



Ministeren:

Det skal være nemmere at være frivillig

Interview med social- og integrationsminister Karen Hækkerup

SE PORTRÆT PÅ SIDE 8

Ældrechefer:

Frivillige udgør et kæmpe potentiale

Survey viser stort nuværende og fremtidigt fokus på at integrere frivillige

SIDE 4

Mere velfærd for pengene

Tid til omsorg gennem mindre sygefravær

Tre plejecentre i Skive fik reduceret sygefraværet med hhv. 78, 50 og 40 procent gennem reorganisering, struktur og klarhed, og effekten er der stadig efter 2 år.

LÆS HVAD DE GJORDE PÅ SIDE 14



Direktør
Søren Dinesen
Marselisborg
Telefon: 2022 3791
E-mail: sd@marselisborg.org

Velkommen til 'ÆldreLiv'

Du sidder lige nu med første nummer 'ÆldreLiv', et nyhedsbrev, der af-dækker og kommenterer aktuelle ældrepolitiske emner, og opsamler relevant viden på området.

Målet med 'ÆldreLiv' er at etablere et forum, hvor politiske og administrative beslutningstagere samt praktikere og fagpersoner kan finde inspiration til udvikling af ældreområdet. Det er vores vurdering, at der er efterspørgsel efter et sådan forum, hvilket vi bl.a. ser ved, at 187 beslutningstagere fra 83 kommuner har svaret på surveyen i dette nummer.

I surveyen giver beslutningstagerne deres bud på, hvordan frivillige kan anvendes som samarbejdspartnere på ældreområdet. Resultaterne viser, at der over en bred kam er et stort fokus på at styrke civilsamfundet i at bidrage til, at ældre får en god og aktiv alderdom. Således vurderer 95 procent af de 178 adspurgte, at der stadig er et uforløst potentiale, når det gælder om at inddrage frivillige på ældreområdet.

Allerede nu gøres der rundt omkring i landet mange erfaringer med, hvor man med fordel kan inddrage frivillige, hvilket du kan læse mere om i surveyartiklen på side 4-7. I 'ÆldreLiv' giver vi samtidig en status på projekt "Ensomt eller aktivt ældreLiv – et frivilligt valg". I projektet forsøger vi i 25 kommuner at matche de enkelte ældre med frivillige personer og foreninger med kommunen som integreret samarbejdspartner. Du kan læse mere om projektet på side 10-12.

En der har store forventninger til frivillighed er social- og integrationsminister Karen Hækkerup (S). Ministeren brænder for at skabe så gode rammer som muligt for, at civilsamfundet trives og gror. Hun ser frivillige som en ressource, der kan være med til at hjælpe ældre ud af isolation og ensomhed - men også at ældre selv er, og kan være, en ressource i foreningslivet.

Uanset hvordan man vender og drejer det, er der brug for nytænkning af velfærdssamfundets ydelser, hvis vi skal opretholde et højt serviceniveau for landets borgere. I plejesektoren er det vigtigste, når alt kommer til alt, at der er tid til at give omsorg til de ældre – i eget hjem og på plejecentrene. Og her er tilrettelæggelse af arbejdet samt et lavt sygefravær altafgørende for at realisere mere tid til omsorg og mere velfærd for pengene. Læs på side 14-15 hvordan det er lykkedes tre plejecentre i Skive Kommune at skabe langt mere tid til omsorg gennem reduktion af sygefravær og ved at tilrettelægge arbejdet og samarbejdet mellem omsorgs- og plejemedarbejderne mere hensigtsmæssigt.

Marselisborg ønsker at bidrage til at styrke rammerne for den gode alderdom i Danmark. Vi tror på, at den offentlige pleje og omsorg, i endnu højere grad end

ÆldreLiv

Udgives af Marselisborg
– Center for Udvikling,
Kompetence & Viden

P.P. Ørums Gade 11,
Bygn. 1A, 8000 Aarhus C
www.marselisborg.org

Redaktionen:

Søren Dinesen, Ansv. red.
Direktør, Marselisborg

Marianne With Bindslev/
Westendstory

Skribenter:

Jannie Schjødt Kold og
Marianne With Bindslev

Forlag:

Marselisborg Media

Grafisk opsætning:

Henriette Dissing

Tryk:

Zeuner Grafisk as



Indhold

i dag, kan matche den ældres behov, hvis vi hele tiden arbejder innovativt. Marselisborg kommer med systematikker, metoder og modeller fra andre velfærdsområder, og vi tror på, at vi i fællesskab kan skabe nytænkende løsninger til indsatsen for de ældre. Læs mere om hvad Marselisborg kan bidrage med på side 12-13.

Nyhedsbrevet vil udkomme cirka to gange årligt, og bliver rundsendt pr. post og elektronisk til nationale og kommunale interessenter indenfor ældreplejen.

Vi ser frem til et konstruktivt samarbejde.

Søren Dinesen
Direktør
Marselisborg

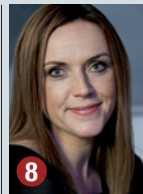
Ni ud af ti ældrechefer:

Frivillige udgør et kæmpe potentiale i ældreindsatsen

Rundt omkring i landet bygges der bro mellem det offentlige og den frivillige verden.

SIDE 04-07

SURVEY



5 skarpe til social- og integrationsminister Karen Hækkerup:

Det skal være nemmere at være frivillig

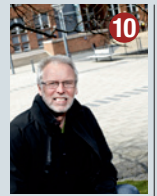
Vi skal være langt bedre til at rekruttere ressourcestærke ældre som frivillige.

SIDE 08-09

Frivillige skal afhjælpe ældres ensomhed

Selvom mange ældre er aktive, er efterspørgslen efter flere aktiviteter stor.

SIDE 10-12



Hvad kan Marselisborg bidrage med?

Mere velfærd for pengene

Marselisborg har gennem 10 år udviklet indsatsen bredt i den offentlige sektor, og nu overføres erfaringerne til ældreområdet.

SIDE 12-13



Mere tid til omsorg – hvordan?

