

Ældreplejens stille revolution

Plejhjem og hjemmepleje producerer ikke bare ældrepleje. De producerer også integration og kulturel forståelse. I dag er det lokale plejehjem mere kosmopolitisk og indeholder mere dyb interkulturel viden end en gennemsnitlig eksportvirksomhed, og det fungerer.

Al Søren Overgaard Nielsen
sni@nordstaden.dk



Intet andet sted på arbejdsmarkedet møder man mennesker på tværs af etnicitet, køn, uddannelse og alder som i ældreplejen. 31.000 kvinder med ikke-vestlig baggrund er i dag ansat i social- og sundhedssektoren. Det er en fordobling på bare 15 år. En tredjedel af alle SOSU-lever er i dag af anden etnisk baggrund end dansk. De er enten flytning og indvandrende selv eller børn af denne gruppe.

Ikke bare er antallet stigende, stigingsraten er det også. For ti år siden blev antallet af medarbejdere i social- og sundhedssektoren med ca. 700 om året, 2021 var det steg steget til over 2200.

I 2018 kunne KL berette, at situationen i kommunerne var rippet: Det blev der for første gang ansat flere SOSU'er med ikke-vestlig baggrund end etniske danskere i den kommunale ældrepleje.

Hos os er 24 nationer repræsenteret i medarbejdergruppen, siger Mette Olsen.

Mette Olsen er centerchef på Peder Lykke Centret på Amager. Centret har 152 boejer, og hvis folketællingen af ældreudvalg fra Christiansburg, Stouptrods fortæller 3,5 km ud på Amager, ender det finst henvendelse til Peder Lykke Plejehuset.

På centret har etnisk mangfoldighed været en realitet længe, og derfor leverer det amagerkulturelle plejehuset et vist ud til fremtiden.

Det er en gruppe fuld af ressourcer og altid med et hjerte af guld, siger Mette Olsen om de danskere med etnisk minoritetsbaggrund, som arbejder på plejehuset.

Helt fundamentalt er det mennesker, som har et ønske om at hjælpe andre mennesker til et godt liv.

Åse og Hanne... og Samira og Yamin
Fra 20 år siden var det Åse og Hanne, som udgjorde grundstenen i den danske ældrepleje. De udgjorde fortruppen i en stillingskamp for selvstændighed for en generation af kvinder, som ville ud af køkkenet og ind på arbejdsmarkedet.

Og det kom de. De bledede genner sig nu med en ny generation. Denne gang hedder de bane Samira og Yamin, og deres faglige snit er højt, fortæller centerchef Mette Olsen. Det er ikke ofte, at denne

gruppe af nye danskere med etnisk minoritetsbaggrund har haft adgang til uddannelse og kultur, og de vokser ud af den mulighed har de fået nu, og derfor er deres faglige snit højt. Deres sundt faglige og pædagogiske kompetencer og deres nyvundne faglige stolthed kan det, står individuelt tilbage. Kultur og nygenertid og forståelse for det andet menneske bliver normen, fortæller Mette Olsen.

Tine og Louise. Og så kunne man tro, at det er liget halskæben til kulturen og på etnisk kikkedanselse i frokoststuen, men det sker ikke.

Når mangfoldigheden bliver stor, bliver det umuligt at sætte huller i. Når man ikke kan det, står individet tilbage. Kultur og nygenertid og forståelse for det andet menneske bliver normen, fortæller Mette Olsen.

Så for en lille måned siden julehyggende Yamin på plejehuset på Amager, og på søndag skal Louise holde kikkedans, nyde, og til april skal de begge holde eid fest.

Og således er verden vendt på hovedet i danske ældrepleje. Det er ikke mange år siden, at Dansk Folkeparti havde hjemmebanefodbold, når de holdt valgemand på et plejehjem.

Hvis den kulturelle forskel i udgangspunktet er



Der er næsten ikke noget dårligt at sige om kaffe. Og hvis man putter et skud mælk i, er kaffe måske sundere endnu. Foto: Colourbox

En kop kaffe er godt for ældres helbred - og dit eget

Forskere på Københavns Universitet har fundet ud af, at kombinationen af kaffe og mælk får vores immunceller til at virke bedre. At give sig tid til en kop kaffe i hjemmeplejehjem er således ikke kun godt for de ældres sundhed, det er også godt for medarbejderne. Hent en kop kaffe og læs om kaffens gavnlige virkning.

Al Søren Overgaard Nielsen
sni@nordstaden.dk

Vi kender alle os selv. Det er det samme som blanding. Når jern rustet, skyldes det en reaktion med ilt. I vakuumpakker køler er frem presset ud, og derfor går kaffen langsomt. Forskere har vist, at vinkendende eller en vin, sætter de fast, at ilt binder sig til vinen malkyler. Lidt ilt forbedrer vinen, for meget øger den.

Derfor er det godt, at vi har kaffe. For i kaffe er et stof, som hæmmer skadeligt oxidations i kroppen. Det forsker Marianne Nielsen Lund, som er professor på Institut for Folkevelværdighed. Hun sidder i spidsen for et stort studie af polyphenoler i kaffe, som sætter sig på polyphenoler i kroppen.

Faktisk sker reaktionen så hurtigt, at den er overvundet i alle de fødevarer, vi indtager. Det betyder, at der ikke er nogen sundhedsproblemer, som er forårsaget af polyphenoler i kaffe. Og polyphenoler findes således i mange fødevarer.

Andre studier viser, at polyphenoler i kaffe har en positiv effekt på immunsystemet. Et studie fra 2014 viste, at polyphenoler i kaffe har en positiv effekt på immunsystemet. Et studie fra 2014 viste, at polyphenoler i kaffe har en positiv effekt på immunsystemet.

Et studie fra 2014 viste, at polyphenoler i kaffe har en positiv effekt på immunsystemet. Et studie fra 2014 viste, at polyphenoler i kaffe har en positiv effekt på immunsystemet.

I 2021 fandt et australsk forskerhold ud af, at koffein forbedrer ældre menneskers kognitive evner, og et finsk forskerhold fandt samme år, at koffein forbedrede ældre menneskers hukommelse og fysisk helbred. De forskere, der har undersøgt koffein, har fundet, at koffein har en positiv effekt på immunsystemet.



Se filmen her: [careservicetrolley.plustid.dk](https://www.careservicetrolley.plustid.dk)

LET PLEJESITUATIONEN

med effektive, mobile arbejdsborde & depoter

Care Service Trolley løsninger styrker jeres ressourcer for bemanding og optimerer arbejds-flowet.

En professionel og kreativ løsning, som bidrager til at frigøre mere tid og flere ressourcer i sundheds-, pleje- og omsorgssektoren.



Care Service Trolley - COMBI
10-18 liter, Care Trolley som et mobil, effektivt og specialiseret arbejdsbord i Care Service Trolley som et mobil depot.

Care Trolley - SOLO
Care Trolley er et mobil, effektivt og specialiseret arbejdsbord i Care Service Trolley som et mobil depot.

Service Trolley - SOLO
Service Trolley er et mobil depot med udvalgte plejeparter, revider og andre nyttige ting.



TID & RO
- til det, der betyder mest

Vi undgår spildtid og afbrydelser på klargøring og de mange bure til depoterne. All her en fast plads på Trolleyen og klar til brug indenfor rækkevidde. Nem at lere og bruge - også for vores afløser.

Tlf. 7023 1716 | info@plustid.dk
www.careservicetrolley.plustid.dk
PlusTid Care Service Trolley