



# Aktive fællesskaber - gennem hele livet

Strategi for almene aktivitetscentre





**Udarbejdet af:**  
Afdeling for Ældrelev /  
Sundheds- og Omsorgsforvaltningen

**Redaktion:**  
Københavns Kommune

**Fotograf:**  
Thomas Vilhelm

**Udgivelsesår:**  
2021

**Papir:**  
Vi trykker på miljøvenligt papir





# Forord

I Københavns Kommune skal alle ældre have mulighed for at være en del af et aktivt fællesskab. Derfor understøtter og driver vi et mangfoldigt udbud af aktiviteter og fællesskaber for hjemmeboende ældre (se figur 1). Aktivitetsområdet spænder vidt fra åbne tilbud i foreningslivet til kommunale og visiterede tilbud for ældre med behov for støtte. De mange tilbud bidrager alle til det fælles mål om at øge livskvaliteten, styrke de sociale relationer og forebygge svækkelse og sygdom.

En vigtig del af aktivitetsområdet er de 16 kommunale almene aktivitetscentre, som ligger geografisk spredt over hele København. Deres målgruppe er hjemmeboende borgere, som har brug for støtte til at vedligeholde eller forebygge tab af funktionsevne og indgå i sociale fællesskaber. Borgere med behov for omfattende hjælp og støtte tilbydes en *vedligeholdende plads* via visitation, mens borgere med et mindre behov for understøttende hjælp tildeles en *forebyggende plads*. De fleste af aktivitetscentrenes medlemmer er mellem 75 og 89 år, og der er typisk tale om enlige ældre. I alt bruger ca. 1.600 ældre københavnere de almene aktivitetscentres tilbud.

I de kommende år vil der blive flere ældre, som alle har forskellige livsvaner og baggrunde. Da der især bliver flere over 80 år, vil vi se en stigning i forekomsten af kroniske sygdomme og funktionstab, som betyder, at flere får brug for støtte til at holde sig aktive og selvhjulpne. Udviklingen medfører også et generelt øget pres på ressourcerne. Det understreger både behovet for at understøtte hjemmeboende ældre i at klare hverdagen bedst muligt og længst muligt i eget hjem, og behovet for, at områdets ressourcer prioriteres klogt i forhold til fremtidens økonomiske udfordringer. Derfor skal vi være på forkant og finde nye fleksible løsninger på de almene aktivitetscentre, så vi også i fremtiden kan imødekomme de ældres interesser og behov. Vi skal videreudvikle og sikre, at aktivitetscentrene fungerer som relevante og givende tilbud i sammenhæng med de øvrige indsatser på aktivitets- og ældreområdet (se figur 1). Og vi skal bruge værdien af det voksende samarbejde med civilsamfundet til gavn for borgerne.

Med denne strategi – **'Aktive fællesskaber – gennem hele livet** – beskrives visioner og mål for den fremtidige udvikling af de kommunale almene aktivitetscentre, så ældre borgere i Københavns Kommune også i fremtiden oplever at kunne indgå i aktive fællesskaber hele livet.

# Aktivitetssområdet



## Foreningslivet

Det almene brede foreningsliv.

For københavnere i alle aldre – også de ældre.



## § 79-klubber

Frivilligt drevne ældreklubber – med støtte fra SUF.

For selvhjulpne ældre.



## Samarbejder med civilsamfundet

Samarbejder mellem SUF og civilsamfundet.

For alle ældre, også de ensomme, udsatte ældre.



## Aktivitetscentre

Kommunalt, visiteret tilbud.

For hjemmeboende ældre med behov for hjælp og støtte.

*Figur 1. Det brede aktivitetsområde for ældre i Københavns Kommune spænder vidt fra åbne tilbud i foreningsliv og klubber til samarbejder med civilsamfund og kommunale visiterede tilbud. Strategien 'Aktive Fællesskaber – gennem hele livet' vedrører de almene aktivitetscentre, der omfatter forebyggende og vedligeholdende aktivitetstilbud for hjemmeboende ældre med behov for støtte.*

## Vision

Denne strategi og den fortsatte udvikling af de almene aktivitetscentre tager udgangspunkt i ældrepolitikens værdier om at støtte den enkelte i at kunne mest muligt selv og at skabe rammerne for, at ældre københavnere kan indgå i fællesskaber.

Vi skal skabe muligheder for, at borgerne kan blive en del af inkluderende fællesskaber og deltage i den rette forebyggende og vedligeholdende træning – også når kræfterne svinder og overskuddet ikke er, hvad det var engang. Ældre københavnere skal opleve at modtage det rette aktivitetstilbud på det rette tidspunkt.

