

Dagcenter Harmonien

Atmospheric Gap Analysis

Demens Dagtilbud for borgere med demens, Skalborg

Dette dokument indeholder resultater fra observationer samt semi-strukturerede interviews med plejere, borgere og pårørende udført i demensdagtilbuddet Harmonien i november 2024. Undersøgelsen er en del af en atmospheric gap-analyse til projektet "Det Gode Værtskab".

Dokumentet bygger på principperne om Art in Health som beskrevet af WHO i rapporten Health Evidence Network Synthesis Report 67: What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being?

Formål

Formålet med analysen og dette dokument er at afdække behov og potentialer for kunst og sundhed i demensdagcentre i Nordjylland. Resultaterne præsenteres for personalet ved en designworkshop, hvor sundhedsprofessionelle og kulturprofessionelle arbejder sammen om at identificere indsatsområder, der kan styrke værtskabet i de nordjyske dagcentre. Målet er at udvikle 5 temaer, som kan videreudvikles og testes i 2025.

Metode

I denne undersøgelse er der udført:

- Observationer i dagcenteret over en dag i november.
- Semi-strukturerede, situerede interviews med 3 borgere og deres pårørende.
- Semi-strukturerede, situerede interviews med 3 medarbejdere.

Alt materiale er anonymiseret.

Materialet er udarbejdet af

Esben Bala Skouboe, Projektleder, Studio Poesis



Fakta om Harmonien

Kort beskrivelse

Harmonien er et dagcenter beliggende i Skalborg, Nordjylland. Her tilbringer demensramte borgere dagen fra kl. 10 til 16 sammen med plejere. Dagen byder på forskellige aktiviteter, socialt samvær og tid til individuelle hobbyprojekter. Der serveres tre måltider: morgenmad, frokost og eftermiddagskaffe, som altid ledsages af lidt sødt.

Dagcentret er målrettet demensramte borgere i aldersgruppen 69 år og opefter. Målgruppen inkluderer borgere med demens som følge af sygdom samt personer med aldersrelateret demens. Begge grupper oplever adfærdændringer, hukommelsesproblemer og generel forvirring, hvilket skaber behov for aflastning af pårørende i hjemmet og samtidig stimulering af borgeren. For mange er dagcentret ugens højdepunkt og et sted, hvor de møder anerkendelse på trods af deres store funktionstab.

Harmonien er indrettet i en del af Plejehjemmet Skipper Klement i ét plan. Lejemålet består af et stort køkken-alrum med køkken, motionscykelområde, bob-spil og to sofaområder, en tilstødende TV-stue med spisebord, en hvilestue med depot og et WC.

En dag i Harmonien

- 08.00 Personalet møder ind og forbereder dagen
Bager friskbagte boller, klargør saft, kaffe
Dækker bord med bordplan, der laves navneskilte
Administrative opgaver (afbud, journaler)
Klargør morgenmaden (boller, kaffe og saftvand)
- 9.30 Borgerne ankommer og får navneskilte, øreapparater kontrolleres.
- 10.00 Der synges fællessang: "Livet er ikke det værste man har". Der serveres og spises morgenmad, som nydes sammen fordelt i det i TV stuen og i køkkenalrummet.
- 11.00 Borgerne laver aktiviteter alene og sammen efter lyst.
Borgere inviteres ud og gå en tur, pakke gaver ind til banko, fodre fugle, strikker, læse avis eller selvbestemmer.
- 11.45 Banko starter
- 13.00 Serveres frokost, som nydes sammen på de to spisestuer.
- 13.30 Hvile tid
- 14.30 Eftermiddagskaffe (kage og kaffe) serveres og nydes ved borgerne.

Borgerne slapper af.
- 15.00 Borgerne bliver hentet og tager hjem
Personalet rydder op og gør klar til næste dag
De deler erfaringer og oplevelser fra dagen
- 16.00 Dagen slutter

Personale tilstede: 2-3 (alle kvinder)

Borgere tilstede: 9



Harmonien, bygningsfacade



Harmonien, Fællesrum



Harmonien, Spisestue

En dag som borger

En typisk dag som borger i Harmonien kan beskrives således:

Forberedelse

Dejen fra dagen før sættes i ovnen, og Harmonien klargøres. Personalet gennemgår journaler og patienter med særlige behov. Bordplaner samt navneskilte forberedes i fællesskab. ”Hvilke historier skal vi tro på?” Aktiviteter planlægges.

Morgen og modtagelse

Når borgeren ankommer til Harmonien omkring kl. 9.30 bliver de varmt modtaget af en plejer i døren. Personalet hjælper med at tage overtøjet af og byder borgeren velkommen, hvor de modtager et kram og et navneskilt, som klistres på trøjen. Her spørger personalet ind til kontaktbog. Borgerne sætter sig med aviser, fodre fugle - der er en hyggelig stemning og der er en kærlig drillende og venlig atmosfære. Personale tester borgers høreapparater. Før morgenmaden, synges en morgen sang. Der sidder 4-6 borgere sammen med 1-2 plejere ved morgenbordet. Der serveres hjemmebagte boller, kaffe og saftvand, og stemningen er hyggelig. Personalet sørger for at skabe en behagelig samtale og tager hensyn til forskelligheder ved at inkludere alle i dialogen.

