



VELFÆRDSMagasinet

VEJLE KOMMUNE

– Specielt for førtids- og folkepensionister i Vejle Kommune

INFORMATION
fra
Vejle Kommune

Tema: Velfærdsteknologi

Det giver trivsel at kunne klare sig selv

Læs side 11

Foreningernes Hus Vejle
– et mangfoldigt hus

Gode råd om hjælpemidler
– hjælpemidler til badeværelset

03 /2016



Smilene kom frem, da socialpsykiatrien var samlet til motions- og aktivitetsdag.

Mandehørn på plejehjemmet

Det er der masser af på Plejecenter Hovergården og Plejecenter Sofiegården. Her har de nemlig en særlig herreløge, hvor de mandlige beboere sætter dagsorden for, hvad der skal ske. Der er selvfølgelig ingen adgang for kvinder – heller ikke kvindeligt personale. Herologen tager både til boksekampe og motorløb. På billedet ses logen foran Moesgaard Museum.



Plejecenter Hovergården og Sofiegården

Sommersang i Kastaniehaven

Sommeren er festivalernes højsæson – også for beboere på Plejecenter Kastaniehaven i Give. Centret inviterede på en populær musikalsk festparade af det bedste fra dansktoppen: Bjørn fra „Bjørn og Okay“, Kandis-Johnny, Lotte Riisholt, trioen Hot n Tot og Give Harmonika Klub kiggede forbi og underholdte. Stemningen var i top, og alle nød musikken, sommervejret, grillpølser, kolde fadøl – og ikke mindst samværet med hinanden.



Plejecenter Kastaniehaven

Nye venskaber

Mads, Jonas, Clara og de andre elever fra 5.a på Fælleshåbskolen var nervøse, men også spændte, da de skulle møde Mathias, Svend Aage og de andre fra bostedet Skansebakken til klatring, bål, sang og sanseøvelser på Brejning Havn. For Skansebakkens beboere er anderledes end de mennesker, eleverne normalt omgås. De er multihandicappede, sidder i kørestol og har intet sprog. Men selvom man har et multi-

handicap, har man stadig brug for samvær med andre. Skolens besøg er i tråd med den nye folkeskolereform og „Den Åbne Skole“, som er aktiviteter og tiltag, der skal åbne skolens udsyn mod verden omkring skolen. Elevernes besøg er helt i denne ånd.



Besøg på Skanse



Forsidefoto: Nils Rosenvold

Det betyder rigtig meget at kunne få de nødvendige hjælpemidler, som letter hverdagen, så man ikke bliver alt for afhængig af andres hjælp. Det er ægteparret Bodil og Bent Jensen enige om.

Redaktionen sluttede 29. august 2016.

Magasinet afleveres til postvæsenet 16. september, som efterfølgende har en uge til omdeling.

Bevægelse og fællesskab

„Humør-medicin“ er godt! Ludobasket, bigminton og frisbeegolf – kombineret med mere kendte discipliner som bl.a. volley og krolf – var nogle af de aktiviteter, som fik deltagerne op i gear og smilene frem, da socialpsykiatrien for nylig var samlet til motions- og aktivitetsdag. Målet med dagen var at motionere sig til en bedre sundhed – fysisk og mentalt.

Vi har alle godt af at dyrke motion.

For psykisk sårbare er fysisk aktivitet ekstra godt, da motion kan udløse endorfiner – kroppens egen „humør-medicin“. Og tilbagemeldingerne fra deltagerne forlød,

at der blev gået til den – og hygget og grinet. Arrangementet er en af flere sundhedsevents, som socialpsykiatrien arrangerer i løbet af året.



Leg som i gamle dage

Pokémon GO, SnapChat og Facebook var for en stund (næsten) glemt, da elever fra Thyregod Skole besøgte Plejecenter Sandbjerg for at lave anderledes aktiviteter og konkurrencer med beboerne. Og unge som gamle gik til den. Der blev dystet i kørestolsræs og -ringridning. Der blev bygget fuglehuse, leget som man gjorde i gamle dage og meget mere. Aktiviteterne var en del af Thyregod-dagene, hvor foreninger, institutioner, skole og borgere mødtes på kryds og tværs og lavede aktiviteter sammen i løbet af ugen. Eleverne var på plejecentret flere gange, og plejehjemsbeboerne kiggede også forbi skolen for at få et indtryk af nutidens skole.



Indhold

Foreningernes Hus i Vejle	side 4
Gode råd om hjælpemidler i badeværelset	side 6
Værdig ældrepleje	side 8
At turde mærke livet	side 9
Tema: Velfærdsteknologi	side 11
Det giver trivsel at kunne klare sig selv	side 11
Pillekassen ringer, når Hanne skal ha' sin medicin... ..	side 12
Nu hjælper sengens lagen også til	side 13
Digital registrering giver hurtigt overblik	side 14
De giver opgaverne et ekstra skub	side 14
Stærke historier i Cafebutikken hver måned	side 15
Gadesygepleje er mere end rene kanyler	side 16
Frirum til mænd med kræft	side 17
Er du midlertidig fritaget fra Digital Post ?	side 18
Ældrerådet inviterer til Ældredag	side 18
Kontakt til kommunen	side 19
Hjælpemidler til mennesker med demens eller hjerneskade	side 20
Demensmesse i Vejle	side 20

Nyt undervisningstilbud til demente

Hvis du har demens i et tidligt stadie, har Center for Specialundervisning for Voksne (CSV) et nyt undervisningstilbud på programmet. Undervisningen vil styrke de generelle, dagligdags funktioner, der er nødvendige for at kunne klare sig i eget hjem som fx træning af hukommelsesstrategier, læse-/skrivetræning mv. Der er også fokus på bevægelse, kreativitet og praksisnære opgaver. Målet er at udsætte demenssygdommen og gøre, at demensramte har så høj

livskvalitet som muligt. Undervisningen foregår i lyse, trygge rammer hos CSV, Solsikkevej 6, 7100 Vejle. Undervisning er gratis. Den er individuelt tilrettelagt, men foregår på hold med op til 12 kursister. Første hold starter mandag den 16. september.

For tilmelding og mere information kontakt
CSV Vejle, 76 81 55 50

Demensenheden

- en del af **SENIOR SERVICE** i Vejle Kommune



Velfærdsmagasinet udgives af Vejle Kommune. Redaktion: Jørgen Rønnemoes, Ældrerådet, tlf. 75 83 25 85, Bodil Sørensen, Vejle, tlf. 23 95 54 24, Ældrerådet, Anders Hareskov Andersen, Handicaprådet og Frivilligrådet, tlf. 28 56 84 44, Kim Lassen, Borger-service, tlf. 76 81 00 25, Conni Damgaard, Velfærdsforvaltningen, ansvarshavende redaktør, tlf. 76 81 61 05, connd@vejle.dk. Ved udeblivelse af Velfærdsmagasinet, dødsfald m.m. kan du sende en mail til Kim Lassen, velfaerdsomag@vejle.dk, tlf. 76 81 00 25. Avisen udkommer fire gange årligt – februar, maj, september og november. Oplag: 19.500. Grafisk design og opsætning: Vejle Kommune, Kommunikation. Tryk: Jørn Thomsen / Elbo A/S.



Foreningernes Hus i Vejle

Et mangfoldigt hus

1. oktober 2015 slog Foreningernes Hus Vejle dørene op med nye rammer og muligheder for et bredt samarbejde mellem de frivillige sociale foreninger og Vejle HandicapCenter. Husets daglige leder gør status over det sidste års tid.

Hver morgen parkerer Else Marie Schmidt sin bil foran den røde bygning på Visingsgade 31. Udefra ligner den et typisk kontorbyggeri. Anonymt og lidt kedeligt. Og så alligevel ikke. På vinduerne på første sal ses logo-skilte med mennesker i alle regnbuens farver. De viser, at det er her, Foreningernes Hus Vejle har lokaler.

Det er også her, Else Marie Schmidt har været daglig leder siden marts. Hun åbner døren til opgangen og fortsætter som altid op til førstesalen. Hun stopper i receptionen og snakker lidt med de frivillige kontrovagter, inden hun gennemgår listen, der viser dagens aktiviteter. Et hurtigt blik på listen fortæller, at det er et mangfoldigt sted: Ældresagen holder møder det meste af formiddagen. Kl. 10.00 er der stolegymnastik for den lokale handicapafdeling. Det Grønlandske Hus melder sin ankomst over middag. Og lydavisens medarbejdere er allerede i gang med at indlæse aviser til kommunens svagtseende. Om aftenen

holder Høreforeningen og Foreningen Far møder. Og så videre. I den store sal er der som altid forskellige aktiviteter som lektiecafe og selvhjælpsgrupper, som mødes.

