

SAMTALEKORT OM DEMENS



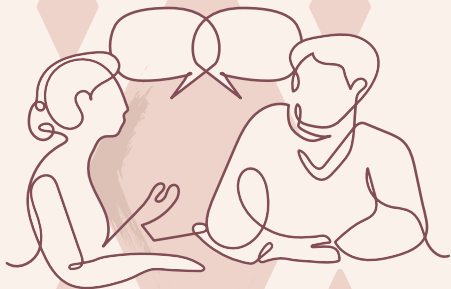
Aldring og helse
Nasjonalt senter

SAMTALEKORT OM DEMENS

Samtalekortene er utviklet for å stimulere til diskusjon og erfaringsutveksling i individuelle samtaler eller gruppesamtaler med personer med demens og deres pårørende. Dette kan være i sammenhenger hver for seg, eller der personer med demens og deres pårørende deltar sammen.

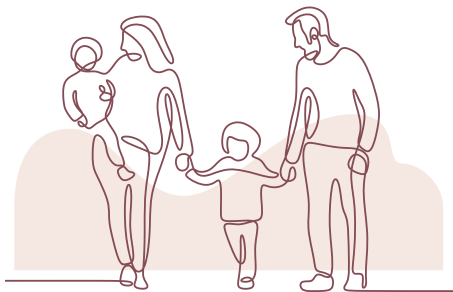
Det er ikke sikkert at alle kortene passer for alle, så det kan være lurt å velge ut aktuelle kort i forkant. Mange av spørsmålene egner seg for videre utforskning.

Personer med demens og pårørende er forskjellige med hensyn til bakgrunn og terskel for hva man ønsker å dele av opplevelser og erfaringer med andre. Det er viktig å tenke gjennom i hvilken sammenheng kortene skal brukes. Vanligvis vil det dreie seg om grupper der det legges vekt på informasjon, støtte og mestringsstrategier. Samtalene skal forgå i en trygg og fortrolig atmosfære, med respekt for den enkeltes forutsetninger for å delta.

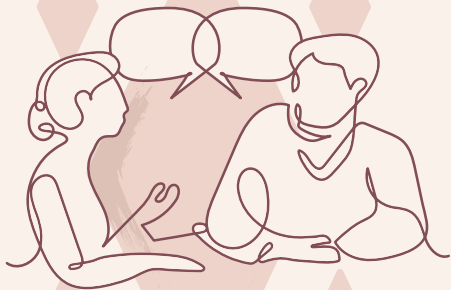


Aldring og helse
Nasjonalt senter

FAMILIELIVET

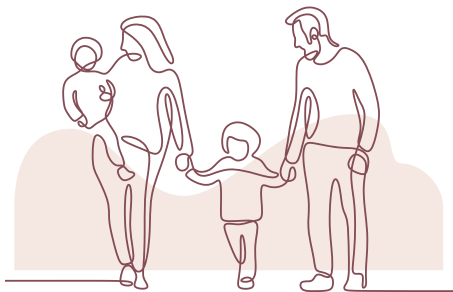


**Hvordan kan
familien din støtte deg
i hverdagen?**

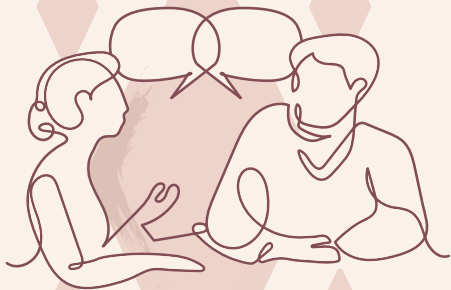


Aldring og helse
Nasjonalt senter

FAMILIELIVET

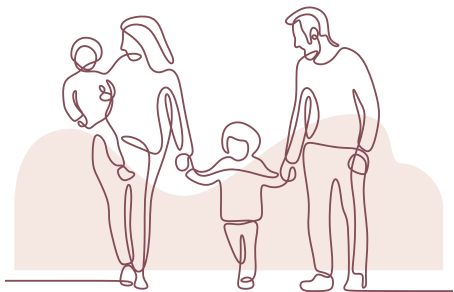


Hvordan har din rolle i familien endret seg?

