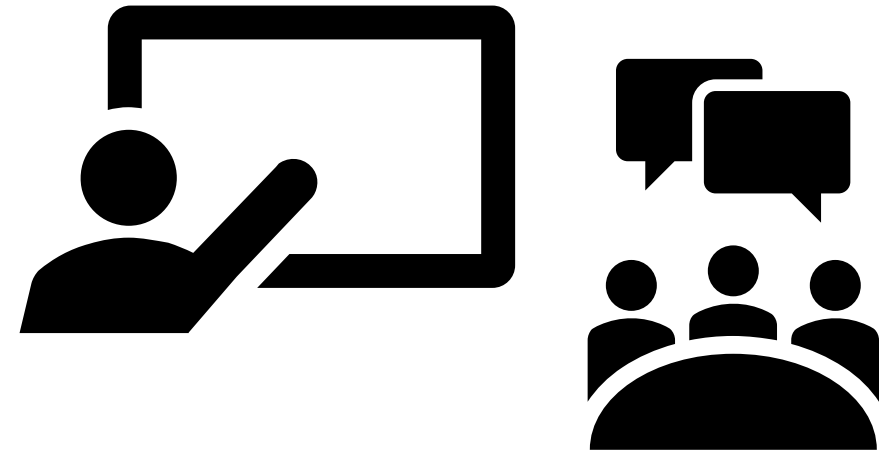
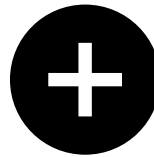
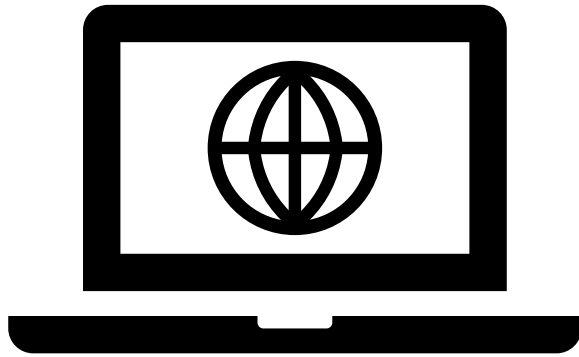


Demensvenlige omgivelser

Eksempel på 1 dags undervisning med fordybelse i demensvenlige omgivelser på plejehjemmet.





ABC Demens – pleje og omsorg:
Modul 8: Demensvenlige omgivelser

1 dags undervisning

1 dags undervisning

Læringsforudsætninger: Fagpersoner på plejehjem, som har grundlæggende viden om demens.

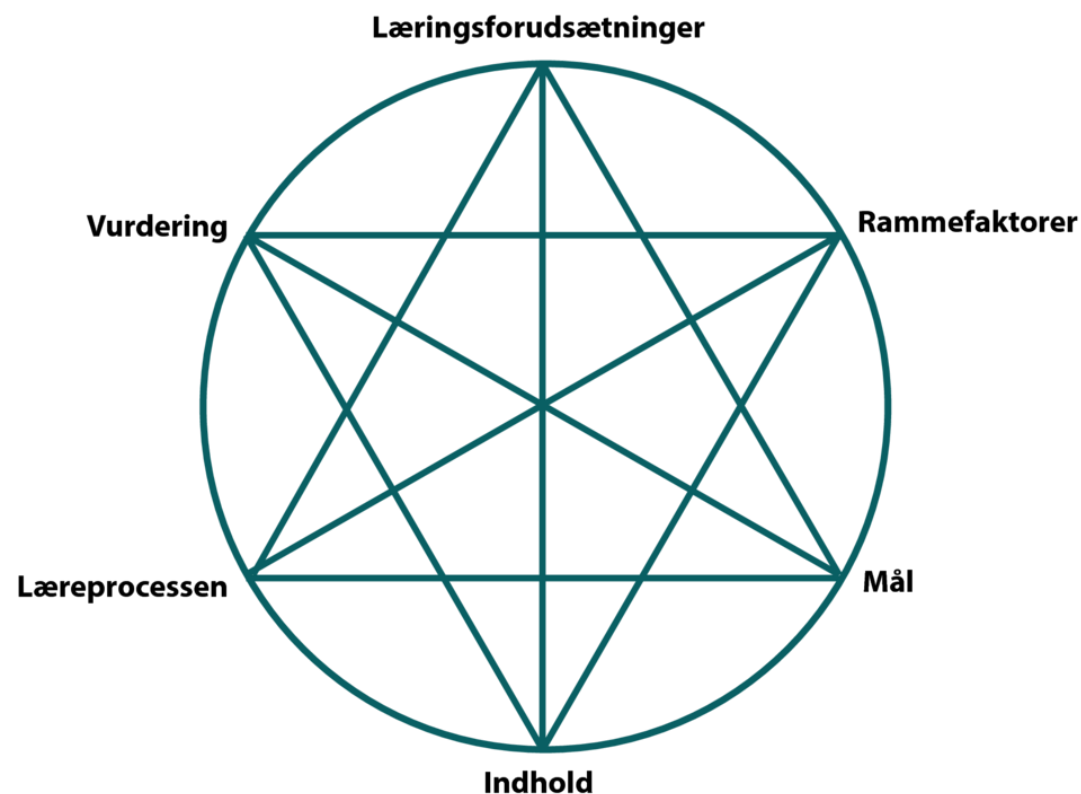
Rammefaktorer: Deltagerne har set modul 8 forinden enten alene eller sammen med kollega. Herefter 1 dags fælles undervisning i et lokale med tavle/skærm og computer.

