



GERIAs metodekurs framover

Februar

14.02 Metodekurs Individualisert musikk, dag 1

17.02 Metodekurs Berøring kurs 1, dag 2

24.02 Metodekurs Berøring kurs 2, dag 2

Mars

06.03 Metodekurs Individualisert musikk, dag 2

09.03 Metodekurs Berøring kurs 1, dag 3

16.03 Metodekurs Berøring kurs 2, dag 3

27.03 Metodekurs Individualisert musikk, dag 3

April

17.04 Metodekurs Demensvennlige omgivelser i institusjon og egen bolig, dag 1

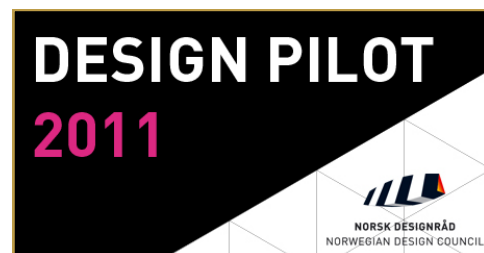
Mai

22.05 Metodekurs Demensvennlige omgivelser i institusjon og egen bolig, dag 2

Se informasjon om GERIAs tilbud på www.geria.no

Design Pilot-midler til Almas hus

Idépoliklinikken ved Oslo universitetssykehus har fått støtte til å skreddersy informasjonen som skal gis til besøkende hos Almas hus.



GERIA - Oslo kommunes ressurscenter for alderspsykiatri/demens blir til Geriatrikks ressurscenter når de på nyåret flytter inn i Aker sykehus sine lokaler. Som en del av Geriatrikks ressurscenter inngår *Almas hus - velferdsteknologisk senter*, en simuleringsleilighet som skal demonstrere demensvennlige fysiske omgivelser og produkter. Idépoliklinikken ved Oslo universitetssykehus bistår GERIA i å skreddersy informasjonen som gis til den enkelte bruker i forbindelse med besøket hos Almas hus - "rett informasjon til rett tid og til rett person". Informasjonsbehovene til de ulike brukerne skal kartlegges, og ut fra dette skal ulike tjenestekonsepser utvikles. Til dette prosjektet mottok Idépoliklinikken nylig midler fra Design Pilot 2011. Design Pilot er et nasjonalt program fra Norsk Designråd som gir økonomisk støtte til idéutvikling.

Målgruppen for ALMA's hus er personer med hukommelsesvansker, pårørende, helsepersonell og andre fagpersoner, som planleggere, arkitekter, interiørarkitekter, designere og teknologi-, forsknings- og utviklingsmiljøer. I Almas hus skal man både kunne se og prøve hjelpemidler og teknologi som kan være nyttige. Almas hus skal etter planen stå klart i løpet av våren.

Har du sett *Gylne øyeblikk*?

GERIAs informasjons- og undervisningsfilm *Gylne øyeblikk* viser hvordan miljøbehandlingsmetoder kan hjelpe personer med demens.



I *Gylne øyeblikk* - en film om miljøbehandlingsmetoder i demensomsorgen, ser vi eksempler på at man kan nå inn til demensrammede gjennom musikk, berøring, sanseshage og erindring. Dette kan øke velvære og redusere angst og uro.

GERIA har i mange år arbeidet med miljøbehandlingsmetoder i demensomsorgen, og det er dette arbeidet filmen springer ut av. Filmen viser hvordan man systematisk kan flette disse miljøbehandlingsmetodene inn som et hjelpemiddel i hverdagen. Å få lukte på en kjent og kjær blomst, snakke om et betydningsfullt minne eller høre favorittsangen, er aktiviteter som kan skape gode opplevelser og følelse av velvære. Miljøbehandlingsmetodene kan også bidra til å redusere stress og uro.

Filmen er først og fremst beregnet på ansatte i sykehjem, på dagsenter eller hjemmetjeneste, men kan også

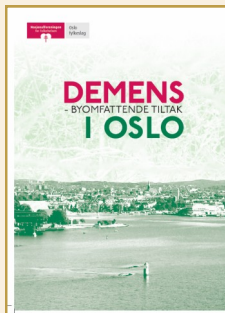
være nyttig for pårørende til demensrammede, og for alle som er opptatt av en god demensomsorg og et godt samfunn.