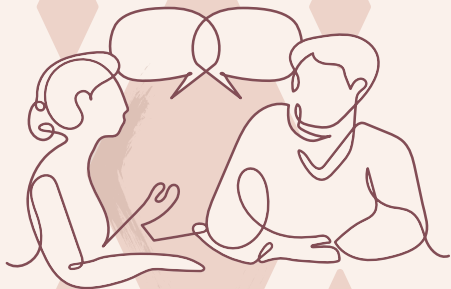


Aldring og helse
Nasjonalt senter

FAMILIELIVET

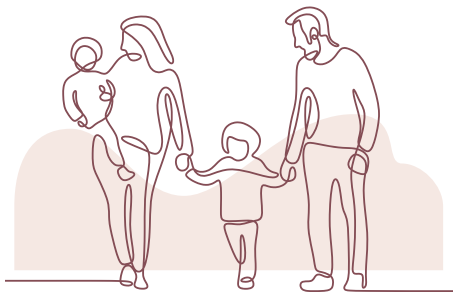


**Har forholdet i
familien endret seg?**

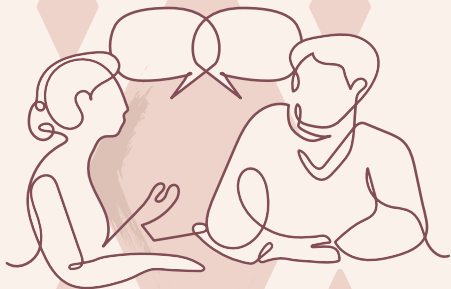


Aldring og helse
Nasjonalt senter

FAMILIELIVET

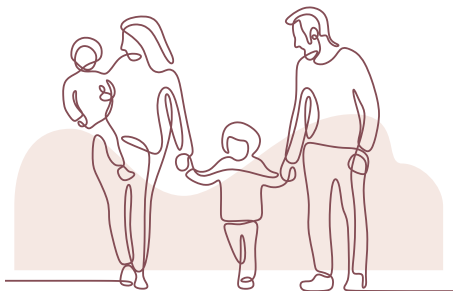


Hva skal til for at dere
skal ha en god dag
sammen?

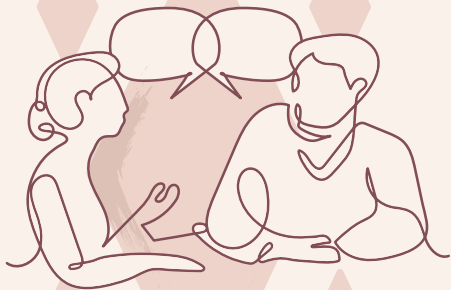


Aldring og helse
Nasjonalt senter

FAMILIELIVET

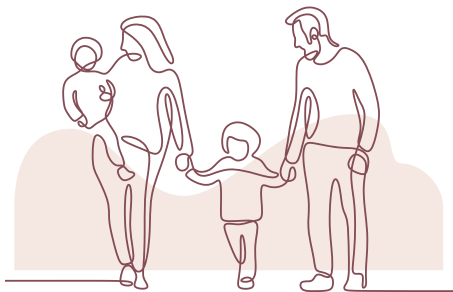


**Har familielivet
endret seg?**

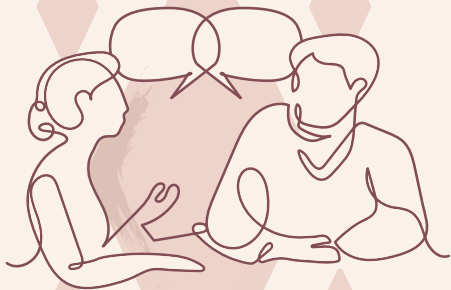


Aldring og helse
Nasjonalt senter

FAMILIELIVET

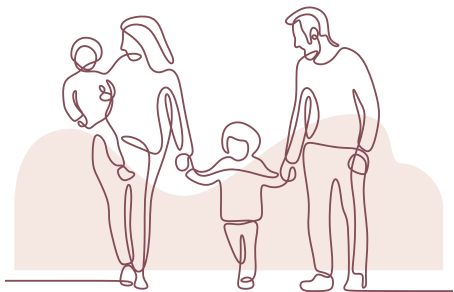


**På hvilken måte er du
viktig i familien?**

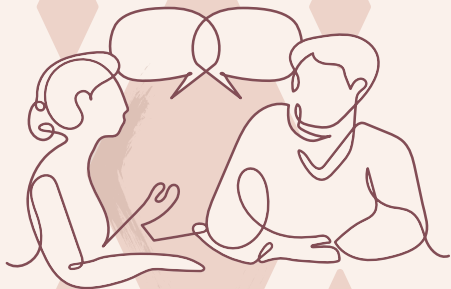


Aldring og helse
Nasjonalt senter

FAMILIELIVET



Hva skal til for at
du snakker om
sykdommen blant
familie og venner?

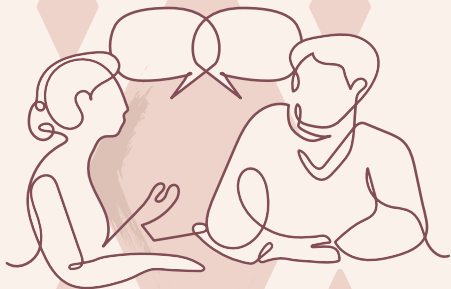


Aldring og helse
Nasjonalt senter

EGENOMSORG



Har du noen tanker
om tiden fremover?

