



**DAGMARSMINDE**



## **Indholdsfortegnelse**

<b>Idéen</b>	<b>3</b>
<b>Dagmarsminde - en omsorgsoase</b>	<b>5</b>
<b>Overblik</b>	<b>7</b>
<b>Behandlingen</b>	<b>9</b>
<b>Æstetikken</b>	<b>11</b>
<b>Medarbejderne</b>	<b>13</b>
<b>Forplejningen</b>	<b>15</b>
<b>Pårørende</b>	<b>17</b>
<b>Baggrund</b>	<b>19</b>



# Idéen

85.000 danskere lever idag med demens.

Desværre ser vi alt for ofte, at de bliver omsorgssvigtet, overladt til sig selv og medicineret i en grad, så glæden ved livet forsvinder.

Så er der alle os andre: De fleste af os frygter at blive gamle, svage, syge og afhængige af at modtage hjælp. For mange er et liv med demens et forfærdeligt skrækscenarie. Det er ikke så mærkeligt. I sundhedssystemet bliver gamle og mennesker med demens nærmest behandlet som ubrugeligt, menneskeligt affald. Det er som om mennesker, der engang havde værdighed og rettigheder, med demens-diagnosen forvandles til en uproduktiv byrde, der skal parkeres så langt fra samfundet som muligt.

Men hvad nu hvis vi beslutter at ændre tingenes tilstand? Hvad hvis vi finder nye måder at tage os af gamle og mennesker med demens på? Hvad hvis et menneskes sidste år kan fyldes med glæde, nydelse og livskvalitet?

Så ville vi ikke have noget at være bange for.



# Dagmarsminde - en omsorgsoase

Friplejehjemmet Dagmarsminde er startet i 2016 af sygeplejerske May Bjerre Eiby ud fra et ønske om at give livskvaliteten tilbage til mennesker, der lever med svær demens.

Behandlingen på Dagmarsminde består af omsorg. Vi udskifter medicin med nærvær og naturlig fordybelse og giver vores beboere gode oplevelser, fællesskab og forkælelse. Vi lykkes med vores arbejde, fordi vi er stolte af de gamle sygeplejedyder og tro mod vores værdier.

Vores 10 beboeres livsglæde og helbred er - efter indflytningen på Dagmarsminde - øget markant. De sover bedre, begynder at spise igen og trives langt bedre, end hvad man ser hos beboere på andre plejehjem. Ingen er underernærede. Ingen får beroligende medicin, sovepiller eller antidepressiver, bl.a. fordi døgnrytmen bliver stabiliseret gennem meningsfulde aktiviteter, nærvær og regelmæssig søvn. Flere oplever at genvinde færdigheder. De slipper deres hjælpemidler og begynder f.eks. at gå ranke rundt i stedet for at trippe foroverbøjet efter en rollator.

Beboernes forvandling og livsglæde kommer af, at vi skaber et anderledes ældreliv end det triste plejehjemsbillede, vi ellers kender idag. Et sted, man kun flytter hen, hvis man bliver tvunget til det.

På Dagmarsminde mener vi, at det bør være omvendt. Det skal være en fest at bo på plejehjem. En hyggelig tilværelse, man glæder sig til. En tid, der er lige så sjov og meningsfuld som barndommen, ungdommen og alle de andre, gode livssæsoner.

Tilværelsen behøver ikke at være trist, fordi man har svær demens. Det er vores beboere levende beviser på.

På Dagmarsminde går vi ikke op i demens-diagnosen. Til gengæld går vi op i mennesket. Vi prøver i det hele taget at give beboerne mulighed for at leve så normalt som muligt.

Vores tilgang til ældrepleje er ikke tidligere set i Danmark, og vi har på lidt over et år skabt resultater ingen anden plejeaktør kan vise. Det er vi glade for, men det giver også stof til eftertanke.

Der burde jo være lignende tilbud for alle, der lever med svær demens. Eller mere rigtigt: Vi skal kunne tilbyde det til alle.

For med Dagmarsmindes eksempel ved vi, at mennesker med svær demens kan nyde et naturligt og dejligt liv med svær demens. I modsætning til hvad andre plejetilbud i dag gør muligt.



# Overblik

Dagmarsminde er et lille friplejehjem, der kun modtager beboere med svær demens, som har særligt behov for de rammer og den omsorg, vi tilbyder.

Hver beboer har sit eget, overskuelige værelse, som indrettes med egne yndlingsmøbler, billeder og hyggenips. Der er køleskab og bad/toilet på værelset.

