

Lærervejledning/rettenøgle - Med dansk i plejen 2

Bogen **Med dansk i plejen 2** er lavet til dem, som arbejder eller ønsker at arbejde i ældreplejen og ikke har dansk som modersmål. Bogen er en indføring i det sprog, der bruges i ældreplejen, men den er IKKE en undervisningsbog i pleje.

Med dansk i plejen 2 er en selvstændig efterfølger til **Med dansk i plejen**. Alle kapitler i bogen kan laves uafhængigt af hinanden og bagerst i bogen kan kursisterne løbende notere de informationer, de i hvert kapitel får om borgerne, Uffe og Erna, så de til sidst har det fulde billede af hver borger.

Det sproglige niveau i **Med dansk i plejen 2** ligger lidt over niveauet i **Med dansk i plejen**. Hvor kursisterne i **Med dansk i plejen** arbejdede med konkret ordforråd og dialoger, arbejdes der i **Med dansk i plejen 2** mere med læsning, forståelse af faglige begreber, dansk kultur og refleksion.

Med dansk i plejen 2 kan bruges til selvstudium, men egner sig bedst til undervisning på små eller store hold, da der gennem hele bogen lægges op til, at kursisterne sammen diskuterer og reflekterer over situationer i ældreplejen i Danmark. Vi anbefaler, at kursisterne ikke sidder alene med bogen, men støttes af en underviser/mentor/vejleder med kendskab til dansk sprog og kultur for at sikre, at kursisterne ikke lærer noget forkert.

Det er ikke nødvendigt for underviseren/mentoren/vejlederen at have kendskab til ældreplejen for at undervise kursisterne. Lærervejledningen giver al den information, der er brug for.

Med dansk i plejen 2 tager udgangspunkt i et udekørende team i hjemmeplejen. Kursisten tages med i dagligdagen i teamet og møder gennem hele bogen situationer, der giver anledning til diskussion, refleksion og snak om dansk kultur - både på arbejdspladsen og hjemme hos borgerne.

I **Med dansk i plejen 2** følger kursisterne SOSU-hjælperne Marta og Oliver på deres besøg hos borgerne Erna og Uffe og til møder i teamet. Oliver kommer fra Marokko og er homoseksuel, hvilket giver lidt problemer hos borgeren Uffe, som er homofob og racist. Vi har helt bevidst valgt et "levende" og realistisk sprogbrug hos Uffe, for at give kursisterne et realistisk billede af, hvad de kan møde ude hos borgerne og på den måde klæde dem bedst muligt på, så de er sprogligt forberedte på disse møder.

Lærervejledningens indhold

Her i lærervejledningen finder du både rettenøgler, ideer til hvordan opgaverne kan gribes an og en lille grammatisk forklaring, hvor det er relevant.

Bokse med nye ord

Til hver dialog og tekst i bogen er der en tilhørende boks med nye ord, som optræder i teksten. Vi anbefaler en gennemgang af ordene med en snak om betydning og udtale, før man går i gang med teksten.

Bokse med "Sådan kan du ..."

Gennem hele bogen finder man bokse med sætninger, som er gode at kunne i de enkelte situationer. Vi anbefaler, at man gennemgår sætningerne med kursisterne og træner udtale.

Kursisterne kan herefter træne udtalen hjemme og indlæse sætningerne på Whatsapp (eller en anden app) med fokus på perfekt udtale.

Man kan også med fordel lade kursisterne lære sætningerne udenad og lade dem lave dialoger med

sætningerne på videoer, som deles på Whatsapp eller ses igennem i klassen. Det er en hjælp for dem at have lært sætningerne udenad, når de står i stressede situationer, så behøver de ikke tænke over formuleringen, men kan fokusere på plejen af beboeren.

Hvorfor dele videoer på Whatsapp?

Det kan være en rigtig god ide at lade kursisterne indtale lydfiler og indspille videoer på Whatsapp (eller en anden app). Når de deler deres lydfiler og videoer med resten af gruppen, fokuseres der ofte ekstra på at få den helt rette udtale.

Dette medfører, at kursisterne får øvet sig meget mere og opnår en langt bedre automatisering og udtale. Samtidig er det en rigtig god måde for kursister at øve sig i at turde tale dansk uden at være perfekt. Mange kursister vil ofte have svært ved ikke at være helt perfekte, hvilket kan gøre det svært for dem at tale dansk, mens en chef, en pårørende eller en kollega lytter.

Cases

Gennem hele bogen vil kursisterne arbejde med forskellige cases. Det er selvfølgelig meningen, at kursisterne efter forudgående arbejde med emnet skal kunne improvisere. Det er op til underviseren at vurdere, om kursisterne er klar til improvisation. Er de ikke helt klar, kan det være en god ide, at få dem til at skrive sætningerne i bogen først, evt. i par. Bagefter læser en kursist/underviseren sætningen op og kursisten svarer med lukket bog. Herefter kan man eventuelt lade kursisterne arbejde videre med at lave deres egne eksempler.

Opsamling

Sidst i hvert kapitel er der nogle grønne sider. På disse sider samles der op på det, der er arbejdet med i kapitlet.

Dictogloss

De fleste kapitler slutter med en dictogloss, som omhandler et af de emner, der er bearbejdet i kapitlet. Ideen med en dictogloss er, at kursisterne hører en tekst oplæst, som de skal gengive med deres egne ord. Der kan både arbejdes individuelt og i grupper. Underviseren kan vælge om teksten skal refereres mundtligt eller skriftligt.

Kursisterne hører lydfilen tre gange. Første gang lyttes der bare, anden gang tages notater og tredje gang tjekkes notaterne. Herefter får kursisterne tid til at rekonstruere teksten med deres egne ord. Det er vigtigt at fortælle kursisterne, at det ikke er en diktat, de skal lave, men en gengivelse med egne ord.

Hvis gengivelsen er skriftlig, kan det være en god ide at rette dem i plenum og slutte af med at lade kursisterne se den originale tekst.

Spil

Hvis der ønskes mere repetition og automatisering af ordforråd og kommunikation, har vi udviklet spilserien **Sprog på spil - Sundhedsdansk**. Læs mere på hjemmesiden www.sygehusdansk.dk

Kapitel 1. To nye borgere

Side 5. Øvelse 01

Her lægges op til samtale. Lad kursisterne diskutere i par eller grupper og fremlægge deres synspunkter i plenum, inden de læser teksten på næste side. (svarene herunder findes i teksten på s. 6)

1. et møde for plejepersonalet
2. for at gennemgå dagens planlagte besøg og om nogle borgere har brug for ekstra opmærksomhed
3. SOSU-hjælpere, -assistenter og teamlederen
4. afhængigt af, hvor meget der skal drøftes
5. alle
6. teamlederen

Side 7. Øvelse 04

Morgenmøde 1:

Karin (teamleder): Godmorgen allesammen! Har I fået kaffe? Lad os lige få styr på dagens ruter og opgaver, inden I kører ud.

Tine: Godmorgen. Jeg har lige set på min liste – jeg starter hos Edith kl. 08.30. Hun skal op og i tøjjet og have morgenmad. Så tager jeg ud til Preben bagefter. Han skal i bad i dag.

Marta: Jeg har **tre besøg på min rute** i dag. Der er et nyt navn – **Erna på Ingemannsvej**. Er der noget særligt, jeg skal være opmærksom på hos hende?

Karin: Vi besøgte Erna for første gang i går. Hun er dement og bor sammen med sin mand Knud. **Hun skal guides til at komme op og i tøjjet**. Hun er lidt forvirret om morgenen, så du skal forklare tingene roligt. Og så skal hun have **støtte til at blive vasket både foroven og forneden**. Vi har aftalt, at hun kommer **i bad tirsdag og fredag**. Maden tager Knud sig selv af.

Marta: Super. Jeg tjekker lige journalen, inden jeg kører, så jeg har styr på alle detaljerne, og så bruger jeg lidt **ekstra tid der** i dag, så hun lærer mig lidt at kende og føler sig tryk. Når jeg er færdig dér, kører jeg ud **til Olav og hjælper ham i bad**. Det er jo mandag i dag.

Karin: Det er rigtig fint, Marta. Så passer det også med, at du kan nå ud til **Tage til frokost**.

Oliver: Jeg har også en ny på min liste i dag, Uffe i Nørregade. Er det nede i de almene boliger? Hvad ved vi om ham?

Karin: Ja, det er dernede. Han er en lidt særlig type, så du skal have ja-hatten på i dag. Han er tidligere beslagsmed og har en masse mén fra det. Han har brug for **hjælp til alt det praktiske**. Han har haft brækket lårbenet og har mange smerter i lænden og ryggen på grund af slidgigt. Han kan godt selv komme rundt med sin rollator, men han har en super dårlig balance, så **han skal støttes**. Du skal **hjælpe ham med at blive vasket og komme i tøjjet og så skal han have noget morgenmad**. Du tager dig bare god tid i dag, Oliver, og så må vi se på, hvor lang tid, vi fremover skal sætte af til ham. Tjek lige journalen før du tager afsted. Der står flere informationer om ham.

Oliver: Det gør jeg. Og så kører jeg til **Helga bagefter**. Det er mandag, så **hun skal have gjort rent**. Så er jeg hos **Agnes ved tolvtiden, så jeg kan hjælpe hende med frokosten, på toilet og at komme hen og ligge bagefter**.

Karin: Det lyder som en plan. Hvem tager Hans?

Erkan: Jeg har flere opgaver på min liste i dag, men jeg kan kigge ind til Hans over middag og se, om han har spist og er okay.

Karin: Det er fint, Erkan.

Tine: Jeg har kun to besøg i dag, så jeg kan tage et akutopkald, hvis der kommer noget ind. Er der nogen, der har brug for hjælp med tunge løft?

Karin: Perfekt, Tine. Du kan hjælpe Oliver hos Uffe, hvis det bliver nødvendigt. Husk at tjekke jeres telefoner for opdateringer – der kan komme ændringer undervejs.

Oliver: Er der nyt om transporten? Min cykel er stadig til reparation.

Karin: Ja, cyklen er færdig ved frokosttid. Indtil da låner du centerets el-cykel. Husk at tage vesten på – det er mørkt udenfor.

Oliver: Det gør jeg.

Karin: Okay, det var vist det. Vi ses senere – og husk at notere, hvis der sker noget specielt hos borgerne. Og husk at give besked, hvis der er noget særligt, vi skal være opmærksomme på, så vi kan hjælpe hinanden. God tur derude!

Alle: Tak og god arbejdslyst / tak i lige måde.

Oliver:

- besøge Uffe i de almene boliger - hjælp til alt det praktiske - vaskes, i tøjet, have morgenmad
- gøre rent hos Helga
- give Agnes frokost, hjælpe hende på toilettet og hen og ligge

Marta:

- besøge Erna på Ingemannsvej - støttes til vask foroven og forneden, i bad tirsdag og fredag
- hjælpe Olav i bad
- besøge Tage inden frokost

Side 7. Øvelse 05

Opsamling i plenum. Lav en liste på tavlen.

Side 9. Øvelse 07

1. 160956 - 8685
2. KOL, diabetes, slidgigt, overvægt
3. 4 gange
4. bad, påklædning, personlig hygiejne, rengøring af køkken, bad og gulve samt tøjvask
5. ja

Side 9. Øvelse 08

Lad kursisten forestille sig, at han eller hun fortæller til en kollega. Laves eventuelt som video hjemme.

Side 11. Øvelse 10

1. demens
2. godt
3. 4 daglige besøg
4. Knud
5. personlig hygiejne (bad, hårvask og toiletbesøg)
6. relevante observationer og indsatser
7. de beskrevne indsatser

Side 11. Øvelse 11

Lad kursisten forestille sig, at han eller hun fortæller til en kollega. Laves eventuelt som video hjemme.

Side 12. Øvelse 12

Lad kursisterne diskutere i par eller grupper og fremlægge deres bud i plenum. Kan også laves sammen i plenum. Se svar i øvelsen herunder.

Side 12. Øvelse 13

1. **Visitation:** Kommunens faglige vurdering af borgerens behov for at afgøre, om og hvilken hjælp borgeren har ret til.
2. **Opfølgning:** Et løbende tjek for at se, om hjælpen stadig passer til borgerens situation, eller om den skal justeres.
3. **Plejeplan:** En samlet plan, der beskriver borgerens mål, behov og de konkrete aftaler om pleje og praktisk hjælp.
4. **Indsatser:** De specifikke opgaver og ydelser, som medarbejderne udfører hos borgeren, for eksempel personlig pleje eller rengøring.
5. **Henvendelse** til kommunen: Den første kontakt, hvor en borger, pårørende eller læge beder kommunen om hjælp eller støtte.
6. **Evaluerings:** En endelig eller periodisk vurdering af, om målene med hjælpen er nået, og om indsatserne har haft den ønskede effekt.

