

EKSPERTOPLÆG OM DEMENS

I LOKALAFDELINGEN

INTRODUKTION

Den demensvenlige lokalafdeling er med til at udbrede viden om demens. Det kan de gøre på deres hjemmesider, gennem udbredelse af materialer samt kurser for frivillige.

Derudover giver Ældre Sagen alle lokalafdelinger mulighed for at afholde et oplæg om demens lokalt. Det sker med en af eksperterne i dette katalog, som vi håber vil inspirere jer til, hvilke af de relevante fagpersoner på demensområdet, som I kan invitere til at holde oplæg.

Arrangementet afholdes lokalt. Når I får et "ja" fra demenskonsulenten i Ældre Sagen, sørger I selv for at lave en aftale for dagen med oplægsholderen, Ældre Sagens demensprojekt finansierer efterfølgende honoraret ved, at oplægsholderen afregner direkte med sekretariatet. I sørger selv for lokaler og forplejning. Det vil være en fordel, hvis flere lokalafdelinger i samme kommune går sammen om arrangementet.

Se oversigten over [Ekspertene](#)

Se oversigten over [Distrikterne](#)

2022.01.40.1434

INTERESSERET?

Hvis I har en lokal oplægsholder, som I gerne vil bruge, kan I kontakte konsulent Lotte Koefod Hansen og høre om mulighederne. Hun kan kontaktes på lkho@aldresagen.dk. For at sikre et vist vidensniveau skal oplægsholderen dog have kvalificeret viden om demens, og oplægget en varighed på ca. 2-3 timer inkl. en pause.

Tjekliste over, hvad der kan være godt at huske i planlægningen af oplæg:

- Det er godt at være flere om planlægningen.** Gå derfor sammen med nogle andre, der har lyst til at være med til at planlægge arrangementet.
- Vælg dato** for temadagen, som giver jer tid til planlægningen.
- Lav aftaler** med oplægsholder/oplægsholdere – har han/hun brug for at kunne afspille lyd, projektor, tager han/hun selv computer med?
- Vælg et centralt sted** for temadagen, som er let tilgængeligt for deltagerne og har gode parkeringsforhold. Måske skal der laves et samarbejde med en lokal samarbejdspartner.
- Book stedet,** bestil forplejning og teknisk udstyr (projektor, mikrofoner, teleslynge, højttalere, lærred, internetforbindelse, evt. computer). Husk at aftale, hvordan I gerne vil have, at bordene skal stå.
- Annoncer jeres arrangement i nyhedsbrev eller pressen.** Inviter dem, der skal deltage. Husk dato for tilmelding samt hvem, der tager imod tilmeldingerne.
- Lav evt. et opslag** eller program – husk at angive deadline for tilmelding af hensyn til planlægning og forplejning.
- Tag imod tilmeldinger** – på telefon eller på mail. Sørg for at besvare tilmeldingerne. Aftal hvad I gør, hvis der er for mange eller for få tilmeldinger. Og aftal på forhånd hvad jeres minimumsdeltagelse er.
- Bekræft det endelige deltagerantal** med stedet på en aftalt dato så I ikke får ekstra udgifter.
- Bestil relevant materiale** såsom flyers, plakater, roll-ups via sekretariatet www.aeldresagen.dk/betaltmateriale

Ekspert er i det følgende kategoriseret ud fra deres primære kompetencer og fagområder. Mange eksperter dækker dog også andre områder. Forhør dig derfor gerne hos eksperter selv, hvis du er i tvivl om, hvorvidt vedkommende kan bidrage med viden inden for jeres interessefelt.

EKSPERTER – INDELT EFTER FAGOMRÅDE

Aktiviteter

[Anne Christoffersen](#)
[Charlotte Rugh](#)
[Charlotte Voetmann](#)
[Hanne Mette O. Ridder](#)
[Hugo Jensen](#)
[Jonas Holsbæk](#)
[Lena Blom](#)
[Lise Høy Laursen](#)
[Mette Søndergaard](#)

Bred kompetence i demens

[Anne Christoffersen](#)
[Anni Overgaard Frederiksen](#)
[Charlotte Rugh](#)
[Charlotte Voetmann](#)
[Hanne Mette O. Ridder](#)
[Henrik Brogaard](#)
[Hugo Jensen](#)
[Jens Anderson-Ingstrup](#)
[Jonas Holsbæk](#)
[Lena Blom](#)
[Lillian Albeck](#)
[Mette Søndergaard](#)
[Nina Harboe](#)
[Åse Hyldgaard](#)

