

## DEMENSKOORDINATORERNE ÅRSKURSUS 2012

### **Workshop 1 : Onsdag d. 12. september kl. 19.00 – 21.00 "Sig ja til sociale tilbud – et klogt valg ved demens"**

Der findes evidens for, at det gavner familier med demens at deltage i oplysningsaktiviteter og andre former for samvær med ligestillede. Men det kan være svært at tage mod til sig og at forstå, hvorfor det er så vigtigt at holde sig aktivt i kontakt med andre. I workshoppen opstiller deltagerne i fællesskab en række succeskriterier, som sikrer, at den enkelte føler sig velkommen og får lyst til at komme igen.

### **STIKORD FRA DISKUSSION I PLENUM: Hvorfor er det så svært at komme ud af døren?**

- angst for at tabe ansigt
- identitetsspørgsmål
- borgerne efterspørger café eftermiddage med læring
- tilbud skræmmer, hvis de ligger på plejecentre
- der mangler følgeskab til de første gange

### **Eksempler på, konkrete, sociale tilbud som familier benytter sig af**

Eftermiddage med læring  
Oplevelser med frivillige som følgesvende: kirkekoncerter, gymnastik, roning.  
Mødesteder, cafeer hvor medlemmerne/ de fremmødte er medansvarlige for de aktiviteter der arrangeres og afvikles.  
Brug af aftenskolen – hensyntagende kurser så som Mal med dine sanser, Sindskolen  
Virksomhedsbesøg  
Kolonihave-klubber  
Ud i naturen aktiviteter  
Aktiv højskole  
Kunstundervisning

## DELTAGERNES BUD PÅ SUCCESKRITERIER TIL AT FÅ FAMILIER TIL AT BENYTTE SIG AF KONKRETE, SOCIALE TILBUD - SAT IND I TEMAER:

**Indsats så tidligt som muligt**  
Udredningsenhed/demenskoordinator  
Godt samarbejde med udredningsenheder  
Udredningsstederne skal have viden om tilbud  
Kommunen oplyser udredningsstederne om de tilbud der findes så der kan motiveres/oplyses på flere fronter

### **Kommunen bør prioriterer opgaven med menneskelige og økonomiske midler**

Mulighed for at blive hentet og bragt hjem  
Evt. hjemmehjælper som skaber ro og guider inden borger skal af sted  
At kommunerne hele tiden arbejder på at skabe tilbud, der passer til borgerne: borger på 60 har ikke samme interesser ( livshistorier) som en på 90  
Klarlægge hvilke behov familierne har for støtte til at komme ud af døren  
At fagfolk indenfor demens slår tilstrækkeligt på tromme for de sociale tilbud

### **Tilbuddet skal være tilpas konkret ( ikke kun "Socialt samvær")**

Skal vide, hvad det er, de skal til  
Foregå noget, der interesserer dem  
Det skal ikke hedde sociale tilbud – ikke institution  
Special-grupper ( interessebaseret)  
Mere overkommeligt at sige ja til afgrænset tilbud  
Interessebestemte grupper  
Emner, der interesserer målgruppen  
Temaer  
Kunst, malerier, workshops  
Tilbud som er kendte, som man tidligere har deltaget i

### **Hvilke tilbud ?**

Invitere til fælles cafe´: Hvad ønsker er der?

Interessegrupper: Finde emner eller gøre det interessant på anden måde

Berigende for deltageren, aflastende for den pårørende

Lave events på lokaleplejehjem, filmaften, musikaften danseaften hvor der også er rådgivning til rådighed.

Demensskole med tilbagevendende temaer, som man kan gå til flere gange eftersom ens behov for viden ændrer sig og for vejledning ændrer sig

Teknologi biblioteket

Kunstprojekter

Rådgivningscenter for demente

Demensweekend/ demens-wellness

Snakke med gamle familier

### **Rammen er vigtig**

At vi har de åbne miljøer både for personen med demens og for dennes netværk

At familien kan deltage / pårørende med i café

Passende tidspunkt på dagen

At der er kørselstilbud

Det er overskueligt tidsmæssigt

At tilbuddene måske er fælles

arrangementer, men også delt op så pårørende og demente er i egne grupper

Placeringen skal være en tryk base, men med transportmuligheder, så man også kan komme ud og opleve nyt

Tidspunkt på dagen

At familie/borgeren kan besøge

aktivitetscenter i følgeskab med en de kender fra

hjemmeplejen/udredningsstedet

At tilbuddet har et godt ry og er kendt

### **Normale aktiviteter**

Neutrale ( ikke plejehjems) lokaler

”Normale” aktiviteter såsom cafétilbud på en rigtig cafe

Kulturelle oplevelser, motion, mad danse, synge,

”Ud af huset” aktivitet

Sjov og smil og fysisk aktivitet

Indhold/tema skal ikke være så farligt,

alvorligt – det skal rumme sjov, fest

At det er meningsfuldt og har deres interesse

Temaerne omhandler alm. dagligdags ting

Ikke kun er sygdomsorienteret - frirum

At det ikke hedder sociale tilbud

Noget, personen selv kan eksperimentere med

Motion i samvær med andre: gåture ved strand, cykelture

Ægtepar: biograf - teater – madlavning

Følelsen af, at der laves noget ”voksent”

