

DemensKoordinatorer i Danmark



Fokus fra mange sider på borgere med demenssygdomme

DKDK-Årskursus og generalforsamling



Efter sommerferien er det tid til Årskursus og generalforsamling. Jeg ser frem til at mødes med jer på Hotel Nyborg Strand fra d. 9. -11. september til et flot program spækket med spændende oplægsholdere, ny viden og faglige diskussioner. Mit første

år på formandsposten har givet stof til eftertanke, og jeg ser frem til at aflægge beretning for jer på generalforsamlingen.

Måltidets betydning

Socialstyrelsen, Fødevarestyrelsen og Madkulturen står bag en nye online Vidensbank for gode løsninger på ældremadsområdet. Ideen med den nye online vidensbank er at indsamle alle de gode erfaringer, lidt anderledes tilgange og nye metoder til at give ældre bedre muligheder for at spise og gøre det på en tiltalende måde.

[Klik her for at se vidensbanken.](#)

Formålet er at inspirere institutioner, kommuner, sundhedsfaglige m.fl. til, hvordan de på forskellige måder kan forbedre måltiderne for de ældre rundt om i Danmark. Ingen er i tvivl om, at det er uhyre vigtigt, at også ældre får en sufficient ernæring.

I dette nummer af DKDK's Nyhedsbrev har vi også sat fokus på måltider og motion, og her præsenteres en række indlæg med fokus på disse emner.

ADEX-studiets forskningsresultater

Der er på mange måder fokus på demens. I maj var der 900 deltagere til Demensdagene i København. Her blev både præsenteret helt nye forskningsresultater, og der blev delt erfaringer fra projekter osv.

Særligt fokus var der på resultaterne af ADEX-studiet, hvor 200 mennesker, som har diagnosen Alzheimers sygdom i lettere grad, har trænet fysisk 1 time 3 gange ugentligt i 4 måneder. De primære effektmål blev målt via mentalt tempo og opmærksomhed (SDMT – Symbol digit modalities test). Der blev desuden målt på livskvalitet, ADL-funktion, depressive og psykiske symptomer (Hamiltons

depressionsskale og NPI – Neuropsychiatric Inventory).

Denne moderate til hårde konditionstræning kan mindske symptomer som irritabilitet, depression, uro, rastløshed og forstyrrelser i døgnrytmen. Denne nye viden giver allerede efterspørgsel efter kommunale træningstilbud til mennesker med demens. Jeg har været i kontakt med flere demenskoordinatorer, som er blevet kontaktet af pårørende, der efterspørger tilbud om målrettet fysisk træning i den pågældende kommune, hvor de bor.

I demensklubben på OUH deltog vi også i ADEX-projektet. Vi oplevede, at både dem,

INDHOLD:

Leder	1
Nyt fra Socialstyrelsen	3
Sund kost på plejehjem	5
Fysisk træning/aktivitet og demens	7
Erindringsdans - at snakke med kroppen	9
Vejen Kommune tilbyder "sved på panden"	13
Det gode måltid - er andet end kulhydrater...	14
FY2014 Young core leaders of civil society...	16
Motion og bevægelse giver livskvalitet	19
Bevæg og bevar dig	21
Relationsspillet som metode....	22
Frihytten - et alternativt tilbud	25
Indstilling til Årets DemensKoordinator	27
Gruppeforløb for børn og unge	28
Indkaldelse til generalforsamling	29

19. årgang
Juni 2015

NYHEDSBREV 2

TEMA: MÅLTIDER OG MOTION

der deltog i træningen, og flere af ægtefællerne havde stort udbytte af den sociale del af projektet. Der opstod et fællesskab på de konkrete træningshold, og der er eksempler på, at der blandt de ægtefæller, der kørte med til træningen og sad udenfor, er knyttet venskaber, som stadig holder.

Initiativer fra centralt hold

At der er behov for at øge indsatsen på demensområdet, er man helt klar over på flere niveauer.

På Christiansborg er politikerne opmærksomme på det stigende antal demente, og vil derfor bruge 120 millioner kroner på at personer med demens får en bedre hverdag. De demente skal bl.a. have bedre boliger, de pårørende til demente i egen bolig skal aflastes bedre, og medarbejderne skal uddannes bedre i at give netop den omsorg, som den enkelte behøver.

Jeg deltog som formand for DKDK den 23. april i et dialog- og inspirationsmøde, som minister for børn, ligestilling, integration og sociale forhold Manu Sareen havde inviteret til. Han ønskede at høre, hvilke områder, der er behov for at udvikle i forhold til mennesker, som lider af en demenssygdom. Deltagerne – der kom fra forskellige organisationer - pegede på udredning, aflastning, aktiviteter, egnede boliger, mere ensartede tilbud i kommunerne osv. Ministeren gav udtryk for, at han vil arbejde videre

med disse emner, og udtrykte stor forståelse for, at mennesker med en demensdiagnose har specielle behov alt afhængig af den konkrete diagnose, alder og aktuelle livssituation.

Der er udskrevet folketingsvalg, og jeg vil inderligt håbe, at de problematikker, der knytter sig til at lide af en demenssygdom, bliver en del af valgkampen. Som demenskoordinatorer arbejder vi hver dag for, at forholdene for mennesker med en demenssygdom og deres pårørende forbedres, og vi skal understøttes af vores politikere.

Godt valg og god sommer!

Lone Vasegaard
formand

