



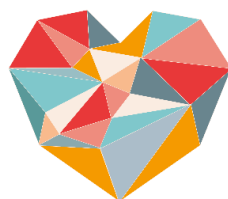
Memory Walk



hannn.eu



Odensehuis
Emmen



Dementia
in Cultural Mediation



With the support of the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Aktiviteten



Aktivitetsens titel

Memory Walk.

At trigge deltagerens hukommelse ved at vise billeder af fortiden under en gåtur.

Resumé

I samarbejde med det lokale arkiv (Groninger Archieven) vil billeder af ældre tid blive udvalgt og vist på en forudbestemt rute. Denne rute kan være i centrum af byen, i en park, en rute tæt på et forsamlingshus eller socialt initiativ (Odensehuset) eller i et ældrehjem. Disse store billeder viser genstande eller situationer, der er fælles for mange generationer, og vil bringe minder til folk i forskellige aldre. Billederne er gratis at se for alle interesserede, selvom aktiviteten er specielt udviklet til personer, der lider af demens.

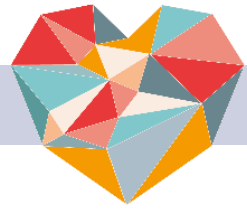
Idéen med aktiviteten er at parre en person med demens med en frivillig eller studerende. Sammen går de Memory Walk. Personen med demens vil blive inviteret til at tale frit om, hvad der er vist på billederne. Da billederne vil være almindelige for de fleste at genkende, vil det være sandsynligt, at de har minder om det og er i stand til at fortælle historier. Hvert billede vil have et eller flere udløsende spørgsmål for at få samtalen i gang, som den frivillige eller studerende kan indlede.

Målet er tværfagligt, deltageren er ude af huset, får motion, er i stand til at mindes og omsorgspersonen har et øjeblik uden at bekymre sig. Yderligere fordel er, at den frivillige eller studerende får erfaring med at håndtere mennesker, der lever med demens, men også om, hvordan deres nuværende situation i landsbyen eller byen adskiller sig fra dengang den demensramte var ung. Det sociale aspekt mellem den frivillige og deltagerne er også et vigtigt aspekt.

Dette er en en-til-en aktivitet, hvis det er muligt. Afhængig af demensstadiet vil deltageren blive præsenteret for den frivillige med omsorgspersonen tilstede. Når deltageren er villig til at gå ruten, kan omsorgspersonen tage af sted, og ruten påbegyndes. Og det er selvfølgelig også muligt for plejeren at komme med, hvis det ønskes. Den frivilliges fokus er at få deltageren til at fortælle om billederne og deres tanker og følelser om dem. Afhængigt af tid, mobilitet og historiefortællingen kan ruten tages på én gang eller ved flere lejligheder. Dato og tidspunkt kan aftales mellem den frivillige og deltager og/eller pårørende.

Billederne bliver på ét sted i et kort stykke tid. De generelle billeder af en situation eller et genstand kan tages til det næste sted, specifikke lokale billeder kan erstattes for hvert sted.

Beskrivelse



Målgruppe

Deltagerne i 'Memory Walk' vil være mennesker med demens, som stadig bor hjemme og er i stand til at gå ruten i deres miljø af specifikke omgivelser.

Denne aktivitet kan dog også foregå med personer med demens, der bor på plejehjem. De kan gå en rute med et familiemedlem, pårørende, frivillig eller studerende i eller omkring plejehjemmet. Aktiviteten kan tilpasses forskellige situationer.

Ruten vil tage højde for bevægelseshæmninger, den skal være tilgængelig med rollator og/eller kørestol. Når folk har et synshandicap, kan billederne beskrives for dem, det er stadig godt at få motion og dele historier og minder. Mennesker med hørebegrænsninger kan også deltage, forudsat at deres ledsager er fleksibel og villig til at tilpasse sig.

Ideelt set, hvis den frivillige er studerende, kan det være Sundheds- og Omsorgsstuderende, der gerne vil have erfaring med, hvordan man kan håndtere mennesker med demens uden for den faciliterende omsorg. Andre interesserede i at dele deres tid med mennesker med demens er også velkomne til at blive frivillige i denne aktivitet, og selvfølgelig kan familiemedlemmer ledsage deltageren.

