



Sundheds- og Omsorgsforvaltningen
Att. Marianne Christine Skov Iversen og Lise Bitsch Simonsen

Dato:
12. februar 2015

Kontaktperson:
Tine Nielsen

E-mail:
tn@fysio.dk

Tlf. direkte:
+45 35352707

Høringssvar på "Lev stærkt hele livet". Københavns Kommunes ældrepolitik 2015-2018.

I Danske Fysioterapeuter, Region Hovedstaden glæder vi os over Københavns kommunes udspil til ny ældrepolitik for 2015-2018 med fokus på visionerne om frihed, tryghed og medborgerskab for de ældre. Københavns Kommune har i ældrepolitikken meget fokus på aktivitet og deltagelse. Derfor finder vi det modstridende, at der i indledningen fokuseres på begrebet "(ældre)pleje", der opfattes passivt. Vi mener, at dette begreb skal nuanceres mere, så det associeres med det, kommunen gerne vil – det aktive liv.

Der er rigtig mange gode visioner i politikken, og vi går ud fra, at den skal ses i sammenhæng med: "Nyd livet, københavnere". Derfor mener vi også, at den egentlig burde starte med reformspør 9: "Verdens bedste by – plads til alle aldre". Forebyggelse er nøglen til at løse en del af fremtidsudfordringerne på sundhedsområdet. Det at komme ud i byen og kunne bruge byens rum og tilbud er en meget vigtig del af den forebyggelse.

I udspillet nævnes der kort indledningsvis den kommende udfordring, som Københavns Kommune står overfor med flere friske ældre, der stiller andre krav til kommunens tilbud. I Danske Fysioterapeuter, Region Hovedstaden savner vi et konkret reformspør, der fokuserer på netop denne gruppe. Vi foreslår derfor, at der sættes fokus på rådgivning om fysisk aktivitet og evt. test af fysisk funktion også til denne gruppe af ældre, inden sygdomme og skavanker opstår eller bliver for uoverskuelige.

Friheden til at leve livet

I Danske Fysioterapeuter, Region Hovedstaden ser vi positivt på Københavns Kommunens mål om, at ældre skal have støtte og træning til at mestre sin egen hverdag mest muligt og dermed også opnå målet om mest mulig frihed. Vi mener, at fysisk træning er et af midlerne til at nå dette mål, da forbedret fysik vil medføre, at de ældre selv kan varetage flere opgaver i hverdagen og dermed være mindre afhængige af andres hjælp. Vi foreslår derfor, at der sættes mere fokus på at udbyde motion af forskellig slags for de ældre og ikke mindst give en rådgivning om motion, der bygger på, hvad der motiverer den enkelte.

Derfor foreslår vi, at der i reformspør 1 tilføjes følgende i punkt 2:

- At få hjælp til at bruge de ressourcer, man har. De der kan selv - skal selv og hjælpen skal tage udgangspunkt i det, der motiverer den enkelte.



Som tidligere nævnt mener vi, det er vigtigt, at man sætter ind med forebyggelse så tidligt som muligt. Det skal være nemt at kunne få støtte til og rådgivning om, hvordan man bedst mulig kan opretholde sine kontakter og aktiviteter. Derfor hilser vi reformspor 2, med ønsket om en større fleksibilitet i kommunens tilbud, velkommen.

Vi mener, at fleksibiliteten i de enkelte tilbud også bør forholde sig til den enkeltes motivation og behov. Tidligere kunne genoptræning efter servicelovens § 86,1 i København også omfatte en bustur, hvis det var det, der skulle til for at komme tilbage til "hverdagen", og vi mener, det er vigtigt, at genoptræning og hverdagsrehabiliteringen ikke stopper ved gadedøren.

Vi foreslår derfor at reformspor 2, punkt 1 ændres til følgende:

- *At støtte og hjælpe mere fleksibelt tilpasses den enkelte i forhold til tid, motivation og behov.*

Tryghed i hverdagen

Et godt tværfagligt samarbejde er et vigtigt element i at give god vejledning om kommunens tilbud, men det gode tværfaglige samarbejde bygger på et stærkt monofagligt fundament, der kontinuerligt skal vedligeholdes. Endvidere skal man, af hensyn til den ældre, være opmærksom på at sikre, at de rette kompetencer er tilstede, så genoptræningen/rehabiliteringsforløbet bliver så effektivt som muligt.

Danske Fysioterapeuter er enige i, at det er vigtigt, at borgeren oplever at medarbejderne er velinformerede og tager ansvar. Medarbejderen skal også kende til kommunens øvrige tilbud (eller vide hvor der kan søges viden om dem), således at borgeren kan vejledes i f.eks. at gå på et motionshold.

Derfor foreslår vi at der i reformspor 4 tilføjes følgende punkt:

- *At medarbejderne har stort kendskab til kommunernes øvrige tilbud og kan vejlede borgerne til at bruge disse.*

Vi mener ikke, at Københavns Kommune kan nøjes med at basere deres tilbud på den nyeste faglige viden, men at kommunen skal være førende inden for forskning på det kommunale ældreområde.

Derfor foreslår vi, at der i reformspor 5 tilføjes følgende i punkt 4:

- *At modtage tilbud, som er baseret på den nyeste faglige viden, som kommunen selv er med til at udvikle, og at medarbejderne har den rette kompetence til at bruge denne viden.*

Medborgerskab hele livet

Et aktivt medborgerskab øger livskvaliteten og virker forebyggende i forhold både ensomhed og fysisk og psykisk velvære. Det er derfor vigtigt at finde ud af, hvad der kan motivere de ældre til at komme ud og deltage aktivt i samfundet og bruge



denne viden til at "lokke" dem ud. Lykkes det at motivere borgeren til at deltage, vil det kunne forbedre den enkeltes livskvalitet og forebygge ensomhed. Aktiv deltagelse kræver dog også, at borgeren rent fysisk har mulighed for at bevæge sig rundt i byrummet. Hos Danske Fysioterapeuter, Region Hovedstaden, mener vi, det er vigtigt, at fokusere på at bevægelse skal være det nemme valg. Eksempelvis skal ældre borgere ikke tvinges til at tage elevatoren, fordi de er bange for trapperne. Københavns Kommune skal hjælpe borgerne med at gøre trapper og lignende tilgængelige, så bevægelse bliver det nemme valg.

Hjælp og støtte skal primært tilkomme de svageste borgere i kommunen, men hvis forebyggelse skal have en effekt, er det væsentligt at inkludere alle. Derfor foreslår vi, at der foretages ændringer til en mere inkluderende ordlyd i punkt 1 og 3 i reformspør 9:

- At aktive byrum tænkes sammen med behovet for, at de kan nydes, *også hvis* man har brug for hjælpemidler, hvilesteder eller toiletfaciliteter.
- At offentlig transport i højere grad imødekommer *ældres* behov, *også* hvis man har nedsat mobilitet og brug for hjælpemidler.

Vi glæder os til at bruge vores faglighed i arbejdet med at forbedre de ældres vilkår og muligheder, og vi stiller os gerne til rådighed med henblik på uddybning og udvikling af vores tanker.

Med venlig hilsen

Tine Nielsen
Regionsformand