



Plejecentret Solbakken



50 år
1973-2023

Solbakken 1973-2013 – et rids af historien

Før Solbakken blev opført og indviet, drev Adventistsamfundet kun et alderdomshjem i Danmark, det i Nærum beliggende Aftenhvile. Det var imidlertid vanskeligt at tiltrække adventister fra Jylland og Fyn til hovedstadsområdet, når de havde brug for at flytte på plejehjem. Og samtidig oplevede man ikke optimale forhold på de kommunale plejehjem, hvor især kosten var et problem for de ældre adventister.

Fordi Adventistsamfundet ønskede at tilbyde et plejehjem vest for Storebælt, forsøgte de i starten af 1970'erne at finde et passende sted at etablere det. Kravene til placeringen var, at det skulle være i Jylland eller på Fyn, det skulle være i nærheden af en større by, der skulle være let adgang til en Adventistkirke og der skulle være let adgang til kollektiv transport.

I 1971 fandt man en passende grund på Frederiksborg Allé i Randers, hvor der både kunne etableres et plejehjem og en ny kirke. Efter at have indhentet de nødvendige tilladelser fra ministerierne og kommunen, kunne man tage første spadestik den 12. marts 1972, og den 26. september 1973 stod Solbakken klar til indvielse. I slutningen af 1980'erne byggede man de beskyttede boliger på Frederiksborg Allé og Ridefogedvej.

I 2005 stod man ved en korsvej, da det nu 33 år gamle plejehjem efterhånden var så forældet, at det på nogle områder var i strid med lovgivningen. Bestyrelsen var derfor grundigt overvejende, om man skulle lukke eller investere stort i renovering og ombygning. Til stor glæde for dem, der bor på Solbakken i jubilæumsåret, valgte man heldigvis det sidste. I 2008 var renoveringen og ombygningen afsluttet.

I de senere år har man fokuseret på at professionalisere ejendomsdriften for at sikre, at Solbakkens faciliteter altid er tidssvarende og undgå at havne i en situation med store efterslæb.

Derudover har man opgraderet udenomsarealerne med en sansehave, pergola, træningsstier, fårefold og petanquebane for at gøre dem mere attraktive for beboerne. I den nærmeste fremtid venter energirenoveringer, så Solbakken også kan præsentere sig som tidssvarende på dette område.

I anledning af 50-års jubilæum har Adventisterne historiske arkiv HASDA udarbejdet en vandreudstilling, som kommer rundt til forskellige kirker og vil blive vist ved stævner og arrangementer.

"Søsterplejehjem" i Faxe

I Faxe ligger Solbakkens søsterplejehjem Søndervang, som blev åbnet af Adventistsamfundet i 1976 som afløsning for alderdomshjemmet i Nærum. På samme måde som Solbakken er tænkt som et tilbud for adventister, der bor vest for Storebælt, er Søndervang tænkt som et tilbud øst for Storebælt. Søndervang har ca. samme størrelse som Solbakken med 31 plejeboliger, 2 aflastningspladser og 20 ældreboliger tilknyttet. Søndervang har også en blandet sammensætning af beboere og er ligesom Solbakken løbende blevet moderniseret gennem årene. Plejecentret Søndervang kan kontaktes på Tlf. 56761600

www.sondervang.dk - sondervang@sondervang.dk

På Solbakken skal jeg selv have lyst til at bo

Claus Mester har været leder af Solbakken siden 2018. Han kom til stedet fra en stilling som leder af et bofællesskab for voksne handicappede. Tidligere har Claus været forstander og præst i flere frikirker og har i det hele taget stor erfaring som leder, især i den kirkelige verden, men også fra en tid som selvstændig og i tv-branchen.

For Claus er pejlemærket for Solbakken at give beboerne en god og tryk pleje i deres sidste hjem, med respekt for det levede liv.

At være leder på Solbakken giver en spændende og alsidig hverdag, lige fra den daglige kontakt med beboerne og samarbejdet med personalet om at skabe mening i hverdagen. Ligesom de mere administrative opgaver selvfølgelig også fylder på lederens bord, f.eks. personaleledelse, økonomi og ledelse af boligorganisationen.

