

Referat fra Distrikts 4's temadag "Livsglæde og livskvalitet" for motions- og demensfrivillige den 21. september i D4

Karen Wagner bød velkommen til deltagere og oplægsholdere og gennemgik kort programmet.

Vi sang "Septembers himmel er så blå".

Kirsten Christensen, DGI startede med et oplæg om demenssygdomme, demensens udbredelse i DK samt omkring demensvenner. Efter indlægget omkring demensvenner, blev vi testet i demensviden og fik udleveret demensnål (lilla hjerte). Powerpoints omkring demens/demensvenner og instruktion i stoletræning vedhæftes referatet.

Derefter var der stoletræning. I det flotte efterårsvejr foregik storetræningen/-instruktionen udenfor med mange forskellige brugbare øvelser. Kirsten Christensen er en engageret, energisk og motiverende underviser.

Tusind tak til Kirsten for en udbytterig formiddag.

Dernæst var det Finn Pedersen fra Færdselspolitiet, der forklarede reglerne for diverse små køretøjer. Finn Pedersen fortalte også om sit arbejde i øvrigt som motorcykelbetjent, eskorte ifm. diverse royale arrangementer – krydret med mange oplevelser fra en lang karriere i Færdselspolitiet.

Kørestole:

Kørestole, der kan køre max. 6 km/t må køre på fortovet. Eldrevet kørestol anbefales at køre i venstre side af vejen.

Kørestole, der kan køre max. 15 km/t skal køre på cykelsti.

Ingen pligt til at bruge hjelm.

Intet specielt forsikringskrav – personlig ansvarsforsikring dækker.

Knallerter:

Knallertkørekort kræves, hvis man er født efter 1995.

45-knallert/scooter – max. hastighed 45 km/t, har almindelig nummerplade og kræver kørekort til bil/motorcykel eller stor knallert (kan køre mellem 30-45 km).

Skal køre på kørebanen (ikke cykelsti). Skal forsikres som en stor knallert.

Kabinescootere:

3-hjulet kabinescooter vælter let (pas på). Skal forsikres som lille knallert.

Max. 30 km/t. Gul nummerplade (betragtes som lille knallert, kræver ikke kørekort).

Kabinescooter kan også indregistreres til 45 km. (stor knallert).

For 30 km og 45 km kabinescootere gælder, at en passager må medtages, hvis der er et passagersæde. Monteres fra ny og skal være typegodkendt.

Brug af hjelm:

Styrhjelme skal være E-mærket og må ikke påklæbes udsmykning, males eller påsættes ekstra udstyr.

Politiet kan forlange at en person går op til kontrollerende køreprøve.

Frokosten blev indtaget i Hotel Søgårdens restaurant og var en dejlig oplevelse som sædvanlig. Karen opfordrede inden frokosten til, at man satte sig sammen med nogen, man ikke kendte på forhånd, så vi på den måde får dyrket netværket og det sociale samvær.

Efter frokosten handlede det om projektet DISAM (det inkluderende samfund), som er et igangværende projekt med deltagelse af Esbjerg, Fanø og Varde Kommuner, Sydvestjysk Sygehus, Alzheimerforeningen og Ældre Sagen. Projektet slutter med udgangen af 2023 og i den anledning havde projektleder Malene Skovbo og teamleder i Center for Demens Pernille Vestergaard udarbejdet en video, som blev afspillet, med gennemgang af projektet, arbejdet undervejs, workshops med demente, pårørende og andre aktører. Projektet har en styregruppe og en arbejdsgruppe, der har deltaget aktivt i projektets tilblivelse og udmøntning. Mange emner blev bragt op på diverse workshops og ved individuelle interviews. Det blev besluttet at transport og dementes og andre personer med fysisk funktionsnedsættelse i hjernen handlemuligheder skulle være hovedindsatsområderne. COOP (SuperBrugsen og Kvikly) har været hovedsamarbejdspartnere, hvor ledelse og personale (især de unge) har fået instruktion og viden om demente og deres udfordringer. Der er udarbejdet en del forskelligt materiale, herunder små film.

Den sidste del af projektet vil blive brugt til at udbrede kendskabet til projektet og dets resultater til andre dagligvarebutikker/-kæder. Den producerede film kan downloades gratis på www.detinkluderendesamfund.dk.

Pernille Vestergård var tilstede på hele temadagen og kunne hermed bidrage med sin viden om demenssygdomme.

Alle var enige om, at det havde været en rigtig god dag og alle fik noget brugbart med hjem.

Tak til deltagere og oplægsholdere.