

60+

NR. 2 · OKTOBER 2023 · 19. ÅRGANG

– et blad for seniorer i Albertslund



UDGIVET AF ÆLDRERÅDET I ALBERTSLUND

60+

Foto og illustrationer:

Forside: Humlehusene,

Jesper Petersen

Foto: Jesper Petersen, Lise Buchardt

Produktion:

Jungersen Grafisk ApS

Holsbjergvej 39

2620 Albertslund

FSC®-certificeret

ISO 14001 miljøcertificeret

Ældrerådets medlemmer:

Bente Clausen, formand

Else Dahl Morthorst, næstformand

Anita Kallesø

Anne Lovmand Dahlberg

Carl-Christian Kristiansen

Helle Sørensen

Jesper Petersen

Joan Stubtoft

Kirsten Mogensen

Lars Messell

Torben Nielsen

Redaktion:

Bente Clausen (ansv.)

bentebangclausen@gmail.com

Tlf.: 2173 0330

Lars Messell

lokomohinken@hotmail.com

Else Dahl Morthorst

else@morthorst.net

Torben Nielsen

kantinetorben@yahoo.dk

Anita Kallesø

anitakallesoe@gmail.com

Jesper Petersen

jesperp2620@gmail.com

Deadline

for det følgende blad:

1. Marts 2024

Indhold:

Leder	3
En blodprop i hjernen ændrede vores liv	4
Plejhjemsbestyrelser/plejehjemsråd	7
Aktivitetscentret Damgårdshave	8
En håndsækning - en gratis, værdifuld gave	9
Den dementes bøn	9
Albertslund kommune med i sundhedsklynge Syd	10
Sundhedsklynger	11
Interview med plejecenterleder Connie Lemvig, - plejecentret Albertshøj	13
Sundhedsklynger	10
Ældrerådets aktiviteter	14
Hjemmehjælpen efter budgetbesparelserne	15
Pensionistklubber i Albertslund	16

Ældrerådets adresse er:

Damgårdshave, Damgårdsvej 12, 2620 Albertslund

Hjemmeside: www.aeldreraadetalbertslund.dk

Du kan kontakte Ældrerådet på aeldreraadetalbertslund@gmail.com

eller via formand Bente Clausen tlf: 2173 0330

– e-mail: bentebangclausen@gmail.com

Du kan læse mere om ældrerådet på hjemmesiden, hvor du også finder dato for de planlagte Ældrerådsmøder.

Vi har som Ældreråd en oplysningspligt

Kommunale Ældreråd skal som folkevalgt myndighed tale de ældres sag over for kommunen. Vi har i den forbindelse oplysningspligt til borgere over 60 år.

Ældrerådet i Albertslund varetager denne oplysningspligt ved at udgive 60+.

Blå sider:
*Information fra Albertslund
Kommune*

Grå sider:
Information fra Ældrerådet

Hvide sider:
Artikler om bladets eventuelle tema og andre emner.



Leder

Budgetkataloget udkom den 21/8 med høringsfrist til 7. september, og der var 1. behandling af budgettet den 12. september. Der var punkter, der også berørte ældre - også et par stykker, der vil betyde serviceforringelse, dog også punkter, der vil lette arbejdsgange, men bladet er afleveret til trykning inden vi har haft mulighed for at drøfte hørings svar med mere. Eventuelle hørings svar fra Ældrerådet kan dog findes på vores hjemmeside.

Formanden for Ældreudvalget, Helge Bo Jensen er nu tilbage efter sygeorlov. Ældrerådet havde møde med Ældreudvalget den 29/8, hvor vi blandt andet drøftede hvordan vi bedst får et aktivt bruger/pårørenderåd på vores 2 plejecentre. Se artikel i bladet omkring Danske Ældreråds forslag.

Der er endnu ikke kommet en ny ældrelov, men der er etableret et dialogforum, der skal være med til at implementere den kommende lov. Her er Danske Ældreråd sammen med blandt andre Dansk erhverv, KL. og Ældresagen med. For Danske Ældreråd er det vigtigt, at vi får en ældrepleje, der giver den enkelte ældre meget større selvbestemmelse. Flere beslutninger om hjælp skal kunne ske i dialog mellem den ældre og de medarbejdere, der kender borgeren godt.

Det får os til at tænke på noget andet, der har været meget oppe i pressen og i forskellige fagblade hen over sommeren omkring det pressede sundhedsvæsen. Et af de områder, der skrives om er omsorgen, er den gået tabt eller har mistet sin værdi? Etisk Råd har udgivet "Omsorg i Sundhedsvæsenet" Er omsorgen forsvundet i effektiviseringen? Omsorg er i sagens natur ikke noget, der kan sættes på en formel. Det behøver ikke at tage længere tid at yde omsorg, men det kræver et vist kendskab til den borger, der har brug for hjælp. Omsorg er ikke bare at være sød og venlig, men at se, hvad den anden har behov for. Derfor vigtigt, der ikke kommer mange forskellige hjælpere i hjemmet.

Der har i det sidste halve år været borgere i Albertslund og i en række andre kommuner, der har fået afslag på kompressionsstrømper/ærmer som de ellers har haft bevilling til. Det udspringer af en

skrivelse fra Ankestyrelsen, som fastslår at kompressionsstrømper er et behandlingsredskab og derfor ikke skal betales af kommunen. Der er dog i marts kommet en supplerende skrivelse, hvorefter kompressionsstrømper i nogle tilfælde kan betragtes som et hjælpemiddel. Ældrerådet har talt med Regionen, som også arbejder på en løsning, ligesom vi har talt med forvaltningen. Det er også med i budgetkataloget for 2024.

3 etape af Albertshøj har vi jo set tage form. Der har været udfordringer, hvad der jo ofte er ved nyt byggeri, men som det ser ud nu, skulle beboere kunne flytte ind i begyndelsen af det nye år.

