

Den tidlige demensindsats i Aarhus Kommune

Den 24. august 2023

Ældre Sagens Distriktsforsamlingsmøde





Programmet i dag

- Hvem er jeg
- DemensHjørnet
 - Hvad er DemensHjørnet
 - Hvorfor en tidlig indsats
 - Den tidlige indsats i Aarhus Kommune
- Demensvenlig By Aarhus
 - Hvad er demensvenlighed og demensvenlig by
 - Eksempler på Aarhus som demensvenlig by





DemensHjørne t

Et hus for alle aarhusianere, som
gerne vil vide mere om demens

[www.demenshjoernet.aarhus.d
k](http://www.demenshjoernet.aarhus.dk)

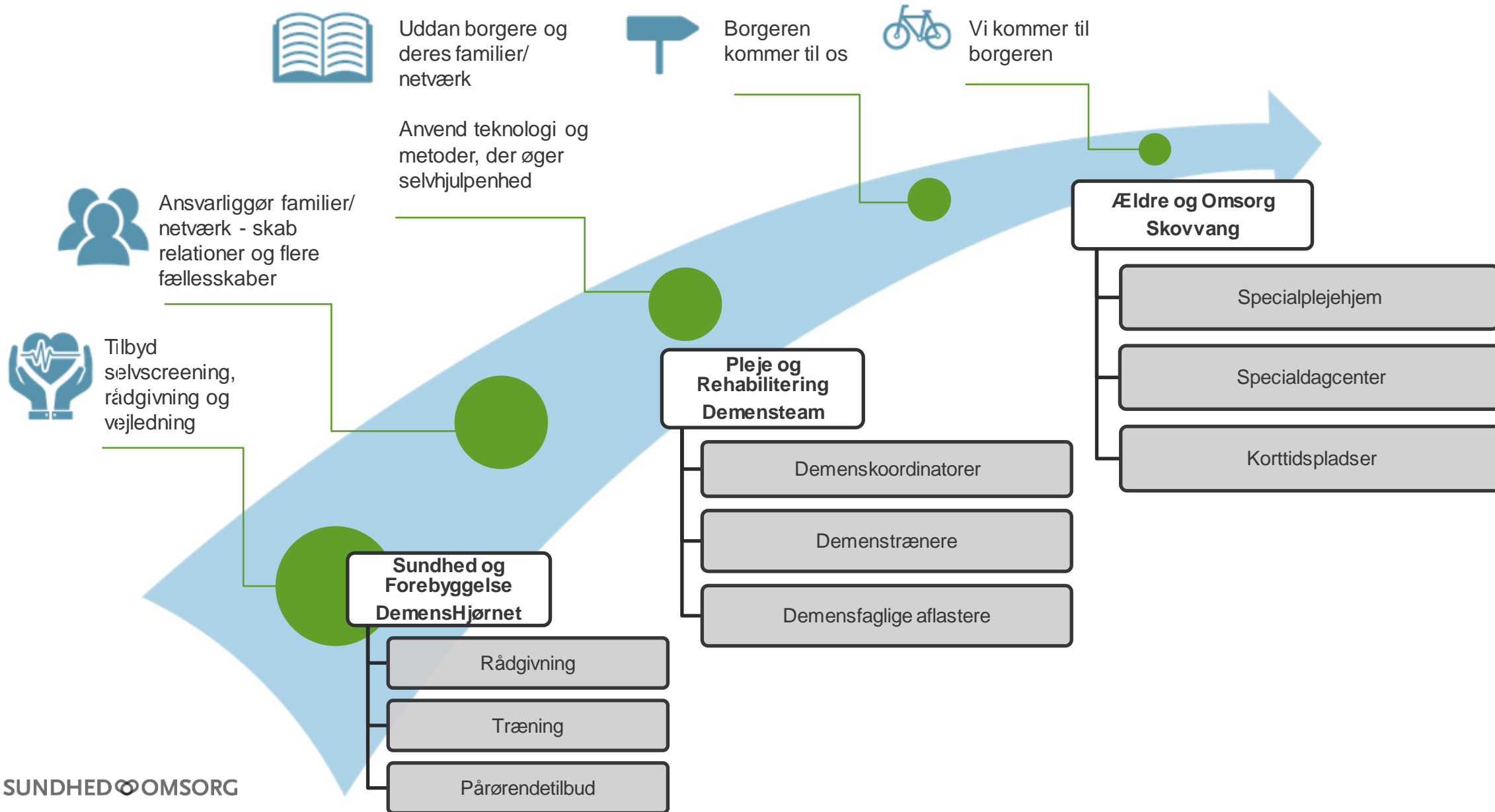


Personale i DemensHjørnet

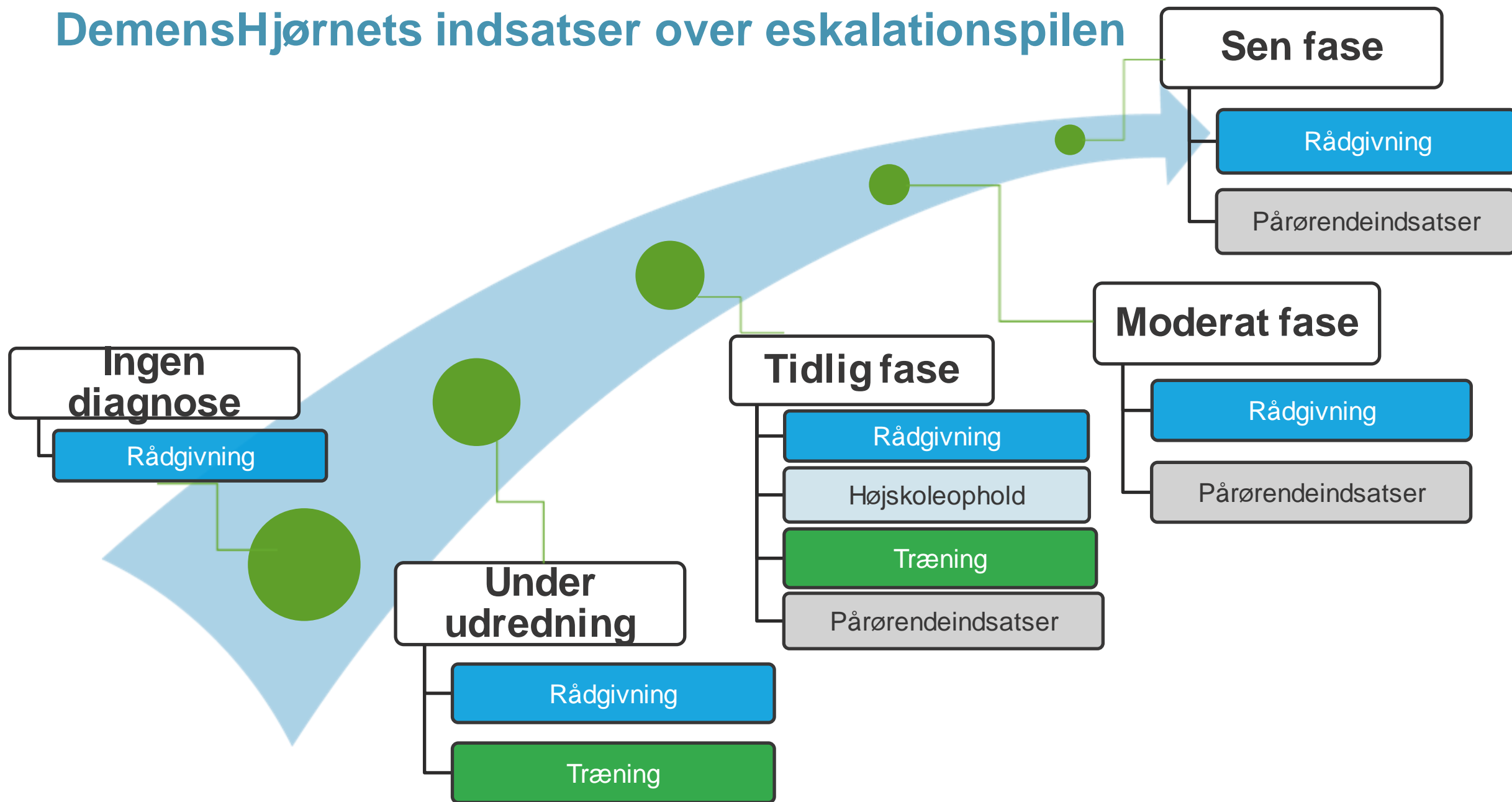
- 7 ergoterapeuter
- 2 fysioterapeuter
- 2 sosu-assistententer
- 1 psykolog
- 1 antropolog
- 1 socialrådgiver



