



Nyborg
KOMMUNE

SAMMEN om demens

Strategi for Nyborg Kommune som demensvenlig kommune

2018-2025



Demens vedrører os alle

Demens står højt på dagsordenen i vores samfund i dag – og med god grund.

Vi ved, at der i fremtiden vil være flere i Nyborg Kommune, der rammes af en demenssygdom, fordi vi – heldigvis – lever længere, og ældrebefolkningen vokser. Derfor er det vigtigt, vi sikrer, at Nyborg Kommune også i fremtiden er en demensvenlig kommune at bo og leve i.

Vi gør allerede meget, men sammen kan vi blive endnu bedre

Demens vender livet på hovedet for den demensramte, familie og venner. Det kan være svært at finde en vej i den nye virkelighed, demenssygdommen skaber.

Sammen skal vi lytte til dem, der har demens tæt inde på livet. Vi skal turde at række hånden ud, så ingen skal stå alene. Vi skal invitere, inkludere og bidrage til livskvalitet og tryghed for demensramte og deres pårørende. Det, vi giver, får vi tifoldigt igen.

Demensindsatsen strækker sig på tværs af afdelinger, faggrupper og medarbejdere, og de mange aktører stiller store krav til det tværgående samarbejde. Sammen skal vi sikre, at både demensramte og deres pårørende oplever en sammenhængende og helhedsorienteret indsats.

”SAMMEN om demens. Nyborg Kommune som demensvenlig kommune” er fællesskabets strategi. Vi vil gerne sige tak til alle, der har bidraget med viden, erfaringer og gode idéer, som nu er med til at tegne rammen for Nyborg Kommunes demensområde.

På Byrådets vegne
Kenneth Muhs, borgmester

På Ældreudvalgets vegne
Carsten Kudsk, formand



Dialogmøde på Nyborg Strand 22. februar 2018. Omkring 250 borgere bidrog med idéer til en strategi for Nyborg Kommune som demensvenlig kommune

Viden og fælles dialog som strategiens fundament

”SAMMEN om demens. Nyborg Kommune som demensvenlig kommune” bygger på en ambition om at medtænke og inddrage hele lokalsamfundet i Nyborg Kommunes demensindsats.

Derfor er strategien blevet til i en inddragende proces, som bl.a. har involveret:

et **dialogmøde** med ca. 250 engagerede deltagere, herunder demensramte, pårørende, fagpersonale, virksomheder, foreninger, frivillige og politikere, der alle bidrog med forslag til demensindsatsen. Alle forslag er samlet i et idékatalog

en **tværgående arbejdsgruppe** med repræsentanter fra Ældreudvalget, Seniorrådet, Ældre Sagen og Alzheimerforeningen samt medarbejdere og ledere fra Nyborg Kommune

et **høringsmøde** med præsentation af strategien og den efterfølgende høringsperiode

Strategien er desuden udviklet i tråd med den nationale demenshandlingsplan ”Et trygt og værdigt liv med demens”, som bl.a. indeholder et mål om, at alle kommuner er demensvenlige i 2025. Nyborg Kommune søger løbende puljer, der udmøntes på baggrund af handlingsplanen.

Fokusområder i den nationale demenshandlingsplan 2025

Tidlig opsporing og kvalitet i udredning og behandling • Bedre kvalitet i pleje, omsorg og rehabilitering • Støtte og rådgivning til pårørende til mennesker med demens • Demensvenlige samfund og boliger • Øget videns- og kompetenceniveau



Sammen om demens – fra strategi til handling

Nyborg Kommunes Ældreudvalg har det overordnede ansvar for, at strategien ”SAMMEN om demens - Nyborg Kommune som demensvenlig kommune” føres ud i livet.

Nyborg Kommunes Sundheds- og Omsorgsafdeling står for koordineringen af demensstrategiens indsats på tværs af fagområder og samarbejdsparter samt en løbende evaluering.

For hvert år, strategien dækker, udarbejdes en handleplan, som oversætter strategiens vision og fokusområder til handling. Handleplanerne udarbejdes under inddragelse af ledere og medarbejdere på demensområdet samt med hensyn til ressourcer og lokale prioriteringer.

Sammen om demensområdet

I Nyborg Kommune står vi sammen om demens. Det er fundamentet for vores fælles demensstrategi, men også de næste skridt, når vi sammen bevæger os fra strategi til handling.

