

Demensdagene

DAGER MED MENTING

Clarion Hotel The Hub
3.-4. desember 2019



Aldring og helse
Nasjonal kompetansetjeneste

● Praktiske opplysninger

Sted og tid

Clarion Hotel The Hub,
Biskop Gunnerus' gate 3, Oslo
3.-4. desember 2019

Påmelding

Påmelding er åpen på:
www.aldringoghelse.no/demensdagene frem til
4. november eller så lenge det er ledige plasser.
Husk å merke av for hvilke symposier du vil delta i.

Registreringsavgift og betaling

Registreringsavgiften er kr. 4.100 inklusive
lunsj og kaffe begge dager. Faktura sendes ut
fortløpende i løpet av høsten, senest en uke
før konferansestart. Ved nettpåmelding mottar
du umiddelbart en bekreftelse til din oppgitte
e-postadresse. Husk å oppgi fakturaadresse og
evt. merknad.

Overnatting

Overnatting kan bestilles når du melder deg på
via våre nettsider. Enkeltrom koster 1 820,- og
dobbeltrom (twin room) koster 2 020,- for en
natt.

Endringer og avbestilling

Ved avbestilling senere enn to uker før
konferansestart (20. november) blir du fakturert
for hele konferanseavgiften samt eventuell
overnatting som er bestilt.

Avbestilling må gjøres skriftlig til
post@aldringoghelse.no.
Endringer på booking kan gjøres frem
til 20. november skriftlig på epost til
post@aldringoghelse.no

Diettmat

Behov for diettmat (gluten-/melkefri kost,
andre matallergier, vegetarmat) må oppgis ved
påmelding.

Forespørsler

Forespørsler vedrørende Demensdagene kan
rettes til Aldring og helse på tlf.: 33 34 19 50
eller e-post: demensdagene@aldringoghelse.no.

Godkjenninger

Konferansen er søkt godkjent i legers etter-
og videreutdanning i allmennmedisin,
samfunnsmedisin, alders- og sykehjemsmedisin,
geriatri, indremedisin, psykiatri, nevrologi, samt
fysikalsk medisin og rehabilitering med 15 timer.
Konferansen er også søkt godkjent til spesi-
litetene i klinisk psykologi, klinisk sykepleie og
ergoterapi.

I tillegg er konferansen søkt godkjent som
tellende i klinisk fagstige for hjelpepleiere,
omsorgsarbeidere og helsefagarbeidere.
Øvrige yrkesgrupper må kontakte eget forbund.

Rett til endringer i programmet forbeholdes

Følg oss på sosiale medier for livestreaming og intervjuer under konferansen:



/aldringoghelse



#demensdagene



aldringoghelse

www.aldringoghelse.no



Foto: Helge Brekke

Velkommen til DEMENS DAGENE 2019

Demens er en dødelig kronisk sykdom som mange frykter. Samtidig vet vi at personer med demens kan oppleve god livskvalitet i mange år. De ønsker, som oss alle, at dagene skal gi mening, at de er fylt med aktiviteter som er meningsfulle.

Hva som gir mening, kan variere med grad av demens og fra person til person. Årets demensdager presenterer tydelige stemmer med eksempler fra forskning og praktisk erfaring. Vi tror dere vil få inspirasjon til hvordan tjenesten for personer med demens kan bidra til å gi dagene mening.

I år fremstår Demensdagene i ny drakt. Etter mange gode år ved Oslo kongressenter flytter vi til «The Hub», Oslos nye konferansehotell. Det ligger enda mer sentralt, og det gir enda bedre muligheter for en god konferanseopplevelse. Vi benytter samtidig anledningen til å pusse opp formatet for

Demensdagene. Vi tror det gjør at flere finner noe som passer akkurat for dem.

Dagen før Demensdagene vil vi også ha et eget arrangement som har mer uformell innpakning og som retter seg mot personer med demens, deres pårørende og ikke minst folk flest.

Dette blir dager med mening, for alle deltagere.

Velkommen.

Geir Selbæk
Professor, spesialist i psykiatri
Forskningssjef





Internasjonalt anerkjent psykolog til Demensdagene:

En terapi mot demens som virker

Han har gjennom et helt arbeids- og forskerliv arbeidet for å utvikle en terapi for personer med demens. Resultatet danner nå skole for helsepersonell i hvordan personer med demens kan huske bedre og få flere gode leveår. Men Bob Woods gir seg nok ikke med det.

tekst: Petter Hveem | foto: Martin Lundsvoll



Fakta om HST

HST står for Hukommelsesstimulerende terapi. HST er en evidensbasert korttidsintervensjon der hovedmålet er å bedre kognisjonen ved hjelp av teknikker som påvirker en rekke kognitive funksjoner. Bedret kognitiv funksjon fører til økt livskvalitet og selvstendighet.