Det bedste fra begge verdener skabes, når Solbakken er en selvejende institution, men i tæt samarbejde med Randers Kommune. Som en selvstændig institution har man nogle friheder til at gøre tingene på sin egen måde, i overensstemmelse med Solbakkens værdier. Samtidig kan man drage nytte af erfaringsudvekslingen med kommunens andre plejehjem og omsorgscentre, hvor Solbakken også kan være en inspirationskilde. På Solbakken har man sin egen måde at fungere som plejehjem på, men man lader sig gerne inspirere af, hvordan det gøres på andre steder.

I sin tid på Solbakken har Claus Mester lagt stor vægt på medarbejdertrivsel og -tilfredshed, ud fra den filosofi, at når medarbejderne trives, vil beboerne også trives. Ved at have fokus på både beboertrivsel, som er kerneopgaven på et plejehjem, og medarbejdertrivsel, skabes der en positiv dynamik mellem de to sider.

Når Claus Mester ser fremad, ønsker han fortsat, at Solbakken udvikler sig til en spændende og dynamisk arbejdsplads, hvor man trives og finder mening i at arbejde med høj faglighed. Det bør være en fordel at have Solbakken på sit CV. Samtidig skal Solbakken fortsat være en rummelig arbejdsplads med en social profil, hvor der er plads til medarbejdere på deres egne vilkår.

Solbakkens kristne profil skal bevares og anvendes aktivt. Det at have eget produktionskøkken, med fokus på frisktilberedt vegetarisk mad og bæredygtighed, skal fortsat være et af Solbakkens kendetegn. Og Solbakken skal fortsætte med at være et hjem mere end en institution. På den måde vil Solbakken fortsat være et attraktivt sted at søge til for beboere fra andre dele af landet.

Nysgerrighed skal være nøglen til Solbakkens fortsatte udvikling. Nysgerrighed i forhold til, hvordan man konstant kan forbedre sig og styrke forskellige indsatser og faglige profiler. Og nysgerrighed i forhold til den enkelte beboers baggrund og behov.

Det vigtigste er, at beboerne oplever Solbakken som et rart hjem og et sted, hvor de modtager kvalitetspleje og -omsorg. Når Solbakken er det bedste plejehjem i beboernes bevidsthed, opnås den højeste anerkendelse.

Solbakken skal fortsat drives ud fra den vision, at Claus og hans medarbejdere skal selv have lyst til at bo her, når de en dag får brug for et plejehjem.



Scan QR
og se videoen



Solbakken – et sted, der giver mening

Af Lisbeth Nielsen, Præst, Adventistkirken Randers

Som præst ved Adventistkirken i Randers vil jeg gerne ønske Plejecentret Solbakken STORT tillykke med 50-års jubilæet.

Jeg har fulgt Solbakkens rejse gennem tiden, mange år på afstand og nogle år tættere på. For 39 år siden var jeg ung pige i huset hos den daværende forstander af Solbakken, Rune Frederiksen. Og i fritiden besøgte jeg beboerne og læste breve op for svagtseende, lærte at sy lampeskærme af en anden og kørte en tur med kørestol for en tredje.

Solbakken har udviklet sig meget siden dengang, og forskellige ledere og præster har været i Randers i de 50 år. Nu har jeg været præst i Randers i de seneste 3 år, og jeg nyder at have min gang på Solbakken. Vi er nu et team af 3 præster, hvoraf 2 er pensionerede, og det er Bent Nielsen og John Pedersen. Vi er alle tre tilgængelige for beboerne og tager os af mange af de daglige andagter, samt fredag aften andagter og hygge. Vi er alle åbne for samtaler og besøg af beboere, pårørende og personale, både når livet er dejligt, men også når det er mere udfordrende. Vi er til stede ved fester, udsyngninger og begravelser, og hvad der måtte være brug for på Solbakken. Alle beboere er velkomne til kirkens aktiviteter som bibelstudier, gudstjenester, fællesspisninger, studieaftener, koncerter, aftenkirke, udflugter m.m.

Det dejlige ved Solbakken er, at kirken er så tæt på. Man kan gå de få meter, der er mellem bygning-

erne, eller man kan blive kørt, og har man brug for personalet, så er de tæt på. Det betyder meget for de adventister, der kommer fra halvdelen af Danmark til Randers på Solbakken, at der er mulighed for at komme i kirke og have Gud med i dagligdagen gennem andagter og samtaler. Det er en af de vigtigste grunde til, at man vælger at flytte hertil.

