

Demenstiltag i Varde Kommune

Mette Fuglsang Larsen, udviklingskonsulent, Varde Kommune

Demensvenlighed

"Demens er en barsk, dødelig sygdom, som ubønhørligt dag for dag, trænger ind i hjernen og hjemmet hos både den enkelte og familien. Sygdommen påvirker evnen til at huske fortiden, løse hverdagens udfordringer i nutiden og påvirker vores ønsker for fremtiden. Demens er ikke bare en sygdom der tager livet af os. Det er en sygdom, som tager livet fra os. På trods af sygdommens store påvirkninger for både den enkelte og for de pårørende, er et værdigt og aktivt liv med en demenssygdom muligt." (Kilde: "På vej mod demensvenlige kommuner", Demensrummet 2016)

Demensindsats

Sådan står der i introduktionen til Demensalliancens udgivelse om Demensvenlige Kommuner, som Varde Kommune i 2015 bidrog til. En beskrivelse som de fleste, der kender til demens, kan sætte sig ind, men som de færreste ved præcis, hvordan man løser. Det samme havde man politisk erkendt i Varde Kommune. Efter vores politikere i foråret 2015 var på studietur i Skotland, kom de hjem med en klar målsætning om, at der skulle sættes ind for at optimere forholdene for demensramte og deres pårørende.

På baggrund af ovenstående tilsluttede Varde Kommune sig Demensalliancens ambitioner og gik i gang med arbejdet om:

- At sikre bedre sygdomsforløb for personer med demens
- At sikre bedre støtte til pårørende
- At sikre kompetenceløft til personalet
- At sikre tilgængelige og inkluderende lokalsamfund
- At sikre flere demensindrettede boliger

Processen

For os som kommune var det en stor hjælp at være sammen i et forløb med andre kommuner, som stod i samme situation og med samme udfordringer. Et forum, hvor man kunne være ærlige om alt det, der var udfordrende, og dele alt det man ikke lykkedes med. Men samtidig et forum, hvor man kunne lære af hinandens løsninger og hvor man kunne fejre hinandens sejre. Og 'sammen om' blev netop kodeordet for os. Hvis vi skulle løse opgaven, skulle vi tænke bredere end normalt og erkende, at dette var en udfordring, vi ikke kunne løse alene.

Med den tænkning i bagagen tog vi hjem og begyndte arbejdet.

Jeg vil i denne artikel ikke gå ind i samtlige tiltag og indsatser, men fremhæve de indsatser, hvor vi har gjort noget anderledes, end vi normalt ville gøre.

Den fælles indsats

Med inspiration fra Demensalliancen og med erkendelsen i baghovedet besluttede vi, at lave en lokal demensalliance. En lokal alliance som skulle være med til at sikre det brede perspektiv på arbejdet om demens og som ligeledes skulle sikre, at vores gode intentioner ikke blot blev på skrivepulten, men kom ud over rampen.

Derfor inviterede vi en række lokale partnere med ombord i en lokal demensalliance. I dag består vores lokale demensalliance af Alzheimerforeningen, ÆldreSagen, Aflastningstjenesten, FOA, DSR, Ergoterapeutforeningen, Gerontopsykiatrisk afdeling (Esbjerg), Ældrerådet, Pro-Varde (erhvervsudviklingsforening), præsterne i kommunen, Udviklingsrådet Ansager-Skovlund og naturligvis Varde Kommune også med politisk og embedsfaglig repræsentation. Dette har vist sig som et godt og innovativt greb, som i den grad har pustet til kommunens horisont for mulige løsninger. Jeg vil fremhæve følgende fire, da det lige netop omhandler 'sammen om':

- Inddragelse og samarbejde med præsterne.
- Danmarks første demensvenlige lokalsamfund (Ansager-Skovlund)
- Undersøgelse af pårørendes oplevelse af "Mødet med Varde Kommune".
- Demensvenlige butikker og andre borgerrettede servicefunktioner.