HST gjennomføres i gruppebaserte samlinger, der 3-6 deltakere deltar i ulike oppgaver og aktiviteter som er tilpasset personer med hukommelsessvikt og demenssykdommer. Opplegget passer for personer med moderat grad av demens. Deltakerne må ha rimelig godt syn og hørsel og kunne delta i et gruppemøte som varer i 45 minutter.

Aldring og helse tilbyr bestillingskurs for opplæring av gruppeledere. Kursene holdes primært i samarbeid med Fylkesmannsembetene og USHT i alle regioner i Norge. Kommuner kan også bestille kurs.

Les mer om HST her:
www.aldringoghelse.no/hst

Woods er nå pensjonist, men vi møter ham på arbeidsplassen hans ved Universitetet i Bangor, på kysten helt nord i Wales. Kontoret, som han fremdeles benytter noen dager i uken, har utsikt mot øya der han nå lever og bor.

Pådriver for personer med demens

Helt siden han som ung hjelpepleier nærmest tilfeldig fikk seg jobb på ett av datidens psykiatriske sykehus i England, har Woods vært en pådriver for at mennesker med demens skal bli sett på som unike personer med evner både til læring og utvikling.

– Jeg ville utvikle en psykososial behandling basert på gode verdier og holdninger, som skulle fungere godt for mennesker med en demenssykdom, sier Woods.

Den anerkjente professoren ble ikke bare en kunnskapsrik akademiker; det er kun fem år siden

psykologen ga seg som kliniker i psykologiens tjeneste.

Woods er et levende eksempel på at når forskning og praksis får gå hånd i hånd, så kan store ting skje.

– Med hans innsats finnes det nå en terapi for personer med demens, som beviselig fungerer, sier seniorforsker og psykologspesialist Per Kristian Haugen ved Aldring og helse.

Seniorforskeren forteller at det ikke er mange som har hatt så stor betydning for synet på behandling av mennesker med demens som Woods. Tidligere ble de såkalte demente sett på som en gruppe som man skulle la være i fred slik at de ikke skulle bli urolige og utagerende.

– Med pioneren Bob Woods sin forskning fra begynnelsen av 80-tallet, ble personer med demens sett på som individer som reagerer, tenker og handler. Helsepersonell kunne dermed ha som mål å få til både trivsel, glede og økt livskvalitet gjennom behandlingen av dem.

– For oss i det gryende norske miljøet var boka hans om miljøbehandling av personer med demens fra 1982 en stor inspirasjon til hvordan vi burde forholde oss til personer med demens, og hvordan vi kunne få til behandling av demenstilstanden, sier Haugen.

Ville finne bevis for terapi

Woods satte seg fore å forene de ulike psykologiske tilnærmingene til behandling av personer med demens, som dukket opp utover 80- og 90-tallet. Derest ville han finne bevis for at behandlingen virket etter hensikten.

– Det handlet om å forene positive tilnærminger med gode verdier og holdninger som kunne øke livskvaliteten til personer med demens. Det handlet om stimulering av hjernen, å ha det gøyalt og å gjennomføre morsomme aktiviteter sammen, i stedet for bare gjentatte hjerneøvelser, sier Woods.

Han satte sammen et forskningsteam, som skulle forske på det som senere skulle bli til Hukommelsesstimulerende terapi. En av forskerne i teamet er Aimee Spector, som nå fronter terapien internasjonalt. Hun utviklet i sin doktorgradsavhandling terapien videre, og fant støtte for at den har innvirkning både på livskvaliteten til personer med demens og god effekt på hukommelsen deres.

Vil mer

Og i 2007 ble Hukommelsesstimulerende terapi en del av den britiske nasjonale retningslinjen for demens.

– Det var den eneste psykologiske tilnærmingen som ble inkludert, sier han, som nå vil ha en enda mer sofistikert terapi som inkluderer sinnsstemning, opprettholdelse av funksjoner og kognitiv rehabilitering for personer med demens.

Så, det er ikke sikkert at han kommer til å trekke seg tilbake på øya si som pensjonist, for å nyte sine laurbær etter et langt, variert og fremgangsrikt liv for personer med demens.