Det er ikke nødvendigt at have erfaring med målgruppen, selvom det vil være at foretrække, hvis de frivillige har en vis viden om demens eller vil tage på en workshop om, hvordan man omgås mennesker, der lever med demens.

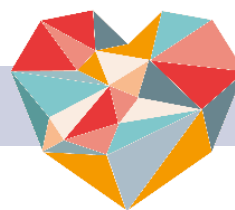
Formål

Målet med 'Memory Walk' er at sætte gang i hukommelsen hos mennesker med demens ved at vise billeder fra fortiden og opmuntre dem til at tale om det og dele deres historier. Kultur vil blive kombineret med motion i en social sammenhæng. Under aktiviteten kan pårørende have lidt fritid.

Samarbejdspartnere

Det er muligt at organisere denne aktivitet for enhver organisation, der er involveret i samfundet. Det kan være et lokalt kunsthus, et ældre hjem, et Odensehus eller en lokal organisation som for eksempel et forsamlingshus. Billederne vil blive vist i en park eller bag vinduer i lokale butikker, beboere, plejehjem eller andre organisationer.

En anden partnerorganisation kunne være et billedbibliotek eller lokalarkiver. De kan levere billederne, f.eks. af ældre tider eller af en bestemt by. Hertil var der et samarbejde med de Groninger Archives.



Sted

'Memory Walk' foregår ideelt set udendørs.

- Ruten skal være tilgængelig for personer med rollator og/eller i kørestol.
- Billederne skal vises i et vindue tæt på gaden eller på anden måde let tilgængeligt.
- Det ville være godt at have mulighed for at sidde ned under gåturen, f.eks. på en udendørs bæk eller opstillede stole.
- Efter aktiviteten vil der være te og kaffe, hertil er der brug for et lokale.
- Rummets størrelse afhænger af antallet af deltagere, ideelt set med maksimalt 10 personer inklusive ledsagere (frivillige).

Ugedag, tidspunkt & varighed

Varigheden af aktiviteten kan frit vælges af deltageren eller arrangøren af aktiviteten. Dette afhænger selvfølgelig også af antallet af billeder. Rådene er omkring 6 – 10 billeder. Med dette nummer er det muligt at gå hele ruten på én gang, dette bør tage 30-60 minutter. Når hvert billede udløser mange minder og historier, vil dette tage længere tid. Varigheden afhænger også af deltagernes mobilitet. Derfor er det muligt at tage et eller flere billeder ad gangen og gå flere ture på forskellige tidspunkter for at afslutte ruten.

Den foreslåede varighed af denne aktivitet er 1 time i alt, hvilket inkluderer omkring 30 minutters gang. Billederne vil blive placeret på en rute med flere muligheder for at sidde, så den frivillige og deltageren er fri til at sætte sig ned, når de vil.

Gruppestørrelse

Det er at foretrække at have en eller to personer med demens med en frivillig afhængig af deltagernes mobilitet. Det er også muligt at guide en gruppe på et organiseret arrangement med max 10 personer, heraf 3 eller 4 frivillige.

Vejledere & værter

Antallet af frivillige afhænger af antallet af deltagere. Den ideelle situation er én frivillig pr én person med demens. Men afhængigt af sværhedsgraden af demens eller mobilitet er det muligt for én frivillig at tage flere personer med demens på ruten. Det er også muligt at gå ruten sammen med omsorgspersonen eller et familiemedlem.

Der er brug for en kulturformidler eller en anden, der er velinformeret, til at forklare aktiviteten og give sig tid til at byde deltagerne velkommen og til kaffe og the efterfølgende.

Inden aktivitetens start skal billederne placeres i den forudbestemte rute. Kulturformidleren kontakter folk eller butikker på forhånd for at aftale visning af billederne i deres vinduer.