I sidste ende er det oplevelsen af menneskelige relationer og omsorg, der er afgørende for livskvaliteten blandt de ældre beboere på landets plejecentre.

SIDE 14-15

Unge og ældre skal hjælpe hinanden

Der findes mange muligheder for at føre et aktivt ældreliv, men det indbefatter sjældent relationer mellem unge og ældre. Men sådan behøver det ikke at være.

SIDE 16

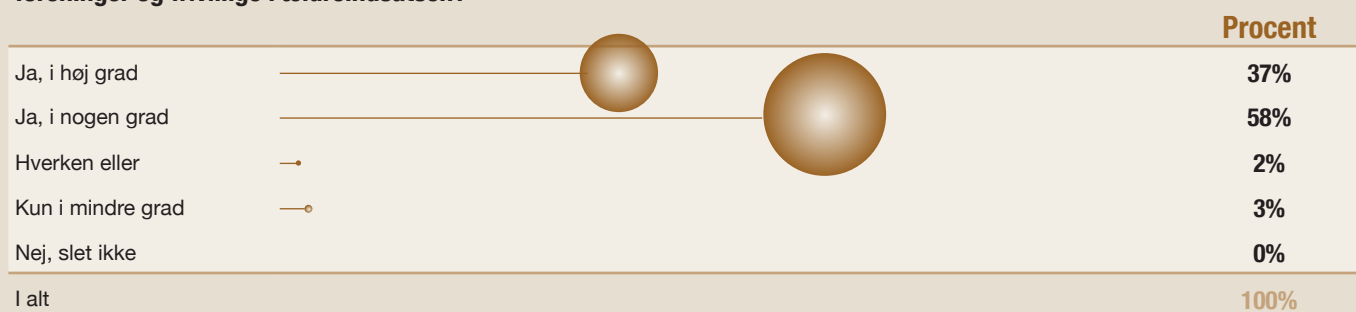


Ældreliv
Udkommer
2 gange årligt

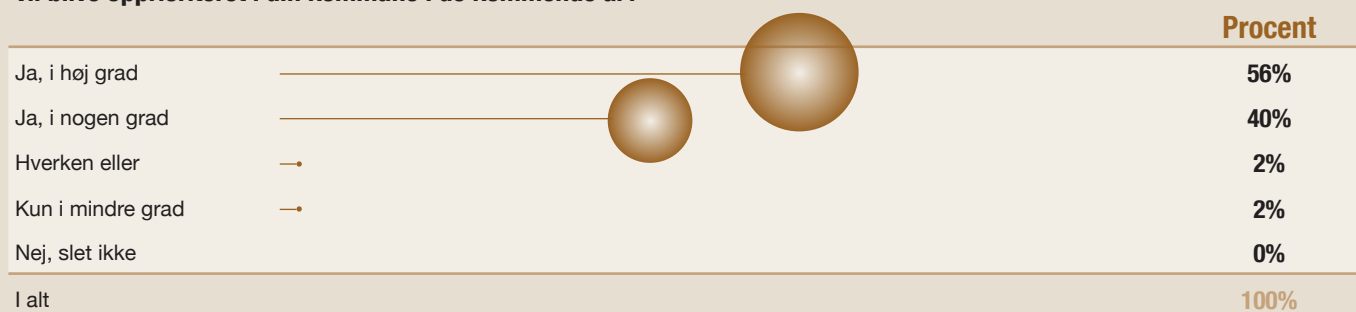
Elektronisk abonnement:
Send mail til elb@marselisborg.org

Surveyen viser:

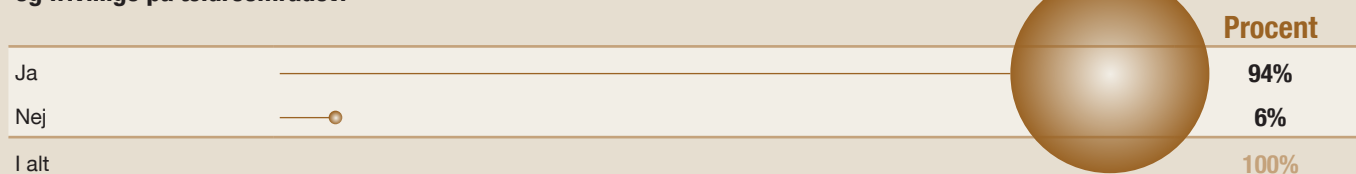
I hvilken grad vurderer du, at der findes et uforløst potentiale i at inddrage foreninger og frivillige i ældreindsatsen?



I hvilken grad forventer du, at inddragelsen af frivillige og foreninger på ældreområdet vil blive opprioriteret i din kommune i de kommende år?



Arbejder din kommune aktuelt med at inddrage foreninger og frivillige på ældreområdet?



Ni ud af ti ældrechefer:

Frivillige udgør et kæmpe potentiale i ældreindsatsen

Den frivillige sektor rummer et stort uforløst potentiale, mener landets ældrechefer. Rundt omkring i landet bygges der bro mellem det offentlige og den frivillige verden.

På trods af at frivillighed har stået højt på dagsordenen i de senere år, er potentialet for at inddrage frivillige og foreninger i ældreindsatsen stadig meget stort. Det vurderer hele 95 procent af 187 adspurgte ældrechefer og andre beslutningstagere på området i en survey foretaget af Marselisborg.

58 procent svarer således, at der i nogen grad er et uforløst potentiale blandt de frivillige foreninger, 37 procent svarer, at der i høj grad er et uforløst potentiale, og en af dem er rådmand Jane Jegind fra Odense Kommunes Ældre- og Handicapforvaltning. ”Potentialet er enormt, hvis blot vi som kommuner tør tænke anderledes,” siger hun.

Spisevenner vinder frem

Som et eksempel på nytænkning indenfor kategorien ’sociale aktiviteter’ er projektet ’Spisevenner’, som Ældre Sagen i samarbejde med Odense kommune har sat i søen. Her tager 40 spisevenner hver uge ud og spiser et måltid sammen med en

ældre person i Odense, som ellers spiser for lidt og dermed risikerer helbreds- og ernæringsproblemer.

