



Demens- handleplan 2026-2030

Her kan du læse Hillerød Kommunes handleplan for demensområdet. Handleplanen omfatter en ambition og fire fokusområder for arbejdet på området.

Indledning

Demenshandleplanen 2026-2030 beskriver ambitionen på demensområdet og den række af konkrete fokusområder og initiativer for udviklingen af området, der skal indfri ambitionen.

Ambitionen med denne handleplan er at bidrage til det gode liv med demens. Fokus er på et liv med værdighed og respekt for det enkelte menneskes ønsker, behov, ressourcer og det levede liv – med pårørende, arbejde og interesser.

I Hillerød Kommune møder vi medborgere med demens og deres pårørende alle steder. Det kan være på biblioteket, på apoteket, i foreningerne, i bussen, i borgernes eget hjem og på plejehjem. Derfor skal vi som kommune være med til at skabe de bedst mulige rammer, så mennesker med en demenssygdom kan leve et trygt, værdigt og godt liv på trods af sygdommen – uanset om de bor i eget hjem eller på et plejehjem.

Hillerød Kommunes demenshandleplan for 2026-2030 handler om at understøtte ældres selvbestemmelse gennem tillid til medarbejderne og tæt samarbejde med pårørende, lokalsamfundet og civilsamfundet.

Det bliver sværere og sværere at indfri de basale behov, efterhånden som demenssygdommen tager til. Det kan være behov som:

- at være en del af et fællesskab
- at opleve tilknytning og inklusion
- at finde trøst
- at opnå en følelse af, at der er brug for alle – også mig.

Samtidigt med, at behovet for støtte tiltager i dagligdagen for de mennesker, der har en demensdiagnose, vil der for pårørende og netværk være en øget belastning. For at presset ikke bliver for stort, og det enkelte menneske med demens fortsat oplever et ressourcestærkt netværk, skal der tilrettelægges mulighed for hjælp og aflastning til de pårørende.

Handleplanens ambition

Ambitionen for demenshandleplanen består af disse elementer:

- At der i Hillerød Kommune er fokus på det enkelte menneske og deres pårørende, og ikke kun på demenssygdom.
- At det er et civilsamfund, der har forståelse for både sygdommen og for, hvordan man kan inkludere mennesket med demenssygdommen og dennes familier i positive fælleskaber.
- At tilbud og muligheder fra både kommune og civilsamfund hænger sammen og er relevante for den enkelte og nemt tilgængelige for både mennesker med demens og for deres pårørende.
- At alle skal have oplevelsen af livskvalitet, ved at være aktør i eget liv og ved, at der tages udgangspunkt i det enkelte menneskes ressourcer og motivation – også mennesker med en demenssygdom.

Handleplanens fire fokusområder

Demenshandleplanen tager udgangspunkt i de seks forskellige perspektiver, der har betydning for, om en kommune er demensvenlig:

- Borgeren
- De pårørende
- Personalet
- Transporten
- Byen
- Boligen

For at tilgodese perspektiverne, har vi valgt fire fokusområder, vi i Hillerød Kommune skal arbejde videre med frem mod 2030:

1. Tidlig opsporing og forebyggelse
2. Kvalitet i pleje, omsorg og rehabilitering – herunder øget viden og kompetenceudvikling for alle relevante medarbejdere
3. Støtte og rådgivning til pårørende til mennesker med demens
4. Demensvenlige samfund og boliger

I det følgende kan du læse en uddybning af de fire fokusområder, om baggrunden, hvad vi gør i dag og hvad vi vil fokusere på fremadrettet.

1. Tidlig opsporing og forebyggelse

Rettidig hjælp og støtte øger sandsynligheden for, at man kan blive længere tid i eget hjem, klare dagligdagens gøremål og fortsætte med meningsfulde aktiviteter.

Borgere med symptomer på demens skal informeres om og støttes i at blive udredt, så de kan sikres bedst mulig behandling, støtte, rådgivning og forebyggelse. På den

måde kan de fastholde mest mulig livskvalitet, og blive ved med at være aktive i en meningsgivende hverdag.

