

SEMINAR A

Erfaringer med at skabe et godt og aktivt hverdagsliv for yngre borgere med demens i Københavns Kommune

Linda Bruunsgaard Stick, sygeplejerske, diplomuddannelse i ledelse, afdelingsleder på Demenscentret Klarahus, Københavns kommune, aktivitetstilbuddet Huset og afdelingen for yngre med demens og **Camilla Westerback**, projektleder, Demenscentret Klarahus og **Christina Riis Dunbar**, medarbejder, Demenscentret Klarahus.

Yngre med demens

I Københavns Kommune er der diagnosticeret 400 yngre borgere med demens (under 65 år). Det formodes at tallet er langt højere, da ikke alle er udredt. Demenscenter Klarahus dækker 3 huse med tilbud til borgere med demens og dækker tilbud til demente i alle aldre. Seminaret tog udgangspunkt i Klarahus' tilbud til unge på dagcenter (Huset) og om den nye plejeboligafdeling for yngre borgere med demens under 65 år.

Nye spor - Tilbuddet og erfaringer

Alzheimerforeningen og Københavns Kommune har indgået et samarbejde om projektet "Nye spor", som er et aktivitetstilbud til yngre borgere med demens. Projektet startede i 2012 og har været finansieret af sats-pulje-midler. Tilbuddet er et åbent tilbud, så borgerne kan komme, hvis de har lyst, men der er enkelte kriterier der skal være opfyldt - bl.a. at demenssygdommen skal være i det tidlige stadie.

Baggrunden for realiseringen af projektet er, at forskning viser, at en tidlig indsats for borgere med demens har en stor betydning for livskvalitet og for at sygdommen bremses i hurtig progrediering. Projektet har dog også afsløret, at det ikke er en let målgruppe at få til at komme. Dette er der forskellige årsager til, primært:

- At den yngre borger med demens ikke kan identificere sig med at have fået denne sygdom
- At skulle være en brik i et kommunalt system
- At skulle være indstillet på at ændre sit liv og have behov for hjælp/dette tilbud

Borgerne i projektet har alle været hjemmeboende og har fået stillet diagnosen for meget kort tid siden. De har måske også lige kunnet passe et job. Mange af dem har en ægtefælle, som ofte er fortsat på arbejdsmarkedet og ikke er hjemme til at støtte op i dagtimerne.

Det har været centralt, at mange af dem har haft mange ressourcer og drømme for fremtiden, og derfor også et behov for, og forventning til, at kunne fort-

sætte et liv med mening. Herunder hører bl.a. også et behov for fortsat at have sociale relationer og møde ligesindede.

De borgere, som har benyttet sig af tilbuddet nævner, at det netop er de sociale relationer og mødet med andre ligesindede, som kommer til at betyde meget for dem, når de kommer i Nye Spor. Øvrige forhold som borgerne nævner ved Nye Spor er:

- Her kan man bevare noget medbestemmelse i eget liv
- At de fortsat har indflydelse
- De synes, at de kan give noget til andre – så de føler sig betydningsfulde

Netop derfor er medbestemmelse, indflydelse og det at give noget til andre, det de tager udgangspunkt i, siger Camilla Vesterbak. I projektet har de derfor i fælleskab planlagt to aktiviteter ugentligt ud af huset, f.eks. museumsbesøg, koncerter, naturoplevelser, biografture o.l. Desuden har der været en dag "hjemme" i aktivitetshuset, hvor de f.eks. har spillet eller lavet mad. Derudover er der tilknyttet en musiker og kunstpædagog, som laver aktiviteter inden for det kreative felt.

Til at starte med deltog alle i de samme aktiviteter, men dette er ændret, da det ikke er alt der interesserer alle. Flere yngre borgere med demens viser heldigvis interesse for Nye Spor, hvilket betyder, at tilbuddet af aktiviteter blive bredere og flere. Camilla Westerback nævner, at de derfor nu kan starte et fast mad- og motionshold.



Projektet har vist sig at indeholde en stor udfordring, da det er vanskeligt, når demenssygdommen hos borgerne i Nye spor udvikler sig, og de bliver for dårlige til at komme i tilbuddet. Der arbejdes fortsat på at finde løsninger og gode tilbud til disse borgere efter Nye Spor.