Demensindsatsen i de tre forvaltningsspor over eskalationspilen



DemensHjørnets indsatser over eskalationspilen



DemensHjørnets profil

Kraftcenter i *forebyggelsesarbejdet* på demensområdet med afsæt i grundprincippet ”*rette hjælp til rette tid*”

- ”Vi holder borgerne væk”, men går samtidig ved siden af for at understøtte og initiere kontakt til rette hjælp og tilbud – *forebygge eskalation i indsatserne*
- Vores mål er at understøtte borgerne i at klare livet med demens mest muligt selvstændigt, længst muligt – *med udgangspunkt i empowering og rehabilitering*



Hvorfor en tidlig indsats

- **Tidlig opsøgende indsats** for hele familien er noget af det, der kan nedbringe hospitalsindlæggelse, udsætte indflytning på plejehjem og generelt sikre et bedre liv for personer med demens og deres pårørende.
- **Relevant behandling** kan sættes i værk. Det er især **tidligt** i sygdomsforløbet, at eventuel **medicin** kan have en effekt.
- **Fysisk træning** ved høj intensitet (ADEX) forhælder progression i sygdommen og forbedrer især koncentrationsevne og mentalt tempo hos personer med demens i **tidlig fase**.
- **Aftaler** om blandt andet økonomi, testamente, fremtidsfuldmagt og behandling **tidligt** i forløbet, øger autonomi og gør det nemmere for både de pårørende og personen med demens – også på sigt.





INDSATSER

Rådgivning for alle

I 2022 var der 1.901 henvendelser til rådgivning i DemensHjørnet

Demensfaglig rådgivning

- Tegn på demens og forebyggelse
- Udredning og diagnostik
- Oplysning om tilbud
- Mestring af hverdagslivet, sorg og krisereaktioner
- Afklarende samtaler
- Udlevering af GPS, Bistå-nål og det nationale demenssymbol

Juridisk rådgivning

- Fremtidsfuldmagter
- Værgemål
- Flytning til plejebolig

Inspirationslejlighed

- Inspiration og tips til demensvenlig indretning
- Råd og vejledning om forskellige hjælpemidler
- Se og afprøve





INSPIRATIONSLEJLIGHED
En god boligindretning kan
være med til at skabe
struktur og overblik i livet
med en demenssygdom



Pårørendegrupper

I 2022 var der 102 opstartede pårørendeforløb i DemensHjørnet

Sparring, støtte og erfaringsudveksling med andre pårørende i samme livssituation

- **Unge (15-30 år)**
- **Voksne børn (over 30 år)**
- **Ægtefælle /samlever**
- **Erhvervsaktive ægtefæller**