– Foreninger og grupper booker lokalerne efter først-til-mølleprincippet – og ellers taler vi os til rette, forklarer Else Marie Schmidt.

I cafeen dufter der af hjemmebagte boller, som Heidi og Ulla, de to deltidsansatte, netop har taget ud af ovnen. I cafeen kan brugerne af huset bestille boller, kager og smørrebrød til deres møder – og tirsdag og torsdag kan man også spise sin varme frokost i cafeen.

Udover den daglige leder, tre deltidsansatte og en projektleder, der leder et 2-årigt projekt for Trivselsgrupper på skoler, bliver huset drevet af en lang række engagerede frivillige, der med højt humør sørger for, at huset fungerer. ►

Handicapråd

Formand: Peter Skov Jørgensen, Muskelsvindfonden, tlf. 23 32 40 62, næstformand: Gitte Frederiksen, (V), tlf. 24 42 86 96, sekretær: Anette Laibach Stilling tlf. 76 81 15 52.

Af: Conni Damgaard

Det Grønlandske Hus er en af de foreninger, som Foreningens Hus Vejle huser.

Når to bliver til en

Det var den 1. oktober 2015, at de to organisationer Frivilligcenter og Selvhjælp Vejle og Vejle HandicapCenter flyttede sammen i Foreningernes Hus Vejle. De kom med hver sit møblement, kultur- og foreningsliv og skulle få en hverdag og et stort hus med mange forskellige aktiviteter op at køre. Og det er gået rigtig godt. Sådan i grove træk.

– Vi har selvfølgelig haft de sædvanlige opstartsvanskeligheder. En elevator drillede og besværliggjorde adgangsforholdene for vores kørestolsbrugere. Der var også problemer med udbygningen i cafeen. Og så har vi brugt tid på at finde hinanden og få huset til at fungere på tværs af kulturer, siger Else Marie Schmidt.

Vejle HandicapCenter er et aktivitets- og samværstilbud efter Serviceloven. Målgruppen er borgere med et fysisk handicap, som er medlem af en handicaporganisation. De kommer i centret for at spise i cafeen, deltage i tilbud som kortspil, stolegymnastik og forskellige hobbyaktiviteter. De handicaporganisationer, som har lokalafdeling i Vejle, bruger også huset til møder.

Frivilligcenter og Selvhjælp Vejle består i dag af 62 frivillige sociale foreninger og 22 selvhjælps- og netværksgrupper, som bruger stedet til mødeaktiviteter. Det er foreninger, som ÆldreSagen, Mødrehjælpen, Red Barnet, Sind, Børns Voksenvenner, Røde Kors og Hjerteforeningen. Der er også lektiecafe for børn og voksne, og Værktøjskassen, som yder praktisk hjælp til pensionister.

Og det går rigtigt godt. Den daglige leder smiler og uddyber: – Huset er kendetegnet ved en stor åbenhed, og der arbejdes på kryds og tværs af foreningerne. Frivilligcentret fungerer som bindeled, når en forening har fået en ide, som en anden måske kan inddrages i. Fx har Det Grønlandske Hus lavet mad for medlemmerne. Den ide har foreningen „Unge for ligeværd“ taget til sig, så de nu også skal i gang med madaftener. Samarbejdet på tværs skal dyrkes og styrkes endnu mere fremover.

Plads til flere

Siden indflytningen er der i gennemsnit kommet en ny forening til hver måned. Også antallet af selvhjælpsgrupper er i



vækst, men der er plads til flere. Så længe vi har ledige lokaler, er vi klar til at tage imod, forsikrer Else Marie Schmidt.

Hun forklarer, at foreninger, som gerne vil have adgang til huset, skal søge om at få adgang, og så skal husets bestyrelse godkende dem ud fra vedtægter og formålsparagraffer. Betingelsen er, at foreningen udfører frivilligt socialt og humanitært arbejde. Det koster 250 kr. om året for en forening at få adgang til husets faciliteter. Med selvhjælpsgrupper forholder det sig anderledes. De skal stadig godkendes i forhold til formålsparagraffer, men kan benytte husets faciliteter helt gratis.

– Hvis der sidder grupper eller foreninger, som har lyst til at være del af Foreningernes Hus Vejle, så kig forbi eller ring, lyder opfordringen fra Else Marie Schmidt:

– Så tager vi en snak. Vi er også klar med en rundvisning.

Medlemmerne af Foreningernes Hus Vejle, de frivillige og ansatte er i fuld gang med en visionsproces, så de til næste år er klar til at fusionere og få en fælles bestyrelse – og ikke mindst tage det næste skridt i udviklingen af et fælles foreningernes hus i Vejle. For det handler om at udnytte husets unikke placering i Vejle, så huset bliver samlingspunkt for hele byen. Det vil Else Marie Schmidt arbejde på. ●

Foreningernes Hus Vejle

Adresse: Vissingsgade 31, 1. sal, 7100 Vejle

Telefon: 41 52 60 80

E-mail: vejle@frivejle.dk

Hjemmeside: www.frivejle.dk

Der er elevator i bygningen.

Dan Skjærning (S), tlf. 40 43 95 65, Martin Sikær (S), tlf. 24 41 51 59, Charlotte Faber Stech Mortensen (V), Dorte Andreasen, Velfærdsforvaltningen, tlf. 30 30 19 58, Jan Lomholt, Teknik & Miljø, tlf. 76 81 21 29, Anni Lind Guldbrandt, tlf. 78 11 58 29, Børne- og Ungeforvaltningen, Lars Agergaard, Autistforeningen, tlf. 75 82 76 97, Kirsten Marie Sørensen, LEV, tlf. 75 73 58 09, Jens Bork, Dansk Handicap Forbund, tlf. 75 73 19 95, Ingrid Petersen, Muskelsvindfonden, tlf. 29 26 14 72, Thomas Wette, Dansk Blindesamfund, tlf. 28 70 25 22, Anders H. Andersen, Landsforeningen LigeVærd, tlf. 28 56 84 44.

Gode råd om hjælpemidler



Ved du,

at der findes mange hjælpemidler og velfærdsteknologier, som kan gøre din hverdag lettere og fx forebygge ulykker? Nogle kan du købe hos din lokale isenkræmmer, i dagligvarebutikker eller på internettet. Andre kan du få gennem kommunen.

I Velfærdsmagasinet sætter vi fokus på hjælpemidler – denne gang på hjælpemidler til en nemmere hverdag på badeværelset.

Hjælpemidler på badeværelset

Har du svært ved at tage bad, tørre dine fødder eller gå på toilettet, fordi du har gigt, svage led eller dine hænder ryster? Her er forslag til udvalgte produkter, der kan lette din hverdag på badeværelset.

Er det besværligt at gå på toilettet selv?

Hvis du har svært ved at klare toiletbesøget selv, kan et **bidetsæde med skylle- og tørrefunktion** være en stor hjælp. Sædet er praktisk, nemt at betjene, og hygiejnen er i top, for det både skyller med vand og tørre med varm luft. Det findes mange modeller: Der findes toiletter med integreret skylle- og tørrefunktion, og der findes bidet til at montere på det eksisterende toilet. Der er forskellige udgaver med forskellige hulstørrelser og forskelligt tilbehør. Er det svært at komme op fra toilettet, kan et armlæn, et greb eller ekstra monteret hævefunktion være en mulighed.

Pris fra ca.
8.000 kr.
+ udgifter til
tilslutning af vand og el.

Der findes også en **toiletforhøjer**, som du kan montere på dit toilet, hvis du har svært ved at sætte dig ned eller rejse dig fra toilettet. Den gør dit toilet højere og findes med og uden armlæn. Der er også løse modeller, som du kan tage med, fx når du skal på ferie.

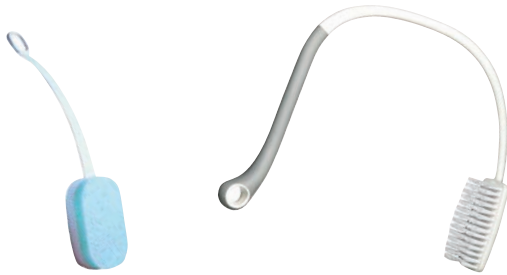
Pris fra 225 - 1.500 kr.



