



## Fakta

- Over 95% af borgerne i Fredericia Kommune over 65 år bor i egen bolig.
- For borgere over 65 år gælder det, at 68% af mændene og 40% af kvinderne er gift.
- 16% af mændene over 65 år er enkemænd og 44% er enker.
- I Danmark er 990 personer over 65 år er blevet gift i 2006.
- Hver 5. folkepensionist får folkepensionens fulde beløb.
- 60% af enlige pensionister har en indkomst 100.000 – 140.000 kr. om året.
- 50% af pensionist par har en indkomst på mellem 160.000 – 240.000 kr. om året.
- Pensionister i Danmark har i gennemsnit en formue på 800.000 kr.
- Den gennemsnitlige likvide formue for 70-74-årige i Danmark er 200.000 kr.
- 4 ud af 5 over 65 år er selvhjulpne og får ikke hjemmehjælp.
- 95 % af de 65-79-årige kan gå næsten uden besvær op ad trapper.
- Næsten 90 % af de ældre over 65 år kan selv tage tøj og sko på uden besvær.

Kilde: Ældresagen og Sundhedsprofil for ældre i Fredericia Kommune

**Henvisning til øvrige dokumenter - der er to dokumenter**  
Sundhedsprofil for ældre i Fredericia Kommune  
Kvalitetsstandarder



## Kommunens Værdier

- Vi har lige gader og skæve vinkler, der symboliserer vores menneskesyn: Vi vil aktivt skabe rum for alle – på tværs af kultur, alder og status.
- Vi forventer, at borgerne ser og griber mulighederne.
- Vi ønsker, at børn, unge, voksne og ældre får mulighed for – og pligt til – at tage personligt ansvar for sig selv og andre. Og vi vil sikre, at de offentlige tilbud ikke begrænser disse muligheder.
- Vi vil give plads – og inspirere den aktive gruppe af ældre borgere til at tage opgaver på sig for kommune og medborgere.
- Vi skaber sammen rum til, at borgere i alle aldre kan være kulturelt aktive – og få identitet i arbejde, familie og det sociale fællesskab.

# AKTIV HELE LIVET

Den folder, du sidder med i hånden, er Fredericia Kommunens nye politik **Aktiv hele livet**, som afløser den tidligere ældrepolitik. Politikken er et opgør med den traditionelle tankegang, som findes i vores samfund i dag. Der er i vores samfund en tradition for, at man ændrer status, når man fylder 65 år. Man forlader arbejdsmarkedet og bliver pensionist. Samtidig flytter de kommunale kultur- og fritidstilbud over til ældreamrådet.

Men tiden ændrer sig. Levealderen og helbredstilstanden blandt seniorer i dag bliver højere og bedre. En stor del af de ældre, har i dag et højt funktionsniveau, og kun 0,6% af Fredericia Kommunes borgere kommer på plejehjem.

Som sagt har Fredericia Kommune valgt at gøre op med den traditionelle tankegang. Vi har brudt med tanken om, at det at være ældre i sig selv er tegn på manglende

ressourcer, og man er afhængig af hjælp. Det giver ingen mening, at definere mennesker ud fra deres alder. De ældre er ikke en specielt marginaliseret gruppe. Derfor er det ikke en speciel ældrepolitik, vi har udviklet, men en politik for de ting, vi tilbyder alle borgere, som får nedsat funktionsevne.

Længst muligt i eget liv betyder, at man, så længe det overhovedet er muligt, er herre i eget hus. Man bestemmer selv over sit liv, sin dagligdag. Formålet er at højne livskvaliteten for de ældre borgere.

Politikken Aktiv hele livet har til formål at arbejde for, at disse holdninger bliver kendte og almindelige i alle dele af kommunens arbejdsfelter.

Ældre mennesker er borgere som alle andre. De er på lige fod med andre omfattet af visionen for Fredericia om, at borgeren tager ansvar. Man er selvhjulpne så længe som muligt, og man kan altid få råd og vejledning



FREDERICIAKOMMUNE



# BORGER/KULTUR - TRÆNING - HJÆLP OG BEHANDLING

## Borger/Kultur

- Kultur og Fritidstilbud binder os sammen på tværs af alder, kultur og interesse. Det er vigtigt for os, at vi former, udfordrer og genkender vores identitet uanset alder.
- Vi skal ikke defineres af vores alder men af vores funktionsniveau.

Livskvalitet hænger i høj grad også sammen med de ting, vi beskæftiger os med.

Vores kontakt til venner, familie og det vi interesserer os for i fritiden, er med til at holde os aktive hele livet og understøtter samtidig livskvaliteten, når vi bliver ældre.

Derfor er en omlægning af sociale- og fritidstilbud til ældre borgere et væsentligt skridt i den nye retning. Tilbuddene til ældre skal tage udgangspunkt i vores funktionsevne frem for vores alder, og laves i et samarbejde med Kultur & Fritid og ikke i Pleje & Sundhed.

## Træning

Fra vi bliver født, vil vi gerne bestemme over vores eget liv, og det ændrer sig ikke. Det giver livsglæde og livskvalitet, også som ældre.

Det er naturligt, at vi ældres. Men vi kan hver især påvirke aldringsprocessen og udskyde det tidspunkt, hvor vores alder sætter begrænsninger for vores liv ved at træne og holde os aktive i hverdagen. Med projektet Længst mulig i eget liv sættes der netop fokus på borgerens muligheder for at styre sit eget liv.

Den måde hjælpen blev givet på for bare få år tilbage i Fredericia Kommune havde den uheldige følgevirkning, at vi var med til at indskrænke det

private råderum hos de ældre borgere og dermed muligheden for at styre i deres eget liv. Længst mulig i eget liv er hjælp til selvhjælp, så borgeren ved hjælp af træning kan beholde sine funktionsevner længst muligt.

Når vi træner med borgerne, tager vi i sammen udgangspunkt i de aktiviteter, der fastholder og endda styrker borgerens hjerneaktivitet, fysiske og sociale evner.

## Indsatser:

- Genoptræning
  - Borgere, der har brug for at genvinde tabte funktionsevner tilbydes træning på hold eller individuelt.
- Vedligeholdelsestræning
  - Borgere, som skal have hjælp til at holde sig i gang, kan deltage i vedligeholdende aktiviteter på genoptræningscentret.
- Forebyggende besøg
  - Alle over 75 år tilbydes besøg.
- Seniorkurser til borgere over 65 år
  - Vi giver borgerne mulighed for en god alderdom gennem information og uddannelse til alle ældre.
- Træning indbygges naturligt i borgernes hverdagsaktiviteter og de kommunale tilbud, hvor det vil være relevant.

## Hjælp og Behandling

- Vi skal alle have mulighed for at bevare vores livskvalitet ved selv at tage ansvar for og bestemme over vores eget liv.
- Hjælpen giver vi altid efter hjælp til selvhjælp princippet. Selvfølgelig sker det i respekt for borgerens tro, behov, privatliv og ret til at træffe beslutninger om egen pleje og livskvalitet.

God omsorg og pleje er en forudsætning for, at borgere med nedsat funktionsevner vil blive ved med at bevare livskvaliteten i deres liv.

For at sikre en tryk og god tilværelse for borgere med nedsat funktionsevner giver Fredericia kommune hjælp til:

- Praktisk hjælp og personlig pleje
- Sygepleje
- Plejebolig
- Dagcenter
- Ældrebolig

- Aflastning
- Mad
- Kørsel
- Nødopkald
- Omsorgstandpleje