Plenumssesjon 1

Tirsdag 3. desember

Foredragsholdere



**Venke
Knutson**
artist



Sissel Gran
psykolog-
spesialist
og forfatter



**Per Kristian
Haugen**
psykolog-
spesialist



**Geir Olve
Skeie**
nevrolog



**Torgeir Bruun
Wyller**
overlege

Møteleder: Geir Selbæk, professor, spesialist i psykiatri, forskningssjef, Aldring og helse

- ▶ 08.00 Registrering og kaffe
- ▶ 09.00-09.15
Musikalsk innslag
ved *Skravlekoppen* og *Venke Knutson*
- ▶ 09.15-09.45
Tanker ved leirbålet – om aldring og demens
Sissel Gran, psykologspesialist, privatpraktiserende og forfatter
Per Kristian Haugen, psykologspesialist, seniorforsker, Aldring og helse
- ▶ 09.45-10.15
Musikk og hjernen
Geir Olve Skeie, nevrolog, Haukeland Universitetssykehus, professor, Griegakademiet, Universitetet i Bergen
- ▶ 10.15-10.45
Pasienten med demens i gjennomstrømmingens tid
Torgeir Bruun Wyller, professor i geriatri, Universitetet i Oslo Overlege, Geriatrisk avdeling, Oslo universitetssykehus
- ▶ 10.45-11.00
Utdeling av Huskeprisen
- ▶ 11.00-11.30 Kaffepause
- ▶ 11.30-12.30 **Huskestue**
Huskestue er en litt annerledes sesjon hvor deltakerne har mulighet til å velge diverse aktiviteter og hvor det blir lagt opp til at det skal være mulig å oppleve flere forskjellige ting. Det blir filmvisning, lyntaler, krasjkurs og mye mer. Mer informasjon om dette blir sendt til deltakerne før konferansen.

Symposium 1.1

Meningsfulle aktiviteter for hjemmeboende

Alle mennesker har behov for meningsfulle aktiviteter i hverdagen sin. Hvordan kan helsepersonell bidra til meningsfull aktivitet hos hjemmeboende personer med demens? Vi belyser tiltak i flere faser av demenssykdommen, i og utenfor ulike dagaktivitetstilbud.

Møteleder:	Thea C. Bredholt, ergoterapeut, Aldring og helse
13.30-13.40	Introduksjon
13.40-14.10	Treningsgruppe med aktivitetsvenn – utvikling av et lavterskel treningstilbud Randi Granbo, fysioterapeut, førstelektor, NTNU
14.10-14.40	Hverdagsrehabilitering for personer med demens – hvilke muligheter finnes? Ida Wulff Jensen, ergoterapeut, stipendiat, Aldring og helse
14.40-15.10	MFK veteranene får ballen til å rulle - Fotballmiljøet som arena for aktivitet Bertil Stranden og Torleif Bergsås, begge veteraner fra Molde fotballklubb
15.10-15.40	Pause
15.40-16.15	Voksenskolen – et aktivitetstilbud for hjemmeboende personer med demens Birgitte Nærdal, demenskoordinator, Grimstad kommune
16.15-16.30	«Hva er viktig for deg» - i dagaktivitetstilbud og ellers i helse- og omsorgstjenestene Silje Gillund, demenskoordinator, Stange kommune
16.30-17.00	Å tilrettelegge for aktivitet i dagaktivitetstilbudet Margit Gausdal Strandenæs, ergoterapeut, stipendiat Elin Aarø Strandli, geriatrik sykepleier, MSc og Tanja Louise Ibsen, barnevernspedagog, stipendiat, alle tre Aldring og helse

Symposium 1.2

Sånn gjør vi det her

Nasjonal faglig retningslinje om demens gir klare føringer for hvor og hvordan demens skal utredes. Imidlertid tyder mye på at måten utredningen foregår på varierer mellom senter i spesialisthelsetjenesten, og ambisjonsnivået for utredning i kommunen er ulikt. I dette symposiet forteller nevrologen, geriateren, psykiateren, fastlegen og sykehjemlegen hvordan de legger opp utredningen. I en avsluttende paneldebatt diskuterer de hva som bør prioriteres i utredningen av demens på de forskjellige nivåene. Vi garanterer ikke enighet.

Møteleder:	Geir Selbæk, spesialist i psykiatri, professor, forskningssjef, Aldring og helse
13.30-13.45	Introduksjon
13.45-14.05	På nevrologisk avdeling Sigrid Botne Sando, dr. med., overlege, Avdeling for nevrologi og klinisk nevrofysiologi, St. Olavs Hospital, førsteamanuensis, Institutt for nevromedisin og bevegelsesvitenskap, NTNU
14.05-14.25	På geriatrik avdeling Susanne Hernes, overlege, geriatrik avdeling, Sørlandet sykehus, Arendal, førsteamanuensis, Universitetet i Bergen
14.25-14.45	På alderspsykiatrik avdeling Peter Horndalsveen, legespesialist, Hukommelsesklinikken, Sykehuset Innlandet
14.45-15.05	På en tverrfaglig hukommelsesklinikk Geir Selbæk
15.05-15.35	Pause
15.35-15.55	Hos fastlegen og det kommunale hukommelsesteamet Rebecca Setsaas, kommuneoverlege og fastlege, Østre Toten kommune
15.55-16.15	På sykehjemmet Anne Aune, sykehjemsoverlege, Bråta bo- og aktivitetssenter, Nedre Eiker kommune
16.15-17.00	Panel