”Det er et fint eksempel på den slags samarbejder, vi skal etablere mellem kommuner og frivillige foreninger. Vores sosu-hjælper i hjemmeplejen ved, at fru Jensen er småtspisende, svagelig og ikke kan tåle at tabe et kilo mere. Ældre Sagen står for organiseringen af de frivillige spisevenner, der en gang om ugen kommer ud og sørger for, at det vigtige måltid bliver indtaget i en social hyggelig atmosfære,” fortæller rådmand Jane Jegind.

De første resultater af projektet, der også har inspireret blandt andre København til

at gå i gang med tiltag, er gode.

”Vi kan konstatere at de ældre ikke alene har taget på, men også angiver, at de er mere glade og har genfundet noget af den tabte livsgejst, efter at de har fået sig en spisevenn,” konkluderer Jane Jegind.

Brobyggere ansat i København

Der er al mulig grund til at kigge på, hvordan de frivillige kan støtte op om kampen mod den ensomhed, der alt for ofte rammer de ældre. På den baggrund har Københavns Kommune eksempelvis sat sig et mål om at halvere antallet af ensomme ældre københavnere over de næste tre år. Det fortæller sundheds- og omsorgsborgmester Ninna Thomsen, der blandt andet arbejder for, at pleje- og omsorgsmedarbejdere bliver endnu bedre til at hjælpe ældre ind i sociale aktiviteter, eksempelvis i det frivillige foreningsliv.

”Når sosu-hjælperen kommer hjem til gamle hr. Olsen, der er blevet enkemand og sidder meget alene, så skal sosu-hjælperen ikke kun drikke en kop ’trøstekaffe’ med ham, men i højere grad sørge for at hr. Olsen kommer ud af huset,” forklarer Ninna Thomsen.

Tanken er, at hvis sosu-hjælperen savner inspiration eller viden om, hvad der er af muligheder, tager vedkommende kontakt til en af de fem brobyggere, der er blevet ansat i Københavns Kommune til netop

Fakta om undersøgelsen:

Artiklen bygger på resultater af en survey rundsendt til beslutningstagere indenfor ældreområdet i april 2012. I alt 187 chefer og andre beslutningstagere har svaret på surveyen, der repræsenterer 80 kommuner.

Det vil sige, at 87% af alle landets kommuner er repræsenteret i resultaterne.





Sundheds- og omsorgsborgmester

Ninna Thomsen

Foto: Pressefoto

at bygge flere broer mellem den frivillige og den offentlige sektor.

”Brobyggeren kan fortælle, at hvis hr. Olsen, der har arbejdet som tømrer hele sit liv, ikke har lyst til at sidde og blomstre på et strikkehold i ældreklubben, kan han blive frivillig handyman i en SFO, komme på et IT-hold for ældre eller noget helt tredje,” siger Ninna Thomsen.

Det vigtige generationsmøde

Som det ser ud nu, svarer 94 procent af ældrecheferne og aktørerne på området, at de arbejder målrettet med frivillige indenfor især områderne social trivsel, sundhed og praktiske gøremål. Skønt en overvejende del af de adspurgte peger på et åbenlyst potentiale for at lade de frivillige kræfter træde til på områder som bekæmpelse af ensomhed og IT-undervisning, finder det kun sted i mindre grad i kommunerne. Især ser det, ifølge undersøgelsen, ud til, at der i forhold til at udvikle meningsfulde aktiviteter, hvor unge og ældre møder hinanden, stadig er mange muligheder. Her kan man med fordel skæve til Odense Kommune, hvor etableringen af fire Røde Kors-caféer på plejecentrene i byen, har fået unge frivillige til at melde sig til at lave sangaftener og socialt samvær med de ældre.

I fremtiden ser både Jane Jegind fra Odense Kommune og Københavns

sundheds- og omsorgsborgmester Ninna Thomsen gerne, at der kommer yderligere fokus på at skabe samkvem mellem generationerne i forskellige konstellationer og aktiviteter. I Odense pakker flere skoleklasser på eget initiativ skoletaskerne med bøger, der er egnet til højtlesning og drager til et plejehjem i nærheden.

”Børnene får trænet deres læsefærdigheder, de ældre får liv ind i stuerne og giver samtidig noget igen til børnene i form af fortællinger fra gamle dage. Det er uvurderligt,” fortæller Jane Jegind om projektet.

Uanset hvordan generationerne mødes i fremtiden, ligger en ting fast:

Vi kommer til at høre mere om inddragelsen af den frivillige sektor i ældreindsatsen. Hele 96 procent af de adspurgte ældrechefer peger på, at der vil blive sat yderligere spot på inddragelsen af den frivillige sektor i ældreindsatsen de kommende år.

Kommentarer fra surveyen

– Det siger cheferne

Områder hvor frivillige med fordel kan inddrages

De adspurgte chefer vurderer, at frivillige med fordel kan inddrages på følgende tre områder.

Social trivsel

Først og fremmest angiver mange, at de frivillige kan bidrage til de ældres sociale trivsel. Især på plejecentrene, hvor de frivillige kan planlægge og bistå ved aktiviteter, fx sang, højtlesning, håndarbejde, udflugter eller være samtalepartnere for de ældre. Dernæst i de ældres private hjem hvor de frivillige kan blive besøgsvenner eller ledsage den ældre til aktiviteter.

På dagcentre eller aktivitetscentre kan de frivillige bidrage til den sociale trivsel ved aktiviteter og samtaler. På både plejecentre og i private hjem er der desuden fokus på måltider, hvor de frivillige kan hjælpe med tilberedning af maden, borddækning og som selskab under måltidet.

Sundhed

Flere vurderer, at de frivillige er et aktivt forhold til de ældres sundhed. Frivillige kan bistå ved genoptræning, som motionspartnere og ved faldforebyggelse. De kan generelt forebygge de ældres behov for pleje, og de kan bistå den ældre i mødet med sundhedsvæsenet. Dertil kommer, at frivillige kan agere som ”vågekoner” over syge eller døende.

