

**HILLERØD  
KOMMUNE**

---

# **Pårørendetilbud**

**v/pårørendekonsulent Jette Holbek Holm**

**Maj 2018**

# Baggrund og rammer

---



HILLERØD  
KOMMUNE

- Stillingen oprettet i 2014 som følge af ældremilliarden
- Ugentlig arbejdstid på 30 timer
- Selvtilrettelæggende
- Budget
- Fokus er udelukkende pårørende
- Kræver ingen visitering

# Formål

---

- At styrke den pårørendes ressourcer ved at:
  - yde støtte og vejledning
  - nedsætte pårørendes risiko for at blive syge i relation til rollen
  - få klarhed over situationen
  - mestre hverdagen bedre
  - henvise til relevante samarbejdspartnere og andre relevante professionelle

# Betydning for pårørende

---

Forskning peger på, at jo mere påvirket den syge er af sin sygdom, jo sværere er det også at være pårørende og finde balance i sit liv og i livet med den kronisk syge

Kilde: Litteraturstudie af pårørendes rolle i forhold til kronisk syge; Sundhedsstyrelsen 2007

- 4 hovedområder:

- følelsesmæssige
- socialt
- praktisk
- arbejdsliv

fysiske og psykiske  
belastningssymptomer

# Tilbud med positiv effekt

---

- *"Husk nu at passe godt på dig selv"* – men hvordan?

*"Jeg VIL have tid til min viseaften"*

Kvinde til hjerneskadet ægtefælle

*"Jeg besøger hende af pligt"*

Mand til demensramt hustru, der netop er flyttet i plejebolig

- **Evnen til at bibeholde egne ressourcer, samt bevare et godt helbred og en god trivsel**
  - Støtte i grupper
  - Individuelle samtaler
  - Afløsning og aflastning
  - Viden og undervisning

