



Demensstrategi 2026-2030 **Sammen om demens**

Indhold

Indledning	3
Model for Aabenraa Kommunes demensstrategi	5
Fakta om borgere med demens i Aabenraa Kommune.....	6
Fakta om demens.....	7
Forebyggelse og tidlig opsporing	8
Det vil vi	9
Eksempler på nuværende indsatser	9
Støtte til hverdagen med demens	10
Det vil vi	11
Eksempler på nuværende indsatser	11
Demensfaglighed blandt medarbejdere	12
Det vil vi	13
Eksempler på nuværende indsatser	13
Demensvenligt lokalsamfund	14
Det vil vi	15
Eksempler på nuværende indsatser	15

Indledning

Forord

Med denne demensstrategi ønsker Aabenraa Kommune at sætte retning for en fortsat positiv udvikling af indsatsen for borgere med demens og deres pårørende. Demensindsatsen er et fælles ansvar. Sammen vil vi skabe de bedste rammer for et trygt, værdigt og meningsfuldt liv – også, når demens bliver en del af hverdagen.

Siden den første demensstrategi blev lanceret i 2018, er der sket en markant udvikling på området i Aabenraa Kommune. Det øgede politiske fokus har styrket fagligheden og indsatsen samt skabt forståelse for, at demens ikke blot rammer den enkelte borger, men også deres pårørende.

Vi lægger derfor vægt på, at indsatsen omkring demens er helhedsorienteret. Det sikrer vi gennem inddragelse og samarbejde med borger og pårørende samt på tværs af fagområder og sektorer. Strategien er derfor udarbejdet med involvering af forskellige interessenter, herunder borgere med demens, pårørende, frivillige, politikere, Alzheimerforeningens lokalafdeling, Ældresagen og fagpersoner. Tak for et godt samarbejde herom.

Et godt liv trods demens er noget vi skaber sammen.

Michael Christensen

formand for Social- og Seniorudvalget



Demensstrategien bygger på vores fælles værdier og missionen om "Det Gode Liv", hvor vi stræber efter at sikre, at alle borgere, uanset udfordringer, kan leve et aktivt og meningsfuldt liv.

Model for Aabenraa Kommunes demensstrategi

Sammen om demens

Demensstrategi 2026-2030

I Aabenraa Kommune arbejder vi ud fra visionen "**Sammen om demens**", hvor vi alle bidrager til at skabe et fællesskab, der støtter og rummer borgere med demens. Denne strategi bygger på vores fælles værdier og missionen om "Det Gode Liv", hvor vi stræber efter at sikre, at alle borgere, uanset udfordringer, kan leve et aktivt og meningsfuldt liv. Demens er ikke kun en udfordring for den enkelte, men for os alle – og derfor står vi sammen om at gøre en forskel.

Demensstrategien tager udgangspunkt i fire fokusområder, som tilsammen sætter retning for demensindsatsen.

Forebyggelse og tidlig opsporing

Støtte til hverdagen med demens

Demensfaglighed blandt medarbejdere

Demensvenligt lokalsamfund

Fakta om borgere med demens i Aabenraa Kommune

15.181

borgere i Aabenraa Kommune
er 65 år eller derover.

655

af disse borgere har iflg
Sundhedsdatastyrelsen demens.

Dog formodes det
egentlige antal at være

1.175



Pårørende

Sygdommen påvirker ikke kun den enkelte, men også familie og netværk. Omkring 5.900 borgere i Aabenraa kommune er nære pårørende til et menneske med demenssygdom.



100.000

personer over 65 år i Danmark
formodes at have demens.

Nationalt Videnscenter for Demens

Fakta om demens

Demens er en fællesbetegnelse for en række sygdomstilstande, der er karakteriseret ved vedvarende svækkelse af hjernens funktioner. Demens viser sig ofte ved svækkelse af hukommelsen og evnen til at fungere i hverdagen, men demenssygdommen kan også komme til udtryk på anden vis. Demens rammer oftest ældre personer, men nogle demenssygdomme ses helt ned i 40-årsalderen.

