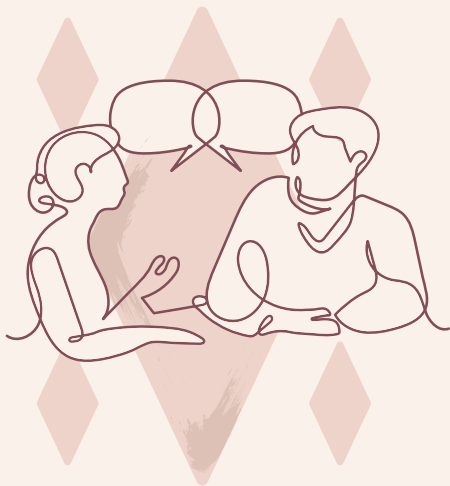


SAMTALEKORT OM DEMENS



Aldring og helse
Nasjonalt senter

ISBN: 978-82-8470-205-6

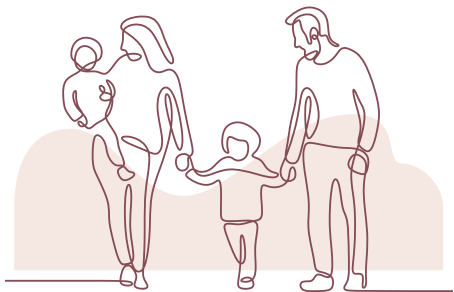
SAMTALEKORT OM DEMENS

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.

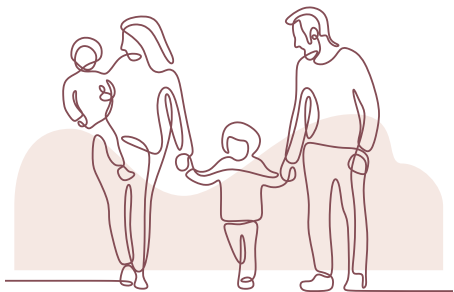
Personer med demens og pårørende er forskjellige med hensyn til bakgrunn og terskel for hva man ønsker å dele av opplevelser og erfaringer med andre. Det er viktig å tenke gjennom i hvilken sammenheng kortene skal brukes. Vanligvis vil det dreie seg om grupper der det legges vekt på informasjon, støtte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

FAMILIELIVET



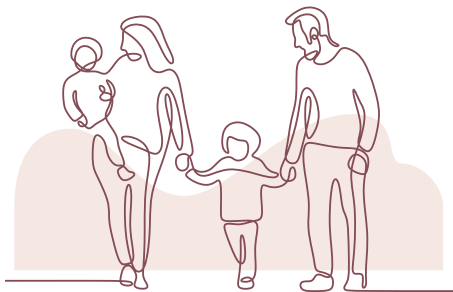
Hvordan kan
familien din støtte deg
i hverdagen?

FAMILIELIVET



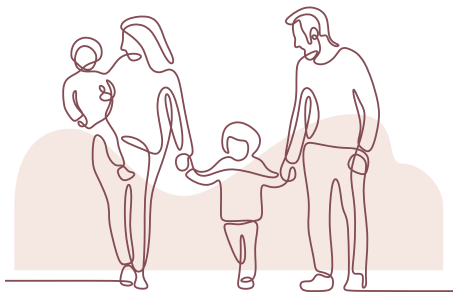
Hvordan har din rolle i
familien endret seg?

FAMILIELIVET



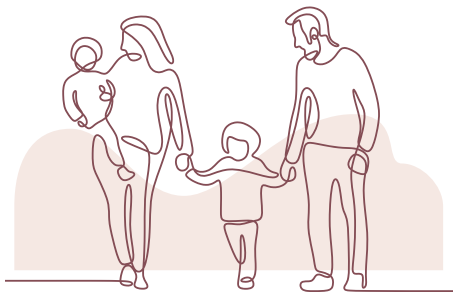
Har forholdet i
familien endret seg?

