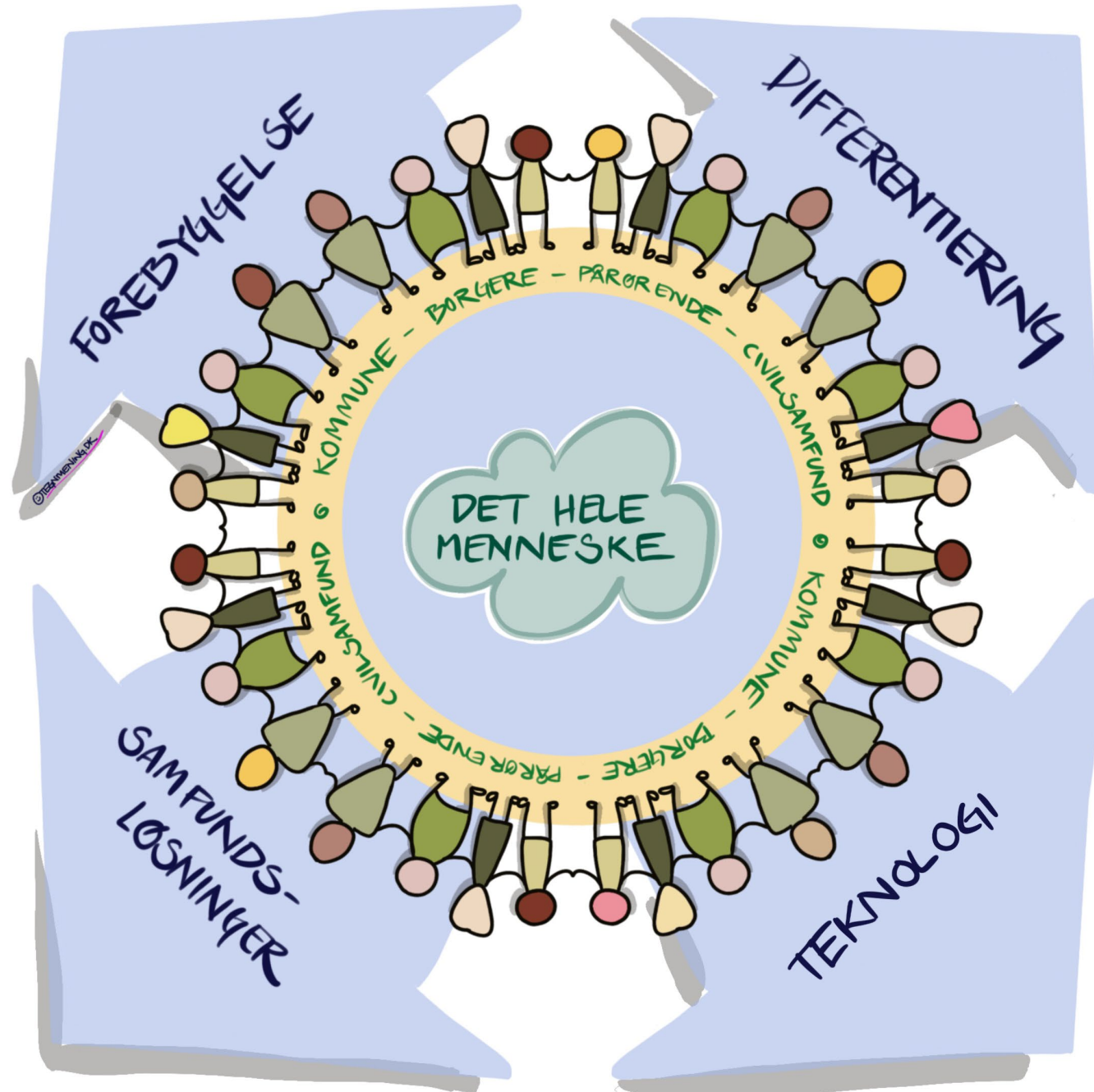
# Fire elementer i fremtidens velfærdsløsninger til ældre

Opgaveudvalget har peget på fire elementer med konkrete handlinger. De ligger i den yderste ring i fire pile.

De fire elementer er:

- Forebyggelse
- Differentiering
- Teknologi
- Samfundsløsninger

De fire elementer skal spille sammen. Det er en dynamisk model, hvor elementerne ikke kan stå alene. I nogle situationer skal alle fire elementer tænkes ind i forhold til den enkelte borger, i andre vil en eller to være vigtigere i forhold til de andre.







# Forebyggelse

Alle mennesker ønsker at klare sig selv hele livet.

Kommunen skal arbejde for, at borgerne fortsat kan leve et meningsfyldt selvstændigt liv, hvor flest muligt kan klare sig selv godt og trygt. Det bidrager også til at bruge ressourcerne, så de svageste borgere får den hjælp, de har brug for.

Forebyggelse og rehabilitering er en væsentlig vej til at forblive selvhjulpne. Der skal være fokus på forebyggelse. Det at forberede sin alderdom er også forebyggelse. Det handler om at tage stilling i god tid og om at indrette bolig, netværk, livsindhold og økonomi til at blive ældre.