Demenssygdom og forebyggelse

[Anne Christoffersen](#)
[Anni Overgaard Frederiksen](#)
[Charlotte Rugh](#)
[Charlotte Voetmann](#)
[Hugo Jensen](#)
[Jonas Holsbæk](#)
[Lena Blom](#)

[Mette Søndergaard](#)
[Rikke Gregersen](#)
[Åse Hyldgaard](#)

Demensvenligt civilsamfund

[Anne Christoffersen](#)
[Charlotte Rugh](#)
[Hugo Jensen](#)

Ensomhed og livsmod

[Charlotte Voetmann](#)
[Hanne Mette O. Ridder](#)
[Henrik Brogaard](#)
[Hugo Jensen](#)
[Jørn Henrik Olsen](#)
[Lillian Albeck](#)
[Mette Søndergaard](#)
[Nina Harboe](#)

Kommunikation

[Charlotte Rugh](#)
[Charlotte Voetmann](#)
[Hanne Mette O. Ridder](#)
[Helle Krogh Hansen](#)
[Henrik Brogaard](#)
[Henrik Møller](#)
[Hugo Jensen](#)
[Jens Anderson-Ingstrup](#)
[Julie Kolbe Krøier](#)
[Lise Høy Laursen](#)
[Mette Søndergaard](#)

Musik og fællessang

[Hanne Mette O. Ridder](#)
[Hugo Jensen](#)
[Jens Anderson-Ingstrup](#)

[Julie Kolbe Krøier](#)
[Lise Høy Laursen](#)
[Åse Hyldgaard](#)

Palliation

[Hanne Mette O. Ridder](#)
[Hugo Jensen](#)
[Jens Anderson-Ingstrup](#)
[Jørn Henrik Olsen](#)
[Lena Blom](#)

Plejehjem

[Anne Christoffersen](#)
[Anni Overgaard Frederiksen](#)
[Charlotte Rugh](#)
[Hugo Jensen](#)
[Jens Anderson-Ingstrup](#)
[Jonas Holsbæk](#)
[Lena Blom](#)
[Lise Høy Laursen](#)
[Mette Søndergaard](#)
[Åse Hyldgaard](#)

Pårørende

[Anni Overgaard Frederiksen](#)
[Charlotte Rugh](#)
[Charlotte Voetmann](#)
[Helle Krogh Hansen](#)
[Henrik Brogaard](#)
[Henrik Møller](#)
[Hugo Jensen](#)
[Julie Kolbe Krøier](#)
[Jørn Henrik Olsen](#)
[Lillian Albeck](#)
[Mette Søndergaard](#)
[Nina Harboe](#)



Ekspertes er i det følgende kategoriseret ud fra, hvilke distrikt de dækker i landet. Mange af eksperterne dækker flere distrikter.

EKSPERTER – INDELT EFTER DISTRIKT

Hele landet

[Henrik Brogaard](#)

[Hugo Jensen](#)

[Jørn Henrik Olsen](#)

[Lillian Albeck](#)

[Nina Harboe](#)

1

[Charlotte Voetmann](#)

[Jens Anderson-Ingstrup](#)

[Åse Hyldgaard](#)

2

[Anni Overgaard Frederiksen](#)

[Charlotte Voetmann](#)

[Hanne Mette O. Ridder](#)

[Mette Søndergaard](#)

3

[Charlotte Voetmann](#)

[Hanne Mette O. Ridder](#)

[Mette Søndergaard](#)

[Rikke Gregersen](#)

4

[Hanne Mette O. Ridder](#)

[Mette Søndergaard](#)

5

[Hanne Mette O. Ridder](#)

[Mette Søndergaard](#)

6

[Henrik Møller](#)

[Jonas Holsbæk](#)

[Lise Høy Laursen](#)

[Mette Søndergaard](#)

7

[Anne Christoffersen](#)

[Henrik Møller](#)

[Jonas Holsbæk](#)

[Lena Blom](#)

[Lise Høy Laursen](#)

8

[Anne Christoffersen](#)

[Charlotte Rugh](#)

[Henrik Møller](#)

[Jonas Holsbæk](#)

[Lena Blom](#)

[Lise Høy Laursen](#)

9

[Anne Christoffersen](#)

[Charlotte Rugh](#)

