

**For mere information kontakt:**

**Demenskoordinatorer**

Mail: [demensenheden@greve.dk](mailto:demensenheden@greve.dk)

Tlf. nr. 22211388

Tlf. nr. 21740845

Tlf. nr. 23386994

Tlf. nr. 30525183

Tlf. nr. 51498896

Telefontid alle hverdage kl. 9-10

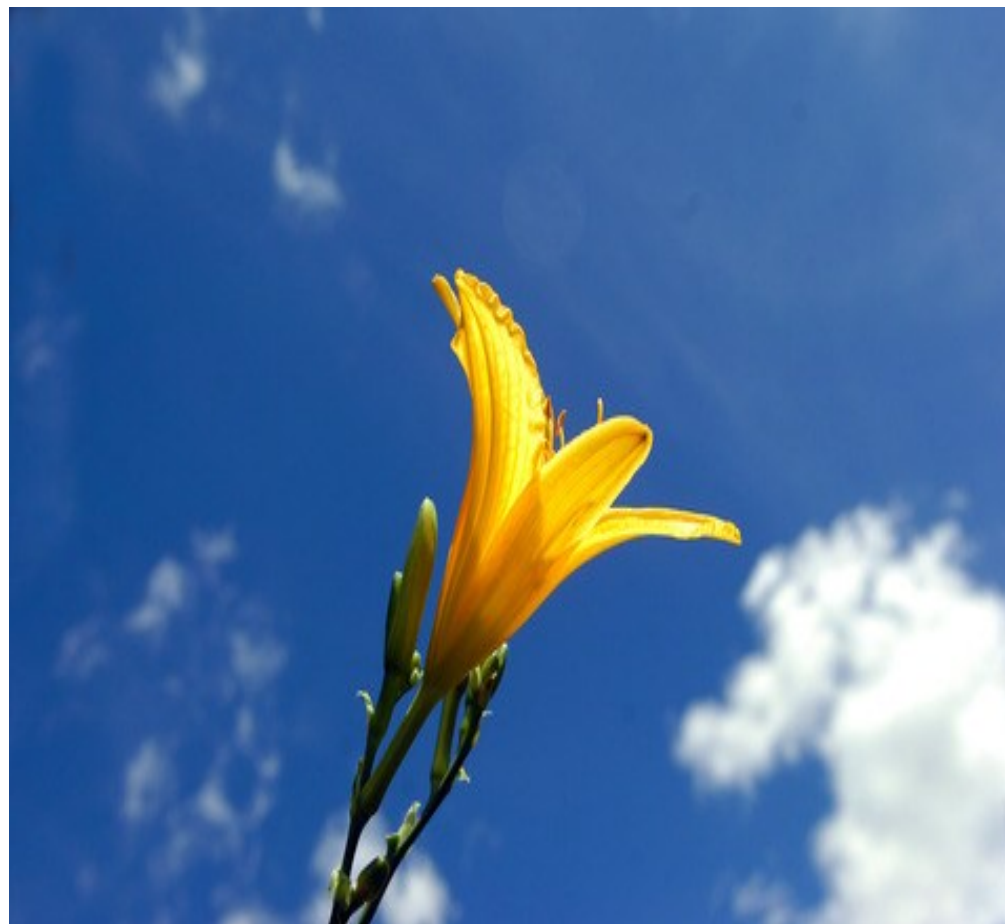
**Visitation**

Tlf. nr. 43 97 97 97

Telefontid. Man-tirs.-tors-fredag kl. 9-12



# Demensvenlige aktiviteter



## Demens

De tilbud, der findes i Greve Kommune på demensområdet er beskrevet, samt kontaktoplysninger til medarbejdere.

I Greve kommune er der ansat demenskoordinatorer og andre demensspecialister.

## Hvad kan man selv gøre?

Ud over den medicinske behandling kan andre tiltag være nødvendige, for at bibeholde så mange færdigheder som muligt. Vores hjerne bliver stimuleret mest, når vi er sammen med andre i sociale sammenhænge. Det er derfor at anbefale, at man fortsætter sit almindelige liv så længe som muligt og er så aktiv som muligt, både fysisk og psykisk.

## Hvordan ser fremtiden ud?

Det er en udfordring at lære at leve med en demenssygdom både for den der har fået sygdommen og for familien.

Sygdommen vil give nogle forandringer i hverdagen, og man skal sammen med sin familien og venner finde nye måder at kunne fortsætte med at gøre de ting, du/I har lyst til at gøre. Det er vigtigt at fokusere på, hvad der giver livskvalitet. Derudover er det vigtigt at fastholde den enkeltes ressourcer længst muligt.

