



ROSKILDE
KOMMUNE



ALLE
TIDERS
ROSKILDE

Et godt liv med demens

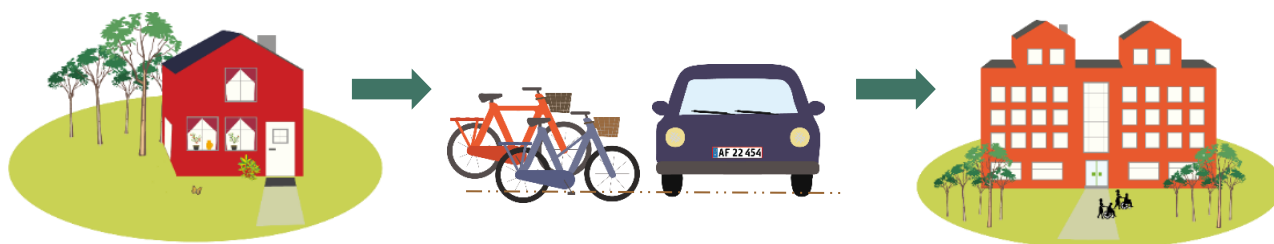
Demensstrategi 2024-2028



Et godt liv med demens

Som borgere i Roskilde Kommune møder vi medborgere med demens og deres pårørende alle steder. Det kan være på biblioteket, i butikkerne og i bussen osv. Derfor skal vi som kommune være med til at skabe de bedst mulige rammer, så mennesker med en demens kan leve et trygt, værdigt og godt liv på trods af sygdommen - uanset om de bor i eget hjem eller på et plejecenter. Fokus er på et liv med værdighed og respekt for det enkelte menneskes ønsker, behov, ressourcer og det levede liv, med pårørende, arbejde og interesser.

Roskilde Kommune har en række tilbud til borgere med demens. Tilbuddene varierer afhængigt af, hvor borgeren er i sit forløb, og hvor meget borgeren og de pårørende har brug for støtte og hjælp fra Roskilde Kommune.



	EGET HJEM	EGET HJEM OG HJEMME- PLEJE	PLEJECENTER
Demens og Rehabilitering	Fysisk aktiviteter, fx demens- træning Seniorhøjskole Netværkscafe	Fysisk aktiviteter, fx demens- træning Seniorhøjskole	Erindringsdans Livshistorie
Støtte til pårørende	Pårørendekurser Pårørendegrupper Aflastning i eget hjem Mulighed for fast aflastnings- plads	Pårørendekurser Pårørendegrupper Aflastning i eget hjem Mulighed for fast aflastnings- plads	Lokale pårørendegrupper
Demensfaglighed	Demenskoordinatorer	Demenskoordinatorer Marte Meo konsulenter og terapeuter	Marte Meo konsulenter og terapeuter Marte Meo certificering
Demensvenligt samfund	Lokale samarbejde og partner- skaber	Lokale samarbejde og partner- skaber	Lokale samarbejde og partner- skaber
Demensvenlig indretning	Rådgivning om demensvenlig indretning	Rådgivning om demensvenlig indretning	Demensvenlig indretning af plejecentre

Roskilde Kommunes tilbud i forskellige faser - fra eget hjem til plejecenter

5 fokusområder og 9 initiativer

Roskilde Kommunes demensstrategi beskriver en vision og konkrete initiativer for udviklingen af demensområdet. Demensstrategien blev udviklet i 2018, hvor interesseorganisationer, politikere og fagpersoner var inddraget i processen og bidrog til indholdet i strategien. I efteråret 2023 blev det politisk besluttet, at demensstrategien skulle opdateres med de gode erfaringer, som Roskilde Kommune har haft i demensindsatsen, samt ny viden på området.

Særligt har Roskilde Kommune haft succes med at nedbringe brugen af antipsykotisk medicin, fx gennem flere års systematisk arbejde med Marte Meo-metoden. Marte Meo-metoden har gennem de seneste år vundet større indpas inden for demensområdet. Metoden bør derfor udbredes yderligere på demensområdet, f.eks. gennem certificering af plejecentre. Roskilde Kommune har også haft succes med tilbud til pårørende, heriblandt pårørendekurser og -grupper, mulighed for råd og vejledning hos kommunens demenskoordinatorer samt rullende aflastning. Disse tilbud skal fortsætte og udbredes, og derved være med til at sikre, at pårørende til borgere med en demens får den rette hjælp og støtte i forløbet.