Praktiske gøremål

Desuden anses de frivillige som et bidrag til praktiske gøremål. Det kan være hjælp til indkøb og vasketøj, som handyman eller til hjælp med havearbejde. De frivillige vil også kunne bistå de ældre med fx IT-undervisning, med netværksdannelse eller hjælpe med læsning af offentlige papirer. Flere angiver desuden, at de frivillige kan bistå demente eller de dementes pårørende.

Konkret peger de adspurgte på følgende enkelte aktiviteter:

- Afhjælpe ensomhed, herunder besøgsven
- Større samarbejde mellem unge og ældre
- Sociale aktiviteter og omsorg hovedsageligt for ældre på plejecentrene (både som arrangører og ”udfører”), ”social trivsel”, kultur, kunst, højtlesning, håndarbejde, samtaler, udflugter
- Hverdagsrehabilitering
- IT-undervisning
- Fysiske aktiviteter, gåture, faldforebyggelse, gymnastik, genoptræning
- I seniorcentre/aktivitetscentre/medborgerhuse/foreninger
- Hjælpe den ældre i mødet med sundhedsvæsenet, våge over syge/døende ”vågekoner”
- Praktiske opgaver i hjemmet, vasketøj, handyman, indkøb, ordne have
- Ledsagelse



Vi skal være langt bedre til at rekruttere ressourcestærke ældre som frivillige, siger social- og integrationsminister Karen Hækkerup (S), der samtidig ønsker at lette det frivillige arbejde for bureaukrati. "Det duer ikke, at ildsjæle mister modet, fordi der er alt for mange besværlige regler," siger hun.

1.

Flertallet af landets ældrechefer og beslutningstagere mener, at der findes et uforløst potentiale ved at inddrage frivillige på ældreområdet, viser en Marselisborg-survey. Hvad mener du?

Alle de danskere, der arbejder frivilligt, gør en kæmpe og vigtig indsats. Det har stor betydning for både samfundet og de mennesker, der bruger de mange tilbud, som frivillige kræfter står bag, også for ældre. Men vi har også en gruppe af stærke ældre, som selv brænder for at gøre en forskel for andre gennem frivilligt arbejde. De er en stor ressource, som vi kan blive endnu bedre til at benytte os af. Selvfølgelig for samfundets skyld, men mest fordi det giver mening og skaber glæde både hos den ældre, der udfører arbejdet, og den der tager imod. Det kan f.eks. være i form af flere aktiviteter på landets plejehjem, sådan som Ældrekom-

5 skarpe til social- og integrationsminister Karen Hækkerup:

Det skal være nemmere at være frivillig

missionen anbefaler, og ved i højere grad at åbne for at borgere fra lokalsamfundet kan tage del i fællesaktiviteter med plejehjemsbeboere.

2.

Hvor mener du, at frivillige med fordel kan gøre nytte i ældreindsatsen, og hvor går grænsen mellem frivillige og det offentlige?

Der er mange områder, hvor det giver utrolig god mening at inddrage frivillige i forhold til de ældre. F.eks. er der masser af unge mennesker, som synes, at det er sjovt og spændende at være besøgsvenner hos ældre på plejehjem.

De er et frisk pust af glæde og nærvær, som virker livsbekræftende både for de ældre og medarbejderne på plejehjemmet. Det kan også være vågekoner, som støtter en døende, der gerne vil have en frivillig hånd ved sin side, når livet rinder ud. Det betyder meget, at de frivillige har tid og et engagement, som udspringer af, at de selv har valgt at bruge kræfter på at gøre lige præcis det, som den ældre har brug for.

I forhold til hvor grænsen går, for hvilket arbejde frivillige med fordel vil kunne gøre, mener jeg, at det er vigtigt, at man lokalt på plejecentre og i ældreindsatsen generelt tager en snak om, hvordan man bedst tilrettelægger samarbejdet mellem de frivillige og personalet. Og det er vigtigt, at der er en gensidig respekt mellem medarbejderne og de frivillige.

3.

Har du nogle tanker omkring, hvordan frivillighed kan være med til at bekæmpe ensomhed og styrke samkvem på tværs af generationer?

Vi står midt i 'Det europæiske år for aktiv aldring og solidaritet mellem generationerne', og året skal naturligvis bruges til at sætte fokus på, hvordan generationerne kan drage fordel af hinanden – også gennem frivilligt arbejde. Vi skal gøre op med den stereotype opfattelse af ældre som svage mennesker – mange er som sagt stærke, har mod på at dele ud af deres livserfaring, og der er stor gevinst ved at dyrke relationen mellem forskellige generationer. Det gør vores fællesskab stærkere, og kan bekæmpe ensomhed, når unge lærer ældre at sms'e, eller viser dem vejen til ny viden på internettet. Og når ældre lærer unge at lave mad eller giver lektiehjælp. Det, der kender tegner det frivillige arbejde er, at det er mennesker, der møder mennesker. Ikke 'systemer', der møder 'borgere', eller 'gamle' der møder 'unge'. Mennesket kommer før alderen. Det gør, at vi bliver klogere på os selv og hinanden, når vi er sammen på tværs af generationerne.

4.

Hvad er din forventning til projektet 'Et ensomt eller aktivt ældreliv', der handler om at bekæmpe ensomhed hos ældre, blandt andet ved at engagere ældre i foreningslivet?

Når en ældre mand eller kvinde mister sin ægtefælle gennem mange år, kan det være svært at takle den ensomhed, som ofte følger med. Jeg håber, at "Et ensomt eller aktivt ældreliv" kan være med til at hjælpe ældre ud af isolation. Vi ved jo alle sammen, hvor meget det betyder at føle sig som en del af et fællesskab. Jeg håber, at andre frivillige foreninger vil blive inspirerede af projektet og gøre brug af den store ressource, som ældre mennesker kan være i den frivillige indsats.

5.

Hvilken indsats vil du helst huskes for på området?