En del af beboerne er ikke adventister og kommer mere lokalt fra Randers-området, nogle er personligt troende, og nogle tror slet ikke. Der er plads til alle, og de kirkelige aktiviteter er frivillige. Alle ved, inden de kommer som beboer eller medarbejder, at plejecenteret er et kristent sted og tilhører Adventistkirken, og at der er andre tilbud her, så det er meget positivt.

Når livet når sine sidste kapitler og afslutning, er det godt at være i trygge hænder. Det er godt for beboerne, at de kan have en tryk og helt så god og meningsfuld hverdag som muligt. Det er lige så vigtigt, at familien og de pårørende kan føle, at den ældre er i gode hænder. Solbakken skaber nogle gode og smukke rammer for livets sidste dage eller år. Stort tillykke med de første 50 år, og må Gud lede stedet og velsigne alle, der bor her, arbejder her, er pårørende her og dem, der besøger Plejecentret Solbakken. Stort tillykke.

Dejligt løfte fra Gud i Bibelen:
Esajas bog kap 46.4

Til I bliver gamle, er jeg den samme,
til I bliver grå, bærer jeg på jer.
Det har jeg gjort, og jeg vil stadig løfte jer,
bære på jer og bringe jer i sikkerhed.

"Vi havde kontaktet jer nogle uger i forvejen vedrørende et besøg hos svigerinden. Vi blev rørt ved vores ankomst. Modtagelsen var en enestående oplevelse, hvor vi hilste på flere af husets tydeligvis meget engagerede og positive medarbejdere. Helt uopfordret fik vi indblik i min svigerindes tilstand og den behandling, hun får hos jer. I sendte det klare signal, at hun havde fået et (bogatstaveligt talt) nyt HJEM. På familiens vegne: Tak!"

En sund sjæl i en sund krop - også i det sidste hjem på Solbakken

Af Thomas Müller, formand, Syvende Dags Adventistkirken i Danmark

Syvendedags Adventistkirkens interesse i at drive plejehjem går helt tilbage til grundlæggerne af trosamfundet, der ønskede at tilbyde trygge omgivelser for ældre medlemmer, der havde behov for pleje. Allerede i 1893 etablerede man et plejehjem i Battle Creek, Michigan, USA, hvor mange adventister var bosat.

Adventisternes fokus på sundhed og velvære gjorde det vanskeligt at opfylde ønsket om en sund og ofte vegetarisk kost uden tobaksrøg og alkohol på et andet plejehjem. Derudover ønskede man at give sine medlemmer let adgang til at opretholde muligheden for at fejre sabbatten og tilbede ved en lørdags-gudstjeneste.

Ønsket om den sunde hverdag stammer direkte fra Bibelens lære, hvor Paulus minder de kristne om, at "jeres legeme er et tempel for Helligånden, som er i jer, og som I har fra Gud. I tilhører ikke jer selv, for I blev købt dyrt. Ær derfor Gud med jeres legeme!" Etableringen af plejehjem gjorde det muligt at fokusere på at tage vare på sin krop, selvom man kom op i årene, med motion, frisk vand, sollys, sund mad og hvor troen var en naturlig del af hverdagen.

For Solbakken i Randers har den sunde kost gennem alle årene været et af de særlige kendetegn, der adskiller plejecenteret fra andre. Men det er ikke kun kosten, men lige så vigtigt det åndelige fællesskab, der tilbydes, som motiverer Adventistkirken i



dag til at drive to plejecentre i Danmark. Vores plejecentre har altid været åbne for alle, der ønskede at bo hos os, og mange har gennem årene netop søgt hertil på grund af den åndelige atmosfære, andagter, gudstjenester og den nemme adgang til en kirke.

Vi glæder os over, at det fortsat er muligt at have et trygt sted at modtage pleje, blive stimuleret i sin tro og være sammen med andre ligesindede. Vi ønsker tillykke med jubilæet og ønsker fortsat Guds velsignelse for Solbakken.

Det kristne livssyn er vores fundament og fællesskab

Med adventistkirken som bagtæppe er Solbakkens værdier, holdninger og handlinger baseret på kirkens fundament og fællesskab. Derfor har vi andagt hver formiddag for dem, der har lyst, og hver uge holder vi hviledag og sabbat, hvor vi sætter hverdagslivet på pause. En særlig stund, hvor vi stopper op, lægger duge på bordene, tager det fine tøj på, samles og drikker en kop varm kakao. Som beboer kan du lytte til det kristne budskab i kirken eller i din bolig, fordi alle skal have mulighed for at være en del af fællesskabet.