Demensstrategien er opbygget af fem fokusområder og herunder konkrete initiativer, som skal være med til at styrke området yderligere:

- I. Demens og rehabilitering
- II. Støtte til pårørende
- III. Demensfaglighed
- IV. Demensvenligt samfund
- V. Demensvenlig indretning





I Danmark har op mod 96.000 mennesker på 65 år eller derover demens. Det skønnes, at ca. 1.500 borgere i Roskilde Kommune er ramt af sygdommen demens. Et tal, som forventes at stige de kommende år, idet det på landsplan anslås, at der i 2035 vil være mere end 134.000 personer over 65 år med demens, ligesom vi i stigende grad vil opleve demens hos yngre. Demens er karakteriseret ved en svækkelse af hjernens intellektuelle funktioner. Borgeren mister gradvis evnen til at tage vare på egne forhold og interesser.

I mange tilfælde er de kognitive svigt ledsaget af forandringer i adfærd og personlighed ligesom psykiske symptomer som fx usikkerhed, vrede, angst, depression, vrangforestillinger og hallucinationer kan følge med. Efterhånden som sygdommen udvikler sig får borgeren og pårørende et tiltagende behov for hjælp og støtte i hverdagen.

I Roskilde Kommune har vi derfor en vision om at være en demensvenlig kommune¹, som i samarbejde med lokalsamfundet kan bidrage til, at borgere med demens og deres pårørende kan have et aktivt og meningsfuldt hverdagsliv. Borgere ramt af demens og pårørende skal opleve et sammenhængende forløb af høj kvalitet i alle stadier af deres sygdomsforløb.

¹ For at være en demensvenlig kommune skal kommunen have en demensstrategi der beskriver indsatser for borgere med demens og deres pårørende, og er udarbejdet under inddragelse af borgere med demens og deres pårørende jf. Den Nationale Demenshandlingsplan 2025. Roskilde Kommune er en del af Demensalliancen, der skaber rum og rammer for at kommunerne kan arbejde målrettet med deres demensstrategi.



I. Demens og rehabilitering

Borgere, som har en demensdiagnose, oplever i varierende grad tab af identitet, værdighed, kognitive og fysiske funktioner, samt af relationer og netværk. Det medfører naturligt nok, at borgeren ofte oplever frygt, stor frustration, sorg og deraf følgende afmagt, hvilket påvirker hverdagen betydeligt. For at afhjælpe dette tilbyder vi i Roskilde Kommune målrettede tværfaglige rehabiliteringsforløb, hvor der udformes en individuel plan, som tager udgangspunkt i borgerens og familiens situation og sygdomsstadie.

Et tværfaglig rehabiliteringsforløb tager afsæt i borgerens ressourcer og livshistorie, og alle omkring borgeren møder ham eller hende, hvor de er. Dette medvirker til at bevare tryghed og selvverd hos borgeren og understøtte et meningsfuldt samspil med andre. Forløbet sammensættes ud fra personcentreret omsorg og den rehabiliterende tilgang, så borgerens og de pårørendes behov tilgodeses fra tidlig til sen fase af sygdommen. Borgere med demens kan have svært ved at udtrykke behov, hvorfor medarbejdere skal være særligt opmærksomme på at identificere borgernes behov, ønsker og mål i et tæt samarbejde med pårørende. Det kræver samtidig, at medarbejderne har godt kendskab til de borgere de kommer hos, hvilket Roskilde Kommune blandt andet vil imødekomme ved at medarbejdere arbejder i mindre faste teams.

I Roskilde Kommune ønsker vi at sætte fokus på, at borgere med demens trives i dagligdagen og derigennem oplever en hverdag med livskvalitet og værdighed. Borgere med demens støttes i Roskilde Kommune gennem tilbud om fysisk aktivitet, deltagelse i sociale arrangementer på Seniorhøjskolen og viden om sygdommen. For at kunne støtte borgeren i deres sygdomsforløb ønsker Roskilde Kommune at anvende velfærdsteknologiske løsninger hvor det giver mening. Vi tilstræber, at borgere med demens og deres pårørende oplever et sammenhængende forløb med hjælp fra kommunens demenskoordinatorer.