Helsedirektoratet har distribuert filmen til blant annet alle landets kommuner og utviklingsentre.

For bestilling, kontakt GERIA: geria@ous-hf.no. Prisen er kr 200,- for personer i Oslo og kr 250,- for andre.

Ny brosjyre om byens demenstilbud

Er du eller en av dine nærmeste rammet av en demenssykdom? Jobber du med demensrammede, eller vil du bare vite mer?



Mange som er involverte i demensrammedes liv, føler behov for informasjon, veiledning og kontakt med andre i samme situasjon. Mange synes også det er vanskelig å vite

hvor de skal henvende seg.

I brosjyren *Demens - byomfattende tiltak i Oslo* presenteres en liste over aktuelle byomfattende tiltak.

Brosjyren er utgitt av arbeidsgruppen for Demens i Oslo v/GERIA - Oslo kommunes ressurscenter for demens/alderspsykiatri, Demensforeningen i Oslo, Oslo fylkesstyre av Nasjonalforeningen for folkehelsen, Pensjonistforbundet Oslo fylke, Pårørendeskolen i Oslo og Vern for eldre.

Brosjyren er støttet økonomisk av Oslo fylkeslag av Nasjonalforeningen for folkehelsen.

Oppdatert ALMA og ny veileder

GERIAs informasjon om hjelpemidler for personer med demens, ALMA, er nå oppdatert. En ny veileder om demensvennlige omgivelser er også snart klar.

Den oppdaterte utgaven av hjelpemiddelinformasjonen ALMA vil legges ut i løpet av januar/februar. Den vil fra nå av kun bli å



Ergoterapeut Caroline Røbekk Tveiten har oppdatert ALMA og jobbet med den nye veilederen.

finne på GERIAs nettsider. En rekke nye hjelpemidler er tilført, mens feil og utgåtte produkter er lukket ut. På nettet vil det fortløpende bli lagt ut tips om nye hjelpemidler som kan være aktuelle for personer med demens. Se GERIAs hjelpe-

middelsider på www.geria.no/hjelpemidler_for_personer_med_demens

Den nye veilederen *Demensvennlige omgivelser - fysisk miljø i eget hjem* vil også ligge klar i løpet av januar/februar. Den vil kunne bestilles fra GERIA og også kunne lastes ned fra våre nettsider. Følg med på www.geria.no.

Stadig mer demensvennlig på Vinderen bo- og servicesenter

Etter å ha deltatt på GERIAS kurs om demensvennlige omgivelser, tar ansatte ved Vinderen bo- og servicesenter stadig flere skritt mot et mer demensvennlig senter.

Berøringspedagog Lene Ertner og ergoterapeut Sissel Karlsson ved Vinderen bo- og servicesenter deltok for ett år siden på GERIAS kurs om demensvennlige omgivelser.

- Flere av endringene og prosessene som er skjedd her nå, er et resultat av dette kurset, forteller Ertner.

Blant tiltakene som er blitt gjennomført:

- Fellestoiletter i resepsjonsområdet har fått kontrastfarger på blant annet dosete og søppelbøtte, og skiltingen er gjort tydeligere. Det gjør at ingen går feil lenger.

- Kleshengerne i dagsentergarderoben har fått navnelapper. - Brukerne virker langt mer trygge når de får henge tøyet på plassen sin, og mestringsfølelsen øker når man lettere kan hjelpe hverandre. Det er også med på å ivareta identiteten. Har du for eksempel vært en gentleman før, får du muligheten til å være det igjen, sier Lene Ertner.



Kleshengere med navnelapper.

Demensvennlige briller

Et erindringsrom stod i tillegg nylig ferdig.

- Med det vi har lært på GERIAS kurs, ser vi annerledes på utstyringen av rommet enn vi ellers ville ha gjort. Vi tenker for eksempel mye på kontraster; å unngå hvitt mot hvitt. Der vi har hvitt eller mye glass, har vi fokus på godt lys. Erindringsrommet vil også utstyres med flere ulike erindringskofferter. Her vil vi legge vekt på å fokusere på ett tema og én gjenstand av gangen, eksemplifiserer de.

