

## Bilag 1: Indhold og fysiske rammer

I bilaget her er dagcenterets indhold og fysiske rammer uddybet.

### Typiske aktiviteter i dagcenteret

Stimulerende aktiviteter samt egnede rammer kan øge trivsel og livskvaliteten hos borgere, som har demens samt understøtte, at funktioner i en længere periode genvindes og vedligeholdes, og en unødvendig forværring af sygdommen forebygges.

Borgerne skal kunne foretage aktiviteter i et roligt og afskærmet miljø med socialpædagogisk støtte, og aktiviteterne skal tage udgangspunkt i borgerens funktionsniveau og livshistorie.

Aktiviteterne vil typisk have fokus på:

- Hukommelsestræning
- Fysisk aktivitet og træning

#### *Hukommelsestræning:*

Vil typisk være forskellige erindrings- og identitetsbevarende aktiviteter, som understøtter vedligeholdelsen af funktioner, og tager udgangspunkt i borgerens livshistorie fra før sygdommen indtraf. Det kan fx være tidligere færdigheder, interesser, familieforhold, erhverv mv. Konkret kan det fx. være aktiviteter som: gåtur i naturen eller lokalområdet, havearbejde, litteraturcafe, sang, køkkenaktiviteter eller aktiviteter i værksted mv.

#### *Fysisk aktivitet og træning:*

kan hæmme nogle af sygdommens symptomer. Derudover kan træningen medføre markante forbedring i både den fysiske og mentale funktionsevne hos demente borgere. Derved kan træningen bidrage positivt i forhold til at bibeholde fysiske og mentale færdigheder. Konkret kan det fx. være aktiviteter som fokus på gang, rejse/ sætte sig, intervaltræning, stolegymnastik, motion eller leg hvor fokus er rettet mod stimulering af sanser, balance, reaktionsevne og bevågenhed.

### Dagcenterets fysiske rammer:

For at understøtte tilbuddets formål og konkrete aktiviteter, er det dels nødvendigt, at tilbuddet placeres, så det er muligt at afskærme for støj og indtryk, både inde og ude. Centerets indretning skal understøtte erindringsarbejdet fx med genkendeligt møblement, der kan vække sanser og minder hos brugerne, og der skal være mulighed for at benytte træningsfaciliteter. Den valgte placering skal som minimum kunne rumme eller have adgang til:

- Handicaptolet med bad
- Køkkenfaciliteter
- Opholdsstue
- Kontor/samtalerum
- Hvilerum
- Træningsrum
- Have med mulighed for afskærmning
- Værksted
- Parkeringsfaciliteter
- Evt særligt lokale til aktiviteter med pårørende og frivillige

De placeringsmuligheder, der skitseres i dagsordenens afsnit 3, har alle i varierende grad adgang til ovenstående faciliteter.