Sådan arbejder vi med opsporing og forebyggelse

- Vi samarbejder med de praktiserende læger og husemnessklinikken.
- Vi rådgiver og vejleder om udredningsmuligheder og håndterer og koordinerer henvendelser fra borgere, pårørende og personale.
- Vi deltager i sundhedsbasarer og andre aktiviteter, der understøtter viden om demens med oplysning til civilsamfundet.
- Vi afholder førstegangsbesøg hos borgere med ændret adfærd for at understøtte handlemuligheder for familien i det videre forløb.

Det vil vi fokusere på fremadrettet

Fremover skal der være endnu mere fokus på, at mennesker med demens og deres pårørende støttes til at deltage i ikke-visiterede tilbud. Der skal også være fokus på et endnu tættere samarbejde mellem kommune og civilsamfund.

- Vi har i foråret 2025 startet et tilbud om hjernetræningsforløb med inspiration fra kognitiv stimulationsterapi (CST) i samarbejde med Træningssektionen i Hillerød Kommune. Dette initiativ fortsætter vi også med i de kommende år.
- Vi samarbejder med "Seniorinitiativet", et samarbejde mellem Grønnegadecentret, Ældre Sagen, Alzheimerforeningen, Præstevang Kirke og Hillerød Kommunes demenskoordinatorer, om bl.a. at arrangere demenskor og andre aktiviteter for mennesker med demens og deres pårørende.

- Vi samarbejder med Hillerød Bibliotek om guidede læsefællesskaber for mennesker med demens.
- Vi vil være opsøgende og nysgerrige på, hvilke muligheder, der viser sig i samarbejde med civilsamfundet.

2. Kvalitet i pleje, omsorg og rehabilitering – og øget viden og kompetenceudvikling for medarbejdere

Alle ansatte medarbejdere i Ældre og Sundhed og relevante medarbejdere i Social og Arbejdsmarked i Hillerød Kommune, skal have en fælles forståelse for arbejdet med mennesker med demens. For at understøtte den enkelte ældres meningsfulde aktiviteter og værdighed, skal hjælpen tilrettelægges individuelt og følge behovet for støtte og hjælp i hverdagen. Hjælpen skal ændres i takt med sygdommens udvikling.

Faglig viden giver et bedre møde med borgerne

Faglig viden er essentiel for, at medarbejdere kan møde det enkelte menneske med demens og dennes pårørende på en inddragende måde – og så mødet kan være respektfuldt, meningsfuldt og kan øge livskvaliteten hos mennesket med demens.

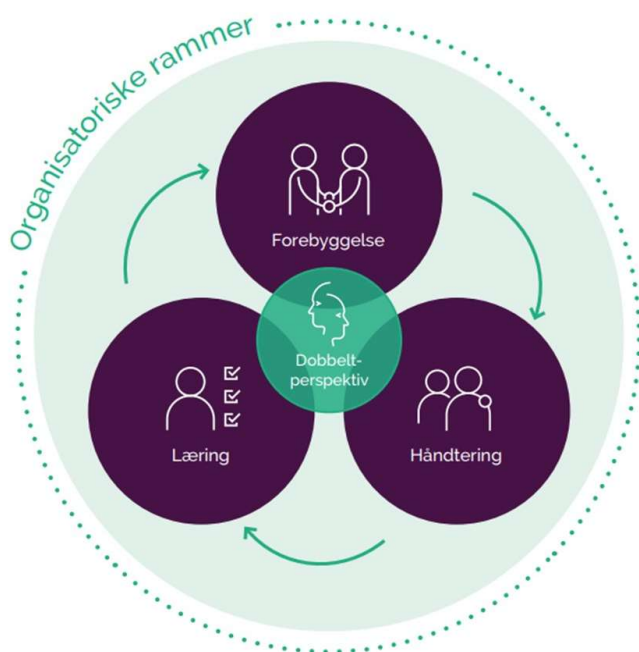
Når man som ansat i Hillerød kommune møder et menneske med demens, der ofte vil have en anden adfærd eller tilgang til hverdagen end andre, er der brug for særlig faglig viden om bl.a.:

- *Relationer og adfærd:* At kunne opbygge og vedligeholde positive relationer til mennesker med demens. Dette indebærer at forstå deres adfærd og reaktioner, og hvordan man bedst kan støtte dem i deres daglige liv.
- *Pædagogik og motivation:* Neuropædagogiske tilgange kan hjælpe med at skabe meningsfulde aktiviteter og interaktioner, der tager hensyn til den enkeltes behov og interesser.
- *Kommunikation:* Effektiv kommunikation er nøglen. Det handler om at tilpasse sin kommunikationsstil til det niveau, mennesket med demens er på, og dennes behov – og at være opmærksom på nonverbal kommunikation.
- *Omsorg og støtte:* En helhedsorienteret tilgang, der prioriterer relationsopbygning før opgaveløsning, kan forbedre trivsel og livskvalitet for mennesker med demens.
- *Demenssygdomme og hjernens funktioner:* Forståelse af de forskellige typer af demens og af, hvordan de påvirker hjernen, er afgørende. Dette inkluderer viden om kognitive symptomer, adfærdsmæssige ændringer og neurologiske processer.

Faglighed giver trivsel og arbejdsglæde for medarbejderne

Faglighed er vigtig for at kunne sikre en højere arbejdsglæde hos medarbejderne. Et godt arbejdsmiljø forudsætter, at medarbejderne har adgang til relevant viden og konkrete handlemuligheder i mødet med mennesker med demens. Når medarbejdere oplever faglig forståelse og metodisk støtte, styrkes deres evne til at handle professionelt og med empati i komplekse situationer. Dette reducerer følelsen af afmagt og fremmer en oplevelse af mestring og mening i arbejdet.

I Hillerød Kommune arbejder vi med et dobbeltperspektiv, hvor både borgerens og medarbejderens trivsel er i fokus. Når medarbejdere oplever, at deres indsats gør en



Dobbeltperspektiv: Hvis medarbejderne trives, øges forudsætningerne for, at borgerne trives – og omvendt. Dobbeltperspektivet handler om at samtænke de to perspektiver, så vi arbejder med at understøtte trivsel og tryghed for medarbejderne og for borgerne – på samme tid.

Illustrationen er fra "Anbefalinger og inspiration til at forebygge, håndtere og lære af voldsomme episoder og udadreagerende adfærd i ældreplejen – Kort udgave", Sundhedsstyrelsen, 2020.

forskel, og at de er rustet til opgaven, øges deres arbejdsglæde, og kvaliteten i omsorgen styrkes.

Et godt arbejdsmiljø hjælper til at fastholde medarbejdere og dermed kontinuiteten og kvaliteten af den relation, pleje og omsorg, som borgerne modtager.

Hvordan arbejder vi nu?

- Vi sørger for undervisning om demens og magtanvendelse for relevante medarbejdere.
- Vi underviser elever og studerende i viden om demens, personcentreret omsorg og magtanvendelse 2-4 gange om året.
- Vi har sparring med medarbejdere i svære borgersager.
- Vi har et ERFA-netværk, hvor nøglepersoner kan få sparring.
- Vi har borgerkonferencer, refleksioner og praksisnær læring på plejehjem, i Hjemmeplejen og på Rehabiliteringsafdelingen, med afsæt i praksisnær personcentreret omsorg.
- Ved borgerkonferencerne på plejehjemmene anvendes teorien "personcentreret omsorg" i et dobbelt perspektiv (illustreret i modellen på denne side). Formålet er at klæde medarbejderen fagligt på for at øge trivsel hos medarbejdere og borger og forebygge konflikter.