[Charlotte Voetmann](#)

[Helle Krogh Hansen](#)

[Henrik Møller](#)

[Jonas Holsbæk](#)

[Lena Blom](#)

[Lise Høy Laursen](#)

9 Bornholm

[Anne Christoffersen](#)

[Henrik Møller](#)

[Jonas Holsbæk](#)

10

[Anne Christoffersen](#)

[Charlotte Rugh](#)

[Charlotte Voetmann](#)

[Helle Krogh Hansen](#)

[Henrik Møller](#)

[Jonas Holsbæk](#)

[Julie Kolbe Krøier](#)

[Lena Blom](#)

[Lise Høy Laursen](#)

ANNE CHRISTOFFERSEN

FAGLIG LEDER OG KONSULENT

København

T 51 72 12 83

annestoffer20@gmail.com

Dækker: Distrikt 7, 8, 9, 9-Bornholm og 10.



Anne Christoffersen er uddannet ergoterapeut og har en master i procesledelse og organisatorisk forandring. Derudover har hun mere end 17 års erfaring indenfor demensområdet, hvor hun bl.a. har arbejdet med faglig ledelse, undervisning og demensfaglig rådgivning og vejledning – herunder som VISO-specialist for socialstyrelsen.

Anne har en bred vifte af kompetencer bl.a. indenfor person-centreret omsorg, demens og hverdagsaktiviteter, herunder vigtigheden af implementering af teori om sanseintegration i praksis samt i hverdagssammenhæng.

Annes oplæg handler om den eksistentielle vigtighed af sansestimuli for menneskers velbefindende og aktivitetsdeltagelse. Hun fortæller i den forbindelse om, hvad manglende sansestimuli har af konsekvenser for aktivitetsdeltagelse hos borgere med demens, og hvordan man kan hjælpe med at få opfyldt behov for sansestimuli, og herigennem bl.a. forebygge konflikter og oplevelsen af uro og angst. Oplæggene er praksisnære med masser af eksempler, som kan anvendes af alle, både personale, frivillige og pårørende.

ANNI OVERGAARD FREDERIKSEN

DEMENSKONSULENT

Herning

T 96 28 84 94

plcaf@herning.dk

Dækker: Distrikt 2.



Anni Overgaard Frederiksen er uddannet ergoterapeut og demenskonsulent og har undervist på SOSU uddannelser i mere end 10 år.

Derudover har Anni en diplomuddannelse i demens samt 13 års erfaring som demenskonsulent i Herning Kommune.

De seneste 11 år har Anni været VISO rådgiver under Socialstyrelsen i den sjældne demenssygdom Huntingtons Sygdom, hvor hun underviser og rådgiver over hele landet. Udover mange års undervisningserfaring, har Anni gennem de sidste 13 år afholdt talrige oplæg om demens.

Disse oplæg har bl.a. været afholdt i forbindelse med kommunens årlige demensskole, i Hernings besøgsgruppe og Frivilligcenter til demens, til kirkelige besøgsvenner, til demensdagene i København under Nationalt Videnscenter for demens og til årsmødet for Demenskoordinatorer i Danmark.

Senest har Anni været med i udviklingen af e-learning programmer om demens til kommunens plejepersonaler.

CHARLOTTE RUGH

DEMENSKOORDINATOR OG ERGOTERAPEUT
DEMENSFAGLIG UDVIKLER, FORFATTER,
UNDERVISER

Gladsaxe
T 24 94 64 11
charug@gladsaxe.dk



Dækker: Distrikt 8, 9 og 10.

Charlotte har i mange år arbejdet med misbrugs-, psykiatri- og demensområdet og arbejder med udvikling af samarbejde mellem frivillige og lokalmiljø.

Hun er initiativtager til Venlige bydele – med venlige borgere, butikker, klinikker, m.m. og søger at normalisere kontakten mellem borgere, der har demens, samt andre og derigennem skabe samme tilbud og muligheder for alle. Hun arbejder med ledelsesmæssig og organisatorisk udvikling af alternative demenshjem, med det helt nære arbejde med pårørende og mennesker med demens samt med formidling i det politiske system, kommunale standarder og praksis.

Derudover underviser Charlotte på kurser, diplomuddannelser, konferencer og seminarer.

