

DEMENS DAGENE I TROMSØ

GOD INFORMASJON
FREMME R ÅPENHET

Veileder til inspirasjon for gjennomføring av
arrangement i tilknytning til Alzheimerdagen 21. september



Utviklingscenter
for sykehjem
Troms

Innhold

Om veilederen	4
Bakgrunn og hensikt	5
Samarbeidsparter	6
Organisering av demensdagene	5
Informasjonsstand	9
Tromsø Biblioteket og byarkiv	10
Faglige foredrag	11
Korte informasjonsforedrag	12
Filmer på Verdensteatret (kino)	12
Aktiviteter	13
Demensdagene.no	14
Markedsføring	14
Gjennomføring	14
Økonomi	14





Om veilederen

Hensikten med denne veilederen er å stimulere til spennende samarbeid på tvers av offentlige etater og frivillige organisasjoner. Dette for best mulig å møte dagens og framtidens utfordringer med et økende antall mennesker med demenssykdommer.

Denne økningen av antall personer med demens blir en utfordring både for helsetjenesten og andre berørte. Informasjon tilpasset den allmenne befolkning er derfor en viktig strategi for å styrke kompetansen og medvirkningen, samt bidra til opplysning og forståelse.

I alle kommuner, eller i nabokommunen, finnes det et bibliotek, en kino, en humanitær organisasjon eller en pårørendeforening, som kan forespørres om å være med på et informasjonsmøte om demens. Om det gjennomføres en eller flere aktiviteter, over en eller flere dager må tilpasses lokalt.

Finn ildsjelene og de som brenner for temaet og bruk den internasjonale Alzheimerdagen 21. september til å heve statusen og til å synliggjøre betydningen av å være åpen om demenssykdom.

Bakgrunn og hensikt

Hensikten med Demensdagene i Tromsø er å spre informasjon og kunnskap samt alminneliggjøre sykdommen. Informasjonen og arrangementene passer like bra for den allmenne befolkning som for fagfolk.

Innbyggere i Tromsø med omegn gis en mulighet til å treffe fagfolk og ressurspersoner, i tillegg til å delta på arrangementer som kan gi økt forståelse og innsikt om demenssykdommer og tilbud for dem som er berørt av sykdommen.

Demensdagene i Tromsø er et tverretatlig samarbeid der også frivillige organisasjoner deltar. Konseptet var unikt da det startet opp i 2011, og så enkelt at det kan adopteres av alle som arbeider med informasjon om demens.

Heldigvis er det langt større åpenhet om demenssykdom i dag enn det var for bare fem år siden. Tv-aksjonen 2013 var en viktig døråpner for åpenhet og kunnskap om demens, men det er ingen grunn til å hvile på laurbærene - opplysningsarbeid og informasjon er minst like viktig i årene som kommer.

Som arena for Demensdagene i Tromsø har vi valgt bibliotek og kino. Dette er et bevisst valg fordi det er arenaer som ikke forbindes med sykdom.

Samarbeidsparter

Demensdagene i Tromsø kom i stand etter initiativ fra Tromsø bibliotek og byarkiv og Utviklingssenter for sykehjem i Troms. Arrangementet har knyttet til seg kompetanse gjennom viktige samarbeidsparter:

- **Nasjonalforeningen for folkehelsen, Tromsø demensforening**
- **Fagmiljøene i Tromsø kommune – spesielt demenskoordinator og Den kulturelle spaserstokken.**
- **Senter for omsorgsforskning Nord**
- **Utviklingssenter for hjemmetjenester i Troms**
- **Avdelinger på UiT Norges arktiske universitet**
- **Universitetssykehuset Nord-Norge**

Organisering

Demensdagene i Tromsø organiseres som et årlig prosjekt.

Vi har valgt å ha en stor referansegruppe der deltagerne møtes kun to ganger i prosjektperioden.

Referansegruppen består av ressurspersoner hos samarbeidspartene som har sagt seg villige til å gi råd og veiledning til prosjektgruppen. Re-

feransegruppen har ingen formell myndighet i prosjektorganisasjonen. Ut fra denne referansegruppen velges en prosjektgruppe (fem personer) og fire arbeidsgrupper.

Arbeidsgruppene har en leder som rapporterer til prosjektleder. De har følgende oppgaver og ansvar:

- 1) Organisering av informasjonsstand**
- 2) Film og fagprogrammet**
- 3) Presse og PR**
- 4) Kulturaktivitet på sykehjem og dagsenter.**

Det viktigste praktiske arbeidet legges til arbeidsgruppene, mens prosjektgruppen har det organisatoriske og overordnede ansvaret for gjennomføringen. Utviklingssenter for sykehjem i Troms styrer prosjektet og stiller med prosjektleder.





ca. **40**
millioner
lørdag 21. september
LOTTO



DEMENSNDAGENE I TRON





Informasjonsstand

En godt synlig informasjonsstand med informasjonsmateriale fra alle samarbeidspartene er satt opp på biblioteket. Den er bemannet fra kl. 12 - 17 hver dag. Her kan byens befolkning møte både fagfolk og pårørende (fra Tromsø Demensforening) som kan gi veiledning og råd. Dersom noen skulle ha behov for en privat samtale, er det rom som er reservert for dette formålet.