Når måltidet bliver dagens højdepunkt

Hvis man begiver sig rundt på Solbakkens gange op imod middagstid, vil man blive ramt af duftene fra køkkenet. Solbakken har nemlig sit eget køkken, hvor økonoma Linda Schmidt sammen med tre ernæringsassistenter og en elev tilbereder alle måltider fra bunden.

Kosten er overvejende vegetarisk på Solbakken, hvor det er muligt at tilvælge kød et par gange om ugen og fisk hver onsdag. Selvom det traditionelle med sovs og kartofler fylder mest, har både beboere og køkkenpersonale mod på at prøve noget nyt engang imellem, som f.eks. når ernæringsassistent Mevka Bajic, der har været 24 år i Solbakkens køkken, af og til laver en ret fra sin hjemstavn i Bosnien.

Da adventister typisk ikke spiser svinekød og skaldyr, stiller det særlige krav til køkkenet på Solbakken. Man kan bl.a. ikke benytte halvfabrikata, som ellers gør livet lettere i mange storkøkkener, da de ofte indeholder e-numre, fremstillet af råvarer, som mange af Solbakkens beboere ikke ønsker at spise.

Men det er en fordel for beboerne, at man er nødt til at lave det meste fra bunden på Solbakken, for det gør, at maden altid er frisklavet. Det er det, der giver den liflige hjemlige duft på gangene, som gør forventningerne til dagens næste måltid så meget større, og det vækker appetitten, som det måske ellers kan knibe med.

For køkkenpersonalet er det også en stor glæde at skulle lave maden fra bunden – det understøtter den faglige stolthed. Det gør også, at man lægger vægt på, at råvarerne skal være så friske som muligt og fremskaffet så tæt på Solbakken som muligt – det er også et spørgsmål om bæredygtighed.

Plekehjemsbeboere kan ofte have udfordringer med appetitten, og de kan også have særlige diætbegov, så de for eksempel ikke taber sig u hensigtsmæssigt. Her er det en styrke, at Solbakken har sit eget køkken, da de hurtigt kan tilpasse måltiderne til de opståede behov og for eksempel servere den ret, som en beboer med nedsat appetit foretrækker.

I det hele taget betyder maden meget for beboerne på Solbakken, og måltiderne er højdepunkter i deres dagligdag, som de ser frem til med glæde og forventning. Derfor sørger køkkenet også for at inddrage beboerne. Dette sker både gennem et kostråd og den daglige kontakt, hvor det er køkkenpersonalet, der præsenterer middagsmaden, og køkkenpersonalet, der serverer eftermiddagskaffen og teen, hvor der selvfølgelig også altid er hjemmebagt kage. Her får personalet mulighed for at danne sig et indtryk af, hvordan dagens menu smager dem. Og det er beboerne, der bestemmer, hvad der serveres på deres fødselsdag.

Det er afgørende for beboerne på Solbakken, at de daglige måltider er højdepunkter i deres hverdag. Derfor lægger man stor vægt på ikke kun køkkenets og råvarernes kvalitet, men også på at skabe de rette rammer og en god stemning omkring måltiderne. Derfor har man på Solbakken valgt at ansætte måltidsværter, hvis opgave det er at bidrage til den gode stemning i spisestuen, der også er en vigtig del af et godt måltid.



Et rart hjem i grønne omgivelser

'87-årige Lissy og 92-årige Christen Aakjær Andersen kan fejre krondiamantbryllup samtidig med, at Solbakken kan fejre jubilæum. Da Lissy fik brug for at flytte på plejehjem for fem år siden, valgte parret, at det skulle være Solbakken, da Christen i første omgang blev boende i lejligheden i Steen Blichers Gade, og det skulle ikke være for langt væk.

For et par år siden flyttede Christen også til Solbakken og har siden da kunnet nyde godt af den anden gode grund til, at valget faldt på netop dette sted. Det er de grønne omgivelser, som minder om, hvad parret har været vant til fra deres mangeårige hjem i Assentoft. De nyder både at kigge ud på det grønne fra lejligheden og især at gå små ture.