Mennesker med en demenssygdom er forskellige:

Demens kan skyldes over 200 forskellige sygdomme, der påvirker hjernen på forskellige måder og i forskellige områder, hvilket fører til unikke symptomer og et meget individuelt sygdomsforløb. Det er vigtigt at se mennesket bag sygdommen og anerkende, at de stadig har tanker, drømme og ønsker.

Store menneskelige omkostninger:

De pårørende belastes ofte markant af de psykologiske, sociale og praktiske udfordringer, det kan medføre at være pårørende til et menneske med demens, og denne belastning kan have store konsekvenser for deres egen livskvalitet og helbred.

Betydelige samfundsmæssige omkostninger:

Demens er den fjerde hyppigste dødsårsag i Danmark og er forbundet med betydelige omkostninger til behandling, pleje og omsorg.

Nationalt Videnscenter for Demens

Forebyggelse og tidlig opsporing

Nyere forskning peger på, at op imod hver tredje tilfælde af demens i Danmark formentlig skyldes risikofaktorer, som vi principielt har mulighed for at påvirke. Forebyggelse af demens handler om at mindske risikoen for at udvikle demens og forsinke debuttidspunktet for demens.

Selvom risikoen for at udvikle en demenssygdom ikke helt kan fjernes, så vil selv mindre forsinkelse af debuttidspunktet for demens have stor betydning for den samlede forekomst af demens i befolkningen og sygdomsforløbets varighed for den enkelte.

Tidlig opsporing af demens er afgørende for at sikre, at borgere med demens får den rette hjælp og støtte så tidligt som muligt. En tidlig diagnose gør det muligt at iværksætte den rette indsats på det rette tidspunkt. Tidlig opsporing og viden om demenssygdommen kombineret med de rette indsatser kan ligeledes forsinke sygdomsudviklingen.

Vores ambition er:

- At borgere har viden om forebyggelsespotentialer mod demens.
- At borgere kan handle på tegn på demens og bliver hjulpet til udredning.

Ifølge et dansk studie fra 2023, kan ca. 35% af alle demenstilfælde i Danmark potentielt forhindres eller forsinkes.

Det er særligt forebyggelse af fysisk inaktivitet, ukorrigeret høretab, forhøjet blodtryk og svær overvægt, kan reducere antallet af demenstilfælde.

Nationalt Videnscenter for Demens

”Selvom der endnu ikke findes nogen kur mod demens, er tidlig diagnosticering vigtig for at rådgive og yde støtte bedst muligt. Desværre kommer mange først til udredning efter flere år med symptomer, hvilket forhindrer optimal behandling.”

*Professor ved Nationalt Videnscenter for Demens
Steen Hasselbalch*

Det vil vi

- Uddanne medarbejdere der kan komme i berøring med målgruppen, f.eks. medarbejdere i borgerservice og bibliotekerne, i forebyggelse og tidlig opsporing.
- Organisere forebyggelses- og informationskampagner, der fremmer opmærksomhed på, at forebyggelse nytter.
- Udbrede viden til borgere om, hvordan man kan genkende tidlige tegn på demens.
- Udvikle samarbejde med almen praksis og udredningsenheder for at sikre tidlig henvisning og diagnose.
- Sikre at nydiagnosticerede borgere med demens bliver tilbudt tilknytning til demensteamet.

Eksempler på nuværende indsatser

- Samarbejde med SOSU Syd bl.a. om afholdelse af oplæg for eleverne omkring demens, herunder tidlige tegn og handlemuligheder.
- Tilbud om foredrag og oplæg til foreninger om tidlige tegn, demenssymbolet og kommunens tilbud.
- Deltager i tværfaglige netværksmøder med Ældrepsykiatrien og Demensklubben.