Side 13. Øvelse 14

Lad eventuelt kursisterne arbejde sammen i par og diskutere det rigtige svar, inden der samles op i plenum. Nedenunder ses svarene til øvelsen samt en forklaring til underviseren på begrebet.

1. visitation (Visitation betyder at vurdere borgerens behov for hjælp, og det gør visitatoren under et besøg.)
2. indsatser (En indsats er den konkrete hjælp og støtte, som personalet leverer i hverdagen – f.eks. hjælp til personlig pleje.)
3. evaluering (Når man evaluerer, ser man tilbage på den hjælp, der er givet, og vurderer, om den har haft den ønskede effekt.)
4. plejeplan (Plejeplanen er dokumentet eller arbejdsredskabet, der beskriver borgerens daglige plejebehov og mål.)
5. henvendelse til kommunen (Dette er det første skridt, hvor en borger eller pårørende kontakter kommunen for at bede om støtte.)
6. opfølgning (At følge op betyder at tjekke op på en igangværende behandling eller situation for at se, om alt kører, som det skal.)
7. plejeplan (Borgerens elektroniske journal indeholder plejeplanen, som sikrer, at alle medarbejdere kender borgerens rutiner.)
8. visitation (Det er en del af visitationen, når myndigheden formelt godkender og tildeler den hjælp, borgeren har ret til.)
9. evaluering (Et møde om status og trivsel bruges til at evaluere og bedømme, om der skal ændres i den nuværende hjælp.)
10. indsatser (Rengøring og personlig hygiejne er praktiske eksempler på de konkrete ydelser og indsatser, hjemmeplejen udfører.)

Side 14. Øvelse 15

1. henvendelse til kommunen
2. visitation
3. plejeplan
4. indsatser
5. opfølgning
6. evaluering

Side 14. Øvelse 16

Laves eventuelt som video hjemme.

Side 14. Øvelse 17

Lad gerne kursisterne fremlægge deres svar enkeltvis - eventuelt som et lille rollespil foran gruppen. Der er mange muligheder. Her er det vigtigt, at man som underviser evaluerer svarene.

Eksempel: Hej Uffe. Det er Oliver fra hjemmeplejen. Hvor er du? Jeg kommer lige ind til dig.

Side 15. Øvelse 18

Oliver: Nå, Uffe. Du skal ud af sengen. Hvordan synes du, du har det i dag?

Uffe: Hmmm... Det er sgu lidt hårdt, må jeg sige. Jeg har meget svært ved at trække vejret, og benene vil fandme heller ikke rigtig mere.

Oliver: Det lyder ikke så rart. Men har du sovet godt?

Uffe: Ja, det har jeg vel.

Oliver: Dejligt. **Nå, vi skal have dig op af sengen og ud på badeværelset.** Her er din rollator. Jeg har låst den, **så du kan bare tage fat.** Jeg støtter dig lige lidt.

Uffe: Hmmm...

Oliver: Sådan! **Så kan du bare sætte dig på toilettet.** Her er en våd klud og et håndklæde. **Så kan du lige vaske dig,** mens jeg finder lidt rent tøj frem.

Uffe: Vaske mig? Det er sgu da ikke nødvendigt. Der kommer jo ingen her, jeg skal imponere.

Oliver: Næ, men måske er det alligevel lidt rart at blive vasket lidt.

Uffe: Det tror jeg sgu ikke! Men hvis du siger det, skal jeg nok gøre det.

Oliver: Fint. Jeg finder dit tøj. Blusen fra i går er beskidt, **så du får lige en ny.** Bukserne kan vist godt gå en dag mere. Og så lige rene underbukser og strømper. Vil du også have en undertrøje på?

Uffe: Næ! Undertrøjer er for tøsedrenge!

Oliver: Det synes jeg nu ikke er helt rigtigt. Men som du vil. Ingen undertrøje. Er du blevet vasket?

Uffe: Ja sgu da.

Oliver: Godt, **så får du lige din tandbørste, og så kan du tage dit tøj på.**

Uffe: Som du vil.

Oliver: Super. **Så kommer du lige op at stå** og så vasker jeg dig forneden og trækker dine bukser op. Sådan.

Uffe: Pas lige lidt på! Jeg er sgu da lige ved at falde sådan som du hiver!

Oliver: Det var ikke med vilje. Jeg skal nok være lidt mere forsigtig.

Uffe: Det håber jeg sgu! Ellers bliver det her op ad bakke!

Oliver: Nå, så er du klar. Kom vi går ud i køkkenet, **så du kan spise din morgenmad.**

Uffe: Det var sgu også på tide.

Oliver: **Du kan bare sætte dig her,** Uffe. Jeg har sat din mad frem, og der er varm kaffe på kanden. Nok til hele formiddagen.

Uffe: Vi får at se!

Oliver: Så kan du vist klare dig selv resten af formiddagen. Din frokost står her og så kommer jeg igen over middag og hjælper dig på toilettet. Vi ses senere.

Uffe: Ja, det skal nok blive festligt!

Oliver: Hej hej

Side 17. Øvelse 19

Her er ingen rigtige eller forkerte svar. Det meningen, at kursisterne sammen skal reflektere over, hvem borgeren er ud fra hans sprogbrug og diskutere, hvordan et samarbejde vil blive. Underviseren kan med fordel komme med input ud fra en dansk-kulturel vinkel.

Side 17. Øvelse 20

Her er det vigtigt at gøre kursisterne opmærksomme på, at man ikke taler grimt om en borger, men heller ikke pynter på eller lyver om sandheden. Det er vigtigt at give et sagligt og realistisk billede videre.

1. Det var altså en lidt speciel oplevelse.
5. Det bliver et interessant samarbejde.
7. Ham skal man godt nok have lidt tålmodighed med.
10. Han er ikke så nem at danse med.
11. Han er okay at kommunikere med, men der er ikke megen hyggesnak.

Side 18. Øvelse 21

Lad gerne kursisterne fremlægge deres svar enkeltvis - eventuelt som et lille rollespil foran gruppen. Der er mange muligheder. Her er det vigtigt, at man som underviser evaluerer svarene.

Eksempel 1: Hej. Jeg kommer fra hjemmeplejen. Jeg hedder Marta.

Eksempel 2: Hej. Er det dig, der er Erna? Jeg hedder Marta. Jeg kommer fra hjemmeplejen og skal hjælpe dig i dag.

Side 18. Øvelse 22

Marta: Nå Erna, du er kommet i tøjet, kan jeg se.

Erna: Ja...

Knud: Ja, jeg hjalp hende lige med at blive klædt på. Hun bryder sig ikke så meget om, at modtage gæster i nattøj. Og nu er det jo første gang, du er her.

Marta: Det kan jeg godt forstå. Men fremover behøver du ikke være klar, når jeg kommer, Erna. Jeg kommer jo for at hjælpe dig.

Erna: Knud hjælper mig.

Marta: Ja, det er rigtigt, men når jeg hjælper dig med at blive vasket og få tøj på, har Knud jo god tid til at lave en rigtig lækker morgenmad til dig.

Erna: Morgenmad? Blødkogt æg og bacon måske...

Knud: Ja, det kunne du tænke dig, hva'?!

Marta: Hvis du er færdig med din kaffe, **vil du så ikke vise mig badeværelset**, Erna?

Erna: Jo.

Marta: Når vi nu er herude, **skal jeg så ikke lige hjælpe dig med at få skiftet underbukser og få dig nettet lidt?**

Erna: Er det nødvendigt?

Marta: Ja, det synes jeg. Jeg kan se, at du har haft et lille uheld i bukserne og trænger til at få nogle rene på.

Hvis du sætter dig på toilettet, finder jeg lige et par rene underbukser og bukser frem. Er soveværelset herinde?

Erna: Ja.

Marta: Godt, de er her. Ligger dine klude herinde i skabet, Erna?

Erna: Ja, det tror jeg. Kig lige.

Marta: Her er de. **Du får lige en, så du kan vaske dig lidt foran. Og så kan du tørre dig med håndklædet her.** Værsgo.

Erna: Tak.

Marta: Når du nu er i gang, synes jeg, **du skal vaske dig bagpå** også.

Erna: Okay. Sådan. Så er jeg færdig.

Marta: Perfekt. **Så kan du bare tage dine underbukser og bukser på.** De ligger klar til dig lige der. Så smider jeg det beskidte til vask.

Erna: Hvorfor det? Bare læg det ind i skabet igen.

Marta: Nej, Erna, det skal til vask. Ellers ligger det jo inde i skabet og lugter.

Erna: Det lugter ikke.

Marta: Jo, det lugter lidt, så jeg lægger det i vasketøjskurven, og så kan Knud vaske det.

Erna: Nå.

Marta: Hvis du så **børster dine tænder**, finder jeg lige en kam til dit hår.

Erna: Okay.

Marta: Så er du vist ved at være klar til dagen. **Gå du bare ind i stuen og sæt dig**, så rydder jeg op her.

Erna: Hvorfor det?

Marta: Vil du ikke gerne sidde i stuen? Så beder vi Knud komme med en varm kop kaffe til dig. Det er da hyggeligt, ikk'?

Måske er der også noget spændende i radioen.

Erna: Okay. Jeg kan godt lide at høre radio.

Marta: **Gå du bare ind og sæt dig**. Jeg kommer om to minutter.

Knud: Erna plejer at høre klassisk musik i radioen. Jeg tænder den for hende og så kommer jeg med kaffen. Vil du have en kop med?

Marta: Nej, desværre. Jeg må videre. Men ellers tak for tilbuddet. Måske kan vi nå en kop i eftermiddag... Jeg smutter nu. Vi ses senere. Hej hej Erna.

Erna og Knud: Hej hej.

Side 20. Øvelse 23

Her er ingen rigtige eller forkerte svar. Det meningen, at kursisterne sammen skal reflektere over, hvem borgerne er ud fra deres sprogbrug og diskutere, hvordan et samarbejde vil blive. Underviseren kan med fordel komme med input ud fra en dansk-kulturel vinkel.

Side 21. Øvelse 24

Laves eventuelt som video hjemme.

Side 21. Øvelse 25

Her lægges op til en samtale. Lad kursisterne diskutere i par eller grupper og fremlægge deres synspunkter. Underviseren kan med fordel komme med input ud fra en dansk-kulturel vinkel.

1. ikke okay
2. ikke okay
3. ikke okay
4. ikke okay
5. okay
6. okay
7. ikke okay
8. ikke okay
9. okay
10. okay

Side 24. Øvelse 26

Uffe:

KOL

overvægtig

sukkersyge

slidgigt

går dårligt (brækket lårben og ondt efter ny hofte)

mistet synet på et øje

Erna:

Alzheimers

forvirret

vred

usikker

tisser i buks

Side 24. Øvelse 27

Laves eventuelt som video hjemme.

Side 24. Øvelse 28

Opsamling i plenum. Her ønskes en refleksion over kursisternes egen og danskernes generelle forhold til ældre og ældrepleje. Underviseren kan med fordel komme med input ud fra en dansk-kulturel vinkel.

Side 25. Øvelse 29

Opsamling i plenum. Her ønskes en refleksion over kursisternes egen og danskernes generelle forhold til ældre og ældrepleje. Underviseren kan med fordel komme med input ud fra en dansk-kulturel vinkel.

Side 28. Øvelse 30

1. den enkelte borgers behov for pleje
2. husleje, kost og personlige fornødenheder
3. 1) almindelig plejehjem 2) demensplejehjem 3) ældreboliger 4) aflastning
4. der arbejdes målrettet med genoptræning og støtte til at genvinde funktioner
5. hjælp til daglige gøremål, personlig pleje, medicin og sundhedstjek
6. ja
7. en selv
8. fællesspisning, motion, kreaværksted og udflugter

Side 28. Øvelse 31

Laves eventuelt som video hjemme.

Side 29. Øvelse 1-A

Del eventuelt kursisterne op i to grupper og lad dem arbejde med hver deres borger.

Dictogloss 1 (Marianne):

Marianne er 78 år. Hun sidder i sin lejlighed på 3. sal. Hendes tidligere arbejde som dagplejemor var hårdt og har slidt på hende. Hun har ondt i kroppen og har svært ved at gå. Det hjælper heller ikke, at hun også er blevet overvægtig og har fået sukkersyge. Nu får hun åndenød bare hun rejser sig fra stolen. Det dårlige helbred og smerterne gør, at Marianne ikke bevæger sig ret meget længere. Hun bruger sin rollator til at komme fra sengen til lænestolen og ud på toilettet, men ellers går hun ikke ret meget. Nu sidder hun mest bare i sin lænestol i stuen og kigger ud af vinduet.

