

Livskraft

– kultur för äldre

Goda tips för utövare

– bra saker att känna till när man kommer
till äldreboenden/träffpunkter/servicehus

Tips & information!

Kultur och hälsa

Livskraft arbetar under paraplybegreppet; Kultur och hälsa. Med det menas att kulturaktiviteter ses som hälsofrämjande insats, i ett led att må bättre, känna sig delaktig, bli sedd, känna samhörighet med andra. Det skapar förhoppningsvis harmoni vilket ofta leder till mindre medicinering, mindre oro, bättre aptit och god sömn. Livskraft uppmanar till att kulturaktiviteten innehåller aktiva moment där publiken kan delta/medverka.

Träffpunkt/ äldreboende

En träffpunkt är en mötesplats för personer som bor hemma. Det betyder att deras hälsa är betydligt bättre än de som bor på boenden.

Ett äldreboende eller särskilt boende som det också kallas, är för både dementa (problem med minne, orientering etc.) och somatiska sjukdomar (fysisk och/eller kognitiv svikt). Det betyder att publiken kan vara blandad. 70-90 % har en demenssjukdom/kognitiv svikt.

Lokalen

Har man frågor eller önskemål om lokalen kontaktar man enhetschef för boendet (eller annan utsedd kontaktpersonal), gärna några dagar innan besöket så personal vet och kan förbereda mer specifikt. På en del äldreboende finns specifika samlingslokaler för arrangemang men på vissa boende saknar man det och då kanske man får hålla till inne på en avdelning.

Starttid

Det kan vara svårt för personal att hinna få alla på plats i tid. Det kan bero på att det saknas vikarier, eller att det är få hissar. Ha överensende med att det kan bli en "akademisk kvart" innan start.

Eftersläntrare

Någon kan ha tackat nej till att ansluta/följa med till aktiviteten, men ändrar sig när den ser andra medboende gå iväg. Det kan medföra att personal får gå och hämta personer som släntrar in i efterhand. Försök att inte låta det stora aktiviteten.

Personal

Vi uppmanar alltid personal att delta på lika villkor som de boende. När ni är på plats, stäm gärna av att personal stannar kvar. Ni ska absolut inte bli ensam kvar med brukarna/boende under er aktivitet/konsert/föreställning/workshop.

*"De ska hälsa på oss när de kommer och så måste de prata långsamt så vi hänger med. Sedan ska de stanna kvar och dricka kaffe."
/boende på äldreboende*

Ibland kan någon boende säga eller påstå något helt irrelevant – det bästa är att som utövare hänga med i det som sägs, bekräfta och spinna vidare på det och gå vidare i föreställningen. Inte säga direkt emot, vilket då kan skapa mera

oro eller aggression, och störa mer för artisten och alla övriga i publiken.

Publiken

Evenemang/kultur/besök är frivilliga aktiviteter, så det är alltid oklart hur många som kommer att delta. Det kan vara svårt för vår målgrupp att sitta stilla, vara tyst, kanske avbryter eller reser man sig upp mitt i en föreställning, frågar om samma sak flera gånger eller kan inte delta under hela föreställningen på grund av de funktionshinder man har. Föreställningen/upplevelsen kan väcka minnen, känslor (stark glädje, oro, ångest, behov av akuta toalettbesök) som man har svårt att hantera och vill avvika innan det slutar eller behöver lämna för en stund för att sedan komma åter.

Syn- och hörselnedsättning

Många har syn och hörselnedsättning och har svårt att uppfatta och förstå - så det är bra att tala högt, tydligt, sakta/lugnt till vår målgrupp och det är en fördel om man kort berättar vem man är, vad som skall hända.

Förbered även avslut genom att säga: "Då har vi kommit till vår sista låt/stund tillsammans."

Hörslinga (teleslinga)

Med teleslinga går ljudet direkt till hörapparaten och avståndet till ljudkällan blir inte lika avgörande för hörapparat användaren. Stäm av med arrangören ifall du skall använda teleslingan.

Stanna kvar

Den kan hända att boende vill prata och ställa frågor i efterhand. Då är det toppen om du som artist/utövare har möjlighet att stanna kvar en liten stund efter aktiviteten så att det blir ett bra avslut.

Ord att känna till

Beteendemässiga och psykiska symtom vid demenssjukdom (BPSD). BPSD omfattar beteendemässiga symtom som aggressivitet, skrik, vandring, plockande eller störd dygnsrytm, samt psykiska symtom som hallucinationer, vanföreställningar, eufori, sömnlöshet, apati, ångest eller depression.

*Tack för att du inte använder
parfym av hänsyn till allergiker!*

Livskraft – Kultur för äldre, är ett regionalt kulturcentrum som finansieras av Region Västernorrland och Scenkonst Västernorrland tillsammans med Sundsvalls kommun, Örnköldsviks Kommun, Härnösands kommun, Sollefteå kommun, Kramfors kommun, Timrå kommun och Ånge kommun.

scenkonstvasternorrland.se/livskraft