Den enkelte borger har et ansvar for at holde sig så frisk som muligt og følge med. Det skal kommunen sikre, at der er rammer for. Borgere, der kan klare sig uden kommunal hjælp, vil i stedet kunne trække på netværk og tilbud i civilsamfundet.

## Konkrete skridt på vejen:

I Gentofte vil vi:

- understøtte alle borgeres mulighed for at klare sig selv i eget hjem.
- udbrede viden om, hvordan man forbereder sin alderdom i god tid, det kan være skriftligt eller via arrangementer.
- modernisere de forebyggende hjemmebesøg, så de bliver et attraktivt tilbud også til "unge ældre".
- arbejde på at få forebyggelse ind i alle de kommunale tilbud.
- Sætte rehabilitering i gang så tidligt som muligt.



# Differentiering

Fremtidens ældre bliver stadig mere forskellige: deres helbred, det liv de har levet, deres ressourcer osv. De forventer også tilpassede løsninger, der passer til den enkelte.

I dag er der en vis grad af differentiering i tilbuddene til borgerne. Der er ikke ydelser, man "automatisk" får eller samme hjælp som naboen, da hjælpen baseres på faglige vurderinger af behov og muligheder.

Fremover skal mulighederne for at differentiere tilbuddene øges. Differentieret hjælp og pleje i eget hjem tilgodeser borgernes forskellige behov, og dem, der kan selv, har mulighed for at forblive aktive og selvhjulpne.

En måde at differentiere i fremtiden, vil være at nogle borgere får visiteret en teknologisk løsning (fx en robotstøvsuger), fordi de kan klare det, mens andre vil blive visiteret til rengøring via hjemmeplejen.

## Konkrete skridt på vejen:

I Gentofte vil vi:

- arbejde for at fremme udviklingen af nye tilbud og løsninger, også selvom ikke alle borgere vil kunne bruge dem. Det kan fx være udvikling af online spise-grupper.
- kommunikere tydeligt om differentiering og de forskelligartede tilbud. Vi vil prioritere god gensidig dialog og inddragelse.
- Sikre, at der er en bredere palette af tilbud til borgerne, også dem som ligger i civilsamfundet.
- Understøtte, at alle, der kan selv, skal selv.
- Invitere borgerne til at bidrage til udvikling af individuelle løsninger.



# Teknologi

Teknologi er en væsentlig del af løsningen på vores velfærdsudfordringer. Teknologien kan bidrage til bedre helbred, netværk og selvhjulpethed for den enkelte og bedre brug af ressourcerne for kommunen.

Teknologi kan udskyde eller erstatte behovet for hjælp i nogle situationer, i andre er det et supplement til anden behandling og pleje. Borgerne skal hjælpes hurtigt i gang med at få teknologisk hjælp.

Kommunen skal finde og implementere teknologi, der bidrager til den bedste anvendelse af ressourcerne. Det kan for eksempel være skærm-besøg, telemedicin, digital overvågning af kroniske sygdomme eller kunstig intelligens på overvågning af journaler.

Kommunen vil få en øget opgave med at sikre, at der er styr på IT-sikkerhed, borgernes data osv.

## Konkrete skridt på vejen:

I Gentofte vil vi:

- gøre det let for borgerne at benytte velfærdsteknologi.
- fokusere på teknologi, der er evidens for effekten af.
- facilitere udbredelse af teknologiske løsninger i hjemmene, også selvbetalte.
- facilitere at der findes it-hjælp til borgerne, fx via civilsamfundet.
- kompetenceudvikle medarbejdernes it-kundskaber.
- udvikle en separat it-strategi for ældreområdet.



# Samfundsløsninger

Civilsamfundet er en vigtig del af fremtidens velfungerende samfundsmode. Det private erhvervsliv leverer også løsninger, der kan understøtte de ældre borgeres liv.

Vi skal finde nye løsninger og nye samarbejder på tværs af traditionelle sektorer og med andre aktører, fx pensionselskaber, Ældre Sagen eller Røde Kors.

Mange borgere vil have mulighed for at få hjælp i netværk, i civilsamfundet eller i det private erhvervsliv.

Når den enkelte borger søger om hjælp hos kommunen, skal det også være en del af samtalen: *"Hvad kan du gøre i din egen situation? Hvad kan andre gøre? Og hvordan kan du hjælpe andre?"*.