Initiativ 1: Målrette tilbud i Seniorhøjskole til borgere med demens

Seniorhøjskolen er et dagcenter- og aktivitetstilbud for borgere i Roskilde Kommune. Målrettede indsatser for borgere med demens i Seniorhøjskolen kan være med til at fastholde borgerens funktionsniveau og skabe livsglæde gennem sociale aktiviteter med medborgere. Seniorhøjskolen tilbyder i dag særlige tilbud til borgere med en demens, heriblandt kognitiv stimulationsterapi (CST), motion, musik og Netværkscafeen, som er et tilbud for borgere med en demensdiagnose i et tidligt stadie. Fremadrettet vil Roskilde Kommune kvalificere tilbuddene på Seniorhøjskolen til borgere med demens og etablere tilbud, hvor borgerne med demens, kan deltage sammen med deres pårørende.

Initiativ 2: Arbejde systematisk med livshistorier

Roskilde Kommune ønsker at forbedre det systematiske arbejde med livshistorier for borgere med demens i eget hjem og på plejecentre. Livshistorie giver viden og forståelse af hvem borgeren er – både det liv som har været levet og det liv som leves lige nu. Når man kan tage udgangspunkt i hele borgerens livssituation, er det lettere at støtte op om en meningsfuld hverdag, også selvom demenssygdommen er så fremskredet, at pågældende ikke længere kan give udtryk for egne ønsker og behov. Livshistorier er vigtige i arbejdet for at fastholde borgernes identitet og selvforståelse, og de giver muligheden for at se mennesket bag demenssygdommen.



II. Støtte til pårørende

Det kan være både hårdt og opslidende at være pårørende til mennesker ramt af demens. Derfor har Roskilde Kommune fokus på pårørende til borgere med demens, herunder deres livskvalitet og trivsel. Pårørende til borgerne er i høj risiko for selv at opleve en fysisk og psykisk belastning, ligesom deres egen livskvalitet og trivsel er udfordret pga. deres store arbejde med at drage omsorg for og hjælpe deres ægtefælle, forælder eller ven med demens.

Når en familie rammes af demens, oplever mange, at sygdommen forsat er forbundet med tabu og kan føre til social isolation og ensomhed. Det kommer fx til udtryk ved at familie og/eller venner trækker sig, når sygdommen rammer, fordi de ikke ved, hvordan de skal forholde sig. Det kan have den konsekvens, at både mennesket, der er ramt af demens og dennes pårørende bliver isolerede og ensomme. I Roskilde Kommune støttes de pårørende i dag fx gennem pårørendekurser, pårørendegrupper, tilbud om aflastning i hjemmet samt mulighed for fast aflastningsophold for borgeren med demens på Demenscenter Kristiansminde.

Initiativ 3: Råd og vejledning

Behovet for råd, vejledning og støtte kan variere meget fra person til person, men muligheden for løbende rådgivning kan være afgørende i hverdagen for både borgere med demens i et tidligt stadium og deres pårørende. Yderligere kan let og tilgængelig rådgivning være med til at understøtte tidlig opsporing af demens. Roskilde Kommune vil derfor fortsætte arbejdet med at give råd og vejledning, der varetages af Roskilde Kommunes demensteam.

Initiativ 4: Pårørendegrupper

Mange pårørende har behov for at tale med ligesindede og dele gode som svære situationer fra hverdagen. Roskilde Kommune ønsker at fortsætte arbejdet med pårørendegrupper, hvor pårørende får mulighed for at tale med andre i samme situation, og får hjælp og støtte til spørgsmål, som er aktuelle i forhold til hverdagen og fremtiden med en nærtstående, der er ramt af demens. Roskilde Kommune ønsker at videreudvikle specifikke pårørendegrupper ved behov, samt samarbejde med frivillige foreninger om oprettelser af pårørende- eller netværksgrupper, som kan supplere kommunens egne tilbud.





III. Demensfaglighed

Pleje af borgere med demens kræver særlig viden om demenssygdomme samt kompetencer og viden om socialpædagogiske og kommunikative metoder. Det er nødvendigt dels for at understøtte, at borgeren og pårørende er trygge i deres dagligdag, dels for at forebygge magtanvendelse og nedbringe brugen af antipsykotisk medicin. Inddragelse af pårørende er afgørende for hele forløbet hos borgere med demens.

I dag kan det være vanskeligt at rekruttere medarbejdere til ældreområdet. I takt med den demografiske udvikling, hvor vi får flere ældre, vil vi også se en stigning i antallet af borgere, der får en demensdiagnose. Derfor er det afgørende, at medarbejderne på ældreområdet, har de rette kompetencer og lysten til at arbejde med borgere, der er ramt af demens.