Jeg vil i hvert fald arbejde for, at den frivillige sektor i Danmark skal forblive stærk og innovativ. Samtidig skal det blive nemmere at være frivillig. Det duer ikke, at ildsjæle mister modet, fordi der er alt for mange besværlige regler for det frivillige arbejde. Derfor har jeg inviteret en masse frivillige til at fortælle, hvad der kan gøre deres arbejde nemmere. De står midt i det og ved, hvad det handler om, og det vil jeg benytte mig af, så det frivillige arbejde kan blive ved med at være en del af fundamentet for det velfærdssamfund, vi er så stolte af i dag.



Chefkonsulent
Dorit Wahl-Brink
Marselisborg
Telefon: 2173 3735
E-mail: dwb@marselisborg.org

Ensomt eller aktivt ældreliv
– et frivilligt valg



Om Ensomt eller aktivt ældreliv – et frivilligt valg

Projektets mål er:

- At styrke livskvaliteten hos ældre, der oplever ensomhed
- At understøtte og videreudvikle den vigtige sociale indsats som det frivillige foreningsliv yder gennem udvikling og afprøvning af nye aktiviteter og metoder
- At udvikle redskaber der kan anvendes til at matche de ældre til ønskede og relevante frivillige foreninger

Projektet er finansieret af Socialministeriet og løber fra 2011-2014

Projekt Ensomt eller aktivt ældreliv gennemføres lige nu i 25 kommuner spredt over hele landet.

Til projektet er der tilknyttet faglige ressourcepersoner fra Ensomme Gamles Værn (EGV), Frivilligcentre og Selvhjælp Danmark (FriSe), Kommunernes Landsforening (KL) og Ældresagen.



Faglig følgegruppe

EGV (Ensomme Gamles Værn)
Frise (Frivillighedscentre og Selvhjælp Danmark)
KL (Kommunernes Landsforening)
Ældresagen

Midtjylland

Silkeborg
Skanderborg
Syddjurs
Vejle
Skive

Nordjylland

Vesthimmerland
Morsø
Rebil
Thisted
Aalborg

Fyn

Odense
Svendborg
Assens
Nyborg
Middelfart

Hovedstaden

Ishøj
Ballerup
Høje Taastrup
Frederiksberg

Sydvestsjælland

Lolland
Guldborgssund
Næstved
Slagelse
Odsherred
Faxe

Selvom mange ældre er aktive, er efterspørgslen efter flere aktiviteter stor – især blandt ensomme viser en undersøgelse, Marselisborg har foretaget blandt 4000 borgere. Derfor er Marselisborg i gang med at styrke samarbejdet mellem kommuner og frivillige foreninger i et landsdækkende projekt med 25 kommuner.

85-årige Esther mistede for et år siden sin mand, Aage, og føler sig nu alene. Hendes børn og børnebørn bor i den anden ende af landet, og de ringer kun engang imellem. Egentlig vil Esther gerne mere ud og møde mennesker. Men hun ved ikke rigtig, hvordan hun skal få hul på det, hvor hun skal starte, og hun kan ikke forestille sig at møde op alene i en kort- eller håndarbejdsklub.

Esther er en fiktiv person, men hendes problemstilling er ganske virkelig for rigtig mange mennesker. En spørgeskemaundersøgelse, Marselisborg har gennemført i fem midtjyske kommuner, viser således, at godt hver femte ældre kun har fysisk eller telefonisk kontakt til deres familie 1-2 gange om måneden. Samtidig viser undersøgelsen, at ældre, der føler sig ensomme, ikke i samme grad som andre ældre deltager i lokale aktivitetstilbud, selvom de savner socialt samvær.



Frivillige skal afhjælpe ældres ensomhed

Undersøgelsen er en del af pilotprojektet "Ensomt eller aktivt ældreliv – et frivilligt valg". Pilotprojektet bliver efter opfordring fra Social- og Integrationsministeriet nu udvidet fra de fem kommuner i Midtjylland til at omfatte i alt 25 kommuner på landsplan.

"Vi ved, at nogle ældre er ensomme, og mange ønsker et mere aktivt socialt liv. Samtidig findes der rigtig mange tilbud til ældre i de frivillige foreninger. Nu laver vi et projekt, hvor vi får matchet de ældre og foreningerne bedre i et samarbejde med foreningerne og kommunerne," fortæller chefkonsulent i Marselisborg, Mia Saskia Olesen.

Et kærligt skub ud af døren

Det interessante i dette projekt er ifølge Dorit Wahl Brink, der sammen med Mia leder projektet, at vi får viden om, hvad der kendetegner de ældre, der er ensomme. For vi ved, de er der.

"Hvad er de ældres barrierer for at deltage i aktiviteter? Og hvad kan foreninger, kommuner og andre gøre for at motivere de ældre til at deltage i flere aktiviteter? Den viden vil vi anvende til at udvikle redskaber, der matcher de ældre med foreningerne. Det kommer til at ske i et tæt samarbejde med foreningerne og kommunerne i projektet," siger Mia Saskia Olesen.

Kommunernes interesse for at deltage i 'Ensomt eller aktivt ældreliv' har været stor, og et projekt med så mange kommuner giver gode muligheder for at lære af hinandens erfaringer og prøve model-

ler af på mange forskellige kommuner. Det fortæller chefkonsulent hos Marselisborg, Dorit Wahl-Brink.

"Vi skal være mere for hinanden"

Vejle Kommune er en af de kommuner, der deltog i pilotprojektet. Kommunen medvirker, fordi det rummer interessante perspektiver menneskeligt og økonomisk. Det siger projektkoordinator på socialområdet i Vejle Kommune, Birger Kruse: "Undersøgelsen viste, at der var mange, der havde et godt liv, et stort netværk og mange besøg af familie. Alligevel var der nogle, der følte sig ensomme. Det vil vi gerne gøre noget ved, da samvær med andre giver livskvalitet. Ensomhed øger både sygelighed og isolation."

