

Værdighedspolitik

for det gode ældreliv i Frederikshavn Kommune



Du er "herre i eget liv" – vi motiverer og bakker op.

Det er dit liv – derfor ved du bedst, hvad du har brug for.

Vi tror og forventer, at du helst vil klare mest muligt selv.

Vi inddrager og støtter gerne dine pårørende.



Indhold

Værdighedspolitik for det gode ældreliv i Frederikshavn Kommune	3
Du har mulighed for et godt og aktivt liv	4
Du bestemmer selv i dit liv	5
Du kan få hjælp til velfærdsteknologi	6
Du har mulighed for at have et socialt liv	7

Værdighedspolitik

for det gode ældreliv i Frederikshavn Kommune



Sådan forstår vi værdighed!

"Du er herre i eget liv!" Det er indledningen til Frederikshavn Kommunes værdighedspolitik, som grundlæggende baserer sig på, at værdighed er individuelt og afhængigt af dit behov og liv.

Værdighedspolitikken handler derfor ikke om, hvad kommunen "kan tilbyde" dig, men hvad du har behov for. I dette ligger også, at kommunen ikke har en række standardtilbud på ældreområdet. Derimod er retningen inden for ældreområdet – og social- og sundhedsområdet generelt – at kommunen er med til at understøtte forskellige muligheder og indsatser, som medvirker til, at du kan leve så godt og selvstændigt et liv som muligt.

Værdighedspolitikken beskriver, hvad Frederikshavn Kommune ønsker at gøre og til dels allerede gør på ældreområdet. På denne måde handler værdighedspolitikken også om "hvorfor vi gør det, vi gør..."

I Frederikshavn Kommune bliver der flere ældre. Vi lever sundere og er mere aktive. Det bevirker, at vi lever længere end tidligere.

Vi bliver længere på arbejdsmarkedet, og for mange er det måske først senere end ved pensionsalderen, at vi reelt begynder at føle os som ældre. Det er ønsket, at alle får flere gode leveår, og tidspunktet og behovet for støtte skal tilpasses dig.

"Den, der kan selv, skal selv"

Inden for social- og sundhedsområdet arbejdes der ud fra en tilgang om, at "Den, der kan selv, skal selv". I dette ligger for det første en grundlæggende antagelse om, at livskvaliteten øges, når det enkelte menneske kan klare tingene så længe og så godt som muligt. For det andet sørger kommunen også for, at der er ressourcer til at støtte de borgere, der ikke kan selv.

De forebyggende hjemmebesøg er med til at finde ældre, der har brug for hjælp eller er ensomme.

Frederikshavn Kommunes værdighedspolitik skal også ses i sammenhæng med kommunens kvalitetsstandarder på ældreområdet.

Kvalitetsstandarderne beskriver overordnet den tilgang, som kommunen har til at imødekomme og vurdere den enkeltes behov for støtte og hjælp. Kvalitetsstandarderne er en indledende forventningsafstemning i forhold til, hvilken slags hjælp og støtte borgeren kan forvente fra kommunen.

Værdighedspolitikken indeholder også en form for forventningsafstemning, idet værdighed kort sagt handler om, hvordan vi skal være over for hinanden. For kommunens medarbejdere viser værdighedspolitikken vejen for, hvordan de med værdighed og ligeværd arbejder med andre mennesker. Værdighedspolitikken berører derfor også forventninger til og sikring af medarbejdernes personlige og professionelle kompetencer, for at understøtte en høj kvalitet i ældreplejen og god kommunikation med den ældre og dennes pårørende.

Du har mulighed for **et godt og aktivt liv**



Et sundt liv kan føre til et langt liv med høj livskvalitet. Men sundhed betyder ikke det samme for alle mennesker, så derfor har vi fokus på, at du skal have mulighed for et godt og aktivt liv. Et aktivt liv betyder, at du har mulighed for at holde dig i gang fx i forhold til at vedligeholde eller forbedre dine færdigheder og dit fysiske og mentale funktionsniveau. Det betyder også mulighed for at deltage i andre former for aktiviteter, hvorved du er i stand til at være en aktiv og deltagende medborger, der har et socialt netværk.