Christen er en pensioneret dyrlæge og drev i mange år sin egen praksis hjemme i Assentoft. Han fortsatte i erhvervet nogle år efter at have solgt sin praksis og stoppede først som 77-årig som dyrlæge ved slagteriet i Horsens. Mens Christen passede dyrene, passede Lissy børnene i Røde Kors Børnehave.

Udover de grønne omgivelser, som parret sætter stor pris på, så er de glade for det søde og rare personale og det hyggelige samvær med de andre beboere. Christen har tidligere underholdt med violinspil, når man har haft en fælles hyggestund på Solbakken. For et par år siden måtte han lægge violinen på hylden, men heldigvis har han stadig sin gode sangstemme, som han nu bruger til at underholde med til stor glæde for sig selv og de andre.

Maden er parret også tilfredse med, den er god og veltillavet. Men Christen må nu indrømme, at han en sjælden gang imellem savner at få lidt svinekød, som ikke bliver serveret på Solbakken. Der er han dog heldigvis så mobil, at han selv kan skaffe lidt hjem til lejligheden og stille sulten. Selvom parret ikke er adventister, er Christen glad for at deltage i de daglige andagter, hvilket passer ham fint som tidligere mangeårig formand for menighedsrådet ved Esserbæk Kirke.



En sund sjæl i et sundt legeme

Vi tror på, at sundhed handler om hele livet. Fra det vi spiser, til det vi tænker. Derfor tager vi vare på hele mennesket, fra krop til sjæl. Som det første plejehjem i Danmark er vi certificeret i pædagogisk idræt. Vores sansehave med træer og stier er lige uden for døren. Hver dag efter andagt og fællesskab kan beboerne vælge at deltage i bevægelse. Vores spiseseddel er vegetarisk og vegansk kost - med kød og fisk som tilvalg. Maden er lavet fra bunden - i vores eget køkken, og dagens ret bliver altid præsenteret af den, der har tilberedt den.

Når medarbejderne trives - smitter det af på beboerne



Hvis man kommer ind i lokalet på Solbakken, der hedder Glashjørnet, en hverdagsformiddag lidt før kl. 10, så vil man møde de fleste af medarbejderne, der er på arbejde denne dag. Og man vil ikke mindst blive mødt af en munter og hjertelig stemning. Det er tydeligt, at her er en gruppe mennesker, der er glade for deres arbejdsplads og har et godt kollegialt fællesskab på tværs af faggrupper.

Det er også noget, beboerne kan mærke. De medarbejdere, de møder i deres hverdag, er ikke kun professionelle og hjælpsomme, men som regel også i godt humør – det er noget, beboerne sætter pris på. Det gavner også beboernes egen trivsel, at medarbejderne trives.

At medarbejderne trives på Solbakken har også den fordel, at personaleudskiftningen ikke er så stor, som den ellers kan være i ældreplejen. Samtidig med at Solbakken er et relativt lille sted, gør det, at man kommer til at kende hinanden bedre, både på

tværs af faggrupper og mellem beboere og medarbejdere. Denne genkendelighed giver stor tryghed i hverdagen.

Når tillidsrepræsentant Dorthe Andersen skal sætte ord på, hvad der gør Solbakken til en så god arbejdsplads, at medarbejderne er så tilfødse, som de er, så er det ord, der går igen: rummelighed. Det er både rummelighed fra ledelsen, som viser medarbejderne stor tillid i det daglige arbejde og giver plads til f.eks. efteruddannelse efter medarbejdernes ønsker. Og det er rummelighed mellem medarbejderne, hvor man giver plads til hinandens styrker og svagheder og hjælper på tværs.

At Solbakken er en arbejdsplads, hvor rummelighed gør sig gældende, kommer også til udtryk ved, at man gerne giver plads til medarbejdere, som kræver særlige hensyn eller tager imod praktikanter fra jobcentret. Selvom Solbakkens hovedfokus selvfølgelig er beboernes trivsel, så er der altså også overskud til at vise et socialt ansvar overfor den omgivende verden.

Selvom Solbakken ikke er et stort plejehjem, så har man prioriteret også at have plads til elever, endda et relativt stort antal, idet der for tiden er seks elever blandt plejepersonalet og en elev i køkkenet. Men som Dorthe Andersen fremhæver, så holder eleverne også det faste personale til ilden, da man selv kan få genopfrisket læring, når eleverne kommer med spørgsmål. Det at have elever giver også et godt grundlag at rekruttere nye medarbejdere på, da flere blandt Solbakkens faste personale har en baggrund som elev på stedet.

