

+ Mål med projektgruppen – og indhold

Mål: At undersøge, hvad der skal til for at **fastholde** og **udvikle interesseltilbud** til personer med hukommelsesproblemer eller tidlig demens

Indhold og form:

- 10 møder på fredage kl. 10-13 på Rådgivningscentret for demensramte og pårørende, Kallerupvej i Odense
- Mulighed for ture med bus
- Maksimalt deltagerantal: 9 personer



+ Forberedelser

Gruppens ledere:

- Ekstern konsulent
Annette Johannesen
- Hjemmevejleder (§85):
Jenny Kjær Hansen
- Frivillig pårørende –
og fotograf - Kurt Friis

Introduktion til metoden:

- Aftaler om roller,
opgaver, placering ved
bordet og program

Udarbejdelse af invitation,
kontakt til potentielle
deltagere

Hjemmebesøg så vidt
muligt inden start i
gruppen



+ Første møder hjemme – herefter ude og hjemme

- Gensidige præsentationer og introduktion til program
- Opgaver: Hvad er værdifuldt for dig at lave og opleve i din fritid?
- Hvad holdt du af at lave før i tiden, hvad laver du nu og hvad vil du gerne fortsætte med at lave?
- Øve/prøve

Personlig refleksion 1:

"Hvad er værdifuldt for dig at lave og opleve i din fritid?"

Udendørs aktiviteter (hus, have, motion m.v.)
Hobby arbejde (modeltogbane, tegning/maling, ølbrygning m.v.)
Dyr (kæledyr, husdyrhold, brevduer m.v.)
Kulturelle aktiviteter (kunst, musik, teater, litteratur m.v.)
Friluftsliv (camping, lystfiskeri, fugle, spejder, vandring m.v.)
Foreningsliv (interesseklubber, lokalmiljø, religiøse aktiviteter m.v.)
Uddannelse (kurser, fritidsundervisning, højskole m.v.)
Idræt (redskabsgymnastik, boldspil, se på sport m.v.)
Oplevelser (wellness, forlystelser, koncerter, udflugter m.v.)



+ 10. møde den 18. februar 2011

Dagsorden:

Udlevering af personlig aktivitetsprofil

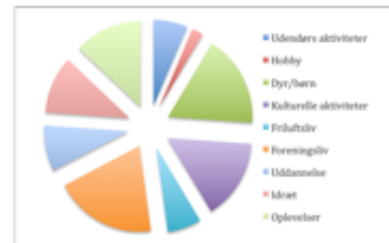
Evaluering af forløbet:

- Hvad har været godt?
- Hvad har været skidt?
- Andet?

Skal gruppen mødes fortsat? Ideer?

BEVÆG OG BEVAR DIG VEL – KULTUR & FRITID
2010-2011

Aktivitetsprofil for Hanne:



Det giver mig "Flow":
Når jeg kan lave frikadeller

Ting, jeg vil nyde at gøre:
Gymnastik
Deltage i projekt-grupper på Kallerupvej
Lange cykelture
Å-fart med jazz

Yndlingsbeskæftigelser:

Udendørs aktiviteter:

Holder af at cykle

Hobby arbejde:

Tidligere: Patchwork

Dyr / børn:

Lave noget sammen med børnebørn – opgaveark o.l.

Kulturelle aktiviteter :

Lytte til god jazz

Friluftsliv :

Tidligere: spejder

Foreningsliv:

Projekt-grupper på Kallerupvej

Uddannelse :

Øver IT: kabale på computer

Idræt :

Gymnastik 1 gang ugtl.

Oplevelser:

Museer m.v.

Indkøbsture i bil til fynske byer

Mennesker, som jeg gerne vil lave noget sammen med:

Min mand, børnebørn, datter og svigersøn og familien

Steder, jeg har lyst til at se/besøge:

Lange ture ved Vesterhavet
Lange indkøbsture i bil til fynske byer

Virkelig vigtigt for mig at kunne gøre:

Lave mad sammen med min mand
Tage på ture med min mand
Lave noget sammen med børnebørn – opgaveark o.l.

Det får mig til at grine:

Tidligere: Rottefælde revyen

+ Virkning af gruppeforløbet

- Deltagerne blev mere åbne og selvsikre:
”Her bliver man ikke kyst af!”
- Der opstod en fællesskabsfølelse – alle deltog i alle møder, alle ønskede at fortsætte i en ny runde selvkørende møder
- Deltageren fik ideer og inspiration til at fortsat at dyrke personligt meningsfulde interesser
- Tre af deltagerne fik mod på at tage sammen på højskole for demensramte
- Gruppen mødes fortsat

+ Erfaringer omkring metoden - og succes'en

Tilbuddet indebar, at deltagerne følte ejerskab og medinddragelse i programmet

Tilbuddet blev givet som en i princippet lukket gruppe

Tilbuddet tilgodeså deltagerens handicap – hvert møde indledtes med opsamling

Gruppenlederne var trænet i socialt gruppearbejde, hvor deltagerne animeres til refleksion, deling af tanker med fællesskabet og samarbejde