Derfor koordineres udmøntningen af strategi og handleplaner i en bredt sammensat demensgruppe. Gruppens formål er at sikre, at demensindsatsen afspejler strategiens fælles vision og fokusområder samt aktuelle behov i Nyborg Kommune og nationale mål.

VISION

Nyborg Kommune er også i fremtiden en demensvenlig kommune, hvor borgere med demens og deres pårørende kan leve et trygt og værdigt liv med indflydelse på eget liv

Demensindsatsen i Nyborg Kommune hviler på et stærkt fundament af dialog, viden og kompetencer samt medborgerskab på tværs af generationer



"SAMMEN om demens - Nyborg Kommune som demensvenlig kommune" har et bredt sigte og går hånd i hånd med visioner og mål, der findes i Nyborg Kommunes Sundheds-, Værdigheds-, Pårørende-, Udsatte-, Handicap- og Frivillighedspolitikker m.fl.

Værd at vide om demens

Demens er ikke én sygdom

Demens er en fællesbetegnelse for en tilstand, hvor de mentale færdigheder er svækket af en sygdom, og som oftest medfører funktionsnedsættelser i hjernen. Over 200 sygdomme kan medføre demens. Den hyppigste årsag er Alzheimers sygdom

Demens følger ikke naturligt af alderdom

Alder er den væsentligste risikofaktor for demens, og demens rammer derfor oftest personer over 65 år. Voksne i alle aldre kan dog rammes af demens

Demens i tal

I 2017 havde 601* borgere over 60 år i Nyborg Kommune en demensdiagnose

I Danmark har ca. 35.000 danskere over 65 år en demensdiagnose. Det reelle antal demensramte antages dog at være ca. 80.000

Antallet af demensramte over 60 år forventes at være steget med ca. 50 % på landsplan i 2030

Antallet af 'yngre demensramte' er usikkert. Ca. 2.800 danskere under 65 år skønnes at leve med en demensdiagnose

Tre grader af demens

Der skelnes traditionelt mellem tre grader af demens, og sygdommen vil ofte være jævnt fremadskridende. Sygdomsforløbet afhænger dog altid af den bagvedliggende sygdom

1. Let demens

Det er muligt at føre en stort set uafhængig tilværelse med rutineprægede aktiviteter, hvor 'kun' de mere komplekse opgaver vil volde problemer

2. Moderat demens

Det er ikke længere muligt at føre en uafhængig tilværelse. Den demensramte er afhængig af hjælp fra ægtefælle og/eller kommunale foranstaltninger

3. Svær demens

Den demensramte er fuldstændig afhængig af hjælp fra andre, og det vil ofte være nødvendigt at flytte til en plejebolig med regelmæssig overvågning

Værd at vide om demens

Hvilke sygdomme kan føre til demens?

Der skelnes overordnet set mellem tre grupper af sygdomme, som forbindes med demens:

Neurogenerative sygdomme

Sygdomme, hvor der sker en gradvis nedbrydning af hjernen og dens funktioner, som fx Alzheimers sygdom eller Parkinsons sygdom. Demens kan være det første og mest væsentlige symptom eller udvikles i forløbet

Vaskulær demens

Sygdomme, hvor demenstilstanden skyldes vaskulære læsioner i hjernen som fx blodpropper eller blødninger. I modsætning til de neurogenerative sygdomme, hvor hjernen og dens funktioner gradvist nedbrydes, vil en vaskulær demens ikke nødvendigvis forværres

Andre sygdomme

Sygdomme, der påvirker hjernen direkte eller indirekte. Fx hjernesvulster, depression, stofskiftesygdomme, alkohol- eller stofmisbrug, hvoraf flere kan behandles. I nogle tilfælde kan demenssymptomerne aftage eller forsvinde

Kilde: Nationalt Videnscenter for Demens



Den vigtige udredning

Den tidlige opsporing og udredning er altså vigtig for det videre forløb, behandling og prognose



Fem veje til en demensvenlig Nyborg Kommune

Demensvenlig kommune er et vidtrækkende begreb, der forgrener sig i mange fokusområder, visioner og konkrete initiativer, som alle udspringer af en fælles indsats og forståelse.