Når medarbejdere har det godt

Fællesskab og nærhed begynder hos vores personale.

Mennesker der hver dag møder ind og bidrager til, at vi kan være et godt og trygt sidste hjem. Derfor står livs- og arbejdsglæde øverst på vores dagsorden. Når vi møder ind, og når vi går hjem. For kun sådan kan vi værne om det, der er så vigtigt for os – at yde en kærlig omsorg og pleje.

Solen stråler på bakkens top

Af Ellen Petersen, Formand for Omsorgsudvalget i Randers kommune



På toppen af bakken ligger et særligt sted. Et sted hvor ro, faglighed og omsorg har plads. Et sted hvor solen ofte lader sine stråler varme de gule mursten, og hvor udsigten er strålende.

Jeg taler naturligvis om Solbakken, der smukt ligger på toppen af Vestre Boulevard og som har ligget der i 50 år.

Solbakken er et af de mange gode plejecentre, vi har i Randers Kommune, og det kan vi være stolte af.

Jeg vil benytte lejligheden til at fremhæve det gode samarbejde, der altid har været mellem Solbakken og Randers Kommune. Solbakken er et særligt plejecenter, fordi det er en selvejende institution med egne værdier og levemåder. Alligevel har vi igennem 50 år formået at skabe en god og tæt relation - både med de øvrige plejecentre i kommunen og med forvaltningen.

Solbakken bidrager på sin egen måde til at øge mangfoldigheden i de tilbud, der er til ældre borgere, som har behov for en plejebolig. Mangfoldighed skaber brede rammer og de bedste muligheder for, at den enkelte borger finder sig tilpas og er tryk i sin bolig og sine omgivelser. Der bliver så at sige plads til enhver, når man værner om forskelligheden.

Solbakken er særlig på grund af sin religiøse tilknytning til Adventistkirken. Dette ses i hverdagen på centret, hvor der f.eks. holdes andagt hver dag og sabbat en gang om ugen. Der tilbydes en spændende vegetarisk kost, med mulighed for fisk eller kød, hvis man ønsker det. I det hele taget er der fokus på den enkeltes sundhed - en sund sjæl i et sundt legeme. Det ses også ved, at borgere fra hele landet kommer for at nyde Solbakkens særlige tilbud.

Når jeg tænker på Solbakken, tænker jeg også på et godt arbejdsmiljø og trivsel blandt medarbejderne. Jeg hører ofte positive historier om Solbakkens tætte samarbejde med Jobcentret og deres sociale fokus i form af samarbejder, der har fokus på en rummelig arbejdsplads. Her har man øje for at hjælpe dem, der har brug for en hånd i arbejdslivet. Det handler i bund og grund om næstekærlighed og et ønske om nærhed. Den indsats har jeg stor respekt for.

Alt i alt er der meget godt at sige om Solbakken. Jeg vil slutte mit indlæg med at rose Solbakken for jeres visionære samarbejde med DGI, hvor I var det første plejecenter i Danmark, der blev certificeret inden for pædagogisk idræt i 2020. Det er et flot initiativ, der viser den faglighed og omsorg, som kendetegner plejecentret. Og det er med til at vise, at vi tager bevægelse og ernæring seriøst, når vi skal skabe det gode liv for plejekrævende borgere.

Det er en flot indsats, I yder på Solbakken, og jeg er glad for at få lov til at ønske jer stort tillykke med de 50 år. Jeg er sikker på, at Solbakken også de næste 50 år vil stråle på toppen af bakken.



Nærhed, forskelligheder og næstekærlighed

Et godt og trygt hjem er ikke nødvendigvis det samme for Hr. Hansen, som det er for Fru Jensen. Derfor har vi respekt for det levede liv og vi skaber rum for alle. For nogen begynder dagen kl. 7.00 og andre vil sove længe til kl. 10.00. Vi er et plejecenter med mange aktiviteter, og alle kan være med på udflugter, i bogklubben, til sang eller musikterapi.

Den stille kop kaffe på gangen, en snak med naboen og dem der kommer på besøg.

På Solbakken ser man først mennesket - derefter plejeopgaven

Fra beboerne flytter ind på Solbakken er der et stort fokus på den individuelle trivsel. Når beboeren er flyttet ind og har vænnet sig til de nye omgivelser, holder man en indflytningssamtale efter ca. tre ugers tid. Her lægger man en individuel plan for beboerens trivsel og velvære, hvor der tages udgangspunkt i hvem beboeren er, og hvilke behov de har.

