



# DEBATKORT

om rummelighed

## Hvad er debatkort?

Debatkortene er et værktøj til at skabe dialog og refleksion.

Situationerne på kortene er oplæg til samtale om rummelighed for alle i aktiviteter og arrangementer.

### Rammen:

- **Brug kortene til møder, i samtalesaloner, på temadage m.m.**
- **Sid i små grupper af 3-4**
- **Vælg en tovholder, der styrer tiden**
- **Afsæt fx 10-15 min pr. kort**
- **Samtalen foregår kun i gruppen, og refereres ikke videre**
- **Der er ingen opsamling**

### Sådan bruger I debatkortene:

Hver kort fortæller om en situation med en typisk problemstilling, som udfordrer fællesskabet og/eller rummeligheden.

- Læs kortet højt, og sæt jer ind i hvad personerne oplever.
- Tal om eksemplerne i gruppen – tal en ad gangen og diskuter derefter, hvordan man kan løse situationen konstruktivt.
  - Kan I forebygge lignende problemstillinger?
  - Hvordan vil en realistisk løsning være i jeres lokalafdeling ud fra jeres ressourcer?

### Et eksempel:

- Læs kortet med Henrik
  - Kender vi situationen?
  - Hvilke udfordringer er det i situationen?
- Man kan imødekomme udfordringerne med forskellige løsninger:
  - Nogle vil måske mene, det er bedst Henrik stopper
  - Andre at han skal blive i fællesskabet, og løser det fx med en ledsager, en pårørende eller et helt nyt motionshold målrettet demensramte og deres familier

**Husk, at der ikke er noget rigtigt eller forkert svar. Den bedste løsning er altid afhængig af den konkrete situation og af de ressourcer, der er i den enkelte lokalafdeling.**



# Henrik dyrker stolemotion

# HENRIK

Henrik er med på et stole-motionshold. Han bliver fulgt derhen af sin søn, som også kommer og henter han bagefter.

Henrik har svært ved at forstå fælles beskeder og instruktioner. Efterhånden bliver det mere og mere synligt, at han har problemer. Måske er det på grund af demens.

På et tidspunkt bliver instruktøren kontaktet af et par deltagere fra holdet. De har talt med andre på holdet om, at de synes det er belastende, at Henrik ikke kan finde ud af det. De siger til instruktøren at "enten stopper Henrik eller også stopper vi"! Hvilket kan være meget forståeligt.



**Hvilke muligheder har instruktøren og deltagerne?**

**Kan stolemotionen tilrettelægges, så alle kan være med?**

**Hvordan?**



**Ingrid er ny  
på holdet**

# INGRID

Ingrid er ny deltager på stolemotionsholdet. Ved præsentationen fortæller hun selv, at hun lige har fået konstateret en demenssygdom. Der lyder et spredt velkommen.

Da Ingrid møder op næste gang, kan hun ikke huske, hvilket lokale, de skal være i og hvor de hænger deres overtøj. De andre på holdet reagerer tøvende. I pausen er der ingen, der rigtigt taler med hende. Efter motionen roder hun stadig lidt med sine ting, da de sidste går ud af døren.



**Mon Ingrid kommer igen næste gang?**

**Hvordan kan man støtte Ingrid**

**Hvad ville du/I gøre?**



# Marianne spiller brætspil

# MARIANNE

Marianne bor på plejehjem. Der kommer en lille gruppe frivillige og holder spilledag. Marianne spiller altid Ludo, men hendes sygdom udvikler sig og demensen bliver tydeligere både når hun skal koncentrere sig og når hun taler.

En eftermiddag hvor Marianne er træt, tager hun fejl af reglerne og farven på brikkerne.

En anden beboer skælder hende ud og synes ikke, at Marianne skal være med, når hun ikke kan finde ud af det.



**Hvilke problemstillinger er der?**

**Hvordan kan spilledagen tilrettelægges, så alle kan være med?**

**Hvilke muligheder har du/I for at løse udfordringerne?**





# Margrethe går til fællessang

# MARGRETHE

Margrethe har i over et år gået til sang og kaffeslabberas hver søndag. Hun kommer nogle gange lidt for sent. En dag kommer hun, de andre ved at gå hjem. Hun fortæller, at hun ikke kunne finde ud af tidspunktet og havde svært ved at finde den rigtige bus.

En af de andre deltagere, Henning, kører hende hjem. I bilen har hun svært ved at få selen på, og på hele turen roder hun efter sine nøgler. Henning spekulerer på, om hun er ok.

Søndagen efter gentager det sig, og ugen efter dukker hun slet ikke op. Henning undrer sig og taler med en af værterne, som synes Henning måske skulle køre forbi og hente Margrethe næste gang.

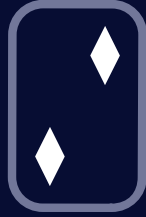
Næste gang kommer hverken Margrethe eller Henning.



**Hvad kan årsagen være til at Margrethe ikke kommer?**

**Hvad kan være årsag til at Henning vælger at blive hjemme?**

**Hvordan kan vi takle udfordringerne?**



# Astrid og Gerda spiller kort

# ASTRID OG GERDA

Astrid er en frisk og glad 89 årig kvinde, som hygger sig i aktivitetscentret 3-4 dage om ugen. Hun er vild med kortklubben, hvor de har de sjovt. Hun vil helst spille femhundrede eller kasino.

Gerda er også med i kortklubben. Personalet mener, det er godt for hende, fordi hun har begyndende demens. Gerda kan ikke altid finde ud af spillet. Hun tror, de spiller whist, og melder sol og grand til stor forvirring for de andre.