Finde ressourcerne (livshistorie)

At man bliver opfordret til at bidrage med noget konkret, eventuelt ud fra sit

arbejdsliv

Værdi i indholdet: at man oplever at man fortsat har værdi

At man kommer hjem med noget = livsglæde

At man oplever sig som vigtig med

brugbare ressourcer

### **Tryghed**

Genkendelighed – både i personer, steder og indhold

De skal være bekendt med hvem de møder / kendte ansigter

Nogen kendte, der modtager – eventuelt pårørende med

Demenskonsulenten følger dem ind

Der skal være en brobygger i forhold til at komme et nyt sted, føle sig tryk

At man kan føle sig tryk ved tilbuddet / overblik

At man kender konceptet – tidspunkt, sted og program

### **At atmosfæren er ligeværdig og positiv**

At borgerne føler, de bliver taget alvorligt: der bliver lyttet til dem og de møder ligesindede

Hvad har du lyst til?

Vi har brug for dig/jer

Aktiviteter planlægges ud fra gæsternes ønske

Ligeværdigt samvær

Anerkendes for akademisk, intellektuel baggrund  
At kunne mødes med andre i samme situation, på steder som ikke signalerer "Demenssygdom"  
Være medbestemmende, medansvarlig  
At deltagerne medinddrages i planlægning af dagen / temaer  
At det foregår et sted, hvor man ikke taber ansigt eller position  
At overskriften og indholdet har et tilpas niveau, så man ikke føler sig talt ned til

### **Gode, værdige tilbud**

Individuel tilgang  
For demente: får mulighed for selvstændigt at kunne "gå til noget"  
Højskoleophold  
At navnet indbyder! ( Demenscafé?)  
Vide, at de ikke er alene om demens  
De kan se sig selv i den sammenhæng – give mening  
Selv kan yde – være til nytte  
Relevante emner  
Tilbuddet skal være relevant for deltageren  
Det skal give mening  
At man føler, man har et behov – eller udfylder en plads, være til nytte  
At det retter sig imod borgerens interesser  
Der skal være noget, der vækker interesse / Hobby der genoptages  
Finde ud af, hvad brugeren med demens har lyst til/ interesse for at deltage i og tage afsæt i det  
At tilbuddet er målrettet og tilpasset den enkeltes ressourcer og interesser  
At tilbuddet er meningsfuld for den enkelte  
At gruppen bliver sammensat med andre ligestillede, både socialt, sygdomsmæssigt og aldersmæssigt  
Interessante, relevante tilbud

### **Følelse af fællesskab**

Man løser opgaver til gavn for fællesskabet  
Kender de andre i gruppen

Samvær med andre i samme alder  
Relevante tilbud, der passer til alder  
At man oplever/ taler med andre i samme situation  
At det er ligestillede borgere, der skal være sammen / nogen, man kan identificere sig med  
Snakke med andre i samme situation  
At andre, som man kan identificere sig med, også deltager  
Interessebetonet fællesskab  
At vide, at andre er i samme båd

### **Invitationen / opfordringen til at tage af sted**

Være åben om, at det er en sygdom  
Personlig opfordring er at foretrække  
Personlig indbydelse, måske fra flere kilder  
Tilbuddet skal gives tidligt – nævnes/ anbefales gerne allerede fra udredningsstedet  
Logistikken skal være i orden omkring tidspunktet, hvor lang tid man skal være af sted, hvad det koster og hvordan man kommer frem og tilbage  
Rekruttering: overskueligt materiale  
Information/ viden om vigtigheden af at deltage. Måske ikke et behov nu.  
"familien skal klædes på til at komme": måske først ægtefællen, for eksempel til en samtalegrupper eller rådgivning  
Eventuel stor delagtiggørelse af rask ægtefælle, så de ikke "holdes udenfor"  
Udover det konkrete tilbud om sociale tilbud fra visitation, forebygger, demenskonsulent osv. - uddybende besøg i hjemmet fra tovholder fra tilbuddet. Her forventningsafstemning.  
At man ikke kun informerer om de kommunale tilbud, men sociale aktiviteter i al almindelighed. Eksempel ideen om at ønske sig - til mærkedage – en tur i bio, gåtur, teater osv. med følgeskab

### **At blive motiveret:**

Det skal være spændende og have et indhold som giver mening og genklang identitetsmæssigt. Det må gerne være

prestigefyldt at deltage og noget man med stolthed kan fortælle andre, at man deltager i.