Støtte til hverdagen med demens

Borgere med demens skal støttes i at kunne bevare deres selvstændighed så længe som muligt, samtidig med at de får den hjælp, der er nødvendig for at sikre trivsel og høj grad af livskvalitet. Det er vigtigt at tilpasse hverdagen til den enkeltes behov og skabe rammer, der giver mening og tryghed. Forskning fra Nationalt Videnscenter for Demens viser, at det ofte kan være en stor både fysisk og psykisk belastning at være pårørende til et menneske med demens. Forskningen viser også, at viden om sygdommen øger muligheden for at håndtere hverdagens udfordringer.

Pårørende spiller en central rolle i omsorgen for mennesker med demens, både praktisk og følelsesmæssigt. Mange pårørende oplever stor belastning, stress og risiko for social isolation. Derfor er der et væsentligt behov for målrettet støtte, som for eksempel pårørendekurser, netværksgrupper og aflastningstilbud.

Vores ambition er:

At borgere med demens og deres pårørende får den nødvendige støtte til at kunne leve et så meningsfuldt og aktivt liv som muligt.

At leve med en demenssygdom hindrer ikke et aktivt liv i og udenfor hjemmet, og mange har ressourcerne til det trods tiltagende demenssymptomer. De fleste, der får stillet en demensdiagnose, har ønske om at fortsætte med vanlige interesser og fritidsaktiviteter, men de får gradvist behov for mere støtte og hjælp fra omgivelserne for at kunne fortsætte aktiviteterne.

Kilde: Nationalt Videnscenter for Demens

Det vil vi

- Sikre at borgere med demens og deres pårørende kan få råd og vejledning om hverdagslivet med demens.
- Tilbyde individuelle støtteforløb og hjemmebesøg for at tilpasse hjælpen til den enkeltes behov.
- Udvikle og tilbyde aktiviteter, der fremmer både fysisk og mental velvære, f.eks. socialt samvær, fysisk/kognitiv træning og kreative aktiviteter.
- Implementere teknologiske løsninger (velfærdsteknologi), der kan støtte borgere med demens i deres hverdag.
- Tilbyde forskellige former for aflastning til pårørende.
- Sikre at frivillige i demenstilbud tilbydes viden om demens.

Eksempler på nuværende indsatser

- Åben demensrådgivning.
- Tilbud om hjemmebesøg til borgere med demens.
- Årligt temaoplæg for frivillige.
- Kursustilbud til pårørende.
- Samtale- og aktivitetsgrupper for borgere med demens.
- Visiteret aflastning på daghjem og/eller døgnaflastning uden for hjemmet.



Demensfaglighed blandt medarbejdere

Arbejdet med borgere med demens kræver særlig viden om demenssygdomme samt kompetencer og viden om socialpædagogiske og kommunikative metoder.

Demensfaglighed kan hindre uhensigtsmæssig adfærd i at opstå og kan på sigt være med til at nedbringe behovet for brug af antipsykotisk medicin. Ledere og medarbejdere i Aabenraa Kommune skal stå på et fælles fagligt fundament. Personcentreret omsorg er den grundlæggende tilgang. Det handler kort sagt om at sætte personen frem for sygdommen i centrum. Herved er der bedre betingelser for at skabe stjernestunder sammen med borgeren og understøtte borgerens livskvalitet.

Vores ambition er:

At borgere med demens og deres pårørende via medarbejdernes demensfaglige tværfaglige tilgang oplever et sammenhængende forløb.

Personcentreret omsorg er både en **omsorgsfilosofi** og en **arbejdsmetode**, hvor man sætter **mennesket i centrum** i stedet for sygdommen. Det betyder, at man ser hver person som unik, med egne behov, ønsker, vaner og livshistorie.

Filosofien bygger på respekt, ligeværd og relationer – og handler om at forstå, hvad der er vigtigt for den enkelte. Metoden bruges til at tilpasse pleje og støtte, så det giver mening for personen selv.

Personcentreret omsorg bruges især i arbejdet med ældre og mennesker med demens, hvor tryghed, respekt og relationer er afgørende for livskvaliteten.