Pårørendeuddannelser

Tidlig fase

- Orientering
- Forstå adfærd
- Tilgang og støtte
- Passe på sig selv

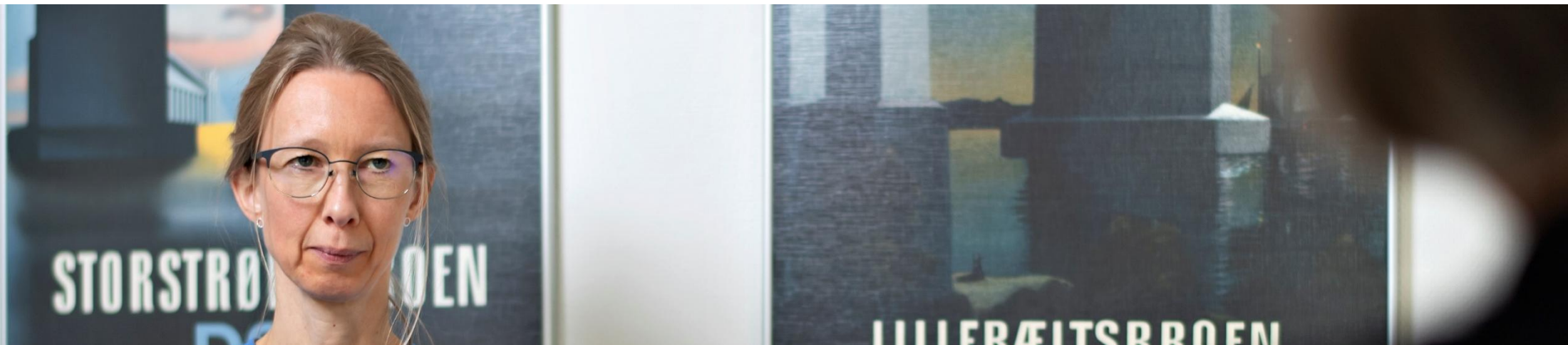
Moderat fase

- Sygdommen udvikler sig
- At tage imod hjælp
- Kommunikation



Psykologsamtaler

- Omdrejningspunktet er **den mentale dimension** af et sygdomsforløb, og dermed hvordan den pårørende passer godt på sig selv igennem hele forløbet.
- Tilbuddet kan gives individuelt, til par eller familier, hvor der er en demensdiagnose.



Højskoleophold om livet med demens

- For mennesker med demens i tidlig fase og deres pårørende
- Oplæg og workshops kombineret med fællesskab og samvær med andre i samme livssituation.
- **Inspiration** til hverdagen med demens og **viden** om, hvordan man kan klare hverdagen bedst og længst muligt i eget hjem.



Træning

I 2022 var der hhv. 82 opstartede mestringsforløb og 60 opstartede Vedligeholdende træning i DemensHjørnet

Mestringsforløb (SUL § 119)

- 16 uger
- 3 timer 3 gange ugentligt
- Fysisk træning, kognitiv træning, kognitiv stimulationsterapi (CST)

Vedligeholdende træning (SEL § 86.2)

- Evaluering efter 12 uger – kan borgeren selv varetage træningen eller skal borgeren fortsat tilbydes træning med støtte?
- Fysisk og/eller kognitiv træning 3 timer 2 gange ugentligt



FORENINGER,
FÆLLESSKAB
AKTIVITETER

VISITEREDE
TILBUD

ANDRE
KOMMUNALE
TILBUD

KOM OG
VÆR MED!

JEG KAN
FØLGE MED

FORENINGER

VEDLIGEHOVDENDE
TRÆNING

DAGCENTER

FOLKEHUS

DEMENS
FÆLLESSKABET
ØSTJYLLAND

BROBYGGER

JEG KAN
FØLGE MED

BROBYGGER

DEMENS
HJØRNET

DU
ER HER



Fysisk træning

Mål

- At forhale udvikling af demens og opretholde den generelle fysiske funktionsevne

Metoder

- Konditionstræning ved moderat til hård intensitet
- Balanceøvelser
- Styrketræning
- SMART