Det motiverer også at man kan se et formål med at deltage - for eksempel at man får viden, gælder såvel demente som pårørende eller at man får viden om, at det kan gavne mentalt og

helbredsmæssigt/fysisk at være udadvendt og være i kontakt med andre.

God information om hvorfor

Forklaring på vigtigheden ( giver lige så meget socialt som motion)

Hvis de kender en i forvejen eller kan følges med en

Hørt godt om tilbuddet

Information omkring den gode effekt

At de kan se meningen med tilbuddet ,

altså at det giver mening for den

demensramte og nær pårørende

Vide at tilbuddet ikke er forpligtende (demenscafé)

At der er skabt tilknytning til fagperson (koordinator) således at både personen med demens og den/de pårørende har

tillid til at fagpersonen får dem koblet på et passende tilbud om aktivitet.

At man ikke føler sig presset, men opmuntret

Personlig kontakt med koordinator / nøgleperson inden første møde

Personlig henvendelse

At tilbuddet er "værd" at komme til, især at de pårørende kan se meningen

Grundig info om tilbuddet – mulighed for "afprøvning", besøg,

Motiverende medarbejdere, som "inviterer" dem

Kendskab til stedet

Kendskab til andre, der deltager

### **Det skal være overskueligt at komme af sted**

Tilbud om transport / kørsel er tilsyneladende et kardinalpunkt.

At det er nemt og muligt at komme dertil – nem transport

Overskueligt tilbud – praktisk, velorganiseret (evt. kørselsmulighed)

Hjemmeplejen motiveres til at følge op på invitation

Frivillig følgesvend

Samme chauffør til evt. transport

Aktiviteter flere steder i kommunen ( kørsel)

### **Hvad kan få familierne til at føle sig velkomne?**

Det første møde er altafgørende

Tilbuddet skal matche den enkeltes

ønsker og behov/interesse

Tilbuddet skal kunne rumme den demensramtes sygdom, så de føler sig

trygge

At de føler sig velkomne og bliver "taget særligt imod"

At stedet har en lille forhistorie om livshistorie, vaner, interesser og andet.

At der er nogen af interesse, der trækker

Respekt for ægtepar-stolthed

At få en rolle med anerkendelse, når man ankommer til et sted

Noget genkendeligt og overskueligt

At der er "kendte" ansigter tilstede ved det første besøg i tilbuddene

At man kan få lov til at være sig selv med de problematikker, man har

Føle sig værdsat

Frivillighed – VI HAR BRUG FOR DIG!!

Servering

At det kan prøves af uforpligtende - og at der er nogen, man kender, der kan tage

imod dig og så man er velkommen

At tilbuddet er tilpasset behovet

### **Hvad kan få én til at fortsætte når man har været der en eller to gange?**

Chaufføren der henter én skal være den samme

Brug for tilbuddet

De skal være bekendt med hvem de møder / kendte ansigter

Kende konceptet. Tid, rum, emne, antal

Have et kærligt "spark bagi" for at tage initiativ til at komme ud af døren

At der er nogen der kan følge dem /

opfordre dem til at komme ud af huset

Frivillige ressourcepersoner med relation til den demente som støtter og hjælper  
At føle, at der er brug for en indsats  
Frivillighed: At man kan komme og gå, som man har lyst  
Møder folk i samme situation  
De skal føle sig trygge og godt tilpas  
De kan se, det er meningsfuldt  
At de selv føler et behov! (det tager tid at motivere)  
Klæde den raske pårørende på til at overtale den demensramte borger, hvis der er modstand  
Lydhørhed overfor deres ideer  
Mulighed for at kunne hvile eller komme hjem, når man er træt  
At der ikke kræves "økonomi"  
Ikke skal være klar for tidligt på dagen

Overskueligt, også transportmæssigt  
Blive fulgt / mødt af kendte ansigter  
Uforpligtende  
Invitationer  
Kaffe-kage-brød  
Formål  
Viden  
Personale med viden indenfor demens  
Konkrete tilbud som ligner aktiviteter for "almindelige" mennesker

## **HVAD KAN FÅ FAMILIER MOTIVERET TIL AT DELTAGE I SOCIALE TILBUD?**

### **Gruppernes anbefalinger**

Meningsfulde tilbud  
At der er brug for mig  
Vidensdeling  
Fleksibilitet  
Delagtiggøre ægtefælle  
Identitetsbevarende aktivitet  
Tryghed  
Genkendelighed  
Meningsfyldt i forhold til personens identitet  
Målettede og relevante tilbud  
Tilbuddet tilpasset behov  
Godt ry – kendt tilbud  
Temaer / aftener der omhandler andet end demens  
Omgivelserne = ikke institution  
Mad er altid godt!  
Føle sig nyttig  
Det skal give mening  
Transport, kørsel, følgeskab  
Kørselstilbud – samme buschauffør  
En genkendelig person som ledsager evt.  
1. Gang  
Normaliseres, ikke sygeliggøres  
Information om sygdommen  
Indhold, der giver mening