Fem veje skal bidrage til, at vi sammen realiserer vores visioner og når vores mål:

1. Sammen om en stærkere forebyggende indsats
2. Sammen om en tidlig opsporing og udredning af demensramte
3. Sammen om det meningsfulde liv som demensramt
4. Sammen om det meningsfulde liv som pårørende
5. Sammen om demens som lokalsamfund og medborgere

De fem veje uddybes på de følgende sider.

Vejene møder hinanden på kryds og tværs i retningen mod den demensvenlige kommune.

De fem veje og de nationale fokusområder

De fem veje til en demensvenlig Nyborg Kommune rummer de fem fokusområder i den nationale demenshandlingsplan. De fem veje er formuleret i en lokal ordlyd, der afspejler ambitionerne om en demensindsats, som medtænker fællesskabet og lokalsamfundet.

Sammen om en stærkere forebyggende indsats

Den forebyggende indsats handler om at mindske risikoen for at udvikle demens og om at forsinke tidspunktet for, hvornår en demenssygdom udvikles.

Vi kan ikke fjerne risikoen for at udvikle en demenssygdom, men vi kan nedsætte den ved at være opmærksomme på dele af vores livsstil som fx motion og rygning samt vores helbred.

Den forebyggende indsats på demensområdet går altså hånd i hånd med en bred vifte af indsatsområder i Nyborg Kommune og bidrager til at fremme sundhed og trivsel generelt.

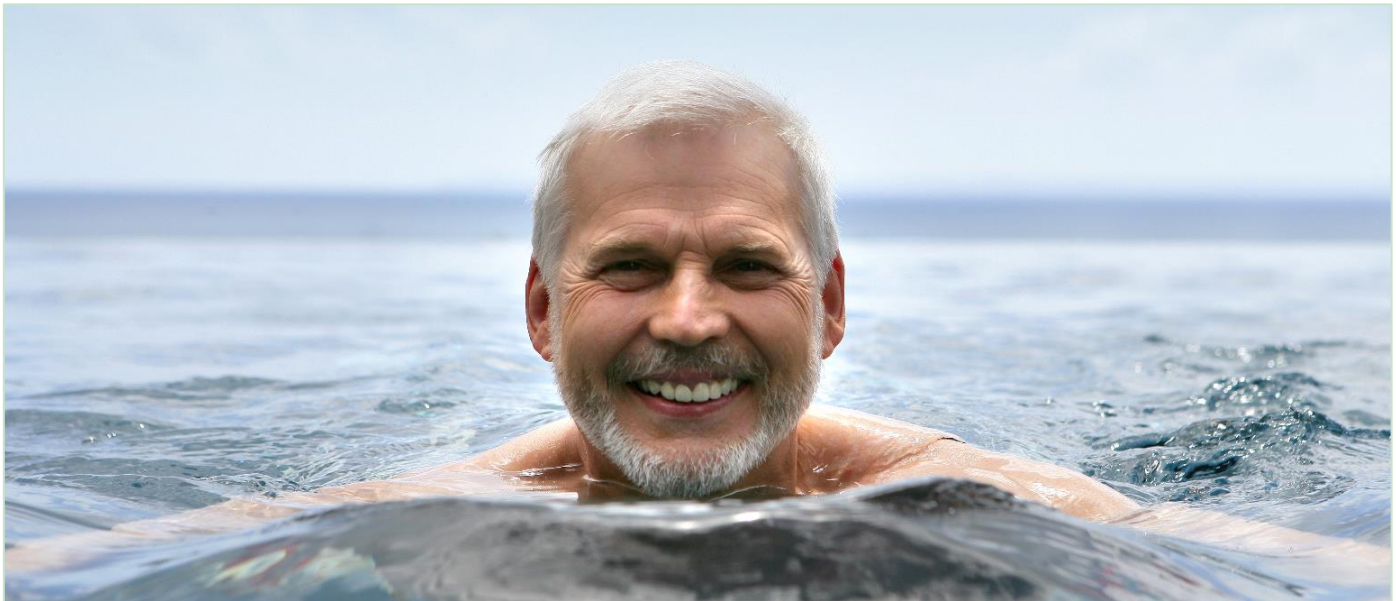
Hvad kan du selv gøre?