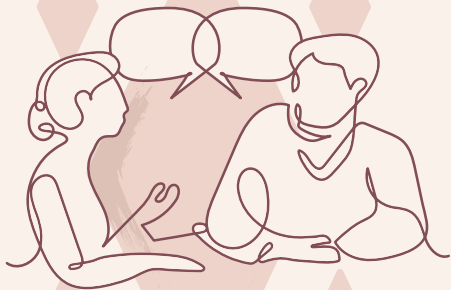


Aldring og helse
Nasjonalt senter

EGENOMSORG



Føler du deg ensom?

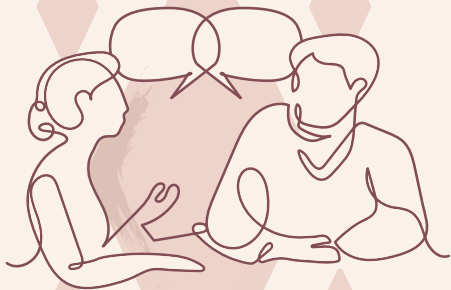


Aldring og helse
Nasjonalt senter

EGENOMSORG



Er det noe du trenger
hjelp og støtte til?

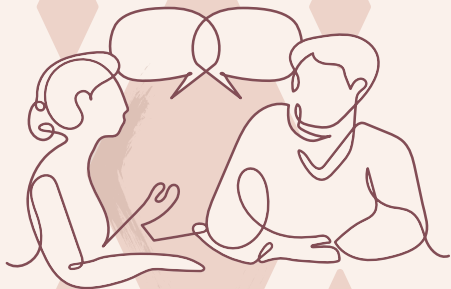


Aldring og helse
Nasjonalt senter

EGENOMSORG



Hva er det beste noen
kan gjøre for deg?

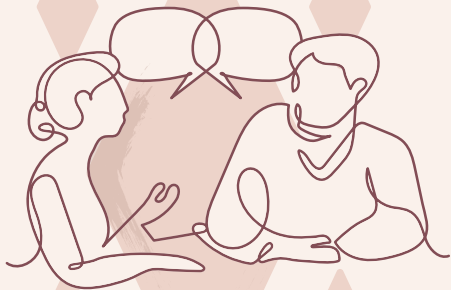


Aldring og helse
Nasjonalt senter

EGENOMSORG



Hva er du fornøyd
med for tiden?

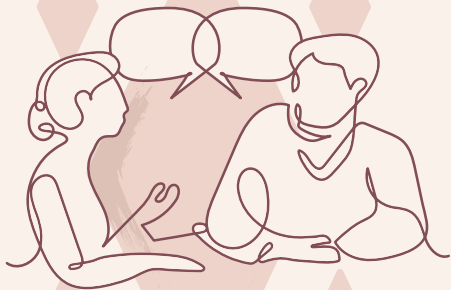


Aldring og helse
Nasjonalt senter

EGENOMSORG



Hvordan håndterer
du bekymringer i
hverdagen?

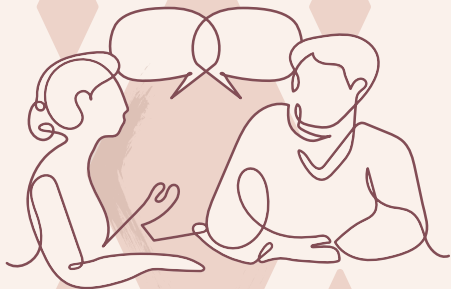


Aldring og helse
Nasjonalt senter

EGENOMSORG



Hvem (eller hva)
betyr mye for deg?

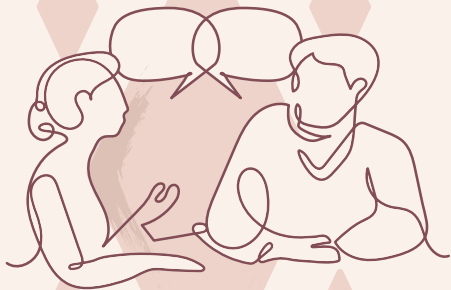


Aldring og helse
Nasjonalt senter

EGENOMSORG



Hva gjør du når du
er lei deg?

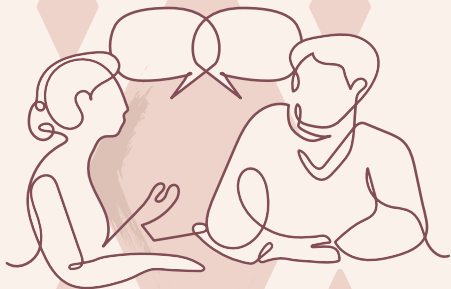


Aldring og helse
Nasjonalt senter

EGENOMSORG



Hva gjør du når du
ønsker avkobling?

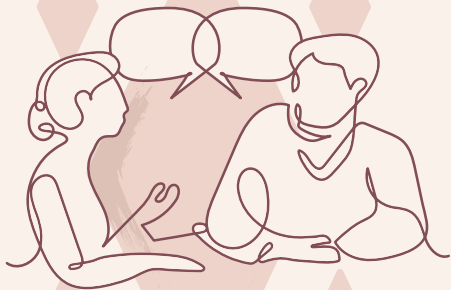


Aldring og helse
Nasjonalt senter

EGENOMSORG



Hva gjør du når du
vil hygge deg?