Symposium 1.3

Menneskerettigheter for personer med demens

Symposiet vil sette lys på menneskerettigheter generelt og hva som kan gjøres for at personer med demens skal kunne oppleve å få sine rettigheter oppfylt i det samfunnet de lever i. Det gjelder både ved utfordringer i dagliglivet, i medisinsk behandling og i forskningsdeltagelse. Helsepersonell med ulik bakgrunn og erfaring og ikke minst personer med demens vil delta i symposiet.

Møteleder:
13.30-13.40
13.40-14.10

Knut Engedal, professor em., seniorforsker, Aldring og helse

Introduksjon

Hva er menneskerettigheter

Per Nortvedt, professor em., Senter for medisinsk etikk,
Institutt for helse og samfunn, Universitetet i Oslo

14.10-14.40

Konvensjon om rettighetene til mennesker med nedsatt funksjonsevne (CRPD)

Øyvind Kirkevold, sykepleier, professor, assisterende forskningssjef, Aldring og helse

14.40-15.10

Autonomi og livskvalitet i de forskjellige stadiene av sykdommen (avgjørelser underveis)

Knut Engedal

15.10-15.40

Pause

15.40-16.00

Menneskerettighetsutfordringer fra brukerperspektivet

Erfaringsrepresentant

16.00-16.20

Samtale med en person med demens

Knut Engedal

16.20-16.50

Menneskerettigheter for personer med demens fra et kommunalt perspektiv

- Et trygt liv og et fritt liv med demens, er det noen motsetninger?

Vigdis Galaaen, kommunalsjef, Hamar kommune

16.50-17.00

Diskusjon



Symposium 1.4

Generasjonsmøter

Hva har babysang, minnebøker, ungdommer, studentboliger, språk i utvikling og eldre mennesker felles? Koblingen er ulike tilnærminger som skaper kontakt, trygghet og glede på tvers av generasjoner. Dette symposiet er viet gode og varierte generasjonsmøter.

Møteledere:

Lene Kristiansen, vernepleier, fagkonsulent og
Kari Midtbø Kristiansen, sykepleier MSc, daglig leder, begge Aldring og helse

13.30-13.40

Introduksjon

13.40-14.05

Meierigården

Ruth Elisabeth Engøy, sykepleier, tjenestoområdeleder, Lillehammer kommune, gründer, Generasjonssang

14.05-14.35

Livets minnebok

Linda Bakken Brukstuen, aktivitør, Kapp bo- og servicesenter, Østre Toten kommune

14.35-15.05

Generasjon M

Anne Stine Hole, Daglig leder og sosial entreprenør, Generasjon M

15.05-15.35

Pause

15.35-16.00

Studentboliger

Vibeke Kristiansen, enhetsleder, Horten Helsehus, Horten kommune

16.00-16.30

Generasjonsmøter Ullern

Kim Osmund Ueland, prosjektmedarbeider for Generasjonsmøter, frivilligkoordinator og Liv Marie Alnæs, frivilligkoordinator, Ullern Frivilligsentral og Kirkens Bymisjon.

16.30-17.00

Språk i generasjoner, Glemmeboka

Jens Barland, førsteamanuensis, Høyskolen Kristiania, leder for Institutt for kommunikasjon

18.30

Mingling

Åpent for alle deltakerne på Demensdagene



MINA GERHARDSEN TIL DEMENSDAGENE

Vil påvirke regjeringens nye demensplan

Den nye generalsekretæren i Nasjonalforeningen for folkehelsen vil gjøre det lett for folk å ta gode helsevalg for fremtiden, og vil samtidig bidra til å finne løsningen på selve demensgåten.

tekst: Petter Hveem | foto: Martin Lundsvoll



Fakta

Navn: Mina Gerhardsen
Alder: 44 år
Familie : Gift med Eirik Øwre Thorshaug.
To døtre, 8 og 11 år gamle
Bor: På Sandaker i Oslo
Jobb: Generalsekretær i Nasjonalforeningen for folkehelsen.
Kom fra jobben som kommunikasjonsdirektør i NORAD.
Har tidligere jobbet som generalsekretær i Actis
- Rusfeltets samarbeidsorgan, og som rådgiver for
generalsekretæren i Røde kors. Har vært statssekretær
både i kulturdepartementet og ved statsministerens
kontor. Har i flere omganger jobbet som journalist.
Styreverv: Har hatt flere sentrale styreverv, blant annet i Norges
fotballforbund og Frivillighet Norge.
Utdannelse: Hovedfag i samfunnsgeografi og pedagogikk
fra Universitetet i Oslo.