Adgang til busstoppesteder arbejdes der videre med. Repræsentanter for Ældrerådet og handicaprådet har holdt møde med formanden for Miljø- og Byudvalget. Her blev ønsket om bedre forhold til busstoppestederne, især for rollator og kørestolsbrugere drøftet. Marianne Burchall har lovet at stille et budgetspørgsmål, så vi kan få en fornemmelse af, hvilke løsninger, der skal peges på for at forbedre adgangsforholdene og ikke mindst økonomien.



En blodprop i hjernen ændrede vores liv

Indlæg af Alice Hasselgren



1. juledag 2019 fik min mand en blodprop i hjernen, hvilket ændrede hans og vores liv totalt.

Det satte skub i udviklingen af sygdommen vaskulær demens. Herefter gik det hurtigt ned af bakke. Han fik behov for hjælp til personlig pleje. Vi fik fra starten den nødvendige hjælp fra kommunens hjemmepleje, som kom 4 gange dagligt. Det var voldsomt at få så mange forskellige mennesker ind i vores hjem 4 gange dagligt. Det fungerede dog rimeligt godt når de faste hjælpere, som kendte min mand, kom og hjalp ham. Man kan lære at leve med det, når hjælp udefra er helt nødvendigt for at overleve.

Set i bakspejlet, var det også en svær tid med mange forskellige vikarer, som ikke kendte min mand.

Demensteamet i Albertslund

Det var hårdt for mig at se og opleve min mand langsomt forsvinde og til tider blev en anden. Det var som at være gift med to forskellige mænd. Gennem hjemmeplejen kom jeg i kontakt med kommunens demensteam.

Det var min redning på det rigtige tidspunkt for ikke helt at gå ned med flaget.

Min mand blev tilbudt en daghjemsplass i Humlebien. Selvom det var svært at overtale ham, så gik han med til at prøve 1 dag om ugen. Det gik godt. Det blev til 4 dage om ugen hvor han blev hentet om morgenen og kom hjem om eftermiddagen. Det fungerede og min mand var glad for at komme afsted og var glad når han kom hjem.

Samtidig kom jeg i kontakt med demensteamets pårørende gruppe, som holder møder en gang om måneden, hvor man kan blive klogere på hinandens erfaringer og få råd og vejledning fra demenskonsulent Bente Lauridsen, som leder disse møder. Det har været og er stadig en stor hjælp for mig at deltage i disse møder.

Mit livs sværeste beslutning....

Med tiden blev min mands tilstand forværret. Han sov ikke om natten. Råbte om hjælp og kunne ikke få luft. Det var forfærdeligt for mig at opleve. Jeg kunne ikke hjælpe, udover at kalde nødkald. De kunne heller ikke hjælpe. Da dette havde stået på

et par måneder, fik vi tilbudt en aflastningsplads til min mand i Humlehusene. Det var vi ikke helt parate til. Heldigvis lod jeg mig overtale af dygtige fagfolk til at prøve 1 uges aflastning, som blev til 3 uger, som blev til 3 måneder og til sidst blev til en fast plejebolig i Humlehusene fra den 1. april i år. Jeg skylder disse dygtige fagfolk en STOR TAK for et godt arbejde.

Det har været mit livs sværeste beslutning at give slip på min mand til Humlehusene.

Vi har levet et langt godt liv sammen. Det er svært at give slip på hinanden. Ikke bo - eller sove - sammen mere. Men det var den rigtige beslutning for os begge. Han har brug for den faglighed som medarbejderne i Humlehusene kan give ham. Jeg er tryk ved, at der altid er personale til stede. Jeg savner ham selvfølgelig hjemme og kan føle mig lidt ensom ind imellem, men jeg besøger ham hver dag, hvor vi hygger os med eftermiddagskaffe og gåtur i den skønne gårdhave. Det er kvalitetstid for os begge. En ½ time efter jeg er gået, har han glemt mit besøg. Men han bliver glad for at se mig næste dag til eftermiddagskaffe, hygge og gåtur.

Som pårørende i Humlehusene.....

Jeg er blevet opfordret til at skrive lidt om mine erfaringer som pårørende i Humlehusene. Min mand flyttede ind i en fast plejebolig den 1. april i år, efter 3 måneder i en aflastningsbolig.

Humlehusene

Humlehusene 1-7 er Albertslund kommunes tilbud til borgere med demens.

Det er et plejecenter med 50 plejeboliger, heraf 3 boliger som er aflastningsboliger. Plejepersonalet tilbyder beboerne støtte og omsorg til både praktisk og personlig bistand, herunder også at skabe eller bevare sociale relationer og støtte til at skabe struktur i hverdagen (uddrag fra kommunens hjemmeside)

Som pårørende i Humlehusene føler jeg mig velkommen af medarbejderne. Der er altid et venligt smil og information til mig, når jeg spørger ind til, hvordan min mands nat og dag er forløbet. Han kan ikke selv huske hvad der er sket i løbet af dagen, så det er vigtigt for mig at få denne information fra medarbejderne. Der ligger også en meddelelsesbog i boligen, hvor nogle medarbejdere skriver et par ord til mig.

Jeg besøger min mand dagligt et par timer, og har fået et godt indblik i hvordan arbejdsgangen er og hvordan medarbejderne samarbejder om dagens

vigtige opgaver. Jeg finder normeringen i Humlehusene bekymrende lav med 2 medarbejdere til 8 plejekrævende beboere med demens. Dette skal ikke opfattes som en beklagelse over medarbejderne, som udfører et godt arbejde indenfor de muligheder dagens udfordringer bringer.

Fakta er, at der er 2 medarbejdere på vagt til 8 beboere i afdelinger uden aflastningspladser. Et midlertidigt aflastningsophold udløser en ekstra medarbejder i perioden. Dvs. 3 medarbejdere til 9-10 beboere. Der er 2½ nattevagt til 50 borgere. 1 nattevagt i hvert hus 1-7 + en "flyver"

Med 2 medarbejdere på vagt er kerneopgaven naturligvis fokus på plejeopgaver og omsorg for de 8 beboere. Herudover er der mange praktiske opgaver, der samtidig skal laves i løbet af en vagt. F.eks. borddækning og tilberedning af måltider. Oprydning og opvask efter måltider. Vask af beboernes tøj osv. osv.