Spis varieret • vær fysisk aktiv • vær selskabelig • hold hjernen i gang • lad være med at ryge • drik alkohol med måde • søg udredning og behandling ved tegn på depression • vær opmærksom på forhøjet blodtryk, forhøjet kolesterol i blodet, fedme og sukkersyge



I Nyborg Kommune vil vi derfor bl.a.

- styrke borgernes viden om risikofaktorer og forebyggelse gennem oplysning og uddannelse
- styrke samarbejdet med forsknings- og uddannelsesinstitutioner om den nyeste viden inden for forebyggelse
- styrke samarbejdet mellem kommune og praktiserende læger i den forebyggende indsats
- styrke udbuddet af tilbud, som har en forebyggende effekt, bl.a. motion, 'hjerne-gymnastik', rygestop mv.
- styrke samarbejdet mellem kommune, foreninger, frivillige m.fl. om at udvikle og drive forebyggende tilbud
- styrke den tværgående indsats i kommunen, bl.a. med fokus på at forebygge alkoholrelateret demens



Sammen om en tidlig opsporing og udredning af demensramte

Vi ved, at mange danskere lever med en demenssygdom uden en diagnose. De og deres pårørende får sandsynligvis ikke den hjælp og støtte, de har brug for. Det kan vi gøre bedre.

I den tidlige opsporing spiller vi alle en vigtig rolle. Det gælder fagpersonalet i hjemme- og sygeplejen, socialrådgiveren i Jobcenteret, ekspedienten i supermarkedet og naboen over hækken.

Sammen skal vi sikre, at alle har den nødvendige viden, og at alle ved, hvor de skal gå hen med en mistanke om demens. Dernæst følger den vigtige udredning, der stiller krav til et højt fagligt niveau og tværfagligt samarbejde mellem medarbejdere samt med praktiserende læger og sygehus m.fl.

Vidste du, at

du kan kontakte en af Nyborg Kommunes demenskoordinatorer og få råd og vejledning til det videre forløb, hvis du har mistanke om demens hos dig selv eller en anden?

I Nyborg Kommune vil vi derfor bl.a.

- styrke den generelle viden om demens gennem skriftligt og visuelt materiale samt undervisning, fx i Demensven-kurser og infomøder
- drøfte, hvordan vi sammen skaber en kultur, hvor vi tør at "blande os", hvis vi fx oplever ændret adfærd
- styrke demenskoordinatorernes rolle i undervisning af medarbejdere og åben rådgivning for alle borgere
- udarbejde konkrete målsætninger for videns- og kompetenceudvikling af faggrupper i Nyborg Kommune
- styrke den tværgående vidensdeling blandt medarbejdere i Sundheds- og Omsorgsafdelingen, Jobcenteret, Socialafdelingen, Rusmiddelcenteret m.fl. med fokus på demenssymptomer
- fokusere på fremtidsfuldmagter i dialogen med demensramte og pårørende allerede tidligt i forløbet
- sikre én tydelig indgang til Nyborg Kommune, hvor borgere, pårørende, foreninger, virksomheder mv. kan henvende sig ved mistanke om demens
- sikre en bredere kommunikation om muligheder for rådgivning, hjælp og støtte, fx i lokalavisen
- styrke det tværgående samarbejde om opsporing mellem kommune, foreninger, virksomheder m.fl.
- styrke samarbejdet med de praktiserende læger om et øget fokus på opsporing og udredning af demens
- integrere opsporingsindsatsen i kommunens forebyggende hjemmebesøg og undersøge behovet for at indføre særlige demensscreeningsbesøg
- kvalitetssikre redskaber og viden, fagpersonalet anvender til at opspore symptomer inden et udredningsforløb hos egen læge eller demensklinik

Sammen om det meningsfulde liv som demensramt

Demenssygdommen skaber en ny virkelighed med nye behov og udfordringer, men rummer også et behov for at holde fast i det velkendte, i hverdagen og i meningsfuldheden.

Sammen skal vi sikre en helhedsorienteret indsats, hvor vores demensramte medborgere og deres pårørende oplever et sammenhængende forløb og en klar kommunikation.

Det kræver et stærkt samarbejde på tværs af faggrupper samt et højt fagligt videns- og kompetenceniveau inden for pleje, praktisk hjælp, rådgivning og hjælpemidler.

