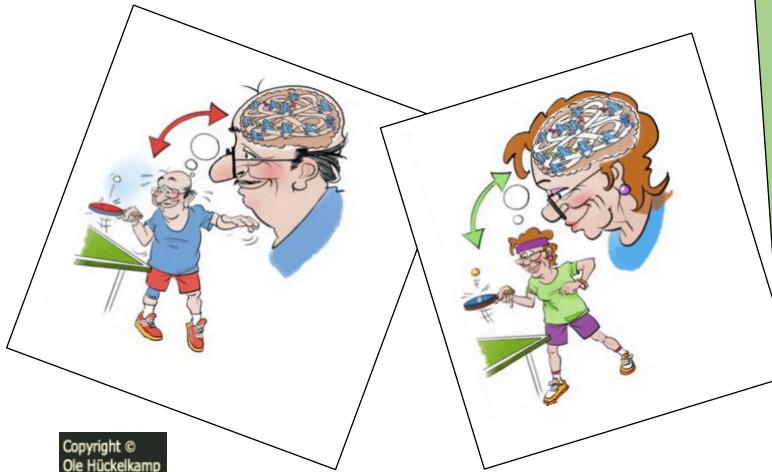


Dialog med Sundhedsstyrelsen om udfordringerne med fysisk træning for mennesker med demens



Copyright ©
Ole Hüchelkamp

Sundhedsstyrelsen (SST) Enhed Ældre og Demens Islands Brygge 67 2300 København S, inviterede den 23. august 2024 Sundhebatter til en fælles drøftelse af fysisk træning af mennesker med demens.

Emner på mødet var bl.a. at Den Nationale Demenshandlingsplan 2016-25's såkaldte initiativ nr. 8, er forsøgt implementeret som forudsat i initiativet, f.eks. gennem SST's træningsguide.

Sundhedsstyrelsen har ikke mulighed for at sparre med foreninger og interessenter, så mødet handlede primært om gensidig information.

Sundhebatter præsenterede udfordringer og løsninger og vi fik en god dialog om:

- Traditionel motions-, holdtrænings- og genoptræningstilbud til mennesker med demens bør ikke stå alene, da indsatserne bør tilpasses ud fra individuelle hensyn, motivation og funktionsniveau, og da træningen bør være relations- og løsningsbaseret for den enkelte. Dette er i overensstemmelse med ADEX-undersøgelsens konklusioner. Læs evt. mere [her](#).
- Der bør evalueres på selv de mindste indsatser, og at træningen bør faciliteres og superviseres undervejs. Læs mere [her](#) -og [her](#)
- Logistikproblemer begrænser mulighederne for mange mennesker med f.eks. demens og deres pårørende, fordi transporten til træningsstedet kan være en stopklods. Sundhebatter etablerer derfor rejsehold fra 2025, Læs mere [her](#).
- Målbare mål og effekter at sigte efter, har været efterspurgt siden 2016.
- Direkte evalueringer er ikke gennemført af resultaterne af indsatserne på området fysisk træning for mennesker med demens, (Den Nationale Handlingsplan for demens 2015-2025, initiativ nr. 8 "bedre tilbud om fysisk træning på demensområdet", læs evt. mere [her](#))

Sundhebatter har mange muligheder og vi glæder os til at bidrage til at mange de ca. 90.000 mennesker med demens m.fl. får et bedre liv. Læs mere her hvad Sundhebatter tilbyder: <https://sundhebatter.dk/bedre-liv-og-oeget-livskvalitet/>

Sundhedbatter Nyhedsbrev

Udgivet juni 2024 årgang 4 nr. 6-8

Månedssnyt om relations baseret, fysisk træning for mennesker med demens og andre neurologiske sygdomme. Udgivet af ole.hueckelkamp@sundhedbatter.dk

Side 2 af 2

- **Let til moderat demenssygdom ?**
- **Parkinsonsygdom?**
- **Andre neurologiske sygdomme ellere skader ?**
- **Er du selvhjulpen?**
- **Pårørende deltager i træningen ?**

Træningscentret tilbyder fysisk træning til disse målgrupper:

- Bidrage til at få et bedre liv og øget livskvalitet ved at træne hos Sundhedbatter, Kildegården 1 4000 Roskilde.
- Opleve glæde og sjov i små grupper. Vi træner bordtennis med instruktører/holdledere og robotter.
- Kom som du er: Du behøver ikke at have spillet bordtennis før.

Fri og gratis træning fra uge 41 2024 og hele 2024 for målgrupperne og deres pårørende.

Holdlederne glæder sig til at skabe relationer til deltagerne og sprede glæde og sjov. "Vi træner ikke for sjov men fordi det er sjovt"

Træningsdage:

Start uge 41 mandag den 7. oktober 2024

Mandage – Onsdage – Fredage fra kl. 11-12,30.

Kontaktperson og tilmelding: Margit Laursen e-mail margitlaursen56@gmail.com Tlf:93864013

Der er begrænsede pladser, og derfor oprettes ventelister.

Vigtigt:

Hvis man vil overvære træningen, **skal** der indgås aftale herom forinden:

(Kontakt Margit Laursen 93864013 eller Ole Hüeckelkamp 22411417)

Om træningen:

Sundhedbatter forpligter sig ikke til at undervise ved alle træningssessioner men vejleder og guider. Træning i 2025 er medlemsbaseret.

Læs evt mere her:

[Om Sundhedbatters træningskoncept](#)

[Om træningscentret](#)

[Om livskvalitet](#)

[Om sjov og glæde](#)

[Alle kan være med](#)

[Sammen kan vi...](#)

Næste nyhedsbrev udkommer 15. december 2024.

På gensyn Ole Hüeckelkamp

