

Ældrestrategi 2024-2026

- når du har brug for kommunens støtte, træning, behandling og pleje

Vores ambition for det gode ældreliv

Formålet med Lyngby-Taarbæk Kommunes Ældrestrategi 2024-2026 er at sætte retningen for kommunens arbejde med at understøtte det gode liv for de borgere, der har brug for kommunens støtte, træning, behandling og pleje.

Vi bliver flere ældre, og vi bliver ældre – også i Lyngby-Taarbæk Kommune. De fleste ældre i kommunen har et godt helbred, trives godt og har mange ressourcer at bidrage med. Samtidig ser vi ind i, at der i de kommende år vil være flere ældre, som får behov for kommunens hjælp. Og der er færre medarbejdere til at løfte opgaverne.

Disse udfordringer betyder ikke, at vi sænker ambitionerne. Tværtimod! Vi skal tænke nyt. Vi skal arbejde på nye måder, udnytte de teknologiske fremskridt og styrke samarbejdet med civilsamfundet yderligere. Og vi skal fokusere vores indsatser på de grupper af ældre, der har størst behov.

Vi vil arbejde målrettet for at understøtte det gode ældreliv med fokus på at støtte den enkelte i at klare mest muligt selv under de givne omstændigheder. Det vil vi gøre ved at tilbyde støtte, træning, behandling og pleje af høj kvalitet udført af fagligt dygtige medarbejdere.

Derudover vil vi arbejde for at skabe gode rammer for de ældres trivsel i tæt samspil med de ældre selv, deres pårørende og medarbejderne. Og vi vil støtte op om de frivillige, der ønsker at gøre en indsats for de ældre. Det gode ældreliv skaber vi sammen!

Vi ved, at et godt ældreliv opleves forskelligt fra menneske til menneske og blandt andet afhænger af den livssituation, den enkelte netop nu står i. Individuelle behov og ønsker vil i videst muligt omfang være i centrum for kommunens arbejde i forhold til at skabe gode rammer for livet som ældre.

Med denne Ældrestrategi sætter vi retningen for udviklingen af ældreområdet i Lyngby-Taarbæk Kommune frem til 2026.

Karen Marie Pagh Nielsen
Formand for Ældre- og Omsorgsudvalget

Vores potentialer og udfordringer

Ældre i Lyngby-Taarbæk Kommune er en mangfoldig gruppe. De godt 10.000 borgere, der er fyldt 67 år, har forskellige ønsker, behov og ressourcer. Langt de fleste er aktive og i stand til selv at fastholde deres evner både fysisk, mentalt og socialt langt op i årene.

