



# POLITIK FOR ET VÆRDIGT ÆLDRELIV

---

I HELSINGØR KOMMUNE 2023-2026



# POLITIK FOR ET VÆRDIGT ÆLDRELIV - I HELSINGØR KOMMUNE 2023-2026

## Hvad er et værdigt ældreliv?

Et værdigt ældreliv handler om at kunne leve et meningsfuldt liv, hvor det er muligt at få hjælp og støtte til at leve det liv, man gerne vil leve – selvom der er brug for hjælp. En hjælp og støtte som tager afsæt i en rehabiliterende tankegang, hvor aktivitet og deltagelse er en naturlig del i hverdagen for at bevare den ældre borgers ressourcer længst mulig.

Det handler om at blive mødt med respekt og den ældre borgere skal opleve, at der bliver lyttet til deres ønsker og behov. De skal have valgmuligheder, og der skal være respekt for, at mennesker ældes forskelligt og er forskellige. Der skal derfor være plads til, at et værdigt ældreliv forstås forskelligt hos de enkelte borgere. Det skal være trygt at blive ældre i Helsingør Kommune.

## Udfordringer i Helsingør Kommune

Mange ældre borgere lever et sundt og aktivt liv, og generelt ses det, at befolkningens levetid stiger. I Helsingør Kommune vurderes antallet af borgere over 80 år at stige med 47% fra 2022 til 2032<sup>1</sup>.

Det er dog ikke alle ældre, der har et godt helbred. Således vurderer 24 % af borgerne i Helsingør Kommune 65+ år, at de har et mindre godt eller dårligt selv vurderet helbred og 6% af borgerne i alderen 65+ år føler sig ensomme.

### Ensomhed

Der findes ikke kommunespecifikke data i sundhedsprofilen på ensomhed og social isolation blandt de 80+ årige, men data er opgjort for Region Hovedstaden og viser, at 13% af borgerne i alderen 80+ føler sig ensomme og 20,4 % af borgerne i alderen 80+ oplever tegn på social isolation.

I Måling af Vision 2030 (2022) i Helsingør Kommune fremgår det dog, at 75,1% af de 70+ årige i kommunen oplever at være en del af et fællesskab.

### Demens

Ifølge Nationalt Videnscenter for Demens må det forventes, at antallet af personer med demens vil stige langsomt i takt med, at ældrebefolkningen vokser. Det vil evt. dæmpe stigningen, at ældre generelt er blevet sundere sammenlignet med tidligere.

Ifølge Sundhedsstyrelsen er der i dag 475 personer 65+ årige, der er diagnosticeret med demens i Helsingør Kommune. Ser man på antallet af personer med demens estimeret ud fra befolkningsundersøgelser har 1157 personer 65+ årige en demensdiagnose i Helsingør Kommune.

---

<sup>1</sup> Befolkningsprognosen, 2022-2041.

## **Ældre med udviklingshandicap eller psykiske udfordringer**

I Politikken er der en opmærksomhed på, at ældre med udviklingshandicap eller ældre med psykiske problemstillinger kan have specielle behov og brug for anden hjælp og støtte end ældre generelt i Helsingør Kommune.

## **Kroniske sygdomme**

Endelig stiger antallet af ældre borgere, der lever med en eller flere kroniske sygdomme som fx diabetes, kræft, rygsygdomme og demens. I 2021 har 12,7 % diabetes, 11,3 % har kræft, 23,2% har rygsygdomme og 3,5% demens. Der er en faldende tendens i forekomsten af KOL og hjertesygdomme, som ligger på henholdsvis 13,7% for KOL og 11,9% for hjertesygdomme .

Overordnet set er der en højere forekomst af kroniske sygdomme i alle diagnosegrupper i Helsingør Kommune end i Region Hovedstaden.

Disse udfordringer gør, at det nære sundhedsvæsen i Helsingør Kommune skal løfte flere og mere komplekse opgaver end tidligere. Det kræver flere ressourcer og specialkompetencer end tidligere.