Blomsten er et fagligt redskab der hjælper med at forstå borgerens psykiske, fysiske og sociale behov ud fra seks centrale områder.

Det vil vi

- Skabe organisatoriske rammer til at arbejde personcentreret, for at sikre høj grad af trivsel hos borgerne.
- Fremme et kontinuerligt kompetenceløft for alle ansatte, der arbejder med borgere med demens.
- Sikre nem adgang til viden f.eks. via e-learning.
- Styrke det tværfaglige samarbejde for at sikre en helhedsorienteret indsats.
- Nedbringe behovet for og forbruget af antipsykotisk medicin.
- Sikre, at borgeren får korrekt medicin tilpasset den aktuelle helbredstilstand.

Eksempler på nuværende indsatser

- Bruger Sundhedsstyrelsens anbefalede metoder og modeller i kompetenceudviklingsforløb.
- Medarbejdere i plejen får opdateret viden omkring demens gennem temaoplæg, herunder f.eks. i personcentreret omsorg.
- Bruger supervision mellem demenskoordinator og fagpersonale f.eks. sparring omkring konkrete borgerforløb.



Demensvenligt lokalsamfund

Mennesker med demens kan have svært ved at bevare den kendte hverdag og har en øget risiko for at trække sig fra sociale aktiviteter og fritidsliv, efter de har fået en demensdiagnose. Nogle er usikre på, om de stadig er velkomne i deres gamle forening eller fællesskab, eller om andre vil tage afstand og synes, de er til besvær. Et demensvenligt samfund er et sted, hvor mennesker med demens kan deltage aktivt i hverdagen og føle sig trygge og inkluderede. Det handler om at skabe et miljø, hvor både borgere og samfundet som helhed er bevidste om demens og de behov, mennesker med demens kan have. Et demensvenligt samfund sikrer, at mennesker med demens ikke kun får den nødvendige hjælp, men også mulighed for at leve et liv med værdighed, respekt og deltagelse i fællesskaber.

Vores ambition er:

At Aabenraa Kommune er en demensvenlig kommune, hvor borgere med demens og deres pårørende kan deltage aktivt i samfundslivet.

Aabenraa Kommune støtter op om det nationale demenssymbol.

Demenssymbolet "**Håndsrækningen**" er et hjælpemiddel, som mennesker med demens kan bære synligt eller diskret for at signalere til omgivelserne, at man lever med demens og kan få brug for lidt ekstra opmærksomhed, tålmodighed eller praktisk hjælp.

Når du ser symbolet, lyder rådene;
Tag Kontakt, Tal tydeligt, Vær tålmodig.

83 procent trækker sig fra sociale aktiviteter og fritidsliv, efter de har fået diagnosen.

Kilde: Foreningen For Demensvenligt Danmark



Demenssymbolet "Håndsrækningen"

Det vil vi

- Øge bevidstheden om demens i samfundet og nedbryde stigmatisering.
- Afholde oplysningskampagner og events for at øge kendskabet til demens og sikre inklusion af borgere med demens i lokalsamfundet.
- Styrke samarbejdet med frivillige og borgernetværk i civilsamfundet for at sikre, at borgere med demens kan føle sig som en del af fællesskabet.
- Styrke samarbejde med boligforeninger f.eks. via sociale viceværter.
- Skabe flere demensvenlige områder i by og natur.
- Fremme samarbejdet med lokale virksomheder, organisationer og frivillige for at sikre et inkluderende miljø.

Eksempler på nuværende indsatser

- Deltager i den nationale demensuge i samarbejde med Demensvenligt Danmark.
- Samarbejder med frivillige og foreninger om udvikling af demensvenlige aktiviteter.
- Udleverer demenskit til borgere med demens med bl.a. en nål med nationalt demenssymbol.



Udgiver:
Aabenraa Kommune
Skelbækvej 2, 6200 Aabenraa
www.aabenraa.dk
december 2025

Redaktion:
Social & Sundhed

Design:
tegnerum.dk

Publikationen findes også digitalt på
aabenraa.dk