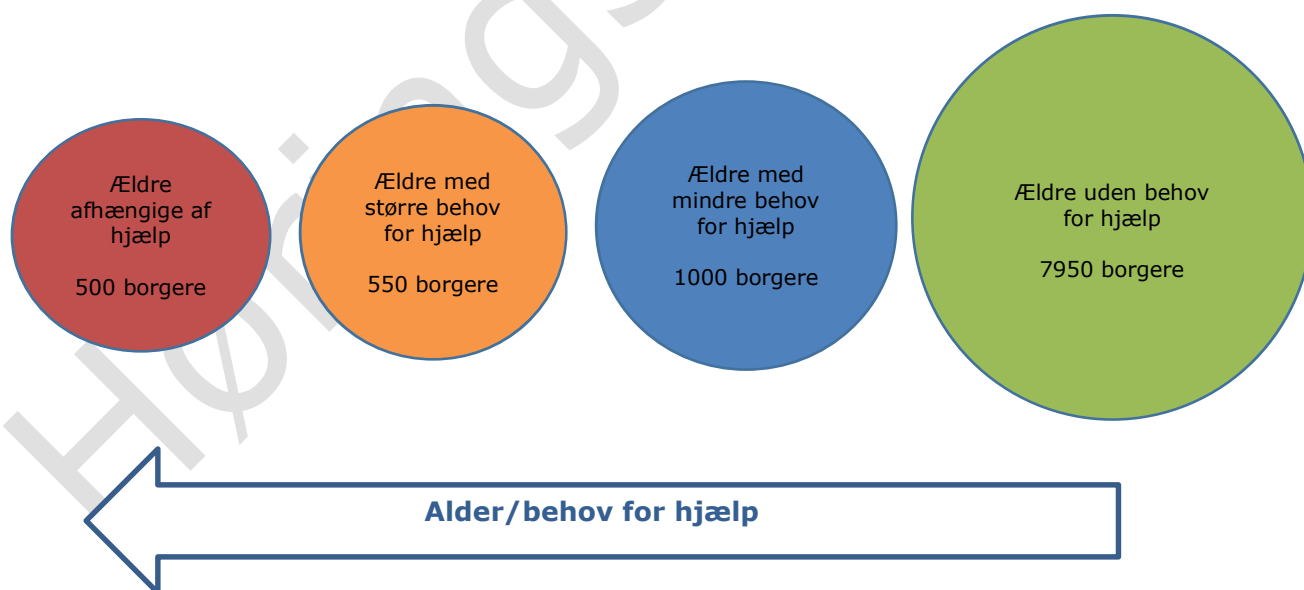
Ældrestrategien retter sig mod de ældre, der har behov for kommunens støtte, træning, pleje og behandling. Det kan både være i kortere tid i den enkeltes liv eller mere permanent. En tidlig indsats, fx i forhold til at mestre en kronisk sygdom, kan have stor betydning i forhold til muligheden for at klare sig selv længst muligt.

De ældste ældre, som er fyldt 80 år, har ofte flere udfordringer såvel fysisk som psykisk og derfor vil behovet også være større blandt disse ældre. Det har betydning for, hvordan kommunen prioriterer indsatserne.

De ældre bliver ældre

Ældre i Lyngby-Taarbæk Kommune lever både sundere og længere end gennemsnittet i regionen og i landet som helhed. Kommunens borgere kan forvente at leve til de bliver 83 år – det er to år længere end landsgennemsnittet. Der bliver også flere af de ældste ældre. I 2030 vil der være 30% flere ældre, som er fyldt 80 år, end i dag.

Uligheden i sundhed ses også blandt de ældre. Ældre med kort uddannelse og lav indkomst har flere sundhedsudfordringer og er oftere ensomme. Der skal derfor være særligt fokus på indsatser rettet mod sårbare ældre med færre ressourcer og ældre med et svagt netværk.



De ældre med et mindre behov for hjælp i hjemmet

Ældre i denne gruppe modtager hjælp under 2 timer om ugen.

Med alderen kommer der for de fleste større eller mindre udfordringer med helbredet. Mange lever med en eller flere kroniske sygdomme eller skal genvinde kræfterne efter et sygdomsforløb. De vil helst klare sig selv, men oplever, at de ikke kan helt det samme, som de tidligere har kunnet. De har derfor behov for, at kommunen træder til med fx praktisk hjælp, hjælp til personlig pleje, sygepleje eller et rehabiliteringsforløb i hjemmet.

De ældre med et større behov for hjælp

Ældre i denne gruppe modtager hjælp mellem 2 og 20 timer om ugen.

De ligner gruppen ovenfor, men er typisk ældre, og sundhedsudfordringerne er større. De er oftere i kontakt med egen læge og hospital. Der er også flere i denne gruppe, der har behov for sygepleje end i gruppen med et mindre behov for hjælp.

Af de ældre, der har behov for hjælp i hjemmet, er der også nogle, som midlertidigt får hjælp – herunder også i form af et døgnophold på Trænings- og rehabiliteringscentret. Det kan f.eks. være efter en indlæggelse eller ved forværring i en kronisk tilstand.