Med afsæt i det eksisterende aktivitetstilbud vil vi udvikle rammerne med fokus på mangfoldighed, kvalitet og samarbejde. Ældre københavnere skal opleve vores aktivitetscentre som et relevant lokalt tilbud, der kan matche deres forskellige interesser og behov. Her skal de have mulighed for at skabe nye relationer og blive en del af aktive fællesskaber i deres lokalområde.

Visionen for strategien **Aktive fællesskaber – gennem hele livet** uddybes i tre spor:

- 1. Mangfoldige tilbud tæt på borgerne**
- 2. Styrket kvalitet for alle**
- 3. Samarbejde på tværs**

Under hvert spor beskrives visionen for, hvad ældre borgere i København skal opleve den dag, de måtte få behov for støtte til at indgå i aktiviteter og betydningsfulde fællesskaber for at bevare livskvaliteten. Til hvert spor er der knyttet en række udviklingsmål, som uddyber, hvordan de kommunale almene aktivitetscentre skal arbejde fremover for at realisere visionens tre spor om mangfoldige tilbud tæt på borgerne, styrket kvalitet for alle og samarbejde på tværs.

# 1. Mangfoldige tilbud tæt på borgerne

Blot fordi man bliver ældre, får man ikke nødvendigvis nye eller andre interesser. Men mange gør, og det er aldrig for sent at tilegne sig ny viden og få nye interesser. Derfor er det en vigtig opgave for de enkelte aktivitetscentre løbende at tilpasse indholdet af deres tilbud, så det afspejler de ældres mangfoldighed og den del af byen, som de har rod i. Det kræver nærhed til borgerne, og derfor skal vi fortsat have en organisering, hvor aktivitetscentrene geografisk fordeler sig over hele byen. På den måde understøtter vi ældre københavnernes mulighed for at skabe lokale fællesskaber og for at spille en aktiv rolle i deres nærmiljø.

Borgerne på aktivitetscentrene skal opleve et meningsfuldt tilbud, hvor vi vender blikket ud mod det omgivende samfund. Vi skal både invitere lokalsamfundet inden for på aktivitetscentrene, og samtidig skal aktivitetscentrene opsøge samarbejder om aktiviteter ude i byens rum. Ved at øge samarbejdet med lokale foreninger, civilsamfundsaktører, § 79-klubber og andre kommunale enheder kan der skabes gensidig værdi og nye fællesskaber for alle parter.



Visionen om *mangfoldige tilbud tæt på borgerne* realiseres gennem følgende udviklingsmål:

Aktivitetscentrene skal være på forkant med efterspørgslen fra kommende generationer af ældre. For at sikre dette skal borgerne løbende inddrages i udviklingen af aktivitetstilbuddet.

Aktivitetscentrenes samarbejde med lokal- og civilsamfundet skal styrkes. Der skal indgås flere konkrete samarbejdsaftaler om fx fælles aktiviteter, frivillige tilbud og deling af faciliteter med civilsamfundsorganisationer og andre lokale aktører.

Aktivitetscentrene skal udvikle nye måder at bringe digitale værktøjer ind i tilbuddet og understøtte borgernes digitale kompetencer. På den måde kan man nå flere borgere og nye år-gange af ældre, som er mere digitalt parate.

Sundheds- og Omsorgsforvaltningen skal sikre et stærkere kendskab til aktivitetscentrenes indsats – både internt blandt andre kommunale enheder men også eksternt i lokalsamfundet.

## 2. Styrket kvalitet for alle

Også for ældres livskvalitet og mentale sundhed har det stor betydning at have stærke sociale relationer og mulighed for at opretholde fysiske og kognitive funktioner. Derfor skal vi sikre gode muligheder for at opbygge og fastholde betydningsfulde fællesskaber og tilbyde den rette forebyggende og vedligeholdende træning. Målet er, at alle aktiviteter – sociale såvel som fysiske - spiller sammen i en rehabiliterende indsats, der sammensættes ud fra den enkelte borgers behov.

Alle medlemmer af aktivitetscentrene skal opleve tilbud af høj kvalitet på tværs af København. Derfor skal centrene videreudvikle og styrke en fælles faglighed, hvor medarbejdere med specialiserede kompetencer kan arbejde på tværs af enheder. På den måde kan vi prioritere ressourcerne og medarbejdernes kompetencer klogt, og sikre at borgerne oplever høj faglig kvalitet både når det kommer til træningsaktiviteter og til fællesskabende aktiviteter. Det kræver et tæt samarbejde mellem forskellige organisatoriske enheder. Ambitionen er derfor, at organisering og ledelse af aktivitetscenterområdet skal udvikles og understøtte, at kompetencer og fagligheder bringes i spil på tværs af de enkelte enheder til gavn for borgerne.



