

JETTE ABILDSKOV, KONSULENT FOR DEMENS OG PLEJEHJEM

---

# It og plejehjem

15. oktober 2018  
Distrikt 10

TEMADAG I DISTRIKT 10

---

# IT-teamet

Jesper Holst & Lone Codam  
IT-teamet, Frivilligafdelingen

---

# Jesper

---



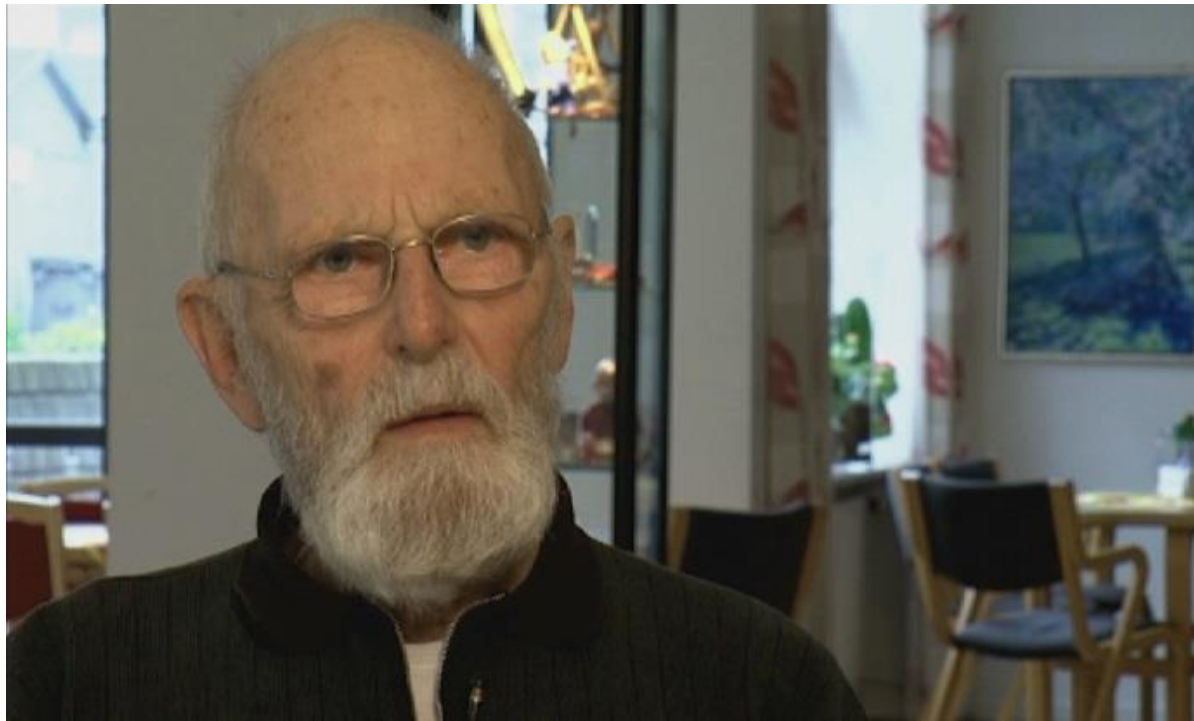
# Lone



---

# Demens hvad gør det ved os

---



# Frivillige

## Nyt tiltag – IT på plejehjem

- 18 lokalafdelinger er i gang
- 16 lokalafdelinger er på vej
- 33 er interesserede



---

# Målgruppen

---

- Ca. 42.200 plejehjemspladser sv til 3,8% af 65+
- Gennemsnitsalder ved indflytning 84 år – knapt 3 år
- 68% er Kvinder 32% er mænd
- 75-85 % har demens eller demenslignende symptomer
- Mange er brugere af IT – vi ved ikke hvor mange
- 40% føler sig ensomme