Undervejs i sygdommen bør man overveje, hvem der skal træffe vigtige beslutninger, hvis man ikke selv er stand til

## Andre oplysninger:

### Nationalt Videnscenter for demens

[www.videnscenterfordemens.dk](http://www.videnscenterfordemens.dk)

### Ældresagen

Greve medlems-rådgivning, mandag-onsdag-fredag  
tlf. nr. 43 90 32 58

### Alzheimerforeningen

[www.alzheimer.dk](http://www.alzheimer.dk)

tlf. nr. 39 40 04 88

Lokalafdelingen Østsjælland, tlf. nr. 56 26 60 36

### Demenslinien

tlf. nr. 58 50 58 50

Telefontid alle hverdage kl. 9-15

### Familieretshuset

tlf. nr 72 56 70 00

[www.familieretshuset.dk](http://www.familieretshuset.dk)

## **Gode råd til familier med demens**

Åbenhed om sygdommen kan skabe forståelse - både for den med demens og de nærtstående.

Når man bor sammen med et menneske med en demenssygdom, handler det om at skabe trygge rammer og overskuelighed. Man skal ikke stille for høje krav og samtidig skal der udvise tålmodighed og forståelse, både af hensyn til den der har fået demenssygdommen, men også til sig selv.

Det er vigtigt fortsat at holde sig i gang både fysisk og mentalt samt at være sammen med andre mennesker. Dette gælder både for dig, der har fået sygdommen og for dig, der er pårørende. Hold fast i jeres sociale liv - sammen og hver for sig, og bliv ved med at deltage i fritidsbeskæftigelser. For dig der er pårørende og som bor sammen med en der har demenssygdom, kan dette være med til at give energi og overskud.

## **I Greve Kommune har vi følgende aktivitetstilbud**

### **Dagcenter**

er et åbent tilbud for alle pensionister. Det har lokaler på Strandcenteret Plejecenter.

Der er 3 forskellige daghjems tilbud som visiteres til af visitator i Greve kommune.

### **Klub Aktiv**

er et dagtilbud til yngre mennesker under 65 år med demens

### **Hyggebogen**

er et specielt daghjemstilbud til mennesker med en demenssygdom.

### **Møllehøj**

er et daghjemstilbud som er specifikt til mennesker med en demenssygdom og andre der har brug for social aktivitet.

## **Pårørendekursus**

Er for dig som pårørende som ønsker mere viden om demens, samt idéer og redskaber til at håndtere udfordringer i dagligdagen, som kan følge med en demenssygdom. Kurset er en blanding af undervisning, dialog og erfaringsudveksling mellem deltager og underviser. Et forløb på 4 gange.

Har du lyst til at høre mere kontakt din demenskoordinator

## **Demenskoordinator**

Greve Kommune har demenskoordinatorer, som er specialiseret indenfor demensområdet. De kan rådgive, støtte og vejlede mennesker med demens og deres familier. De kan tilbyde besøg i hjemmet, og vil i samarbejde finde muligheder, der kan støtte i hverdagen.

## **Demensvejleder**

Demensvejleder er medarbejdere med et specialkursus i demens. De er ansat i plejegrupperne, og har et tæt samarbejde med demenskoordinatorerne.

## **Demensvenlig motionstilbud**

Motionsholdet er et lille hold i Greve Hallen - hvor du vil få lidt sved på panden. Kontakt din demenskoordinator hvis det lyder som et tilbud for dig.

## **Samtalegrupper**

Som pårørende kan man have glæde af at tale med andre i samme situation og møde ligestillede i et socialt fællesskab, i et frirum, hvor der tales om både gode og svære ting i hverdagen.

Få støtte og redskaber til erkendelse af den forandret livssituation og bearbejdning af sorg. Samtalegruppen kan mindske følelsen af ensomhed og give øget livskvalitet. Et forløb på 5 gange.

Har du lyst til at høre med kontakt din demenskoordinator

## **Huskekor**

For borgere med demens og deres pårørende. Vi mødes og synger nye og ældre sange på Nældebjerg Plejecenter. Hør nærmere hos din demenskoordinator.

## **GPS**

Du kan få råd og vejledning af din demenskoordinator.

## **Plejebolig**

På et tidspunkt kan der være behov for pleje døgnet rundt, og borgeren med en demenssygdom kan få behov for at flytte ind i en plejebolig.

Borgeren skal altid underskrive en plejeboligansøgning, som bliver behandlet i visitationsudvalget. I Greve Kommune er der mulighed for at ansøge om en plejebolig, der er målrettet til borgere med en demenssygdom.

## **Ferieophold**

Bliver der behov for aflastning i en periode, er der aflastnings /feriepladser. Formålet med aflastningsopholdet aftales altid i samråd med borgeren, familien og visitatoren.

## **Praktisk og personlig hjælp i hjemmet**

Bliver der behov for støtte eller hjælp til personlig pleje eller rengøring, kan man visiteres til hjælp. I Greve Kommune er det visitatorerne, der kommer på besøg i hjemmet og vurderer behovet.