At det som er bra for hjertet også er bra for hjernen, det har Mina Gerhardsen fått med seg fra første dag på jobben. Det er kanskje ikke så kjent, men det var moren hennes, daværende sosialminister Tove Strand, som fikk innført den første røykeloven i 1988.

Har selv opplevd demens blant sine nærmeste

– Mitt og Nasjonalforeningen for folkehelsens mål er å arbeide for at vi skal få flere gode leveår – med så god helse og livskvalitet som mulig, sier hun, som selv har opplevd demens i familien.

– Det har vel de fleste av oss etterhvert. Jeg er opptatt av at helse- og omsorgsstrukturene rundt oss må legges til rette for flere gode leveår for personer med demens.

Det vil hun skal gjenspeile seg i den tredje demensplanen, som regjeringen nå arbeider med.

– Nasjonalforeningen for folkehelsen er en interesseorganisasjon for mennesker med demens og deres pårørende, og vi vil være en viktig stemme inn i dette arbeidet.

Forventer mye av ny demensplan

Hun har store forventninger til en ny demensplan.

– Vi har hatt den første demensplanen som var god

på system, og så har vi hatt nummer to som var god på medvirkning. Nå ønsker vi oss en som er god på begge deler.

For den nye demensplanen, så har Nasjonalforeningen for folkehelsen tre hovedområder de vil forsøke å påvirke, og som hun vil fronte overfor regjeringen:

1. Oppfølging etter diagnose

– Folk beskriver tiden etter at de har fått en demensdiagnose som et sort hull. De googler seg fram til svar på ting de måtte lure på. Noen er fortsatt i jobb, og får problemer med å beholde den. Kanskje kunne de fått andre oppgaver? Det kan dreie seg om mange år i uvitenhet, men når de først har fått diagnosen, så kan det ta lang tid før de trenger helsehjelp. Vi er opptatt av at de ikke skal stå alene i dette. De må få én kontaktperson i kommunen å forholde seg til når de har fått diagnosen. Hva er viktig for deg? Det er det sentrale spørsmålet som må stilles.

2. Tilpasset tilrettelegging

– Folk er så forskjellige, og derfor må tilbudene tilpasses hver enkelt. Noen liker håndarbeid og kaffeprat, andre vil gjøre noe helt annet. Jeg snakket nettopp med ei som er veldig glad i å løpe. Hun er



”

– Vi har hatt den første demensplanen som var god på system, og så har vi hatt nummer to som var god på medvirkning. Nå ønsker vi oss en som er god på begge deler.

nå blitt flyttet fra en aktiv løpegruppe til en gruppe som gikk tur med rullator. Vi må møte folk med demens på deres ønsker og interesser. Tilbudene må tilpasses dette at vi er ulike. Kommunene må jobbe på lag med frivilligheten for å få til et variert og tilpasset tilbud.

3. Mer forskning – bare det kan stoppe demens

– Det er viktig med forebygging, men bare forskning kan gi oss løsningen på demensgåten. Vi vet ikke hvorfor folk blir syke, og vi har ingen behandling. Vi samler derfor inn penger til mer forskning. Med den nye Demensplanen må det komme en helt annen nasjonal satsing på demensforskning enn det vi ser i dag. Vi må ta forskningen til et helt nytt nivå.

GPS-sporing engasjerer

Ett annet av de viktige temaene som er listet opp på kontorveggen hennes foran lokalvalget i høst er GPS-sporing av personer med demens.

– Alle partier er for økt bruk av GPS ved demens, men likevel viser offisielle tall at bare litt over én prosent av de med demensdiagnose har et slikt tilbud. Dette er alt for dårlig, når man vet hva det betyr for personen med demens og deres pårørende, sier hun.

Tall fra den amerikanske Alzheimerforeningen viser at seks av ti personer med demens vil gå seg bort en eller annen gang.

– Tryggheten er stor ved å vite at man kan bli funnet igjen fort hvis man skulle gå seg bort, både for de som bor hjemme og for de som bor på institusjon. Da ville også folk slippe å bli låst inne på en institusjon, fortsetter hun.

Ressursbruken knyttet til at personer med demens blir borte er stor. Politiet, familien og frivillige bruker mye ressurser på å lete etter forsvunne.

– Det er med andre ord mange mulige gevinster i dette, både på individ- og samfunnsnivå.