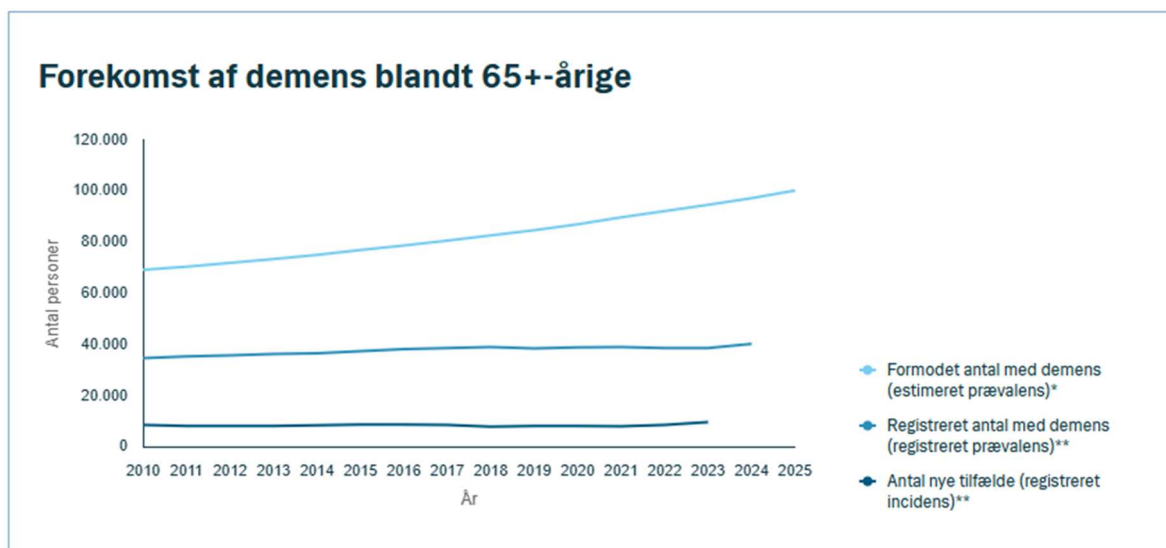
Det vil vi fokusere på fremadrettet

- Vi anerkender, at borgere med demens ikke nødvendigvis passer i standardiserede kasser. Hvor det giver mening, udarbejder vi individuelle handleplaner baseret på personcentreret omsorg, med tilbud der er tilpasset den enkelte.
- Vi vil arbejde metodisk med uforståelig adfærd og non-farmakologi. Det gør vi især ved at fortsætte med at implementere de faglige redskaber, der er udviklet i Hillerød Kommune, efter at kommunen har deltaget i projekt DECADE (Nedbringelse af antipsykotisk medicin).

- Vi vil anvende metoden "personcentreret omsorg" i et dobbelt perspektiv ved borgerkonferencer i hjemmeplejen. Som på plejehjemmene er formålet at klæde medarbejderen fagligt på for at øge trivsel hos medarbejdere og borgere, og forebygge konflikter.
- Vi vil højne vores faglige viden allerede ved ansættelsen af medarbejdere og sikre et højt niveau af viden om demens og personcentreret omsorg. Dette vil vi bl.a. gøre ved at arbejde målrettet med onboarding. Onboarding ses som en særlig indsats ved ansættelsens start for at sikre, at den enkelte oplever en tryk start tilpasset den enkeltes læringskurve, og at kompetenceniveauet er afklaret ved ansættelsens begyndelse.
- For at løfte vidensniveauet i praksis, er det nødvendigt med nøglepersoner i alle sektioner, som kan

støtte og vejlede den enkelte medarbejder, dér, hvor det er svært, ude i hjemmene og tæt på borgerne. Demensforløbskoordinationen har som forudsætning, at nøglepersoner har viden om personcentreret omsorg, kan omsætte denne viden og kan sparre med sine kolleger om det. Nøglepersonerne skal også – sammen med demenskoordinatorerne – kunne facilitere og understøtte forløb i borgernes hjem og dermed sikre praksisnær læring af kollegaer. Vi vil arbejde med systematiske sparringsrum og sørge for efteruddannelse for at sikre denne kompetence hos nøglepersonerne.

Fra 2010 til 2022 er der registreret mellem 8.000 og 8.750 nye tilfælde af demens om året. I 2023 var der en stigning til 9.675. Den 1. januar 2024 var i alt 40.275 personer over 65 år registreret med demens. Det skønnes, at der er et betydeligt mørketal for demens i Danmark. Beregningerne er udført af Nationalt Videnscenter for Demens baseret på tal fra Danmarks Statistik, Alzheimer Europe og Sundhedsdatastyrelsen. Illustrationen er fra Nationalt Videnscenter for Demens.



3. Støtte og rådgivning til pårørende til mennesker med demens

For at pårørende til mennesker med demens kan fortsætte med at leve et aktivt liv og fastholde sociale relationer uden for hjemmet, er det afgørende, at de får den relevante støtte og rådgivning.

Hvordan arbejder vi nu?