Mål: Få viden om omgivelsernes betydning for trivslen hos borgere med demens, om brugen af hjælpemidler og ideer til forbedringer af omgivelserne på plejehjemmet.

Indhold: Se drejebog.

Læreprocessen: Blended learning med inddragelse af eksempler fra praksis.

Vurdering: Evaluering af konkrete handleplaner og deres faglige udbytte.



Deltagerne ser modul 8: Demensvenlige omgivelser før undervisningen

Du sender dem linket til e-læringen ledsaget med en tekst om:

- Hvad formålet er med at se modulet
- Hvor lang tid e-læringen tager og
- Hvordan de undervejs eller efter e-læringen skal gøre sig tanker omkring demensvenlige omgivelser på jeres plejehjem, da det bliver indholdet for jeres fælles undervisning.

Forventet forberedelsestid for deltagerne: ca. 30 min

Demensvenlige omgivelser

At leve med en demenssygdom påvirker hverdagen på mange måder. Når man tilpasser omgivelserne til personen med demens, støtter det personen til at klare sig bedst muligt med de ressourcer, personen har.

Modul 8 - Demensvenlige omgivelser | Om kurset

Drejebog for 1 dags undervisning

Varighed	Emne	Metode og undervisningsmaterialer
15 min	Intro	Du indleder med formålet med dagen, hvilken værdi og udbytte du håber, at denne dag vil give (se læringsmål) og hvorfor du har valgt, at de skal se modulet inden (fordelen ved blended learning). Du kan bede dem hver især fortælle, hvad de blev opmærksomme på i e-læringen, og hvad de håber at få ud af undervisningen.
45 min	Omgivelsernes betydning	Oplæg om omgivelsernes betydning og gode råd til demensvenlig omgivelser. Du kan supplere med billeder fra jeres afdeling.
10 min	Pause	
45 min	Vores fysiske rammer	Gruppedrøftelse om behov for forbedringer i jeres fysiske omgivelser.
10 min	Pause	
45 min	Hjælpemidler	Oplæg om hjælpemidler og brugen af dem i praksis. Du kan tilføje fotos af de hjælpemidler, som I har på plejehjemmet eller tage dem med til demonstration. Oplægget kan suppleres med øvrige hjælpemidler, fx brug af lift til forflytninger – hvad skal man være her være opmærksomhed på ved mennesker med demens.
10 min	Pause	
45 min	Hjælpemidler hos os	Gruppedrøftelse om brug af hjælpemidler til egne borgere med demens.
10 min	Pause	
35 min	Potentiale for forbedringer hos os	Med det vi har været omkring i dag: Hvad skal bevares, og hvad skal forandres? Hvilken effekt forventer vi at det vil give for vores borgere med demens? Aftal 1- 3 konkrete handlinger, som I vil afprøve. Hvis I er vant til at bruge Forbedringsmodellen med PDSA cirklen kan den også bruges.
15 min	Opsamling	Hvornår og hvordan evaluerer vi på effekten af det, vi sætter i gang? Hvad synes I har været lærerigt i dag?