Lys, luft og natur er en vigtig del af omsorgsbehandlingen på Dagmarsminde.

I haven har vi geder, høns, kaniner, blomster, frugtplanter og en smuk havepavillion, der er et yndet udflugtsmål for beboere og pårørende.

I vores velværerum mediterer beboerne og får individuelle spabehandlinger som massage, manicure og afslappende varmtvandsbade - der skaber indre ro og helt af sig selv fjerner behovet for beroligende medicin.

Der er 2-3 medarbejdere på arbejde om dagen - og 2 om natten. Ledelsen tager også del i arbejdet med beboerne, samt virksomhedspraktikanter. På den måde har vi hævet normeringen, så der altid er medarbejdere nok til at beboerne kan føle sig trygge.





# Behandlingen

## Demens betyder nye livsvilkår.

På Dagmarsminde bruger vi omsorg til at give mennesker, der lever med svær demens, livskvaliteten tilbage. Vores filosofi er enkel: Vi fokuserer ikke på demens, som noget skræmmende man dør af. Vi ser demens som noget, man lever med. Nogle nye livsvilkår.

Mennesker med svær demens skal mærke, at de har en vigtig betydning. De har brug for den omsorg, de får på Dagmarsminde:

Ved at være del af et fællesskab. Ved at spise godt, sove godt og stå op om morgenen. Ved at byde ind. Ved at mærke glæden ved gode oplevelser. Ved at blive forkælede. Ved at blive udfordrede og tage del i daglige gøremål. Ved at være sammen med mennesker, der vil dem hele dagen. Og ved kun at være alene, når de sover.

Uanset om vores beboere er på cykeltur, jogger på markvejen, henter æg, fodrer geder, går en stille tur rundt om huset, modtager ansigtsbehandling, bader i varmtvandsbassinet, plukker blomster eller ser film om aftenen - så arbejder vi altid for at stimulere glæden og følelsen af, at livet med demens er normalt og dejligt.

### **Omsorg bygger altid på fællesskab, for vi mennesker er født afhængige og modtagende.**

Man kan ikke yde omsorg på et plejehjem, hvor beboerne med svær demens sidder alene på værelset. Det giver kun mening, hvis vi er sammen som mennesker.

Mennesker med demens kan ikke tåle at være alene for længe ad gangen, da de

hurtigt bliver konfronteret med for mange spørgsmål og en følelse af meningsløshed. Det gør dem urolige og rastløse. Konsekvensen kan være en selvskadende adfærd.

På Dagmarsminde drager vi dyb omsorg for beboerne, så vi i hverdagen altid er der for hinanden, taler med hinanden og holder om hinanden. Omsorg handler om masser af menneskelig kontakt, socialt samvær og fysisk aktivitet. Vi er sammen med beboerne konstant og hjælper dem med at få så meget kvalitet og glæde i livet som muligt.

Vi udskifter medicin med nærvær og fordybelse.

Mennesker med demens får ofte rigtig meget medicin. Det kan være beroligende, antipsykotisk, antidepressiv medicin eller sovopiller. Men er det virkelig gavnligt, at medicinen lægger sig på dem som en tung dyne og dæmper deres følelser?

Sådan gør vi ikke på Dagmarsminde.

Vi vil have, at beboerne kan mærke sig selv. At de kan udtrykke deres følelser. Derfor udskifter vi medicin med omsorg. For når medicinen er fortid, vågner mennesket bagved op igen.

Man får glimt i øjet. Humoren vender tilbage. Opmærksomheden skærpes. Man taler bedre, koordinerer bevægelser bedre og bliver bedre til at udfolde sig fysisk. For hver eneste beboer har vores erfaring været den samme:

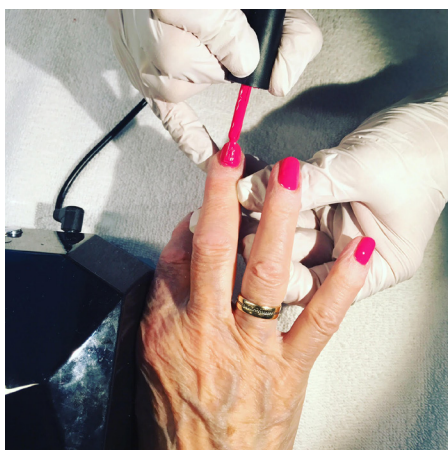
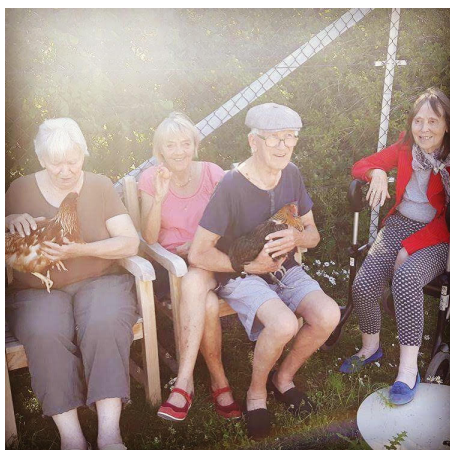
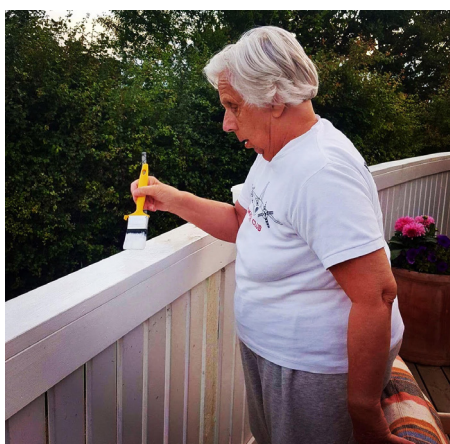
Når man føler sig tryk og elsket, kan man nyde at leve. Og når man nyder at leve, behøver man ikke længere medicin.

### **God livskvalitet hænger sammen med en grundlæggende døgnrytme.**

På Dagmarsminde går vi ind for en regelmæssig livsførelse, der giver en bedre nattesøvn uden sovemedicin og samtidig større velvære og glæde i de vågne timer.

Derfor sover vores beboere normalt ikke til langt op ad formiddagen.

Til gengæld får beboerne flere hvil i løbet af dagen . Dette er vigtigt for deres opmærksomhed . Nogle hviler fælles i stue, mens andre har behov for hvile på deres eget værelse



# Æstetikken

## Omgivelserne skal være en omfavnelser af beboerne.

På Dagmarsminde skaber vi stemningen med naturlighed, almindelighed, kærlighed, tillid og et velovervejede, æstetisk sanserunivers.

Beboerens almindelige forståelse er måske ikke altid intakt, men med den rette indretning kan vi stimulere sanserne, så beboeren oplever en behagelig følelse: Velkendte indtryk som belysninger, dufte og musik, der giver ro og tryghed.

Sansningen i rummet kan dermed skabe en oplevelse af sammenhæng. Stemninger erstatter også det, man ikke altid kan nå via samtale.

Derfor handler omsorg om æstetik og atmosfære. Vi vægter musik, hjemlig indretning, velovervejede belysning, behagelige lyde og dufte. Det er en måde at vise beboerne, at vi værdsætter dem som mennesker.

Vores indretning er inspireret af beboernes ungdom i 60'erne og 70'erne stil. Vi prøver at ramme en stemning, der minder om de år, hvor der skete store ting i beboernes liv; hvor de stiftede familie, fik børn eller gjorde karriere.

På Dagmarsminde dufter der altid rent og friskt. Vi lufter ud, så der er en god fornemmelse i rummene.

Til frokost spiller vi for eksempel dæmpet jazz, der minder om en dansk frokostrestaurant. Mens beboerne sover til middag, lyder beroligende musik i rummet. Til eftermiddagskaffen finder vi måske sange frem fra beboernes ungdom. Det

kan være alt fra Birthe Kjær til Beach Boys. Vi benytter bestemte playlister, der er konstrueret til at skabe den rette stemning i løbet af dagen.

For et menneske med demens er de rette symboler væsentlige for en god livsfornemmelse.

Vores beboere skal have oplevelsen af, at vi helt ned i detaljen gør alt for deres velvære. Det er små ting, der kan vise beboerne, at de er værdsatte individer: En fin blomst på bordet, en lille overraskelse som et digt på morgentallerkenen eller et spontant glas portvin til kaffen.

Omvendt accepterer vi ikke, at blomster er visne, at musikken er en tand for høj, at der ikke er pænt foldede servietter på bordene, at bleepakkerne tårner sig op på beboernes badeværelser - eller at personalet ikke er velsoigneret, imødekommende eller smilende.

Det har sin egen, enkle forklaring.