FAMILIELIVET



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

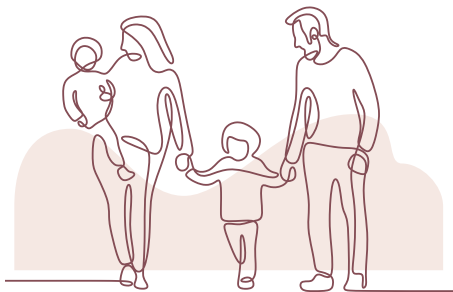
FAMILIELIVET



Har familielivet
endret seg?

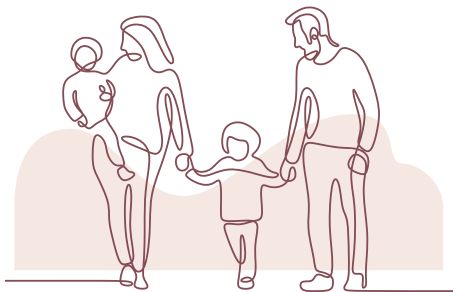
ISBN: 978-82-8470-205-6

FAMILIELIVET



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

FAMILIELIVET



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

EGENOMSORG



Har du noen tanker
om tiden fremover?

EGENOMSORG



Føler du deg ensom?

EGENOMSORG



Er det noe du trenger
hjelp og støtte til?

EGENOMSORG



Hva er det beste noen
kan gjøre for deg?

EGENOMSORG



Hva er du fornøyd
med for tiden?

EGENOMSORG



Hvordan håndterer
du bekymringer i
hverdagen?

EGENOMSORG



Hvem (eller hva)
betyr mye for deg?

EGENOMSORG



Hva gjør du når du
er lei deg?

EGENOMSORG



Hva gjør du når du
ønsker avkobling?

EGENOMSORG



Hva gjør du når du
vil hygge deg?

EGENOMSORG



Hva er god dag
for deg?

EGENOMSORG



Hvordan tar du vare
på deg selv?

EGENOMSORG



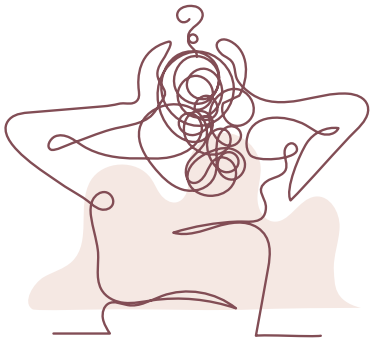
Hva synes du om å
gi omsorg til andre?

EGENOMSORG



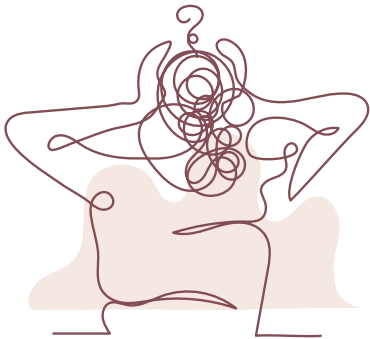
Hva synes du om
å ta imot omsorg
fra andre?

OM DEMENS



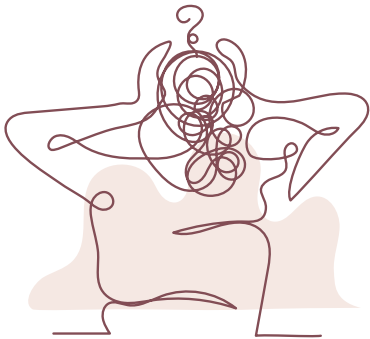
Hvordan påvirker
hukommelses-
problemene
hverdagen din?

OM DEMENS



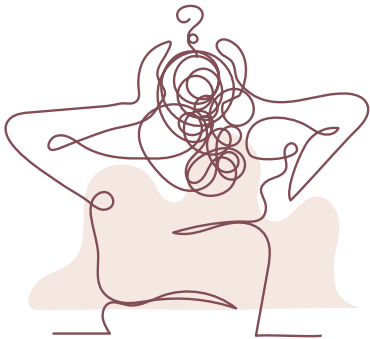
Hva tenker du om
å være åpen
om sykdommen?