De ældre, der er afhængige af hjælp, støtte og pleje

Denne gruppe af ældre har brug for og er afhængige af andres hjælp, støtte og pleje i hverdagen. Gruppen udgør en forholdsvis lille del af det samlede antal ældre. Nogle er svækket fysisk, psykisk, kognitivt og/eller socialt og skal have hjælp, støtte og pleje døgnet rundt, mens andre har behov for færre indsatser. Størstedelen af denne gruppe bor i en plejebolig.

Blandt alle ældre er der også nogle, der i perioder har behov for træning, rådgivning om mestring af deres sygdom, telemedicinske indsatser mv. – uanset om de i øvrigt får hjælp i hjemmet. Disse indsatser er også med til at forebygge eller udskyde tidspunktet for, hvornår en borger får behov for hjælp – udover at de også bidrager til øget livskvalitet.

De ældre uden behov for hjælp

Ældre i denne gruppe klarer sig uden kommunens hjælp.

Blandt de 70-80-årige i Lyngby-Taarbæk Kommune dyrker 77% motion hver uge – det gør dem til de mest aktive af alle aldersgrupper i kommunen.

Langt størstedelen af de ældre befinder sig i denne gruppe – 8 ud af 10. De er aktive brugere af kommunens og civilsamfundets tilbud rettet mod alle borgere uanset alder. De dyrker mange aktiviteter, får oplevelser med familie og venner og deltager i det frivillige foreningsliv. Denne gruppe ældre er en stor ressource. Det gælder både på arbejdsmarkedet, hvor nogle stadig er aktive, i familien, i lokalsamfundet og fx i det frivillige foreningsliv.

De friske ældre er ikke målgruppen for Ældrestrategien, men er omfattet af bl.a. kommunens Sundhedsstrategi, Kulturstrategi og Idræts- og Bevægelsesstrategi.

Hvad vil vi med ældrelivet?

Som kommune ønsker vi at være med til at understøtte mulighederne for en høj grad af livskvalitet hos den enkelte borger. Livskvalitet kan udspringe af mange forskellige forhold – alt afhængig af, hvem man er, og hvor man er i sit ældreliv.

Vi ved, at det at være uafhængig betyder meget for livskvaliteten uanset alder. Kommunen vil derfor støtte de ældre, der svækkes, til så vidt muligt at klare sig selv længst muligt. Derfor har vi fokus på at rehabilitere og aktivere de ældre, der har behov for hjælp, så de kan blive og være selvhjulpne længst muligt.

Vi vil arbejde med at forebygge, at ældre, der rammes af mindre kompliceret sygdom, skal indlægges på hospital. Vi ved, at det tager hårdt på i forvejen svækkede ældre. I stedet skal vi i nærmiljøet tilbyde behandling og pleje af høj kvalitet.

Og for de ældre, som har stort behov for hjælp, vil vi bidrage med hjælp og indsatser, så de kan leve et værdigt liv trods begrænsninger.

Livskvalitet handler også om at opleve tryghed, at nyde et godt måltid mad, at have familie og venner om sig eller at deltage i fællesskaber og aktiviteter. Vi er bevidste om denne mangfoldighed i oplevelsen af livskvalitet. Derfor er det for kommunen også afgørende, at den enkelte ældre har en oplevelse af at blive hørt i forhold til, hvad der er livskvalitet for dem.

Med livskvalitet som pejlemærke er det hensigten, at alle fokusområder og indsatser i ældrestrategien er med til at understøtte borgerens oplevelse af livskvalitet.

Vision

Lyngby-Taarbæk Kommune vil i samarbejde med borgerne, pårørende og civilsamfund skabe rammerne for, at ældre borgere kan leve et godt og aktivt liv. De borgere, der har behov for kommunens hjælp, skal opleve, at Lyngby-Taarbæk Kommune yder støtte, træning, behandling og pleje, så de kan klare sig selv bedst og længst muligt i hverdagen.

Hvordan gør vi?