Aktiviteter til middag

Når borgeren ankommer til Harmonien omkring kl. 9.30, bliver de varmt modtaget af en plejer ved døren. Personalet hjælper med at tage overtøjet af og byder borgeren velkommen. De modtager et kram og får et navneskilt, som sættes på trøjen. Her spørger personalet ind til kontaktbogen.

Borgerne sætter sig med aviser eller fodrer fugle, og der er en hyggelig stemning med en kærlig, drillende og venlig atmosfære. Personalet tester borgernes høreapparater. Før morgenmaden synges en morgensang. Ved morgenbordet sidder 4-6 borgere sammen med 1-2 plejere. Der serveres hjemmebagte boller, kaffe og saftvand, og stemningen er hyggelig. Personalet sørger for at skabe en behagelig samtale og tager hensyn til forskelligheder ved at inkludere alle i dialogen.

Frokost

Frokosten er et centralt mødested hvor, maden er objekt for stor glæde og indholdet i mange samtaler.

Efter morgenmaden forbereder nogle dagens fællesaktiviteter, mens andre læser avis, går en tur eller sidder og snakker. Borgere og personale går i gang med dagens aktiviteter, enten alene eller i grupper. Disse aktiviteter er med til at skabe vigtige sociale fællesskaber, understøtte den enkeltes identitet og give borgeren anerkendelse. Aktiviteterne planlægges med hensyn til den enkelte borgers ønsker og behov.

Dagens afslutning

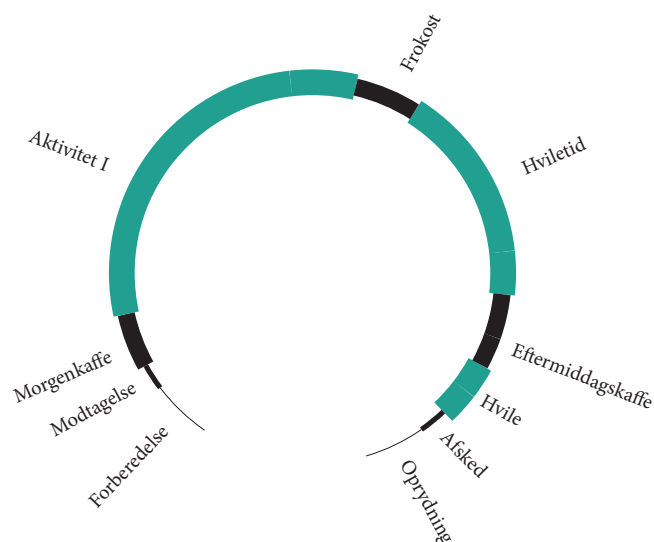
Eftermiddagskaffen er dagens sidste fællesaktivitet, og man kan mærke, at mange borgere er trætte. Aftensmaden indtages i sofabgrupperne tæt på de borgere. Borgerne hentes, og der tages afsked. Personalet rydder op og dej sættes over.



Bordplan laves som forberedelse



Der inviteres til fællesaktivitet: maleri



Patienthistore

Vi skal nu møde en borger. Borgeren er en kvinde i 80'erne, hun var dagplejemoder- hun er glad og aktiv. Hun har en positiv indstilling til livet og nyder at være sammen med andre mennesker. Hun beskriver sig selv som udadvendt, og hun elsker at fejre andres fødselsdag, men hun kan ikke selv lide at være i centrum. Hun er uhelbredeligt syg med Demens.

“Vi kommer jo med bus op. Og så tror mig eller ej, at vi bliver modtaget med kram og kys. Det er ligesom min gamle bedstemor i sin tid, når jeg kom ud på landet, så stod de der. Den fornemmelse har jeg næsten her i dag med pigerne, og det er der gode tegn for stedet..” Borger

Borgern har været dignostiseret med demens i 2 år og hun har allerede deltaget i flere demens tilbud på Nordkraft, men hun beskriver Harmonien som langt bedre, fordi de er bedre til at ramme den enkelte. Borgeren har flere hobbyer og interesser, herunder at male og lave keramik. Hun har også en stor kærlighed til fugle og har haft en hund som kæledyr. Hun kan godt nyder at lytte til musik og ser kunst som en måde at udtrykke sig på. Hun har også selv lavet mange malerier og keramikværker, men hun mener ikke længere at hun kan.

“Jeg elsker fugle“Borger
“Vil du gerne hjælpe med at passe en kanin, hvis de fik en fugl?” Interviewer
“Ja er du vimmer mand, det kan du tro“ Borger

Borgeren beskriver stemningen i Harmonien som “familiær” og føler sig hjemme her. Hun giver stor ros til personalet, som hun finder meget hjælpsomme og venlige. For denne dame er fællesskabet vigtigst, det er ikke så vigtigt hvad vi laver men det at vi er sammen er vigtigt, jeg kan også godt lide at spille forskellige spil og aktiviteterne mener hun er gode aktiviteter - fordi så sker der noget - så sidder vi ikke bare.

“Og bare der bliver sagt to ord, så har han (en anden borger) musikken herinde, og så spiller han til, og så synger vi allesammen.