Jeg har sikkert glemt noget, men det siger sig selv, med 2 medarbejdere på vagt er der ikke meget tid til den enkelte beboer til individuel samvær, samtaler og hyggetid eller aktiviteter ud af huset.



Jeg oplever dog, at medarbejderne er gode til at arbejde struktureret og prioriterer de vigtigste opgaver her og nu.

Jeg oplever dagligt, at medarbejderne er meget omsorgsfulde overfor beboerne. Selvom der kun er 2 medarbejdere på vagt, så fordeler de sig og giver sig tid til at hilse på alle beboerne. Giver sig tid til nærvær når en beboer bliver urolig eller utryg og har brug for hjælp. Jeg oplever, at medarbejderne samler beboerne til fælles hyggestunder, når det lader sig gøre. Medarbejderne hjælper hinanden på kryds og tværs af afdelingerne, når det er nødvendigt. Så en stor ros til de faste medarbejdere, som gør et fantastisk arbejde – også når det er svært.

Hertil skal tilføjes, at Humlehusene har to aktivitetsmedarbejdere, som arrangerer forskellige fælles arrangementer for beboerne, som får tilbuddet om at deltage. Min mand har f.eks. været til en herrefrokost på Felix med 5 andre herrer fra Humlehusene. Her kører man i bus sammen og der er medarbejdere med. Der er flere gode arrangementer hvor også pårørende bliver inviteret med. Det bliver annonceret på opslags-tavler i husene og på hjemmesiden ” Demenscenteret Humlehusene”

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100085934491782>

Jeg vil stadig fastholde, at en normering med 2 medarbejdere til 8 borgere i Humlehusene er bekymrende sårbart. Dette har været tydeligt i ferieperioden hvor man nødvendigvis må anvende vikarer, som ikke altid kender beboerne. Jeg har oplevet to vikarer i en vagt, hvor den ene ikke havde erfaring med et nødvendigt plejeområde for min mand. Jeg har oplevet en ung uerfaren vikar som 1 af de 2 medarbejdere i en vagt. Så den faste medarbejder stod reelt alene med ansvaret for 8 beboere på vagten. Det er ikke i orden hverken for beboerne eller for medarbejderne.

Jeg vil henvise til en rapport fra VIVE af 24. februar 2020,

Normeringer på danske plejecentre - vive.dk
VIVEs analyse indikerer, at især andelen af beboere med en demenssygdom hænger sammen med normeringen.

”Vi finder, at der for alle vagttyper er en statistisk signifikant sammenhæng mellem normeringen, og hvor stor en andel beboere på det enkelte plejecenter der har en demenssygdom. Der ses en

6 *sammenhæng, der svarer til, at normeringen på*



dagvagter i hverdage ville være på 2,5 beboere pr. medarbejder, hvor der var 100 % beboere med en demenssygdom.”

Alle beboerne i Humlehusene har en demenssygdom. Så normeringen burde være højere end 2 medarbejdere til 8 plejekrævende beboere med demens. Det er uforståeligt, at kommunen har valgt så lav og sårbar normering.

Det er ikke i orden hverken for beboerne eller for medarbejderne.

En ekstra medarbejder både i 1-7 til de praktiske opgaver, kunne måske være en god løsning.

Jeg håber politikere og ledere kikker med her – TAK 😊

Afslutning

Som pårørende i Humlehusene savner jeg et fællesskab med andre pårørende i Humlehusene

Jeg efterlyser et bruger-pårørenderåd, hvor man i fællesskab med ledelsen og medarbejdere kan drøfte overordnede spørgsmål til gavn for beboerne i Humlehusene. Samt planlægge fælles brugere- og pårørendearrangementer.

Plejhjembestyrelser/ plejhjemsråd

Af Else Dahl Morthorst – næstformand i Ældrerådet

Ældrerådet har på et møde med Ældreudvalget, den 29. august drøftet spørgsmålet om plejhjembestyrelser/plejhjemsråd. Det gjorde vi, fordi Kommunernes Landsforening (KL) og Danske Ældreråd tilbage i marts 2023 anbefalede, at der oprettes et plejhjemsråd på alle plejhjem.

Forslaget om at etablere plejhjemsråd kommer i forlængelse af, at SVM-regeringen i regeringsgrundlaget omtaler en større frisættelse af bl.a. plejhjemsområdet og herunder nævner:

- *Åbne brugerbestyrelser og lignende således, at f.eks. lokale virksomheder, aktører fra civilsamfundet og andre med tæt relation til institutionen får nye muligheder for at deltage og bidrage.*

If. KL og Danske Ældreråd bør rådet beskæftige sig med emner som fx kvalitetsudvikling, samarbejde med pårørende og beboernes mulighed for selvbestemmelse.

KL og Danske ældreråd lægger ikke op til, at plejhjemsrådene skal beskæftige sig med kontrol, tilsyn eller personaleforhold.

KL og Danske ældreråd anbefaler, at rådene bliver bredt sammensat. Medlemmer kan være beboere, pårørende til beboere, medarbejdere, ledelsesrepræsentant, repræsentanter for det lokale ældreråd, repræsentant for civilsamfundet eller en frivillig forening i lokalområdet, repræsentanter for det lokale erhvervsliv og kulturliv.

Der findes på nuværende tidspunkt nogle få erfaringer fra tre kommuner, Brønderslev, Middelfart og Ishøj, som har etableret plejhjemsråd/bestyrelser.