Strategien er bygget op omkring fem fokusområder:

- Sundhed og forebyggelse
- Selvbestemmelse
- Høj kvalitet og sammenhæng i behandling og pleje
- Mad og ernæring
- En værdig død

Fokusområderne tager primært afsæt i kommunens Værdighedspolitik, som beskriver værdierne for ældreplejen i Lyngby-Taarbæk Kommune. Værdierne handler om respekt for individet, høj kvalitet i arbejdet og samarbejde med borgere og pårørende.

Herudover tager Ældrestrategien højde for den udvikling, som betyder, at flere af os er sundere, lever længere og opnår en høj alder. Hertil kommer udviklingen, hvor flere og flere opgaver, som tidligere lå på hospitalerne, flyttes ud i kommunerne. Desuden tager strategien udgangspunkt i de seneste nationale undersøgelser og udviklingsarbejder om fremtidens ældreliv samt nationale krav, anbefalinger og retningslinjer på ældreområdet.

Endelig er Ældrestrategien udarbejdet med blik for andre politisk prioriterede strategier og politikker i Lyngby-Taarbæk Kommune. Derfor skal Ældrestrategien ses i sammenhæng med især kommunens Sundhedsstrategi, som har fokus på sundhedsfremme og forebyggelse for alle borgere – også de ældre. Hertil kommer Idræts- og Bevægelsesstrategien, Kulturstrategien, samt Handleplan for frivillighed og medborgerskab og Handicappolitikken.

Sundhed & forebyggelse

Et godt helbred, fysisk og mentalt, er en vigtig forudsætning for at kunne leve et liv, hvor den enkelte er i stand til at gøre det, vedkommende vil.

Når kræfterne svinder, eller sygdom opstår, så kan det være en større udfordring at holde sig i gang. Det kan fx være, når en borger har behov for støtte til at leve med en kronisk sygdom eller har behov for at komme i gang igen efter en sygdomsperiode. Her kan kommunens Sundhedscenter og Trænings- og Rehabiliteringscenter bl.a. træde til med rådgivning, støtte og træning.

I Lyngby-Taarbæk Kommune lever knap 1.100 af de 67+årige borgere med diabetes type 2, godt 1.200 har en hjertesygdom og knap 1.400 har KOL (Sundhedsprofil 2021).

Vi vil have fokus på at skabe gode overgange fra hospital og/eller en kommunal indsats til en hverdag uden eller med mindre offentlig hjælp. Det skal bl.a. ske ved at guide borgerne videre til tilbud i civilsamfundet, så de kan fastholde et aktivt hverdagsliv. Vi ønsker også at træde til med indsatser, der understøtter, at borgerne fortsat kan være aktive trods begrænsninger, og leve et liv så uafhængigt af hjælp som muligt. Det kan også ske gennem teknologiske løsninger som fx telemedicin.

For de borgere, som i højere grad er afhængige af hjælp eller har fået sværere ved at bevare deres relationer, skal der også være mulighed for at kunne indgå i sociale fællesskaber. Her kan kommunen bl.a. skabe kontakt til andre ældre og til tilbud i lokalsamfundet. Endelig kan kommunens Aktivitetscenter for ældre også tilbyde muligheder for at støtte fysisk som socialt.

De frivillige og foreningslivet spiller en vigtig rolle i forhold til de ældres sundhed. Der er mange ældre i Lyngby-Taarbæk Kommune, som bruger deres erfaringer og evner til gavn for andre. De mange indsatser, som de engagerer sig i, skaber øget trivsel og bidrager til at udskyde behovet for hjælp.

Effekt

Vi ønsker, at borgeren skal opleve:

- At være i stand til at klare sig selv længst muligt
- At have mulighed for at indgå i sociale fællesskaber.

Mål

Det gør vi:

- Vi gør det let at blive frivillig på ældreområdet
- Vi samarbejder med aktører i civilsamfundet om tilbud til borgere med behov for hjælp til at opretholde en aktiv og meningsfuld hverdag
- Vi målretter tilbud til de borgere, der har få ressourcer og/eller har svagt netværk.