Hjælp i badet

Har du svært ved at tørre dig, når du har været i bad, kan du få hjælp af en **body dryer**. Den tørrer din krop fra top til tå ved hjælp af varm luft. En body dryer er også en hjælp for mennesker med åndedrætsproblemer, fx KOL, da den nedsætter luftfugtigheden og tørrer rummet efter badet.

Pris fra 7.500 kr.
+ montering



Har du svært ved at få armene op eller nå tærne, når du skal vaske dig, er der mange forskellige hjælpemidler med forlænget skaft, så du forsat selv kan klare bad og rede hår. Der er også hjælpemidler til at påføre creme.

Pris fra 60 kr.



En **badebænk** kan være en god løsning, hvis du har svært ved at stå op i badet. Den kan også bruges, når du skal vaske dig ved håndvasken.

Pris fra 200 - 1.500 kr.
afhængig af produkt.



Svært ved at holde balancen?

Så kan et greb være en god løsning. De findes både i udgaver, der skal skrues fast eller med sugekop. Grebene kaldes også for rørhanke.



Pris for greb med sugekop fra ca. 200 kr.
Pris for greb til at skrue fast fra ca. 150 kr.

Kontakt

Kontakt hjælpemiddelteamet i Myndighedsafdelingen for råd og vejledning på telefon 76 81 00 81, hvis du har konkrete udfordringer i hverdagen. De kan også svare på spørgsmål til produkterne i denne artikel.

Alle priser er vejledende.



Værdig ældrepleje

*Hans Erik Pedersen
Formand for Ældrerådet*

Hvad er et værdigt ældreliv? Og hvad skal den kommunale hjælp til ældre basere sig på, så den bevarer og fremmer et værdigt liv? Ældrerådet har hjulpet politikerne med svarene.

Med finansloven 2016 blev der afsat 1 mia. kroner til at styrke kommunernes arbejde med en værdig ældrepleje. Vejle Kommunes andel udgør 19 mio. kr. Sammen med pengene følger et krav om, at kommunerne skal lave en værdighedspolitik.

Flere hænder og udvidet klippekort

I Vejle Kommune er politikken lavet sammen med Ældrerådet, Seniorudvalget, ledere og medarbejdere på Seniorområdet. Og ifølge formanden for Ældrerådet, Hans Erik Pedersen, har dialogen være god, og rådet er tilfredse med, hvordan pengene bruges i kommunen. De synlige beviser er flere „varme“ hænder og ekstra hjemmepleje:

– I Ældrerådet var vores første prioritet mere personale til at hjælpe og støtte plejekrævende ældre. Det er værdighed, siger Hans Erik Pedersen.

– Derudover er „klippekortsordningen“, som i dag giver ekstra hjemmepleje til plejekrævende ældre, blevet udvidet til også at omfatte 450 borgere, der modtager hjemmepleje i kategorien „moderat hjemmehjælp“, fortæller Hans Erik Pedersen.

Ordningen betyder, at modtagere af hjemmehjælp kan få en halv time ekstra hjælp om ugen – udover det visiterede, og den halve time kan borgeren selv disponere over og spare op af.

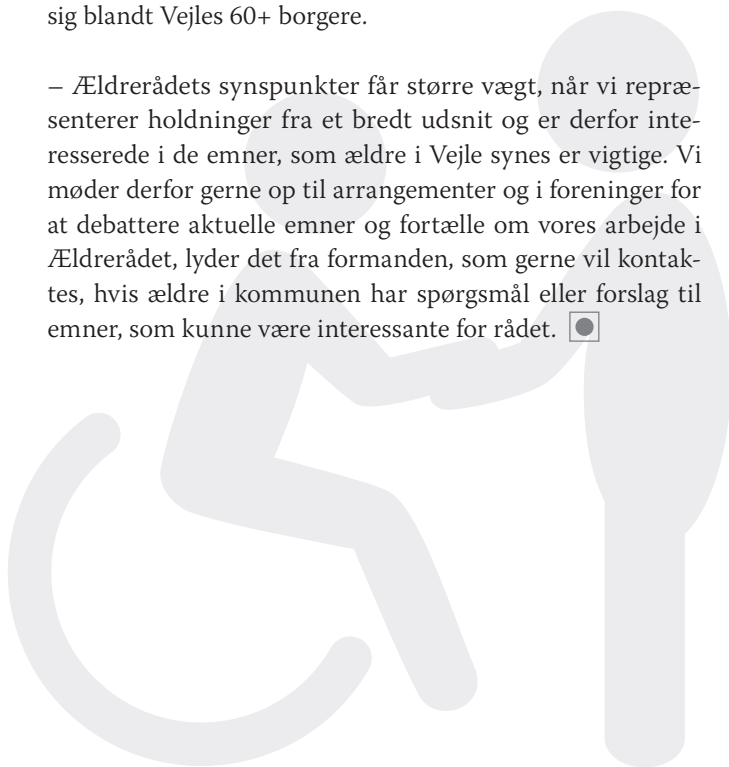
Dialog

Ældrerådet kommer løbende med forslag til politikerne i Seniorudvalget, som de har faste møder med to gange om året. Rådsmedlemmerne har finge-

ren på pulsen på grund af deres tætte tilknytning til målgruppen. Samtidig besøger de løbende plejecentre i og uden for Vejle Kommune for at holde sig orienteret om, hvad der rører sig på centrene.

Ældrerådet er altså med i første række, når kommunen tager beslutninger om forhold, der berører borgere, som er fyldt 60 år. Derfor er det vigtigt for rådet at have en god forbindelse til baglandet, så medlemmerne ved, hvad der rører sig blandt Vejles 60+ borgere.

– Ældrerådets synspunkter får større vægt, når vi repræsenterer holdninger fra et bredt udsnit og er derfor interesseret i de emner, som ældre i Vejle synes er vigtige. Vi møder derfor gerne op til arrangementer og i foreninger for at debattere aktuelle emner og fortælle om vores arbejde i Ældrerådet, lyder det fra formanden, som gerne vil kontaktes, hvis ældre i kommunen har spørgsmål eller forslag til emner, som kunne være interessante for rådet. ●



Ældrerådet

Formand: Hans Erik Pedersen, Vejle, tlf. 23 81 90 36
Sekretær: Birger Kruse, tlf. 76 81 60 30, birk@vejle.dk
Velfærdsforvaltningen

At turde mærke livet

For Lisette Kristensen er selvskade en måde at håndtere angst og følelser, der er svære at sætte ord på. Med en ny mentormetode, peer-to-peer, hvor mennesker med psykiatriske diagnoser støtter hinanden, forsøger hun at stoppe sin destruktive adfærd.

Af: Conni Damgaard

Bladene hænger grønne og tunge på træerne, og blomsterne anstrænger sig for at stråle om kap med morgensolen. Det er den 8. august 2014, og selvom klokken kun er 10.00, er det allerede smålunt. Lisette Kristensen står på banegårdspladsen i Vejle og venter på bussen, som skal samle de ca. 30 deltagere op, som skal matches i kommunens nye mentorprojekt.

Det er ikke meget, Lisette kender til projektet. Fra den indledende samtale med projektlederen ved hun, at det går under navnet „peer-støtte-projekt“, og at det henter sine erfaringer fra udenlandske projekter, men nu for første gang skal afprøves i en dansk sammenhæng. Der er gjort få erfaringer i den danske behandlingspsykiatri, men der mangler dokumentation for, at metoden også virker i socialpsykiatrien. Og så handler det om, at en person, der har haft en psykisk sygdom, men har lært at mestre den, frivilligt støtter en, der aktuelt har en psykisk sygdom – som en slags ligemand, deraf navnet „peer“. Mentoren skal på den måde vise, at der er en vej ud af psykisk sygdom.

Og Lisette har haft det svært i mange år. Hun er angst og bruger selvskade og fysisk smerte til at lindre psykisk smerte. Som 19-årig truer hendes selvskade hende så meget på livet, at hun bliver indlagt, og i årene efter flytter hun frem og tilbage mellem sygehus, psykiatriske bosteder og egen lejlighed. Hun får medicin og terapi, men hun synes ikke, at behandlingen hjælper. Hendes sindstilstand og medicinen svækker hendes dømmekraft, og hun har svært ved at mærke sine egne behov. Det eneste, hun har kontrol over, er kroppen, så hun fortsætter med at skære sig og kan ikke finde en vej ud af den selvdestruktive cirkel, hun er inde i.

Det perfekte match

Den hvide Papuga-bus kommer til syne, og deltagerne stimuler sammen ved indgangen. Inden de får lov at gå ind i bussen, fortæller projektleder Lene Hoffensetz dem, hvor de skal sidde:

– I dag skal I være sammen med tre forskellige. På en slags speeddating om man vil, forklarer hun.