Nu når alle kan komme med et forslag til sange. Vi er jo sådan lidt jævnældre. Og det er nogen, jeg kender. Jeg tror aldrig, vi har sunget noget, jeg ikke kender... det er fedt...” Borger

I interviewet kommer det frem, at Borgeren elsker at være udendørs og gå på tur, og hun ville meget gerne være med på en tur med bussen til forskellige steder. Hun nævner også, at hun ville elske at komme til Nibe og få en is.

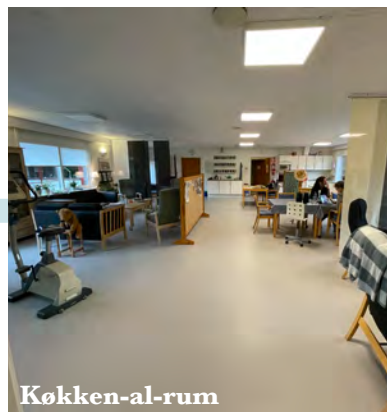
Ankomsten i Harmonien



Indgang



Gangen



Køkken-al rum

Det er svært at finde indgangen til Harmonien, da der ikke er skilte til dagcenteret. Når borgeren træder ind ad hoveddøren til Skipper Klement Plejehjem, mødes han af en varm institutionsstemning med en lidt rodet garderobe.



Køkken



Tv-stue med spiseplads



TV-stue

Når man kommer ind af hovedindgangen, møder borgeren et stort sammenhængende rum med køkken, sofagrupper, træningsområde og spilleområde. Dette rum har en høj visuel kompleksitet på grund af det omfattende rumprogram. Rummet er bygget op med fleksible løsninger, så det hurtigt kan omdannes til større rum, der bruges til fællesaktiviteter som fx bowling eller træning.



Depot og soveværelse



Køkken-alrummet består af flere mindre zoner, som hver har sin funktion. En af disse er et område ved vinduet mod gårdhaven, hvor man kan følge livet omkring fuglebrættet.



Hvilerum



Personalerum

Som et af de få separate rum er Hvilerummet et sted, hvor trætte og overvældede borgere kan trække sig tilbage for at slappe af. Personalerummet ligger uden for Harmonien og bruges til pauser, møder med pårørende samt kontorarbejde.

Ankomsten til Harmonien

Rum og atmosfære

Harmonien var svær at finde. Fra parkeringspladsen var der ingen skilte eller tegn på Harmoniens eksistens. Byggeriet er af ældre dato, men fremstår vedligeholdt. Et skilt byder borgeren velkommen til Plejehjemmet Skipperklement, hvor man mødes af en automatisk glasdør med et hvidt gardin trukket for. Dette er en foranstaltning for de ældre plejehjemsbeboere, som er dørsøgende.

Modtagelse af borgeren

Personalet er imødekommende og opmærksomme på den enkelte borger. De er bevidste om, hvilke borgere der ønsker kropslig kontakt, som et kram eller et håndtryk, og hvilke borgere der har andre behov. Borgerne beskriver modtagelsen som varm og imødekommende og er meget positive over personalets personlige velkomst.

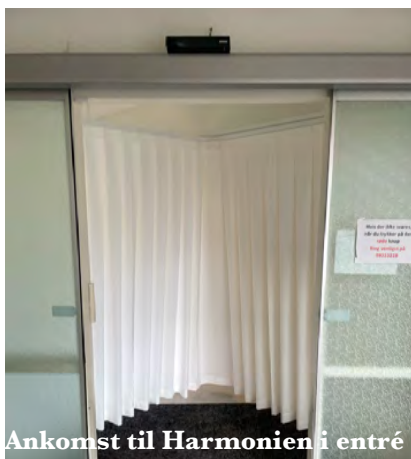
Personalet spørger efter den sorte kontaktbog, som indeholder kommunikation fra pårørende og kvalificerer den efterfølgende pleje.

Anbefalinger

Det anbefales, at der ryddes op i entreens visuelle udtryk. Dette kan enkelt gøres med et par indbygningsgarderobeskabe, som samtidig vil give ekstra opbevaringsplads til Harmonien. Ligeledes anbefales det, at der arbejdes med en mere venlig opslagstavle, udført i stof eller et andet materiale. Måske kunne denne opslagstavle skiftes ud med et maleri. Der kunne også arbejdes med en velkommende farve på væggen for at give Harmonien en varm og indbydende atmosfære, så trædøren fremstår venligt.

Den sorte skrift på døren kunne med fordel males i en farve, der passer til den valgte vægfarve, for at gøre velkomsten mere optimistisk og varm. Lågerne på indbygningsskabene kunne også males for at understøtte dette indtryk.

Det anbefales desuden, at Dagcenteret Harmonien bliver gjort mere synligt med et skilt ved indgangspartiet.



Ankomst til Harmonien i entré



Køkken-al-stue

Rum og atmosfære

Køkkenalrummet er et stort, sammenhængende rum, som åbner op for helt unikke muligheder for pladskrævende indendørs aktiviteter som fx bowling, træning eller dans. Det åbne rum er forsøgt opdelt i mindre zoner, hvor borgerne kan trække sig tilbage fra fællesskabet. Borgerne beskriver rummet som velkommende, 'hyggeligt' og hjemmeligt, mens personalet udtrykker et ønske om at skabe endnu mere separate/private rum, som adskiller sig fra fællesrummet.