For at sikre høj kvalitet i arbejdet med borgere med demens og kunne rekruttere kvalificerede medarbejdere til demensområdet arbejder Roskilde Kommune målrettet med at styrke demensfagligheden bl.a. gennem uddannelse af Marte Meo-terapeuter samt basisundervisning i demenssygdomme, personcentreret omsorg og Marte Meo metoden for alle medarbejdere der arbejder på ældreområdet. Roskilde Kommune ønsker at læring skal være praksisnær, så undervisning tager udgangspunkt i de konkrete udfordringer, medarbejderne og ledere møder i hverdagen.

Borgere med demens skal kunne bo trygt på alle kommunens plejecentre og få den rette pleje og omsorg i forhold til deres specifikke demenssygdom.

Initiativ 5: Marte Meo metoden

Roskilde Kommune har arbejdet systematisk med Marte Meo metoden siden 2008. Marte Meo betyder 'ved egen kraft' og refererer til, at mennesket udvikler sine kompetencer gennem udviklingsstøttende samspil. Marte Meo metoden bruges til at udvikle relationen og samspillet mellem borgere med demens og medarbejdere. Medarbejderne får konkrete handleanvisninger, der kan udvikle deres kommunikative kompetencer i samarbejdet med borgere med en demens. Metoden understøtter trivsel hos borgerne, forebygger magtanvendelse og nedbringer brugen af antipsykotisk medicin. Metoden skal via certificeringer udbredes i Roskilde Kommune, så plejecentre arbejder målrettet og bevidst med metoden dagligt.

Initiativ 6: Kompetencer om demens gennem praksisnær læring og ledelse

Alle medarbejdere og ledere på ældreområdet skal have basisviden om demenssygdomme, personcentreret omsorg og brugen af Marte Meo metoden, for at sikre en god og værdig pleje for borgere med demens. Kompetenceudviklingen skal være praksisnær og tage udgangspunkt i de situationer medarbejdere og ledere står i. kan fx gives som teori og følges op af praksisnær læring. Dette kan fx ske gennem observationer i praksis, hvor en Marte Meo terapeut går med medarbejderne ud i praksis og hjælper medarbejderne til at have øje for, hvor de lykkes i samværet med borgeren med demens.



IV. Demensvenligt samfund

Borgere med demens og deres pårørende har et ønske om at bevare deres hverdag længst muligt. Dette indbefatter at bevæge sig rundt i samfundet som tidligere og have mulighed for at være engagerede og aktive i deres nærmiljø.

Roskilde Kommune har en vision om at tænke civilsamfundet ind som en større aktør. Vi skal blive endnu dygtigere til at inddrage fællesskabets hjælpsomhed og engagement.

Civilsamfundet udgør et vigtigt led i at nå bredt ud i forhold til at kunne identificere og gøre noget særligt for personer, der er ramt af demens og deres pårørende. Civilsamfundet er også en afgørende medspiller i det forebyggende arbejde.

Civilsamfundet dækker både over frivillige foreninger, interesseorganisationer, uformelle netværk, selvejende institutioner og sociale bevægelser, som alle kan være med til at bidrage med anderledes kompetencer og kvalifikationer.

Initiativ 7: Styrket samarbejde med civilsamfundet om konkrete initiativer

Roskilde Kommune ønsker at styrke samarbejdet om konkrete initiativer, der er med til at skabe mere fokus på demens samt øge livskvalitet for borgere med demens og deres pårørende. Roskilde Kommune skal arbejde for at give de bedste muligheder for det frivillige arbejde, hvor grænserne mellem civilsamfund og kommunen rykkes.

Roskilde Kommune har i flere år samarbejdet med Alzheimerforeningen og Ældre Sagen om både større og mindre initiativer, der blandt andet har været med til at øge opmærksomheden på demens eller forbedre forholdene for borgere med demens og deres pårørende. Det vigtige samarbejde med Alzheimerforeningen og Ældre Sagen ønsker vi at fortsætte fremadrettet.

Derudover skal der åbnes op for samarbejde med flere foreninger og interesseorganisationer, der har interesse i at forbedre tilværelsen for borgere med demens – det kan være den lokale fodboldklub der støtter op om, at borgere med demens kan gå til fodbold i trygge omgivelser på trods af sygdom

Roskilde Kommune skal også være nysgerrige på at inddrage erhvervsdrivende i lokalmiljøet mv. i opgaveløsningen gennem konkrete samarbejdsaftaler. Det kan fx være den lokale dagligvarebutik og et plejecenter der samarbejder om, at borgeren med demens kan handle i trygge rammer. Roskilde Kommune vil blive bedre til at identificere det borgere med demens og deres pårørende efterspørger eller har behov for og være bindeled mellem dem og fx lokale frivillige foreninger.