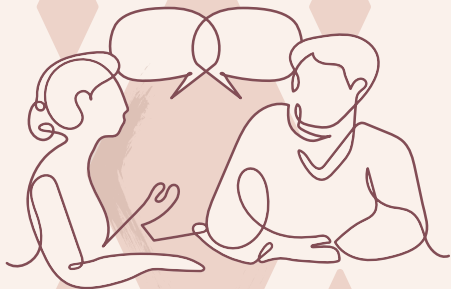


Aldring og helse
Nasjonalt senter

EGENOMSORG



Hva er god dag
for deg?

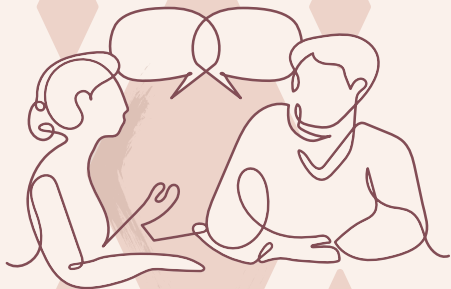


Aldring og helse
Nasjonalt senter

EGENOMSORG



Hvordan tar du vare
på deg selv?

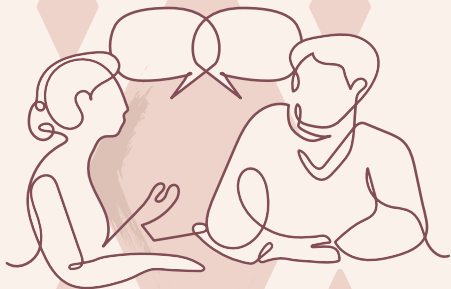


Aldring og helse
Nasjonalt senter

EGENOMSORG



Hva synes du om å
gi omsorg til andre?

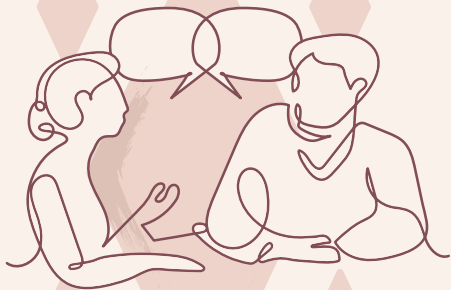


Aldring og helse
Nasjonalt senter

EGENOMSORG

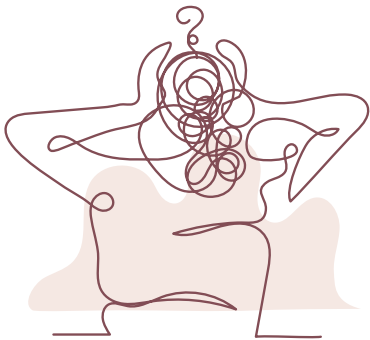


Hva synes du om
å ta imot omsorg
fra andre?

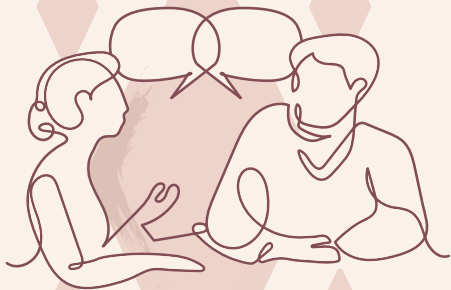


Aldring og helse
Nasjonalt senter

OM DEMENS

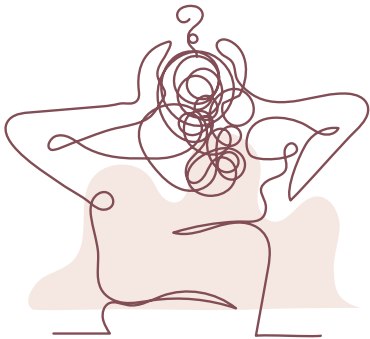


Hvordan påvirker
hukommelses-
problemene
hverdagen din?

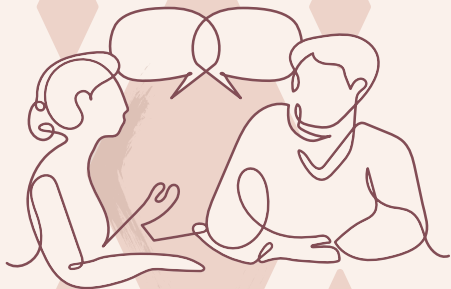


Aldring og helse
Nasjonalt senter

OM DEMENS

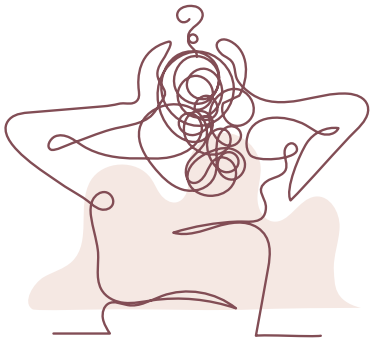


Hva tenker du om
å være åpen
om sykdommen?