Efter at have fået resultaterne af spørgeskemaundersøgelsen har Vejle Kommune nedsat en arbejdsgruppe med deltagelse af byrådets Seniorudvalg, Frivilligrådet og Ældrerådet. Arbejdsgruppen skal blandt andet pege på lokale initiativer, som skal hjælpe med at komme ensomhed blandt ældre til livs. For Birger Kruse er det nemlig væsentligt at hjælpe civilsamfundet til at løfte et endnu større socialt ansvar, end vi ser i dag.

"Vi skal være mere for hinanden. Og her har det frivillige arbejde et stort ansvar og store muligheder for at hjælpe udviklingen på vej. Desuden står vi ved en skillevej, hvor det er nødvendigt at tage stilling til, hvilke roller vi skal forvente, det offentlige skal løse, og hvilke roller civilsamfundet skal løse," siger han.



Projektkoordinator
Birger Kruse
Vejle Kommune
Foto: Rasmus Baaner

For Christine E. Swane, direktør i Ensomme Gamles Værn, er det vigtigt at understrege, at civilsamfundet hverken kan eller skal erstatte de offentlige omsorgsopgaver. Men de kan supplere dem, og derfor er det kun godt, at der sættes fokus på samarbejdet mellem de frivillige, kommunerne og de ældre. For ensomhed har en høj pris, mener hun.

"Det er en kendt sag, at ensomme bliver hyppigere indlagt end andre. Ensomhed sætter sig simpelthen i kroppen og kan være decideret invaliderende. Derfor er det vigtigt at gøre noget, der kan lindre folks ensomhed, og måske endda forebygge den. Det tror jeg, det frivillige arbejde kan," siger Christine E. Swane.





Chefkonsulent
Mia Saskia Olesen
Marselisborg
Telefon: 2012 6365
E-mail: mso@marselisborg.org

Ensomme ældre efterspørger samvær med andre

Mens flertallet af ældre har et godt socialt liv, er ensomhedsfølelsen markant større blandt enlige ældre, og ældre der modtager hjemmehjælp. Det viser en omfattende undersøgelse som Marselisborg gennemførte blandt 4000 ældre i Midtjylland i efteråret 2011.

Undersøgelsen afdækker blandt andet hvilke ældre, der oplever ensomhed, de typiske barrierer for deltagelse i aktiviteter samt de ældres ønsker til aktivitetens indhold.

Mere end hver fjerde af de ældre i undersøgelsen oplever 'ofte' eller 'en gang imellem' ensomhed, og mange vil rigtig gerne deltage i flere aktiviteter. Men det vigtige er ikke kun det at komme hjemmefra.

"Det der mindsker ensomheden er, at de ældre i forbindelse med deltagelsen i aktiviteter oplever socialt samvær og nærvær. Populært sagt kan man godt gå til gymnastik i 10 år i træk, uden nogensinde at tale med de andre på holdet, mens andre aktiviteter mere direkte inviterer til socialt samvær," siger chefkonsulent Mia Saskia Olesen.

Det kan undre, at ældre, der føler sig ensomme, ikke i samme grad som andre ældre deltager i lokale aktivitetstilbud, når de egentlig gerne vil deltage, og når de savner socialt samvær med andre. Mere end hver tredje ældre, der oplever ensomhed, giver udtryk for, at de savner nogen at følges med til aktiviteterne. Hver fjerde oplever transportproblemer som en barriere for at deltage i lokale tilbud, mens hver femte ikke deltager på grund af fysiske helbredsproblemer. Dårlig økonomi og manglende viden om aktivitetstilbuddene i kommunen er også væsentlige barrierer blandt de ensomme ældre. Hver femte mangler kendskab til lokale tilbud, og de har ikke kunnet finde tilbud, der matcher deres ønsker.

Læs mere om projektet og hent rapporten på www.marselisborg.org

2002

Marselisborg blev stiftet som et projekt under Beskæftigelsesministeriet, og havde til formål at udvikle social- og beskæftigelsesindsatsen ud fra en rehabiliteringstilgang.

2005

Vi etablerede et videncenter, hvorfra vi udviklede metoder, redskaber, strategimodeller, uddannelsesforløb m.m., som matcher kommunernes konkrete behov.

2008

I 2008 begyndte vi at løse problemstillinger indenfor ældreområdet.

2012

i 2012 fremstår vi som et af landets førende videncentre indenfor beskæftigelsesområdet, og vi ønsker at opnå den samme position

Marselisborg er opbygget omkring følgende kerneområder:

Videnbank

Velfærdsområdets videnbank gennem metodeguides og redskaber, rapporter, nyhedsbreve og casestudier.

Konsulentvirksomhed

Analyse og evaluering:

Vidensopsamling med konkrete anbefalinger og løsningsforslag.

Organisationsudvikling:

Operationalisering af målsætninger til resultater i praksis.

Uddannelse og kompetenceudvikling:

Skræddersyede uddannelsesforløb til ledere og medarbejdere.

Udviklingslaboratorier

Kombination af teori og praksis gennem borgerrettede forløb.



Hvad kan Marselisborg bidrage med ?

Mere velfærd for pengene

Marselisborg har gennem 10 år udviklet indsatsen på beskæftigelsesområdet, og nu overføres erfaringerne til ældreområdet. Marselisborg kommer med nye vinkler på, hvordan vi får en mere målrettet ældreindsats.

Hvem er vi?

Marselisborg har siden 2002 understøttet udviklingen af den offentlige sektor med særligt fokus på at integrere rehabilitering på socialområdet og beskæftigelsesområdet. Her har vi en position som et relevant og anerkendt videncenter, og derfra har vi i de sidste 4 år opbygget kompetencer indenfor andre velfærdsområder, herunder ældreområdet:

”Vi har valgt at arbejde med ældreområdet siden 2008, fordi vi mener at kunne være med til at udvide rammerne for et aktivt ældreliv gennem nogle af de erfaringer, metoder og redskaber, som vi har udviklet i andre sektorer gennem årene,” siger Søren Dinesen, og giver et eksempel: ”I Skive Kommune implementerede vi resultatbaseret styring på tre plejecentre, hvilket skabte bedre struktur, mindre sygefravær og dermed mere velfærd for pengene”. Resultatbaseret styring har været genstand for adskillige projekter og udviklingsforløb i de sidste 3 år på beskæftigelsesområdet, og som Søren Dinesen siger: ”At en model, der i sin grundhed handler om at gøre ledere og medarbejderne mere bevidste om deres samlede og daglige målsætninger, er selvfølgelig også anvendelig i plejesektoren”.