Kognitiv træning

Formål

- At fastholde eller forbedre en eller flere specifikke kognitive færdigheder

Metoder

- Robotten Sille
- Wizefloor
- CST

Struktur

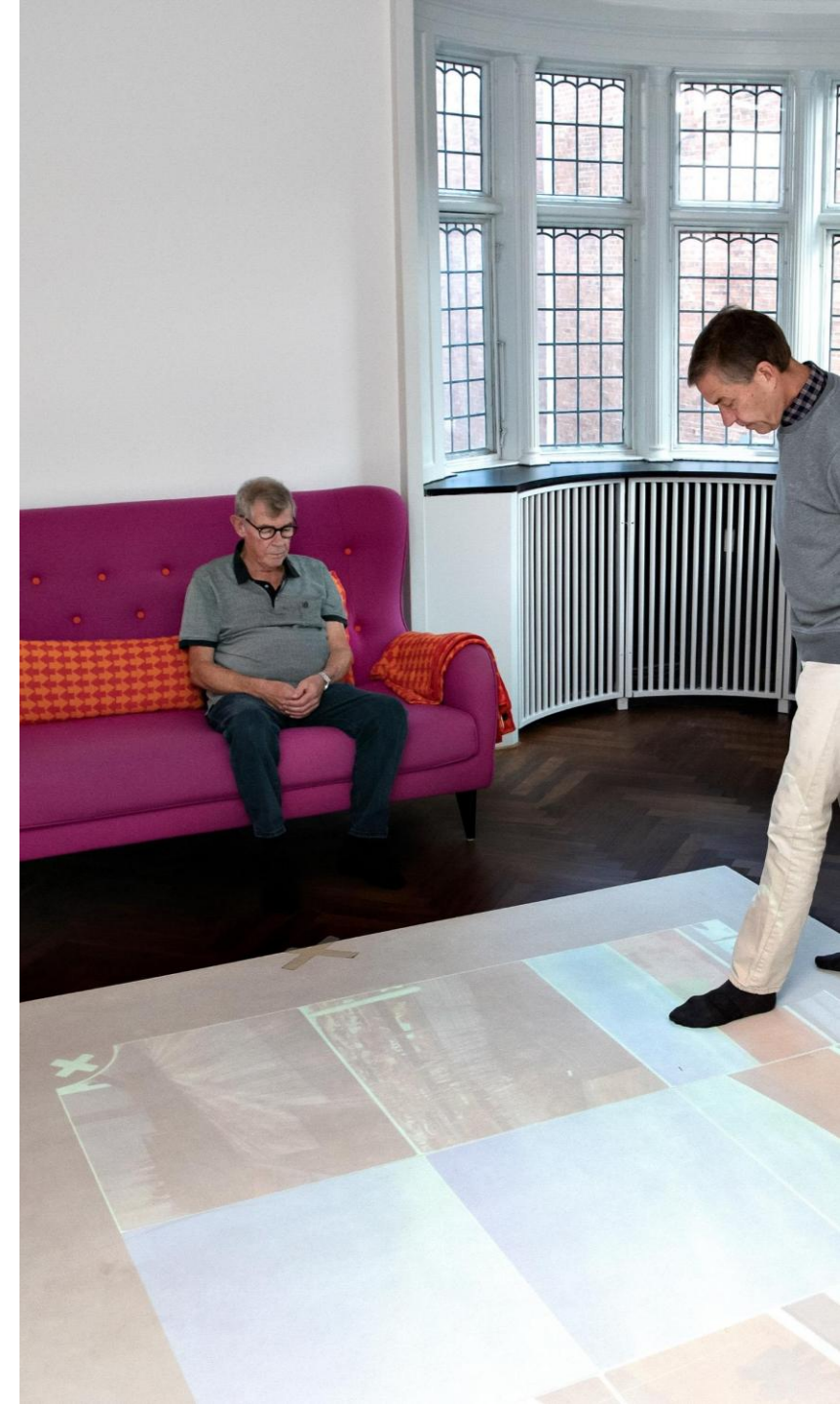
- Finder sted i grupper eller med individuel vejledning
- Er individuelt tilrettelagt, målrettet og differentieret på baggrund af MoCA test, COPM og dialog



Wizefloor

Kognitive udfordrende opgaver, der projiceres til interaktivt gulv, hvor kroppen bruges som "mus"

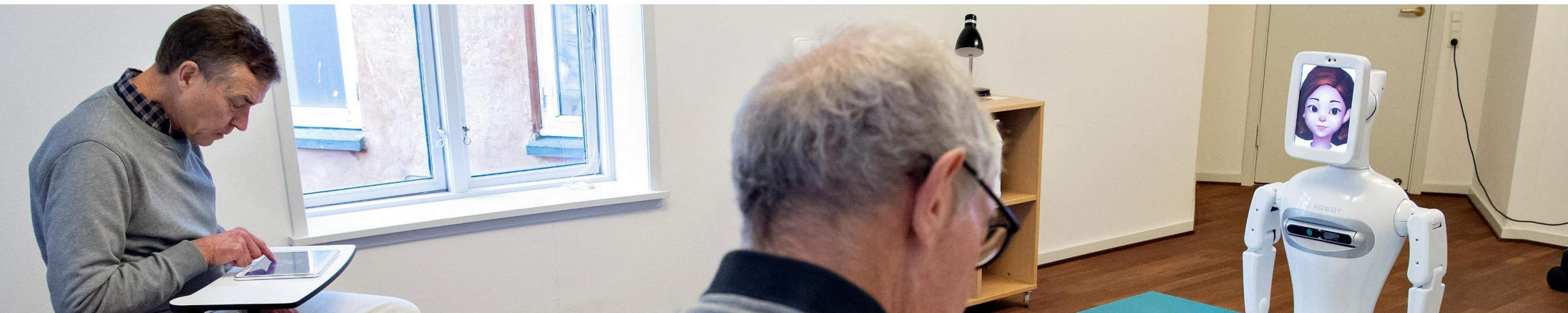
- Baserer sig på dual-task opgaver, der har større effekt og overførbarhed til hverdagen
- Læring styrkes gennem fysisk aktivitet
- Opmærksomhed skærpes ved at det samtidig er underholdende
- Ved at flere spiller sammen styrkes kommunikation og sociale kompetencer