IV. Demensvenlig indretning

Når man bliver ramt af demens, påvirker det, ud over hukommelsen også forståelsen af rum og retning. Derfor har mennesker med demens behov for omgivelser, der er overskuelige og ikke "larmer".

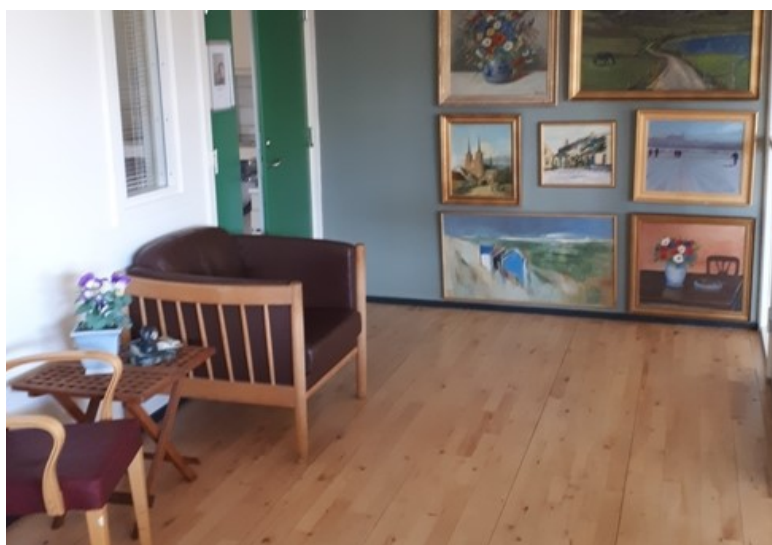
Sanseindtryk fra omgivelserne skal være sammenhængende, behagelige, hjemlige og trygge og støtte forståelsen af, hvor man er. Hvis man ikke ved, hvor man befinder sig, er det afgørende, at man umiddelbart opfatter stedet som et rart og godt sted at være. Forskning viser, at understøttende og attraktive omgivelser har en positiv indvirkning på trivsel, medicinforbrug og adfærd. De rette omgivelser kan være med til at fastholde fysisk formåen, evnen til at klare sig selv og styrke livskvaliteten hos den, der er ramt af demens. Det kan fx være døgnrytmebelysning, d kan forbedre søvnkvalitet og virke beroligende på mennesker med en demens.

Initiativ 9: Demensvenlig indretning

Med udgangspunkt i nationale anbefalinger vil der fortsat være fokus på at sikre demensvenlig indretning på Roskilde Kommunes ni plejecentres inde- og udeområder. For at imødekomme dette vil Roskilde Kommune afsøge puljer og fonde, der kan være med til at finansiere kommunens ønske om demensvenlige plejecentre.

Initiativ 10: Rådgivning om demensvenlig indretning af eget hjem

Fremadrettet vil Roskilde Kommune sikre endnu mere viden og rådgivning om demensvenlig indretning til borgere og pårørende i eget hjem. Rådgivningen vil altid tage udgangspunkt i den enkelte families behov, så borgere med demens kan blive boende i eget hjem længst muligt. Rådgivning varetages af Roskilde Kommunes demenskoordinatorer.





Kildehenvisning og noter

Roskilde Kommunes Demensstrategi har trukket på flg. henvisninger i udarbejdelsen:

- Demensalliancen - Aldrig alene med demens
- Den Nationale Demenshandlingsplan 2025
- "Forløbsprogram for patienter med demens", Region Sjælland
- Sundhedsaftalen 2024-2027 "Fælles med borgeren om bedre sundhed", Region Sjælland 2024
- Hvidbog om Rehabilitering, Rehabiliteringsforum Danmark 2022
- "Ældre- og Værdighedspolitik 2020-2023", Roskilde Kommune
- "Velfærd skaber vi sammen 2023", Roskilde Kommune Byråd
- Videnscenter for Demens, 2024
- "Demensvenligt samfund - Erfaringer, eksempler og ideer", Sundhedsstyrelsen 2019

Roskilde Kommune

Sundhed & Omsorg
Rådhusbuen 3
4000 Roskilde

Telefon: 4631 3000
kommunen@roskilde.dk



ROSKILDE
KOMMUNE



**ALLE
TIDERS
ROSKILDE**