Materialer & faciliteter

Nødvendigt til 'Memory Walk' er:

- 6 - 10 billeder om generelle situationer, aktiviteter eller genstande fra hele landsbyen eller byen. Billederne vil blive indsamlet i samarbejde med de lokale Arkiver og skal være genkendelige for folk i forskellige aldre.
- Billederne vil indeholde et kort med information om det specifikke år og kontekst, herunder nogle forslag til spørgsmål til at starte samtalen. Hvis billederne er generelle, kan de bruges til aktiviteter flere steder.
- Et (trykt) kort over ruten.
- De frivillige vil modtage lidt information inden aktiviteten starter. Den vil indeholde aktivitetens mål, ruten og tips til, hvordan man kan omgås mennesker med demens.

Der bydes på te, kaffe og lidt slik. Hver deltager vil modtage mindst en servering, men en opfyldning kop bør ikke være et problem.

Udgifter

Der er ingen omkostninger for deltagerne. Afhængigt af den udøvende organisation skal de selv sørge for transport til aktivitetens start.

Navneskilte

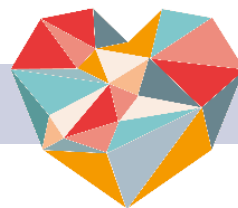
Navneskilte vil ikke nødvendigvis være, da gruppen er lille og kontaktpersonen personlig.

Memento

Deltagerne får et postkort med deres yndlingsbillede af ruten og af en samling af forskellige billeder med hjem.

Opfølgning

Der vil være et budskab på kulturformidlerens og den udøvende organisations (sociale) mediekkanaler.



Kommunikation

Kommunikationen afhænger af den organisation, der igangsætter aktiviteten. For Odense-huset gælder følgende, så snart datoen er fastsat:

Offline:

Aktiviteten vil blive annonceret blandt de besøgende i Odense-huset. De vil blive informeret personligt.

Besøgende vil modtage en informationsbrochure.

Ved lokale butikker (såsom supermarkeder) vil der være en skriftlig meddelelse.

Online:

Aktiviteten vil blive annonceret på Odensehusets og deres samarbejdspartneres sociale medier. Alle mulige organisationer med tilknytning til personer med demens og deres pårørende vil blive kontaktet og bedt om at dele annonceringen af aktiviteten.

Tilmelding

Folk kan kontakte kulturformidleren, i dette tilfælde Odense-huset, ved at besøge stedet, telefonisk eller ved at sende en e-mail til info@emmen-odensehuis.nl for deltagelse.

Tilmelding afhænger naturligvis af, hvem eller hvilken organisation, der arrangerer Mindevandringen.

Beskrivelse & Program



Forberedelse

Der vælges 6 - 10 billeder til at vise på ruten for 'Memory Walk'. Disse vil blive indsamlet i samarbejde med de lokale Arkiver og skal være genkendelige for folk i forskellige aldre.

Opret et tekstkort pr. billede med oplysninger om det specifikke årstal og konteksten for dette billede, inklusive nogle foreslåede spørgsmål til at starte samtalen.

Organisationen og frivillige skal sammen udstikke en rute og kontakte de lokale beboere/butikker, hvor de ønsker at placere billederne. Lav et kort over Memory Walks rute.

Vælg og print de postkort, som deltagerne får som et minde med hjem.

Udarbejd noget informationsmateriale til de frivillige og studerende. Inkluder information om formålet med aktiviteten, ruten og tips og viden om demens og hvordan man interagerer med en, der lever med demens.

Print ruterne, billeder og informationsmateriale, så alt er klar til at turen.

Aktivitetsdagen

Billederne placeres, og ruten vil blive tjekket for sikkerhed og siddemuligheder.

Frivillige/studerende bedes være der mindst en halv time før deltagerne ankommer for at få en nærmere forklaring og yderligere information om aktiviteten og deres rolle.

Velkomst

Deltagerne bydes hjerteligt velkommen og bedt om at tage plads. Under en kort introduktion får alle lidt at drikke. De frivillige og personer med demens bliver matchet og introduceret til hinanden inden aktiviteten. Brug lidt tid på at lade dem lære hinanden at kende, så personen med demens føler sig godt tilpas ved at gå en tur med netop denne frivillige.