Oplæg

Charlottes oplæg er et opgør med en række af de myter og fordomme, der hersker om mennesker med demens. Hun fortæller om betydningen af at søge viden om mennesker med demens og om deres forskellighed, så der er fokus på omsorg for den enkelte i hverdagen. Derudover taler Charlotte om, hvor vigtigt det er med inklusion og tilknytning, og om hvordan man gennem borgerinddragelse skaber interesse, nysgerrighed og empati.

CHARLOTTE VOETMANN

DEMENS- & NEUROPÆDAGOGISK
KONSULENT, SELVSTÆNDIG,
EGET FIRMA HJERNE & SUNDHED

Tornby – Hirtshals
T 22 77 46 54
charlotte@hjerneogsundhed.dk



Dækker: Distrikt 1, 2, 3, 9, 9-Bornholm og 10.

Charlotte Voetmann har en alsidig faglig baggrund som blandt andet sygeplejerske, sundhedsplejerske, demenskonsulent, neuropædagogisk konsulent, seksualvejleder, familierapeutisk uddannelse og lektor i sundhedsfag.

De seneste otte år har hun arbejdet indenfor ældreområdet med særligt fokus på ældres trivsel på trods af demens og med Sundhedsstyrelsens nye vejledning i forhold til sansestimulation indenfor ældreområdet. Charlotte er her meget optaget af, hvordan vi ud fra en pædagogisk vinkel i hverdagen med meget simple metoder kan skabe positivt nærvær og samvær med mennesker med demens og deres pårørende. Hun har i den forbindelse gode erfaringer med non-farmakologiske metoder og har skrevet flere artikler om sansestimulation til mennesker med demens.

Siden 2010 har Charlotte arbejdet som selvstændig demens- og neuropædagogisk konsulent med undervisningsopgaver og supervision både for ledere, ansatte, pårørende og mennesker med demens både i kommunalt og privat regi. Derudover arbejder Charlotte som telefonrådgiver på Demenslinien ved Alzheimerforeningen.

HANNE METTE OCHSNER RIDDER

PROFESSOR

Aarhus (arbejder i Aalborg)
hanne@hum.aau.dk

Dækker: Distrikt 2, 3, 4 og 5.



Hanne Mette Ochsner Ridder er uddannet cand.phil. og ph.d. i musikterapi fra Aalborg Universitet. Hun har mange års erfaring som musikterapeut på plejehjem.

Derudover forsker Hanne Mette i musik og sang for mennesker med demens – særligt i, hvordan vi skaber positivt samvær og nærvær med musik.

Hanne Mette har skrevet omfattende om emnet og er hyppigt inviteret som oplægsholder i Danmark samt til internationale konferencer.

HELLE KROGH HANSEN

CHEFKONSULENT

København

T 20 27 96 99

hellekroghhansen@gmail.com

Dækker: Distrikt 9 og 10.



Helle Krogh Hansen har en kandidatuddannelse i pædagogik og derudover en socialrådgiveruddannelse. Desuden har hun en ph.d.-grad på baggrund af forskning i ældreomsorg.

I flere årtier har ældreomsorg og -pleje været centralt i Helles arbejde som underviser, forsker og leder, og hun har været med til at udvikle og gennemføre en lang række kurser til fagprofessionelle på demensområdet. Helle har derudover udgivet en række bøger og artikler om socialpædagogik og demensomsorg (se udgivelser på: hellekroghhansen.dk).

Helles oplæg handler om socialpædagogik i omsorg, pleje og sociale tilbud for mennesker med demens. Tilgangen er ikke forbeholdt fagprofessionelle men hjælper alle, som vil bidrage til demensvenlige rammer og relationer. Den socialpædagogiske tilgang bidrager med viden, forståelse og principper, som vi kan handle ud fra, så vi kan møde andre mennesker, hvor de er, og samtidig kan tage styringen, når det er nødvendigt. En socialpædagogisk tilgang kan således bidrage til, at mennesker med demens kan få et velfungerende, værdigt og meningsfuldt hverdagsliv med mindst mulig magtanvendelse og begrænsning.

HENRIK BROGAARD

PSYKOLOG, KONSULENT (INDEHAVER AF
KONSULENTVIRKSOMHED, U9VERS)

Frederiksberg, København
T 20 42 41 30
hb@u9vers.dk

Dækker: Hele landet.



Henrik Brogaard har arbejdet som psykolog i 28 år. De sidste 20 år har han arbejdet inden for ældreområdet, herunder 11 år som fuldtidsansat psykolog på et stort plejecenter for ældre.