I Albertslund har der gennem flere år været nedsat et bruger-pårørende råd både på Albo (nu Albertshøj) og i Humlehusene. Tilbage i 2001 var det lovpligtigt at etablere disse råd. I forbindelse med

vedtagelse af en afbureaukratiseringslov var kommunerne fra 2012 ikke længere forpligtede til at nedsætte sådanne råd. I Albertslund blev rådene derfor erstattet af to årlige bruger-pårørende møder. Formålet var stadig ”at sikre den gensidige gode kommunikation til udvikling og til at tage initiativer for at bedre forholdene på kommunens plejhjem – eks. pleje og omsorg, kost arbejdsrutine, aktiviteter og samvær”. Ældrerådet har en repræsentant med til møderne, som derudover har en beboerrepræsentant, en pårørenderepræsentant, en repræsentant fra forvaltningen og en personalerepræsentant. Møderne har desværre ikke fungeret så godt i den senere tid og det har været svært at rekruttere beboer- og pårørende repræsentanter.

Ældrerådet ser dog gerne, at der lægges op til en diskussion af, hvordan disse ”råd/møder” kan fungere, om sammensætningen er den rigtige og om opgaven er godt nok formuleret.

Hovedformålet må være, at vi i fællesskab sikrer en god og værdig ældrepleje på vores plejhjem. Det sker, efter Ældrerådets mening, bedst, hvis vi inddrager dem, det handler om – men også får ”øjne udefra” til at se på, om noget kan gøres anderledes og/eller mere hensigtsmæssigt.



Aktivitetscentret **Damgårdshave**

Bente Clausen, formand for Ældrerådet og medlem af Forretningsudvalget på Damgårdshave



Damgårdshave er et brugerstyret hus, hvor alle over 55 år, der bor i Albertslund kan komme for at deltage i en eller flere af de mange aktiviteter, der foregår. Der er også mulighed for at oprette ny aktivitet, hvis man er en gruppe på mindst 5 personer og der kan findes et lokale i det tidsrum, der ønskes. Det er et dejligt hus og nemt at komme til, bus 149 holder lige udenfor og Damgårdsstien, hvor man kan cykle og gå, går lige forbi, ligesom der er parkeringspladser bag huset.

Der foregår mange aktiviteter, både hobby og kreative aktiviteter ligesom der er forskellige former for spil både kortspil og brætspil som blandt andet skak, og mere sportsprægede som petanque og billard, ligesom der er tænkt på den vigtige motion med gymnastik for mænd og gåhold.

Der er også forskellige studiegrupper. Der er plads på mange hold blandt andet til syning, mande-gymnastik og brætspil for bare at nævne nogle få.

Det er gratis at komme i huset til de forskellige aktiviteter, der betales kun for eventuel kaffe/te, der kan laves i husets dejlige køkken, og de materialer, der skal bruges. Undtagelsen er de aktiviteter Ældresagen og Dammen 93 har, der betales et kontingent. Ligeledes holder De Ældres Højskole deres arrangementer i huset og her betales også årligt.

Aktiviteterne ligger for det meste i dagtimerne mellem 9.00 og 17.00. Det behøver dog ikke at være sådan. Hvis der er nogle, der gerne vil bruge huset aften eller weekend til en aktivitet er det også en mulighed. Der skal være en tovholder for gruppen, der mod depositum kan få udleveret 1 nøgle.

Huset er brugerstyret og 1 medlem fra hver gruppe deltager i det månedlige brugerrådsmøde, hvor der kan træffes beslutning om større indkøb m.m. til huset og om nye grupper, der ønsker at starte noget op. Hvert år i marts er der valg til forretningsudvalg, der tager sig af den daglige drift. Brugerne skal selv passe på huset og rydde op efter sig selv. Haven og den indvendige vedligeholdelse står vi også for.

Huset kan desværre virke noget lukket, hvis man kommer der og ikke er deltager i en aktivitet. Da vi, der kommer i huset er frivillige, er der ikke en reception, hvor man kan henvende sig, men der er som regel nogen på kontoret mandag til torsdag. Der ligger brochure på hylden, hvor man kommer ind. Ellers er kontakten www.damgaardshave.dk og tlf.: 43649822, hvor det dog oftest er en telefonsvarer, der henviser til hjemmesiden. På hjemmesiden kan man se de forskellige aktiviteter og under nogle af aktiviteterne er der telefonnr. på kontaktperson, hvis ikke kan man se tidspunkterne, hvor aktiviteten foregår.

En håndsækning

– en gratis, værdifuld gave

v. Demenskonsulent Bente Lauridsen



”Måske er du ved at blive dement” siger vi ofte til hinanden, når vi ikke lige kan komme på et svar. Det er normalt at glemme, men det er ikke normalt at glemme hele tiden.

Glemsomhed, som forværres, kommer ikke automatisk med alderen.

Det er korrekt, at vi med alderen får behov for mere tid og ro til at koncentrere os. Ting tager længere tid. Men hvis hjernen begynder at drille, hvis man ændrer sig, så noget helt ”normalt” pludselig bliver helt forkert eller meget vanskeligt, så skal man give sig selv en chance. En chance for at blive undersøgt og ikke mindst en chance for at få den støtte og hjælp, som er nødvendig. Man kan langt hen ad vejen leve et rigtigt godt liv med en demenssygdom.

Hvis vi får en demenssygdom, så har vi ofte brug for en lille hånd. Det bliver pludseligt så vanskeligt at gennemføre det, som tidligere var simpelt. 83% af mennesker med demens isolerer sig og deltager i langt færre aktiviteter, som ligger uden for hjemmet.

Det lille symbol ”En håndsækning” viser, at mennesker, som bærer dette, kan have behov for de 3 gode råd:

- Tag kontakt til mig – smil og vær imødekommende
- Tal roligt og tydeligt
- Hav lidt tålmodighed med mig – giv mig lidt ekstra tid

”Pludselig bliver jeg så forvirret, når jeg går rundt i butikken. Jeg glemmer min fyldte kurv, jeg bruger det forkerte kort, når jeg skal betale eller jeg glemmer mine taske, når jeg går. Jeg vil så gerne klare mig selv, men det er så ydmygende at begå fejl, og mennesker bliver så vrede – så ofte bliver jeg bare hjemme.”
(Emma, 72 år, Diagnosticeret med Alzheimer.)