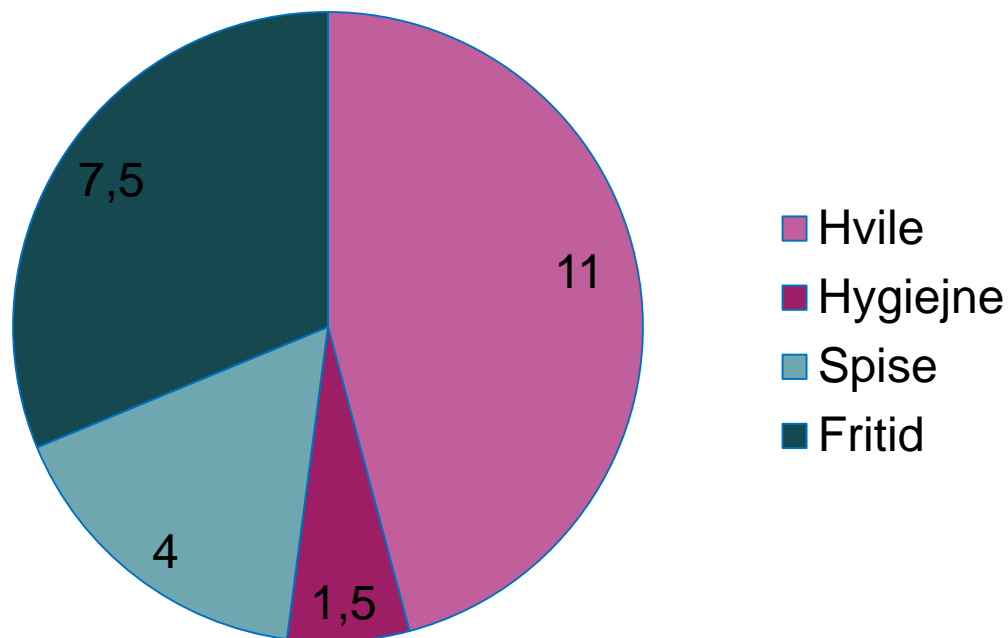


---

# Hverdagen

---

Døgnet



---

# Læs farven – ikke ordet

---

**GUL** **BLÅ** **ORANGE**  
**SORT** **RØD** **GRØN**  
**LILLA** **GUL** **RØD**  
**ORANGE** **SORT** **GUL**  
**BLÅ** **BRUN** **GRØN**  
**RØD** **ORANGE** **BLÅ**



# Problemer og udfordringer i hverdagen

- Opmærksomhed nedsat
- Koncentrationen afledes
- Hukommelsen svigter
- Orientering og færden umuliggøres
- Sprogets forbistringer træder frem
- Initiativet svækkes
- Nedsat overblik - forvirring
- Planlægning nedsat – ingen taktik
- Indsigt nedsat – Dårlig dømmekraft
- personligheden ændres
- Autopiloten svigter
- Ændret adfærd socialt og i relationer

# Demensvenligt Danmark og demensvenlige lokalafdelinger

## 4 anbefalinger

- Demensansvarlig
- Én aktivitet minimum
- Åbne fællesskaber
- Viden til alle også på web



# Fortælleglæde og den personlige historie



# Frivillig indsats

- Skærmtrold
- Computerhaj
- Facebook

- Sende og modtage mail til og fra familie og venner
- Online penneven
- Apps og spil
- Se videoer og andet fx på YouTube
- Gensyn med steder på Google maps
- Elektronisk skrapbog
- Fotografering og snak om billeder og hverdagen
- Se film, opera eller koncerter
- Museumsbesøg
- Lave spillelister med ny og gammel musik
- Følge familie og venner på SoMe



---

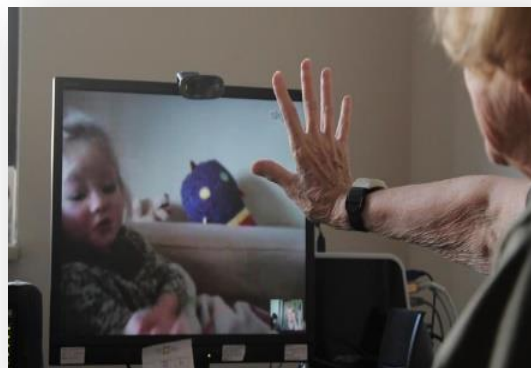
# Hvilke erfaringer findes der allerede?

---

- **Sønderborg** – it-cafeer på to plejehjem (både PC og tablets: mail, huskespil, billeder, film)
- **Fredensborg** – samvær med beboerne (Ipad Pro: brug af dansk center for reminiscens hjemmeside m.m)
- **Vordingborg** – samvær med beboerne (Ipads: billeder, google streetview m.m)
- **Arden** – it-cafe og samvær (PC og tablets: min Livshistorie og mail)
- **Egebjerg** – samvær (tablets: min livshistorie)
  
- **Sundby-Amagerbro** – aktiviteter for flere (Wii-bowling)

# IT-aktiviteter i plejehjem

– gode erfaringer og eksempler

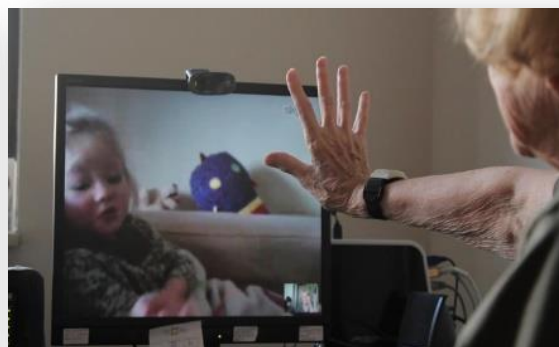




# IT på plejehjem – de tre ben



Læring



Assistance/  
Samvær



Aktiviteter for  
flere

# IT-læring på plejehjem

Beboeren lærer at bruge en tablet/PC i det omfang vedkommende kan og har lyst.