Det er kun et år siden Marianne blev enke. Hun savner sin mand, som lavede alt det praktiske arbejde i hjemmet og sørgede for, at hun havde det godt. Hun synes, det er uoverskueligt at lave varm mad og støvsuge selv, og hun føler sig ensom i den tomme lejlighed.

Hver uge kommer Mariannes to døtre og besøger hende. De har varer med til Mariannes køleskab, og de gør rent og rydder op i lejligheden, hver gang de kommer. En gang om ugen hjælper den ene datter Marianne i bad. Det er en hård og trættende opgave for både Marianne og hendes datter. Resten af ugens dage vasker Marianne sig selv med en klud ved håndvasken.

Mariannes døtre elsker deres mor meget højt og vil gerne hjælpe hende, men det er et stort arbejde for dem. Begge døtre har fuldtidsarbejde og børn, som de også skal tage sig af udover Marianne. De kan ikke lide at se deres mor sidde alene i lejligheden, og de har altid dårlig samvittighed, når de går. De ville ønske, de kunne give hende mere af deres tid og tage hende med ud i den friske luft.

Døtrene kan ikke længere klare alle de ekstra opgaver hos deres mor, og de overvejer at bede kommunen om hjælp til det praktiske arbejde hos Marianne. De håber, at de kan få tid til at sidde sammen med deres mor og sludre og drikke kaffe i stedet for at lave alle de praktiske opgaver hele tiden.

Dictogloss 2 (Viggo):

Viggo er 94 år og gift med Bitten som er 10 år yngre. Han er i god fysisk form og kan både gå lange ture og cykle rundt i byen. Men nu er Viggo blevet dement og derfor meget afhængig af Bitten.

Et par gange er Viggo gået hjemmefra og er faret vild. Han er også taget på tur med sin cykel og ikke kommet hjem igen. Bitten blev bange for, hvad der var sket, og bad naboerne om hjælp til at finde ham.

Efter det tør Bitten ikke lade Viggo være alene. Hun er bange for, at han forsvinder igen, og at de ikke finder ham i tide næste gang.

Fordi Bitten ikke tør lade Viggo være alene, er hun altid hjemme hos ham i deres parcelhus. Hun tager sig af alt det daglige arbejde i huset: Hun laver mad, gør rent og passer huset samtidig med, at hun hele tiden holder øje med Viggo. Selvom Viggo gerne vil hjælpe Bitten med husarbejdet, er det hårdt, for Bitten kan ikke gå fra Viggo et øjeblik. Hun skal være sammen med ham hele tiden, så han ikke kommer til skade eller går sin vej.

Viggo og Bittens søn vil gerne hjælpe sine forældre, så han kommer hver anden uge og ordner haven. Men til daglig er Bitten alene med Viggo. Selvom hun elsker Viggo og vil gøre alt for ham, overvejer hun at kontakte kommunen og bede om hjælp. Hun håber, at de vil hjælpe hende med det hårde arbejde i huset og med at passe på Viggo.

Side 29. Øvelse 1-B

Hvis man har ladet kursisterne arbejde i to grupper med hver deres borger, kan man her lade dem finde en makker fra den anden gruppe og præsentere sin borger for ham eller hende, som eventuelt tager stikord og fortæller om borgeren.

Laves eventuelt som video hjemme.

Side 30. Øvelse 1-C

Her skal kursisterne argumentere for og imod borgerens anbringelse på plejehjem.

Kursisterne kan med fordel deles i en FOR- og en IMOD-gruppe, hvor de sammen finder argumenter. Lad eventuelt kursisterne "battle" mod hinanden og prøve at overbevise den anden gruppe med deres argumenter.

Kapitel 2. Livshistorier

Side 31. Øvelse 01

Her er det meningen, at kursisterne øver sig i at opfange de vigtige informationer på et møde, hvor der siges meget, og lade resten ligge.

Opsamling i plenum. Lad eventuelt kursisterne sammen lave en liste på tavlen.

Morgenmøde 2:

Karin: Godmorgen alle sammen. Lad os lige tage en hurtig status, før I kører ud. Er alle kørende med biler og tablets?

Marta: Ja, jeg har tjekket min bil, men tablets'ne i skabet drillede lidt med opdateringen her til morgen. Jeg fik dog liv i min til sidst.

Karin: Godt, Marta. Hvis andre har problemer, så sig til. **Oliver, du er kontaktperson for vores nye borger,**

Uffe. Har du fået kigget på de indsatser, vi talte om i går?

Oliver: Ja, jeg har læst op på ham, og så var jeg jo derude i går. Han var noget vranten, synes jeg. Og sikke et sprog han har! Han bander så det står efter!

Karin: Ja, han er lidt speciel. Men husk på, at **han også har levet et hårdt liv**, og at han sikkert er vokset op med det sprogbrug.

Oliver: Ja, selvfølgelig. Jeg skal bare lige spore mig lidt ind på ham, så går det. Jeg har forresten også talt med **hans datter, Gitte, som er den primære pårørende. De har ikke så meget kontakt, men hun er bekymret for ham**, så jeg har lovet at ringe hende op i eftermiddag med en status.

Karin: Det er godt. Husk at tjekke hans plejeplan i systemet. **Den er lige blevet opdateret af visitationen med de specifikke mål for hans mobilitet. Vi skal sikre, at vi arbejder i samme retning som fysioterapeuterne.**

Oliver: Yes. Det tjekker jeg lige op på, Karin.

Karin: Perfekt. **Som kontaktperson, Oliver, er det også dig, der følger op på, om målene i hans plejeplan skal justeres**, når ugen er gået.

Oliver: Jeps, det holder jeg lige øje med.

Tine: Jeg skal ud til Helga som den første i dag. Skal jeg notere noget specifikt i hendes aftalebog, mens jeg er der?

Karin: Ja tak, Tine. **Skriv gerne i hendes fysiske aftalebog i hjemmet, hvornår vi kommer næste gang, så de pårørende kan se det**, når de kommer på besøg. Men husk, at **alle faglige observationer skal direkte ind i den digitale plejeplan**, så vi overholder dokumentationskravet.

Tine: Selvfølgelig, Karin. Det skal jeg nok.

Karin: Super Tine, tjek lige hendes digitale aftalebog på din tablet også. Jeg mener, **hun har en tid til røntgen i morgen**, som vi skal hjælpe hende med at blive klar til.

Tine: Modtaget. Jeg sørger for, at hun er informeret, og at det stemmer overens med det, der står i hendes plejeplan om støtte til ledsagelse.

Karin: Super. Er der andet fra de andre ruter?

Marta: Jeg skal have Erna i dag og så har jeg fået tildelt rute 4. Jeg kender ikke alle borgerne derude endnu. Er der noget særligt, jeg skal være opmærksom på?

Erkan: Ja, Marta. Du skal forbi **Henning på Kastanievænget. Han er meget svimmel for tiden**, så vær forsigtig, når han skal op af sengen. Brug god tid og lad ham sidde på sengekanten i et par minutter. Og husk, at **bagdøren binder lidt – du skal løfte op i håndtaget, når du låser op.**

Marta: Tak for tippet. Det noterer jeg lige.

Karin: Hvordan gik det ellers ude ved Erna i går, Marta?

Marta: Det gik rigtig fint. Sikke et skønt hus de har! De bor virkelig fint! Man kan godt se, at de har levet et liv fuldt af musik og litteratur. Der er bøger og plader alle vegne. Og så har de super fine møbler. Det er vildt hyggeligt! Ernas mand, Knud, er mega flink og virkelig sød ved hende. Han passer godt på hende, og så laver

han også lidt sjov med hende, selvom hun jo ikke rigtig er helt med. Men man kan se, at de har haft det godt sammen.

Karin: Dejligt at høre, Marta. Det lyder som om, det nok skal blive godt med hende.

Marta: Ja, jeg glæder mig allerede til at komme derud igen i dag.

Karin: Dejligt, Marta. Sådan må det godt være. Nå, hvis der ikke er andet, stopper vi bare her, så I kan komme af sted. Husk nu alle sammen: Det blæser kraftigt derude i dag, og vejene er glatte efter nattefrosten. Kør forsigtigt og pas på hinanden. Hvis I bliver forsinket på grund af trafikken, så giv besked, så vi kan følge med. God arbejdslyst og pas på jer selv derude!

Alle: Tak og god arbejdslyst.

Side 32. Øvelse 02

Han er vranten.

Han bander.

Hans datter, Gitte, er den primære pårørende. De har ikke megen kontakt, og hun er bekymret for ham.

Side 32. Øvelse 03

Hun bor fint.

Hun har haft et liv fuld af litteratur og musik. Der er mange bøger og plader i huset.

Der er fine møbler i huset.

Ernas mand, Knud, er flink. Han er sød ved Erna og passer godt på hende.

Erna er ikke helt med.

Side 32. Øvelse 04

Her lægges op til en samtale. Lad kursisterne diskutere i par eller grupper og fremlægge deres bud i plenum.

Viden om borgerens opvækst og liv er vigtig for at spore sig ind på, hvad der er vigtigt for borgeren. Hvilke værdier han eller hun har, hvilke interesser man som SOSU-hjælper kan opfordre til/sætte i gang, hvad man kan smalltalke om og i det hele taget for at forstå, hvilken tilgang borgeren har til livet og dermed hvordan man skal interagere med borgeren.

Side 33. Øvelse 05

Her er der mange svarmuligheder. Snak med kursisterne om betydningen af ordene og lad dem lave spørgsmål i grupper eller alene. Lad dem eventuelt skrive spørgsmålene op på tavlen under hver kategori og gennemgå dem sammen. Her er det en god ide at snakke om, hvad man kan tillade sig at spørge om og hvordan man kan spørge om det.

Eksempel på spørgsmål:

Identitet - Hvem er du?

Samfundslag - Hvad lavede dine forældre?

Opvækst - Hvordan er du vokset op?

Netværk - Hvem er du venner med?

Politisk ståsted - Hvem stemmer du på?

Livsstil - Hvordan lever du?

Religion - Hvad tror du på?

Arbejdsliv - Hvad har du arbejdet med?

Side 33. Øvelse 06

Lad kursisterne lave ekstra spørgsmål. De kan eventuelt skrives op på tavlen under kategorierne fra forrige øvelse.

Eksempel på spørgsmål:

*Hvor er du vokset op?
Har du nogen søskende?
Har du børn?
Hvor mange år gik du i skole?
Har du nogen venner fra barndommen, som du stadig ser?*

...

Side 34. Øvelse 07

Identitet: homoseksuel, bymenneske, homofob, omsorgsfuld, pligtiopfyldende,
Opvækst: kernefamilie, traditioner, enebarn, omsorgssvigt, faste rammer
Samfundslag: privatskole, akademikerfamilie, social arv, lavindkomst, resourcesvag
Politisk ståsted: ventreorienteret, konservativ, borgerlig, liberal, socialistisk
Livsstil: motion, rygning, alkoholiker, sund kost, kulturelle oplevelser
Religion: tro, religiøst fællesskab, at gå i kirke, gudstjeneste, næstekærlighed
Arbejdsliv: arbejdsløs, karriere, håndværker, arbejdsglæde, kolleger
Netværk: ensomhed, foreningsliv, besøgsven, naboskab, relationer

Side 35. Øvelse 08

Oliver: Hvor er du egentlig vokset op, Uffe?

Uffe: På et lille husmandssted uden for Gelsted, altså her på Fyn.

Oliver: Så du er fra landet. Var det derfor du blev beslagsmed?

Uffe: Ja, det er det sgu nok. Da jeg var barn, havde vi en hest, Charlie, og jeg elskede den. Jeg var altid ude i stalden sammen med den, og jeg savnede den, da jeg kom ud at tjene.

Oliver: Hvor tjente du henne?

Uffe: På nabogården. Vi var jo mange søskende og mine forældre havde ikke så mange penge, så vi blev alle sammen sendt ud at tjene efter vores konfirmation.

Oliver: Var det ikke hårdt?

Uffe: Næ, det var sgu egentlig okay. Så slap jeg jo også for skolen. Jeg hadede at gå i skole. Og det var også godt at komme lidt væk hjemmefra med al den ballade, der var der.

Oliver: Hvorfor var der det?

Uffe: Fordi min far var en kæmpe idiot.

Oliver: Er det ham der på billedet?

Uffe: Ja, det er ham. Når han var hjemme, var han tit så pisse sur, og vi børn var altid sådan lidt bange for ham.

Oliver: Hvor mange børn var I?

Uffe: Seks. Fire drenge og to piger. Det var min ældste storebror Hans, der overtog gården, da vores far kradsede af.

Oliver: Ville du gerne have haft den, gården altså?