Mennesket i fokus

Det er afgørende, at vores demensramte medborgere får den praktiske hjælp, de har brug for, men vi må ikke glemme mennesket bag sygdommen. Det gælder både for de demensramte borgere, der fortsat bor i eget hjem, og de, der bor i plejebolig.

Vi er alle forskellige, og det skal vores demensindsats også afspejle. Tilbud og muligheder skal derfor være fleksible, så de så vidt muligt kan målrettes den enkeltes behov og interesser.

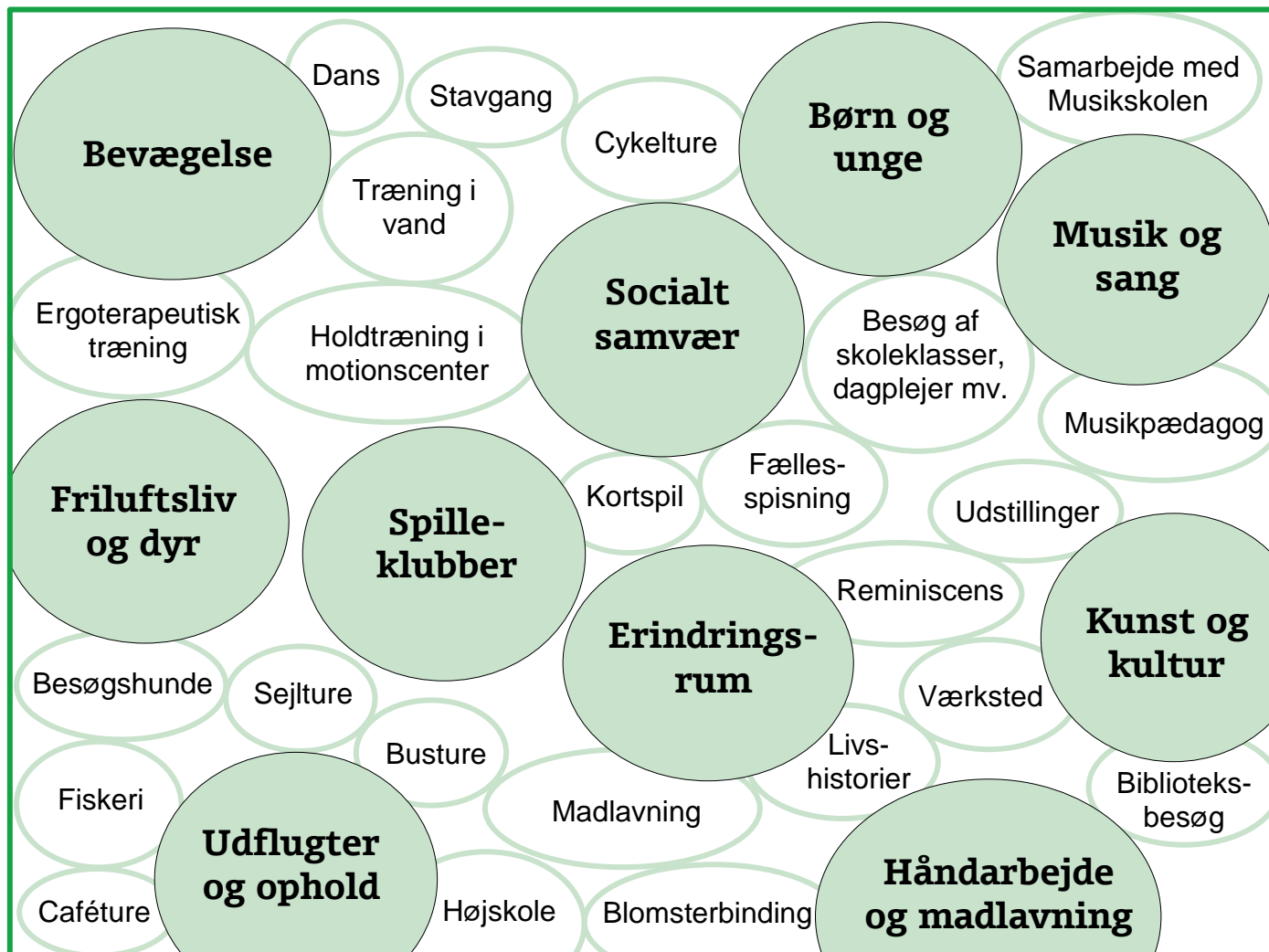
Fokusområder

Inklusion • Kommunikation • Målrettet individuel hjælp • Helhedsorienteret indsats
Afløsning i hjemmet • Gæsteophold • Kvalificeret fagpersonale • Aktivitetstilbud
Botilbud • Demensvenlig indretning • Velfærdsteknologi • Hjælpemidler