Program

Deltagerne begiver sig på vej sammen med de frivillige. De frivillige kender ruten, herunder de specifikke placeringer af billederne og de steder, hvor de kan sidde ned.

Personen med demens kan frit tale om de billeder, de ser, og den frivillige skal indgå i samtalen med åbenhed. Billederne har et eller flere udløsende spørgsmål, hvis samtalen ikke kommer i gang, eller bare for at peppe den op. Men igen er det den demensramte, der har ansvaret.

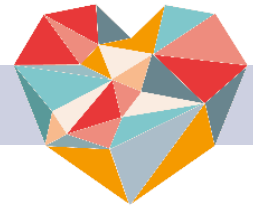
Hvor meget af ruten der gås afhænger af deltageren. De kan tage lige så meget tid til et billede, som de vil. Tag hensyn til eventuelle andre deltagere, der laver 'Memory Walk', så der ikke er for mange mennesker på ét sted på samme tid.

Når den aftalte tid er forbi, skal deltagerne flytte tilbage til udgangspunktet.

Slut på programmet

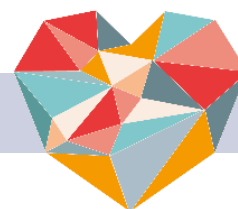
Deltagerne og frivillige bydes velkommen tilbage med kaffe og the. Der er ikke noget specifikt program efter gåturen, folk kan frit blive og tale om aktiviteten. Imens vises postkortene med billederne, og deltagerne kan vælge et med hjem.

Evaluering



Aktiviteten evalueres med de personer, der var værter for aktiviteten, og alle, der hjalp. De frivillige modtager et evalueringsskema med nogle spørgsmål, som de kan stille til deltagerne ved aktivitetens afslutning. Spørgsmålene handler om, hvordan deltagerne oplevede aktiviteten, og om der er bemærkninger eller forslag til fremtidige ruter. Der er også tilføjet spørgsmål til selvevaluering.

Checkliste, hvornår gør man hvad



En måned før aktiviteten

- Billederne skal vælges og udskrives.
- Billederne skal have en beskrivelse, inklusive nogle startspørgsmål.
- Besked om aktiviteten for frivillige finder sted.
- Annonceringen skal ske på kulturformidlerens og samarbejdspartneres hjemmeside og sociale medier, herunder stedets hjemmeside.
- Personer, der besøger stedet/organisationen, skal informeres.

To uger før aktiviteten

- Ruten skal laves, og billedets placering skal være tydelig > personer på ruten skal kontaktes, hvis deres vindue kan bruges til at placere et af billederne.
- Der udarbejdes informationsmateriale til de frivillige og studerende. Herunder information om formålet med aktiviteten, ruten og tips og viden om demens og hvordan man omgås en, der lever med demens.
- Meddelelsen skal gentages.

Ugen før aktiviteten

- Frivillige vil modtage en e-mail med en beskrivelse af deres rolle og informationsmateriale.
- Deltagerne skal kontaktes.

Dagen før aktiviteten

- Ruter og informationsmateriale om demens bør udskrives.
- Billederne vil blive opstillet på ruten.
- Tjek lokale og forsyninger (kaffe/te/kiks).