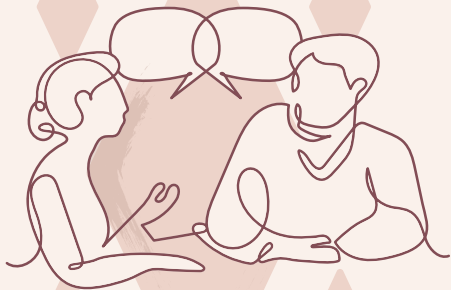


Aldring og helse
Nasjonalt senter

OM DEMENS

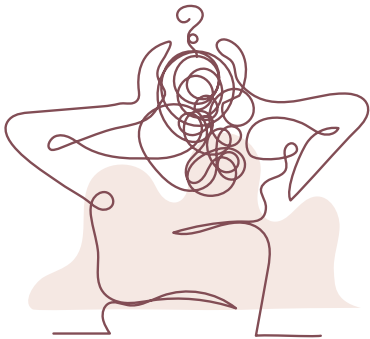


Hva tror du folk flest
tenker om demens?

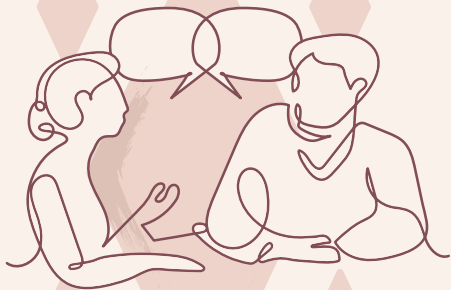


Aldring og helse
Nasjonalt senter

OM DEMENS

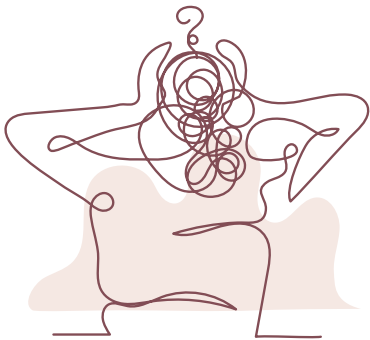


Hvilke råd vil du gi til personer som nettopp har fått en demensdiagnose og deres pårørende?

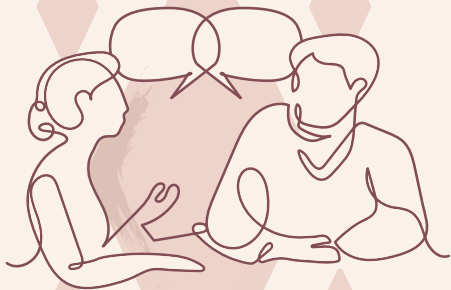


Aldring og helse
Nasjonalt senter

OM DEMENS

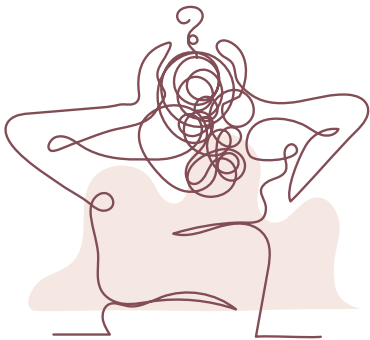


Hvordan har det
påvirket deg å få
vite om demens-
diagnosen?

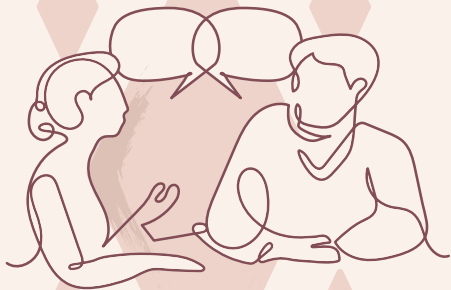


Aldring og helse
Nasjonalt senter

OM DEMENS

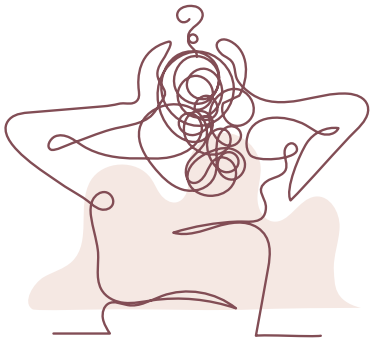


Hvordan opplevde
du tiden før demens-
diagnosen ble stilt?

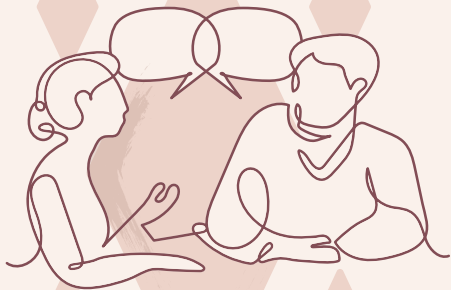


Aldring og helse
Nasjonalt senter

OM DEMENS



Hva opplever du
som vanskelig og
hva er greit?