Pejlemærker

■ Rehabilitering

Det er værdifuldt for alle at få øget livskvalitet ved at være så selv hjulpen som muligt. Derfor arbejder Frederikshavn Kommune ud fra en rehabiliterende tankegang, hvor vi samarbejder med dig – og dine pårørende, hvis du ønsker det – om at genvinde og vedligeholde dine færdigheder. Det er hensynet til dig og de mål, du gerne vil opnå, der driver udviklingen af træningsindsatserne.

Kommunen bestræber sig på, at du oplever, at indsatsen er en del af en sammenhængende indsats. Både på tværs af afdelinger i kommunen – og på tværs til læger, hospitaler m.v.. Din oplevelse skal være, at personalet er gearret til at hjælpe dig videre, så du kan fortsætte og vedligeholde et opnået funktionsniveau, f.eks. efter behandling på hospital.

■ Aktivitets- og plejecentre

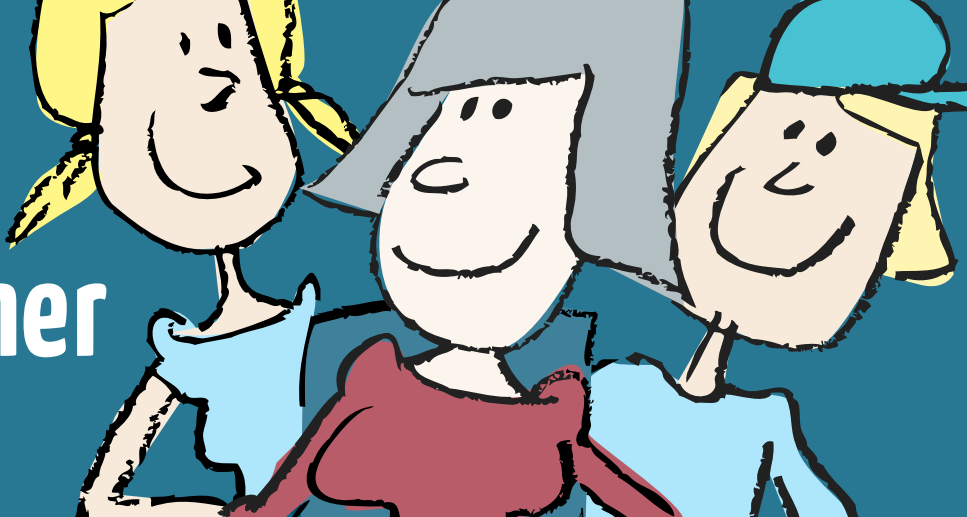
Det er meningsfuldt at have noget at beskæftige sig med i hverdagen. Du kan deltage i det sociale liv gennem aktiviteter sammen med andre. Det kan også være aktiviteter, der bare handler om dig, og det du kan lide at gøre.

I Frederikshavn Kommune arbejder vi for at understøtte nærværende, meningsfulde og sundhedsfremmende aktiviteter for dig i kommunens aktivitetscentre og på plejecentrene. Det sker også med aktiv involvering af pårørende, frivillige, organisationer og ved brug af faciliteter i lokalsamfundet.

■ Fokus på rammen om det gode måltid

Et godt måltid og ikke mindst rammen om måltidet øger menneskers appetit og dermed livskvalitet og sundhed. I Frederikshavn Kommunes madservice og på plejecentrene er der derfor fokus på måltidets betydning samt betydningen af, at der serveres forskellige variationer af mad og drikke afhængigt af dine ønsker til måltidet.