På Solbakken er det vigtigt, at beboerne får lov til at blive ved med at være dem, de altid har været, også når de f.eks. ikke selv kan huske, hvad der er vigtigt og har betydning for dem. Således hjælper beboerens døgnrytmeplan plejepersonalet med at opfylde beboernes behov og vaner. Hvis det f.eks. har været vigtigt for en beboer at komme til den daglige andagt, men vedkommende ikke længere kan huske dette, så hjælper døgnrytmeplanen plejepersonalet med at fastholde denne værdi for beboeren – uden at fratage beboeren den frie vilje til at sige nej tak.

Når medarbejderne kommer ind til den enkelte beboer, er det vigtigste, at de først ser beboeren og ikke den opgave, der skal løses. Nogle dage kan beboeren have særlige behov, som tilsidesætter hvad der ellers lige var planen. Det vigtigste er, at beboeren føler sig set og imødekommet – så må det komme i anden række, om de får ren skjorte på den dag, hvis det ikke er det vigtigste behov i øjeblikket.

Selvom beboerne har hver deres lejligheder, som er indrettet som deres eget hjem, er det også vigtigt, at der er en hjemlig stemning på hele Solbakken, så det er et rart sted at være for alle. Indretningen skal være hyggelig og genkendelig, både så det er rart at opholde sig i fællesarealerne og så man får lyst til

at komme ud af sin egen lejlighed, og så det hjælper beboeren med at føle sig hjemme.

Udover den løbende dialog med den enkelte beboer og dennes pårørende om den enkeltes pleje og trivsel, har man på Solbakken også et beboer- og pårørenderåd, hvor man løbende dialog om rammerne og fællesskabet.

Medarbejderne på Solbakken har deres egen faglighed som sygeplejerske, ergoterapeut, fysioterapeut, sosu-assistent, sosu-hjælper, ernæringsassistent eller teknisk servicemedarbejder og det ansvar, der følger med. Men man lægger også stor vægt på, at man samarbejder og hjælper på tværs af faglighederne. Derfor mødes man blandt andet i teams omkring de enkelte beboere og drøfter beboernes trivsel og velvære cirka hver sjette uge. Således sikrer man, at det er hele mennesket, der er i fokus, når der laves handleplaner.

At Solbakken er et relativt lille sted gør, at det er muligt for personalet at kende alle beboerne, samtidig med at man har et endnu mere indgående kendskab til de beboere, man indgår i teams omkring. Da der ansat rengøringsassistenter til at stå for at holde lejligheder og fælleslokaler rene, kan plejepersonalet fokusere på den personlige pleje og beboernes behov. Ligeledes er der pedeller og håndværkere i huset, hvis der er et praktisk problem, der skal løses.

Solbakken er det første plejehjem, der er blevet certificeret i pædagogisk idræt af DGi. Det betyder, at man på Solbakken ikke kun har fokus på bevægelse, fordi det gavner beboernes fysiske helbred, men også fordi det skal være sjovt for beboerne at





bevæge sig og holde sig i form. Så man skal ikke blive chokeret, hvis man pludselig bliver overhalet af to beboere og en plejeelev i gang med et kapløb, mens man går ned af gangene på Solbakken.

Den sygeplejefaglige leder, Grethe Veirum, har ansvar for beboernes helbred og dokumentationen heromkring. Hun nyder stor fordel af, at de fleste beboere vælger at benytte den samme læge ved indflytning. Dette betyder, at der er et tæt og fortroligt samarbejde med lægen, som gerne er til stede i huset hver fjortende dag. Også erfaringsudveksling og sparring med de andre sygeplejefaglige ledere på de kommunale områdecentre er noget, som kommer Solbakkens beboere til gavn. Samarbejdet med Randers Kommune giver også adgang til sundhedsplatformen Nexus, som plejepersonalet bruger i dagligdagen til at holde styr på beboernes medicinering og andre dokumentationsbehov.



