

# HELSINGBORG



HELSINGBORG

# Aktivitetsbank



## Dans, stående eller sittande

Denna aktivitet lämpar sig för alla kunder.

Två till alla kunder. 2-4 personal.

Utförs inom- eller utomhus.

## Syfte och beskrivning

Träna rörelseförmåga, koordination, skapa glädje och gemenskap.

## Tidsåtgång

30 minuter

## Förberedelse

Ta fram danspapper och färdiga spellistor som finns i dagverksamhetens telefoner (youtube)

Ställ fram stolar.

Samla kunder och visa var de ska stå/sitta.

## Genomförande

Den som leder aktiviteten står/sitter synligt så alla kunder ser. Annan personal sitter med kunder som behöver stöd.

Genomför aktiviteten. Gör den stående, stå bakom stolen för att ha den som stöd.

## Efterarbete

Servera dricka.

Lägg tillbaka materialet på rätt plats.

Ställ tillbaka stolar.

## Utvärdering





# Anhörigstöd

## Dagverksamhet

I Helsingborg finns det idag dagverksamheter för personer med kognitiv svikt. Det finns två olika inriktningar

I samtliga grupper erbjuds fysisk träning, att vistas utomhus och delaktighet i vardagsaktiviteter kring exempelvis måltider. Dagligen erbjuds kognitivt stimulerade inslag som spel, pussel, diskussioner kring vad som händer i omvärlden för ökad delaktighet. Att delta i dagverksamhet stödjer tidsorientering och erbjuder ett socialt sammanhang. Verksamheten bygger på deltagande i gemensamma aktiviteter med individuell anpassning.

1 Inriktning kognitiv svikt

\* för personer med kognitiv Parkinsons sjukdom.

2 Inriktning kognitiv sjukdom

\* för personer som har en demens

Grupp 1 vänder sig till personer med kognitiv sjukdom och som är på att bibehålla aktivitetsförmåga i samhället.

Grupp 2 vänder sig till personer som har ett mer behov av stöd och guidning. Tempot i den här träningsprogrammen och aktiviteterna är anpassat till behovet.

## CHECKLISTA DEMENS DAGVERKSAMHET

Ett redskap för kvalitetsutveckling



## Välkommen till oss!

På dagverksamheten får du en vardagsnära träning som ger dig möjlighet att fortsätta vara självständig och bo kvar i ditt hem. Du får möjlighet att träffa andra i en liknande situation, som du kan dela dina tankar och funderingar med.

### En meningsfull dag

Här erbjuds du en meningsfull dag i trivsamt miljö med aktiviteter i grupp, som stimulerar dina förmågor.

När du börjar hos oss har vi gjort en planering för dig som beskriver ditt behov av stöd och dina intressen. Fokus ligger på att vara tillsammans i grupp och skapa nya kontakter.

Du är välkommen klockan 9.00. Klockan 9.30 börjar vi med en förmiddagsfika och pratar om hur dagen är planerad.

Vi är fysiskt aktiva, både utomhus och inomhus på olika sätt. Vi har aktiviteter som stärker och stimulerar hjärnans funktioner. Det kan vara olika spel, att skapa något, musik, frågesport. Vi diskuterar och följer vad som händer i omvärlden.

Vi äter lunch tillsammans. Varmrätt och dessert. Vi hjälps åt efter förmåga att förbereda, duka och diska.

Vi avslutar dagen med en eftermiddagsfika klockan 15.

### Detta behöver du ha med dig:

- Kläder för att vara ute i alla väder
- Personliga hjälpmedel
- Ombyteskläder, inneskor.



## Stöttar du någon som står dig nära?

Vi vet att du som anhörig ger mycket av dig själv. Har du ett barn med funktionsnedsättning eller en partner med kognitiv svikt? Vård- och omsorgsförvaltningens anhörigstöd erbjuder stöd, samtal och måbra-aktiviteter för dig som står nära någon som är långvarigt sjuk, äldre eller har en funktionsnedsättning.

Här följer några av vårens aktiviteter. Du kan läsa mer på webben: [vardochomsorg.helsingborg.se](http://vardochomsorg.helsingborg.se).



Foto: Anna Alexander Olsson

### FÖRELÄSNING: Du, jag och andra

En föreläsning om strategier i NPF-vardagen. Det kan handla om vikten av att förstå utmaningar eller att se svårigheter ur olika perspektiv, och använda det när du hanterar olika situationer.

