

INFORMATIONSFOLDER

MIT LIV MED DEMENS

Åben samtale om din nye livssituation med en demenssygdom

- Har du demens?
- Ønsker du støtte til at mestre din tilværelse med demens?
- Ønsker du at sætte fokus på dine behov, ressourcer og ønsker?



VÆRKTØJSKASSEN
– støtte til et liv med demens

SAMTALEHJULET – VERSION DEMENS

En samtale for personer med demens og deres pårørende

En tilværelse med demens

Flere mennesker med demens får i dag deres diagnose på et tidligt tidspunkt i sygdomsforløbet.

En demenssygdom forandrer ens liv og hverdag, og derfor er det vigtigt, at du får overblik over din situation og støtte til, hvordan du kan mestre din nye tilværelse og tage stilling til fremtiden.

Du tilbydes derfor en samtale om din nye situation.

Formålet med samtalen er:

- at du får overblik over din aktuelle livssituation med en demenssygdom.
- at du finder ud af, om du har behov for mere viden, rådgivning eller støtte til livet med demens.
- at du finder ud af om og eventuelt hvor, du er motiveret for at skabe forandringer i din hverdag.

Samtalens indhold

Til samtalen vil der være fokus på:

- Hvem du er og din livshistorie.
- Hvad du finder vigtigt i livet.

- Hvad du synes fungerer, og hvad der udfordrer dig i din hverdag.
- Relevante informationer om din kommunes og andres tilbud til dig om støtte, aktiviteter og hjælp.

Samtalen afholdes som en dialog, hvor der er fokus på dine ønsker, ressourcer og behov.

Til samtalen kan hjælpeværktøjet "Samtalehjulet" tages i anvendelse, hvis du ønsker det.

Hvad er Samtalehjulet?

Samtalehjulet er, som navnet antyder, et hjul bestående af et centrum og fire temaer.



Hjulets centrum (det hvide felt) omhandler: Dig, hvem du er, hvad der er vigtigt, og hvilke værdier du bygger dit liv på.

De fire temaer i de farvede felter omhandler:

- Krop og hjerne
- Aktiviteter i hverdagen
- Forholdet til andre
- Mine omgivelser og muligheder for støtte og kontakt

Til hvert tema er der nogle hjælpekort. Disse kort skal understøtte dialogen og hjælpe dig med at fastholde og genkalde indholdet i samtalen.

Hjulet er et samtaleværktøj, der skal sikre, at vi kommer rundt om dit hverdagsliv og får talt om det, der er vigtigt – også svære emner.

Din demenskoordinator medbringer samtalehjul og hjælpekort.

PRAKTISK INFORMATION

Skal jeg forberede mig til samtalen?

Du behøver ikke at forberede dig, men det kan være godt at tænke over følgende spørgsmål:

- Hvilke tanker får du, når du ser de fire temaer?
- Hvad oplever du er nemt i hverdagen?
- Er der noget, du synes er svært i hverdagen?
- Hvilke ønsker og forventninger har du?

Når vi mødes, er der god tid til at vende det, du oplever som vigtigt og som betyder noget for dig i din hverdag.

Varighed

Samtalen varer typisk 1-2 timer.

Sted

Samtalen afholdes hjemme hos dig, gerne sammen med en nærtstående (familiemedlem eller ven).

Hvornår

Samtalen afholdes (dato/tidspunkt): _____

Kontaktoplysninger på din demenskoordinator

Navn: _____

Mail og/eller tlf. nr.: _____

Evt. adresse: _____