## Konkrete skridt på vejen:

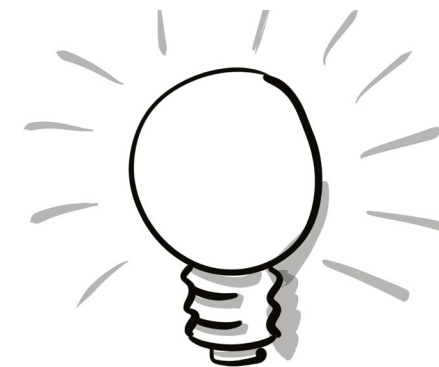
I Gentofte vil vi:

- understøtte de pårørende og deres muligheder for at støtte de ældre borgere.
- arbejde for at flere borgere kan og vil bidrage aktivt til lokalsamfundet ved fx at hjælpe andre ældre.
- styrke mulighederne for frivillige initiativer og facilitere nye samarbejder for at øge udbuddet af tilbud til ældre.
- indgå i forpligtende fællesskaber om udvikling af tilbud til ældre borgere.
- kommunikere tydeligt, hvad netværket kan hjælpe borgeren med.
- skabe og udbrede et overblik over andre meningsfulde løsninger og guide borgerne til dem.



# Ideliste

Ideerne her er samlet fra opgaveudvalgets møder, fra Gentofte Mødes og to borger-workshops, som opgaveudvalget har afholdt. Der er ideer, der er meget konkrete, andre mere abstrakte. Nogle kræver meget at omsætte, andre er lette. Mange henvender sig til kommunen og nogle lægger op til civilsamfundets initiativ.

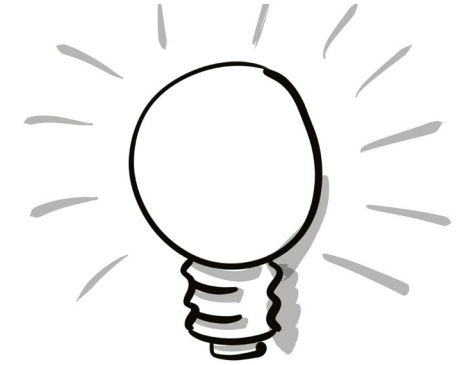


## Kommune

- Viden om Robusthedshjulet og forskningen i robusthedsfaktorer skal breddes ud, gerne direkte til borgerne, så de selv kan forbedre deres livskvalitet. [Læs mere om Robusthedshjulet her](#)
- Kommunens hjemmeside kan henvise til de eksisterende tilbud, også det som ikke er kommunens tilbud, fx Blixenklubben, netværk, arrangementer mm.
- Arrangere samkørsels-ordninger for de borgere, der gerne vil deltage, men ikke kan komme selv.
- Flere motionsmuligheder – "Legeplads for voksne".
- Flere offentlige toiletter ("Så det ikke holder os hjemme").
- Flere "bænke" i kommunen til netværk og uformelle møder, både fysiske bænke og andre typer af stop og mødesteder, fx også Byens Hus.
- Kommunal ældre-job-central, så ældre kan bidrage i få timer om ugen. Jobbene kan være i kommunen (fx i skolerne), eller i det private erhvervsliv.

## Borgere & samfund

- "IT-løbere": et korps af frivillige ligesom hjerteløbere.
- "Kartotek" over "lånehunde", og nogle der gerne vil gå tur med dem.
- Arrangementer, hvor de "gamle ældre" lærer de "unge ældre", hvordan de forbereder sig.
- Stole i butikker, så man kan hvile.
- Sprogundervisning til ældre (så de kan kommunikere med personalet og lære nyt samtidig)
- Gåture i de forskellige bydele.



#### Kommune – fortsat

- Kommunen skal hjælpe borgerne til tidligere (og gerne før 60) at overveje, hvordan deres seniorliv skal være, bl.a. hvordan de vil bo som ældre. Det kan være som møder, info-materiale mm.
- Holde en workshop om teknologi, hvor borgerne kan se og afprøve forskellige muligheder til deres eget hjem.
- Se på organisering i små selvstyrende teams i Hjemmeplejen, hente inspiration fra andre kommuners erfaringer.
- Sende info om "den gode pensionisttilværelse" ud til borgerne, når de går på pension.
- Forebyggende hjemmebesøg: Udvikle tilbuddet, se individuelle behov, formidle/guide ift. mulighederne. Se på hvordan man taler om det, gøre det fremadrettet, aktivt og attraktivt, det skal være et godt tilbud, man har lyst til at tage i mod.
- Lettere adgang til information om aflastningsordning for pårørende.
- Alt nybyggeri bør være egnet til ældrebolig.



# Vejen videre

Opgaveudvalgets anbefalinger er afleveret til Kommunalbestyrelsen og danner grundlag for politiske drøftelser og prioritering i de kommende år.

Der udarbejdes en plan for, hvordan arbejdet med at implementere anbefalingerne kan gribes an i praksis, hvilke udfordringer der kan være, hvor der er lavthængende frugter, og hvordan der kan prioriteres i det samlede arbejde.

Opgaveudvalgets medlemmer vil årligt modtage en skriftlig opdatering på, hvordan der arbejdes med Fremtidens velfærdsløsninger for ældre, så de har mulighed for at følge med. Og medlemmerne inviteres til arrangementer for afsluttede opgaveudvalg.

Informationen om arbejdet med fremtidens velfærdsløsninger for ældre deles med borgerne bredt via Gentofte Lige Nu og kommunens hjemmeside, og mere specifikt kan det indgå i den direkte dialog med borgerne i dagligdagen.