Vi ønsker at fjerne opmærksomheden fra diagnosen. At vende fokus væk fra sygeliggørende installationer som hjælpemidler eller diagnose-referende symboler som bleepakker, tudkopper eller hagesmække.

Det handler om at give beboerne mulighed for at nyde samværet med hinanden, deres pårørende og plejepersonalet. Pårørende og personale skal have ligeså meget lyst til at opholde sig i dagligstuen som beboerne. Det skaber en helende dynamik for beboerne.



# Medarbejderne

**Det giver meget at give til andre.**

**Vi er her sammen lige nu, og det er det afgørende. Nuet.**

Vores medarbejdere er alle nysgerrige og nærværende mennesker, der investerer sig selv i gerningen med hjerte og sjæl.

Vi har vidt forskellig baggrund, erfaring og fagområde. Men uanset om man er sygeplejerske, pædagog, ufaglært eller sosu-assistent, så er man på Dagmarsminde, fordi man ønsker at give vores beboere en bedre livskvalitet.

Det at arbejde med ældre medmennesker kræver meget af fagpersonerne. På Dagmarsminde har vi en tværfaglig tilgang til omsorgsarbejdet. Når vi ser beboerne helhedsorienteret og individuelt kan vi opspore kritiske tilstande - eksempelvis tegn på infektioner - tidligt. Det hjælper med at forebygge akutte tilstande og indlæggelser.

Dagmarsmindes medarbejdere har plejesektorens laveste sygefravær på under 1 %. Det er der en god grund til, for vi går efter en helt særlig type af medarbejder.

En Dagmarsminde-medarbejder ønsker for det første at tilbringe sit arbejdsliv tæt på mennesker med svær demens. Hun ser hele mennesket og ikke bare sygdommen. Hun taler egentlig ikke om diagnosen, da den ikke har betydning for omsorgsarbejdet og egentlig bare medfører en nedvurdering af beboerne. Dette giver en ligeværdig relation mellem medarbejderen og beboeren. Og det betyder, at beboernes fremgang og hverdagssejre også bringer glæde til medarbejderen.

Uanset om en beboer lykkes med at skænke vand fra en kande, finde rundt i huset på

egen hånd eller ganske enkelt vælger at slippe grebet og gå uden sit hjælpemiddel, så skaber det glæde hos alle.

Beboerne har ofte oplevet nederlag før de flyttede ind på Dagmarsminde. I takt med at deres daglige færdigheder blev forringet, har de følt, at de ikke bidrog med noget - at de var udstødt af samfundet, fordi de ikke hørte hjemme i den gængse normalitetsskala.

Når vores beboere flytter ind på Dagmarsminde, giver vi dem VIP-status. Vi idoliserer dem og fremhæver deres betydning. Den basale hygiejne er på plads, med bade så ofte, beboeren ønsker, og med nok af yndlingsparfumen på hylden. Den fine skjorte eller kjole kommer på, og der bliver lagt mærke til det. Der er megen styrke og livskvalitet at hente i en god selvfølelse. I at føle sig smuk.

Det er i øvrigt også det eneste, vi måler Dagmarsmindes medarbejdere på - om de bidrager til at øge beboernes livskvalitet. Det er vores eneste parameter.

Vi har sat vores omsorgsarbejde i system på samme måde, som når det drejer sig om medicinering eller sårpleje. Vi arbejder efter konkrete, daglige målsætninger for beboerne og afholder ugentlige tavlemøder. Men vi sørger også for at tiden bliver brugt sammen med beboerne, og ikke på at opdatere journalerne konstant inde på kontoret. Det bruger vi faktisk kun 15 minutter til pr. vagt.



# Forplejningen

## Omsorg handler også om den mad, vi serverer for beboerne.

Maden på Dagmarsminde er sund og varieret. Den er også rig på kalorier, for det er godt for vores beboere, der i lighed med mange andre ældre mennesker ikke altid spiser så store portioner. Ældre må klinisk set også gerne have lidt mere på sidebenene end unge mennesker.

Om morgenen serverer vi nybagt brød, ost, marmelade, blødkogte æg, youghurt, juice, kaffe, te, ingefærshot og alt, hvad der hører sig til. I weekenderne serveres også lunt wienerbrød, æg og bacon.

Efter beboernes formiddagsgymnastik venter der et veldækket frokostbord med sild, æg fra egne høns, pålæg og klassikere som roastbeef, skinke med italiensk salat og dyrlægens natmad. Der serveres altid økologisk snackgrønt ved siden af. Til dessert får beboerne ost og kiks.