"Tillad mig at rette en dybfølt tak på min families og egne vegne for den kærlige pleje og omsorg, som I alle har vist min mor i de måneder, hun nåede at bo hos jer. Hun var så glad for at have fået muligheden for at være hos jer. Hun oplevede, at hun fik mere livsglæde og indhold i sit liv, og opholdet løftede både hende og os som pårørende. Det står som min bedste oplevelse i meget lang tid. Sjældent, måske aldrig, har jeg oplevet sådan en hjertevarme, sådan en fagligt dygtig, sådan en behagelig og medlevende atmosfære som hos jer. Jeg er imponeret. Men først og fremmest er jeg taknemmelig for, at sådanne steder findes. For sjov sagde jeg til min kone i telefonen, at jeg overvejede at tage fast ophold hos jer, når mors lejlighed nu blev ledig. Tak af hjertet for denne venlighed og varme. Jeres medmenneskelighed vil påvirke mig positivt i lang tid fremover. Jeg er taknemmelig".

Den person du er, skal du også kunne være i din alderdom

Det er essensen af den omsorg og pleje, vi hver dag tilbyder beboerne på Solbakken. Vi spørger, hvad har du lyst til? Fordi vi ved, at alle har forskellige ønsker og behov. For os er god og kærlig pleje et spørgsmål om værdighed. Vores afsæt er kristne værdier, næstekærlighed og respekt for det individuelle. Kombineret med en høj faglighed i pleje og rehabilitering gør det, at vi trygt kan sige, at vi har en holistisk tilgang til pleje og omsorg.

Ud i verden og hjem til Solbakken

For 89-årige Anna Støtt var det helt oplagt, at hun og hendes nu afdøde mand skulle bo på Solbakken, da de for fire år siden skulle flytte på plejehjem fra hjemmet i Roskilde. De var begge født og opvokset i adventisthjem i Vendsyssel, så Solbakken var det tætteste, de kunne komme på at være hjemme.

Anna blev gift som 18-årig, og da hendes mand uddannede sig til præst i Adventistsamfundet, har de boet mange steder i Danmark og i udlandet. De sidste mange år, fra de blev pensionister og indtil de flyttede på Solbakken, boede de i Roskilde. Parret fik hurtigt tre børn, som Anna havde travlt med at passe. Efter at børnene flyttede hjemmefra, læste hun til sygeplejerske, hvilket blev hendes erhverv i 35 år, herunder to år på Solbakken, mens hendes mand var præst i Aarhus.

Det aktive liv, som Anna har levet, har hun kunnet fortsætte på Solbakken. Da hun flyttede ind, kunne hun konstatere, at haven var noget tilgroet, så hun fandt en opgave at kaste sig over her. Til stor glæde for beboere, pårørende og personale står der i dag en flot blomsterhave, som Anna flittigt luer i og nusser om – og så får hun hjælp til det grove arbejde.

Maden på Solbakken er god, og det er noget, Anna værdsætter. Selvom hun ikke er egentlig vegetar, spiser hun mest vegetarisk, og synes at maden på Solbakken er god og veltillavet. Anna er også meget glad for plejepersonalet på Solbakken, som hun altid synes er søde og i godt humør, og det smitter af. De daglige andagter og gudstjenesterne betyder meget for Anna som adventist, og hun glæder de andre ved at ledsage salmerne på klaveret.



Sådan bliver du beboer på Solbakken

Solbakken har 31 plejeboliger på plejecentret, og lige i nærheden er der 11 ældreboliger med mulighed for kald. Ønsker du at blive beboer på Solbakken eller i en ældrebolig med mulighed for kald, skal du eller en pårørende kontakte visitationen i den kommune, du bor i. Det er altid hjemkommunen, der behandler en ansøgning om bolig først. Hvis du ikke bor i Randers nu, sender hjemkommunen ansøgningen videre til Randers Kommune, som godkender optagelsen på Solbakkens venteliste. Husk at gøre opmærksom på, hvis du er tilknyttet Adventistkirken, så har du nemlig fortrinsret.

Solbakkens Venner

Du kan være med til at gøre trivslen på Solbakken endnu bedre. Alle gaver modtages med tak og bruges til hyggelige aktiviteter eller indkøb til gavn for beboerne. F.eks. samler vi ind så vi kan frikøbe vores bus.



Plejecentret
Solbakken

Frederiksborg Allé 23
8920 Randers NV
Tlf. 89151313
solbakken@randers.dk
www.solbakken.randers.dk



Scan QR koden
Mobilpay til
730647

Dankort/kreditkort:
kortlink.dk/2mf2g