Aktivitetetsdagen

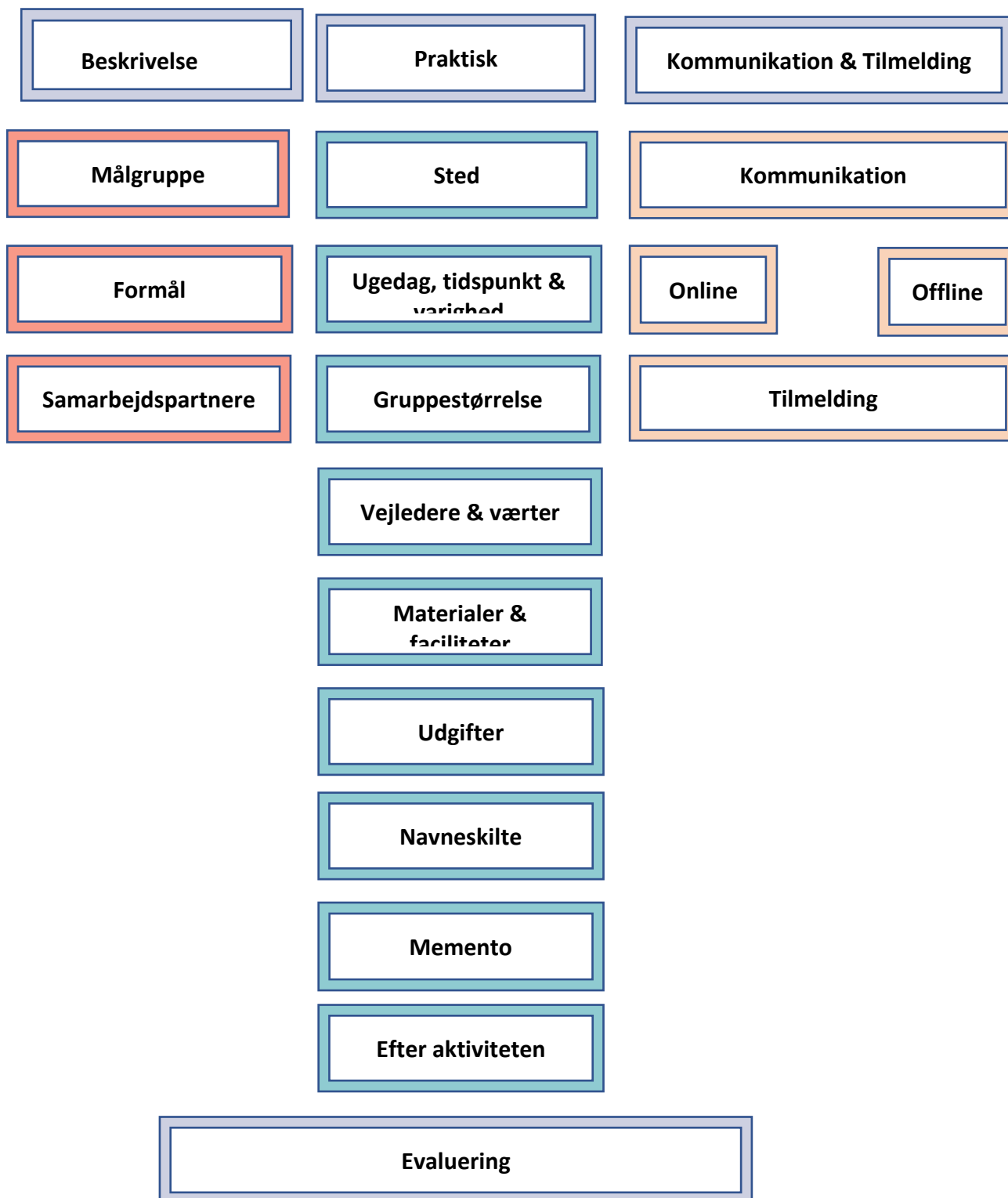
- De frivillige bydes velkommen en halv time før og modtager lidt ekstra forklaring og yderligere information.
- Lokalet vil være indrettet til modtagelse af deltagere og lidt drinks.
- Der vil være kaffe og te.

Corona

Denne aktivitet er mulig i Corona-tiden eller i andre specielle situationer. Det afhænger dog af alvoren af de trufne foranstaltninger. Det skal være tilladt og muligt at organisere en aktivitet. Når folk skal rumme afstand, er det måske bedre, at rollen som frivillig tages over by the caregiver, for

at undgå nogle risici.

Opmærksomhedspunkter



Memory Walk

At trigge hukommelsen hos mennesker med demens ved at vise billeder af fortiden og opmuntre dem til at tale om det.

Alle historier er velkomne, det handler om deltagernes minder.



Går og taler, én til én eller i en gruppe.



At gå (eller rulle) og være udenfor



At være sammen med andre end deres

Fortælle historier om deres fortid