Strategiske indsatsområder i ældreindsatsen

Teknologi

Ældreområdet nu og i fremtiden er kendetegnet ved flere ældre og færre ressourcer, og derfor bliver alle dele af indsatsen fortsat videreudviklet. Ud fra et overordnet perspektiv sker udviklingen gennem større anvendelse af teknologi, inddragelse af civilsamfundet og gennem fortsat effektivisering af indsatsen. Marselisborg arbejder ikke direkte med teknologidimensionen.

Civilsamfundet

I forhold til civilsamfundet afprøver og dokumenterer vi, hvor frivillige personer og foreninger i højere grad kan inddrages, og hvordan samarbejdet mellem frivillige, de ældre og kommunerne kan organiseres. Her ønsker vi at være med til at skabe mere tid til omsorg gennem inddragelse af nye ressourcer.

Effektivisering og organisering

Dernæst samarbejder Marselisborg med kommunerne om effektivisering af indsatsen gennem udvikling af nye måder at tilrettelægge arbejdet på, ændring af organiseringsstrukturer, reduktion af sygefravær, etablering af bedre arbejdsmiljø og kompetenceudvikling af medarbejderne. Her er målet at skabe mere tid til omsorg gennem bedre anvendelse af eksisterende ressourcer.

Særligt tre forhold gør, at Marselisborg kan bidrage til en udvikling, der skaber mere velfærd for pengene på ældreområdet.

Civilsamfundet

Effektivisering og organisering

Videncenter forankret i drift og praksis

Som videncenter er Marselisborg baseret på en dybdegående praksisviden og driftskendskab til de kommunale serviceområder. ”Det har vi ganske enkelt alene kunnet gøre, fordi vi altid har været helt tæt på den kommunale drift. Når kommuner og jobcentrene har skullet implementere ny lovgivning, har vi også skullet omstille os, og det giver en unik platform for rådgivning, uddannelsesforløb og metodeudvikling,” siger Søren Dinesen.

Brede kernekompetencer

”For det andet har vi opbygget brede kernekompetencer til at varetage samtlige hjørner af en problemstilling. Lige fra supervision af medarbejdere, kortlægning af nye arbejdsgange til strategisk rådgivning omkring implementering af ny lovgivning”.

Tværfaglig medarbejderstab

For det tredje har Marselisborg bevidst rekrutteret en tværfaglig medarbejderstab. ”Vi består af både talkusere med samfundsvidenskabelig baggrund, antropologer og sociologer der kan forklare og navigere i komplekse sammenhænge, samt social- og sundhedsfaglige medarbejdere der kender konteksten og virkeligheden i en kommune, jobcenter, ældrecenter, sundhedscenter m.fl., pointerer Søren Dinesen”.



Læs mere om projektet på www.marselisborg.org eller kontakt

Chefanalytiker
Hans Andersen

Mobil: 2940 1150
E-mail: haa@marselisborg.org

I sidste ende er det oplevelsen af menneskelige relationer og omsorg, der er afgørende for livskvaliteten blandt de ældre beboere på landets plejecentre. I en tid hvor økonomisk krise og den demografiske udvikling sætter den kommunale ældrepleje under pres, er det nødvendigt at få mere omsorg for pengene.



Mere tid til omsorg – hvordan?

”Rigtig mange kommuner er i de seneste år blevet tvunget til at skære ned på antallet af varme hænder i ældreplejen” konstaterer chefanalytiker hos Marselisborg, Hans Andersen, og fortsætter, ”Vi oplever dog samtidig, at der mange steder er et uforløst potentiale indenfor den eksisterende budgetramme. Det handler om at få mest muligt omsorg for pengene”. Et af disse steder var Skovbakkehjemmet i Skive Kommune, der for to år siden kæmpede med højt sygefravær og en u hensigtsmæssig teamstruktur, som betød, at der ikke var tid til at yde den pleje og omsorg, som de ældre, deres pårørende og personalet selv ønskede at give.

”Menneskeligt, økonomisk og statistisk var det noget værre noget, vi havde gang i.” udtaler Mette Palshøj, der er leder af Skovbakkehjemmet. ”Mange oplevede, at der simpelthen ikke var tid til omsorg for beboerne”.

Reduktion af sygefraværet

På den baggrund bad Skive Kommune Marselisborg om at understøtte en pro-

ces, hvor sygefraværet skulle reduceres på Skovbakkehjemmet og to andre plejecentre i kommunen og med god grund.

”Et lavt sygefravær skaber bedre trivsel for den enkelte medarbejder, og øger de ældres velfærd, ved at stressniveauet på plejecentrene mindskes,” siger Hans Andersen, der desuden pointerer, at sygefraværet er en afgørende brik i løsningen af kommunernes økonomiske og strukturelle udfordringer på ældreområdet.

”På kort sigt medvirker reduceret sygefravær til at afhjælpe en presset kommunal økonomi, og på lang sigt vil reduceret sygefravær medvirke til at øge arbejdsudbuddet i ældresektoren.”

Sygefravær, teamstruktur og dokumentationspraksis

I Skive satte Marselisborg ind på tre områder: reduktion af sygefravær, en ændret teamstruktur og forbedring af dokumentationspraksis.

”Situationen var den, at medarbejderne blev stressede, fordi de forsøgte at nå alle opgaver, selvom de var underbemandede.

Vi hjalp derfor medarbejderne og ledelsen med at lave en prioritering: Hvilke opgaver skal klares uanset hvad, og hvilke opgaver kan måske godt udskydes til man er fuldt bemandet? Det er vigtigt at få disse opgaver gjort klart en gang for alle, så medarbejderne har noget at støtte sig til i hverdagen”, siger Hans Andersen. Banen blev med andre ord kridtet op.