Når beboerne har sovet middagslur, drikker vi eftermiddagskaffe og spiser hjemmebagt kage. Der er også altid frisk, økologisk frugt i skåle på stuebordene.

Når det igen er spisetid, står aftensmaden klar med alt fra gamle danske retter som karbonader og rødspætfileter til en stærk karryret eller blåmuslinger. Vores beboere er så glade for maden, at de ofte spørger til bestemte kager eller middagsretter, vi serverer for dem.

Alle måltider anrettes af personalet på en indbydende måde. Der dækkes fint op med pæne, farverige servietter, friske blomster og stearinlys. Vi går op i, at alle måltider fremstår festlige, så beboerne føler sig

velkomne og værdsat. Vi forsøger at skabe en stemning af, at vi er én stor familie.

Vi indtager alle måltider i fællesskab. Først og fremmest fordi det er rigtig hyggeligt, men også fordi vi på den måde mindsker risikoen for underernæring, da vi bedre kan hjælpe beboerne og observere, hvad de indtager.

Det meste af vores mad er hjemmelavet, og vi køber vin hos en vinhandler og ikke i papkartoner. Vi serverer vin hver fredag og lørdag, men ikke til daglig, da vores beboere ikke helt kan håndtere et dagligt alkoholforbrug. De må selvfølgelig gerne få en øl eller et glas vin i ny og næ, hvis de beder om det, men vi tilbyder det kun fredag og lørdag.





# Pårørende

På Dagmarsminde er vi der for de pårørende. Vi ser dem som en forlængelse af vores beboere. De hjælper os til at forstå beboernes personlighed og behov.

Gennem samtale og fællesskab med de pårørende kan vi yde omsorg på højeste niveau.

Det er afgørende, at vores beboere kan nyde at være sammen med deres pårørende. Nogle gange er det måske kun i små portioner, men vi vil gøre alt for at skabe det overskud, der skal til hos både den pårørende og beboeren, så samværet bliver givende og tryghedsskabende for alle.

Vi vil gerne aflaste den pårørende, så samværet med beboeren ikke handler om praktiske opgaver. Vi beder ikke de pårørende om nogen opgaver, men sørger selv for eksempelvis at købe nye sko, sæbe eller parfume - med mindre den pårørende selv vil, naturligvis.

De pårørende skal kunne være sammen uden en fornemmelse af dårlig samvittighed over ikke at være tilstrækkelige. Vi stiller aldrig krav om, hvor ofte de pårørende bør besøge beboeren. De skal også kunne forlade plejehjemmet igen med god samvittighed. Med en følelse af, at de har været sammen med det menneske, de kender.

Dagmarsminde går op i at have et højt informationsniveau til de pårørende. Derudover er det vores holdning, at der altid skal være tid til samtale med de pårørende, og vores medarbejdere er opmærksomme på og interesserede i løbende dialog om alt fra dybere problemstillinger til vores udvalg af kaffe og te.



# Baggrund

Dagmarsminde er udviklet og stiftet af May Bjerre Eiby, der ejer konceptet og ejendommen. Efter mere end 10 års erfaring som sygeplejerske på plejehjem og hospitaler - samt oplevelser som pårørende til en far med demens - ønskede May at skabe en forandring i opfattelsen af sygdommen. Hendes store mission er at være med til at mindske demens.

Idéen om at skabe et lille plejehjem med fællesskab og nærvær som omdrejningspunkt kom bl.a. fra May Bjerre Eibys store interesse for omsorgsfilosofi, herunder især den norske sygeplejeforsker Kari Martinsen samt den danske teolog og filosof K.E. Løgstrup, hvis arbejder danner grundlag for Dagmarsmindes værdier.

Dagmarsmindes omsorgsfilosofi sender desuden kærlige hilsener til klassiske sygeplejedyder som disse ses hos Florence Nightingale.

May Bjerre Eiby er uddannet sygeplejerske og kandidat i sygepleje. Udover sit daglige virke som faglig leder og udvikler på Dagmarsminde, er May aktiv som foredragsholder og debator - i øjeblikket fast hos Berlingske og Kristeligt Dagblad. Hun er forfatter til fagbogen Når omsorg er den bedste medicin (People's Press 2017), som er obligatorisk læsning for alle medarbejdere på Dagmarsminde. May har i samarbejde med Aarhus Universitet desuden iværksat en Ph.D. om den omsorg, der ydes på Dagmarsminde.