Vi har behov for at kunne ”leve livet” så længe som muligt – også med en demenssygdom: At kunne færdes i butikker, i offentlig transport, til fritidsaktiviteter og alt det andet, som vi altid har gjort. Med en lille hjælpende hånd - en lille ekstra støtte - kan dette lykkes langt hen i forløbet. De to minutter man tilbyder til eks. at følge på vej, at huske på tasken – disse to minutter kan gøre en stor, stor forskel for mennesket med demens. Det kan medføre, at man, også hvis hjernen driller, trygt tør bevæge sig udenfor næste gang. En håndsækning er gratis at give, men umådelig værdifuld for den, som tager imod.

Kontakt kommunens demensteam:

Elena Custura tlf. 3030 3306,

Bente Lauridsen tlf. 4022 6512

Den dementes bøn

Sakset fra Facebook

Bed mig ikke om at huske.

Forsøg ikke at få mig til at forstå.

Lad mig hvile – velvidende, du er hos mig.

Kys mig på panden og hold min hånd.

Jeg er forvirret – langt mere, end du forstår.

Jeg er trist og syg og fortabt.

***Det eneste jeg ved er:
at jeg behøver dig og at du er hos mig.***

Mist ikke tålmodigheden med mig.

Band eller råb ikke ad mig.

***Jeg kan ikke gøre for det eller
gøre det anderledes, selv om jeg vil.***

***Husk blot på – at jeg behøver dig,
at det bedste af mig, for altid er væk.***

***Svigt mig ikke
– elsk mig, til mit liv er forbi.***

Albertslund Kommune med i sundhedsklynge Syd

Rikke Blom, Områdedirektør



Regeringen, Danske Regioner og KL indgik i juni 2021 en aftale om at styrke samarbejdet på tværs i sundhedsvæsenet ved at etablere sundhedsklynger. Den 1. juli 2022 blev der etableret 21 sundhedsklynger i Danmark.

Sundhedsklyngerne skal være med til at sikre bedre sammenhæng for borgerne.

Sundhedsklynger er et formaliseret samarbejde mellem kommuner, hospital og almen praksis, som er etableret omkring akuthospitalerne.

Sundhedsklyngerne skal først og fremmest samarbejde om de borgere, som kommuner, almen praksis og hospitaler er fælles om. Konkret handler det om ældre medicinske borgere, borgere med kronisk sygdom og borgere med psykiske lidelser.

Forventningen til sundhedsklyngerne er, at de skal sætte ekstra skub i det i samarbejde, der er mellem kommuner, hospital og almen praksis. Det nye i sundhedsklyngerne er blandt andet, at der er kommet en politisk overbygning, og at borgmestrene og regionsformanden deltager i de forskellige sundhedsklynger. I hver klynge vælges der en regional formand og en kommunal formand. Der er altså tale om et ligestillet formandskab.

Albertslund Kommune er med i Sundhedsklynge Syd. Sundhedsklynge Syd består af Amager og Hvidovre Hospital, Albertslund, Brøndby, Dragør, Glostrup, Hvidovre, Høje-Taastrup, Ishøj, København, Tårnby og Vallensbæk kommuner, samt almen praksis. Der er både en politisk og faglig sundhedsklynge.

Borgmester Steen Christiansen og Områdedirektør Rikke Blom deltager på vegne af Albertslund Kommune i politisk sundhedsklynge syd. De relevante politiske fagudvalg i Albertslund Kommune orienteres og følger arbejdet i den politiske sundhedsklynge.

Borgmester Steen Christiansen har en klar ambition med arbejdet i sundhedsklyngen; *"Vi skal have skabt en bedre sammenhæng i sundhedsvæsen. Vi har i den grad brug for at tænke indsatsen for ældre borgere, mennesker med kroniske sygdomme og borgere med psykiske lidelser bedre sammen på tværs af sygehus og kommune. Borgerne skal ikke opleve, at de falder mellem to stole, men borgerne skal opleve, at en sammenhæng i behandlingen og at kommuner, de praktiserende læger og hospitalet arbejder sammen"* - siger Steen Christiansen

Der har været afholdt tre møder i sundhedsklynge syd. På det sidste møde blev det besluttet at afsætte ressourcer til at styrke det tværfaglige samarbejde på psykiatriområdet, at forbedre overgangen fra indlæggelse til udskrivelse, og giver midler til sundhedsplejen og den gode start på livet.

Derudover er der afsat midler til en fælles kortlægning og indsats mod overvægt for børn/unge og voksne.



Sundhedsklynger

Carsten Wilken, Næstformand i Skizofreniforeningen. Medlem af DH Albertslund

Bente har bedt mig om at fortælle om Sundheds Klyngerne, da jeg er udpeget af PIU (Patient Inddragelses Udvalget) hvor jeg sidder sammen med Bente, til at være brugerrepræsentant i SK Syd. Så det vil jeg prøve på, men hold tungen lige i munden, det er ikke helt nemt at følge med i. At sidde som brugerrepræsentant er heller ikke altid nemt, men det er vigtigt at have brugerens stemme med og hele tiden have for øje, hvad de tiltag, der sættes i gang, betyder for den enkelte bruger.

Idéen om sundhedsklynger (SK) blev fostret af den forrige regering. Meningen var (er) at SK skulle håndtere 2 store og voksende problemområder, nemlig relationerne mellem behandlingsstederne og kommuner - praktiserende læger i forbindelse med udskrivning og opfølgning m.m., samt populationsansvaret, altså de store befolkningsproblemer som rygning/KOL, druk, børns mentale trivsel, voksende aldring af befolkningen og meget meget mere. Klyngerne startede formelt op den 1 juli 2022.