Henrik har haft tusindvis af samtaler med plejehjemsbeboere og deres pårørende om de mange belastninger og udfordringer, de oplever.

Henrik har i alle årene undervist, holdt foredrag og skrevet artikler om psykologiske perspektiver på demens. Siden 2010 har Henrik arbejdet som selvstændig psykolog i sit enkeltmandsfirma, u9vers, hvor han i dag superviserer, underviser og holder foredrag for både medarbejdere, ledere, pårørende, foreninger, uddannelsesinstitutioner og lignende (se mere på: u9vers.dk).

Temaerne for Henriks foredrag kan skrues sammen efter ønsker og aftale. Henrik kan eksempelvis holde oplæg om de talrige udfordringer og psykologiske reaktioner, som både den demensramte og pårørende oplever, når demenssygdommen indfinder sig i familielivet. Foredraget vil komme ind på de svære ting men også på, hvordan det er muligt, trods alt, at gøre noget for at reducere problemer, sorg og livssmerte i forbindelse med en demenssygdom.

HENRIK MØLLER

PSYKO-FYSISK KONSULENT,
UNDERVISER, FOREDRAGSHOLDER

Helsingør
T 28 56 64 30
personale-sikkerhed@mail.dk
www.personale-sikkerhed.dk



Dækker: Distrikt 6, 7, 8, 9, 9-Bornholm og 10.

Henrik Møller har en bred praktisk baggrund med mere end 30 års undervisningserfaring. Han har undervist i konflikthåndtering inden for plejesektoren, specialområdet, somatikken, psykiatrien m.m. siden 2005. Den praktiske erfaring kommer bla. fra 17 års ansættelse i dansk politi og afholdelse af mere end 2000 kursusdage. Henrik er efteruddannet af læger, psykologer, sygeplejesker mfl.

Henriks oplæg er målrettet pårørende og frivillige, der har demens inde på livet. Oplæggene er inspirerende og lærerige, og indholdet er både teori og praksis. Målet er som pårørende eller frivillig at føle og opleve sig tryk og sikker i kontakten med mennesker med demens.

Henrik mener, at vi kan forebygge meget af den udadreagerende adfærd, men at det kræver, at vi er fuldt bevidste om, hvad vi kan gøre, og hvad vi skal undlade at gøre. Det er vigtigt, at vi er gode til at passe på os selv, ellers er det svært at dele ud til andre, og give den kærlige omsorg, der kan være brug for.

Oplægget kan tilpasses særlige ønsker.

HUGO JENSEN

CAND. MAG. I MUSIKTERAPI OG ORGANIST

København

T 29 72 07 72

Hugo75002@yahoo.com

Dækker: Hele landet.



Hugo Jensen er uddannet kandidat i musikterapi fra Aalborg Universitet og har desuden en pædagogisk diplomuddannelse i psykologi fra Københavns Professionshøjskole. Hugo har bred erfaring med musikterapi for både og yngre og ældre mennesker med demens.

Hugo er certificeret i Dementia Care Mapping (DCM) på Danmarks Institut for Ældre pædagogik. Han har været ansat i Center for demens på Nørrebro og på Diakonissestiftelsens hospice på Frederiksberg. Derudover er han tilknyttet Simeon-Sankt Johannes sogn til sangeftermiddage og demensvenlige gudstjenester, og har gennem flere år arbejdet som supervisor og konsulent på demensområdet indenfor folkekirken.

Hugo orienterer sig bredt inden for demensområdet og har holdt foredrag på Demensdagene i både 2017 og 2019. Med afsæt i sin baggrund i psykologi og som mindfulness instruktør, bruger han musikken til at yde psykosocial støtte gennem gruppemusikterapi for både yngre og ældre mennesker med demens.

Oplæg

Hugo tilbyder oplæg om musikterapi i demensomsorg og palliativ behandling, musikterapi som eksistentiel, åndelig eller religiøs omsorg samt oplæg med vejledning og inspiration til at lave demensvenlige gudstjenester.

JENS ANDERSON-INGSTRUP

PH.D.-STIPENDIAT, CAND. MAG I MUSIKTERAPI

Hjørring

T 60 15 48 67

jai@hum.aau.dk

Dækker: Distrikt 1.



Jens Anderson-Ingstrup er uddannet musikterapeut fra Aalborg Universitet og er efteruddannet i neurologisk musikterapi. Han har beskæftiget sig med musikterapi og demens både praktisk og teoretisk.