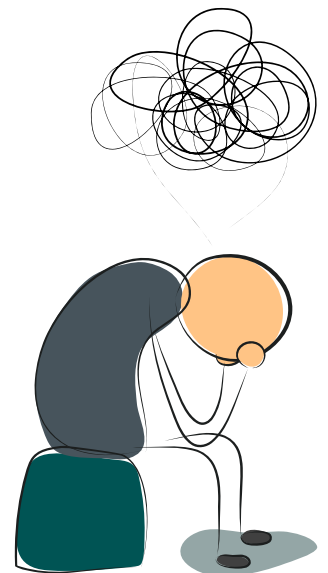
NYT
fra
Psykiatrien

Lisette får anvist et sæde. En jævnaldrende pige med langt mørkt hår og et imødekomende smil sætter sig på sædet. „Hun ser sød ud“, er Lisettes første tanke. Alligevel er hun lidt nervøs.

– Jeg hedder Kamille. Hvad hedder du? siger den mørkhårede pige som åbningsreplik. Lisette præsenterer sig, og de fortæller på skift om sig selv. Inden de når Trelde Næs ved Fredericia, som er turens mål, finder de ud af, at de har fælles bekendte – og de finder også hurtigt ud af, at de har en god kemi.

– Overvej, hvem I gerne vil danne par med og send mig en mail i løbet af de næste par dage, siger Lene Hoffensetz, da de igen er samlet i bussen og på vej til Vejle. Allerede samme dag sender Lisette en mail og skriver „KAMILLE“ med versaler. Hun er ikke i tvivl. Heldigvis skriver Kamille „Lisette“ i sin mail. Kort tid efter bliver de inviteret til en opstartssamtale. Lisette og Kamille er nu et match.

Projektet lægger op til, at deltagerne mødes og laver aktiviteter sammen en gang hver uge eller hver 14. dag, alt efter hvad der passer bedst. Det kan være cafebesøg, gåture, sport 



mv. Som en del af projektet er der også faste cafemøder, hvor alle i projektet efter behov kan mødes på tværs. Lisette og Kamille mødes første gang på Cafe Lido i Vejles gågade den 24. august 2014. Den bliver deres stamcafe og mødested i de 9 måneder, forløbet varer. De laver også andre aktiviteter sammen: De går i byen sammen, shopper osv. Typiske venindeting.

– Det er slet ikke som at tale med en behandler. Det er mere ligeværdigt. Når jeg er sammen med Kamille, forstår hun mig. Hun ser MIG og ikke bare min sygdom. Hun forsøger heller ikke altid at finde en årsag til, at jeg har det dårligt. Og så tror hun på, at jeg kan rykke mig, siger Lisette, når hun i de mange evalueringer, som er en del af projektet, bliver spurgt om, hvad det er, hendes mentor kan. Omvendt svarer hendes mentor, at hun ikke gør ret meget udover at være en god veninde. Kamille bliver som en del af projektet undervist i bl.a. kommunikation og konflikthåndtering, men synes egentligt, at den vigtigste opgave er at være sig selv.

Og det er også tilstrækkeligt. For Kamille har selv været, hvor Lisette er. Hun har selv mærket, hvordan psykisk sygdom påvirker krop og sind, og hvordan man bevæger sig ud på den anden side. Hun kan bedre forstå Lisettes handlinger og giver hende råd om, hvordan hun kan finde lindring på andre måder end ved at skade sig selv. Hun hjælper også Lisette til at prøve at forstå, hvorfor hun gør, som hun gør – og når hun har

negative tanker, forsøger hun at få hende til at se situationen fra andre og mere positive vinkler. Kamille deler generøst ud af sine erfaringer for på den måde at vise, at det er muligt at få det bedre. Helt efter hensigten får samværet med mentoren langsomt opbygget Lisettes selvværd, og Kamille sætter skub i Lisettes recovery-proces, som det hedder i fagsprog, og som handler om „at komme sig“.

Så da Kamille en efterårsdag i 2014, mens de sidder på en træbænk ved Vejle Å og deler en smøg, siger:

– Du virker ikke som en, der skal bo på et bosted, tænder hun ubevist en gnist i Lisette. Kamilles ord kan ikke slippe hende, og da hun senere på dagen sidder på sit værelse på bostedet, falder brikerne langsomt, men sikkert som i et puslespil på plads inde i hendes hoved. Nu ved hun, hvordan hendes fremtidige liv skal forme sig og siger højt for sig selv:

– Fandme nej! Jeg skal videre. Jeg skal have et almindeligt liv.

Den dag går det op for hende, at hun alt for længe har holdt fast i sin identitet som én, der bor på et bosted, og hun sætter sig som mål at kunne bo i sin egen lejlighed igen. Beslutningen giver hende fornyet håb, og hun lægger nu stor energi i at få det bedre. Den 15. januar 2016 får hun nøglen til sin egen lejlighed.

Lisette Kristensen sidder ved det hvidlakerede spisebord i sin lejlighed og kigger ud i rummet: En lys etværelses med et femtint touch, beliggende på 4. sal og med panoramaudsigt over Vejle. Hun virker på én gang skrøbelig og sej med et fast blik og spor af hvide ridser på armene. Den sribede hankat Coda ligger på det hvide sengetæppe og følger hendes mindste bevægelser. Eget køkken. Eget bad. Egen dør med lås. Endelig. Lisette smiler.

Mentorprojektet er en succes

Psykiatrifonden og Vejle Kommune har lavet før- og eftermålinger for at vise, om deltagerne har fået det bedre. Evalueringer og erfaringer fra 2 af i alt 3 mentorforløb (baseret på 30 deltagere i maj 2016) bekræfter, at der er udviklet en god model for inddragelse af frivillige mentorer i socialpsykiatrien. 66 % har gennemgået en positiv udvikling, bl.a. oplever 53 % et styrket selvværd, og 76 % ser flere muligheder. Flere projektdeltagere bekræfter, at de har brudt isolationen, er blevet aktive medborgere og fået et netværk. Flere har fået mod på udflytning, job og uddannelse. De endelige målinger af de i alt 55 deltagere er klar i efteråret 2016.

Kilde: Resultatrapport fra metodeudvikling i Vejle Kommunes socialpsykiatri, Psykiatrifonden, maj 2016.

Siden hun flyttede ind i lejligheden for 6 måneder siden, er der sket meget. Hun er tilmeldt et kursus for selv at blive frivillig mentor i peer-indsatsen. Hun arbejder på et handicapcenter og synes, at det er rart at mærke, at andre har brug for hende. Hun har også søgt ind på social- og sundhedsskolen. Uddannelsen skal bruges som springbræt til sygeplejeruddannelse. Næste mål.

Lisette er ved at lægge trangen til at påføre sig selv skade bag sig. Paradoksalt nok er det virkelig svært, når man har levet med selvskaide så længe. Hun har derfor en konstant og årvågen opmærksomhed på ikke at falde tilbage i de gamle mønstre, og hun er ved at lære at reagere på sine følelser på nye måder. Alligevel er det kun få uger siden, hun sidst faldt i og skadede sig selv. Hun håber, at det snart er slut. Hun giver ingen garantier, men er fortrøstningsfuld. For hun får ikke den samme rus som tidligere. I stedet bliver hun trist – og også lidt sur på sig selv. Men kun i kort tid. Så finder hun mobilen og sms'er eller ringer til Kamille, som hun stadig ser, for at snakke med hende om sine følelser. ●

Peer-to-peer-projektet udløber oktober 2016, men Vejle Kommune viderefører projektet som en metode i socialpsykiatrien. Hvis du vil vide mere om projektet – eller ønsker at blive peer eller mentor, så kontakt Lene Hof-fensetz på mail: lerho@vejle.dk eller mobil 29 13 14 60.



Der er kommet masser af gode ideer fra medarbejderne. Her er projektleder Lisbeth Bjerre (tv) ved at kigge på nogle stykker sammen med sin projektlederkollega, Gudny Vang.

Tema: Velfærdsteknologi

Det giver trivsel at kunne klare sig selv

Siden 2012 har 72 projekter været med til at udvikle hverdagsteknologien i Vejle. Det giver god mening, men kræver tålmodighed og en indsats fra mange at få det til at lykkes, viser de foreløbige erfaringer.

Der bliver flere ældre i de kommende år, og rigtig mange bliver meget gamle. Det viser alle forudsigelser. Der fødes ikke så mange børn længere, så på et tidspunkt vil der mangle personale til at tage sig af dem, der af den ene eller anden grund ikke længere har mulighed for at klare sig selv.