## **Politik for et værdigt ældreliv som ramme**

Politik for et værdigt ældreliv sætter en fælles retning for Helsingør Kommunes samlede indsats på ældreområdet de kommende år. Politikken består af fem målsætninger. Disse tydeliggør, hvordan ældre borgere og deres pårørende i Helsingør Kommune skal opleve at blive mødt af rammer og indsatser, som bidrager til et godt og værdigt ældreliv. De fem målsætninger er:

- Mestring af eget hverdagsliv
- Indflydelse og valgfrihed
- Sammenhæng og tydelig kommunikation
- Medinddragelse og samarbejde med pårørende
- Samarbejde med frivillige aktører

*I Helsingør Kommune mener vi, at ældre borgere skal have indflydelse på egen livssituation men også, at denne indflydelse skal opleves som helt grundlæggende for den hjælp, kommunen tilbyder.*

Politikken er formuleret med afsæt i borgernes behov. Målsætningerne er formuleret, så værdien for borgeren er tydelig. Derfor anvendes ordene "ældre borgere oplever" som beskrivelse af, hvad man som borger skal opleve, når politikken er implementeret.

.

## Værdier

Følgende tre overordnede værdier er udgangspunktet for samarbejdet mellem ældre borgere og Helsingør Kommune:

- Livskvalitet  
Det betyder, at kommunens medarbejdere er opmærksomme på borgernes ressourcer, begrænsninger og ønsker, og at det kan være forskelligt fra borger til borger, hvad der giver livskvalitet.
- Tidlig indsats  
Det betyder, at både ældre borgere og kommunens medarbejdere har fokus på at forebygge helbredsgener og funktionstab samt opspore tidlig sygdomstegn.
- Respekt  
Det betyder, at kommunens medarbejdere indgår i et ligeværdigt samarbejde med ældre borgere og i deres samtale og samvær med ældre borgere er lydhøre over for deres ønsker

## Relation til andre politikker og strategier

Politik for et værdigt ældreliv blev første gang udarbejdet i 2016 på baggrund af en omfattende inddragelsesproces af både borgere, pårørende og medarbejdere. Politiken er revideret i 2018 samt i forbindelse med udarbejdelsen af Politik for et værdigt ældreliv 2023-2026. Den seneste revidering er sket med bidrag fra Omsorgs- og Sundhedsudvalget, Seniorråd, Handicapråd, Frivilligcentret, Brugerpanelet, Ældre Sagen, praksiskonsulent samt ledere og medarbejdere i center for Sundhed og Omsorg.

Politik for et værdigt ældreliv skal ses i sammenhæng med andre borgerrettede politikker og strategier i Helsingør Kommune, især Sundhedspolitikken, Brugerinddragelsespolitikken, Handicappolitik, Frivillighedspolitikken og Målsætninger for det nære Sundhedsvæsen.

Politik for et værdigt ældreliv er Helsingør Kommunes Ældrepolitik og indbefatter Servicelovens krav om, at alle kommuner skal have en værdighedspolitik.

# 1

## Målsætning 1 - Mestring af eget hverdagsliv

---

Ældre borgere skal opleve at blive mødt med interesse og åbenhed. Mødet mellem borger og medarbejder sker i gensidig respekt, hvor hjælp og støtte tager udgangspunkt i kommunens fastsatte serviceniveau og med udgangspunkt i, hvad der er vigtigt og meningsfuldt for borgeren. Ældre borgere skal opleve, at der arbejdes målrettet på at bevare eller genvinde fysiske, mentale og sociale funktionsevner i hverdagen. Ældre borgere skal opleve at blive set som en ressource, som får støtte og hjælp til at udfolde potentialer og leve det hverdagsliv, de ønsker at leve. Der er derfor vigtigt, at:

- Ældre borgere oplever, at træning og støtte i hverdagens gøremål på plejehjem, i hjemmeplejen og på rehabiliterings- og træningscenter tager udgangspunkt i borgerens egne ressourcer og ønsker.
- Ældre borgere oplever mulighed for at indgå i inkluderende fællesskaber i deres hverdag, og at medarbejderne har fokus på at mindske ensomhed.
- Ældre borgere oplever måltider med samvær samt ernæringsrigtig mad, der vækker sanserne og giver lyst til at spise.
- Ældre borgere oplever, at der er relevante sociale tilbud, der modsvarer deres behov, og at de får hjælp til at deltage i de frivillige sociale tilbud.
- Ældre borgere oplever by- og landområder med let adgang til træning og bevægelse, og som inviterer til socialt samvær på tværs af alder, køn og kultur.