Selvbestemmelse

Selvbestemmelse er retten til at bestemme over sig selv og sit eget liv. Oplevelsen af at have en høj grad af selvbestemmelse er med til at skabe et værdigt liv – også når man er afhængig af hjælp i større eller mindre grad. Det er individuelt, hvad der er vigtigt for den enkelte selv at kunne være herre over. Derfor tager vi så vidt muligt udgangspunkt i borgerens individuelle behov og ønsker inden for gældende lov, rammer og lokale servicestandarder, når borgeren har brug for hjælp.

Selvbestemmelse kan også handle om at være selvhjulpen, når det er muligt. Det kan f.eks. være selv at komme forbi sygeplejeklinikken for at få udført sårpleje, selv at kunne tage støttestrømper på med en strømpepåtager, eller at hjemmeplejen "kigger forbi" på skærmen og husker borgeren på, at det er nu, at pillerne skal tages. Derfor arbejder kommunen på flere fronter med hjælpemidler og velfærdsteknologi for at skabe fleksibilitet og uafhængighed i hverdagen for den enkelte.

Vi ønsker at lytte til borgeren, inddrage de pårørende og informere om de muligheder, der er, når kommunen bliver en del af ens liv.

Effekt

Vi ønsker, at borgeren skal opleve:

- At blive inddraget og lyttet til
- At være så selvhjulpen og uafhængig som muligt.

Mål

Det gør vi:

- Vi prioriterer borgerens individuelle behov indenfor gældende lov og lokale servicestandarder
- Vi styrker borgerens evne til selvbestemmelse bl.a. ved brug af hjælpemidler og velfærdsteknologi.

Høj kvalitet og sammenhæng i behandling og pleje

Ældre med behov for hjælp, støtte, pleje og behandling i kommunen skal opleve en sammenhængende og individuelt tilrettelagt indsats og møde fagligt kvalificerede medarbejdere.

Samtidig skal medarbejderne også yde en omsorgsfuld pleje med afsæt i det enkelte menneske. Derfor arbejder vi hele tiden på at udvikle medarbejdernes kompetencer.

Når kommunens medarbejdere kommer i hjemmet, skal der ydes høj kvalitet i behandling, pleje og omsorg. Sygdom og svækkelse skal tages hånd om i tide, så borgerne ikke indlægges på hospital, hvis det kan forebygges. Er der behov for indlæggelse, skal kommunen stå klar med indsatser, så borgerne kommer trygt hjem fra hospitalet, og modtager pleje, behandling og rehabilitering af høj kvalitet.

Vi vil arbejde målrettet på at koordinere og sikre sammenhængende forløb for borgeren såvel internt i kommunen som i samarbejdet med bl.a. hospitaler og praktiserende læger.

Desuden vil vi prioritere at være parat til at omstille os til nye pleje- og behandlingsopgaver, som måtte komme i fremtiden.

Effekt

Vi ønsker, at borgeren skal opleve:

- At alle samarbejder og deler relevant viden på tværs
- At medarbejderne giver kompetent behandling, pleje og omsorg.

Mål

Det gør vi:

- Vi arbejder målrettet for at mindske antallet af indlæggelser og genindlæggelser, som kan forebygges
- Vi samarbejder med praktiserende læger og hospitaler om at skabe sammenhæng i behandling og pleje af de fælles borgere
- Vi uddanner medarbejderne, så de løbende styrkes i at møde nye krav og forventninger.

Mad & ernæring

Ældre, som er omfattet af et kommunalt madtilbud, skal opleve mad af god kvalitet. Samtidig skal rammerne omkring måltidet være indbydende på plejecentrene, Trænings- og Rehabiliteringscentret og i Aktivitetscentret.

