



Bedre aktivitetstilbud for personer med demens

Nasjonalforeningen mener at

- Personer med demens må få aktivitetstilbud som er tilpasset deres behov og interesser.

Passivitet og inaktivitet kan fremskynde symptomutviklingen hos demenssyke, og dagaktivitetstilbud er et viktig tiltak for å utsette innleggelse i sykehjem. I tillegg kan et godt aktivitetstilbud avlaste og ivareta pårørende. Det er i dag over 100 000 personer med demens i Norge, og antallet er forventet nær doblet innen 2040. Det haster derfor med å oppskalere tilbudet.

Plikt til å gi tilbud

Kommunene har siden 2020 plikt til å tilby aktivitetstilbud til hjemmeboende med demens. Plikten er imidlertid ikke det samme som en individuell rettighet til å få et aktivitetstilbud for dem med demens, og plikten gjelder kun de som har fått diagnostisert en demenssykdom. Om lag halvparten av dem som har demens mangler diagnose.

Hvor mange har et tilbud?

Av de totalt 46 500 hjemmeboende personer med registrert demensdiagnose i 2024, hadde 16,2 prosent vedtak om dagaktivitetstilbud fra kommunen. Det er store variasjoner fra kommune til kommune. Disse tallene sier imidlertid ikke noe om selve innholdet eller kvaliteten i tilbudet. For å sikre at flest mulig benytter seg av aktivitetstilbudet, er det viktig at det er god variasjon i aktivitetene som tilbys. Nasjonalforeningen jobber for at tilbudet i større grad skal tilpasses den enkeltes interesser og ønsker.

Hva er viktig for deg?

Aktivitetstilbud er ofte lite tilpasset den enkelte og preget av passivitet. En fysisk aktiv person har liten nytte av en kaffestund, mens andre kan oppleve det motsatt. Mennesker med demens er ulike og må møtes på egne premisser for å oppleve mestring. Derfor bør vi alltid spørre: «*Hva er viktig for deg?*»

Manglende tilbud kan forverre symptomer og funksjonstap, som øker belastningen på pårørende. Kommunen bør derfor se aktivitet som en del av både behandling og forebygging, og i sammenheng med øvrige helse- og omsorgstjenester. Gode tilbud kan utsette behovet for sykehjems plass og styrke pårørendes evne til å mestre hverdagen. Når du snakker med beslutningstakere, er det viktig å tydeliggjøre disse ringvirkningene.

Nyttige lenker:

- Rapport om aktivitetstilbud «Min sykdom bestemmer ikke hvem jeg er eller hva jeg vil»: <https://nasjonalforeningen.no/om-oss/vi-mener/rapporter/aktivitetstilbud-til-personer-med-demens/>
- Nasjonal faglig retningslinje om demens: <https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/demens/miljorettede-tiltak-og-aktiviteter-ved-demens/kommunen-bor-tilby-dagaktivitetstilbud-til-personer-med-demens>
- Veiviser demens, utfyller Nasjonal faglig retningslinje om demens: <https://veiviserdemens.aldringoghelse.no/aktivitet-nettverk-og-deltakelse/>