Meningen er så at hver klynge skal omfatte et somatisk akuthospital og psykiatrisk hospital og de kommuner hvis borgere bruger dem. Region Hovedstaden er delt op i 5 klynger, Nord - Midt - Syd - Byen og Bornholm. Og hver klynge har 2 lag, det politiske med alle borgmestrene m.v. samt det fagligt/strategiske, hvor arbejdet udføres og hvor jeg sammen med 2 andre brugerrepræsentanter sidder sammen med funktionschefer m.v. Arbejdet foregår som et ping-pong spil mellem de 2 lag. Det politiske lag kommer med nogle prioriteringer, det fagligt/strategiske lag kommer med forslag til politikerne og når de får et ja går de i gang med udførelsen. Men det tager jo tid med kun 4 årlige møder. Fra tanke til handling går der mindst et halvt år. Og det er kun i klyngen. Bagefter er det jo kommunerne og i de regionale enheder der først skal beslutte om de vil være med og derefter bevilge penge. Og igangsætte.

Syd består ikke kun af et hospitals optageområde men af flere, nemlig Glostrup, Hvidovre og Amager samt de psykiatriske hospitaler i Glostrup og Amager. Endvidere Børnepsykiatrien i Glostrup. Optageområderne er således en del af vestegns-



kommunerne, hele Amager samt dele af København, nemlig Valby og Amager minus Christianshavn.

Der er stor forskel på klyngerne og deres borgere. Midt og Nord har vel flest fællestræk - forstad og opland, men Byen er rent København og Frederiksberg. Bornholm er nærmest en landkommune (set herfra) hvor de i øvrigt i forvejen arbejder tæt sammen. Og Syd (os) har det meste af Vestegnen med de problemer vi nu har, hele Amager med velhaverdele og så forstads København. En stor mundfuld med mange komplekse problemer. Det er også erkendt, af de 80 mio.kr. der er sat af til arbejdet i samtlige klynger i hele landet har vi fået de 8 - altså en tiendedel af hele landsbudgettet.

Og hvad har vi så foretaget os i det forgangne årstid? Der har været 3 møder hvor vi i høj grad har beskæftiget os med fortsættelsen af de projekter som somatikken havde i gang i forvejen, d.v.s udskrivning, noget om amning, medicin i hjemmet o.s.v. Endvidere har vi faktisk diskuteret brugerinddragelse temmelig meget.

Og så har vi fastsat hvilke projekter der fremadrettet skal arbejdes med. Det er jo en hård prioritering når der er så mange forskellige problemer i vores områder. Og så er der ansat projektledere til projekterne, de sidste her over sommeren.

Og hvad vil vi så arbejde med? Amning (den gode start i livet), Gode overgange (incl. 72 timers ansvar efter udskrivning), Overvægt, Voksenpsykiatri samt Børn og ungespsykiatri. Alle vægtige og vigtige områder. Hvad der kommer ud af det vil tiden vise. Det handler i høj grad også om politisk vilje og penge, noget kommunerne ikke rutter med. (pengene altså).

Derudover er der en masse forskellige fora hvor region og kommuner samarbejder i forvejen. Det fører for vidt at omtale dem alle. Fælles for dem er at de involverede parter selv betaler deres udgifter. Men klyngen koordinerer arbejdet.

Arbejdet som brugerrepræsentant er nyt og spændende. Selvom vi som udgangspunkt repræsenterer brugerne er vi fuldgyldige

medlemmer af klyngen og kan deltage i debatten på lige fod med alle de andre medlemmer, noget jeg har benyttet mig en del af. Der har jo ikke været nogle nye projekter at kommentere.

PIU organiserer og koordinerer arbejdet for brugerrepræsentanterne (BR), både os fra PIU og de øvrige. Det vil sige at PIU sørger for kurser, rundsender referater fra alle klynger til PIUs medlemmer og vi diskuterer hvad der sker i klyngerne på vores møder. Udover kurser er der netværksmøder hvor vi alle mødes og erfarings udveksler. Det er godt at høre om de andres problemer og om hvordan de håndteres.

Det er meget forskelligt hvordan arbejdet i de enkelte klynger organiseres for BR. Hos os er der formøder før hvert klyngemøde, og vi får meget hjælp fra sekretariatet .så vi føler os godt klædt på til mødet. På formødet snakker vi om de enkelte punkter og fordeler arbejdet mellem os. Og vi føler at der bliver lyttet til os. Men det er ikke alle hvor det går sådan. Nogle BRmedlemmer fortæller om manglende hjælp og respekt i klyngen.



Plejecenterleder Connie Lemvig – plejecentret Albertshøj

Interview ved Else Morthorst og Bente Clausen.

Du startede i Albertslund den 1. april, hvilken baggrund kommer du med?

Jeg har en uddannelsesmæssig baggrund som sygeplejerske og en diplomuddannelse i ledelse. Jeg kommer fra lederstilling i Københavns Kommune, har været leder i 25 år. Har primært været på plejecentre i Københavns Kommune, min ledererfaring er udelukkende fra primærsektoren både som gruppeleder, afdelingsleder og souschef.

Hvordan har du oplevet at komme til Albertslund?

Det er selvfølgelig en omvæltning. Københavns Kommune er en mastodont med mange forvaltninger. Men organiseringen her, hvor jeg kommer under et område, hvor der ud over Ældre også er socialforvaltning og børn/unge er spændende.

Hvor ser du de største udfordringer?

Der er selvfølgelig mange. Albertshøj etape 3 her er datoen for overtagelse og indflytning for beboerne udskudt flere gange. Forhåbentlig bliver overtagelsen til november således at beboerne kan flytte ind i begyndelsen af 2024. Det at nybygning eller renovering ikke bliver færdigt til den oprindeligt aftalte tid har jeg dog været vandt til i København. Fællesrummene i Albertshøj (det gamle) trænger til en kærlig hånd, de er på mange måder nedslidte. Ønsker en rød tråd, så det bliver hyggeligt, hjemligt for hele området. En arkitekt fra etape 3 skal se på "Hvad kan vi gøre?"