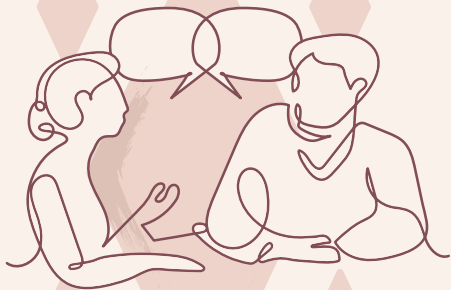


Aldring og helse
Nasjonalt senter

KONTAKT MED HELSEVESENET



Hvilken informasjon
og råd synes du
helsepersonell bør
gi om demens?

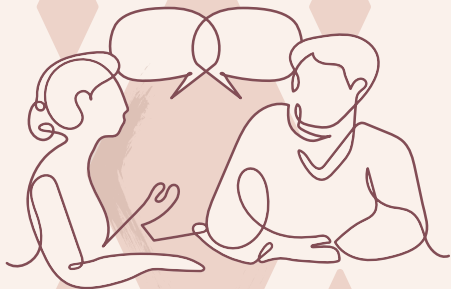


Aldring og helse
Nasjonalt senter

KONTAKT MED HELSEVESENET



Hvordan opplever
du kontakten med
helsevesenet?

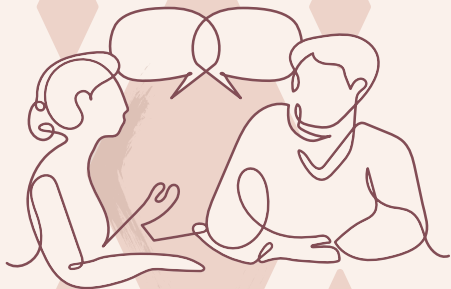


Aldring og helse
Nasjonalt senter

KONTAKT MED HELSEVESENET



**Mottar du tilbud fra
hjelpeapparatet i dag,
eventuelt hvilke?**

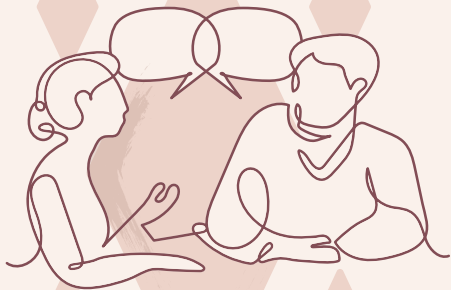


Aldring og helse
Nasjonalt senter

KONTAKT MED HELSEVESENET



Har noen i hjelpe-
apparatet informert
deg om demens?
På hvilken måte?

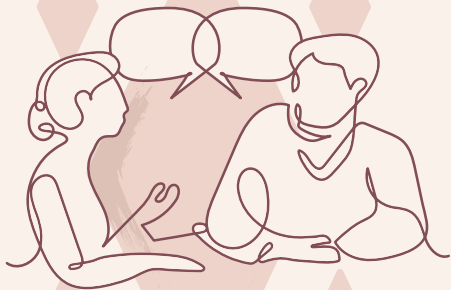


Aldring og helse
Nasjonalt senter

KONTAKT MED HELSEVESENET



Er det åpenhet for å snakke med hjelpeapparatet om det du synes er vanskelig?

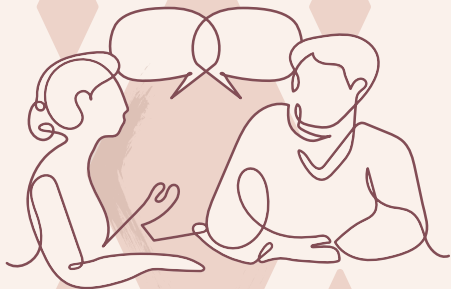


Aldring og helse
Nasjonalt senter

KONTAKT MED HELSEVESENET



Kunne møte med
helsevesenet vært
annerledes?

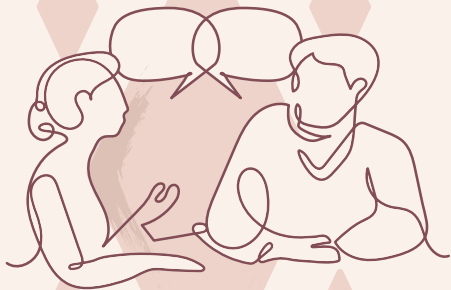


Aldring og helse
Nasjonalt senter

VÆRE AKTIV



**Hvilke aktiviteter
betyr mye for deg?**

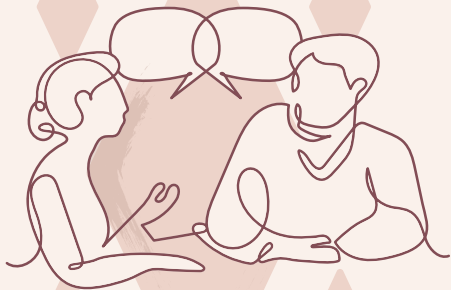


Aldring og helse
Nasjonalt senter

VÆRE AKTIV



Er det noe du savner
å gjøre?