Uffe: Næ, det skulle jeg ikke nyde noget af! Det er ikke andet end hårdt arbejde fra morgen til aften. Jeg fik arbejde som beslagsmed og kunne arbejde med heste i stedet for. Det passede mig sgu godt.

Oliver: Har du så været glad for det job?

Uffe: Ja, det har været et godt arbejde, selvom det selvfølgelig også har været hårdt. Jeg var min egen chef, så jeg kunne sgu selv bestemme over min tid.

Og så kunne jeg heldigvis også gå og passe mig selv uden at skulle tage hensyn til alle mulige andre fjolser.

Oliver: Hvad med din mor? Hvordan var hun?

Uffe: Hun var sgu god nok. Hun gik hjemme og passede os børn og hjalp til på gården, selvfølgelig. Hun fandt sig i alt for meget, synes jeg.

Oliver: Hvad mener du?

Uffe: Altså, far var jo stor i slaget, når han var ude. Han havde masser af damer og drak også for meget. Han kom tit sent hjem og var fuld. Så gav han min mor og os et lag tæsk og gik i seng. Dagen efter havde han tit hovedpine, så vi skulle altid være musestille og måtte ikke forstyrre herren. Den idiot! Og så var han så pisse dobbeltmoralisk.

Oliver: Hvad mener du?

Uffe: Ja altså, han kunne jo stå op søndag morgen med tømmermænd, knalde os en på låget og så vandre lige hen i kirken klokken ti og sidde der i sit pæne tøj og spille from med alle de andre tørvetrillere.

Oliver: Ja, det er da lidt dobbeltmoralisk.

Uffe: Og vi havde aldrig penge nok, for fjolset drak dem alle op, så vi sidst på måneden måtte nøjes med vandgrød til alle måltider.

Oliver: Puh, det var ikke så lækkert! **Hvordan har du det så med vandgrød i dag?**

Uffe: Adr! Jeg skal aldrig nogensinde have vandgrød igen. Eller nogen andre former for grød, for den sags skyld.

Oliver: Det kan jeg godt forstå! Og det skal jeg nok huske! Ingen grød til dig.

Uffe: Tak. Det forstod Berta, min ekskone, sgu aldrig. Hun serverede grød mindst en gang om ugen, og jeg blev så tosset. Og da hun så skred med børnene, besluttede jeg kun at spise ting, jeg kan lide. Og det blev vist til lidt for meget fastfood, smøger og bajere.

Oliver: Ja, det er jo ikke ligefrem det sundeste.

Uffe: Næ, men jeg har røget siden jeg startede på nabogården, og både hjemme og på arbejdet kom der bajere på bordet hver dag. Det er fanme svært at lave om på nu, selvom jeg godt kunne trænge til det...

Side 37. Øvelse 09

Opsamling i plenum.

Side 38. Øvelse 10

Her er flere muligheder. Gennemgå gerne kursisternes forskellige bud i plenum.

Eksempel på spørgsmål:

1. *Hvordan mødte du Erna?*
2. *Læste hun meget?*
3. *Læste man meget i hendes familie?*
4. *Hvad lavede hendes far?*
5. *Er Erna vokset op i Odense?*
6. *Har hun nogen søskende?*
7. *Lever han endnu?*
8. *Savner hun ham?*
9. *Er de begravet samme sted?*
10. *Hører du meget musik?*
11. *Har I nogen børn?*
12. *Hvad var det bedste?*

Side 39. Øvelse 11

Marta: Nå Knud, hvordan mødte du egentlig Erna?

Knud: Tjaee... Jeg mødte hende dengang, jeg gik på Arkitektskolen i Århus. På biblioteket faktisk. Der kom jeg hver eftermiddag for at læse, og hun var i praktik der.

Marta: Læste hun til bibliotekar?

Knud: Ja, det gjorde hun. Hun elsker bøger og har hele sit liv omgivet sig med litteratur, både som bibliotekar på Odense Centralbibliotek og i fritiden i forskellige læsekredse.

Marta: Det kan jeg faktisk godt se, når jeg kigger mig omkring her. **Kommer hun fra en familie, der læste meget?**

Knud: Ja, hendes mor var gymnasielærer i dansk og tysk på Odense Katedralskole, så der blev læst masser af litteratur i deres hjem.

Marta: Og hvad med hendes far? Hvad lavede han?

Knud: Han var chokoladefabrikant og havde fabrik her i Odense. A. Soeborg Chokoladefabrik, hed den. Den eksisterer ikke mere, men måske har du hørt om den?

Marta: Næ, den kender jeg ikke. Er Erna så vokset op her i Odense?

Knud: Ja, det er hun. Lige her henne om hjørnet faktisk..

Marta: Ah okay. Havde hun nogle søskende?

Knud: Ja, de var to børn. Erna er den ældste og så var der Ejner. Det var hendes lillebror.

Marta: Lever han endnu?

Knud: Nej, desværre. Han døde for 15 år siden, i et trafikuheld.

Marta: Nå, det var da forfærdeligt. Var de tætte, Erna og Ejner?

Knud: Ja, meget. Det var helt forfærdeligt, da han døde, og Erna besøgte hans grav hver dag i flere år. Heldigvis var både Ernas mor og far døde på det tidspunkt, så de slap for at opleve det.

Marta: Er han så begravet samme sted som dem?

Knud: Ja, de ligger alle tre i familiegravstedet lige herhenne på kirkegården. Nu kommer vi der ikke så tit. Efter at Erna ikke helt er sig selv mere, bliver det ikke til så meget. Men hun taler tit om Ejner stadigvæk.

Marta: I har godt nok også en masse plader, Knud. Er det dig eller Erna, som er så glad for musik?

Knud: Det er faktisk os begge to. Jeg tror, Erna har arvet interessen for klassisk musik fra sin mor, som spillede klaver, og så har hun selv sunget i kor siden sin ungdom. Hun har været en del af Filharmonisk Kor i Odense siden opstarten i 1991. Ja altså, nu synger hun ikke så meget mere, men indimellem ser vi nogle af de der syng-med-programmer i fjernsynet, og så giver vi den hele armen. Vi kan også godt finde på at tage Højskolesangbogen frem og synge et par sange sammen. Hun kan mange af dem udenad. Jeg er vist mest bare til jazz... så vi har en noget broget pladesamling.

Marta: Det lyder ellers dejligt med al den musik, både klassisk og jazz. Har I egentlig nogen børn?

Knud: Nej, desværre. Det lykkedes os aldrig at få nogle børn. Til Ernas store sorg. Måske er det derfor musikken og litteraturen har fået sådan en stor plads i vores liv. Vi har også rejst meget gennem tiden. Vi har været på mange kulturrejser rundt i Europa, og så har vi også rejst ud og set på arkitektur. Det kunne vi jo, når vi ikke havde nogen børn at tage hensyn til.

Marta: Det lyder nu også spændende.

Knud: Ja, og så går vi også meget op i mad. Og så har vi flere gange været på madrejser, og på madskoler. Det har nu også været spændende. Vi har mødt en masse spændende mennesker og så har vi fået en masse sunde og lækre opskrifter med hjem og prøve af.

Marta: Ih, hvor lyder det altså som om, I har oplevet en masse. Hvad var egentlig det bedste?

Knud: Det bedste må alligevel have været vores fantastiske vin- og vandreture ved Mosel. Med et par års mellemrum har vi været af sted med vores bedste venner Henning og Birgit. Ja, altså indtil Birgit døde for nogle år siden, og Henning har fået alzheimers. Prøv at se, på det her billede står vi alle fire i vinmarkerne. Ja, kombinationen af vin, vandring og natur er virkelig fantastisk. Men det er efterhånden mange år siden nu, men hvor var det dog nogle dejlige ture.

Marta: Det er dejligt at have gode minder at tænke tilbage på ...

Side 41. Øvelse 12

Uffe:

Opvækst: husmandssted, hest, god nok (mor), gik hjemme (mor), masser af damer (far), drak (far), et lag tæsk, i kirken, vandgrød

Familieforhold: mange søskende, Berta min ekskone

Netværk: skred med børnene (Berta)

Arbejdsliv: ud at tjene, beslagsmed, godt arbejde, egen chef,

Livsstil: fastfood, smøger, bajere

Erna:

Opvækst: gymnasielærer (mor), chokoladefabrikant (far), havde fabrik (far), kor siden sin ungdom

Familieforhold: lillebror, døde (lillebror), trafikuheld (lillebror), børn (ingen),

Netværk: bedste venner

Arbejdsliv: bibliotekar, Odense Centralbibliotek

Livsstil: elsker bøger, klassisk musik, Filharmonisk Kor, syng-med-programmer, Højskolesangbogen, kulturrejser, arkitektur, madrejser, madskoler, sunde opskrifter, vin- og vandreture ved Mosel

Side 41. Øvelse 13

Laves eventuelt som video hjemme.

Side 42. Øvelse 14

Opsamling i plenum.

Side 42. Øvelse 15

Her samles al den relevante viden, kursisterne har indsamlet om Uffe og Erna gennem bogen (fra kap. 1 og 2, hvis de laves i rækkefølge eller fra de kapitler, der er plukket ud og arbejdet med indtil nu).

Uffe:

Livsbegivenheder: gift ung, skilt fra Berta, 2 børn

Samfundslag: fra husmandssted på Fyn, mor var god nok og gik hjemme, familien gik i kirke, små kår (far drak pengene op, vandgrød) ressourcесvag familie (far drak og slog), mange søskende

Interesser/Hobbyer: ser TV

Socialt netværk: ser kun sin datter (Gitte) ingen kontakt til søn i udlandet, ensom, kommer ikke ud

Livsstil: spiser usundt, drikker, ryger, bevæger sig ikke (stillesiddende)

Arbejdsliv: arbejdet fra 13 år, beslagsmed, godt arbejde, hårdt og opslidende arbejde

Erna:

Livsbegivenheder: gift med Knud

Samfundslag: gode kår (far chokoladefabrikant med egen fabrik), kulturel familie (musik og litteratur), akademikerfamilie (mor gymnasielærer)

Interesser/Hobbyer: musik, litteratur, mad, vin

Socialt netværk: mand (Knud), ingen børn, veninder fra barndommen

Livsstil: aktiv

Arbejdsliv: bibliotekar

Side 44. Øvelse 17

Lad gerne kursisterne diskutere i par eller grupper og skrive deres bud op på tavlen. Fælles opsamling i plenum, hvor hver gruppe præsenterer deres bud og argumenterer for, hvorfor de har valgt netop de indsatser. Der er mange flere svarmuligheder end de oplystede.

Uffe:

1. rygestopkursus
2. starte på dagcenter - motion/mandeklub
3. introducere sund og lækker mad

Erna:

1. se TV-programmer med fællessang/madlavning
2. starte på dagcenter - litteraturklub/fællessang
3. høre lydbøger

Side 45. Øvelse 18

Vi danner os alle et billede af en ny person, vi møder, ved at observere deres udseende, påklædning, musiksmag, boligindretning osv. Det bygger på, hvad vi har lært gennem vores opvækst og vores kultur. Når man træder ind for første gang hos en borger, danner man sig automatisk et billede af borgeren og hans eller hendes personlighed ud fra, hvor de bor og hvordan der ser ud i deres entre.

Lad kursisterne kigge på billedet alene og danne sig et billede af borgeren, der bor her. Dernæst præsenterer hver kursist borgeren i plenum, mens underviseren eller en anden kursist skriver borgerens karakteristika op på tavlen. I denne og næste øvelse er det en god ide, at underviseren bidrager med sit danske kultur-input.

- aktiv (cykelhelme på væggen)
- gift (to cykelhelme)
- har hund (vand- og madskål på gulvet og hundesnor på væggen)
- religiøs (kors på væggen)
- god smag (designlamper)
- ordentlig (der er orden, tøj på bøjler, holder til paraply og stokke)
- kunstinteresseret (malerier på væggen)
- penge nok / bor stort (stor entre, designlamper, kunst og friske blomster)

Side 45. Øvelse 19

Lad kursisterne kigge på billedet alene og danne sig et billede af borgeren, der bor her. Dernæst præsenterer hver kursist borgeren i plenum, mens underviseren eller en anden kursist skriver borgerens karakteristika op på tavlen.

Snak så om forskellen på de to borgere, der bor her.

- toginteresseret (togkalender)
- ryger (askebæger på bordet)
- dikker (øldåser og ølflasker og SKÅL på måtten)
- uordentlig (måtten ligger skævt, tomme og væltede dåser på bordet, tøj på en enkelt knage)
- enlig mand (herresko og træsko - ingen damesko)
- praktisk (træsko)
- bor småt (lille entre, ingen vinduer)

Side 46. Øvelse 20

Her lægges op til en samtale. Lad kursisterne diskutere i par eller grupper og fremlægge deres synspunkter. Underviseren kan med fordel komme med input ud fra en dansk-kulturel vinkel.