# 2

## Målsætning 2 - Indflydelse og valgfrihed

---

Ældre borgere skal opleve at have indflydelse på egen hverdag. Selvom man har mistet en del af sin funktionsevne og er afhængig af andre, er det vigtigt at opleve, at ens præferencer og livssituation bliver respekteret. Kommunen skal være omstillingsparat og fleksibel, så ældre borgere oplever, at der er valgfrihed, og at hjælpen er differentieret og baseret på borgerens behov og ønsker. Det er derfor vigtigt at:

- Ældre borgere oplever at blive mødt af anerkendende og imødekommende medarbejdere, som er bevidste om, at de er gæster i borgerens liv, hjem og hverdag.
- Ældre borgere oplever at have reel indflydelse på udvikling af nye indsatser, og at kunne bidrage til at kvalificere og forme den støtte og hjælp, som kommunen tilbyder.
- Ældre borgere oplever, at medarbejdere udviser respekt for deres ønsker til livets afslutning.



### 3

## Målsætning 3 - Sammenhæng og tydelig kommunikation

---

Ældre borgere er ofte i kontakt med mange forskellige enheder og faggrupper i deres hverdag, og når de indlægges på eller udskrives fra hospital. Det kan være vanskeligt for den ældre borger at bevare overblik over, hvem der gør hvad i kommunen og på tværs af sektorer, og hvem borgeren skal kontakte med eventuelle spørgsmål. Koordineringen mellem bl.a. faggrupper, enheder, sektorer og IT-systemer er vigtig for at kunne sikre god kvalitet og sammenhængende forløb. Det er derfor vigtigt, at:

- Ældre borgere oplever, at kommunen er serviceminded og tilgængelig, når der er brug for hjælp.
- Ældre borgere oplever tydelig kommunikation og forventningsafstemning med kommunen om muligheder og indsatser.
- Ældre borgere oplever faglig kompetence, nærvær og tillidsvækkende dialog i mødet med medarbejdere.
- Ældre borgere oplever forudsigelighed mellem skiftende medarbejdere i hver dagen.
- Ældre borgere oplever sammenhæng i overgangen fra hospital til kommune og fra midlertidig plads til eget hjem eller plejehjem.

### 4

## Målsætning 4 - Medinddragelse og samarbejde med pårørende

---

Pårørende er ofte en vigtig støtte og ressource i hverdagen for ældre borgere. Pårørende skal opleve at få støtte og hjælp fra kommunen. Det skal være tydeligt, hvilke forventninger kommune, borgere, pårørende har til hinanden, og der skal være respekt for pårørendes særlige behov og begrænsninger. Det er derfor vigtigt, at:

- Ældre borgere og deres pårørende oplever, at pårørende medinddrages og involveres, og er velkomne til at tage del i den ældre borgers støtte og træning, såfremt borgeren ønsker det.
- Ældre borgere og deres pårørende oplever, at pårørende tidligt i forløbet invites ind i samtaler og dialog, og særligt i forbindelse med borgerens ønsker ved livets afslutning.
- Ældre borgere og deres pårørende oplever, at der er respekt om de pårørendes ønsker i det omfang, at ønskerne er i overensstemmelse med borgerens ønsker.
- Ældre borgere og deres pårørende oplever, at der mulighed for rådgivning, vejledning og fællesskaber for pårørende.

# 5

## Målsætning 5 - Samarbejde med frivillige aktører

---

Frivillige bidrager med en vigtig støtte for ældre borgere, både med hjælp til at opfylde hverdagens behov, og med aktiviteter, der bekæmper ensomhed ved at give adgang til et større netværk og fællesskab. Frivillige styrker dermed trivslen for de ældre borgere og med aktiviteter, der ofte er tilpasset borgernes livssituation, køn og kulturel baggrund.

Den frivillige indsats styrkes af et velfungerende og tæt samarbejde med kommunen. Samarbejdet kan skabe en lettere overgang mellem kommunens kontaktflader med ældre borgere og brobygning til de relevante frivilligbaserede tilbud for den enkelte borger. Det er derfor vigtigt, at:

- Frivillige aktører bidrager til at forebygge og bekæmpe ensomhed ved at arbejde på at flere ældre bliver en del af et socialt fællesskab.
- Frivillige oplever, at kommunen og de frivillige aktører samarbejder og supplerer hinanden i arbejdet med at opspore ældre borgere samt tilbyde og udvikle relevante aktiviteter til de ældre borgere.
- Frivillige oplever at have de rette rammer, anerkendelse og støtte, så de kan imødekomme behovet hos de ældre borgere, der har brug for særlig støtte.