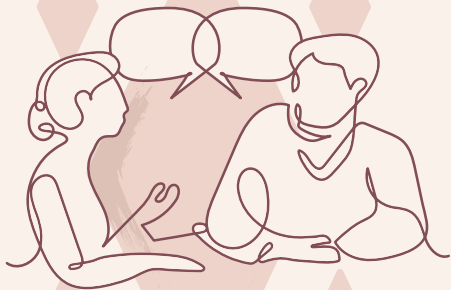


Aldring og helse
Nasjonalt senter

VÆRE AKTIV



Hva liker du å gjøre
sammen med andre?

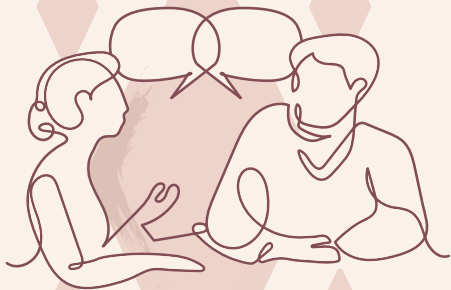


Aldring og helse
Nasjonalt senter

VÆRE AKTIV



Hvordan er det å
være sammen med
andre for tiden?

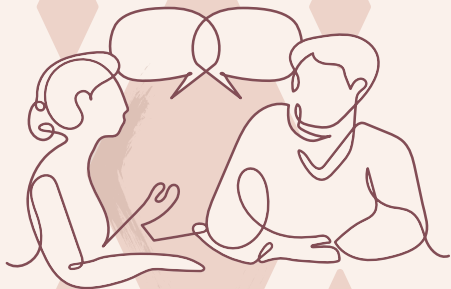


Aldring og helse
Nasjonalt senter

VÆRE AKTIV



Hva liker du å snakke
med andre om?

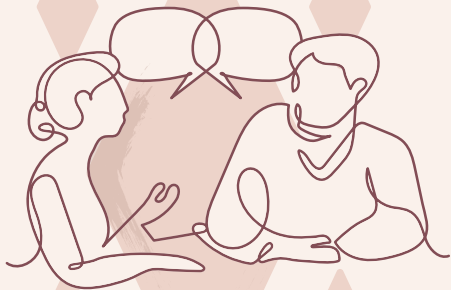


Aldring og helse
Nasjonalt senter

VÆRE AKTIV



**Hvilke daglige
gjøremål liker du?**

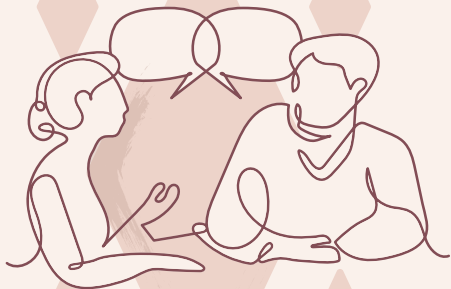


Aldring og helse
Nasjonalt senter

VÆRE AKTIV



Er det noen aktiviteter
du har sluttet med?

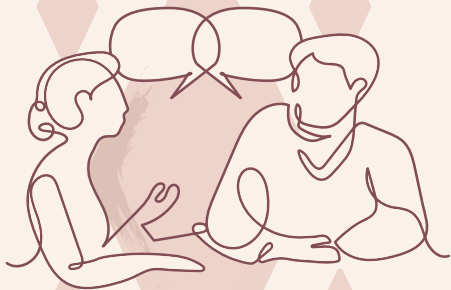


Aldring og helse
Nasjonalt senter

VÆRE AKTIV



Hva gjør du for å
holde deg aktiv?

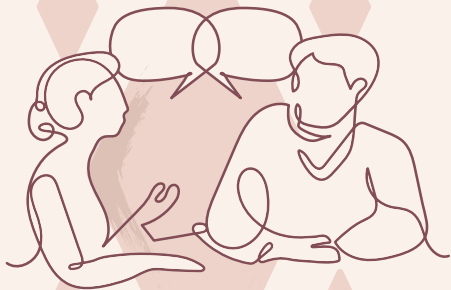


Aldring og helse
Nasjonalt senter

VÆRE AKTIV



Hva gir deg glede
i hverdagen?

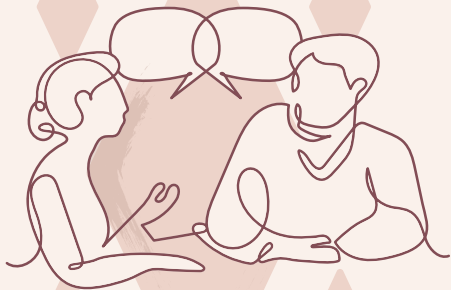


Aldring og helse
Nasjonalt senter

VÆRE AKTIV



Har interessene dine
endret seg?

