

"Hvad er det vi KAN"? (Projekt "sammen KAN vi")

Indfri målene med så mange af disse færdigheder og behov som muligt for mennesker med demens gennem aktivitet i [rejseholdene](#) og vores [træningscenter](#).

Fælles indsats og samarbejde mellem mennesker med demens og disses pårørende og demensinstruktører i demensvenlig træning:

1. Bedre kognitiv funktionsniveau. (evnen til at sanse, være opmærksom, indlære, huske, bearbejde information og løse problemer)
2. Forbedre ADL funktioner (daglig levevis)
3. Bedre arbejdshukommelse
4. Genkalde glemte færdigheder
5. Mindske omfanget af neuropsykiatriske symptomer: Irritabilitet-depression-uro-rastløshed-forstyrrelse i døgnrytmen, højere mentalt forarbejdningstempo m.m.
6. Forbedre den fysiske tilstand, (SMART-mål = specifikt-målbart-accepteret-realistisk-tid). Med reference til Sundhedbatters [adræthedsmodel](#).
7. Motivere til livslang træning
8. Bidrage til udsættelse af demenssygdommen for mennesker med let til moderat demens.

Demensinstruktører alene, vi KAN:

9. Planlægge og gennemføre træningen
10. Skabe individuelle relationer
11. Undervise og træne ud fra individuelle hensyn
12. Træne mindre grupper og fællesskaber
13. Facilitere og supervisere træningen undervejs, enkeltvis eller gruppevis