OM DEMENS



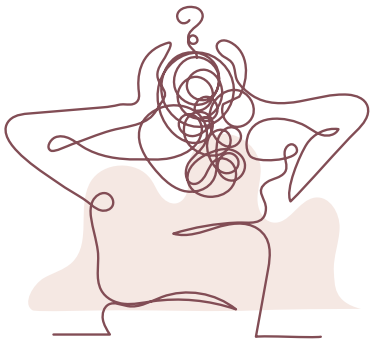
Hva tror du folk flest
tenker om demens?

OM DEMENS



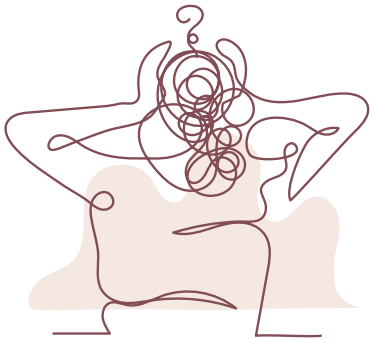
Hvilke råd vil du gi
til personer som
nettopp har fått en
demensdiagnose og
deres pårørende?

OM DEMENS



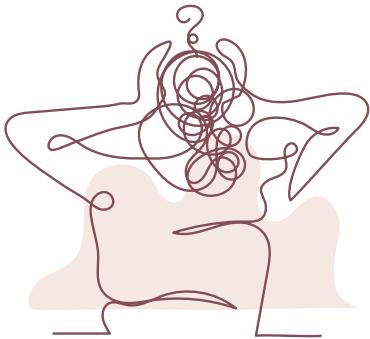
Hvordan har det
påvirket deg å få
vite om demens-
diagnosen?

OM DEMENS



Hvordan opplevde
du tiden før demens-
diagnosen ble stilt?

OM DEMENS



Hva opplever du
som vanskelig og
hva er greit?

KONTAKT MED HELSEVESENET



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

KONTAKT MED HELSEVESENET



Hvordan opplever
du kontakten med
helsevesenet?

KONTAKT MED HELSEVESENET



Mottar du tilbud fra
hjelpeapparatet i dag,
eventuelt hvilke?

KONTAKT MED HELSEVESENET



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

KONTAKT MED HELSEVESENET



Er det åpenhet for å
snakke med hjelpe-
apparatet om det du
synes er vanskelig?

KONTAKT MED HELSEVESENET



Kunne møte med
helsevesenet vært
annerledes?

VÆRE AKTIV



Hvilke aktiviteter
betyr mye for deg?

VÆRE AKTIV



Er det noe du savner
å gjøre?

VÆRE AKTIV



Hva liker du å gjøre
sammen med andre?

VÆRE AKTIV



Hvordan er det å
være sammen med
andre for tiden?

VÆRE AKTIV



Hva liker du å snakke
med andre om?

VÆRE AKTIV



Hvilke daglige
gjøremål liker du?

VÆRE AKTIV



Er det noen aktiviteter
du har sluttet med?

VÆRE AKTIV



Hva gjør du for å
holde deg aktiv?

VÆRE AKTIV



Hva gir deg glede
i hverdagen?

VÆRE AKTIV



Har interessene dine
endret seg?

EGNE REAKSJONER



Er humor til hjelp i
hverdagen?

EGNE REAKSJONER



Hvordan håndterer
du frustrasjoner?

EGNE REAKSJONER



Hva føler du dersom
du blir irettesatt
av andre?

EGNE REAKSJONER



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

EGNE REAKSJONER



Hva er du stolt av
for tiden?

EGNE REAKSJONER



Hva gjør deg
utålmodig?

EGNE REAKSJONER



På hvilken måte
har livet endret seg
for deg?

EGNE REAKSJONER



Hvordan reagerer
du på å motta hjelp
fra andre?

EGNE REAKSJONER



Klarer du å opprett-
holde et eventuelt
yrkesaktivt liv?