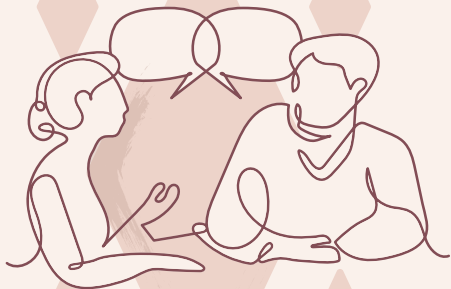


Aldring og helse
Nasjonalt senter

EGNE REAKSJONER



Er humor til hjelp i hverdagen?

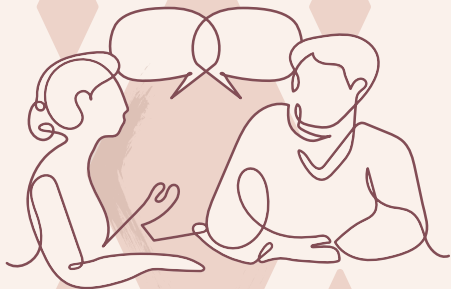


Aldring og helse
Nasjonalt senter

EGNE REAKSJONER



Hvordan håndterer
du frustrasjoner?

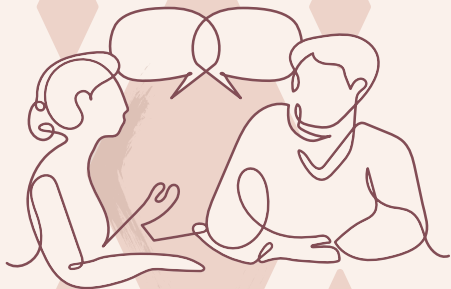


Aldring og helse
Nasjonalt senter

EGNE REAKSJONER



Hva føler du dersom
du blir irettesatt
av andre?

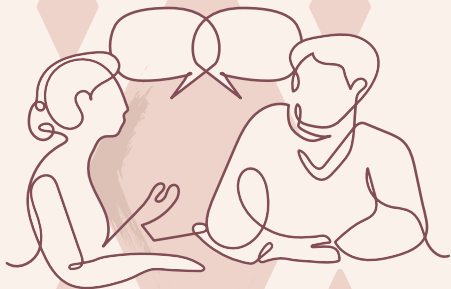


Aldring og helse
Nasjonalt senter

EGNE REAKSJONER



Hender det at du
får dårlig samvittighet
overfor familie-
medlemmer?

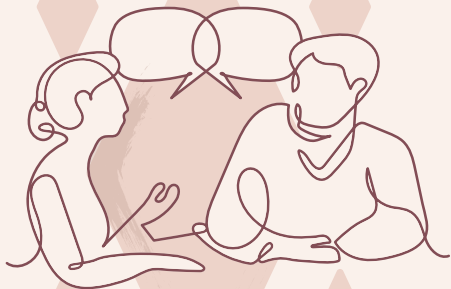


Aldring og helse
Nasjonalt senter

EGNE REAKSJONER



Hva er du stolt av
for tiden?

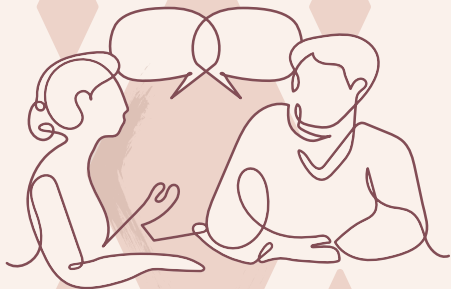


Aldring og helse
Nasjonalt senter

EGNE REAKSJONER



Hva gjør deg
utålmodig?

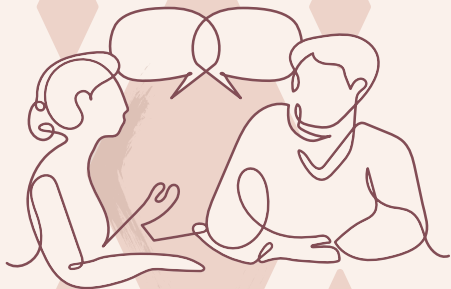


Aldring og helse
Nasjonalt senter

EGNE REAKSJONER



På hvilken måte
har livet endret seg
for deg?

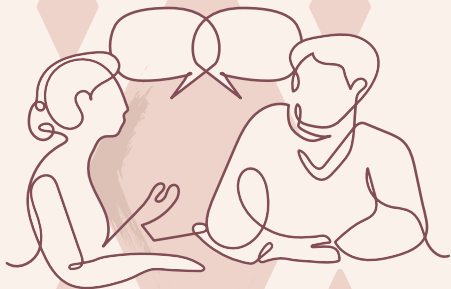


Aldring og helse
Nasjonalt senter

EGNE REAKSJONER



Hvordan reagerer
du på å motta hjelp
fra andre?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

EGNE REAKSJONER



Klarer du å opprettholde et eventuelt yrkesaktivt liv?