Ideen her er, at man godt må stille personlige/intime spørgsmål, hvis borgeren selv allerede har indledt en samtale om emnet, men at man ellers ikke stiller personlige/intime spørgsmål.

1. ikke okay
2. okay
3. ikke okay
4. ikke okay
5. ikke okay
6. okay
7. ikke okay
8. ikke okay
9. okay
10. ikke okay
11. ikke okay
12. okay
13. ikke okay

Side 47. Øvelse 2-A

Del eventuelt kursisterne op i to grupper og lad dem arbejde med hver deres borger.

Dictogloss 1 (Marianne):

Marianne har ikke altid boet i lejlighed. I mange år boede hun sammen med sin mand i et hus på landet.

Her arbejdede hun som dagplejemor. Marianne elskede at være ude i sin have og havde en stor køkkenhave, hvor hun dyrkede grøntsager. Det var vigtigt for hende, at dagplejebørnene fik frisklavet mad, og hun lavede altid maden fra bunden med grøntsagerne fra køkkenhaven.

Da Marianne og hendes mand gik på pension, besluttede de at flytte ind til byen. De ville gerne bo tættere på byens butikker og fritidstilbud. De havde heller ikke længere så mange kræfter til at passe det store hus og haven, så de flyttede ind i en lejlighed på 3. sal i centrum. Dengang havde Marianne det godt, og hun kunne nemt gå op ad trapperne til lejligheden. Men med tiden er Marianne blevet overvægtig og har fået diabetes, så nu har hun ikke længere kræfter til at gå på trapperne og kommer sjældent ud af lejligheden. Nu sidder hun mest stille i sin lænestol og strikker.

Efter hendes mand døde for et par år siden, er de eneste mennesker, Marianne ser, hendes to døtre, Hanne og Inga, som kommer et par gange om ugen og hjælper hende med de praktiske ting i lejligheden. Hun er glad og taknemmelig for deres besøg, men hun føler sig tit ensom og savner muligheden for at gå ud i haven og snakke med naboerne.

Dictogloss 2 (Viggo):

Viggo har altid været flittig. Som ung blev han uddannet tømrer, fordi han elskede at arbejde med sine hænder. En af de helt store ting i Viggos liv var, da han og hans kone, Bitten, byggede deres parcelhus i 1960'erne. Viggo stod selv for hele processen og de har været utrolig glade for at bo i huset lige siden. Det er også her, deres børn er født og vokset op.

Nu er Viggo blevet dement, og selvom han ikke har arbejdet i mange år, bliver han ved med at følge de rutiner, han har haft et helt arbejdsliv. Han står tidligt op og dækker morgenbordet til ham og Bitten og går så ud i værkstedet og bruger formiddagen der. Han kan godt lide duften af træ og følelsen af værktøj i hænderne. Det minder ham om gamle dage.

Efter Viggo er blevet dement, ser han og Bitten ikke så mange mennesker. De ser mest deres søn, som kommer hver anden uge og ordner haven. Viggo kan godt lide at se sønnen arbejde, men det gør han tit lidt trist, at han ikke længere selv kan klare arbejdet.

Nu bruger han det meste af dagen i værkstedet, og om aftenen ser han fjernsyn med Bitten. Bitten holder hele tiden øje med ham, for hun ved, at han pludselig kan finde på at gå ud, selvom han ikke kan finde hjem igen.

Side 47. Øvelse 2-B

Hvis man har ladet kursisterne arbejde i to grupper med hver deres borger, kan man her lade dem finde en makker fra den anden gruppe og præsentere sin borger for ham eller hende, som eventuelt tager stikord og fortæller om borgeren.

Laves eventuelt som video hjemme.

Side 48. Øvelse 2-C

Marianne:

Arbejdsliv: dagplejemor

Daglige rutiner og vaner: strikker, bad en gang om ugen, sidder i lejligheden

Helbred: overvægtig, diabetes, åndenød, fingre der driller

Interesser og hobbyer: køkkenhave, madlavning, strikke

Socialt netværk: mand død, døtrene Hanne og Inga

Andet relevant: flyttet fra landet til byen, kan ikke gå godt eller lave mad mere, kan ikke klare trapperne

Viggo:

Arbejdsliv: tømrer

Daglige rutiner og vaner: står tidligt op, dækker morgenbord, formiddag i værkstedet, ser TV med Bitten (konen)

Helbred: dement, god form

Interesser og hobbyer: arbejde med hænderne, har cyklet meget

Socialt netværk: besøg af søn hver anden uge (ordner haven)

Andet relevant: vil gerne cykle, farer vild

Side 48. Øvelse 2-B

Marianne:

1. starte i dagcenter - strikkeklub
2. få noget motion - evt. en gulvcykel
3. hjælp til at bestille lækker mad

Viggo:

1. starte i dagcenter - værksted/mandeklub
2. cykelture med ledsager
3. skaffe havehjælp (det giver mere tid til hygge med sønnen)

Kapitel 3. Et godt hverdagsliv

Side 49. Øvelse 01

Lad kursisterne diskutere begreberne uden at tjekke betydningen først. Lad herefter kursisterne fremlægge deres eksempler i plenum. Tag et begreb ad gangen og hør alle gruppernes eksempler om hvert begreb, inden i går videre til det næste.

1. medbestemmelse - Borgeren bliver spurgt om, hvilke bukser han eller hun gerne vil have på.
2. brugerinddragelse - Borgeren hjælper selv med at smøre sine madder.
3. omsorg - SOSU-hjælperen tager sig tid til at trøste en borger, som er ked af det.
4. relationer - Borgeren snakker med naboen.
5. forebyggelse - Borgeren bruger sin pedaltræner for at bevare kræfterne i benene, så han eller hun kan blive ved med at gå.
6. sundhedsfremme - Borgerne er ude at bevæge sig for at få et bedre helbred.

Side 49. Øvelse 02

Opsamling i plenum.

Side 50. Øvelse 03

1. medbestemmelse
2. brugerinddragelse
3. omsorg
4. relationer
5. forebyggelse
6. sundhedsfremme

Side 50. Øvelse 04

1. medbestemmelse
2. forebyggelse
3. omsorg
4. sundhedsfremme
5. brugerinddragelse
6. relationer

Side 51. Øvelse 05

Lad kursisterne diskutere i begreberne uden at tjekke betydningen først. Opsamling i plenum.

1. tryghedsopkald - et kort, dagligt telefonopkald, der har til formål at sikre, at en ældre borger har det godt og er kommet godt i gang med dagen.
2. ernæringstilstand - viser, om en person spiser og optager den rette mængde og type mad til at holde sig rask og stærk.
3. kost- og ernæringsplan - et skræddersyet, struktureret redskab, der beskriver, hvad, hvornår og hvor meget en borger skal spise og drikke for at forbedre eller vedligeholde sin ernæringstilstand.
4. dagcenter - et kommunalt aktivitetstilbud i dagtimerne for ældre borgere, der bor i eget hjem, men har brug for socialt samvær, meningsfulde aktiviteter og støtte i hverdagen.
5. aktivitetsplan - en struktureret oversigt over planlagte, meningsfulde aktiviteter, der skal stimulere en borger fysisk, mentalt og socialt i hverdagen.
6. socialt netværk - de relationer, bånd og fællesskaber, som et menneske har til andre personer i sin hverdag.

Side 51. Øvelse 06

Morgenmøde 3:

Karin: Godmorgen allesammen! Lad os få et overblik over dagen, så vi er klædt ordentligt på til ruten.

Marta, Erkan og Oliver: Godmorgen.

Karin: Vi skal have særligt fokus på Erna i dag. Hun virker svækket, så **vi skal have fulgt op på hendes ernæringstilstand. Hendes seneste vejning viser, at hun har tabt sig, så det er vigtigt, at alle følger den opdaterede kost- og ernæringsplan, som ligger i hendes journal.** Vær særligt opmærksom på, at hun får sine mellemmåltider og de ekstra proteiner, vi har aftalt med diætisten.

Marta: Okay, det skal jeg nok lige være ekstra opmærksom på.

Karin: Super! **Vi skal også lige have informeret Erna og ikke mindst Knud, om Ernas muligheder for at komme på dagcentret et par gange om ugen.** Gider du tage dig af det, Marta?

Marta: Ja, selvfølgelig. Knud trænger vist også til at komme lidt ud alene. Så kan det jo også være, at Erna får lidt mere lyst til at spise, når hun kommer ud og får lidt adspredelse. Jeg fortæller dem om det.

Oliver: Må jeg lige sige noget? **Skulle jeg ikke også snakke med Uffe om dagcenter i dag? Han ville have godt af at komme ud og være sammen med nogen og være lidt mere aktiv.** Jeg synes han sidder så meget alene... måske kan de også lokke lidt sundere mad i ham dernede...

Karin: Super, Oliver.

Oliver: Hov, **hans datter kommer også på besøg i eftermiddag, så kan han lige vende det med hende.** Kan jeg egentlig få lidt ekstra tid hos ham i dag? Jeg vil gerne hjælpe ham lidt med at gøre klar til datterens besøg. Gøre lidt rent og måske lige sørge for, at han har mælk til kaffen.

Karin: Der var du heldig. Der er faktisk lidt luft i din plan i formiddag, så det gør du bare. Erkan, du tager rute 4, men du skal lige nå omkring Helga først, fordi ...

Erkan: Forresten! Helga fik ny doseringsæske i går, ikk? Jeg skal bare lige vide, om vi har tjekket de nye piller mod hendes svimmelhed. Sidst jeg var der, var hun lidt ved siden af sig selv. Jeg tænker, vi skal have fat i hendes læge, hvis det fortsætter.

Tine: Undskyld! Jeg er her nu! Min datter kunne ikke finde sin venstre gymnastiksko, og bussen kørte for næsen af mig. Er jeg gået glip af noget vigtigt?

Karin: Nej, det er okay, Tine. Find en stol. Vi er i gang med ruteplanlægningen.

Karin: Men tilbage til det med medicinen. Tine, du var hos Helga i går, lagde du også mærke til, at hun var rundt på gulvet? Vi kan ikke bare køre videre, hvis hun er utilpas. Vi skal også huske at notere sådan noget i journalen, ellers sejler dokumentationen igen!

Tine: Jeg lagde ikke mærke til noget. Jeg synes, hun var, som hun plejer.

Karin: Okay Tine. I dag tager du rute 12, men vær obs på, at der er vejarbejde henne ved skolen. Tjek evt. lige trafikken, før du kører ud.

Tine: Okay.

Karin: I forhold til **Egon, så er han med i ordningen med tryghedsopkald fra de frivillige. De ringer til ham hver anden morgen, og det har hjulpet lidt på hans humør.** Husk, det er i dag, **han skal i dagcenter.** Der er både fællessang og frokost med sild og snaps, så vi skal sikre os, at han kommer af sted. Og **tjek lige hans aktivitetsplan, så vi ved, hvilke fysiske mål, der er fokus på hos ham lige nu.**

Marta: Okay, det tager jeg mig af.

Karin: Super Marta.

Karin: Og i forhold til en af de nye indsatser, så **vær lige ekstra opmærksom på de mandlige borgeres sociale netværk.** Hvis I ser tegn på isolation, så giv lyd, så vi kan vurdere, om der er behov for at få dem med i den nye mandeklub.

Oliver, Erkan, Tine og Marta: Okay.

Karin: Er der nogen udfordringer med bilerne eller køreplanen, før vi ruller ud? Ellers må I have en god tur. Vi ses til frokost.

Oliver, Erkan, Tine og Marta: Hej - hej! / Vi ses! / God arbejdslyst! / Tak i lige måde!

Side 52. Øvelse 07

Oliver: Nå Uffe, så er det i dag, Gitte kommer til kaffe.

Uffe: Jaaaa.... det er det sgu også.

Oliver: Det bliver da dejligt at se hende. Og så har hun nok kage med til kaffen.

Uffe: Ja, det har hun sikkert. Jeg krydser fingre for flødekager.

Oliver: Det kan jeg sorme godt forstå! Det er også super lækkert.

Uffe: Ja, jeg kan bedst lide dem med svesker i. Napoleonskagerne...

Oliver: Jeg er nu lidt mere til gåsebryst. Nå, men jeg tænkte på, om jeg ikke lige skal svinge støvsugeren lidt og lige tørre det værste støv af?

Uffe: Hvorfor nu det? Det er jo ikke dronningen, der kommer, men Gitte.

Oliver: Ja, men derfor må der vel godt se lidt hyggeligt ud her.

Uffe: Okay så.

Oliver: Godt. Skal jeg ikke også lige lægge dit beskidte tøj til vask og ryste puderne i sofaen, nu jeg er i gang? Så ser her fint ud.