I midten af rummet står en stor trægittervæg, som ønskes udskiftet med en mere mobil løsning. Den eksisterende opdeling benytter lave trætavler og tynde gardiner til at dele rummene, hvilket ikke bremser lydene effektivt. Derfor oplever personalet en del støj i løbet af dagen, især når de ønsker at ændre stemningen fra en aktiv atmosfære til en hvileperiode. Dette skaber udfordringer med at opdele og skærme nogle af borgerne.

Anbefaling

Hver enkelt del af det store køkkenalrum har en vigtig funktion: spisehjørne, sofakrog, musikhjørne, køkken, aktivitetsrum og entré. Vi anbefaler, at der arbejdes med mobile løsninger, fx gardiner eller skydevægge, som kan skabe smukke opdelinger og samtidig bidrage med stofflighed og akustikdæmpning. Dette vil gøre det muligt for personalet at transformere rummet fra et sammenhængende areal velegnet til plads-krævende aktiviteter til mindre, afgrænsede rum i rummet.

Ligeledes foreslås det at dæmpe den eksisterende belysning, så der kan tændes punktbelysning i de enkelte områder. Man kunne arbejde med forskellige temaer til de enkelte sektioner for at skabe identitet i rummene.

“Da jeg for første gang kom ind i rummet, synes jeg, det var rart. Men det har også rigtig meget med de mennesker at gøre” Personale



Køkken-al-rum



Hygge-krog

Tv-stuen

Rum og atmosfære

TV-stuen er tilstødende til køkkenalrummet. Rummet er delt op i to dele: en spiseafdeling og en sofagrube. Da vi besøgte Harmonien, kørte der en pejsevideo på TV'et, hvor knitrende lyde fra ilden fyldte rummet. Sammen med de flettede pendellamper over spiseområdet skabte dette en varm og velkommende atmosfære i den kolde danske november.

Langs væggene står et hvidt skab med glaslåger og en mobil reol med spil og bøger. To spil hænger i hjørnerne, og tre mindre malerier pryder væggen. Rummet har gode proportioner og passer godt til 2-5 personer.

Udenfor vinduet er der placeret et foderbræt, som tiltrak stor opmærksomhed – både når der blev fodret, og når fugle kom på besøg.

Anbefaling

Tv-stuens proportioner fungerer rigtig godt, og de to funktioner virker velplacerede. Da der allerede arbejdes med lyd og billede som stemningsskabende elementer, kunne der tilføjes lidt bedre højttalere, som ville give en langt bedre lyd kvalitet. Derudover kunne man arbejde med forskellige livestreams fra steder i verden, fx en foderkasse udenfor vinduet, et foderbræt i skoven hos Morten Hilmer eller måske et live feed fra en skilift i Norge.

Der kunne også arbejdes med farver og vægdekoration for at tilføje varme til rummet. Det hvide skab bidrager til opbevaringsfunktionen, men det indbyder ikke til kreativitet eller aktiviteter. Personalet skal vide, hvad der er i skabet, for at kunne aktivere indholdet.



Pejsestuen



Spisestue i pejsestuen

Gæsteværelse

Rum og atmosfære

Hvilerummet er et mindre værelse med et vindue mod nordvest, som benyttes til hvile. Værelset føles som et gæsteværelse, hvor hvile er muligt, men hvor depotfunktionen er den mest dominerende. På væggen hænger et teatralisk naturfoto, hvor solens stråler filtreres gennem bladene på et sundt træ.

Rumbelysningen kommer fra en centralt placeret loftlampe, suppleret af en diskospejlkugle som effektbelysning. Plastikasser er placeret på den hvide kommode og i rummets hjørner, hvilket skaber et komplekst visuelt indtryk og bidrager til visuel støj.

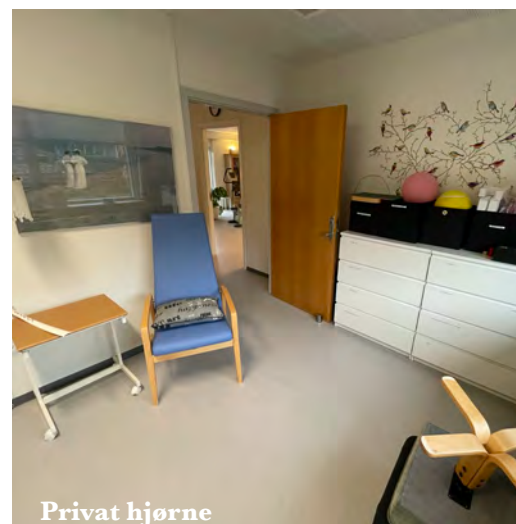
Der er en god akustik i rummet, og man kan høre beroligende stemmer fra de tilstødende lokaler. Møblerne er af ældre dato, herunder et ældre hvidt rullebord, der fungerer som sidebord. På væggen er der en udsmykning med fugle.

Anbefalinger

Dette rum har et stort potentiale. Hvis depotfunktionen flyttes, kan hvilfunktionen udvikles yderligere, og rummet vil kunne bruges til dels positive distraktioner. Her vil der også kunne skabes et sanse- og stimuleringsrum, hvor borgere, der har behov for at blive skærmet fra et hektisk fællesskab, kan finde ro. Dette kan opnås ved hjælp af beroligende musik eller kendte lyde fra naturen.