Aktivitetscenteret Huset

Aktivitetscenteret Huset er et visiteret dagtilbud, hvor brugerne kan visiteres til kørsel til og fra Huset. Dagligt fremmøder ca. 24 borgere eller flere. Projektet er muligt fordi flere kommuner er tilknyttet og sender yngre borgere med demens i dagtilbud i Huset. Formålet med Huset er, at borgerne skal: Bevare et aktivt hverdagsliv så længe som muligt samt understøtte og afhjælpe de funktionsnedsættelser, som sygdommen giver - både fysisk og psykisk.

Afdeling for yngre borgere med demens—tilbuddet og erfaringer

Klarahus har en afdeling for ti yngre borgere med demens målrettet borgere under 65 år med en demenssygdom. De skal kunne deltage i hverdagslivet på og ud af afdelingen og kun have et moderat behov for støtte, f.eks. i forhold til støtte til drikke, spise, vaske sig. Afdelingen giver yngre borgere med demens mulighed for at bo sammen med ligesindede, og der er fokus på at understøtte et aktivt hverdagsliv med sociale aktiviteter og fællesskaber.

Afdelingen har ti boliger på Plejecenter Klarahus og har eget køkkenalrum, sanserum m.v. med fokus på moderne indretning og møblering. Medarbejderne på afdelingen er tværfagligt sammensat, i alt seks; pædagog, fysioterapeut, ergoterapeut, sygehjælper, social- og sundhedsassistenter.

Aktiviteterne som foregår i afdelingen er målrettet borgernes ønsker, ressourcer og udfordringer. Eksempler er: Svømning, løbetræning, cykling, sang, kognitiv stimuli, massage, meditation, ADL aktiviteter og social intelligens, hvor fokus er at være noget for andre.

Positive oplevelser ved tilbuddet er, at beboerne:

- drager stor nytte af at bo sammen med ligesindede
- er vant til et aktivt liv, hvor dagen ikke slutter klokken 18, aftenerne nydes også i fællesskaber
- er fysisk friske til at "gøre og bevæge sig præcist som de vil" samtidig med, at de ikke kan behovsudsætte
- løfter og motiverer hinanden til at gøre ting og deltage i aktiviteter, som de måske ikke gjorde tidligere, eller ville gøre på en almindelig plejeboligafd.

Afdeling for yngre borgere med demens på Klarahus har været en succes, men der er alligevel nogle ting som Linda Bruunsgaard Stick, i bagklogskabens lys gerne ville have vidst, og som hun videregiver til demenskoordinatorerne i salen, som står over for at lave demenspladser til yngre borgere med demens.

- Hun roser, at personalet har været meget fleksibelt i hele forløbet, og det har været nødvendigt. Det har været påkrævet at ændre vagtplanen ofte, for at afpasse bemanningen efter aktuelle behov og desuden lave alle vagter om til seks timers vagter, for at få flere hænder i visse tidsrum.
- "Driften" - afdelingens økonomi med mindre end 10 pladser vil være meget vanskelig.
- I starten havde mange af borgerne massive fysiske behov, hvilket bemandsmæssigt var tungt og derfor også krævede ekstra økonomi. Med en større indsigt i visiteringen er borgerne nu ikke så fysiske krævende ved opstart, og det letter både personale og økonomi.
- Udfordringer med borgernes kommunale tilbud f.eks. mht. hjælpemidler, kørselsordninger, mm.
- Vanskeligt at få vikarer med høj demensviden og god fysik - målgruppen udfordrer ofte både fysisk og psykisk
- Det hjælper ikke at låse ting inde, borgerne er i fællesskab temmelig snarrådige. Beboerne kræver andet end almindelige plejehjemsbeboere f.eks. hvis de har lyst til en is, så vil de have en is nu.
- Samarbejdet med pårørende kan være udfordrende – man kan ikke tale fornuft til hjertet!
- Bredt tilbud er en nødvendighed, hvis målsætningen skal overholdes hele vejen. Men det kræver meget, når en borger vil løbe, en anden cykle en tur, en tredje ud at handle etc.
- Det kunne være en stor hjælp med en hånd fra frivillige, men de er vanskelige at rekruttere.