Uffe: Hvis du virkelig synes...

Oliver: Hov, og askbægeret, det tømmer jeg da også lige.

Uffe: Hvis du insisterer...

Oliver: Det gør jeg. Hvad siger du til, at jeg lige smutter ned i supermarkedet og køber en liter mælk, så I har lidt til kaffen? Jeg kan også se, om jeg kan finde en lille buket til bordet. Hvad siger du til det? Ville det ikke være hyggeligt?

Uffe: Gør som du vil. Jeg er sgu ligeglad... det er Gitte nok også.

Oliver: Næ, det tror jeg nu ikke, hun er. Jeg tror, hun vil synes, det er fint og hyggeligt.

Uffe: Godt så! Lad os nu se, om du har ret.

Oliver: Har du lyst til at se lidt fjernsyn, mens jeg er væk? Her er fjernbetjeningen, så kan du jo lige se, om der er noget, der er værd at se.

Side 53. Øvelse 08

- Jeg tænkte på, om jeg ikke lige skal ...
- Hvad siger du til at...
- Har du lyst til at ...
- Skal jeg ikke lige ...

Side 54. Øvelse 09

1. toiletbørste
2. kost
3. fejebakke
4. moppe
5. gulvspand
6. toiletreng
7. støvsuger
8. universalrengøringsmiddel

Side 54. Øvelse 10

Opsamling i plenum. Der er forskellige svarmuligheder. Lav eventuelt en liste og lad kursisterne selv udfylde den med deres sætninger. Det er en god ide at tjekke, om kursisterne kender "rengøringsverberne".

Eksempler på sætninger:

1. Man fejer gulvet.
2. Man vasker gulvet med moppen.
3. Man gør toilettet rent med toiletbørsten.

4. *Man har vand og universalrengøringsmiddel i gulvspanden.*
5. *Man støvsuger.*
6. *Man fejer skidt op i fejebakken.*
7. *Man tørrer støv af.*
8. *Man tørrer bordet af.*

Side 55. Øvelse 11

Her er flere svarmuligheder. Lad kursisterne skrive deres sætninger op på tavlen og gennemgå dem sammen, så kursisterne har en komplet liste med sætninger, de kan bruge ude hos borgerne. Her kan man med fordel repetere sætningerne til at foreslå fra øvelse 8 side 53.

Eksempler på forslag:

1. *Skal jeg ikke lige gøre rent hos dig?*
2. *Jeg tænkte på, om jeg ikke lige skal tømme askebægeret.*
3. *Hvad siger du til, at jeg lige svinger støvsugeren?*
4. *Har du lyst til at få luftet lidt ud?*
5. *Skal jeg ikke lige ordne badeværelset?*
6. *Jeg tænkte på, om jeg ikke lige skal gøre køleskabet rent.*
7. *Hvad siger du til, at jeg vasker køkkengulvet?*
8. *Har du lyst til at få tørret støv af i stuen?*
9. *Skal jeg ikke lige tage toilettet?*
10. *Hvad siger du til, at jeg lige fejer i køkkenet?*

Side 55. Øvelse 12

Kursisterne skal spille dialogen uden støtte for at træne situationen ude hos borgeren.

Dialogerne kan også optages på mobilen for at træne at lave dialoger uden støtte.

Lad gerne kursisterne improvisere undervejs, så den frie dialog trænes.

Side 56. Øvelse 13

Eftersom der er forskel på hvilke fødevarer, man hver især har i sit køleskab, vil der her være forskellige svarmuligheder. Det er meningen, at kursisterne skal kende de mest gængse danske fødevarer og vide, hvad man normalt har i køleskabet som dansker, for at kunne hjælpe borgeren med at lave en indkøbsliste.

De 18 mest almindelige fødevarer er her:

1. Mælk (let- eller minimælk)
2. Smør eller blandingsprodukt (f.eks. Kærgården)
3. Skæreoost (f.eks. Danbo)
4. Yoghurt eller skyr
5. Æg
6. Leverpostej
7. Spegepølse
8. Kødpålæg (rullepølse eller hamburgerryg)
9. Makrelsalat
10. Remoulade
11. Mayonnaise
12. Marmelade
13. Gulerødder
14. Agurk
15. Tomater
16. Øl eller hvidvin
17. Ketchup

18. Sennep

Side 56. Øvelse 14

Her kan de enkelte grupper skrive deres lister op på tavlen ved siden af hinandens for at sammenligne dem. Herefter kan underviseren markere de ord på listerne, som står på ovenstående liste over de mest almindelige fødevarer i et køleskab i DK.

En anden mulighed er, at grupperne skiftes til at sige en ting fra køleskabet. Den gruppe, som kan blive ved længst, har vundet.

Side 56. Øvelse 15

Oliver: Nå Uffe, skal vi ikke lige tjekke, om du mangler noget i køleskabet?

Uffe: Er det nu nødvendigt? Jeg har smør og ost og et par bajere. Det må da være godt nok!

Oliver: Ejj, det er da ikke nok! Jeg synes, du skal have, så du kan få en ordentlig frokost. Skal vi ikke lige gå ud og kigge?

Uffe: Okay så.

Oliver: Nå, lad os så se. Du har smør og ost og et par skiver rugbrød.

Uffe: Det var det, jeg sagde. Det er mere end nok.

Oliver: Ejj, jeg synes nu, vi skal få bestilt nogle varer til dig. Skal jeg ikke lige skrive en liste? Lad os se... Hvad siger du til, at vi bestiller noget pålæg? Hvad kan du lide?

Uffe: Okay så. Jeg kan godt lide leverpostej og spegepølse.

Oliver: Skal vi så ikke bestille en bakke leverpostej og to pakker spegepølse? **Skal det være den lyserøde?**

Uffe: Uhm ja. Hov, og noget remoulade så.

Oliver: Selvfølgelig. **Hvad med ristede løg? Har du lyst til, at vi bestiller det?**

Uffe: Ja, selvfølgelig, ellers bliver det sgu for kedeligt!

Oliver: Super! Og noget grønt... Hvad med agurk og peberfrugt? **Kan du lide det?**

Uffe: Næ... Er det nødvendigt?

Oliver: Ja, jeg synes faktisk, at det er godt med lidt grønt. Er der noget andet, du kan lide?

Uffe: Grønt? Nej!

Oliver: Okay så... **Skal vi så ikke bestille lidt frugt? Måske æbler? Eller appelsiner?**

Uffe: Hvis du insisterer...

Oliver: Okay... Og skal vi så ikke også bestille noget mælk og smør og ost? **Så har du til din morgenmad.**

Uffe: Det kan vi godt.

Oliver: **Osten, skal den være mild eller lagret?**

Uffe: Lagret.. og gerne med kommen, hvis de har det.

Oliver: Det har de sikkert! Og så tre liter mælk, ikk'? **Det er vist noget med, at du drikker et glas mælk om morgenen. Er det ikke rigtigt?**

Uffe: Jo... sødmælk!

Side 58. Øvelse 16

Her kan kursisterne skrive en dialog to og to og efterfølgende optage/opføre den for resten af holdet. De kan også improvisere dialogen og lave listen med indkøb, mens de snakker frem og tilbage om, hvad der skal købes ind.

Side 60. Øvelse 18

Afhængig af kursistens sproglige niveau kan der vælges få eller mange stikord. Kursisten kan også starte med mange stikord, fortælle om teksten, reducere antallet af stikord og fortælle teksten en gang til.

Gangen efter kan informationerne fra teksten genfortællendes efter hukommelsen.

Øvelsen går ud på at tjekke, om kursisterne har forstået teksten korrekt og samtidig øve fri mundtlig tale om et relevant emne.

Side 60. Øvelse 19

Oliver: Har du egentlig nogensinde hørt om dagcentret, Uffe?

Uffe: Næ... Hvad er nu det for noget?

Oliver: Det ligger faktisk lige her rundt om hjørnet. Nede på plejehjemmet Rosengården. Det kender du da, ikk'?

Uffe: Jo, det gør jeg da. Men hvorfor fortæller du mig nu det?

Oliver: Fordi jeg har tænkt på, om du måske kunne have godt af at komme lidt ud og møde nogle andre mennesker. Du sidder jo alene her hver dag.

Uffe: Jeg kan godt lide at være alene! Hvorfor blander du dig nu i det?

Oliver: Det er jo heller ikke noget, jeg skal bestemme, men jeg vil gerne lige fortælle dig lidt om det, og så kan du jo tænke over det.

Uffe: Hmmm... okay, så lad mig da høre.

Oliver: Altså, et dagcenter er et sted, hvor man kan komme og være sammen med andre ældre.

Uffe: Og hvad skal jeg så lave med de der gamle nisser?

Oliver: Der er så mange forskellige aktiviteter dernede. Du kunne for eksempel spille kort, lave stoleygnastik, se film, være med i diskussionsklubben, synge... der er mange muligheder.

Uffe: Jeg hader at synge!

Oliver: Det behøver du heller ikke. Men måske kunne du tage derned et par gange om ugen, for eksempel tirsdag, hvor der er spilleklub, og fredag, hvor der er mandeklub. Du kan jo se, om det er noget for dig. Hvis ikke, kan du jo bare sidde i caféen og hygge dig. Måske falder du i snak med nogle af de andre, og så finder I måske på noget hyggeligt, I kan lave sammen.

Uffe: Hmmm....

Oliver: De har åbent fra 9 til 15, og det ser altså smadderhyggeligt ud! Jeg ved også, at de en gang om måneden spiller banko, og om sommeren tager de på udflugter og spiller petanque i haven.

Uffe: Hmmm... hvad er en mandeklub?

Oliver: Det er nogle mænd, der mødes hver fredag og laver sådan nogle mandeaktiviteter sammen.

Uffe: Mandeaktiviteter... Hvad er det?

Oliver: Det kan jo være mange ting... men jeg tror, de spiller billard og dart, og så har de vist ølsmagning en gang om måneden. Det er da vist lige noget for dig, Uffe.

Uffe: Måske... og den der spilleklub... Hvad laver man der?

Oliver: Man mødes og spiller nogle forskellige spil, f. eks. 500 eller Ludo eller Matador og så snakker man imens. Det er en god måde at holde hjernen i gang.

Uffe: Hmmm ... det kunne måske godt være noget. Jeg tænker lige over det.

Oliver: Det synes jeg, at du skal. Jeg lægger lige en brochure her. Så kan du jo se på det sammen med Gitte i eftermiddag. Det kunne jo også være, at der var noget andet, du har lyst til.

Side 64. Øvelse 21

Opgaven lægger op til refleksion over, hvilke ting en borger kunne være interesseret i at få at vide om et dagcenter.

Eksempel på spørgsmål:

Hvad koster det?

Hvordan kan jeg betale?

Hvor længe varer det?

Hvordan kommer jeg derhen?

Side 64. Øvelse 22

Her trænes at kombinere ens viden om en borger med relevante tilbud på et dagcenter.

Vi ved, at Erna elsker litteratur, har vandret og har sunget og spillet musik. Det ville derfor være oplagt at

foreslå hende at komme på Dagcentret mandag og torsdag, hvor der er litteraturklub og fællessang. Man kunne også argumentere for andre aktiviteter, f.eks. dans, fordi hun er vant til at være aktiv.

Side 65. Øvelse 23

Forslag til Erik:

- Stolegymnastik. Han bør holde sig i form, men har svært ved at gå.
- Filmeftermiddage på dagcentret, fordi han er glad for gamle danske film.
- Diskussionsklub, hvor han kunne tale med andre om nyheder og andre interessante ting.
- Mandeklubben, så han møder andre enlige mænd og får et netværk med dem. Måske kan han lave håndværk sammen med nogle af dem? En besøgsven ville også være relevant.

Forslag til Inger:

- Fællessang på dagcentret. Det er en god aktivitet for demente, og de kan ofte huske sangene.
- Madlavning sammen med andre. Her kan hun bidrage så godt hun kan og bruge sine hænder uden at skulle tænke så meget.
- Håndarbejde. Hun kan godt lide at strikke, så det vil være oplagt.
- Gåture. Det giver god motion, frisk luft og glæde. Samtidig kan man være sammen med andre.

Forslag til Bent:

- Stolegymnastik eller pedaltræner. Han bør holde sig i form selvom han er syg.
- Diskussionsklub for at holde hjernen i gang og være sammen med andre.
- Besøgsven for at modvirke ensomhed.

Side 67. Øvelse 3-A

Del eventuelt kursisterne op i to grupper og lad dem arbejde med hver deres borger.