Denne udvikling kræver, at man tænker 'fremtid og hjælp' på en anden måde end hidtil. Det har man allerede gjort i Vejle i en del år, og derfor er Vejle en af de kommuner i landet, som er længst fremme med velfærdsteknologi – eller som mange foretrækker at kalde det: Hverdags-teknologi. Det er hjælpemidler, der både giver borgerne mulighed for at klare sig selv længst muligt – og som gør det nemmere for plejepersonalet at hjælpe.

Masser af gode ideer

I 2012 besluttede Vejle Byråd, at der i 5 år – til og med 2016 – skulle arbejdes målrettet med at afprøve og udvikle nye måder at arbejde med teknologi på, og der blev afsat 20 millioner kroner til

formålet. Pengene er lagt i en velfærdsteknologi-pulje, som kan søges af områderne på voksen-, senior- og handicapområdet. Pengene bruges til projekter, som skal være en investering i fremtiden.

De foreløbige erfaringer viser, at der er mange engagerede medarbejdere og chefer på velfærdsområdet, og at de har masser af gode ideer. I de 5 år er der blevet sat 72 projekter i gang, og de har strakt sig fra enkle små test til større projekter på tværs af hele Velfærdsforvaltningens område.

Tættere kontakt

Puljen har betydet, at der er en lang række borgere, som i dag har opnået en større trivsel i hverdagen ved at kunne klare flere opgaver selv. Ikke mindst vasketoiletet har betydet meget. Mange, der har fået installeret toiletter, kan nu klare toiletbesøgene uden eller med kun lidt hjælp fra personalet. Også forflytningsteknologi, medicindosering og tablets eller Apps til brug i hverdagen har lettet hverdagen for mange.

– Det har noget med værdighed at gøre, at man kan klare sig selv længst muligt. Og det er vigtigt, at vi tager udgangspunkt i, hvad den enkelte selv kan og magter, når den pågældende skal have hjælp, fortæller Lisbeth Bjerre. Hun er den ene af to projektledere for det 5-årige udviklingsprojekt. Den anden er Gudny Vang. ►

På senior- og handicapområdet er der arbejdet meget med forskellige forflytningsteknologier såsom elektriske bade stole og lifte monteret i loftet. Tidligere skulle mindst 2 medarbejdere hjælpe til, når fx en handicappet beboer skulle flyttes. Nu kan én medarbejder klare at hjælpe med bad, eller når en beboer skal flyttes fra sengen til en stol. For det første har det vist sig, at det giver en tættere og bedre kontakt mellem borger og medarbejder i de situationer – og for det andet giver det medarbejderne mulighed for at løse andre opgaver end tidligere.

Stort engagement

Der findes allerede nu en lang række gode teknologier, som kan gøre en forskel på både borgere og medarbejdere.

– Vi har dog også erfaret, at det kræver en stor indsats at få succes med teknologierne. Teknologien skal være tilpasset borgerens behov, og alle skal yde en indsats, for at det kan lykkes. Derfor har kommunen ansat to implementeringsmedarbejdere, som hjælper medarbejdere og chefer med at komme godt i gang og støtte der, hvor det kræver ekstra, for at teknologien bliver brugt optimalt, siger Lisbeth Bjerre. Hun glæder sig over det enorme engagement, der er ude omkring for at ville afprøve noget nyt og være med til at gøre tingene bedre.

– Der bliver indsamlet rigtig meget viden og erfaring, som bliver brugt andre steder. Som projektledere kan vi være med til at etablere netværk og brobyggeri, så medarbejderne kan bruge hinandens erfaringer, siger Lisbeth Bjerre. ●

Pillekassen ringer, når Hanne skal ha' sin medicin...

Tema: Velfærdsteknologi

Klokken 7 hver morgen ringer det fra en lille kasse på køkkenbordet i Hanne Kraghs lejlighed i bofællesskabet Dalen i Give. Ringetonen betyder, at hun skal have sine piller. Så hun må ud af sengen, slå ringeriet fra, trykke på kassens OK-knap, tage den lille pose med pillerne nede i kassen, åbne den og snuppe pillerne med et glas vand. Så er den sag klaret. Hun kan hoppe i seng igen.

Via en App kan personalet inde på kontoret se, at Hanne har taget sine piller. Det kræver, at hun har husket at trykke på OK-knappen. Får hun ikke gjort det, ser det ud som om, pillerne ikke er taget. Det kan smutte – men det er sjældent. Næste gang kassen ringer er 10 timer senere – klokken 17, når hun skal have sine aftenpiller.

Det giver ro!

– Det er et godt system, fortæller Hanne Kragh, der er udviklingshæmmet og har haft „dose-systemet“ siden starten af 2016. Og det er hun rigtig godt tilfreds med. For det giver hende mere ro, og hun slipper for at tælle pillerne op og bekymre sig om, at hun måske glemmer at tage dem. Nu får hun dem i portionspakker fra apoteket. De bliver lagt i kassen, som er indstillet til at ringe på de bestemte tidspunkter. Så er der ingen grund til bekymring mere...

– Før jeg fik kassen, kunne jeg bruge me-

get tid på at tælle piller op og gå og huske på, at jeg skulle tage dem. Det kunne godt rode lidt for mig. Det er jeg fri for nu, siger hun og følger til, at det bare er lidt irriterende at skulle op klokken 7, når man har ferie.

– Da vil man gerne sove lidt længere, siger hun.

Og det kan der ændres på. Det er kun et spørgsmål om, at personalet får ændret „ringe-tiderne“... ●

▼ – Den er jeg rigtig glad for, siger Hanne Kragh om sit doseringssystem. Nu skal jeg ikke længere gå og huske på at tage pillerne...



Frivilligrådet

Formand: Anita Fogh, FrivilligCenter Give, tlf. 75 73 43 36 / 41 63 11 60.

Næstformand: Yasser Rady, Humanitære foreninger

Sekretær: Birger Kruse, Vejle Kommune tlf. 21 77 18 11.

Af: Anna Marie Bohsen

Foto: Nils Rosenvold

Det er snildt, er Bent og Bodil Jensen enige om. Ikke kun for dem – men også for hjemmeplejen. Først med liften ned i sengen, og fjernbetjeningen får lagnet til at rulle, så Bodil Jensen stille og rolig bliver vendt om natten.



Nu hjælper sengens lagen også til...

Som en af de første i Jelling har Bodil Jensen fået et vendesystem, hvor lagnet hjælper til, når hun skal op eller ned – eller vendes i sengen.

Det er rart at kunne klare sig selv. Også når man kommer op i årene og bliver syg. Det betyder faktisk rigtig meget at kunne få de nødvendige hjælpemidler, som letter hverdagen, så man ikke bliver alt for afhængig af andres hjælp.

Sådan er det også for Bodil og Bent Jensen på Præsteager i Jelling. De er begge i 70'erne. De sidste mange år har Bent Jensen hver nat været oppe for at vende sin kone i sengen. Det kan hun ikke selv, for hun har sklerose og haft det i hvert fald i 23 år. Hun falder i søvn, mens hun ligger på ryggen. Men sådan kan hun ikke ligge hele natten. Derfor står Bent Jensen op, får et godt tag i hende, og nænsomt får hende drejet om på siden.

Siden starten af juli er det blevet noget nemmere. Da fik Bodil Jensen et vendesystem, hvor lagnet kører på et par ruller – en på hver side af sengen. Med en fjernbetjening sætter Bent Jensen gang i rullerne, og så kan han nu stille og roligt vende hende, stort set uden at hun vågner.

Nemt for alle

– Det er også nemt for hjemmeplejen, når jeg skal op om morgenen eller op fra middagssøvnen, fortæller Bodil Jensen, der selv har været hjemmehjælper. Som noget nyt har hun hjemmehjælp 4 gange i døgnet. Hidtil har hun kun haft hjælp om morgenen. Men efterhånden kan hun ikke længere støtte på benene og dermed hjælpe til, når hun skal flyttes. Samtidig trængte Bent til aflastning, så han kunne blive ved med at være hendes ægtemand og ikke kun bliver hendes hjælper.

Den nye seng, kombineret med en smart lille lift, som parret fik monteret i loftet i soveværelset for et halvt års tid siden, gør det nemt for både Bent Jensen og hjemmeplejen at hjælpe Bodil op og i sengen.