I 2013 hadde vi for første gang informasjonsstand på to av byens kjøpesentre. Dette var en ubetinget suksess og ble videreført.

Tromsø bibliotek og byarkiv

Tromsø bibliotek og byarkiv (biblioteket) har en egen utstilling med bøker og Dvd-er lett tilgjengelig under Demensdagene i Tromsø. I tillegg finnes bøkene og filmene tilgjengelig på vår hjemmeside www.demensdagene.no hvor det også er mulig å reservere dem. Nasjonalforeningen for folkehelsen deler årlig ut en demenspris i Troms. I 2013 gikk prisen til Tromsø bibliotek og byarkiv for stort engasjement og innstas utover det som er forventet med tanke på opplysning og informasjon om demens.



Faglige foredrag

Vi har brukt både lokale og nasjonale foredragsholdere, og har sørget å få med en «pårørende-stemme» hvert år. Vi har gjennomført foredragene på kveldstid, hovedsakelig på biblioteket, eller på «Verdensteatret» før filmvisning. Vår erfaring er at to timer er passe tid på et kveldsarrangement. Det er fint med to forelesere, og gjerne en kort innledning med et lokalt kulturinnslag.

Samtaler med pårørende er gjennomført flere ganger, med gode tilbakemeldinger. Disse samtalene krever god forberedelse av både intervjuer og pårørende slik at det er trygghet og enighet om hva som skal fortelles i det offentlige rom.

- «Musikk som medisin» overlege Audun Myskja
- «Demens og det gode liv» overlege Sigurd Sparr
- «Samtaler om demenssykdom» skuespiller og pårødne Monna Tandberg
- «Litteratur og Livsfortellinger» førsteamanuensis Oddgeir Synnes
- «Prosjekt Stimuli» pårørende Kjerstin Haukland
- «Du e mora mi» lege og pårørende Torunn Christiansen
- «Et liv i bevegelse» fysioterapeut og pårørende Gudrun Øvreberg
- «Musikk som medisin» avdelingssykepleier Raj Rani Gupta
- «Glemte bilder» fotograf og pårørende Bente Geving
- «Selvforståelse og sykdomsopplevelse hos yngre med demens» spesialist i klinisk psykologi Kjersti Wogn-Henriksen
- «Populærvitenskapelig foredrag om demenssykdommer» overlege Sigurd Sparr
- «Politisk fokus på demenssykdommer» lege, politiker og leder Rådet for demens i Nasjonalforeningen for folkehelsen Wenche F. Sellæg
- «Alzheimer sett gjennom kunst og toner» professor i fysikk og pårørende Ola Hunderi
- «Yngre personer med demens og arbeidslivet» lege og forsker Tor Atle Rossnes
- Panelsamtale er gjennomført et år, der journalist og pårørende Laila Lanes innledet.

Korte informasjonsforedrag

Korte informasjonsforedrag har blitt presentert på biblioteket både på dagtid og på kveldstid. Flere av temaene blir presentert hvert år siden dette er viktig informasjon:

- «Pårørendeskolen i Tromsø»
- «Demenskoordinators funksjon»
- «Ny vergemålslov»
- «Samisk og demenssyk»
- «Informasjon fra Nasjonalforeningen for folkehelsen, Tromsø Demensforening»
- «Tilbud og rettigheter når demenssykdom rammer»

Filmer på Verdensteatret (kino)

På Verdensteatret vises det daglig filmer i forbindelse med arrangement, både spillefilmer og dokumentarer. Dette kan knyttes opp mot en forelesing, kort informasjon eller en fagsamtale før filmvisning. Vi opplever at den yngre befolkning heller ser film enn å gå på fagforedrag. Det å vise filmer som passer alle aldersgrupper er derfor et viktig poeng for å spre informasjon om demenssykdom.

- «Nebraska»
- «Jernkvinnen»
- «Gode Stunder»
- «Tilbake»
- «Away from her»
- «Mamma Go-Go»
- «Wrinkles»
- «Ung anhörig»
- «Pyramiden»
- «Alzheimers vals»
- «En sang for Martin»
- «Iris»

Se nærmere omtale på av filmene på www.demensdagene.no





Aktiviteter

På byens sykehjem og dagsenter arrangeres det konserter og andre kulturelle arrangement i samarbeid med Den kulturelle spaserstokken. Hvert år er det også en felleskoncert en av formiddagene. Denne blir arrangert i kaféen på Tromsø museum - Universitetsmuseet.