Jens er lige nu ansat i en ph.d.-stilling, hvor han forsker i musikterapi og demens. Han har tidligere undervist på Neuropædagogisk Kompetencecenter, UCN.

Jens kan bidrage med viden om demens, musik, neuropsykologi og sanser fx med henblik på at øge forståelsen for mennesker med demens og give handlemuligheder til omsorgspersonale.

JONAS HOLSBÆK

ERGOTERAPEUT OG SELVSTÆNDIG
KONSULENT

København
T 61 68 13 04
jonas@holsbaek.dk

Dækker: Distrikt 6, 7, 8, 9, 9-Bornholm og 10.



Jonas Holsbæk er uddannet ergoterapeut og Ms.OT.

Han har igennem 14 år arbejdet med ældre og demens indenfor henholdsvis kommune som trænende terapeut, i regionerne på hospital med træning og udredning af mennesker med demens og i staten som adjunkt og lektor, der underviser om ældre og demens. Jonas arbejder nu som privat, selvstændig konsulent, hvor han laver projekter, underviser og holder foredrag.

Jonas er specialistgodkendt ergoterapeut inden for ældreområdet, og en af Professionshøjskolerne i Danmarks fire eksperter inden for demens (se mere på: danskeprofessionshojskoler.dk/demens). Han kan undervise og holde foredrag om demens, mulighederne for aktivitet for mennesker med demens, og hvordan det opleves at have demens. Derudover kan Jonas fortælle om velfærdsteknologi, træning og kommunikation i relation til demens.

Derudover kan Jonas medbringe en demenssimulator, der via deltageres afprøvning kan give en oplevelse af, hvad det betyder, når ens sanseapparat bliver ramt i forbindelse med demens.

JULIE KOLBE KRØIER

MUSIKTERAPEUT
PH.D. STUDERENDE I MUSIKTERAPI,
AALBORG UNIVERSITET

København
T 22 99 97 29
juliesmusikterapi@gmail.com



Dækker: Distrikt 10.

Julie har de seneste 15 år arbejdet i demensomsorgen både i plejen og som musikterapeut. Derudover har hun erfaring fra psykiatrien og specialområdet.

Julie brænder særligt for, hvordan musik kan bruges tværfagligt og af pårørende og skriver pt. ph.d. om dette emne. Udover at arbejde som musikterapeut underviser Julie også plejepersonale i brug af musik i plejesituationer samt på musikterapeutuddannelsen på Aalborg Universitet.

Oplæg

Julies oplæg vil fokusere på, hvordan musik kan støtte mennesker med demens i at kommunikere og derigennem højne livskvalitet og give nye handlemuligheder. Gennem praksisnære eksempler og demonstrationer gives konkrete redskaber, som vil kunne anvendes i dagligdagen med mennesker med demens.

JØRN HENRIK OLSEN

FORFATTER, FORSKER, FOREDRAGSHOLDER,
CAND.THEOL., PH.D.

Gilleleje

T 25 75 12 00

jornhenrikolsen@gmail.com

Dækker: Hele landet.



Jørn Henrik Olsen har i mange år forsket i spørgsmål vedr. tab, sorg, ensomhed, kedsomhed og vemod. Hertil kommer tværfaglige studier om demens og relevante pårørende-spørgsmål. Han har skrevet flere bøger om livets smertepunkter og om livsmod, bl.a. Lystid i mørket: Essays om sorg, ensomhed og livsmod fra 2019.

Jørn Henrik er en efterspurgt, engagerende og nærværende foredrags- og oplægsholder, blandt andet fordi han er specialiseret i formidlingens kunst. Han tænker dybt og kommunikerer kreativt med indsigtens alvor, humor – og med varme.

Omdrejningspunktet for Jørns oplæg er den betydelige og langvarige psykosociale belastning, som ofte er forbundet til at være pårørende til et menneske med demens. Når sygdommen udvikler alvorlige tab – af for eksempel hukommelse, sprog, tids- og rumfornemmelse og ikke mindst samliv – kan det være en barsk udfordring for dem, der er tættest på den sygdomsramte. Uventede lyspunkter kan dukke op undervejs, men tit kan reaktionen på demenssygdomme bedst beskrives som en dybt indgribende sorg og krise. Det almindelige gode helbred forringes, den sociale isolation øges. Angst, depression, stress – og andre sorgreaktioner – rykker sig ind på den eller de nærmeste. I den situation er der hårdt brug for livshjælp og livsmod – og måske ikke mindst gode mestringsstrategier.

