

**Nasjonalforeningen
for folkehelsen**



Med oss

Demensvennlig med oss

Slik kan lokallag engasjere seg i arbeidet for et mer demensvennlig samfunn i sin kommune eller lokalmiljø.



Et demensvennlig samfunn

For å bidra til at mennesker med demens skal møtes med forståelse har Nasjonalforeningen for folkehelsen utviklet konseptet “Et mer demensvennlig samfunn”.

Det handler om å påvirke samfunnet til å legge til rette for deltagelse og mestring av hverdagslivet, lengst mulig.

Dette gjøres ved å kurse ansatte i kommunen, næringsliv, og andre som kommer i kontakt med personer med demens. Og det gjør de aller fleste en aller annen gang, siden over 60 prosent av de med demens bor i egne hjem.

Når kommunene skriver under på en samarbeidsavtale med Nasjonalforeningen for folkehelsen, får de tilgang til kursmateriell, nyhetsmailer, digitale spørretimer og muligheten til å nominere seg selv til prisen for årets kommune i samarbeidet for et mer demensvennlig samfunn. Dette er ingen sertifiseringsordning, men en intensjonsavtale om å legge forholdene best mulig til rette for at personer med demens kan leve gode liv.

Partene i avtalen har ulike forpliktelser. Kommunen skal blant annet bidra til at mennesker med demens opplever seg inkludert og involvert i lokalmiljøet, og de skal gjennomføre kurs i demensvennlig samfunn for egne ansatte og lokalt næringsliv.

For at mennesker med demens skal ha gode liv og kunne delta i samfunnet må det tilrettelegges for dette. Demens fører til endring i væremåte. Denne endringen kan man ikke styre selv.



Det er derfor viktig å bli møtt med respekt og forståelse dersom man skal våge å delta i samfunnsaktiviteter. Mange med demens opplever isolasjon og ensomhet fordi samfunnet rundt ikke er tilstrekkelig tilrettelagt. Med ganske enkle tiltak vil mennesker med demens ha muligheter til å være mer aktive og selvhjulpne.

Målet med et mer demensvennlig samfunn er å øke kompetansen om demens i samfunnet. Da blir det enklere for alle å møte personer med demens på en god måte. Dette gjelder for alle, både de som står personen nær, pårørende og venner, og de som yter ulike former for service.



Slik kan lokallaget være en pådriver for demensvennlig samfunn

Følge opp kommuner

Kommuner som har signert avtale

Mange av landets kommuner har inngått en samarbeidsavtale med Nasjonalforeningen for folkehelsen om å jobbe for å bli mer demensvennlige. Mange kommuner jobber systematisk og godt med dette, men det er også mange kommuner som sliter med å komme i gang eller hvor arbeidet har stoppet opp av ulike årsaker.

Er din kommune med?

Sjekk om din kommune er med

<https://nasjonalforeningen.no/demensvennlige-kommuner/>

Dersom deres kommune har avtale, står den i listen over, og da kan dere:

- Henvende dere til kommunen og undersøke om kommunen planlegger kurs.
- Motivere kommunen til å jobbe for et mer demensvennlig samfunn og arrangere kurs ved å ha en god dialog med kontaktpersonen i kommunen og ved behov bistå med råd og innspill.
- Tilby å samarbeide med kommunen om å motivere lokalt næringsliv og andre til å bli demensvennlig.

- Tilby å bidra i kommunens arbeid med demensvennlig samfunn. Mange kommuner har en arbeidsgruppe som fungerer som et tverrfaglig team der man kartlegger og avgjør hvem som bør få tilbud om kurs. I en slik gruppe sitter det ofte representanter fra kommunen, lokalt næringsliv, eldreråd, og frivilligheten.



Kommune uten avtale

Om deres kommune ikke er på listen over kommuner som har samarbeidsavtale med Nasjonalforeningen for folkehelsen, kan dere:

- Be om et møte med kommunen. Send gjerne en mail til ordfører.
- I møtet snakker dere om hva et demensvennlig samfunn innebærer. Det er utarbeidet en kort PowerPoint-presentasjon som gir en kortfattet beskrivelse av demensvennlig samfunn. Den finner du under “Demensvennlig med oss - samarbeid med kommunene” på medlemsnett.
- Det kan også være lurt at en person med demenserfaring er med på møtet. Er det en pårørende i lokallaget, eller en person som selv har demens som kan delta? Det gjør ofte større inntrykk å høre om behovet fra en som selv er berørt.
- Arrangere informasjonsmøte med politikere.