Inddragelse og samarbejde med præsterne

I den lokale demensalliance blev idéen om at skabe et samarbejde med præsterne og kirkerne i kommunen bragt op. Derfor inviterede vi præsterne med i den lokale demensalliance, som var glade for invitationen og gik ind i arbejdet med drive.

Det har bl.a. affødt, at præsterne i dag er med til at lave pårørendegrupper,

Ikke alle tiltag og indsatser vil blive gennemgået i denne artikel. Vil du vide mere er du velkommen til at besøge: www.vardekommune.dk/demens eller kontakte:

Ældrechef: Thorkild Sloth Pedersen, thpe@varde.dk

Udviklingskonsulent: Mette Fuglsang Larsen, melf@varde.dk

hvor pårørende mødes og taler om de udfordringer, de står i, og for nogle også det følelsesmæssige kaos der medfølger. Præsterne har traditionelt nogle kompetencer ind i emner som sorghåndtering og svære livskriser, som i denne sammenhæng er yderst relevante. Vi tror også på, at præsterne kan appellere til andre målgrupper, end de pårørendegrupper vores demenskonsulenter (koordinatorer) kører alene.

Derudover er præsterne blevet opsøgende på at indgå i andre samarbejder, både omkring plejecentre, men også i forhold til at løse demensvenlighedsopgaven i civilsamfund.

Danmarks første demensvenlige lokalsamfund i Ansager-Skovlund

En af de andre idéer, som er genereret i den lokale demensalliance, er idéen om at lave Danmarks første demensvenlige lokalsamfund. Det lokale udviklingsråd i Ansager-Skovlund – som er et mindre lokalsamfund på godt 2500 indbyggere - blev kontaktet, og de var med på idéen. Gennem det seneste år, er der målrettet blevet arbejdet på at gøre lokalområdet demensvenligt, hvilket har ført til, at vi har kommunens første demensvenlige butikker, afviklet musikarrangementer på det lokale hotel, der har været afviklet demensveninstruktørkurser og generelt kommet et stort fokus på demens i området. Derudover har den lokale sportsforening demensaktiviteter i støbeskeen, og et bredere samarbejde etableres nu mellem flere lokale kræfter.

Undersøgelse af pårørendes oplevelse af 'Mødet med Varde kommune'.

I den lokale demensalliance blev der fra de frivillige organisationers side udtrykt et behov for at få kigget på pårørende-delen i kommunens opgaveløsning. Derfor udarbejdede vi en undersøgelse af, hvordan pårørende til demensramte oplevede 'Mødet med Varde Kommune'.

Det er ikke nødvendigvis 'rocket science', der kom ud af det, men der sker nogle gange noget, når problemstillinger bliver nedfældet på papir. Specielt problemstillingen omkring det gode samarbejde mellem pårørende og plejepersonale blev tydeligt. Jeg antager, at de fleste af jer som læser med, kender denne problemstilling til hudløshed.

I et samarbejde med bl.a. ÆldreSagen er vi nu gået i gang med at se på, hvordan vi bedst skaber løsninger, således at både pårørende og personale får bedre forhold. Yderligere har vi indvilliget i at præsentere resultaterne af vores undersøgelse på Ældresagens Nationale Pårørendekonference i september. Vi håber naturligvis på, at flere herved vil få fokus på problemstillingerne, så vi fælles kan komme frem til gode løsninger.

Demensvenlige butikker og andre med borgerrettede jobfunktioner

For at engagere befolkningen bredt har Varde Kommune tilbudt en lang række butikker, virksomheder og institutioner undervisning i, hvordan man kan hjælpe borgere med demens bedst muligt. Baggrunden her er, at personer med de-

mens, længe efter deres diagnose stilles, skal varetage dagligdags gøremål så som at handle ind, gå til lægen, på apoteket mv. Derfor vil vi gerne understøtte, at man som demensramt oplever den rette hjælp til fortsat at kunne mestre eget liv. Derudover ligger der også en vigtighed i fortsat at føle sig inkluderet i samfundet, for at forebygge isolation og ensomhed.