Ser frem til å få tall for demensforekomst i Norge

Gerhardsen er naturlig nok også opptatt av at det om ikke altfor lenge vil komme ferske tall for forekomsten av demens i Norge fra Helseundersøkelsen i Nord-Trøndelag (HUNT4).

– Det er jo faktisk første gang vi vil få et korrekt tall på omfanget av demens i Norge. Bedre kunnskapsgrunnlag er viktig for å kunne legge en god strategi for fremtiden, sier Gerhardsen.

HUSKEPRISEN

Hva bidrar til dager med mening for personer med demens?

Huskeprisen etableres av Nasjonal kompetansetjeneste for aldring og helse i 2019.

Prisen skal gå til en person, en organisasjon, et lag, en gruppe, en arbeidsplass eller andre som har vist evne til å skape «dager med mening» for personer med demens. Personene kan enten bo hjemme eller på institusjon. De kan delta på dagaktivitets-tilbud eller i ordinære aktiviteter som tilrettelegges for dem.

Kjenner du noen som fortjener Huskeprisen?

Både frivillige, privatpersoner, fagpersoner og organisasjoner kan nomineres.

Nominasjonen må inkludere:

- Tittel på tiltaket
- Hvem som står bak tiltaket
- Hvem tiltaket er for
- Hvordan tiltaket gjennomføres
- Erfaringer med tiltaket
- Begrunnelse for hvorfor dette tiltaket bidrar til dager med mening for personer med demens



Nominasjonen må sendes skriftlig til huskeprisen@aldringoghelse.no innen **1. november**. For mer informasjon, se huskeprisen.no.

Huskeprisen deles ut på Demensdagene i desember.



Aldring og helse
Nasjonal kompetansetjeneste

Foredragsholdere



Sylvi Listhaug
eldre- og folke-
helseminister



Helene Sandvig
journalist,
programleder,
forfatter



Knut Engedal
professor em.



**Berit Kvalvaag
Grønnestad**
prosjektleder



Bob Woods
Emeritus
Professor



**Mina
Gerhardsen**
generalsekretær

Plenumssesjon 2

Onsdag 4. desember

Møteleder: Kari Midtbø Kristiansen, sykepleier MSc, daglig leder, Aldring og helse

► 08.30-08.45

Åpning av dag 2 ved statsråden

Sylvi Listhaug, eldre- og folkehelseminister

► 08.45-09.15

Et langsomt farvel

Helene Sandvig, journalist, programleder for NRK-serien «Helene sjekker inn», forfatter

► 09.15-09.35

Aktivt liv med demens

Knut Engedal, professor em., seniorforsker, Aldring og helse

► 09.35-10.00

Nasjonal kartlegging av kommunenes tilbud og Nasjonal infokampanje

Berit Kvalvaag Grønnestad, prosjektleder Demensplan 2020, Helsedirektoratet

► 10.00-10.20 Pause

► 10.20-10.45

Enhancing well-being and quality of life for people living with dementia

Bob Woods, Emeritus Professor, Bangor University, Wales

► 10.45-11.10

Fire trinn på veien til et mer demensvennlig samfunn

Mina Gerhardsen, generalsekretær, Nasjonalforeningen for folkehelsen

► 11.10-11.45

Utdeling av Leon Jarners forskningspris 2019

v/*Harry-Sam Selikowitz*. Musikalsk innslag v/*Wolfgang Plagge*. Prisvinnerforedrag

► 11.45-12.45 Lunsj

Symposium 2.1

Hukommelsesstimulerende terapi (HST)

HST er en evidensbasert gruppebehandling for personer med demens. Hovedmålet er å bedre kognisjonen ved hjelp av teknikker som påvirker en rekke kognitive funksjoner. HST gjennomføres i gruppebaserte samlinger, der 5-8 deltakere deltar i ulike oppgaver og aktiviteter som er tilpasset personer med hukommessvikt og demenssykdommer. Opplegget passer for personer med moderat grad av demens. Det anbefales to gruppeledere. I 2019 tok Aldring og helse initiativ til å tilby kurs for helsepersonell i demensomsorgen som ønsker opplæring for å bli gruppeledere for HST-grupper til personer med demens. Se www.aldringoghelse.no/hst for mer informasjon.