Dere kan invitere politikere til et informasjonsmøte om demens og demensvennlig samfunn. For eksempel så kan politikerne fortelle om tilbudet i kommunen og dere kan fortelle hva et demensvennlig samfunn innebærer og foreslå at det inngås avtale. Dere kan også spørre om det er mulig å presentere demensvennlig samfunn for formannskapet eller kommunestyret.

Det er også nyttig å snakke med ansatte i kommunen, men da med noen som har en stilling på et litt høyt nivå. Vi må finne de med makt til å påvirke politikerne til å ta en beslutning om avtaleinngåelse. Dersom både politikere og ansatte er informert er det større sannsynlighet for at de jobber videre med å ta saken videre.

Husk å:

- Fortell om hva demensvennlig samfunn er og hvorfor det er et viktig arbeid. Vis gjerne en presentasjon om hva demensvennlig samfunn er. Den finner du under “Demensvennlig med oss” på medlemsnett.
- Ta med brosjyre om demensvennlig samfunn. Brosjyrer kan bestilles på e-post ekspedisjonen@nasjonalforeningen.no.
- Inviter gjerne med noen som er direkte berørt av demens, en som selv har demens eller en pårørende som kan fortelle hvordan livet med demens er.
- Be om oppfølgingsmøte.



Rekruttere kursholdere

Hvert lokallag kan rekruttere to medlemmer som får tilbud om opplæring for å bli kursholdere i demensvennlig samfunn. Ta en prat i lokallaget og finn to medlemmer som kan og ønsker å bidra. Det er viktig at styret har blitt enige om at lokallaget skal starte opp med aktiviteten før disse to oppnevnes til å være aktivitetskontakter. Aktivitetskontaktene får delta på kurs og webinar, og begge vil få opplæring i hvordan de kan jobbe spesifikt med kommunen og med å holde kurs.

Det vil bli avholdt årlige kurs. Representantene som er blitt oppnevnt av lokallaget vil få invitasjon til kurset der de vil få opplæring i hvordan påvirke kommunene til å jobbe for å bli mer demensvennlig, og hvordan selv holde kurs.

I tillegg blir det oppfølging via webinar og spørretimer. Her får de anledning til faglig påfyll og erfaringsdeling med andre som jobber med demensvennlig samfunn i andre lokallag. Reise og opphold til kurset dekkes.

Lokallag som allerede har medlemmer med kompetanse om demens, kan holde kurs uten å ha deltatt på det årlige fysiske opplæringskurset. Alle lokallag som beslutter å bli med i Demensvennlig med oss får invitasjon til webinarer om demensvennlig samfunn.


Skape møteplasser for å formidle kunnskap og dele erfaringer om demens

Lokallaget kan invitere til samlinger og skape møteplasser for å formidle kunnskap om demens. Dette kan være samlinger der hensikten er å øke kompetansen om demens blant deltakerne, dele egen- eller pårørendeerfaring eller dele kunnskap om demensvennlig samfunn og demensvennlighet.

Andre i nærmiljøet, privatpersoner og medlemmer i andre organisasjoner kan ha stor nytte av å lære om hvordan man møter personer med demens. Mange er redde for å si eller gjøre noe feil, og lar derfor være å ta kontakt. Det å lære om demensvennlighet vil ha stor verdi for mange. Og ikke minst vil det komme personer med demens og deres pårørende til nytte. Ingen skal møte demens alene.

For personer med demens vil det å bli møtt med forståelse og kunnskap være av stor betydning. Det vil være bra både for den som er syk, og som skal møte de ulike servicebedriftene, som butikkansatte, frisører, taxisjåfører, ansatte på servicekontoret eller billettkontrollørene på kulturarrangementer.

For pårørende vil det være av stor betydning å vite at de nære blir møtt på en god måte. Mange kvier seg for å gå i butikken, på biblioteket eller på konsert. Når man vet at deres nære blir møtt av noen med kunnskap og omtanke letter det situasjonen for pårørende.



**Registrer aktivitetskontakt på:
medoss@nasjonalforeningen.no**



Nasjonalforeningen for folkehelsen



Med oss

Med oss er organiserte aktiviteter i regi av Nasjonalforeningen for folkehelsens lokallag. Målet er å skape trivsel, fellesskap og inkluderende møteplasser. Bli med oss i arbeidet for et mer demensvennlig samfunn, og vær med å skape en hverdag der personer med demens opplever både mestring og inkludering.

Bli med oss!