Man kan også arbejde med visuel stimulering gennem projektioner og beroligende belysning, der skaber en afstressende atmosfære. Dette kan suppleres med læsebelysning ved sengen og ved en god hvilestol.

Hvis depotfunktionen flyttes, kan der desuden etableres en mindre arbejdsplads, hvor fx puslespil eller håndværk kan stå fremme. Dette vil give borgere med behov for alenetid og fordybelse mulighed for at finde ro.



Toilet

Rum og atmosfære

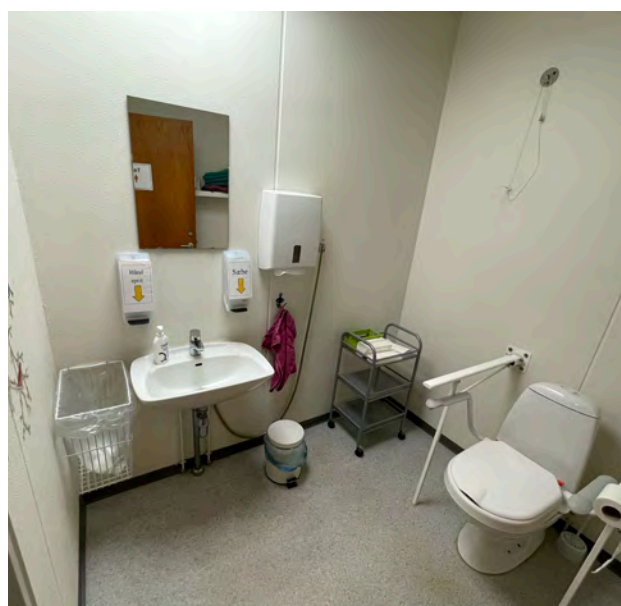
Indgangen til toiletterne er markeret med et rødt lamineret skilt ved siden af en rød brandslukker, et rødt brandtæppe og røde skraldespande. Når døren står åben, strømmer det kolde, hvide lys ud fra toilettet. Meget af dette er borgeren uvedkommende og skaber visuel støj.

Toilettet ligner mest et institutionstoilet fra 80'erne og indeholder ingen tegn på kærlighed og omsorg. Det er udelukkende designet til at være funktionelt og rengøringsvenligt.

Anbefalinger

Vi anbefaler, at der arbejdes med at rydde op i den visuelle støj og lave et smukt og velkommende skilt til toilettet. Vi anbefaler også at flytte brandslukkeren og skraldespandene, så det giver en mere velkommende atmosfære.

Toilettet er et meget intimt sted, hvor mange har private problemer, og hvor nogle har behov for hjælp. Vi anbefaler, at der arbejdes med at skabe et mere 'menneskeligt' udtryk på toilettet. Dette kan gøres på mange niveauer, fx ved at ændre farven på væggene, tilføje et spejl, forbedre belysningen eller tilføje dekorationer.



Personalerum

Rum og atmosfære

Personalerummet bruges som kontor, pauserum samt til vigtige samtaler med pårørende og borgere.

Atmosfæren er 'håbløs'. De cremehvide vægge, dekoreret med afblegede plakater med abstrakt kunst fra en svunden tid, maler et dystert billede af nutiden, som ikke bidrager til at understøtte innovationskraften på afdelingen. Rummet mangler kærlighed, varme og omsorg – elementer, der kunne generere optimisme og håb. Det skal smitte. Personalet beskriver rummet sådan: "Det virker koldt. Der er selvfølgelig lys udefra, men der er meget hvidt.

Hvad ville du gøre, hvis du kunne gøre lige, hvad du ville?

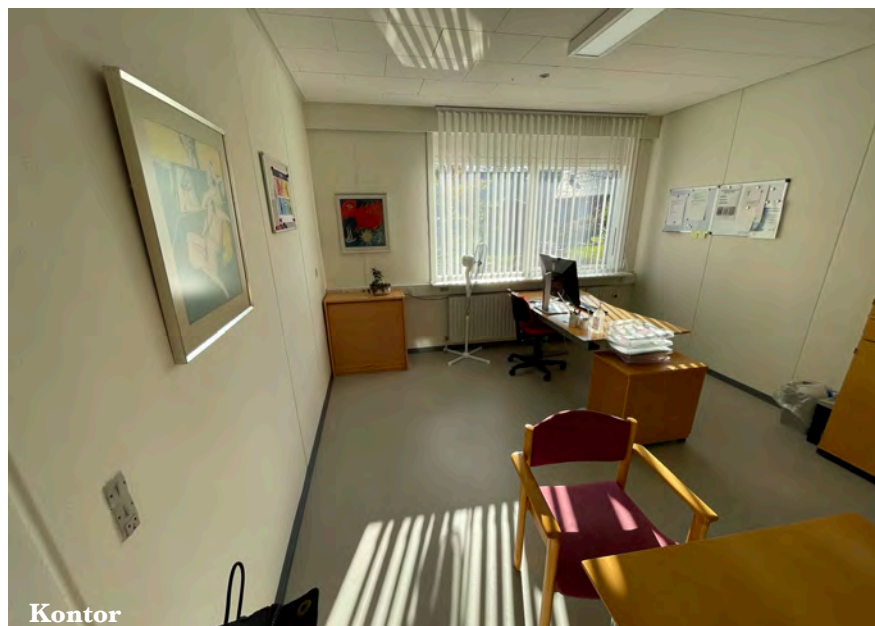
Jeg ville skabe noget hygge. Det er jo noget med blomster og lys og en dug på bordet. Det ville også være rigtig dejligt at have en god stol at sidde i. Måske kunne man nøjes med en bærbar og få frigivet lidt plads?"