Fokusområderne er udvalgt på baggrund af en inddragende proces og fremgår af idékataloget fra dialogmødet 22. februar 2018



Eksempler på de mange forslag til aktivitetstilbud fra dialogmødet 22. februar 2018



I Nyborg Kommune vil vi derfor bl.a.

- fokusere på inklusion, medborgerskab og fællesskab som fundament for demensindsatsen, bl.a. ved at inkludere demensramte i foreningslivet
- inddrage demensramte, pårørende, medarbejdere m.fl. i udviklingen af aktivitetstilbud til demensramte borgere
- samarbejde med foreninger, frivillige, institutioner, virksomheder, aktivcentre m.fl. om aktivitetstilbud til demensramte
- arbejde for, at tilbud til demensramte borgere målrettes alder og grad af demens, og at alle grupper, herunder yngre demensramte, tilgodeses
- styrke relationer mellem lokalsamfund og plejecentre, fx ved at invitere daginstitutioner, skoler og ungdomsuddannelser indenfor, holde åbne arrangementer og styrke mangfoldigheden blandt de frivillige
- skabe mulighed for en mere fleksibel og akut bevilling af hjælpemidler, fx i et teknologi- og hjælpemiddelbibliotek
- arbejde for at skabe mere fleksibilitet i kommunens tilbud om afløsning i hjemmet og praktisk hjælp
- sikre en løbende og vedkommende kommunikation, der understøtter samt skaber tryghed og overblik for demensramte og deres pårørende
- styrke dialog, sparring og samarbejde på tværs af faggrupper for sikre en helhedsorienteret indsats
- strukturere en løbende videns- og kompetenceudvikling af medarbejdere, bl.a. efter Eden-principper
- fokusere på demensvenlig indretning af kommunens plejeboliger og følge behovet for plejeboliger, herunder behovet for et bynært plejecenter
- undersøge muligheden for at etablere et demenscenter med demensklub, gæsteboliger, akut aflastning, udredningspladser, hjælpemiddelbibliotek, åben rådgivning, videnscenter mv.
- arbejde for at skabe mere fleksibilitet i tilbud om gæsteophold, fx gennem bookingsystem eller klippekort
- arbejde for at sikre, at antallet af akutte aflastningspladser matcher behovet blandt demensramte og pårørende

Sammen om det meningsfulde liv som pårørende

Demens ændrer livet for den demensramte, men i den grad også for de pårørende, som ofte spiller en stor rolle i både omsorg og pleje af den demensramte.

Sammen skal vi sørge for, at de pårørende får hjælp og støtte til at navigere i den nye virkelighed, de står i, samt pusterum til at holde fast i de ting, der skaber mening og værdi.

Det stiller krav til fleksibiliteten i vores eksisterende tilbud. Sammen skal vi sikre, at de pårørende oplever et frirum, der understøtter deres interesser, rutiner og behov.

Viden og netværk

Pårørende til en demensramt tæller både familie og omgangskreds. Sammen skal vi sørge for, at de får den viden og rådgivning, de har brug for som enkeltpersoner, familie og i netværk.

Pårørendekonsulent

Nyborg Kommune ansætter i 2018 en påørendekonsulent, som har til opgave lette livet for pårørende til svært syge med fx hjerneskade, kræft eller demens. Pårørendekonsulenten skal hjælpe og støtte de pårørende fx gennem åben rådgivning, personlige samtaler, vejledning i sygdomme, pårørendegrupper og temamøder.







I Nyborg Kommune vil vi derfor bl.a.