– Vi kunne få en lift, som stod på gulvet. Men den ville fylde så meget, at jeg skulle rykke ud af soveværelset. Og det var ikke meget ved efter 53 års ægteskab, bemærker Bent Jensen... ●

FrivilligCenter Vejle: Anders Hareskov Andersen, Lisbeth Hansen, FrivilligCenter Egtved: Kent Jensen, Villy Nielsen, FrivilligCenter Jelling: Nis Bruun, Gudrun Møller, FrivilligCenter Børkop: Torben Madsen, Inge Hansen, FrivilligCenter Give: Anita Fogh, Karin Tingsager, Handicaporganisationer: Susanne Clausen og Kari Overhalen, Patientforeninger: Birthe Bjerg, Suppleant: Lisa Fürstenberg, Ældregrupper: Erik Dam, Jørgen Rønnemoes, Børn og Unge: Lotte Dich Pedersen, Humanitære foreninger: Yasser Rady, Bjarne Sørensen, Væresteder: Bettina Sørensen, Per Kragh.

Digital registrering giver hurtigt overblik

Flere centre på psykiatri- og handicapområdet har fået installeret et nyt registreringssystem, som kan være med til at forebygge situationer, som kan føre til vold og trusler. Det sker for at sikre både beboernes og personalets sikkerhed og trivsel. Noget, der også på landsplan er fokus på i disse år.

Et af de centre, der har fået installeret det nye system, er det socialpsykiatriske bosted Sukkertoppen, et tilbud til mennesker over 18 år med sindslidelser eller sociale problemer. Her får beboerne vejledning, træning og støtte i at mestre deres hverdag og sindslidelse. Indsatsen sigter mod at forbedre den enkeltes sociale og personlige udvikling.

En del af sygdommen

Med psykisk sygdom følger i nogle tilfælde angst, frustrationer og vrede. Det er ikke altid nemt for personalet eller borgeren at forudse, hvad der udløser sådanne kritiske situationer. Men gennem dialog og støtte arbejder de på at forebygge og min-

nimere risikoen i de situationer, der kan føre til vold eller trusler og gøre samarbejdet mellem medarbejder og beboer vanskeligt. Sådanne situationer påvirker ikke kun beboere men også medarbejderne.

– Derfor er det vigtigt at lære af sådanne situationer og at følge op på den konkrete borger og det personale, som er blevet berørt af f. eks vold og trusler, siger Lisbeth Andreassen, afdelingsleder på Sukkertoppen.

Det er vigtigt med en nøje registrering af hændelserne, så personalet hurtigt og effektivt kan følge op på hændelsen og både se på læring i det konkrete tilfælde,

tendenser og mønstre. Registrering er på den måde med til at sikre personalets trivsel, sikkerhed og det gode arbejdsmiljø. Noget der også på landsplan er fokus på efter nogle tragiske hændelser.

Store forventninger

Hidtil er registreringen sket på papir. Men for kort tid siden er et nyt system taget i brug, så registreringen nu sker elektronisk. Et system, som ikke kun Sukkertoppen nyder godt af, men også de øvrige socialpsykiatriske bosteder – og også flere centre på handicapområdet.

– Vi er først lige begyndt at bruge det elektroniske system, og vi har store forventninger til det, fortæller Lisbeth Andreassen. Det vil give os et meget bedre og hurtigere – og mere fyldestgørende – overblik over de registreringer, der gøres. Og de medarbejdere, der skal udfylde registreringer, kan hurtigt komme til dem. Derfor bliver det også nemmere at følge op på de episoder, som opstår, siger hun.

Registreringssystemet hedder SOAS – R og er 1. del af et mere omfattende system, som er på vej. Næste fase er et screenings-system, hvor personalet hurtigt kan vurdere og registrere, når der opstår risiko hos den enkelte beboer.

– Dette system sikrer, at vi hurtigt kan danne os et samlet overblik over, hvor vi eventuelt skal have særlig opmærksomhed på risikoen for kritiske situationer. Man kan kalde det en „vejmelding“, siger Lisbeth Andreassen. ■

De giver opgaverne et ekstra skub

Vejle Kommune har ansat to implementeringsmedarbejdere, som hjælper personalet med at afprøve og indarbejde nye måder at arbejde på indenfor velfærdsområdet.

Alt nyt kræver tilvænning. Sådant er det også inden for velfærdsområdet i Vejle Kommune. De sidste 5 år har medarbejdere og borgere været involveret i flere end 70 projekter, der er med til at udvikle og afprøve nye teknologi, så borgere kan klare sig selv længere og få en bedre og lettere hverdag. Den ny teknologi gør det også muligt, at flere kan hjælpes for færre penge.

For at brugen af ny teknologi skal lykkes og give mening for både borgere og medarbejdere, kræver det tid og samarbejde mellem mange mennesker. Derfor ansatte Vejle Kommune i 2016 to implementeringsmedarbejdere, som bl.a. hjælper med at afprøve og indarbejde de nye måder at arbejde på.

Bakker op døgnet rundt

De to ergoterapeut Hanne Styrbak og sygeplejerske Agnete Kaltoft, som assisterer, inspirerer og bakker op døgnet rundt om de opgaver og projekter, som trænger til et ekstra skub. ►

Af: Anna Marie Bohsen

Foto: Nils Rosenvold

– Der er jo personale på døgnet rundt både inden for voksen-, senior- og handicapområdet, og det er både dem, der arbejder i dag-, aften- og nattevagt, som skal vænne sig til at arbejde med nye hjælpemidler, siger Hanne Styrbak. Som et eksempel kan nævnes, at en del hjælpemidler og arbejdsredskaber har været sådan indrettet, at det har krævet 2 medarbejdere at hjælpe handicappede i eller ud af sengen, i bad eller over i en stol. Mange af disse redskaber er blevet væsentligt forbedret, så nu kan én medarbejder klare opgaven i de hjem og centre, hvor der er monteret en lift i loftet til at klare det tunge forflytningsarbejde.

Deler ud af viden

Der er steder, hvor man har taget tablets i brug til at skrive i borgerjournalen, så opgaverne kan gøres færdig sammen med borgeren. Så behøver personalet ikke længere at ha' små papirlapper med noter i lommen.

– Arbejdet giver os en meget bred berøringsflade med mange forskellige faggrupper, og vi kan hjælpe med at udsøge og anskaffe den teknologi, som skal bruges, fortæller Hanne Styrbak. Og vi skal også være med til at motivere, at hele medarbejdergruppen gør en indsats for at få ideerne omsat til virkelighed. Og Agnete Kaltoft føjer til:

– Fordi der er personale på 24 timer i døgnet, skal vi ofte ud det samme sted flere gange for at hjælpe med at få det nye til at fungere. Og så kan projekterne både være centreret et enkelt sted eller gå på tværs af hele velfærdsorganisationen.

Den brede faglige og geografiske berøring, som de to implementeringsmedarbejdere har, giver stor viden og megen erfaring, som de rundhåndet deler ud af... 

▼ *De er næsten altid på farten, Agnete Kaltoft (tv) og Hanne Styrbak.*



▲ *Jesper Hjøllund fortæller her sin personlige historie om, hvordan han selv blev rask. Han læser også op fra sin digtsamling „Se i kærlighedens have“, der er digte skrevet fra perioden, hvor han var syg. Cafebutikken 26. august.*

Stærke historier i Cafebutikken hver måned

Cafebutikken i Vestergade, som er et aktivitetstilbud i Center for Beskyttet Beskæftigelse, sælger mad, brugs-kunst og er nu klar med et nyt tilbud: „Storytelling“, hvor psykisk sårbare en gang om måneden fortæller personlige historier. Det er gratis, og alle er velkomne. Det er ikke nødvendigt med tilmelding. Der er mulighed for at købe mad og drikke i cafeen både før og efter foredraget. Næste gang er 30. september 2016 kl. 14.00, hvor Jesper Højer er foredragsholder.

– Ideen er at styrke borgernes tro på sig selv. Det ligger i tråd med kommunens strategi om, at borgerne skal kunne mest muligt selv, og at man kan komme sig trods psykisk sygdom. Og så handler det også om at åbne Cafebutikken op og vise, at stedet er for alle, fortæller Marie Haugaard, der er afdelingsleder i Center for Beskyttet Beskæftigelse.

 cafebutikken

Gadesygepleje er mere end rene kanyler

Med sygeplejetasken på ryggen er sygeplejerske Signe Koba på gaden for at tilbyde sprøjter, sårpleje – og ikke mindst gode råd og opmærksomhed til mennesker, der ikke selv går til læge.