Astrid og de andre har prøvet at lære Gerda at spille femhundrede, det lykkedes ikke. De kan ikke spille whist. De foreslår, at aktivitetsmedarbejderen finder nogen, Gerda kan spille whist med, men det er der ikke.



**Hvilke problemstillinger er der?**

**Hvordan kan vi hjælpe både Astrid og Gerda?**

Astrid vil ikke længere til kortspil, for det er ikke sjovt for hende eller de andre, der ønsker at spille sammen. De har ikke overskud til at klare Gerda, men har også dårlig samvittighed over situationen.



# Hans og Marie spiller krolf

## HANS OG MARIE

Hans deltager i krolf med sin hustru. De er glade for at komme der. "Det er én af de få ting vi har kunnet gøre sammen, uden at det bliver for pinagtigt", siger hustruen.

I løbet af sæsonen bliver det tydeligt, at Hans ikke længere magter udfordringen. Hustruen overvejer at stoppe og taler med kontaktpersonen. Kontaktpersonen tænker over det, og drøfter en idé med lokalbestyrelsen, som bakker op.

De finder en ny model, hvor de starter et parallelt hold, for de deltagere, der ikke "spiller så hurtigt". Holdet har nogle frivillige, som spiller med Hans, for at hustruen kan få en pause og spille sammen med dem hun plejer.



**Ved hvilke andre aktiviteter, kan en lignende situation opstå?**

**Har du eksempler på rummelige fællesskaber via elegant værtskab?**

Resultatet er, at ægteparret fortsat går til krolf – og holdet har tiltrukket flere andre, der også har udfordringer med at følge det oprindelige hold.



# Finn er frivillig vært i caféen

# FINN

Finn er glad for at være vært ved torsdagscafeer, men der har den seneste tid været en række uheldige episoder hvor han svarer kort og også har svært ved at få overblik. Finns hustru har fortalt, at hun er bekymret for sin mand. Inden hver torsdagscafe er han helt "rundtosset" over, om han nu har styr på det hele.

I bestyrelsen aftaler de at besøge Finn og hans hustru for at tale om de opgaver, som hviler på Finn. Finn bliver meget lettet over mødet, og de aftaler, at der kommer en "lærling" med til at stå for cafeerne fremover.

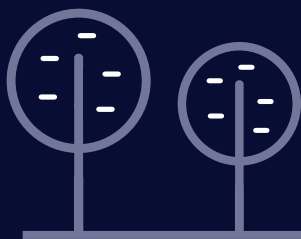
Finn deltager forsat i torsdagscafeerne sammen med den anden vært, og får en værdig nedtrapning af et langt, frivilligt engagement.



**Hvordan synes du, at bestyrelsen hjalp Finn?**

**Hvad bør man tage hensyn til i sådanne situationer?**





**Emma kan  
lide frisk luft  
og motion**

# EMMA

Et gåhold med 20 deltagere og en instruktør mødes hver uge. Emma er med hver gang. De der går forrest får altid at vide, hvor langt de må gå, før de skal stoppe og vente på resten af gruppen. Instruktøren går bagest, og når bagtruppen når frem til de forreste, holder alle en lille pause.

Men Emma er begyndt at gå meget langsommere. Nogle gange stopper hun helt op, og har vanskeligt ved at komme videre. Det betyder, at instruktøren og Emma kommer længe efter fortroppen. Når de endeligt kommer frem, så går de forreste straks videre, da de har haft pause. Det betyder, at der ingen fælles pause er, så de langsomste stort set ikke får pause.

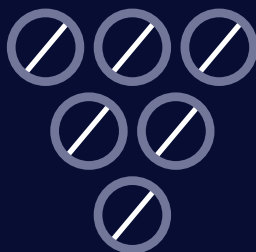


**Hvad kan instruktøren gøre?**

**Hvad kan instruktøren og deltagerne tage hensyn til i denne situation?**

**Hvordan kan udfordringen løses?**

Instruktøren og nogle af deltagerne mener, at Emma måske har let demens. De ved ikke, hvordan de takler det, for Emma udtrykker stor glæde ved at være med på gåholdet, som er ugens faste holdepunkt.



# Rasmus spiller billard

# RASMUS

Rasmus er ny deltager til billard. Han har fået konstateret demens. Det fortæller han de andre: "Ja, I må undskylde, hvis jeg roder lidt i det. Jeg har fået at vide, jeg har demens."

De andre deltagere reagerer med modstand. En siger: "Hvordan skal han kunne finde ud af det?"

Da Rasmus kommer næste gang, er der kun én, der tager i mod ham. De andre spiller videre og tager sig ikke af Rasmus. Der er igen, der taler ret meget til ham i løbet af formiddagen. Da de holder pause, bliver Rasmus ved billardbordet alene og øver sig.



**Hvad kan årsagen være til de andres reaktion?**

**Hvad skal der til, for at ændre situationen?**

**Hvordan kan man støtte Rasmus?**



# Birgit er en læsehest

# BIRGIT

I en læsegruppe, der har kørt i mange år, er det mange af de samme deltagere, der kommer igen hver sæson.

En af deltagerne er Birgit, som er begyndt at opføre sig mere og mere rodende og famlende, som om hun har demens. Hun møder op i tyndt tøj, trods det er efterår, og hun har ofte glemt sin bog. Hun har også vanskeligt ved at følge med, og bladrer frem og tilbage hele tiden.

Birgit er heller ikke længere så social under kaffen bagefter. Hun glemmer også, når det er hendes tur til have brød med, hvilket flere af de andre kommenterer med spørgsmål, om hun er blevet gammel og glemsom.



**Hvad kan man risikere i denne situation?**

**Hvad kan man gøre?**

**Hvilke hensyn kan man tage for at skabe bedre fællesskab?**