

9 råd du kan *Ta' med!*

Snup en demensvenlig handling, og brug den næste gang du møder et menneske med **demens** i din lokale klub, forening eller kulturtilbud.

1.

Kend demenssymbolet og de tre handleråd; tag kontakt, tal tydeligt, vær tålmodig.

2.

Vent roligt og vær venlig, hvis nogen er lang tid om at aflevere sin jakke eller finde sin billet.

3.

Tag godt imod.
Sig: "Hej, det er herhenne, du kan sidde/stå her hos os."

4.

Vær nysgerrig når du ser demenssymbolet. Sig: "Jeg kan se, at du har et symbol på trøjen - hvad betyder det?"

5.

Vær fleksibel og tag gerne initiativ til at forenkle det, I laver.
Lemp på reglerne, sæt tempoet ned, drop at tælle point etc.

6.

Tilbyd din hjælp, hvis en person mister overblikket.
Sig: "Du ser søgende ud, kan jeg hjælpe?"

7.

Tilbyd at vise vej til omklædningsrummet, caféen eller ind i teatersalen. Og følg gerne personen helt på plads.

8.

Spørg ind. Sig: "Jeg ved ikke så meget om demens, er der noget særligt, jeg skal vide, så vi får det hyggeligt sammen?"

9.

Tag en snak på dit hold eller i din forening. Hvad kan I gøre for at blive bedre til at inkludere mennesker med demens?