← Elena Yakoleva på Tromsø museum 2014

Demensdagene.no

Vi etablerte egen nettside allerede i 2011. Denne nettsiden er aktiv hele året, og spesielt gir den en god oversikt over programmet og aktivitetene. Det er også anmeldelser av bøker og filmer som finnes på Tromsø bibliotek. Nettsiden inneholder linker til relevante vitenskapelige artikler, mastergradsoppgaver og doktorgradsarbeid. Nettsiden er oversiktlig og informativ og et fint supplement til andre oppslagsverk. Alle programmene for Demensdagene i Tromsø ligger ute på denne siden, så tips og ideer kan hentes etter behov. Program for Demensdagene i Tromsø legges ut hvert år i slutten av juni. Det var mellom 800-1000 unike besøk på vår nettside fra april til september i 2013.

Markedsføring

I tillegg til å annonsere programmet på nettsidene, trykkes det opp et program som spres via samarbeidspartene. Programmet sendes til flest mulig via epost med oppfordring om å dele videre, da gjerne til venner bekjente og pårørende som ikke arbeider i helsevesenet.

Arrangementet annonseres i lokalaviser, på infoskjermer i kommunen, på biblioteket samt på legekantorene ca. 14 dager i forveien.

I den perioden Demensdagene gjennomføres sender vi leserinnlegg og kronikker til lokalavisene. Vi inviterer også til at lokale medier kan omtale programmet / saker som frontes på demensdagene. Det som fenger mest er historier om mennesker som er berørt av sykdommen.

Økonomi

Det er hovedsakelig en måte å få økonomisk støtte for å gjennomføre et prosjekt: Utarbeide et godt program og søke penger. Demensdagene i Tromsø støttes økonomisk av Demensfyrtårnet i Troms og Nasjonalforeningen for folkehelsen. Det kan søkes midler fra begge instanser til lignende arrangement og det kreves skriftlig søknad.

Gjennomføring

Alle arrangement har en hovedansvarlig som sørger for den praktiske og tekniske tilretteleggingen. I Tromsø har vi valgt å ha fagprogram og informasjonsstand i tre dager i tilknytning til Alzheimerdagen 21. september. Til sammen er over 300 personer innom ett eller flere arrangement i løpet av Demensdagene i Tromsø. Informasjonsarbeidet foregår på dagtid, men det faglige programmet og filmene gjennomføres på kveldstid.

DEMENS DAGENE I TROMSØ

**GOD INFORMASJON
FREMME R ÅPENHET**

BAKGRUNN

Demensdagene i Tromsø er et anskaffelse i Demensulykkes i Tromsø. Det unke med Demensdagene er at informasjon og arrangementene passer like bra for alle alderne befolkningen som for faglig. Demensdagene er et beredelig samarbeid der også frivillige organisasjoner deltar.

MÅLSETTING

Demensdagene skal spre informasjon og kunnskap om demens uten åmmerlig gjensvinn. Målet er å sette folk på fote bevisst.

TILTAK

- Foredrag
- Filmer
- Informasjonstand
- Kulturaktiviteter

RESULTAT

- Mer enn 200 personer deltar årlig
- Informasjonstandene er freidig besøkt
- Økt utdø på sykdommer
- Bedre faglig samarbeid gjennom tverrfaglig samarbeid
- Økt samarbeid mellom fagpersoner og pårørende
- Nesten alle demensdagene nå benyttes av stadig flere

SAMARBEIDSPARTER

Utdragninger fra samarbeidspartene i Tromsø: Tromsø Museum og Lærhus / Nasjonalt kompetensnett for helse og omsorg / Tromsø demensforening / Sentral for Demensforening Nord / Utdø Lærhus / Tromsø kommuner / Demensforening i Tromsø, Norges allidag samarbeid / Demensforening Nord-Norge

KONTAKTINFORMASJON

Tromsø Lærhus,
Informasjon for pårørende i Tromsø
Lærhuset 90, 9000 Lærhuset

Kontaktperson: Eivind Fager
E-mail: eivind.fager@demensdagene.no

www.demensdagene.no
www.troms.kommune.no/nytt/2015/05/



Demensfyrtårn

Kroken sykehjem, Utviklingssenteret for sykehjem i Troms, er et av seks Demensfyrtårn i Norge. Demensfyrtårnene har et særlig ansvar med tanke på tiltak i henhold til Demensplan 2015 "Den gode Dagen". Demensdagene i Tromsø er et av tiltakene i regi av Demensfyrtårnet i Troms.



Kirsti Hagen

Fagutviklingssykepleier USH Troms / Prosjektleder «Demensdagene i Tromsø» / Demensfyrtårnet i Troms