Vinderen bo- og servicesenter ble nylig Lotte-sykehjem, og mottok i den anledning én million kroner fra byrådet i Oslo som skal brukes på utviklingen.

- Det er viktig å se Lotte-utviklingen gjennom demensvennlige briller, understreker Karlsson.



ERINDRINGSROM: F.v. ergoterapeut Sissel Karlsson, berøringspedagog Lene Ertner og sykepleier Astrid Költzow er i full gang med å gjøre ferdig erindringsrommet på Vinderen bo- og servicesenter. GERIAS kurs har hjulpet dem å gjøre det mer demensvennlig.

- Korridoren i første etasje har fått to "erindringslunder", med hjemmekoselig innredning. Det gjør at beboerne lettere kjenner seg igjen.

- Menyene har fått større skrift, og dagsmenyer henges opp i stedet for ukemenyer. Det gjør at beboerne samtaler mer om måltidet.

- Internopplæring om demensvennlige omgivelser.



En erindringslund gjør korridoren mer gjenkjennelig og hjemmekoselig.

...og også på Gullhaug bo- og behandlingshjem

- Vi ble kreative og engasjerte av GERIAS kurs og fant mange potensielle utbedringsområder.



FORNØYD PROSJEKTGRUPPE: F.v. Kristina Belsnes, Christine Hylbak Vie, Sigrid Aketun (GERIA) og Grethe Venner. Anita Østensen var ikke til stede da bildet ble tatt. Her foran sansebildet i gangen.

Det forteller Christine Hylbak Vie, ergoterapeut, og Grethe Venner, kvalitetsansvarlig sykepleier, ved Gullhaug bo- og behandlingshjem.

De ønsket å endre det fysiske miljøet i gangen på et demensteam, for å øke beboernes mulighet for å orientere seg. I tillegg ønsket de å skape et aktivt, terapeutisk miljø. De ønsket å fokusere på hva de kunne få til med lite tid og penger, men med god struktur og stor kreativitet.

Blant tiltakene som er blitt gjennomført:

- Navneskiltene på beboernes dører er blitt større og satt i øynehøyde. For å gjøre beboernes dører enda mer gjenkjennelige, har de laget erindringsbokser ved hver dør. Kontaktperson og pårørende er blitt bedt om å ta med ting som beboeren har et forhold til. Det



Erindringsbokser ved hver dør.

har ført til personlige uttrykk og gjenkjenning.

- Det er hengt opp gamle fotografier på veggene i gangen og i stuekroken. Bildene skal innby til erindring og samtale.

- I gangen er det i tillegg kommet opp et sansebilde

(se foto). Syn, hørsel og berøringsevne skal stimuleres gjennom bildet, som inneholder mange spennende ledetråder. Sansebildet skal vekke nysgjerrighet og interesse.

- Gjenskinnet i gulvet er redusert som følge av nye gardiner. Vinduene ga tidligere en fallefølelse, noe som er utbedret ved å plassere bilder i nederste del av vinduene.

- Fra å være en kjedelig korridor har gangen blitt et opplevelsesområde for gode minner. Samtaler om skiturer i skog og mark kommer nå impulsivt ved siden av det flotte årstidsbildet og en gammel tursekk, konkluderer Vie og Venner.

Neste metodekurs om Demensvennlige omgivelser i institusjon og egen bolig har oppstart 17. april 2012.

For påmelding, kontakt GERIA: geria@ous-hf.no, eller se våre kurssider på www.geria.no/kurs_

Du kan også laste ned GERIAS veiledere om demensvennlige fysiske omgivelser gratis fra våre nettsider.



Oslo kommune

Helse- og velferdsetaten

GERIA-Ressurssenter for demens/alderspsykiatri

Nyhetsbrevet gis ut av GERIA - Oslo kommunes ressurscenter for demens/alderspsykiatri

Ansv. redaktør: Solfrid Rosenvold Lyngroth. Redaktør: Ellen Wasserfall

Medarbeider: Signe Steinnes Internett: www.geria.no