- Vi afholder kurser for pårørende til hjemmeboende og pårørende til beboere på plejehjem.
- Vi vejleder, rådgiver og koordinerer forløb for både borgere og pårørende.
- Vi har tilbud om pårørendegrupper.
- Vi har tilbud om aflastning i hjemmet, med personale fra Hjemmeplejen til stede, og på gæsteophold af kortere eller længere varighed på Gæstehuset ved plejehjemmet Sophienborg.
- Vi har tilbud til pårørende om samtaleforløb med pårørendekonsulenten.

Det vil vi fokusere på fremadrettet

- Vi vil skabe en tillidsfuld og tryk relation mellem de pårørende og medarbejderne i Hillerød Kommune. Det gør vi dels ved, at det – så vidt muligt – er de samme medarbejdere, som borgerne med demens møder, og dels ved at inddrage de pårørende i dialogen om plejen af borgeren med demens.
- Pårørende understøttes endvidere gennem rådgivning og vejledning i blandt andet muligheden for aflastningstilbuddene og i juridiske forhold som fremtidsfuldmagter og værgemål, så de pårørende, så vidt muligt, kan fortsætte med at leve et familieliv og deltage i sociale aktiviteter.

- Demensnøglepersonerne vil – sammen med demenskoordinatorerne – hjælpe med bedst mulig støtte og omsorg for den pårørende gennem demensforløbet.
- Vi vil udvikle en kultur, hvor pårørendesamarbejdet er en faglig opgave. Dette vil vi gøre ved at pårørendekonsulent eller demenskoordinator giver systematisk sparring og supervision til relevante medarbejdere.
- Vi vil arbejde hen mod et stærkere samarbejde om differentierede tilbud, som er målrettet til den enkelte pårørende og dennes livssituation. Det kan fx være i samarbejde med relevante patientforeninger.

4. Demensvenlige samfund og boliger

Mennesker med demens skal have mulighed for at deltage aktivt i samfundet og have medindflydelse på beslutninger, der vedrører dem selv. Dette kræver en øget viden om demens i samfundet, for at reducere stigmatisering og skabe forståelse for mennesker med demens, deres behov og deres pårørende.

Boliger og samfund skal opleves trygge, tilgængelige og sikre, med tydelige afmærkninger og godt lys for at hjælpe med orientering og livskvalitet.

Hvordan arbejder vi nu?

- Vi samarbejder bredt med foreninger og kulturliv om oplysning og formidling om demens, så flere perspektiver, viden og ressourcer om demens kommer i spil.

Det vil vi fokusere på fremadrettet

- Vi vil udbrede kendskabet til både solsikkeknollen og til demenssymbolet – der begge kan bruges af mennesker med demens.

- En af de største forhindringer for at vedblive at være aktiv i fx fællesskaber handler om transport. Det kan være svært at orientere sig og vente på offentlig transport, når man har en demenssygdom. Flextrafik kan opleves meget anstrengende og ufleksibelt. Vi vil derfor udvikle tiltag, der kan imødekomme denne udfordring med transport. Det kan fx være undervisning af chauffører ved Flextrafik, og at afsøge muligheden for transport varetaget af civilsamfundet.
- Vi vil arbejde for, at der kan komme bedre adgang til offentlige toiletter, færre trin og niveauforskelle og tydeligere afmærkninger i byrum, når der arbejdes med byplanlægning i Hillerød Kommune.
- Vi vil samarbejde med civilsamfundet med det formål, at flere fællesskaber bliver demensvenlige.



Demenssymbolet skal signalere, at den, der bærer det, lever med en demenssygdom, og måske har brug for, at andre tager hensyn.

Sådan kan du gøre, når du ser symbolet

- Tag kontakt
- Tal tydeligt
- Vær tålmodig

En organisering der understøtter personcentreret omsorg

Demenshandleplanen lægger sig op ad det kommunale ansvar i forbindelse med *Forløbsprogrammet for demens*, der er en aftale mellem Region Hovedstaden, almen praksis og kommunerne.

I Hillerød Kommune er demensindsatsen organiseret under Ældre og Sundhed i sektionen Sundhedsfremme og Uddannelse, hvor der er ansat tre demenskoordinatorer.