Du bestemmer selv i dit liv



Pejlemærker

■ Kompetencer og kvalitet i ældreplejen

Personalet skal arbejde ud fra, at det enkelte menneske selv bestemmer i sit liv, og at der er plads til særlige meninger og ønsker. Det betyder, at personalet skal være i stand til at sætte sig ud over egne normer og faglige standarder. Det sker bl.a. ved, at der løbende sker en forventningsafstemning i forhold til, hvilken hjælp, der er aftalt med den enkelte. Eksempelvis kan der findes inspiration i "de 10 principper" for værdig ældrepleje, der er formuleret af Ældresagen, Dansk Sygeplejeråd og FOA. De anbefaler:

- En bolig der passer til den enkeltes behov – også ved funktionstab.
- Mulighed for at komme ud.
- Mulighed for at være velsoigneret og klædt, som man ønsker det.
- Varieret og ernæringsrig mad i rammer, der giver lyst til at spise.
- Lindrende behandling og en værdig død.
- Støtte til at kunne fungere i hverdagen og få relevant hjælp, når der er behov for det.
- Forebyggelse af sygdom samt kontinuitet og faglighed i omsorg, pleje og behandling.
- Mulighed for at bevare egen døgnrytme.
- Tilbud om eksistentielle samtaler og samvær med andre.
- Respekt, rummelighed og mulighed for udvikling.

■ Fleksibel og individuel hjælp og støtte

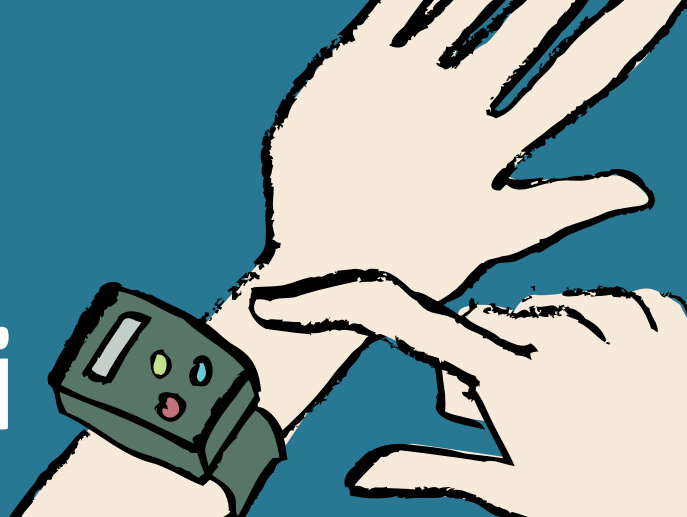
Når du får pleje og omsorg, har du mulighed for at vælge en anden hjælp end den, du er visiteret til – fx, hvis du gerne vil have hjælp til at pynte op eller gå en tur i stedet for støvsugning mv. Det skal være inden for rammerne af det, du er visiteret hjælp til. I Frederikshavn Kommune vil der være fokus på, at denne mulighed anvendes til at understøtte din selvbestemmelse og mulighed for vælge, hvad der er behov for hjælp til.

■ En værdig død

Mange har oplevet, hvordan kroppen reagerer og behovene ændres ved sygdom og almen svækkelse. Når den sidste tid nærmer sig, er det også vigtigt at tale om døden. Her kan personalet være dig og dine pårørende en god og professionel støtte. Ligeledes kan de være behjælpelige med kontakt til frivillige vågekoner.

Det er et grundlæggende princip, at du har selvbestemmelse og skal have mulighed for at forblive så selvhjulpnen som muligt. Det baseres på, at alle er motiverede for at forblive "herre i eget liv". Vi tager afsæt i, at "du bedst selv ved, hvad du har brug for". Men selvhjulpnenhed betyder ikke, at du behøver at kunne alting selv. Du kan derfor godt have behov for hjælp til nogle aktiviteter, selv om der er andre, du fint kan klare selv. Det kan også være et spørgsmål om, hvor mange ressourcer du har i hverdagen, og hvordan de bedst bruges i forhold til at leve dit liv med værdighed og selvbestemmelse.

Du kan få hjælp til velfærdsteknologi



I samfundet anvender vi mere og mere teknik i hverdagen, som fx mobiltelefoner og computere mv. Det gælder både unge som ældre. I Frederikshavn Kommune arbejder vi målrettet med at integrere nye hjælpemidler og velfærdsteknologi i ældreplejen. Teknologien kan understøtte din selvhjulpethed og uafhængighed af hjælp fra andre – fx vaske/ tørre toiletter og tablets, som giver dig øget selvbestemmelse og dermed værdighed.