Rekrutteringspolitikken ser vi også på, ligeledes hvordan vi fastholder personalet.

Vi ser i øjeblikket også på normeringsmodel. Der er et stort sygefravær i Albertslund. Jeg er meget opmærksom på det og vi må se på hvordan der skabes gode arbejdsvilkår. Der stilles krav i vores branche, men et øget ansvar og mere medbestemmelse kan også være med til at give bedre vilkår.

Det er en kompleks pleje med mange multisyge og derfor vigtigt med stor faglighed. Der søges udviklingssygeplejerske, i første omgang på Albertshøj. Skal klæde personalet på til at være fagligt dygtige. Det system, hvor man har



kunnet finde hjælp, vejledninger omkring forskellige situationer har hidtil ligget hos udviklingssygeplejersken og det skal hun holde a'jour. Ligeledes søges der en centersygeplejerske, der skal være tæt på borgeren.

Hvad vil du lægge vægt på som leder af Albertshøj?

En tillidsfuld ledelse. Noget meget vigtigt for mig er at vi får drøftet, hvilke værdier, der skal være gældende for Albertshøj og at de er fælles for hele Albertshøj. Fælles hus/fælles værdier. De skal kunne efterleves. Det skal skabe værdi for borgeren. Jeg vil gerne have, at vi på møder drøfter om vi lever op til de værdier, vi har. Det giver arbejdsglæde, hvis man kan se sig selv i værdierne. Personalet skal selvfølgelig være med til at udforme dem. Måske skal vi have hjælp udefra til at søsætte det.

Det er også vigtigt at være opmærksom på, at der kan være borgere/personaler, der ikke går så godt i spænd. Det kan være kemien ikke passer. Det er vigtigt med tillid, hvis både borger og personale skal trives. Det er også vigtigt, at pårørende føler sig hjemme og føler, de kan færdes i fællesarealerne.

Hvordan ser du på længst muligt i eget hjem?

Det kan være et problem, at mange først kommer på plejehjem meget sent. Det hjælper jo lidt i forhold til venteliste med de 36 pladser på etape 3 Albertshøj og der har jo også været tale om udbygning af Humlehusene, men det bliver nok ikke lige med det samme.

Der er nu 2 ledere på de to plejehjem i Albertslund. Hvordan ser du på samarbejdet og læring mellem de to plejehjem.?

Samarbejde er vigtigt for mig. Vi har dialogmøder hver 14 dag mellem ledere på samme niveau.

Jeg har nok haft mest at gøre med Sofie på Rehabiliteringen. Jeg har også et godt samarbejde med forvaltningen.

Vi har i Ældrerådet 1 – 2 møder årligt med Ældreudvalget og har tænkt at tage spørgsmålet om plejehjemsbestyrelse/plejehjemsråd op med udvalget på vores næste møde.

Ja jeg kan se, der er aftalt pårørendemøder og også at det har været svært at få pårørende til at melde sig. Jeg vil presse på for at få nogle pårørende med. Har oplevet bestyrelse på selvejende institution i København, men det er vanskeligt med pårørende der, da der ligger et andet ansvar hos en bestyrelse. Vi talte om vigtigheden af at afholde møderne på tidspunkter, hvor de pårørende havde mulighed for at deltage

Ældrerådets aktiviteter juni til december 2023

Faste aktiviteter hver måned

- ◆ Ældrerådsmøde for alle medlemmer af ældrerådet
- ◆ Forretningsudvalgsmøder på Damgårdshave – her repræsenterer Bente Clausen Ældrerådet
- ◆ Brugerrådsmøder på Damgårdshave – her repræsenterer Carl-Christian Kristiansen Ældrerådet
- ◆ Møder i Bladgruppen der laver indlæg til AP og 60+

Ud over de faste aktiviteter har ældrerådet været repræsenteret i følgende aktiviteter

Måned	Aktivitet	Uddybning
Juni	Regionsældrerådsmøde	Formand og næstformand deltog
August	Sundhedsdag arrangeret af Sundhedsrådet	Ældrerådets repræsentant i Sundhedsrådet
	Møde med Ældreudvalget	Ældrerådet deltager med alle, der har mulighed for det.
	Møde med formand for Miljø- og Byudvalget	En repræsentant for Ældrerådet og en repræsentant for Handicaprådet
September	Regionsældrerådsmøde	Formand og næstformand deltager
	Danske Ældreråd afholder workshop om pressehåndtering i Ballerup	Næstformand deltager
Oktober	Danske Ældreråd afholder temadag om Fremtidens boliger til ældre i Ballerup	Beslutning om deltagelse sker efter bladets deadline
November	Danske Ældreråd holder Ældrepolitisk konference i Vingstedcentret ved Vejle	Beslutning om deltagelse sker efter bladets deadline
December	Temamøde i Ældrerådet	Drøftelse af temaer, vi skal arbejde med i 2024

Hjemmehjælpen efter budgetbesparelserne

Ældrerådet har forsøgt at indsamle nogle erfaringer fra borgere, der modtager hjemmehjælp – både fra dem, der får rengøringshjælp og dem, der har besøgsplaner til personlig hjælp. Det har vi gjort for at få en fornemmelse af, hvordan virkningen af budgetbesparelserne opleves.

Det er selvfølgelig ikke en repræsentativ gruppe, vi har spurgt, men nogle, som vi har haft kendskab til. Den gennemgående oplevelse er, at det KAN mærkes, at der er reduceret i tiden. Især rengøringsindsatsen opleves som mangelfuld. Personalet har bare alt for travlt. Borgerne kan være helt bekymrede på deres vegne: der er for kort tid hos den enkelte og der er mange besøg, der skal nås på en arbejdsdag. Samtidig opleves det ikke tilfredsstillende kun at få gjort rent én gang om måneden i stue eller soveværelse.