LENA BLOM

ERGOTERAPEUT OG AFDELINGSLEDER PÅ
DEMENSCENTERET PILEHUSET

Hillerød
T 22 47 21 57
lenabloms@gmail.com

Dækker: Distrikt 7, 8, 9 og 10.



Lena Blom er uddannet ergoterapeut og har 9 års erfaring indenfor demensområdet. Hun arbejder bl.a. som VISO-specialist indenfor demensområdet med speciale i Huntingtons sygdom.

Lena har særlige kompetencer indenfor demens og hverdagsaktiviteter – herunder sanseintegration og sansestimulation. Hun underviser både internt og eksternt i demens og sansestimulering.

Lena har særlig viden om, hvordan man implementerer sansestimuli i en hverdagssammenhæng, fx på plejehjem, og hvordan manglende sansestimuli kan påvirke personer, og samtidig kan anvendes forebyggende til at reducere fx uro, angst og apati.

Lenas oplæg er praksisnære med mange eksempler, som kan anvendes af alle – både personale, frivillige og pårørende.

LILLAN ALBECK

EFTERLØNNER, UDDANNET SKUESPILLER /
SANGER, DRAMAPÆDAGOG, SYMBOLPÆDAGOG,
CERTIFICERET COACH, PÅRØRENDE

Kongens Lyngby
T 51 78 16 37
Lillan.albeck@youmail.dk



Dækker: Hele landet.

Det var som ægtefælle til en ægtemand med tre demenssygdomme, at Lillan Albeck opdagede, hvor fantastisk sundheds- og plejepersonalet kan være, og hvor galt det alligevel kan gå. Hendes ønske om det bedste og det mest værdige liv for ham og for dem som ægtefæller mødte desværre ikke kun udfordringer pga. hans sygdom og tilstand, men i sammenhænge ingen ønsker sig, endside forestiller sig.

Derfor påtog Lillan sig tidligt rollen som en pårørende, der ud over at være der for sin mand og holde på deres rettigheder som ægtepar, også søgte alle muligheder for at opnå størst mulig information og bedst mulig kommunikation. Hun underviser nu både sundhedspersonale og pårørende på sundhedsuddannelse og via pårørende-kurser.

Lillan er med i forskellige kommunale udvalg, er demensveninstruktør og har medvirket i adskillige interviews om at være pårørende og om ensomhed og savn. Lillans oplæg kan sammensættes efter behov, men kan fx handle om den pårørende som en pitbullterrier, det gode samarbejde mellem pårørende og personale, ægtefællen på plejehjem, hjemmehjælpen i det fælles hjem, inddragelse af den demensramte i dennes eget liv eller om ensomhed, empati og energi.

LISE HØY LAURSEN

CAND.MAG. I MUSIKTERAPI

Stenløse

T 26 23 17 51

musikterapi@lisehoeylarsen.dk

Dækker: Distrikt 6, 7, 8, 9 og 10.



Lise Høy Laursen er kandidat i musikterapi fra Aalborg Universitet og har siden 2006 beskæftiget sig med det musikterapeutiske arbejde med ældre, især demensramte.

Lise er forfatter til "Musik i Øjeblikket", en håndbog om musik med ældre demensramte, samt "Relationer på Tværs" om møder i musikken mellem ældre demensramte og børnehavebørn. Pt. er Lise ansat som musikterapeut på et musiksk ældrecenter i Søllerød samt undervisningskonsulent for SOSU-Sjælland og holder sideløbende foredrag om det at bruge musik som kommunikation og som aktivitet med demensramte.

Lise lægger i forbindelse med sit oplæg vægt på, at deltagerne får et fagligt indblik i forskning og viden om musik og dens effekt, samt en praktisk oplevelse af musikkens effekt på krop og sind. Deltagerne kan forvente at gå hjem med reelle musikalske værktøjer, der kan bruges både personligt og i samværet med demensramte af både fagfolk, frivillige og pårørende.

METTE SØNDERGAARD

ERGOTERAPEUT, UNDERVISER,
FOREDRAGSHOLDER OG KONSULENT

Båring ved Middelfart

T 41 27 92 29

mettesoendergaard775@gmail.com

Dækker: Distrikt 2, 3, 4 og 5.