Silletræning

Spillene er med til, at give strategier til hverdagen, især indenfor domænerne:

- Hukommelse
- Opmærksomhed
- Sprog
- Overblik



Kognitiv Stimulations Terapi (CST)

Gruppebehandlingsforløb ved demens

Et evidensbaseret koncept, hvor hjernen bliver "motioneret" på sjove måder gennem meningsfulde samtaler med andre i et trygt læringsmiljø

Metoden

- Udfordrer og stimulerer til at tænke, snakke og lytte
- Styrker kognition, særligt sprogevn
- Bygger på holdninger og værdier (der findes ingen "forkerte" svar)

CST består af 14 sessioner á 1½ times varighed over 7 uger



Det sociale aspekt

- I træningen møder man andre i samme situation
- Der opstår et fællesskab og en indbyrdes forståelse, som der ikke findes ord for
- Man lærer af hinanden og motiveres af hinanden
- Gennem socialt samvær anvendes og vedligeholdes kompetencer spontant



Karakteristik af de borgere, som startede i et forløb i DemensHjørnet i 2022 – fordelt på forløbstype ¹

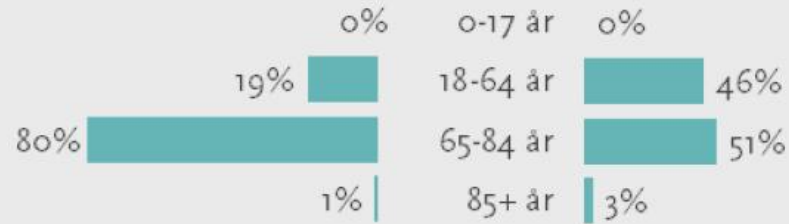
Mestrings- og træningsforløb

Pårørendeforløb

47 %
er kvinder



81 %
er kvinder



13 %
er på
førtidspension



0 %
er på
førtidspension



Hvem er borgerne i DemensHjørnet





Aarhus

en demensvenlig by

Fordi alle aarhusianere skal
kunne leve det liv, de ønsker –
demens eller ej

www.demens.aarhus.dk/demensvenlig-by





Hvad er demensvenlighed?



Demensvenlighed er i bund og grund **medmenneskelighed**. At møde hinanden med et positivt udgangspunkt; med **smil**, **tålmodighed** og **forståelse**.

Demensvenlighed betyder at man med en demens-sygdom kan fortsætte **det kendte liv** på egne præmisser i den by, man bor i.



Hvorfor og hvad er demensvenlig by

- Stort ønske om at kunne fastholde **den kendte hverdag**, hvor man kan blive ved med at leve det liv, man har levet indtil diagnosen
- Demensvenlig By Aarhus arbejder derfor for at skabe **viden og forståelse**, så mennesker med demens fortsat kan være lige dér, hvor de ønsker at være
- Aarhus står sammen om demens – frivillige, erhvervsliv, aarhusianere, kulturinstitutioner – **Vi står sammen** om at skabe en by, hvor alle kan leve et trygt og værdigt liv.



The background of the slide shows a group of elderly people sitting at a wooden table outdoors. On the right, a man in a white cap and light blue shirt is looking down. On the left, the back of a woman with white hair in a blue checkered shirt is visible. In the center, the back of a man with glasses is visible. The scene is set in a bright, sunny outdoor environment with green grass and trees in the background.

Hvordan bliver vi en Demensvenlig By?

Vi er som kommune igangsætter og går forrest i arbejdet for en kærlig kommune, hvor det er civilsamfundet, der tager ejerskab af deres egen by som en demensvenlig by.