Mht. besøgsplanerne efterlyser borgerne mere konkret viden om, hvad de egentlig er visiteret til – og hvad de kan forvente.

Et gennemgående tema er også, at der kommer mange forskellige medarbejdere og, ikke mindst, at de ikke altid kommer til den aftalte tid. Især det sidste er frustrerende for mange, idet det kan gå ud over borgerens mulighed for at deltage i aktiviteter udenfor hjemmet. Aktiviteter, som skal være med at sikre et godt ældreliv – fx stoleyog, besøg i Det Åbne Aktivitets- og Træningscenter o.l.

Her er oplevelsen dog lidt forskellig om man får hjælpen fra den kommunale hjemmepleje eller fra CURA pleje. Borgere, der har CURA pleje, giver udtryk for, at tiderne overholdes og at det oftest er det samme personale, der kommer i hjemmet. I Ældrerådet ved vi, at kommunens hjemmepleje arbejder hen mod faste teams, som vil betyde, at det mere er de samme personer, der kommer i hjemmene. Det er vi glade for, og håber at det bliver mere og mere udbredt.

Vores samtaler med borgere tyder også på, at nogle ikke nødvendigvis er visiteret til den nødvendige hjælp og at det ikke kun er budgetbesparelserne, der gør, at hjælpen opleves mangelfuld.

Det er som nævnt ikke en repræsentativ udsnit af borgere, vi har talt med. Vi vil derfor stadig gerne

have tilbagemeldinger fra borgere, der modtager hjælp, så vi kan følge området. Skriv derfor gerne om jeres oplevelser med hjemmehjælpen til: aeldreraadetalbertslund@gmail.com.

Også gerne med de gode historier ☺

På Ældrerådets vegne

Else Dahl Morthorst

VIL DU MED PÅ KULTURTUR?

Cecilie Østerby, Frivilligcenter Albertslund

I efteråret starter vi igen KulturTUR op i Frivilligcenter Albertslund. Her har du mulighed for at komme med på gratis kulturelle udflugter for ældre med efterfølgende gratis fællesspisning. Her kan du komme med på tur, møde nye mennesker og få en kulturel oplevelse sammen med andre. Du har mulighed for at melde dig til én tur samt skrive dig på ventelisten til andre. På den måde sikrer vi, at flest mulige kan komme med på en tur.

Efterårets program finder du herunder:

29. august kl. 10.45:

Rundvisning i Vridsløselille Statsfængsel + frokost i Frivilligcenteret (AFHOLDT)

26. september kl. 12.30:

Biografur + kaffe og kage (AFHOLDT)

25. oktober kl. 12.30:

Tur til Glyptoteket + kaffe og kage

21. november kl. 12.30:

Biografur + kaffe og kage

12. december kl. 13.00: Juletur

12. januar kl. 11.00: Rundvisning i Folketinget

Tilmelding til Cecilie på 4026 9793 eller cecilie@frivilligcenter.nu. Hvis du har lyst til at følge med i Frivilligcenterets andre aktiviteter, kan du følge os på facebook siden "Frivilligcenter Albertslund" eller på vores hjemmeside www.frivilligcenter.nu. Du er også velkommen til at kigge forbi Bygangen 25, 1. sal i vores træffetid, som er tirsdag og torsdag kl. 10-12.

Pensionistklubber i Albertslund

AIF Senior Idræt

Jørn Jensby
Vridsløsestræde 16
Tlf.: 2081 2851
jensby-korsholm@webspeed.dk

AIF Tennis

Lennart Bjerring
Skallerne 14
Tlf.: 3084 0028
Lennart.bjerring@gmail.com

Banehegnets Ældreklub

Lena Toftlund
Banehegnet 18
Tlf: 2046 7988
Lenatoflund@gmail.com

Damgårdshave Lystfiskerklub

Holger Hansen
Præstehusene 7
Tlf.: 4129 4173
holgerpeterh@gmail.com

Dammen – 93

Anita Kallesø
Damgårdsvej 12
Tlf.: 2620 0011
anitakallesoe@gmail.com

Fotogruppen Damgårdshave

Mogens Nilsson
Tlf.: 2946 9242

Galgebakkens Seniorklub

Anne Grethe Kryger
Galgebakken Vester 2,14A
Tlf: 2360 0994
agkryger@gmail.com

Kulturellen – Hedemarken

Alice Kristensen
Telf: 2577 4625
Alice.kristensen@hedemarken.dk

Onsdagsklubben

Steen Sørensen
Sundhedshuset
Tlf.: 9168 8279
teuboe@hotmail.com

Pensionisthaveforeningen Udsigten

Steen Grønberg
Valmuens Kvarter 6B
Tlf:2183 4937
Steeng2@gmail.com

P.K.V.6

Birgitte Hundevad
Æblets Kvt. 5B
Tlf.: 2851 6733
birgitte.hundevad@gmail.com

Røde Vejmølle Parks Kulturelle Forening

Holger Hansen
Præstehusene 7
Tlf.: 4129 4173
holgerpeterh@gmail.com

Seniorklubben Skovengen

Else Baadsgaard
Snebærhaven 133
Tlf.: 2089 461??

Torsdagsklubben – Solporten/

Grønneled
Ina Nielsen
Solporten 1
Tlf.: 2728 4364
Inanielsen3@gmail.com

Vejrmøllens Fiskeklub

Steen Thystrup
Humlehusene 2
Tlf.: 6165 3500
vejrmolle@gmail.com

Ældreklubben

Godthåbsparken

Kirsten Kjersgaard
Skyttehusene 33
Tlf.: 4230 3358
moelner@email.dk

Ældre Sagen - Albertslund

Lisbeth Lundbergh
Damgårdshave
Tlf.: 3082 0530
lundbergh@4nord.dk