Mette Søndergaard har 30 års erfaring med demensområdet, hvor hun har arbejdet med, hvordan vi skaber et samvær med glæde gennem hverdagsliv, kommunikation og aktivitet.

Mette har arbejdet indenfor gerontopsykiatri og som lærer på Ergoterapeutskolen Odense. Derudover har hun i 23 år drevet en selvstændig virksomhed som underviser.

Mette er desuden forfatter til bøgerne "Demens og aktiviteter i et livshistorisk perspektiv" samt "Livet i leve-bomiljø".

NINA HARBOE

FOREDRAGSHOLDER, FORFATTER,
SOCIALRÅDGIVER

Virum

T 25 79 65 69

03nihaf@gmail.com

Dækker: Hele landet.



I 2011 blev Nina Harboes ægtefælle Steen ramt af demens. Han flyttede på plejehjem i 2013 og døde i 2015. Ninas dagbog blev fundamentet for hendes første bog fra 2018 "Kan jeg sygemelde mig hos Gud?". Nina har siden holdt foredrag om årene som pårørende til en demensramt ægtefælle.

I 2019 udgav Nina sin anden bog, "I morgen er en ny dag" – en brugsbog for pårørende. Med udgangspunkt i de to bøger fortæller hun i sine oplæg om de vanskelige år, hvor livet ændredes fra samliv og samarbejde til liv hver for sig. År præget af forandringer, afmagt, mødet med offentlige tilbud, savn, tab og sorg. År der viser fællesskabers betydning.

Ved at tale brydes tabuer og ved at tale sammen går livet ikke i stå.

Nina er optaget af pårørendes vilkår og startede samværstilbud for pårørende "Pusterummet" i 2015. Hun er derudover formand for Foreningen for pårørende til demensramte i Lyngby Taarbæk Kommune, bestyrelsesmedlem i kommunens frivillighus, og er repræsentant for Alzheimerforeningen i referencegruppe i Videnscenter for Værdig Ældrepleje.

RIKKE GREGERSEN

FORSKNINGSLEDER / DOCENT

Holstebro (arbejder også i Aarhus)

T 87 55 18 10

rigr@via.dk

Dækker: Distrikt 3.



Rikke Gregersen er forskningsleder i forskningscentret, VIA Aldring og Demens på VIA University College.

Her forsker Rikke bl.a. i nye praksisser, så mennesker med demens kan opretholde et aktivt, meningsfuldt og værdigt liv længst muligt, og arbejder med indsatser for at ruste omsorgsgivere. Hun deltager både i nationale og internationale projekter og forskningsnetværk.

Rikke er uddannet biolog og hjerneforsker. Tidligere var hun leder af et Demens Videnscenter og projektleder på flere demens projekter. Hun har i mange år forestået efteruddannelse af mange faggrupper i demens og kursusforløb for pårørende, så de bedre kan forstå og håndtere demens. Rikke har desuden stået for al diplomuddannelse i demens i VIA og er næstformand i Dansk Gerontologisk Selskab.

Rikke holder gerne oplæg omkring fx. demenssygdomme, forebyggelse og rehabilitering, personcentreret omsorg og tilpasset kommunikation, demensvenlighed i samfundet og etiske spørgsmål i relation til demens. Hun målretter gerne indhold efter jeres specifikke behov.

ÅSE HYLDGAARD

SELVSTÆNDIG MUSIKTERAPEUT
OG DEMENSKONSULENT

Hjørring
T 30 36 33 32
mail@musikdemens.dk

Dækker: Distrikt 2.



Åse Hyldgaard er uddannet cand.mag. i musikterapi fra Aalborg Universitet i 2011 og har lige siden beskæftiget sig med mennesker med demens.

Åse er tidligere uddannet sygeplejerske og leder, og har stor erfaring indenfor det kommunale ældreområde, hvor hun har arbejdet i 15 år – senest 5 år som ledende demenskoordinator og musikterapeut i Frederikshavn Kommune.

Siden 2017 har Åse drevet virksomheden 'Musik & Demens', hvor hun tilbyder musikterapi til mennesker med demens samt konsulent- og foredragsvirksomhed om demens og musikterapi.

Oplæg

Åse tilbyder at holde oplæg om alle emner, der vedrører demens, musikterapi og sansestimulation til gavn for både demensramte personer og deres pårørende, og til sundhedsfagligt personale, der er beskæftiget inden for demensområdet.