Undervisningen har været tilbudt i ca. 3 mdr. og knap 20 virksomheder har allerede takket ja til tilbuddet. Det er alt fra dagligvarebutikker til taxaselskaber, boligforeninger og apoteker.

[Klik her og se en lille video om, hvordan butikkerne oplever dette tilbud, og hvorfor de gerne vil støtte op om det](#)

Fokus på aflastning af pårørende

Som et særligt fokus i Varde Kommune har vi valgt at udvikle på vores aflastningstilbud til pårørende til demensramte. Det har vi i forbindelse med, at vi sidste år fik satspuljemidler fra puljen om aflastningstilbud til pårørende til demensramte i egen bolig. Vi valgte indledningsvist at undersøge de pårørendes behov, forud for igangsættelse af nye aflastningsløsninger. Interessant ved undersøgelsen var, at vores (Varde Kommunes) klassiske forståelse af aflastning, hvor den demensramte var ude af huset, således den pårørende kunne have tid for sig selv, ikke var den eneste forståelse af begrebet aflastning. Faktisk udtrykte en del pårørende, at det de ønskede allermost var at opretholde et normalt liv, som fortsat indebar dagligdags gøremål sammen med den sygdomsramte, såvel som fælles oplevelser. Yderligere blev det også italesat, hvor betydningsfuldt det var, når venner og bekendte fortsat kommer på besøg, og fortsat tager den sygdomsramte med til aktiviteter - i kortklubben eller på golfbanen osv. Den demensramte kunne måske ikke huske vennen, men følelserne som opstod i kortklubben og i fortællingen om de gode fælles minder, har stor værdi.

I undersøgelsen blev det også tydeligt, hvor svært det er for de pårørende at bede om hjælp. De står ofte i situationer, hvor de ikke selv er klar over deres eget behov for hjælp, såvel som den vestjyske mentalitet om, at man ikke skal lægge andre til last, spændte ben for deres eget velbefindende.

På baggrund af dette har vi igangsat forskellige initiativer, som lige nu afprøves, for at se hvorvidt de gør en forskel for de pårørende.

Individuelle samtaleforløb for pårørende

En indsats som netop skal hjælpe de pårørende med at tage imod hjælp udefra og støtte dem i deres egen mestring af situationen er, at en af kommunens demenskonsulenter (koordinatorer) tilbyder et samtaleforløb på 7-10 gange, hvor fokus er på den pårørende og den pårørendes behov og velbefindende. Formålet er at hjælpe den pårørende til at skabe de rammer for sig selv, der

gør, at vedkommende kan mestre situationen, blive bedre til: at sige fra, at bede om hjælp fra omverdenen og at varetage de dele af omsorgsopgaven, vedkommende ikke selv mestrer.

Selvom forsøget endnu ikke er evalueret, har det givet så positive resultater, at det er en metodik og tænkning, som vi i kommunen vil arbejde videre med. Den hænger godt sammen med vores kompetenceløft på demensområdet gennem uddannelsen KRAP, som netop handler om at have fokus på borgernes egne ressourcer via en anerkendende pædagogisk tilgang.

Opretholdelse af det normale og meningsfulde liv

Et andet aflastningstiltag, er et tiltag, som er blevet til på baggrund af tænkningen om at opretholde 'det normale liv', forstået som normale gøremål og aktiviteter, samt fortsat at kunne gøre ting sammen som par. Udfordringen i at opretholde et normalt liv ligger bl.a. i, at de pårørende skal hjælpe og våge over den demensramte en stor del af døgnets timer. Dette sætter den pårørende på hårdt arbejde. Ydermere kan manglende evne til at forstå og tilfredsstille den demensramtes behov føre til enorme følelsesmæssige frustrationer og dårlig samvittighed over ikke at gøre tingene godt nok. Den relationelle balance i parforholdet forskydes, og parforholdet kan lide herunder. Alt dette er med til at tappe den pårørende for energi. Indsatsen går ud på at sikre meningsfulde aktiviteter og gøremål i hverdagen. Både ting som den demensramte og den pårørende kan gøre sammen, men også noget, som den demensramte kan gøre alene eller sammen med andre. På baggrund af en dybdegående screening, skaleres aktiviteter og gøremål til et niveau, den demensramte fortsat mestrer. Screeningen foregår via metoderne MOHOST og Sensory Profile, hvorefter der opsættes en måltrappe med succeskriterier for borgeren.