Anbefalinger

Dette rum minder mest af alt om et skilsmissekontor, som ingen har taget ansvaret for. Vi mener, at der kan gøres en masse her – måske en lounge med et lavt bord og to gode lænestole samt en mere optimistisk arbejdsplads. Vi mener også, at farver og belysning, både i dekoration og i selve rummet, kan bidrage med glæde og tilføje sjæl til rummet. Måske kan de eksisterende møbler males, og der kan tilføjes et par lamper, ligesom væggene kan males for at skabe en "low-budget" og bæredygtig løsning. Man kunne også arbejde med farvede gardiner for at give lidt effekt og tilføre stofflighed til rummet.



Pause rum for personale



Kontor

Tematikker

Kreative kompetencer som drivkraft for værtskab og trivsel

”Jeg kunne helt vildt godt tænke mig at komme ud i noget mere kreativt. Også for at jeg sådan bliver lidt rusket ud af den! For jeg synes, det er lidt svært, når man er ved at finde på det. Det er der hvor jeg føler, at jeg godt kan bruge noget mere, det er inspiration.”

- Personale

Dette tema bygger på en antagelse om, at hvis vi investerer i og udvikler de kreative potentialer hos personalet, kan det føre til vækst og nye kompetencer, der styrker deres værtskab og lederskab i aktiviteterne på dagcentrene. Dette vil ikke kun skabe glæde og inspiration for borgerne, men også styrke arbejdsglæden og samarbejdet blandt kollegaer.

Aktiviteterne tager afsæt i personalets individuelle interesser og kreative potentialer. Hvis en medarbejder eksempelvis elsker at bage, men mangler inspiration, kunne vedkommende tage et kursus i bagning og derefter udvikle bageaktiviteter tilpasset borgere med demens. På denne måde får personalet mulighed for at kombinere deres personlige passioner med deres faglige ansvar, hvilket kan give ny energi og arbejdsglæde.

Målet er at udfordre personalets faglighed ved at bygge videre på deres individuelle interesser og kompetencer. Dette kræver en proces, hvor personalet får støtte til at:

- 1. Udforske og udvikle deres interesseområder:** For eksempel gennem kurser, workshops eller inspiration fra eksterne eksperter.
- 2. Omsætte idéer til praksis:** Udvikle nye aktiviteter, der er tilpasset borgernes behov, kognitive niveau og sociale præferencer.

Dette fokus på personalets kreative potentialer har flere positive effekter: Øget arbejdsglæde, mere inspirerende aktiviteter, samt bedre kvalitet og variation i tilbuddene

At skabe og lede aktiviteter – en vigtig kompetence

I et demenscenter er evnen til at skabe og lede aktiviteter en central del af personalets opgave. Dette initiativ anerkender og bygger videre på de kreative kompetencer, som ofte tages for givet. Det giver medarbejderne mulighed for at opdage nye sider af sig selv og anvende deres interesser på en måde, der gavner både borgere, kollegaer og dagcentret som helhed.

Dette tema viser, hvordan et fokus på personalets kreative potentiale kan styrke både det individuelle engagement og den samlede kvalitet i demenscentret. Ved at nære og udvikle disse kompetencer kan vi skabe en arbejdsplads, hvor glæde, inspiration og innovation smitter af på alt fra kollegialt samarbejde til borgernes hverdag. Dette er fundamentet for fremtidens demenscenter.

”Jeg synes, der er noget fedt ved de oplæsninger. Man kan bruge det både til noget humor, og nogle gange stopper vi op i teksten, fordi det minder om et eller andet. Det kan også bare bruges til, at man bruger sin stemme til, at nu falder vi alle sammen lidt til ro. Så jeg kunne godt tænke mig, en hyldeme- ter af bøger til demens, “

- Personale

En Aktivitetsalmanak for Dagcentre

”Vi havde snakket om at det blev sådan lidt trivielt. Og så bliver det jo kedeligt, og det er jo ikke nogen af os tre, der har lyst til.”

- Personalet

Dagcentrene er destinationer, som mange borgere ser frem til at besøge. For mange med demens repræsenterer dagcentrene et kærkomment afbræk fra en hverdag præget af krav og udfordringer. Harmonien, som nogle borgere kalder deres dagcenter, beskrives ofte som et sted, der skaber glæde, fællesskab og mening. Det er et trygt og imødekommende sted, hvor mødet med andre og deltagelse i fællesskaber betyder mere end selve aktiviteten.