Dictogloss 1 (Marianne):

Marianne er lige flyttet ind i sin nye bolig. Før boede hun på 3. sal i en lejlighed, men nu er hun flyttet ind i et moderne rækkehus i et plan. Hun er glad for, at der ikke er trapper i huset, og at hun kan køre med rollatoren direkte fra stuen ud i den lille have. Her går hun ud, når hun trænger til lidt frisk luft og en lille sludder med naboerne over hækken. Hun nyder at være social igen efter at have boet så længe i en lejlighed, hvor hun ikke havde kontakt med naboerne.

Hjemmeplejen kommer hver dag og hjælper Marianne. Marianne fortæller personalet, hvad hun gerne vil have hjælp til. Nogle gange er det at komme i bad og andre gange er det hjælp til indkøb. Hun kan godt lide, at personalet lytter til hendes ønsker. Det får hende til at føle, at hun stadig selv bestemmer over sin hverdag. Hjemmeplejen gør også rent i hendes hus en gang om ugen og minder hende om, at hun skal spise sundt. Det er vigtigt, for Marianne har diabetes og skal derfor være særligt opmærksom på, hvad hun spiser. (medbestemmelse, sundhedsfremme, forebyggelse)

Men hjemmeplejen hjælper ikke kun Marianne med praktiske ting i huset og hendes personlige pleje. De har også opfordret hende til at få nogle nye sociale relationer. Derfor er Marianne startet på et dagcenter. Her har hun mødt nye mennesker, som hun strikker og har det sjovt sammen med. Det har gjort en stor forskel for Marianne, at hun ikke længere sidder alene hjemme, men nu er blevet en del af et aktivt fællesskab af ældre. (omsorg, relationer)

Marianne har også fået det bedre, efter hun er flyttet ind i sit nye hus. Da hun boede i lejligheden, var hun altid bange for at falde over dørtrinene, og hun turde ikke gå ud, fordi hun var bange for at falde på trappen. Nu har hun ikke trapper mere, og det nye hus har heller ingen dørtrin. Derfor kan Marianne nu bevæge sig mere frit rundt og føler sig meget mere tryk. (relationer, forebyggelse)

Efter hjemmeplejen er begyndt at komme, har Marianne også fået et mere afslappet forhold til sine døtre. Før skulle de altid lave en masse praktisk arbejde, når de kom på besøg. Nu kan de sætte sig ned og snakke sammen, mens de drikker en kop kaffe i stedet for. (omsorg)

Dictogloss 2 (Viggo):

Hverdagen er blevet nemmere for Viggo og Bitten. Kommunen har været på besøg i det parcelhus, som Viggo selv har bygget, og som han føler sig tryk i. Viggo vil meget gerne blive boende i huset, og derfor har han og Bitten sammen med kommunen fundet en løsning med at tilpasse hjælpen fra hjemmeplejen til Viggos behov i huset. Viggo og Bitten er glade for, at de kan blive boende i deres hus, og de er meget glade for, at kommunen lyttede til deres ønsker. (medbestemmelse)

Hjemmeplejen kommer nu hver dag og hjælper Viggo med hans personlige pleje. De lytter til ham og sørger altid for, at han er med i alle beslutninger om, hvad der skal ske i hverdagen. Han er for eksempel altid selv med til at vælge hvilket tøj, han vil have på, og hvad han vil høre i radioen. Viggo og Bitten får nu også hjælp til rengøring. Det er Bitten glad for, for før stod hun med al rengøringen selv, og det var hårdt.

Hjemmeplejen hjælper med rengøringen, for at Bitten ikke bruger al sin energi på det hårde husarbejde. Det er vigtigt, at hun kan blive ved med at have det godt og være en støtte for Viggo. (medbestemmelse, forebyggelse)

To gange om ugen kommer hjemmeplejen på ekstra besøg. De kommer for at give Viggo en god frokost og sørge for, at han får nok at drikke. Det er vigtigt, at Viggo får nok at spise og drikke, så han kan bevare sit gode fysiske helbred. Når hjemmeplejen kommer og tager sig af Viggo, tager Bitten på tur. Det er vigtigt, at hun får lidt tid til sig selv og får ladet batterierne op, så hun har overskud til at tage sig af Viggo. Viggo er også begyndt at komme i dagcentret et par gange om ugen. Der er han kommet med i mandeklubben. Så nu kommer både Viggo og Bitten ud af huset og møder andre mennesker. (sundhedsfremme, forebyggelse, omsorg for Bitten, relationer)

Viggo kan godt lide at komme på værkstedet i dagcentret. Det minder ham om dengang, han arbejdede som tømrer. På værkstedet sliber han gamle møbler og reparerer småting. Mens han står og arbejder, taler han med de andre mænd om dengang, de alle gik på arbejde. Viggo synes, det er meget hyggeligt. (relationer)

Hjælpen fra hjemmeplejen til rengøring og pleje har hjulpet både Viggo og Bitten. De har begge to fået deres energi tilbage. Nu skal de se, om de med hjemmeplejens hjælp kan blive boende i huset, som de har boet i i så mange år, og hvor de begge to føler sig godt tilpasse. Måske kan de vente med at lade Viggo flytte på plejehjem. (omsorg)

Side 67. Øvelse 3-B

Hvis man har ladet kursisterne arbejde i to grupper med hver deres borger, kan man her lade dem finde en makker fra den anden gruppe og præsentere sin borger for ham eller hende, som eventuelt tager stikord og fortæller om borgeren.

Laves eventuelt som video hjemme.

Side 68. Øvelse 3-C

	Marianne	Viggo
Omsorg	Hun er opfordret til at starte på dagcenter. Med hjælp fra hjemmeplejen har døtrene tid til snak og kaffe.	Hjemmehjælpen hjælper Viggo med personlig pleje og rengøring, så Bitten ikke bliver nedslidt. De kommer også og giver Viggo mad to gange om ugen, så Bitten kan komme ud af huset.

Medbestemmelse	Marianne fortæller personalet, hvad hun gerne vil have hjælp til (bad og indkøb), og personalet lytter til hendes ønsker.	Viggo og Bitten ville gerne blive boende i huset, og kommunen hjalp dem med at finde en løsning, så de kunne blive boende. Viggo er selv med til at bestemme, hvad han skal have på, og hvad han vil høre i radioen.
Sundhedsfremme	Hjemmeplejen minder hende om, at hun skal spise sundt.	Hjemmeplejen sørger for, at Viggo får nok at spise og drikke. De hjælper Bitten, så hun kan bevare sine kræfter.
Forebyggelse	Hun skal spise sundt for at passe på sin diabetes. Hun er flyttet i bolig uden dørtrin og trapper, så hun føler sig tryk og ikke falder.	Hjælp til rengøring sørger for at holde Bitten stærk. At Viggo får nok at spise og drikke, holder ham rask. De ekstra besøg fra hjemmeplejen holder Bitten frisk og rask. Hjælpen fra hjemmeplejen gør, at Viggo undgår at komme på plejehjem.
Relationer	Marianne har mødt nye mennesker på dagcentret. Hun snakker også med de nye naboer over hækken.	Viggo får nye relationer i mandeklubben på dagcentret. Han snakker med andre mænd på værkstedet.

Kapitel 4. Kommunikation med borgere og pårørende

Side 69. Øvelse 01

Eksempler på spørgsmål:

Er det dig, der strikker?

Hvad er du i gang med at strikke?

Sikke mange bøger, I har?

Hvad slags bøger kan du bedst lide at læse?

Hvad bog er du ved at læse nu?

Er det dig eller din mand, der spiller klaver?

Hvad slags musik spiller du?

Kan du så også godt lide at synge?

Side 70. Øvelse 02

Lad enten kursisterne arbejde i grupper og fremlægge deres svar, eller lav øvelsen sammen i plenum.

Forskellen på de to stuer er, at den ene er meget pænt indrettet med varme farver og kunst og design. I den anden stue roder det. Der ligger tøj rundt omkring og en tom flaske på bordet. Der er ingen kunst på væggene, og møblerne er slidte.

I den første stue bor der formodentlig en person eller et par med højere uddannelse, som interesserer sig for kunst og design og musik og litteratur.

I den anden stue bor der formodentlig en enlig mand, som ikke går op i rengøring eller indretning.

Side 70. Øvelse 03

Eksempler på spørgsmål:

Kan du godt lide tog?

Hvilket lokomotiv kan du bedst lide?

Er det dig, der træner på pedal-træneren?

Hvor lang tid kører du om dagen?

Sikke nogle fine kaktusser. Hvor længe har du haft dem? Jeg har hørt at de kan blive rigtig gamle.

Er det dine børn på billederne?

Står der noget spændende i avisen i dag?

Side 71. Øvelse 04

Morgenmøde 4:

Karin: Godmorgen allesammen! Hold da op, her dufter da fantastisk. Er det det, jeg tror, det er?

Tine: Ja, jeg fylder jo 52 i dag, så jeg tænkte, at vi skulle starte dagen med et rundstykke!

Oliver: Stort tillykke, Tine! Og tak – sikken dejlig måde at starte tirsdagen på.

Karin: Tillykke Tine! Mens vi lige tygger, så har jeg et par gode nyheder. For det første: Alle biler er nu meldt klar fra værkstedet, så vi skal ikke ud i det der puslespil med at dele biler i dag. Nøglerne hænger, hvor de skal.

Marta: Ej, hvor dejligt. Det letter virkelig presset på tidsplanen.

Karin: Helt sikkert. Og så er der sat en dato for sommerfesten på dagcentret! Det bliver den 15. august. Jeg hænger opslaget op på opslagstavlen nu, så I kan begynde at koordinere, hvem der kan hjælpe med at få borgerne derover.

Erkan: Godt, det plejer borgerne at glæde sig meget til. Apropos mærkedage – vi har vel også en fødselar ude på ruten i dag?

Marta: Ja, det er Erna på Ingemannsvej. Hun får besøg af to veninder til formiddagskaffe, så hun har spurgt, om vi kan sørge for, at hun er ekstra fin i tøjet. Jeg har hende på min rute og har sat lidt ekstra tid af til hende.

Karin: Super, Marta. Det betyder meget for hende. Oliver, har du styr på Uffe? Jeg hørte noget om et familiebesøg?

Oliver: Ja, Uffe får besøg af sin datter til eftermiddagskaffe. Jeg har lovet ham at købe hindbærsmutter på vejen. Han er lidt urolig, når hans datter kommer, så jeg snakker lige med ham her til morgen og sikrer mig, at han har fået sin medicin og føler sig tryk ved dagens program. Og så følger jeg op på, hvordan besøget er gået, når jeg kommer derud i morgen tidlig.

Karin: Perfekt. Tine, når du er færdig med dit rundstykke, kører du ud på rute 3. Husk at notere i systemet, hvis der er det mindste med de nye borgere.

Tine: Det gør jeg, Karin!

Hvad sker der hos Uffe i dag:

- får besøg af sin datter. Oliver har lovet at købe hindbærsmutter på vejen. Uffe er lidt urolig, når hans datter kommer. Oliver sikrer sig, at han får sin medicin og føler sig tryk. Han følger op på besøget i morgen tidlig.

Hvad sker der hos Erna i dag:

- har fødselsdag. Hun får besøg af to veninder til formiddagskaffe. Hun vil gerne være ekstra fin i tøjet. Marta har sat lidt ekstra tid af til hende.

Side 71. Øvelse 05

Her skal kursisterne øve sig i at vise interesse for, hvad borgerne enten har oplevet eller skal opleve i fremtiden.

Der er flere svarmuligheder. Lad eventuelt kursisterne skrive deres sætninger op på tavlen og gennemgå dem sammen.

Eksempler på sætninger:

Uffe:

Nå, glæder du dig så til Gitte kommer?

Det bliver da superhyggeligt!

I to har sikkert meget at tale om. Det er jo snart længe siden hun har været her.

Erna:

Nå, hvordan gik det så med dine veninder?

Havde I det hyggeligt?

Hvor længe blev de?

Side 72. Øvelse 06

Marta: Hej Erna. Tillykke med fødselsdagen!

Erna: Tak, Marta.

Marta: Er dine veninder gået igen?

Erna: Ja, de er næsten lige gået.

Marta: Havde I det hyggeligt?

Erna: Ja, det havde vi.

Marta: Dejligt! Og I har drukket kaffe og fået kringler, kan jeg se.

Erna: Ja, der er lidt tilbage. Vil du ikke have en kop kaffe og et stykke?

Marta: Åh jo tak, det kan jeg da vist godt lige nå. Og nu har du jo fødselsdag...

Erna: Hyggeligt.

Marta: Dine veninder... Er det nogen, du har kendt i lang tid?

Erna: Ja, Marianne og Olga har jeg kendt altid. Vi gik i skole sammen.

Marta: Ihh, hvor hyggeligt! **I må have meget at snakke om så.**

Erna: Ja.