Signe Koba trækker vejret dybt og kaster et blik over skulderen, da hun nærmer sig de graffitimalede betonbuer under Bane-danmarks højbane i Vejle, et mødested for stofmisbrugere og øldrikkere. En time tidligere var en af højbanens kvindelige stambrugere forbi gadesygeplejerskens kontor på Vejle Mis-brugscenter – stiktosset og beruset.

– Fordi nogen havde indberettet hende til kommunen. Så skulle hun have afløb for sine frustrationer og kom til mig, forklarer Signe Koba.

Men det er tilsyneladende glemt. Kvinden hilser og viser et forkølelssår til Signe Koba, som råder hende til at smøre såret. Der sidder også fem mænd på en bænk – alle med en dåseguld-bajer i den ene hånd og en smøg eller joint i den anden. Der er lige tid til en rygepause. Imens undersøger Signe Koba en af mændene. Hans venstre arm er i slynge, og fingrene ligner opsvulmede pølser. Han har været på sygehuset, men blev sendt hjem, da han ikke må drikke alkohol før narkose. Signe Koba tilbyder at tage med på sygehuset.

Mellem udsat og system

– Gadesygeplejerskens rolle er sundhedsfaglig, men vejledning og brobygning er også hendes område. For socialt udsatte har ikke ressourcer til at tage kontakt til sundhedsvæsenet,

og når de gør, ender det ofte i konflikter – fordi personalet ikke er klædt på til at behandle skæve eksistenser. Det er det, gadesygeplejersken gør: Hun letter adgangen for en ekskluderet gruppe til de sundhedstilbud, vi andre benytter, siger Nina Brünés, faglig konsulent for gadesygeplejerskerne i Region Hovedstad og medlem af Rådet for Socialt Udsatte.

Så når Signe Koba møder de hårdeste ramte, er hun mange gange deres første kontakt til systemet. Derfor er sygeplejekitlen også skiftet ud med almindeligt tøj – i dag med dynejakke og jeans.

– Den gør noget ved brugerne, kitlen. Med den på er jeg en „rigtig“ sygeplejerske, og de ved ikke, hvordan de skal opføre sig. Jeg bliver en autoritet, fortæller Signe Koba, hvis vigtigste arbejdsredskab er hendes egen person, og så en rygsæk pakket med plaster, kanyler og masser af tålmodighed.

Lighed i sundhed

Inden hun forlader højbanen, åbner hun rygsækken og finder nogle engangspakker med citronsyre. Dem smider hun på et bord.

– For at undgå grimme fixeskader. Mange bruger citronsaft på flaske, når de fixer, men der går nemt svamp i saften, som kan føre til infektioner, forklarer hun.

I sit arbejde behandler hun mange væskende sår, som kan udvikle sig til koldbrand. Og at tilse et sår er godt givet ud, fortæller hun på vej til næste aftale:

– Det kan godt være, at jeg behandler et sår, men det er det mindste problem. De sociale problemer fylder mere og er vigtige at tage hånd om. Hvis jeg kan hjælpe med et sår, får jeg måske lov til at hjælpe med mere.

Der er da også en markant højere sygelighed og dødelighed blandt socialt udsatte på grund af usund livsstil og dårlig livskvalitet. En undersøgelse fra Statens Institut for Folkesundhed (2007-2012) viser, at socialt udsatte mænd i gennemsnit dør 22 år før andre mænd. For kvinderne er tallet 17. Samtidig lever de i længere tid med et dårligt helbred.

– Mange kommuner sender sygeplejersker på gaden for at rette op på skævheden, fortæller Nina Brünés, som selv var én af Danmarks første gadesygeplejersker. I 1998 rykkede hun første gang ud for at hjælpe kuldsejlede københavnere til en bedre sundhed. Siden fulgte andre kommuner efter.

– Men du skal ikke ville frelse verden eller have som mål at ►



Af: Conni Damgaard

få folk til at stoppe deres misbrug, men kunne se det positive i små skridt. De her mennesker har svært ved at finde vej til lægen – og når de gør, at det måske med en øl i hånden, supplerer Signe Koba.

Motivation til en bedre sundhed

Sådan var det med dagens næste patient, grønlandske Atsa Larsen, som Signe Koba besøger i et kolonihavehus:

– Hvordan har du det? Du ser godt ud – glad og med sul på kroppen, udbryder Signe Koba. Som svar modtager hun et stort knus og bliver inviteret indenfor.

Signe Koba blev for to år siden kontaktet af en kolonihaveejer, som var bekymret for Atsa Larsen. Over en kop kaffe fortæller Atsa Larsen sin historie:

– Jeg havde ingen penge, ondt over det hele og drak for meget. Jobcentret ville kun hjælpe med penge, hvis jeg kom i aktivitet. Det kunne jeg ikke på grund af smerterne, men lægen ville ikke hjælpe mig, når jeg drak, siger Atsa Larsen og tager et sug af en cigaret.

– Heldigvis blev jeg samlet op af Signe. Hun gad høre på mig, tog med på jobcentret og hjalp mig også med min gigt, siger Atsa Larsen, som først i efteråret 2015 var klar til at gå i behandling for sit misbrug, da hun erkendte, at de mange øl var skyld i hendes problemer.

Tilbage på sit kontor på misbrugscentret stiller Signe Koba rygsækken på gulvet. Den er lettere nu. Til gengæld vejer de sociale udsattes problemer stadig lige tungt, og Signe Koba er indigneret på deres vegne:

– Når jeg mærker, at det, jeg gør, betyder noget for dem, så er det min motivation til at blive ved og ved. 

.....
 : Ansættelsen af en gadesygeplejerske i Vejle Kommune er :
 : finansieret af Indenrigsministeriets sociale særtilskuds- :
 : pulje. Projektet udløber 1. november 2016, men Vejle :
 : Kommune undersøger i øjeblikket muligheden for at vi- :
 : dereføre projektet. :
 :
 :



Frirum til mænd med kræft

Det nye tilbud „Naturkræfter“, som består af udendørs træning og bålkafe, er til mænd i Vejle Kommune, der har eller har haft kræft.

*Hans Kappelgaard
Sundhedscenter Vejle*

De fleste, som deltager i kommunernes kræftrehabilitering, er kvinder. Derfor har Sundhedscenter Vejle udskiftet træningssal og samtalerum med bålkafe, bueskydning, vandreture og andre aktiviteter i det fri i håb om at få mændene i tale. Der sker på Naturskolen Søballegård i samarbejde med Naturstyrelsen.

Fysisk aktivitet og bålkafe er fast på programmet, fortæller fysioterapeut Hans Kappelgaard, der koordinerer det tolv uger lange forløb:

– Ordet er frit under aktiviteterne og bålkaffen. Vi taler om det, der giver mening. Nogle gange handler det om naturen, andre gange om træning og de ting, der følger med kræftdiagnosen.

De fysiske aktiviteter foregår i Randbøldals unikke natur to eftermiddage om ugen. Øvelser og aktiviteter tilpasses individuelt, så der er mulighed for at deltage på forskellige niveauer. Har deltagerne behov for at få samtaler med diætist, sygeplejerske, ergoterapeut eller psykolog, er der også mulighed for det i Sundhedscenter Vejle.

Vil du gerne deltage i „Naturkræfter“, skal du have en henvisning fra sygehuset eller din egen læge. Sundhedscentret starter løbende kurser op.

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte Sundhedscenter Vejle på telefon 23 65 61 15 mandag til fredag kl. 8.30-9.30 eller send en mail til sundhedscenter@vejle.dk 





Er du midlertidig fritaget fra Digital Post?

Den 1. november 2016 udløber de midlertidige fritagelser fra Digital post, som er oprettet i 2014.

Hvis du er midlertidigt fritaget fra Digital Post, har du i slutningen af august måned 2016 fået et brev om Digital Post. I brevet står, at du skal beslutte, hvordan du vil forholde dig til fritagelse for Digital Post.

Der er flere muligheder at vælge imellem:

- du kan søge om en ny midlertidig fritagelsesperiode
- du kan søge en permanent fritagelse, som ikke skal fornyes løbende

opsætte den digitale postkasse, så du får besked om ny post og kan læse din post i Digital Post.

Sådan søger du om fritagelse

Kom personligt til os i Borgerservice, hvis du vil ansøge om en ny midlertidig fritagelse eller en permanent fritagelse. I Borgerservice skal du udfylde et ansøgningsskema. Husk at tage billedlegitimation eller sundhedskort med.

Du kan også give en anden fuldmagt til at søge om fritagelse for dig.

Fuldmagtsskemaer findes på www.vejle.dk. Fuldmagtsskemaer kan også bestilles på digitalpost@vejle.dk eller på telefon 76 81 01 74.