Hvad er tryghed og hjemlighed for dig?

- Tryghed er et grundlæggende psykologisk behov.
- De fysiske omgivelser fx indretning, hjælpemidler, ting eller dyr, har stor betydning for, om man føler sig tryk og hjemme.
- Tilpassede omgivelser kan øge personens velbefindende og livskvalitet.
- Hvis omgivelserne ikke er tilpassede, kan det medføre, at personen fungerer dårligt, og adfærden ændres.

Sikkerhed er et vigtigt element i hverdagen. Mange små ting eller ændringer kan være med til at gøre hverdagen mere sikker og mindske risikoen for farlige situationer. Vær obs på:

Opbevaring og placering

- Sikker opbevaring af medicin, rengøringsmidler etc.
- Sikker placering af elektriske apparater.

At undgå fald

- Undgå løse tæpper, ledninger m.v.
- Hav orienteringslys om natten.

Støtte orienteringsevnen

- Lad personen bære kort med navn og adresse på sig.
- Giv mulighed for opsporing med GPS eller lignende.
- Hav tydelige pejlemærker, som navneskilt eller genkendelige ting foran boligen.

Hvordan synes I, at det står til med sikkerheden på vores plejehjem?
Er der noget vi skal gøre bedre?

Skab tryghed



Støt vaner og rutiner



Vedligehold færdigheder



Støt identiteten



Skab tryghed

Mennesker med demens oplever tryghed i de fysiske omgivelser, når omgivelserne er forudsigelige, overskuelige og genkendelige.

Støt vaner og rutiner

Indretningen kan støtte personens vaner og rutiner ved at være forudsigelige, fx ved at jakke, sko og nøgler er tydeligt placeret ved hoveddøren. Eventuelt med et skilt eller et piktogram, som forestiller en nøgle eller en jakke til at støtte hukommelsen. På den måde kan en rutine trænes og vedligeholdes langt hen i demensforløbet.

Vedligehold færdigheder

Med en overskuelig indretning, fx ved kun at have de ting fremme på badeværelset, som skal bruges i situationen, kan personen med demens vedligeholde og bevare færdigheder.

Støt identiteten

Omgivelserne bør afspejle personens livshistorie. Indretningen af boligen bør fremhæve ting, møbler og billeder, som har betydning for personen. De genkendelige ting støtter identiteten og fremmer følelsen af tryghed.

Rolige omgivelser med god stemning >

Tilpas stimuli >

Tilpas beskæftigelse >

Gode relationer >

Rolige omgivelser med god stemning

Uro og stress smitter og påvirker personen uhensigtsmæssigt. Det kan medføre urolig adfærd eller forringelse af de kognitive evner. En positiv og rolig stemning fremmer følelsen af tryghed og forbedrer personens mulighed for at bruge sine ressourcer.

Tilpas stimuli

Ved demenssygdom bliver hjernen dårligere til at sortere sanseindtryk. Uvedkommende stimuli gør det svært at holde fokus. Stimuli kan fx komme fra TV, radio eller personer, der går forbi.

For mange stimuli kan give ændret adfærd og fx gøre personen urolig.

Tilpas beskæftigelse

Støt personen med demens til en meningsfuld hverdag med en tilpas mængde meningsfuld aktivitet. For lidt aktivitet kan medføre, at personen går i stå eller bliver urolig.

Gode relationer

Personen med demens har behov for respekt og anerkendelse. Opbyg selv en god relation til personen, og støt personen til at skabe gode relationer og nærvær med andre.

Drøft i grupper:

- Er der noget vi kan ændre i omgivelserne for at fremme tryghed og trivsel hos beboere med demens på vores fællesarealer?
- Er der en borger, som viser tegn på utryghed/mistrivsel, som kunne støttes bedre med ændringer i omgivelserne?
- Lad jer inspirere af hinanden og af nedenstående i drøftelsen

Skab tryghed >

Støt vaner og rutiner >

Vedligehold færdigheder >

Støt identiteten >

Rolige omgivelser med god stemning >

Tilpas stimuli >

Tilpas beskæftigelse >

Gode relationer >

Hjælpemidler kan støtte personen til at klare hverdagens gøremål og bevare selvstændigheden. De kan øge muligheden for at fortsætte aktiviteter og skabe større tryghed og sikkerhed.