- Billeder
- Mail
- Spil



# Assistance og samvær

Beboeren får hjælp til at benytte it og får nogle gode oplevelser i hverdagen



- Youtube
- Skype
- Digitale reminiscenskasser

# Aktiviteter for flere

IT bliver midlet til

- hvordan beboere kan samles til en fælles aktivitet
- få fælles gode oplevelser i hverdagen



- Wii bowling
- Koncerter
- Spil

---

# Hvordan kan man komme i gang?

---

- Etablere samarbejde – dialog med plejehjemmet (måske er der allerede et samarbejde med Ældre Sagen i forvejen)
- Behov og potentialer afstemmes (hvad har vi lyst til? Hvilke behov er der?)
- Rekruttering af frivillige (Har vi frivillige som har lyst til opgaven, eller skal vi finde nye?)
- Samarbejde og forventningsafstemning
- Udstyr (Er der udstyr i forvejen eller skal vi købe nyt?)
- Puljesøgning

---

# Gruppearbejde

---

Hvis vi skulle gå i gang i vores lokalafdeling  
– hvordan kunne vi så gribe det an?

Overvej gerne følgende:

- Er der en type it-aktivitet på plejehjem, som I synes er mest interessant og relevant for jer?
- Er der et plejehjem i nærheden af jer, som I kunne etablere et samarbejde med, og er der måske allerede et samarbejde i forvejen.
- Hvem skulle være en del af aktiviteten? Har I de frivillige der skal til eller skal der rekrutteres nye?
- Hvilket type udstyr kunne I have brug for?

---

# Case: Hvordan kan vi hjælpe Ruth med IT aktiviteter

---

- **Ruth** er en lille, spinkel og meget elegant dame på 85 år. Hun er enke, og hun har også mistet sin ældste datter. Den anden datter bor i en nærliggende by. Ruth har indtil for et år siden været usædvanlig frisk, sin alder taget i betragtning, men nu er helbredet begyndt at svigte lidt. Hun har begyndende problemer med smerter i knæene og føler sig svimmel indimellem. Hendes syn er også blevet ringere, og hun kan derfor have svært ved at orientere sig i omgivelserne.
- Ruth har været selvstændig erhvervsdrivende, har altid haft et stort engagement i lokalsamfundet og har i sit arbejdsliv været aktiv i adskillige bestyrelser. Hun følger stadig med i, hvad der sker i samfundet, abonnerer på den lokale avis og vil meget gerne diskutere bramfrit om alt hun læser
- Hun elsker blomsterdekorationer og kunst, og er hvert år inde og se blomsterbutikken "Behrings" juleudstilling i København. Men hun kommer ikke længere på museer, som ellers har været hendes store hobby, hvilket er et stort tab for hende. Museumsbesøgene foretog hun altid med en lille gruppe af nære veninder. De lever alle stadig, men er på forskellig måde begrænset i deres fysiske formåen, så de ses ikke længere regelmæssigt.
- Ruths mand er død for mange år siden, men den yngste datter kommer og besøger hende et par gange om måneden. De tre børnebørn har til gengæld travlt med arbejde og familieliv, så dem ser hun kun sjældent. Hun savner at følge med i deres liv og se de foreløbig to oldebørn vokse op.
- Ruth er på en måde meget aktiv selv, men keder sig alligevel i sin hverdag. Hun synes, at mange af de andre beboere på hendes afdeling er for 'døde i sværen' og gider ikke sidde i fællesstuen sammen med dem. Ruth er derfor begyndt at trække sig endnu mere tilbage fra fællesskabet, også til måltiderne, og tilbringer mere og mere tid i sin lille lejlighed på plejehjemmet, så hendes humør tager ofte nogle alvorlige dyk.

TEMADAG I DISTRIKT 10

---

# IT-søgepuljen

Jesper Holst & Lone Codam  
IT-teamet, Frivilligafdelingen

---

# Støtte fra sekretariatet

---

- Puljer
- It-kurser
- E-læring og videoer
- Nyhedsbrev
- Konsulenterne

---

# IT-pulje (for 2019 kommer snart)

---

- ”... støtte lokal igangsættelse eller udvidelse af eksisterende it-aktiviteter henvendt til ældre i lokalområdet.”
- Ikke drift, men tænk gerne nyt
- [www.aes.dk/itpulje](http://www.aes.dk/itpulje)
- Husk også SH-puljen



---

# Grader af demens

---

- Let demens – i hjemme med almindelige aktiviteter i hverdagen: bibliotek, fodbold, motion, venner mm
- Let til moderat demens – i hjemmet/dagcenter/plejebolig: Støtte til meningsfulde aktiviteter, caféer m pårørende
- Moderat til svær demens – få er i hjemmet og kun med pasning eller plejebolig: målrettede særligt tilrettelagte aktiviteter 1:1 eller grupper
- Svær demens – plejebolig: korte særligt tilrettelagte ”kontaktøer”, kan deltage uden at bidrage og med tiden vælges kun nærhed, musik, massage