Folkeoplysning

Samarbejder og tværgående partnerskaber med civilsamfund

Demensvenlige aktiviteter

Bæredygtige tilbud

Brug bolden, ASA



ARoS



DHL



Demensvenlig transport Midttrafik - bistånálen



Bistå-nålen er en del af en samarbejdsaftale mellem Midttrafik og Aarhus Kommune



Demensvenlig kultur

Aarhus Bibliotekerne

- ✓ Samarbejde om løbende folkeoplysningsarrangementer på byens biblioteker
- ✓ Medspiller til årlig demensuge (uge 19)



Aarhus Teater

- ✓ Demensvenligt Teater og direktør er demensambassadør
- ✓ Laver rundvisninger på teatret for mennesker med demens
- ✓ Folkeoplysning med temaarrangementer om demens

Den Gamle By

- ✓ Demensvenligt museum, medlem af Demensalliancen Aarhus samt direktør er demensambassadør
- ✓ Har særlige forløb for mennesker med demens, Erindringer i fællesskab



KØN – Gender Museum

- ✓ Demensvenligt museum og direktør er demensambassadør
- ✓ Særligt forløb for mennesker med demens med fokus på reminiscens, besøges af både private og dagcentre

AGF

- ✓ Samarbejdsaftale på demensområdet
- ✓ Folkeoplysning til tilskuere og fans
- ✓ AGF inviterer mennesker med demens og pårørende gratis på stadion
- ✓ Kåring af Årets Demensvenlige Ildsjæl



Musikhuset

- ✓ Samarbejdsaftale 2023-2024
- ✓ 4 årlige gratis koncerter, herefter drifter Musikhuset selv koncerterne
- ✓ Markerer årligt Den Internationale Alzheimersdag med gratis koncert
- ✓ Direktør er demensambassadør



Demensvenlige foreninger

Idrætsforeninger



- Flere idrætsforeninger er demensvenlige, så det giver medlemmerne mulighed for at fortsætte deres træning på trods af en demenssygdom
- Der er afholdt temadag om demens for seniorforeninger i Aarhus

Boligforeninger



- Flere boligforeninger er blevet demensvenlige i forbindelse med projekt RUM'lighed
- Viceværter er undervist i demens
- Beboere i boligforeningerne har modtaget materiale om demens
- Der blev afholdt oplysningsarrangement om demens til interesserede beboere

Bydelsmødrene



- Bydelsmødrene er blevet demensvenner
- Der har været et længere undervisningsforløb i demens med tre undervisningsgange, som har klædt bydelsmødrene på til både at spotte tidlige tegn på demens, men også givet kendskab til de kommunale tilbud, så de kan være ambassadører i deres lokalområder, hvor viden om demens ofte er lav
- Der laves 2 årlige undervisningsforløb i demens til bydelsmødrene samt trivselsagenterne



Demensvenligt byrum

Forglem mig ej-bænke



- De 5 Forglem mig ej-bænkene står rundt omkring i byen og inviterer til indsigt og samtale om demens.
- Der er påmalet citater fra mennesker med demens, pårørende og fakta på hver bænk.
- Bænkene lyser med den lilla farve op og sætter fokus på demens som "noget vi taler om", som er et stort ønske fra mennesker med demens og pårørende - afstigmatisering

DivAirCity



- Demensvenlighed tænkes ind i andre projekter i kommunen, ex. DivAirCity i Magistraten Teknik og Miljø
- Her laves der små åndehuller i byen, hvor der er fokus på at lave disse åndehuller indbydende for mennesker med demens, med ex. demensvenlig "indretning" eller farvevalg



Generationsbrobygning



- Børneteaterforestilling om demens til børn i alderen 8-11 år med formålet at øge forståelsen og viden om demens til den yngste generation
- Består af både en forestilling og efterfølgende workshop om demens
- Samarbejde mellem Odder Kommune, Favrskov Kommune og Aarhus Kommune
 - Odder og Favrskov Kommune afvikler hver 14 forestillinger
 - Aarhus Kommune afvikler 54 forestillinger
- Omkring 2000 børn vil se forestillingen og deltage i workshoppen



Tusind tak for jeres opmærksomhed

Kontaktoplysninger:

Linn Wittendorff

Demensvenlig By konsulent



lwl@aarhus.dk



41 85 87 61