Hjælpemidler kræver altid en individuel vurdering



Tøjdyr



Komfurvagt



Dukke



Fjernbetjening



GPS-tracker



Gyngestol



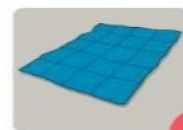
Medicinhusker



Husketavle



Kalender



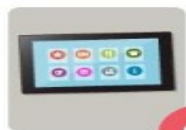
Kugle/
kædedyne



Tryghedsalarm



Personlig alarm



Tablet



Telefon



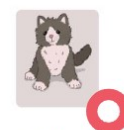
Smartphone



Lys

Hjælpemidler til en demensvenlig hverdag

- Hvilke af hjælpemidlerne har vi gode erfaringer med til personer med demens?
- Hvilke begrænsninger og muligheder ser I med at bruge hjælpemidler i dagligdagen til personer med demens? Er der noget, vi skal blive bedre til?
- Måske kender I til andre hjælpemidler til personer med demens? Del jeres viden og erfaringer



Tøjdyr



Komfurvagt



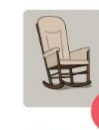
Dukke



Fjernbetjening



GPS-tracker



Gyngestol



Medicinhusker



Husketavle



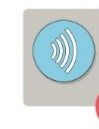
Kalender



Kugle/
kædedyne



Tryghedsalarm



Personlig alarm



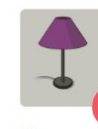
Tablet



Telefon



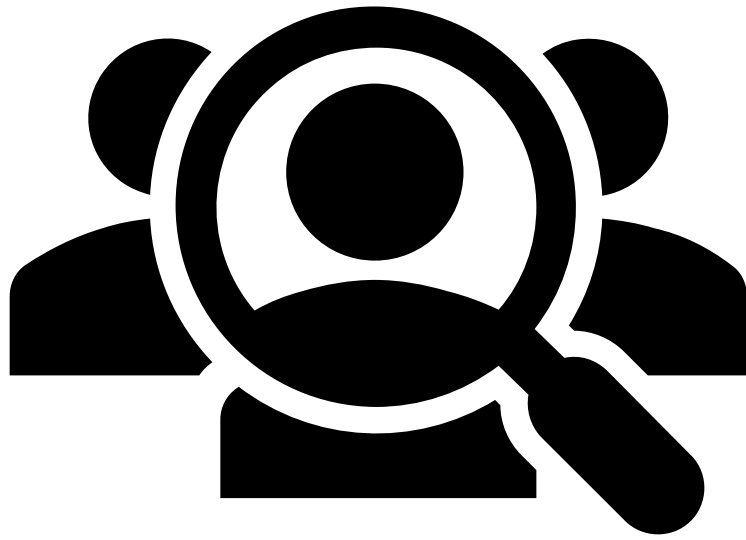
Smartphone



Lys

Hvad skal bevares, og hvad skal forandres? Hvilken effekt forventer vi, at det vil give?





Hvad er du
blevet klogere
på i dag?

Litteratur

- Alzheimer's Disease International. World Alzheimer Report 2020. Design, Dignity, Dementia: Dementia-related design and the built environment, Volume I. London. Alzheimer's Disease International; 2020
- Andersen, L. N. (2018) Demensvenligt hjem: inspiration til indretning af din bolig og hverdag. Aalborg Kommune
- Sigbrand, L., Bredmose, A., Kirkeby, I. M., Mathiasen, N. & Jensen, P.H. (2019). SBI-anvisning 259: Plejeboliger for personer med demens – indledende spørgsmål. 2. udgave. Statens Byggeforskningsinstitut.
- Sigbrand, L., Bredmose, A., Jensen, P.H., Kirkeby, I. M., Lygum, V. L. & Mathiasen, N. (2016). SBI-anvisning – 263: Plejeboliger for personer med demens – detaljer og eksempler. Statens Byggeforskningsinstitut.
- Sundhedsstyrelsen. (2023). Sansestimuli og demensvenlig indretning. Sundhedsstyrelsen.
- Øksnebjerg L. et al. (2022) Forstå demens. Kap 20. 3. udgave. Hans Reitzel forlag

Hjemmesider

www.hverdagslivetmeddemens.dk og www.videnscenterfordemens.dk/da/demensvenlige-boliger