Møteleder:	Ida Wulff Jensen, ergoterapeut, stipendiat, Aldring og helse
12.45-12.50	Introduksjon
12.50-13.05	HST i Norge Torhild Holthe, ergoterapeut, forsker, Aldring og helse, stipendiat, OsloMet - Storbyuniversitetet
13.05-13.35	Cognitive rehabilitation: helping people with early-stage dementia to achieve their goals. Bob Woods, Emeritus Professor, Bangor University, Wales
13.35-14.00	HST i praksis. Erfaringer fra Os kommune Kari Merete Aamo, sykepleier, Omsorgstjenesten, Os kommune
14.00-14.30	Pause
14.30-14.55	HST som metode i Voksenskolen og forskning knyttet til skolen Birgitte Nærdal, demenskoordinator, Grimstad kommune Berit Westbye, spesialergoterapeut, rådgiver, USHT Aust-Agder
14.55-15.15	Hvorfor vil vi ha HST i Norge? Kari Kvaal, professor, Høyskolen Innlandet
15.15-15.45	HST i Danmark = kognitive stimulationsterapi Rikke Gregersen, Scientific leader of applied dementia research, VIA Ageing and Dementia, Centre for Research, VIA University College, Danmark

Symposium 2.2

Meningsfull aktivitet på sykehjem

Beboere på sykehjem er ofte fornøyd med fysisk pleie og omsorg, men savner meningsfulle dager med sosial kontakt og aktivitet. Meningsfulle aktiviteter og sosialt samvær kan gi personer med demens opplevelse av verdighet og mestring, samt økt livskvalitet. I dette symposiet vil dere få høre mer om hvorfor det er viktig å satse på kultur, aktivitet og trivsel på sykehjem. Inspirerende foredragsholdere bidrar med eksempler på praktiske løsninger som du kan ta med hjem til din egen kommune.

Møteledere:	Elisabeth Wiken Telenius, fysioterapeut, ph.d., forsker og Inger Molvik, musikkpedagog, prosjektleder, begge Aldring og helse
12.45-12.55	Introduksjon
12.55-13.25	Verdighet og meningsfull hverdag i sykehjem Åshild Slettebø, sykepleier, professor i helsefag, Universitetet i Agder
13.25-13.55	Hvorfor og hvordan bygge kultur for miljøbehandling? Kristin Haugdahl Nøst, avdelingsleder, omsorgsbasis Ytterøy, Levanger kommune
13.55-14.15	Musikk på sykehjem Kjetil Vikene, postdoktor, Re:State-gruppen ved Institutt for Biologisk og Medisinsk Psykologi Universitetet i Bergen
14.15-14.45	Pause
14.45-15.00	Omsorgssang Ragna K. Borgen Matre, avdelingsleder, Andebu bo og behandlingssenter, Sandefjord kommune
15.00-15.15	Sykelvertprosjektet – en ekstra ressurs og rekrutteringsarena inn i eldreomsorgen Monica Grøtnebø Knapstad, vernepleier, leder for sykelvertprosjektet, Etat for sykehjem, Bergen kommune
15.15-15.30	Treningsfilmer/digital aktivitetsmedisin Ragna Skipstad, Fysioklinikken, Egersund
15.30-15.45	Hva bidrar besøksvenner med på Oslos sykehjem? Hilde Marie Hjelte, leder for besøkstjenesten og Laila Åteigen, koordinator i besøkstjenesten, begge Oslo Røde Kors



Symposium 2.3

Dypdykk i enkeltsymptomer

Enkelte av våre pasienter henvender seg til legen med bekymring for et enkelt symptom de opplever. I dette symposiet gir vi fem fremragende forskere og klinikere mulighet til å ta utgangspunkt i et enkeltsymptom, og fordype seg i symptomets fenomenologi, forekomst, og hvordan det kan knyttes til ulike sykdommer innen demens og alderspsykiatri.

Møteleder:

Sverre Bergh, forskningsleder, Forskningscenter for Aldersrelatert Funksjonssvikt og Sykdom (AFS), Sykehuset Innlandet HF, forsker, Aldring og helse

12.45-12.55

Introduksjon

12.55-13.20

Nevrologiske symptomer

Anne Brækhus, dr. med., overlege, Hukommelsesklinikken, Oslo universitetssykehus, forsker, Aldring og helse

13.20-13.45

Oppmerksomhet

Bjørn Erik Neerland, overlege, postdoktor, Geriatrisk avdeling, Oslo Universitetssykehus

13.45-14.10

Hallusinasjoner

Tom Borza, overlege, postdoktor, Alderspsykiatrisk avdeling/Forskningscenter for Aldersrelatert Funksjonssvikt og Sykdom, Sykehuset Innlandet HF

14.10-14.20

Spørsmål/diskusjon

14.20-14.50

Pause

14.50-15.15

Agitasjon

Bjørn Lichtwarck, spesiallege, ph.d., spesialist i allmennmedisin, Alderspsykiatrisk avdeling/forskningscenter for Aldersrelatert Funksjonssvikt og Sykdom, Sykehuset Innlandet HF

15.15-15.40

Språk

Peter Bekkhus-Wetterberg, overlege, Hukommelsesklinikken, Geriatrisk avdeling, Oslo universitetssykehus

15.40-15.45

Spørsmål/diskusjon



Symposium 2.4

Til inspirasjon – fra inn- og utland

I dette symposiet presenterer vi prosjekter til inspirasjon fra inn- og utland. Vi starter med EUs andre Joint action on dementia, kalt Act on dementia.