- styrke en struktureret medinddragelse af de pårørende bl.a. omkring pleje og omsorg for den demensramte, fx i etableringen af bruger-pårørende-råd
- sikre åben og fast mulighed for støtte, rådgivning og vejledning hos kommunens demenskoordinatorer
- udvikle og kvalitetssikre materiale til pårørende med vejledning og rådgivning, fx katalog eller folder
- styrke muligheden for, at de pårørende kan deltage i pårørendeskole, netværk og grupper
- udvikle vores metoder i tilgangen til de pårørende, fx ved brug af Marte Meo og livshistorier
- afdække behovet for at udvikle en online vejledningsplatform og arbejde på en løsning, der matcher behovet
- øge kendskabet til Nyborg Kommunes Pårørendepolitik 2016-2020
- fokusere på indsatser, der involverer hele familien inkl. børne- og oldebørn, fx familiekurser, demenscamp og fælles infomøder ved diagnose
- løbende udvikle aktivitetstilbud til pårørende, der understøtter et aktivt og meningsfuldt hverdagsliv
- løbende udvikle aktiviteter for både demensramte og pårørende, bl.a. på plejecentre og i foreningsregi
- arbejde for at skabe mere fleksibilitet i kommunens tilbud om afløsning i hjemmet og praktisk hjælp
- arbejde for at skabe mere fleksibilitet i tilbud om gæsteophold, fx gennem bookingsystem eller klippekort
- styrke lokalsamfundets viden for at sikre en forståelse og kultur, hvor man "tør at række hånden ud", fx ved informationsmateriale og kurser samt muligheder for at blive Demensven

Sammen om demens som lokalsamfund og medborgere

Lokalsamfundets og medborgerskabets rolle i demensindsatsen drejer sig først og fremmest om at sikre, at vi alle sammen bliver klogere på, hvad demens er, og hvad det ikke er.

Med fælles viden og forståelse bliver vi endnu bedre til at møde og skabe tryghed for de demensramte medborgere, vi møder på vores vej, og som bor og lever i Nyborg Kommune.

Sammen skal vi sikre en demensvenlig indretning af vores lokalsamfund og en fælles bevidsthed, der går på tværs af kommune, borgere, virksomheder og foreninger m.fl.

Vi er alle medborgere

Begrebet "demensvenlig" betyder også, at vi skal se mennesket bag demenssygdommen. Sammen skal vi dyrke alt det, vi er fælles om, hvad end vi er demensramte, pårørende, foreninger, fagpersonale, frivillige, virksomheder eller elever på uddannelsesinstitutioner.

Eksempler på idéer til demensvenligt byrum (dialogmøde 22. februar 2018)

Fokus på forhindringsfri bevægelse • god belysning • brug af farvekoncepter • skiltning med farver og billeder • flere bænke • udendørs træningsmaskiner • afmærkede ruter • grønne områder • mindre forvirrende støj • teknologiske muligheder for at navigere • fodspor på fortovet • "erindringsstier" med informationstavler

I Nyborg Kommune vil vi derfor bl.a.

- styrke det generelle vidensniveau i kommunen, fx gennem oplysningskampagner mv.
- optimere brugen af kommunikationskanaler som fx lokalavis, online medier, sociale medier, foldere mv.
- optimere indretningen af vores lokalsamfund, så demensramte kan bevæge sig frit og trygt, fx med fokus på skiltning, bænke mv.
- styrke samarbejdet med Teknik og Miljø om demensvenlig indretning af byrum, boligområder mv.
- inspirere til og oplyse om mulighederne for demensvenligt byggeri generelt i Nyborg Kommune
- afdække behovet for at udvikle en digital applikation med generel og lokal information/vejledning og arbejde for en løsning, der matcher behovet
- drøfte, hvordan vi sikrer en kultur, hvor demens ikke er et tabu, og alle tør at række hånden ud
- fokusere på at inkludere demensramte og pårørende i fællesskaber, fx arrangementer som fællesspisning
- fokusere på demensvenlighed på tværs af bl.a. detailhandel, foreninger og institutioner, fx i samarbejde med Alzheimerforeningen
- arbejde for at udvikle et særligt demensvenlighedscertifikat til fx detailhandel, foreninger, institutioner
- arbejde for at styrke den frivillige indsats ved at gøre det attraktivt at være frivillig på tværs af generationer
- udvikle en struktureret indsats for at videns- og kompetenceudvikle frivillige
- opstille mål for antal af demensvenner blandt medarbejdere i Nyborg Kommune og i lokalsamfundet