Aktiviteterne på dagcentrene fungerer som katalysatorer for fællesskab og struktur i hverdagen. De skal imødekomme borgernes forskellige kognitive niveauer, og personalet har derfor en vigtig opgave i at graduere aktiviteterne, så de er tilgængelige og inkluderende. Samtidig er det vigtigt at anerkende, at der er mange måder at deltage i en aktivitet på – lige fra aktiv deltagelse til at være en del af det sociale samvær omkring aktiviteten.

For at styrke variationen, kvaliteten og inspirationen i dagligdagen foreslås det at udvikle en **Aktivitetsalmanak** – en videnssamling, der fungerer som en aktivitetsbog, inspireret af Claus Meyers kogebog **Almanak**.

Aktivitetsalmanakken – en ressource for både personale og borgere

1. Struktur og tilgængelighed: Aktivitetsalmanakken beskriver hver aktivitet med trin-for-trin vejledning, materialelister og forslag til tilpasninger, så aktiviteterne kan tilpasses forskellige kognitive niveauer og deltagelsesformer.
2. Variation og sammenhæng. Almanakken opdeles i sæsoner, hvor aktiviteterne relaterer til årstiden, højtider, inde- og udeaktiviteter. Dette skaber en naturlig variation og gør det nemt at finde aktiviteter, der passer til aktuelle temaer og omgivelser.
3. Deling og fleksibilitet. Aktiviteterne testes og deles mellem dagcentrene, så en medarbejder kan tage aktiviteter med til forskellige steder og sikre høj kvalitet og sammenhæng i borgernes oplevelser.
4. Fællesskab og individ. Aktiviteterne designes til både individuelle oplevelser, små grupper og fælles arrangementer for hele dagcentret. Aktiviteterne skal være fleksible, så personalet kan vælge mellem fællesskabsorienterede eller mere individuelle aktiviteter, afhængigt af borgernes behov og ønsker.
5. Et redskab til vidensdeling. Aktivitetsalmanakken bliver et fælles værktøj for personalet, der sikrer vidensdeling og inspiration. Den gør det lettere for nye eller midlertidige medarbejdere at tage del i planlægningen og gennemførelsen af aktiviteter.

Godt værtskab gennem viden og kreativitet

En Aktivitetsalmanak er et nyt værktøj, til at sikre at dagcentrene fortsat er destinationer, som borgerne glæder sig til at besøge. Med et solidt fundament af aktiviteter, der både er inspirerende og tilpasset, skabes rammerne for fællesskab, kvalitet og arbejdsglæde – til gavn for både borgere og personale.

Rummet som et atmosfærisk instrument

”Jeg kunne mega godt tænke mig, at vi havde, når der er putte-tid eller stillestund, at vi kunne skabe en atmosfære, der også indikerede, at nu har ro. Fordi vi er jo i det rum, hvor vi har været aktivitet hele dagen. Så hvis vi kunne gøre et eller andet dæmpende.”

- Personale

”Det skal jo føles lidt altså hjemmeligt. Noget af hygge. For mig betyder det noget med farver og måske ikke så stor rum i virkeligheden. Jeg ved det ikke helt. Lys og blomster. Især noget med farver.” Personale

I dette tema eksperimenteres der med digitale teknologier og designgreb for at skabe foranderlige rum, som kan fungere som et værktøj for personalet til at markere overgange mellem hvile og aktivitet. Inspireret af den tyske filosof Gernot Böhmes teori om atmosfærer som en ”usynlig sky” undersøger vi, hvordan rummet kan bruges som et atmosfærisk instrument til at understøtte pleje og rutiner. Atmosfæren i et rum påvirkes af sanseindtryk som lys, lyd, indretning og interaktion, og dette projekt sigter mod at designe atmosfærer, der aktivt fremmer borgernes trivsel og understøtter personalets arbejde.

Det er dette temas mål at udvikle rum, der kan transformeres atmosfærisk for at hjælpe borgere med at navigere mellem hviletid og aktivitetstid. Det er også et mål at skabe værktøjer, som personalet kan bruge til at ændre rummets karakter uden at belaste deres arbejdsrutiner. Sidst er det målet at minimere behovet for direkte korrektion af borgernes adfærd ved at lade rummet selv formidle overgange.

Dette gøres dels ved indretningen af Harmonien, men også ved hjælp af teknologiske løsninger som intelligent belysning, lyddesign, samt interaktive teknologier.

Dette tema udforsker, hvordan rummet kan blive en aktiv medspiller i demensplejen. Ved at bruge digitale teknologier og sanseindtryk som redskaber kan vi skabe miljøer, der ikke blot understøtter borgernes behov, men også fremmer personalets arbejdsglæde og effektivitet. Det er et skridt mod en ny måde at tænke demenspleje og rummets rolle i hverdagen.

At skabe rum i rummet - Indretning

”Jeg kunne godt tænke mig at gøre noget med indretningen og farverne og prøve at få institutionsbegrebet ud af det.”

- Personale

Dette tema fokuserer på, hvordan indretning kan bruges som et værktøj til at understøtte demenspleje og skabe rum, der imødekommer forskellige behov i dagligdagen. Det store køkken-alrum i Harmonien fungerer godt til større fællesaktiviteter som bowling og banko, men udfordringer som hård akustik og visuel støj gør det vanskeligt at skabe intime rum til hvile og ro.