Teknologien kan også bruges til at skabe kontakter og nye sociale netværk. For dig, der måske har langt til nærmeste supermarked og/eller har svært ved selv at købe ind, byder den teknologiske verden også på muligheder for at handle i net-butikker, som efter hånden udbyder et stort og varieret udbud af varer. Teknologien kan kort sagt være med til at åbne en ny og spændende verden af muligheder.

Pejlemærker

■ Øje på nye teknologiske muligheder

I Frederikshavn Kommune har vi generelt fokus på, hvor vi kan tage ny teknologi i brug i ældreplejen. Vi har også fokus på, hvordan vi kan hjælpe dig med at bruge nye muligheder på området.

Vi vil gerne være på forkant med din tidlige brug af velfærdsteknologi, da det kan gøre det lettere for dig, at anvende teknologien, når du virkelig kan få behov for det.

■ Ny teknologi og demens

Det gælder særligt for dig, der har demens, at tekniske hjælpemidler og ny velfærdsteknologi helst skal introduceres og tages i brug så tidligt som muligt. På den måde bliver teknologien en naturlig del af din hverdag, frem for at teknologien først introduceres, når der er et decideret behov.

Nogle har fx svært ved at tage GPS eller nødkald i anvendelse, hvis demensen er fremskreden.

Det er i den forbindelse værdigt, at tage ny og smart teknologi i brug på et tidspunkt, hvor man selv, eventuelt i samarbejde med pårørende, kan træffe beslutning om at bruge den, fx. med henblik på at sikre sig selv.

Du har mulighed for at have et socialt liv



Pejlemærker

■ Pårørendesamarbejde

Du bestemmer selv omfanget af dine pårørendes involvering. Frederikshavn Kommune har et stort fokus på, hvordan vi bedst muligt kan hjælpe og understøtte, at dine pårørende kan være der for dig. Din pårørende kan medvirke til at sætte ord på dine ønsker og behov for at kunne fastholde et liv på dine egne præmisser.

For, at din pårørende kan være en stor ressource for dig, så har din pårørende også brug for støtte og hjælp. Dette behov, er der også fokus på i tilrettelæggelse af aflastningen i det daglige og i særlige situationer og gennem dialoger med andre pårørende.

■ Deltagelse mindsker ensomhed

Et socialt liv er med til at forebygge ensomhed. Det er værdigt generelt at kunne bevare sit sociale netværk og være en del af lokalsamfundet og de sociale aktiviteter her.

Vi har fokus på, at du både kan deltage som frivillig i, og som bruger af, aktiviteterne – og for nogle kan det faktisk være begge dele på en gang. Det oplever vi i høj grad på kommunens aktivitetscentre og plejecentre, hvor vi arbejder aktivt på at involvere og inddrage alle interesserede omkring fælles interesser, der kan give fælles øget livsglæde og livskvalitet.

■ Demensvenlig kommune

Frederikshavn Kommune arbejder aktivt på at styrke udviklingen af kompetencer på demensområdet i sammenhæng med øvrige tilbud på ældre- og sundhedsområdet. Det betyder, at demensindsatsen også skal være mere fokuseret omkring kommunens rehabiliterende tilgang til pleje og omsorg. En tidlig og trænende indsats skal medvirke til at bevare livskvalitet samt en værdig og meningsfuld hverdag for dig, der har en demenssygdom.

Det kan betragtes som en grundlæggende menneskeret, at mennesker kan være noget for hinanden. Frederikshavn Kommune vil understøtte, at det enkelte menneske har mulighed for at være noget for andre.

Det frivillige foreningsliv og det frivillige sociale arbejde er vigtige drivkræfter, når der dannes fællesskaber og netværk. Derfor har vi stort fokus på, hvordan vi kan inddrage initiativer fra pårørende, frivillige, netværk, organisationer og lokalsamfund til at være en del af dagligdagen inden for ældreområdet – og inden for alle andre områder i den kommunale organisation. Sociale aktiviteter handler således ikke kun om at bevare færdigheder og dermed livsglæde og livskvalitet. Det handler også om at forebygge ensomhed, kedsomhed og isolation for nogle af de svageste borgere.



Frederikshavn Kommune
Rådhus Allé 100
9900 Frederikshavn
Tlf. 98 45 50 00