I andre del av symposiet vil vi gi dere inspirasjon fra ulike steder i Norge. Vi får foredrag av vinneren av Linda Buettners praksispris, presentasjon av Nasjonalforeningen for folkehelsens aktivitetsvenner og ulike vinklinger på hvordan vi kan utvikle et alders- og demensvennlig samfunn.

Møteleder: Øyvind Kirkevold, sykepleier, professor, assisterende forskningssjef, Aldring og helse
12.45-12.50 **Introduksjon**

12.50-13.05 **Del 1 EU Joint action on dementia 2; Act on dementia:**
Norges rolle i Joint action on dementia
 Berit Kvalvaag Grønnestad, prosjektleder Demensplan 2020, Helsedirektoratet

13.05-13.20 **Arbeidspakke 6 Kvalitet i sykehjem**
 Øyvind Kirkevold

13.20-13.50 **Norges implementeringer**
 - *E-læring om palliasjon og demens*
 Siren Eriksen, sykepleier, professor, forsker, Aldring og helse
 - *TID modellen*
 Bjørn Lichtwarck, spesiallege, forsker, spesialist i allmennmedisin, prosjektleder i TID-studien,
 Alderspsykiatrisk avdeling/forskningssenter, Sykehuset Innlandet HF

13.50-13.55 **Oppsummering - hva vi har lært av dette?**
13.55-14.25 **Pause**

Del 2 Til inspirasjon:
14.25-14.45 **Vinner av Linda Buettners praksispris 2019 - Luradytten**
 Katrine Boxill Knutsen, og Kari Aaltvedt,
 begge aktivtører, Lura bo og aktivitetssenter, Sandnes kommune
14.45-15.05 **Kampanjen for et mer demensvennlig samfunn**
 Randi Kiil, ansvarlig for kampanjen for et mer demensvennlig samfunn,
 Nasjonalforeningen for folkehelsen
15.05-15.25 **Nasjonalforeningen for folkehelsens Aktivitetsvenntilbud**
 Aurora Eck Nilsen, rådgiver, Aktivitetsvenn, Nasjonalforeningen for folkehelsen
15.25-15.45 **Alders- og demensvennlig samfunn, implementering i en kommune**
 Rita Weum, prosjektleder, demensvennlig samfunn, Røyken kommune



Leon Jarners Forskningspris

DITT FORSKNINGSPROSJEKT KAN FÅ
75.000,- i forskningsstøtte

Minnefondet vil i 2019 dele ut en forskningspris på 75 000,- til et forskningsprosjekt om demenssykdommer, personer med demens eller pårørende, som er utført eller er under utførelse i Norge.

Prisen deles ut i forbindelse med Demensdagene, som arrangeres hvert år i desember. I forbindelse med prisutdelingen må mottaker holde en forelesning på 20 minutter.

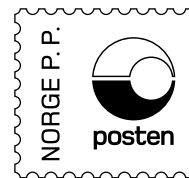
Dersom prosjektet skal komme i betraktning, må det ikke være eldre enn fire år. Prosjekter fra alle fagretninger er aktuelle og kan være av medisinsk, sykepleievitenskapelig eller samfunnsvitenskapelig karakter. Resultatene kan være publisert eller upublisert. Tidligere prisvinnere kan også søke.

Søknad sendes innen 15. oktober 2019 som e-post til demensdagene@aldringoghelse.no

For mer informasjon om søknadskravene og innsending av søknad se:
www.alzheimerforskning.no

Leon Jarner var advokat og musikkpersonlighet. Han hadde ikke selv Alzheimers sykdom eller aldersdemens, men hadde et nært familiemedlem som var rammet. Leon Jarners Minnefond, opprettet 1989, er en uavhengig stiftelse som arbeider for å fremme forskning om Alzheimers sykdom og andre demenssykdommer.

Les mer på www.alzheimerforskning.no



NYSATSNING PÅ DEMENS DAGENE 2019

Nytt av året er et åpent og uformelt kveldsarrangement dagen før Demensdagene. Det har tittelen **Helt åpent om demens**, og er rettet mot personer med demens, pårørende og ikke minst folk flest.

Følg med på aldringoghelse.no/heltapentomdemens for mer info.



Følg oss på sosiale medier for livestreaming og intervjuer under konferansen:



/aldringoghelse



#demensdagene



aldringoghelse