”Alle bød ind, og der blev ikke sat spørgsmålstejn ved hinanden. Og alene processen omkring selv at være med til at bestemme, hvordan vi skal have det med hinanden på vores arbejdsplads, var rigtig god,” siger Mette Palshøj, der mener, at det især var gavnligt, at det var en tredjepart, der styrede processen.

”Det er lettere at sige tingene, når man kommer udefra som Marselisborg, og det bliver modtaget på en anden måde, end hvis det var mig, der styrede processen,” siger Mette Palshøj.

Medarbejderne kom i nye team

En anden af indsatsens hjørnestejn, der skulle skabe mere tid til omsorg, var en



Foto: Rasmus Baaner

omlægning af teamstrukturen på plejecentret. Ledelsen oplevede, at samarbejdet i, og mellem, plejecentrets teams ikke fungerede. Derfor blev samtlige medarbejdere screenet via Marselisborgs personlighedstest, PROFIL, der anvendes til at kortlægge den enkelte medarbejders personlige og sociale kompetencer.

”På den baggrund kunne vi se hvilke medarbejdere, der ville gå fagligt og personligt godt i spænd - og hvem der ikke skulle arbejde sammen,” fortæller Hans Andersen. Resultatet var en ny og mere hensigtsmæssig sammensætning af plejecentrets teams, hvilket medførte bedre samarbejde og mere tid.

Stor reduktion i sygefravær

I løbet af projektperioden blev sygefraværet nedbragt med henholdsvis 78, 40 og 50 procent på de tre plejecentre, hvilket medførte store besparelser og frigav tid til yde omsorg for de ældre beboere. Og forandringen har været blivende, fortæller Mette Palshøj.

”I dag, to år efter, ligger sygefraværet stadig der, hvor det skal ligge. Desuden er her en helt anden stemning og åbenhed omkring fravær, det er blevet mere ligetil. Vi kører simpelthen efter en klar plan,” slutter hun.

Det ved vi om sygefravær

Som et led i arbejdet med at skabe mere tid til omsorg har Marselisborg udarbejdet en analyse, som kortlægger årsagerne til sygefravær indenfor plejesektoren i Guldborgsund Kommune.

”Vi havde lavet en undersøgelse til Jobcentret, som viste, at kommunens ældreforvaltning selv var den største fødekilde af sygedagpengesager. Vi blev derfor bedt om at undersøge årsagerne til sygefraværet i ældreplejen,” fortæller underdirektør i Marselisborg, Piet Juul Birch, om spørgeskemaundersøgelsen, der omfatter 765 pleje- og omsorgsmedarbejdere i kommunen.

”God ledelse, gode kollegaer og fleksibilitet er tre faktorer, der er afgørende for trivsel hos tidligere langtidssygemeldte,” siger Piet Juul Birch.

Kollegialt sammenhold

Respekt, hjælpsomhed, forståelse, ærlighed, fravær af mobning og sladder samt plads til humor og socialt samvær udenfor arbejdstiden.

God ledelse

- At der kommunikeres i en ordentlig og respektfuld tone
- At lederen kan sætte sig i respekt og handler, når der er konflikt
- At lederen værdsætter og anerkender medarbejdernes indsats
- At lederen holder medarbejderne løbende informeret
- At lederen er synlig
- At lederen skaber tryghed

Fleksibilitet

Endelig betegner medarbejderne fleksibilitet som forhold, der vedrører både arbejdstider og arbejdsopgaver.

Hent rapporten på www.marselisborg.org

Hvis jeres kommune skulle være interesseret i projekter vedr. frivillighed, herunder udvikling af modeller til samarbejde mellem unge og ældre så kontakt

Direktør
Søren Dinesen
Marselisborg
Telefon: 2022 3791
E-mail: sd@marselisborg.org



Unge og ældre skal hjælpe hinanden

Der findes mange muligheder for at føre et aktivt ældreliv. Nogle ældre er gode til at benytte sig af dem, mens andre har sværere ved at finde passende aktiviteter. Fælles for alle er dog, at langt de fleste tiltag og aktiviteter for ældre er hovedsagligt arrangeret for og af ældre. Der er dermed en risiko for at ældre bliver en segregeret del af samfundet.

”Vi har arbejdet med frivillighedsmodeller på unge-, beskæftigelses- og ældreområdet, og det arbejde viser to ting. For det første at frivillige kræfter er en uudnyttet ressource, og for det andet at særligt samarbejde mellem unge og ældre kan være givtigt for begge parter, men at unge og ældre i alt for lidt omfang møder hinanden,” udtaler direktør Søren Dinesen.

”Fra vores arbejde på ældreområdet ved vi, at nogle seniorer, især mændene, ikke kan se sig selv i klassiske ældreaktiviteter og gerne stadig vil gøre sig gældende i samfundet. På beskæftigelsesområdet har vi samtidig en gruppe unge, der har brug for at lære, hvad det vil sige at indgå i sociale relationer eller at fungere på en arbejdsplads,” forklarer Søren Dinesen.



Tanken med at koble unge og ældre er, at de ældre borgere har stor erfaring fra et langt liv på arbejdsmarkedet, og dette

kan være en støtte for den unge. ”De ved, hvad der skal til, og har ofte den nødvendige tålmodighed og tid til at hjælpe de unge”. Samtidig kan mange unge gøre en forskel for de ældre i forhold til at forebygge ensomhed, lære ældre om IT m.m.. Og det vil vi nu igangsætte en række projekter omkring,” udtaler Søren Dinesen.

Projekter hvor unge og ældre mødes løser ikke i sig selv problemer omkring ældres ensomhed, eller ændrer på det faktum, at vi desværre får flere og flere socialt udsatte og psykisk sårbare unge, men der ligger masser af uforløst potentiale i et frivilligt samarbejde mellem unge og ældre – hvorfor skal vi ikke udnytte det?” spørger han.