# Målgruppe

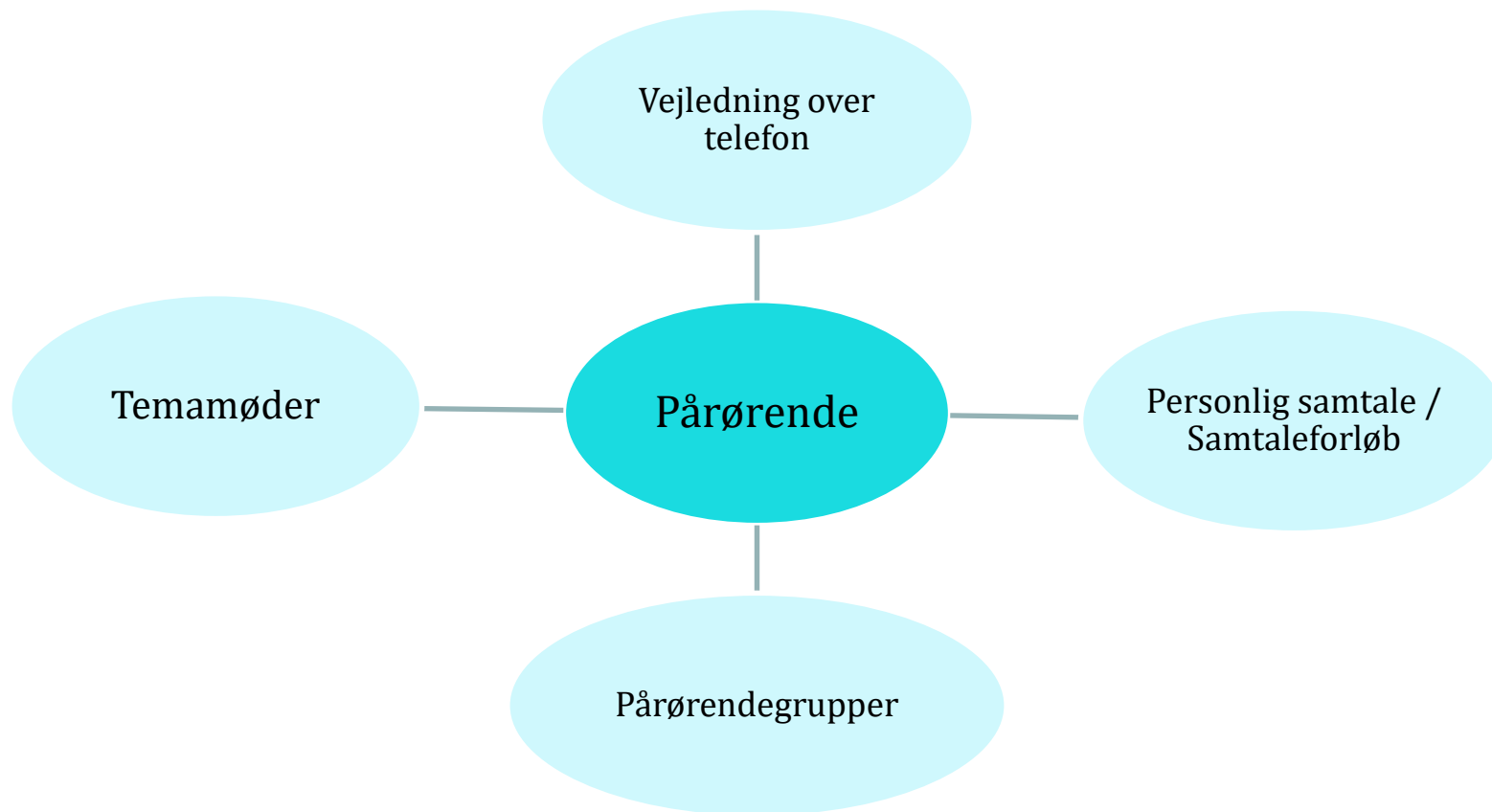
---

- Voksne pårørende til personer med kronisk og/eller langvarig sygdom
- Mange henvendelser fra pårørende, der oplever belastninger i hverdagslivet, f.eks. nedsat funktionsniveau, ændret personlighed, behov for hjælp og støtte, manglende tid til sig selv
- Pårørendes ønsker og behov, familieforhold, sociale og økonomiske situation, rolle m.m. er forskellig

Behov for en gradueret indsats

# Gradueret indsats i Hillerød Kommune

---



# Pårørendeeksempel

---

<https://www.hillerod.dk/paaroerende>



# Individuelle samtaler

---

- **Formål:** At få sat fokus på sine egne tanker og følelser, få klarhed over egen situation samt råd og vejledning

*"Jeg føler mig hørt – det er ikke mig, der er ved at blive skør"*

Kvinde til kræftsyg ægtefælle

*"Det giver ro at tale om det"*

Kvinde til hjerneskadet ægtefælle

*"Jeg har ikke lyst til at der er for mange, der ved det"*

Ung mand til yngre demensramt far



# Pårørende grupper

- **Formål:** At møde andre i lignende situation som én selv, dele erfaringer og tanker med hinanden



*"Naturen giver energi og ro, og man får rørt sig"*  
Kvinde til kræftsyg ægtefælle



*"Jeg behøver ikke gå på listefødder her"*  
Kvinde til kræftsyg ægtefælle

*"Gruppen er et frirum, hvor ingen bliver såret"*  
Kvinde til kræftsyg ægtefælle

- **Formål:** At give viden om forskellige emner
  - målrettet specifikke sygdomme
  - overordnede emner af mere generel karakter
- 2018:
  - At være der med den kronisk syge
  - Tackling af eksistentielle spørgsmål





## VÆRKTØJS- KASSE

Udvikling og udbredelse af  
“National værktøjskasse med  
patient- og pårørendekurser  
om livet med demens”



Projektbeskrivelse (kort version)

- Pårørende skal skrives ind i kommunernes værdighedspolitik
- ”Bekendtgørelse om værdighedspolitikker for ældreplejen” pr. 1. februar 2018 – kr. 60 mio. årligt fra 2018:
  1. Livskvalitet
  2. Selvbestemmelse
  3. Kvalitet, tværfaglighed og sammenhæng i plejen
  4. Mad og ernæring
  5. En værdig død
  - 6. Pårørende**

# Spørgsmål

---