Du kan også søge om fritagelse i den Fjernbetjente Borgerservice i Børkop, Egtved, Jelling og Give. Husk også her billedlegitimation eller sundhedskort.

- du kan begynde at få Digital Post fra 1. november 2016.

Hvis du ikke foretager dig noget, får du automatisk en digital postkasse den 1. november 2016. Borgerservice hjælper dig gerne med at få NemID og med at

Vigtig information

Ældrerådet inviterer til Ældredag

12. oktober kl. 14.00-16.45

Bygningen, Ved Anlægget 14B, Vejle

Program

- | | |
|-----------------|--|
| Kl. 14.00-14.15 | Velkomst og fællessang |
| Kl. 14.15-15.00 | „Det gode liv som gammel – hvad skal der til?“
v/ Erik Stagsted, næstformand i Danske Ældreråd |
| Kl. 15.00-15.15 | Indlæg v/ Hans Erik Pedersen, formand for Ældrerådet i Vejle |
| Kl. 15.15-16.00 | Kaffebord og fællessang |
| Kl. 16.00-16.30 | „Forebyggelse når ældre handler, hæver penge og tricktyverier“
v/ Anne Kirketerp, politiassistent og forebyggelseskonsulent |
| Kl. 16.30-16.45 | Fællessang og tak for i dag |

Ældredagen er gratis og for alle 60+ i Vejle.

Af hensyn til forplejning er tilmelding nødvendigt.

Tilmelding

Send en mail til Aeldredagen2016@vejle.dk eller ring på telefon 76 81 81 03 i tidsrummet kl. 10-12.

Husk at oplyse navn(e) på tilmeldte. Der er 200 pladser.

Tilmeldingsfrist: Senest 5. oktober

Ældredag

Tilmelding
senest
5. oktober

Kontakt til kommunen

Myndighedsafdelingen

Kontakt Myndighedsafdelingen, hvis du har et fysisk, psykisk eller socialt problem og har brug for hjælp fra Vejle Kommune
Vestre Engvej 51B
Mail: myndighedsafdelingen@vejle.dk

Åbningstider for telefoniske henvendelser
Tlf. 76 81 00 00, telefontid kl. 8.30-11.00

Åbningstider ved personligt fremmøde
Mandag-onsdag: kl. 10.00-15.00
Torsdag: kl. 10.00-15.00, Fredag: kl. 10.00-14.00

Har du brug for hjælpemidler, skal du kontakte
Myndighedsafdelingen
Vestre Engvej 51B
Tlf.: 76 81 80 81
Mail: myndighedsafdelingen@vejle.dk

Kvikservice for hjælpemidler

Har du en varig funktionsnedsættelse, og har du brug for et hjælpemiddel, som kan lette din dagligdag? Så besøg kommunens Kvikservice. Brug Kvikservice, når det handler om enkle problemer.

KVIK-Service
Hjælpemiddeldepotet, Niels Finsensvej 16B i Vejle
Åbent hver torsdag kl. 13.00-17.00

Sundhedshus Vejle

Sundhedskurser
Telefon 76 81 81 01
Træffes mandag-torsdag kl. 8-15, fredag kl. 8-14
Mail: sundhed@vejle.dk

Forebyggende hjemmebesøg
Telefon 76 81 80 96
Træffes mandag-torsdag kl. 8.30-10.00
Mail: hjemmebesog@vejle.dk

Genoptræning efter sygehusophold
Telefon 76 81 83 00
Træffes mandag-torsdag kl. 8.00-9.30 og 13.30-14.30
Mail: sundhedscenter@vejle.dk

Kontakt Borgerservice

Kørekort	76 81 01 56
Pas	76 81 01 56
Helbrestillæg, personligt tillæg	76 81 01 74
Sygesikring	76 81 01 56
Digital Post	76 81 01 74
Skat	(kun personlige henvendelser)

Kontakt til områdekontoret

Kontakt områdekontoret, hvis du vil deltage i aktiviteter, har pårørende på et plejecenter eller får hjemmehjælp og har valgt Vejle Kommune som leverandør.

Område Nord, Sofievej 2-4 i Vejle
Tlf. 76 81 77 00, mail: omraadenord@vejle.dk
www.omraadenord.vejle.dk

Område Øst, Gulkrog 9 i Vejle
Tlf. 76 81 71 00, mail: omraadeost@vejle.dk
www.omraadeost.vejle.dk

Område Vest, Teglgårdsvej 15, 3. sal i Vejle,
Tlf. 76 81 79 00, mail: omraadevest@vejle.dk
www.omraadevest.vejle.dk

Demensenheden

Gl. Kolding Landevej 43 i Vejle
Tlf. 76 81 66 00, mail: demensenheden@vejle.dk

Frit valg af leverandør

Du kan finde alle godkendte leverandører til hjælp og pleje på www.vejle.dk/fritvalg

Slut med trykte køreplaner

– se køreplaner på sydtrafik.dk



Bussens trykte køreplaner udgik fra 26. juni. Det betyder, at stationer, butikker og busser ikke længere har køreplaner liggende. Plejer du at tjekke bustiderne i køreplanen, skal du finde nye veje: Du kan fx finde aktuelle køreplaner på sydtrafik.dk, planlægge din rejse på rejseplanen.dk eller bruge rejseplanen app. Har du brug for en køreplan på papir, kan du udskrive den fra sydtrafik.dk eller bestille et gratis print via online bestillingsformular på sydtrafik.dk eller ved at kontakte Sydtrafik på telefon 70 10 44 10. For nærmere information kontakt Sydtrafik på telefon 70 10 44 10 eller sydtrafik.dk

Hjælpemidler til mennesker med demens eller hjerneskade

Hvis du bliver dement eller får en hjerneskade, ændrer dine livsvilkår sig radikalt. Det kan dreje sig om både fysiske eller personlige forandringer, fx dårlig hukommelse eller svært ved at strukturere og få ordnet de almindelige daglige gøremål. Heldigvis er der hjælp at hente...

Nogle gange kan et hjælpemiddel få hverdagen til at glide nemmere. Derfor er der i Vejle Kommune ansat tre såkaldte veltek-guider, der ved meget om hjælpemidler og teknologi. De har i øjeblikket særligt fokus på hjælpemidler til demente, pårørende og hjerneskadede og har netop indrettet et særligt rum med hjælpemidler til denne målgruppe.

– Vi har bl.a. et specielt ur med alarmfunktion til mennesker, som fx glemmer at tage medicin. Vi har også Apps, som hjælper både unge og ældre med at planlægge og overskue aftaler. Og så har vi succes med at udlevere diktafoner, som kan hjælpe mennesker med hukommelsesproblemer med at huske. Hvis du fx skal på indkøb, kan du, inden du tager af sted, kigge i dit køleskab og indtale din indkøbsliste. Så glemmer du ikke, hvad du skal købe, når du står hos købmanden, fortæller de tre guider.

Veltek-guiderne træffes alle hverdage undtaget onsdag på telefon 76 81 80 86 mellem kl. 8.30 og 9.30. Det er også muligt at møde op i borgermodtagelsen på 4. sal i Sundhedshuset (Indgang B) og få råd, vejledning, og ofte vil du få dit problem sagsbehandlet på stedet. Åbningstider for det nye veltek-rum er torsdage mellem kl. 12.30-14.30.

Næste gang sætter vi i artikelserien om hjælpemidler fokus på hjælpemidler til mennesker med demens eller hjerneskader.

Demensmesse i Vejle

– Messen er for alle. Det kan være pårørende til demente, naboer, taxa- og buschauffører, sundhedsfagligt personale mv. Kort sagt alle, der gerne vil være lidt klogere på demenssygdomme, hvordan man omgås demente og vide mere om tilbuddene i Vejle Kommune. Der er gratis adgang, men der er maks. plads til 150 mennesker, siger Birte Schelde, demensfaglig leder i Vejle Kommune.

Der er sammensat et bredt program, som når omkring hele kommunes demensindsats, fx hvordan man forholder sig, når ens pårørende ikke længere kan tage ansvar for sig selv. En læge fortæller om demens, symptomer, diagnoser og behandling, og en ung kvinde fortæller, hvordan det er at være datter til en mor, som har demens. Endeligt er det muligt at se, hvilke hjælpemidler der er på markedet, og som kan være med til at give demente og de pårørende en trygkere hverdag.

Demensmesse

28. september kl. 14.00-20.00

Gulkrogscentret i Vejle

Læs programmet på
www.demensenheden.vejle.dk

Demensenheden

- en del af **SENIOR SERVICE** i Vejle Kommune