Tiltaget er endnu ikke evalueret, men evaluering vil forelægge ved udgangen af 2017.

Sammenhæng og udvidelse af kommunale aktivitetstilbud

Vores fokus på demensområdet gjorde det klart, at vi har en voksende gruppe af yngre demensramte, som ikke passer ind i vores eksisterende tilbud. Derfor har vi i efteråret oprettet en klub for yngre personer ramt af demens. Det er et dagtilbud, som drives af ergo- og fysioterapeuter, og hvor brugerinddragelse er et væsentligt omdrejningspunkt for aktiviteterne i klubben. Grundlæggende arbejdes der med fysisk aktivitet og kognitiv stimulering, men det sociale fællesskab med ligesindede er også en væsentlig del af tilbuddet.

I klubben bliver man efter 8 uger introduceret for en kontaktperson i visitationen, for at opbygge den relationelle forbindelse i god tid. Det er også klubbens opgave at introducere brugerne for demensdaghjem, hvor de skal udsluses til, når de ikke længere kan komme i klubben. Derfor laves der regelmæssige udflugter til

daghjemmene, hvor det er klubdeltagernes opgave at passe daghjemmenes have og plantekasser mv. Der arbejdes i øjeblikket på at tilpasse aktiviteterne i daghjemmene til en mere differentieret gruppe af borgere for at kunne skabe en bedre overgang mellem tilbuddene.

Civilsamfundets rolle og ansvar

Som en foreløbig kulmination på erkendelsen 'sammen om', pårørendes ønskes om involvering af venner og bekendte, samt vores ambition om tilgængelige og inkluderende lokalsamfund, har vi igangsat aflastningstiltag, som er drevet af private og frivillige aktører.

I samarbejde med DGI laves der fra årsskiftet motionstilbud til demensramte i mindre grupper forskellige steder i kommunen. Derudover har lokale frivillige foreninger indenfor den musiske og kunstneriske verden valgt at lave en række aktiviteter for demensramte og deres pårørende. Det er alt fra musikterapi med fokus på, hvordan man kan bruge det i eget hjem, til koncerter, farfar-fortællinger og fingermaling med en lokal kunstner. Der er tale om små, trykke grupper, og de frivillige er blevet klædt godt på med undervisning i demens. Sidste tiltag er et forsøg på at skabe fokus på venner og bekendtes rolle, når deres ven eller veninde rammes af en demenssygdom. Med inspiration fra metodikken om borgerbudgetter satte vi en pulje penge til rådighed for borgerne, som kunne ansøge om penge til at lave aktiviteter med deres venner og bekendte, som var ramt af en demenssygdom. Selvom vi ikke druknede i ansøgninger, skabte det en del mediefokus, som vi forventer giver den ønskede effekt, nemlig at borgere hjælper deres demensramte venner ved fortsat at komme på besøg og give en hånd med.

Om kort tid skal vi udarbejde vores nye demensstrategi. Her vil vi fortsat arbejde med at forbedre mulighederne for, at personer med demens kan leve et værdigt og aktivt liv.

Kunne du og din kommune tænke dig at indgå i samarbejdet om, at skabe bedre samarbejde mellem plejepersonale og pårørende, så er du velkommen til at kontakte Varde Kommune eller ÆldreSagen for nærmere information.

Udviklingskonsulent Varde Kommune: Mette Fuglsang Larsen, mail: melf@varde.dk

Seniorkonsulent hos ÆldreSagen: Marie Lilja Jensen, mail: mj@aeldresagen.dk