Demensnøglepersoner og koordinators

For at understøtte en aktiv læringskultur og sikre, at medarbejderne er rustet til at håndtere de komplekse

udfordringer, der kan opstå i arbejdet med mennesker med demens, er det en målsætning, at der som minimum er tilknyttet en demensnøgleperson i hvert team på tværs af alle sektioner. Det vil sige i Hjemmeplejen og Sygeplejen, dagcentre, plejehjem, i Visitation og Hjælpe-midler, Rehabiliteringsafdelingen, Træningssektionen, i sociale tilbud og på bosteder.

Nøglepersonerne skal fungere som faglige fyrtårne, der understøtter vidensdeling, kollegial sparring og implementering af personcentrerede indsatser i praksis.

Onboarding

Allerede ved ansættelsen af nye medarbejdere i Hillerød Kommune skal demens tænkes ind i et struktureret onboardingprogram, hvor der kan være fokus på:

- Teoretisk viden om demens og hjernens funktioner
- Personcentreret omsorg og low-arousal pædagogik
- Kommunikation og samarbejde med pårørende

Ovenstående kan følges op i praksis sammen med demensnøglepersonen med det formål at skabe en sammenhængende og gennemsigelig organisation for medarbejderne, som samtidig fremmer trivsel og livskvalitet for mennesker med demens og deres pårørende.

Roller, ansvar og opgaver

For at kunne arbejde med personcentreret omsorg er der brug for en tydelig organisering. Det er vigtigt, at de forskellige medarbejders roller, ansvar og opgaver er klart formidlet, og at de understøtter hinanden.

En velfungerende organisering bygger på:

- Tæt samarbejde mellem alle aktører



For mennesker med demens kan det være svært selv at opfylde de grundlæggende psykologiske behov. Vil man fremme en følelse af glæde, og af at være afslappet og positiv, skal man derfor sørge for at understøtte, at disse behov bliver dækket for mennesker med demens.

Illustration: Sundhedsstyrelsen

- Systematiske sparringsrum og refleksionsfora
- Løbende kompetenceudvikling og vidensdeling
- En fælles forståelse af personcentreret omsorg som grundlag for kvalitet

I følgende afsnit kan du læse om de forskellige medarbejders roller, opgaver og ansvar i organiseringen.

1. Demenskoordinatorer – strategisk og faglig forankring

Demenskoordinatorerne har en central rolle i at:

- Sikre den overordnede faglige retning og kvalitet i indsatsen
- Udvikle og formidle viden om personcentreret omsorg
- Understøtte ledere og nøglepersoner med sparring og supervision
- Koordinere læringsforløb og kompetenceudvikling på tværs af organisationen

2. Nøglepersoner – praksisnær implementering og kollegial støtte

Nøglepersoner fungerer som bindeled mellem strategi og praksis og har ansvar for at:

- Omsætte principperne for personcentreret omsorg til daglig praksis
- Understøtte en læringskultur
- Være tilgængelige for kollegial sparring og refleksion
- Identificere læringsbehov og bidrage til lokal kompetenceudvikling
- Samarbejde tæt med demenskoordinatorer og ledere om udviklingstiltag

3. Ledere – rammesætning og kultur

Lederne har en afgørende rolle i at:

- Skabe organisatoriske rammer, der fremmer faglig refleksion og læring
- Prioritere tid og ressourcer til kompetenceudvikling og sparring
- Understøtte en kultur, hvor personcentreret omsorg er en fælles værdi
- Følge op på implementeringen af handleplanens tiltag i praksis, særligt den faglige ledelse af den personcentrerede tilgang i mødet med borgerne og de pårørende
- Planlægge kompetenceudvikling om demens i onboardingprogram

4. Medarbejdere – faglig praksis og relationel omsorg

Medarbejderne realiserer i praksis den personcentrerede omsorg ved at:

- Have grundlæggende viden om demens og ved at kunne anvende personcentreret omsorg i praksis sammen med borgeren
- Møde borgeren med respekt, nysgerrighed og faglighed
- Inddrage borgerens livshistorie, ønsker og behov i planlægning og handling
- Deltage aktivt i refleksion og læring i samarbejde med nøglepersoner og kolleger

Hillerød Kommune

Trollesmindealle 27
3400 Hillerød

www.hillerod.dk
Telefon +4572323417

Åbningstider

Mandag – tirsdag	kl. 10-15
Onsdag	lukket
Torsdag	kl. 12-18
Fredag	kl. 10-13