



Spretnosti za zdravo življenje Osmi forum EPUO

15. november 2022, spletni dogodek (Zoom)

#ForumEPUO2022 #EPUO2022

Denarna podpora:

S spletnim tečajem do boljše zdravstvene pismenosti o demenci

(Move your hands for dementia)

Dijana Lukić, ZDUS – Zveza društev upokojencev Slovenije



Izberi ustrezno fotografijo



A

B

C



Vizualni starizem* > stigma

- Depersonalizacija
- Negativen in stereotipen način prikazovanja oseb z demenco
- Poudarjanje nezmožnosti napram zmožnosti in potenciala
- Ima velik vpliv na počutje, duševno in fizično zdravje posameznikov

*Starizem: stereotipi (kako razmišljamo), predsodki (kako se počutimo) in diskriminacija (kako delujemo), ki jih usmerjamo do drugih ljudi glede na njihovo starost. Starizem se križa z drugimi vrstami diskriminacij in stigem.



Primeri dobre prakse

vergeet
dementie
onthoumens



<https://onthoumens.be/in-beeld/animatiefilm-vergeet-dementie-onthou-mens>

Centre for
Ageing Better



<https://ageing-better.org.uk/news/age-positive-image-library-launched>



Poišči „vsiljivca“



Dementni bolnik ni vezan zgolj na spomine

Do leta 2030 bo predvidoma dementnih že 82 milijonov ljudi.

V družinskem krogu smo se odločili, da bomo dementnega svojca oskrbovali doma.

Dementen oče in težave

ALI BOM DEMENTEN?

Kdor ima starša ali sorojenca z demenco se boji, da bo postal dementen tudi sam. Ali se demenca deduje?

Vsak tretji med nami bo dementen

PROSIM ZA NASVET, DEMENTEN DEDI SE JE OBRNIL PROTI NAM

Project No: 2020-1-IT02-KA204-079434

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union





Pozitivna raba jezika, ko govorimo o demenci

- Izrazoslovje mora biti natančno, spoštljivo, vključujoče, opolnomočujoče, brez stigme.
- Ne govorimo več o »dementnih ljudeh«, temveč pravilneje o **osebah z demenco**.



Izberite



20% dodanih
maščob

A



80% manj
maščob

B



Postavljanje družbenega okvira

- Uokviranje, kontekstualizacija: tehnika prepričevanja v komunikaciji, pri kateri so besede izbrane tako, da implicitno poudarijo določene vidike.
- Poudarjanje nezmožnosti napram zmožnosti in potenciala



**Način, kako razmišljamo o demenci,
naših vrednotah in jeziku, ki ga uporabljamo,
vpliva na naše dojemanje demence,
lahko vpliva na odnos, ki ga imamo z osebo z demenco ter
na njihovo vključenost v družbo in kakovost življenja.**



Dvig zdravstvene pismenosti o demenci

- Do 40 % pojavnosti demence je mogoče preprečiti.
- Na tveganje za razvoj demence vplivajo različni dejavniki.
- Priporočila na makro in mikro ravni lahko zmanjšajo razvoj demence v družbi in pri posamezniku.
- Družba, v kateri je zdravje izjemnega pomena, prispeva k lažji odločitvi posameznika.



Preventiva





MOOC (Množični odprti spletni tečaj) Bodi povezan

<https://www.myh4d.eu/mooc/>

- Praktično orodje za izobraževalce odraslih, ki želijo izboljšati svoje razumevanje demence, da bi to znanje prenesli na učeče v skupnosti – ti učeči so lahko prostovoljci, oskrbovalci, delavci v storitvenih dejavnostih.
- Ljudje v lokalni skupnosti, storitvenih dejavnostih in izvajalci oskrbe bodo bolje razumeli demenco in prepoznali lastno vlogo pri spodbujanju vključujočih in opolnomočenih odnosov.



Komu je namenjen?



MYH4D – Podajmo roko osebam z demenco

MYH4D Project

Odprti zdaj

Lokacija: Spletni tečaj

Potrdilo o zaključku: da

- Izobraževalcem odraslih v formalnih ali neformalnih učnih okoljih v skupnosti, v izobraževanju ali v socialnem varstvu.

Teme tečaja MYH4D



**POSTAVITE SE V ČEVLJE
OSEBE, KI ŽIVI Z
DEMENCO**



PREVENTIVA

MOVE YOUR HANDS FOR DEMENTIA (MYH4D)
ŠT. PROJEKTA: 2020-1-IT02-KA204-079434



**KOMUNICIRATI Z OSEBAMI Z
DEMENCO V VSAKDANJEM
ŽIVLJENJU IN ŽIVLJENJU V
SKUPNOSTI**



**VKLJUČUJOČA SKUPNOST,
OSREDOTOČENA NA OSEBE,
KI ŽIVIJO Z DEMENCO**



Zdaj veste:

- 1. Kako** lahko prispevate k zmanjšanju stigme in starizma, ko govorimo o demenci
- 2. Katera** so priporočila za zmanjšanje tveganja za razvoj demence
- 3. Kje** lahko nadaljujete poglobljanje znanj in vedenj s področja zdravstvene pismenosti o demenci



Zdaj veste:

- 1. Kako** lahko prispevate k zmanjšanju stigme in starizma, ko govorimo o demenci
- 2. Katera** so priporočila za zmanjšanje tveganja za razvoj demence
- 3. Kje** lahko nadaljujete poglobljanje znanj in vedenj s področja zdravstvene pismenosti o demenci



Projektne konzorcij:



Podpora Evropske komisije za izdelavo te vsebine ne pomeni odobritve le-te, ki odraža samo stališča avtorjev in Komisija ne odgovarja za kakršno koli uporabo informacij, ki jih vsebuje.

Project No: 2020-1-IT02-KA204-079434

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