I caféerne på kommunens plejecentre, i Trænings- og Rehabiliteringscentret og i Aktivitetscentret skal det være muligt for hjemmeboende borgere i hverdagen at komme og nyde et måltid mad med andre borgere og herigennem indgå i et uformelt fællesskab. Til hjemmeboende borgere, der ønsker en let og lækker løsning på maden, skal det være muligt at hente take-away mad fra caféerne.

I køkkenerne på plejecentrene og Trænings- og Rehabiliteringscentret laves alt mad fra bunden. Mad og måltider tilpasses og målrettes de ernæringsmæssige behov samt de ønsker, beboere og andre brugere har.

For ældre i plejebolig og i hjemmepleje er det påvist, at ethvert uplanlagt vægttab uanset størrelse nedsætter den ældres trivsel og øger behovet for hjælp fra personalet til almindelige dagligdags færdigheder (Sundhedsstyrelsen 2022).

Endelig produceres ernæringsrigtig mad, der støtter op om borgerens sundhed og velbefindende. Mange ældre spiser for lidt og taber sig, og det kan have alvorlige konsekvenser både for deres fysiske og psykiske formående. Uplanlagt vægttab skal derfor forbygges, da det fører til tab af muskelstyrke og påvirker mulighederne for at kunne klare sig selv. Ernæringsrigtig mad er en vigtig del af en sygdomsbehandling, og det er sværere at blive rask, hvis ernæringstilstanden er dårlig. På plejecentrene og Trænings- og Rehabiliteringscentret skal det derfor være muligt at tilpasse maden til de enkelte borgers ernæringsbehov.

Effekt

Vi ønsker, at borgeren skal opleve:

- At de får indbydende, sund og ernæringsrigtig mad
- At kunne indgå i et fællesskab omkring måltidet i indbydende rammer såvel på plejecentrene som i Trænings- og Rehabiliteringscentret, Aktivitetscentret og i caféerne.

Mål

Det gør vi:

- Vi tilbereder maden med udgangspunkt i gældende faglige anbefalinger, borgernes ønsker samt borgernes individuelle behov, når særlige sygdomsproblematiske o.l. kræver det.
- Vi skaber hyggelige og indbydende rammer om måltidet på plejecentrene, Trænings- og Rehabiliteringscentret og i caféerne.

En værdig død

Det er en vigtig opgave for kommunens medarbejdere at hjælpe med at give livet en værdig og tryk afslutning. Derfor vil vi sammen med den døende og eventuelt nærtstående tilrettelægge den sidste tid op til døden, så borgeren oplever tryk og nærvær.

Borgerens selvbestemmelsesret vil altid være vigtig, og derfor vil vi så vidt muligt imødekomme individuelle ønsker, så den enkelte får mest mulig indflydelse på den sidste tid. Kommunen prioriterer et godt samarbejde med eventuelt nærtstående.

Hvis den døende ikke har nogen nærtstående og/eller har et svagt netværk, vil kommunen altid være til stede i den sidste tid, så alle borgere får en værdig død.

Effekt

Vi ønsker, at borgeren skal opleve:

- At have indflydelse på den sidste tid og føle sig inddraget og informeret.
- At deres nærtstående føler sig inddraget og informeret i den sidste tid, hvis det ønskes af begge parter.

Mål

Det gør vi:

- Borgeren hjælpes til at afklare væsentlige forhold omkring døden.
- Tiden omkring døden tilpasses den enkeltes ønsker.

Virkeliggørelse af strategien

Ældrestrategien træder i kraft i 2024. At komme fra ord til handling kræver fokus og samarbejde. Nogle initiativer vil kunne udføres af kommunen alene, mens andre kræver samarbejde med andre aktører som fx hospitaler, praktiserende læger, foreninger mv.

Derfor vil der blive udarbejdet handleplaner for at realisere strategien, som med konkrete initiativer understøtter de strategiske målsætninger.

For at følge arbejdet med at gennemføre initiativerne i handleplanerne vil Center for Sundhed og Omsorg én gang årligt udarbejde en status, som forelægges politisk.

Høringsudkast