**Datum:** Tisdag 6 februari kl. 17.00 – 19.00.  
**Plats:** Medborgarskolan, Gasverksgatan 17, Helsingborg.

**Anmälan livesändning:** Via medborgarskolans hemsida eller mejla pia-lotta.bylund@medborgarskolan.se.

### FÖRELÄSNING: Mat för livet!

Vad är hemligheten om mat för livet? Det kan vara lätt att glömma bort sig själv som anhörig. Du är därför bjuden att höra vård- och omsorgsförvaltningens dietisterna Cornelia och Teresa berätta om mat för ett friskt och gott liv. Vi får också provsmaka enkla mellanmål.

**Datum:** Onsdag 14 februari kl. 13.30 – 15.00.  
**Plats:** Träffpunkt Rosenknoppen, Planteringsvägen 36, Helsingborg (ingång på innergården).  
**Anmälan:** Via länk på hemsidan eller telefon 042-10 40 44.

### Djurskötare för en dag!

Är du 7-18 år och har ett syskon med beslut inom LSS? Då är du bjuden att uppleva Tropikariet. Under två timmar går ni på guddad visning och får möjlighet att bland annat mata surikater, mata fiskar i haj-akvariumet, klappa orm och krokodil, samt träffa lemurer.

**Datum:** Måndag 19 februari kl. 08.30 – 10.30.  
**Plats:** Tropikariet, Hävertgatan 21, Helsingborg.  
**Anmälan:** Via länk på hemsidan eller telefon 042-10 40 44.

### FÖRELÄSNING: Kognitiv sjukdom/demens

Utifrån svmtomen pratar Karin Nilsson, silvia-

### Samtalscirkel om livsfrågor

Är du förälder till ett barn med en neuro-

### Påsk på Fredriksdal!

Välkommen att tillsammans med anhöriga



Nationellt kompetenscentrum anhöriga



Svenskt Demenscentrum



En bra plats™



Alzheimerguiden



# Kompetensutveckling



# Kultur och etnicitet



**Min personberättelse**



# Samverkan

elsingborg.se/omsorg-och-stod/aldre/aktiviteter-for-aldre/dagverksamheter/

HELSINGBORG

E-tjänster och blanketter Invånare Företagare Besökare Språk

Arbete Bo, bygga och miljö Förskola och utbildning Kommun och politik Omsorg och stöd Trafik och stadsplanering Uppleva och göra

Hem > Omsorg och stöd > Äldreomsorg och senior > Aktiviteter för äldre > Dagverksamheter

Behöver du hjälp eller råd?

- Engagera dig som volontär i Helsingborg
- Stöd för dig som anhörig eller närstående
- Funktionsnedsättning
- Gifta sig, borgerlig vigsel
- Misbruk och beroende
- Ny i Sverige
- Om du får för mycket pengar
- Organisationer med social verksamhet
- Oro för dig själv eller någon annan
- Paykisk funktionsnedsättning
- Tandvårdstöd och sjukvård
- Socialjour och mottagning
- Socialt och ekonomiskt stöd
- Stöd till familj, barn och ungdomar

**Dagverksamheter**

Dagverksamheter finns till dig som bor hemma och som av olika skäl inte kan gå till dagis eller förskola. Genom dagverksamhet får du en vardagsnära träning som gör att du kan fortsätta vara självständig och bo kvar i ditt hem. I Helsingborg stad finns det dagverksamheter med olika inriktningar beroende på ditt behov.

Att ha något meningsfullt att göra och umgås med andra i en trygg miljö kan vara ett bra sätt att hålla sig friska och glada. Här kan du göra det som du är intresserad av och träffa andra i en liknande situation. Vi har många aktiviteter som du kan delta i och du kan delta när du vill. Du kan delta när du vill och när du inte vill.

**Dagverksamhet Sköldenborg**

## Dagverksamheterna -

Presentation till hemvård,  
hemsjukvård,  
biståndshandläggare



Gillas av **stattenahemmet** och **43 andra**

**dagverksamheterhelsingborg** Idag har vi på Husensjö dansat ut julen. Att dansa skapar glädje och gemenskap och vi har haft en mycket trevlig eftermiddag. #vårdomsorgihelsingborg #viarbetarmedallasinnen #helsingborgsstad #dagverksamheter



HELSINGBORG

# Vad har vi lärt oss

Att tydliga mål ger resultat

Att ha kundens fokus i allt vi gör

Att teamarbete är framgångsrikt och att all vård behöver samverka i vårdkedjan

Att utvecklingsarbete är roligt! Kräver avsatt tid men att det verkliga arbetet är implementeringen