Formålet med dette tema er at eksperimentere med fleksible løsninger, der forbedrer rummets funktionalitet og atmosfære. Personalet vil arbejde med rumdelinger, såsom fleksible vægge og gardiner, for at skabe bedre akustiske og visuelle zoner, der kan tilpasses rummets foranderlige behov.

Dette tema inkludere tiltag som ex. fleksible rumløsninger med gardiner, skærme eller mobile vægge, som kan bruges til at opdele rummet. Skabe mindre, intime zoner til hvile og ro, samtidig med at der bevares åbne områder til større aktiviteter. Opdelingen af rummene vil forbedre akustikken ved at integrere lyddæpende materialer i rumdelingerne. Ydermere ønskes det at optimere den visuelle oplevelse ved at fjerne visuel støj ved at reducere overflødige genstande og skabe en mere rolig og struktureret indretning. Herunder ønskes det at anvende opbevaringsløsninger, der kan skjule genstande, når de ikke er i brug. Der er et ønske om at introducere farve- og lysdesign, der skaber en behagelig og inviterende atmosfære.

Den foranderlige indretningen vil introducere design, der kan justeres efter behov, så rummet kan transformeres mellem hvileområder, sociale zoner og aktivitetsområder. Fokus på en intuitiv og brugervenlig opsætning, så personalet nemt kan ændre rummets funktion.

Dette tema handler om at transformere det store køkken-alrum i Harmonien til et fleksibelt og brugervenligt miljø, der kan imødekomme skiftende behov hos borgere og personale. Med fokus på rumdelinger, akustik og visuel ro vil dette projekt skabe et rum, der understøtter både fællesskab og intimitet i demensplejen.

”Da jeg trådte ind i rummet første gang, synes jeg også, det var rart at komme ind. Men det har også rigtig meget med de mennesker at gøre, det er der.”

- Personale

At møde borgeren der hvor de er!

”Jeg synes, at det er vildt spændende at møde individet bag sygdommen - Hvad er det, der gør, at jeg nu føler mig hjemme her?”

- Personale

Et godt værtskab handler om at møde borgeren der, hvor de er – både fysisk, mentalt og emotionelt. Det indebærer at lytte med nærvær og nysgerrighed for at finde de små, men værdifulde historier, der gemmer sig bag borgerens ord og handlinger. Personalet beskriver dette som en af de helt store gaver ved arbejdet, som samtidig giver stor arbejdsglæde. Disse øjeblikke kræver dog 1:1 tid, hvilket er ressourcekrævende, men nødvendigt for at skabe plads til borgerens fortællinger og spontane, men meningsfulde øjeblikke.

At Mobilisere kreative kompetencer og skabe rum for anerkendelse

Mange borgere har tidligere haft stor glæde af kreative aktiviteter som at spille musik, bage, male eller synge. For mange med demenssygdom kan disse aktiviteter dog blive forbundet med tab og frustration. Dette tema fokuserer på at genopdage og mobilisere borgernes kreative kompetencer, eventuelt i samarbejde med pårørende, for at skabe rum for anerkendelse og glæde.

Personalet kan støtte borgerne ved:

1:1 kontakt: Skabe små, intime øjeblikke, hvor borgeren kan genfinde glæden ved en tidligere aktivitet, f.eks. at spille klaver, male et billede eller bage et brød.

Fælles aktiviteter: Inspirere borgeren til at dele deres glæder med andre, f.eks. ved at spille musik, som andre borgere kan synge med på. Dette kan skabe liv og energi i fællesskabet.

Personalets rolle

Det er personalets opgave at skabe et rum, der passer bedst til borgerens individuelle behov og kompetencer. Dette indebærer:

Kortlægning af interesser og kreative kompetencer: Hvordan kan borgerens interesser identificeres og aktiveres på en måde, der tager højde for deres nuværende evner?

Støtte til aktiviteter: Hvordan kan personalet hjælpe borgerne med at genfinde glæden ved at skabe, uden at aktiviteterne bliver en kilde til frustration?

Prioritering af aktiviteter: Hvordan balanceres 1:1 aktiviteter med fælles aktiviteter? Hvor ofte skal de enkelte former prioriteres?

Dette tema handler om at give borgerne mulighed for at være værter for egne aktiviteter og dele deres kompetencer med andre – i små eller store fællesskaber. Det kan være noget så simpelt som at plante et frø, bage et godt brød eller skabe musik, der samler andre omkring dem. Disse aktiviteter kræver støtte og opmærksomhed fra personalet, men de bringer også liv, glæde og en følelse af mening for både borgere og fællesskab.

”Hele mit hjem. Det er fyldt med noget. Og det er helt enkelt, fordi mange år siden var min mand og jeg på en udstilling oppe i Hune. Og der var en maler, Marna Richt, så jeg hendes udstilling.

Så sagde jeg til Leif, nu skal jeg virkelig i gang med at male. Jamen så må vi købe ting, og så gik jeg i sang, så gik jeg i gang med at male. Hvis ikke lige jeg havde været deroppe på det tidspunkt....Jeg har et stort billede af hende på min væg, Marna. Det er dig, der har sat mig i gang. Tak.”

- Borger



”Først skaber vi rummene og derefter skaber de os”

- Winston Churchill, Britisk Statsmand