Visionen om *styrket kvalitet for alle* realiseres gennem følgende udviklingsmål:

Aktivitetscentrene skal udvikle fælles løsninger og koncepter med udgangspunkt i den nyeste viden om rehabilitering, der understøtter borgernes selvhjulpethed.

Aktivitetscentrene skal sikre adgang til terapeutfaglige kompetencer, som kan varetage forebyggende og vedligeholdende træning af høj kvalitet.

Aktivitetscentrene skal sikre adgang til medarbejdere med kompetencer til at udvikle aktive fællesskaber og sikre den rette pleje og omsorg.

Aktivitetscentrene skal finde fælles tværgående løsninger for deling af kompetencer og medarbejdere, så alle borgere kan få det tilbud, de har brug for, uanset hvor i byen de bor.

### 3. Samarbejde på tværs

Det er afgørende for den enkelte ældres livskvalitet at få det rette tilbud på rette tidspunkt. Ældre københavnere skal opleve meningsfulde og sammenhængende forløb, som passer til deres individuelle behov. Nogle gange er det rette et tilbud på et aktivitetscenter. Derfor er det vigtigt, at aktivitetscentrene er en synlig samarbejdspartner for andre kommunale aktører på ældreområdet og aktører i civilsamfundet.

Med alderen ændres behovet for støtte, og for nogen gælder det også, når man skal indgå i aktiviteter og fællesskaber. Her er det vores opgave at sikre, at ældre i København oplever smidige overgange mellem fx en frivillig ældreklub og et kommunalt aktivitetscenter eller videre til et tilbud for borgere med demens eller et plejehjem. Det kræver, at både visitationen og aktivitetscentrene har et løbende fokus på udviklingen i den enkelte borgers behov. Samtidig skal det være tydeligere, hvordan andre indsatser omkring borgeren - eksempelvis hjemmeplejen, forebyggende hjemmebesøg, genoptræningsindsatserne m.fl. - kan bidrage til vurderingen af hvilke borgere, der kan få gavn af en plads på et aktivitetscenter. Organisering og ledelse af aktivitetscentrene skal derfor også understøtte, at borgerne får relevante og sammenhængende tilbud i forhold til udviklingen i deres ønsker og behov.



**Visionen om øget samarbejde på tværs realiseres gennem følgende udviklingsmål:**

Borgernes vej til et kommunalt aktivitetstilbud skal gøres tydeligere. Der skal være en fælles forståelse i visitationen og aktivitetscentrene for, hvornår et kommunalt aktivitetstilbud er det rette for borgeren.

Samarbejdet mellem aktivitetscentrene og Sundheds- og Omsorgsforvaltningens andre indsatser, herunder visitationen, skal styrkes via en mere systematisk dialog om borgerens behov og ønsker.

Aktivitetscentrene skal aktivt øge deres synlighed for samarbejdspartnere i civilsamfundet, herunder ældreklubber og civilsamfundsaktører, som har kontakt til borgere i aktivitetscentrenes målgruppe.



## **Fra mål til resultat - udvikling af faglighed og organisering**

Visionerne i denne strategi skal først og fremmest realiseres ved, at vi forfølger de fælles udviklingsmål for aktivitetscentrene. Og vi skal derfor se på, hvordan vores kompetencer og organisering kan understøtte, at vi når målene.

Det betyder blandt andet, at vi skal arbejde med en tydelig ledelsesstruktur for aktivitetscentrene, som understøtter, at kompetencer og specialiserede fagligheder bringes i spil på tværs af de enkelte enheder, så ressourcerne målrettes og bruges bedst muligt. Det skal sikre, at alle borgere oplever høj kvalitet i det kommunale aktivitetstilbud samtidig med, at aktivitetscentrene opleves som lokale tilbud med forankring i borgernes hverdag og lokalområde.

*Aktive Fællesskaber - gennem hele livet sætter rammerne for Sundheds- og Omsorgsforvaltningens arbejde med at udvikle både faglighed og organisering i det kommunale aktivitetstilbud i de kommende år - med fokus på at styrke livskvaliteten for de mange ældre borgere, der lever en del af deres liv i aktivitetscentrene.*