Marta: Det er altid godt at snakke med nogen, man kender godt. **Er det egentlig dem, du står sammen med på billedet der?**

Erna: Ja, det er. Det er mig i midten, og Marianne er hende til venstre med rottehalerne.

Marta: Og så må det være Olga der til højre i nederdelen.

Erna: Ja.

Marta: **Er buketten der fra dem så?**

Erna: Ja, den havde de med. Og en æske chokolade. Fazermint... min yndlings.

Marta: Det er også min! Sikke en fin fødselsdagsgave!

Side 72. Øvelse 07

Lad eventuelt kursisterne diskutere i grupper, før der samles op i plenum.

Side 74. Øvelse 08

I denne øvelse træner kursisterne at smalltalke ved at stille to spørgsmål til en situation hos borgeren. Lad eventuelt kursisterne arbejde sammen i grupper og skrive deres spørgsmål op på tavlen, så de kan se, hvor mange forskellige spørgsmål, der kan stilles til hver situation. Der er mange svarmuligheder. De nedenstående er blot eksempler.

En borger skal til fødselsdag hos sit barnebarn, Lauge, senere i dag.

a: Hvor gammel bliver han så?

b: Kommer hele familien?

En borger er lige kommet tilbage fra en konfirmation.

a: Var det hyggeligt?

b: Fik I god mad?

En borger skal på udflugt med plejecentret.

a: Glæder du dig til turen?

b: Har du hørt, hvordan vejret bliver?

En borger har været hos tandlægen med flextrafik.

a: Hvordan gik det så hos tandlægen?

b: Havde du nogen huller?

En borger skal til til frokost hos sin gamle veninde fra barndommen.

a: Er det længe siden du har set hende?

b: Hvordan mødte I egentlig hinanden?

En borger har været til diskussionsklub på dagcentret.

a: Diskuterede I så noget interessant?

b: Var der mange?

En borger skal til banko med sin datter i forsamlingshuset.

a: Har du egentlig spillet meget banko?

b: Hvad vil du helst vinde?

En borger har været inde hos naboen til formiddagskaffe.

a: Nå, var det hyggeligt?

b: Fik I noget lækker til kaffen?

Side 75. Øvelse 09

Oliver: Nå Uffe, så er det i dag, Gitte kommer.

Uffe: Ja.

Oliver: **Det bliver da hyggeligt.** Hvornår kommer hun?

Uffe: Kl. 13.30.

Oliver: **Der er jo ikke så længe til så.** Glæder du dig til at se hende?

Uffe: Jaaaaa... måske...

Oliver: Jeg synes, du trækker lidt på det. Hvad er der i vejen?

Uffe: Det ved jeg ikke. Det er længe siden, jeg har set hende.

Oliver: **Så bliver det da godt at se hende igen.** Er du nervøs?

Uffe: Ja...

Oliver: Hvad er du nervøs over, Uffe?

Uffe: Det ved jeg ikke rigtigt. Hvad nu hvis vi ikke har noget at snakke om.

Oliver: **Det tror jeg da bestemt, I har.** Der er jo gået noget tid siden sidst. I kan da snakke om hendes arbejde og om, hvordan hun går og har det.

Uffe: Hmmm...

Oliver: Og så kan du jo også fortælle hende lidt om dagcentret. Nu er du jo kommet godt i gang dernede.

Det vil hun sikkert gerne høre om.

Uffe: Tror du?

Oliver: Ja, bestemt. **Du skal se, det skal nok gå. Jeg tror faktisk, det kunne blive helt hyggeligt.**

Uffe: Når nu du siger det.

Oliver: Det gør jeg ...

Side 76. Øvelse 10

Lad eventuelt kursisterne arbejde sammen i grupper og skrive deres sætninger op på tavlen, så de kan se, hvor mange forskellige sætninger, der kan bruges til hver situation. Der er mange svarmuligheder. De nedenstående er blot eksempler.

1. Din borger skal på dagcentret for første gang. Han er nervøs, fordi han ikke kender nogen.
De er da sikkert rigtig søde derhenne.
2. Din borger skal have svar på nogle blodprøver og er bange for resultatet.
Lad os nu vente og se hvad de siger. Det er nok ikke så slemt.
3. Din borger skal have besøg af sin søn, som han ikke har set i flere år og er nervøs for det første møde.
Det bliver da hyggeligt.
4. Din borgers datter har fået sin hund aflivet. Din borger er ked af det.
De kan da få sig en ny!
5. Din borger er bekymret for sit barnebarns eksamen.
Hun skal nok klare sig rigtig godt.
6. Din borger er kommet tilbage fra sygehuset efter en hofteoperation og er bange for at falde, da han skal ud på badeværelset.
Vi gør det bare i dit tempo.
7. Din borger er ked af, at hans datter har aflyst sit besøg i weekenden.
I finder da bare en anden dag.
8. Din borger har glemt, hvor hun har lagt sin halskæde.
Den finder vi sikkert snart igen.

Side 77. Øvelse 11

Lad eventuelt kursisterne arbejde sammen i grupper og skrive deres sætninger op på tavlen, så de kan se, hvor mange forskellige sætninger, der kan bruges til hver situation. Der er mange svarmuligheder. De nedenstående er blot eksempler.

1. Din borger er lige kommet hjem fra begravelse af sin gamle barndomsven.
Det er da også trist, når nogen går bort.
2. Din borger har tisset i bukserne.
Det er også så mega irriterende.
3. Din borger har glemt, hvad du hedder.
Sådan har jeg det også nogle gange.
4. Din borger har væltet en kop kaffe.
Det er da også træls.
5. Din borger har lige fået at vide at hans datter har fået kræft.
Det kan jeg godt forstå, du er bekymret over.
6. Din borger har tabt sin yndlingsvase på gulvet og den er gået i stykker.
Åh, det ville jeg også være ked af.
7. Din borger tænker på sin afdøde hustru.
Det er da helt normalt.
8. Din borger savner sin mor.
Jeg kan godt forstå, at du savner hende.

Side 78. Øvelse 12

Her lægges op til en samtale. Lad kursisterne diskutere i par eller grupper og fremlægge deres synspunkter. Underviseren kan med fordel komme med input ud fra en dansk-kulturel vinkel.

1. okay
2. ikke okay
3. ikke okay
4. ikke okay
5. okay
6. okay
7. ikke okay
8. ikke okay
9. ikke okay
10. okay

Side 78. Øvelse 13

Lad eventuelt kursisterne arbejde sammen i grupper og skrive deres sætninger op på tavlen, så de kan se, hvor mange forskellige sætninger, der kan bruges til hver situation. Der er mange svarmuligheder. De nedenstående er blot eksempler.

1. Din borgers datter skal skilles.
(interesse) *Nå, har det været under opsejling længe?*
(sympati) *Det er da også trist.*
(opmuntring) *De skal nok klare det.*
2. Din borger har mistet sin pung.
(interesse) *Kan du huske, hvornår du havde den sidst?*
(sympati) *Æv, hvor træls!*
(opmuntring) *Den dukker nok snart op igen.*

3. Din borger har fået et hul i sin nye bluse.
(interesse) *Hvordan er det sket?*
(sympati) *Øv, hvor irriterende!*
(opmuntring) *Det kan nok godt sys.*

Side 79. Øvelse 14

Dialogerne kan spilles for resten af holdet eller optages på mobilen for at træne at lave dialoger uden støtte.

Side 79. Øvelse 15

Her skal kursisterne træne reaktioner i givne situationer uden støtte. For det bedste udbytte af øvelsen, laves den uden forberedelse. Den kan eventuelt også laves på video hjemme.

Side 79. Øvelse 16

Kursister bruger oftest "skal" + verbum i infinitiv til sætninger om fremtiden. Men på dansk bruger vi lige så ofte verbets nutidsform til at fortælle om fremtiden. Det kan være svært for kursisterne at skelne mellem de to måder at tale om fremtiden på, og de ender derfor oftest med "skal" + verbum i infinitiv- formen. (Når de skal fortælle en borger om proceduren ved vask, siger de f.eks. oftest: *Først skal jeg vaske dig på ryggen. Så skal jeg vaske dig foran. Til sidst skal jeg vaske dig forneden. (en plan/en pligt)* i stedet for *Først vasker jeg dig på ryggen. Så vasker jeg dig foran. Til sidst vasker jeg dig forneden. (en konstatering)*, hvilket lyder forkert.)

Vi bruger normalt "skal" + verbum i infinitiv, når der er tale om en hensigt, en plan, en pligt eller en nødvendighed f.eks. *Jeg skal besøge min mormor i morgen (en plan)*.

Nutidsformen bruger vi til en simpel konstatering af noget, der skal ske i fremtiden f.eks. *Jeg besøger min mormor i morgen (en konstatering)*.

Side 80.

Inden for ældreplejen bruges **de tre P'er** til at skelne mellem forskellige sider af medarbejderens relation til borgeren:

Det professionelle P

Det professionelle handler om den **faglige rolle og ansvar**. Man arbejder ud fra uddannelse, lovgivning, arbejdspladsens retningslinjer og borgerens behov.

Eksempler:

- Man observerer ændringer i borgerens helbred og dokumenterer dem.
- Man overholder tavshedspligten.
- Man støtter borgeren uden at overtage mere end nødvendigt.
- Man behandler alle borgere respektfuldt og ligeværdigt.

Det personlige P

Det personlige er den del af en selv, som man **bevidst bruger til at skabe en god relation**. Det kan være ens måde at kommunikere på, ens humor, varme, empati og evne til at lytte.

Eksempler:

- Man viser interesse for borgerens livshistorie.
- Man fortæller måske lidt om dine egne interesser, hvis det gavner samtalen.
- Man bruger humor på en respektfuld måde.
- Man er nærværende og viser forståelse.

Det private P

Det private omfatter oplysninger og forhold, som **ikke hører hjemme i den professionelle relation**. Det kan være intime detaljer, personlige konflikter, økonomiske problemer eller andre meget private forhold.

Eksempler:

- Man fortæller borgeren om problemer i dit parforhold eller din familie.
- Man deler private oplysninger om kolleger eller andre borgere.
- Man giver borgeren dit private telefonnummer eller bliver venner på sociale medier.
- Man låner penge af eller til borgeren.

Side 80. Øvelse 18

1. Jeg skal lige se, at du tager alle dine piller, så jeg kan skrive det ind i journalen. **(professionelt)**
2. Hvordan har du sovet i nat, Maren? Bedre end i går? **(personlig)**
3. Martin kommer og hjælper dig over middag. Jeg skal til gynækolog, fordi jeg altid bløder så meget, når jeg har menstruation. **(privat)**
4. Prøv lige at tage to skridt mere. Det er vigtigt, at du træner dine muskler. **(professionelt)**
5. Prøv lige at læne dig lidt frem, så du kan få en pude i ryggen. Så sidder du meget bedre. **(personlig)**
6. Jeg har helt vildt ondt i ryggen, efter jeg var her i går. Så i dag må du altså selv komme op at stå, Peter. **(privat)**
7. Tag lige en lille tår mere, Petra. Det er vigtigt, at du ikke dehydrerer her i varmen. **(professionelt)**
8. Jeg har smurt din frokost, Merete, og du er heldig i dag. Det er med lige den der rullepølse, som du så godt kan lide. **(personlig)**
9. Undskyld, jeg er lidt langsom i dag. Jeg er mega træt. Jeg har skændtes med min kæreste hele natten, så jeg kan næsten ikke hænge sammen i dag. **(privat)**
10. Uh, det er godt nok varmt i dag! Skal jeg ikke lige hjælpe dig med at få trøjen af? Du ser så varm ud. **(personlig)**
11. Min bedstemor døde i forgårs, så jeg er ked af det i dag. Du skal ikke tage dig af, at jeg går og græder lidt. **(privat)**
12. Du skal huske at spise din mad. Det er vigtigt at få næring nok. **(professionelt)**

Side 81. Øvelse 19

Eksempler til det professionelle P:

Jeg kan se, at du er mere træt end normalt, så jeg dokumenterer det og kontakter sygeplejersken.

Jeg hjælper dig med medicinen efter den gældende instruktion.

Jeg kan desværre ikke fortælle om den anden borger, fordi jeg har tavshedspligt.

Prøv gerne selv at tage blusen på; jeg hjælper dig, hvis du får brug for det.

Eksempler til det personlige P:

Fortæl mig gerne mere om dit arbejde på gården; det lyder spændende.

Vi tager det stille og roligt, så du kan føle dig tryk.

Jeg holder også meget af havearbejde—hvilke blomster er dine favoritter?

Skal vi finde det gode humør frem, mens vi gør os klar til dagen?

Eksempler til det private P:

Min familie skændes hele tiden, og jeg ved snart ikke, hvad jeg skal gøre.

Her er mit private telefonnummer; du kan bare ringe til mig i aften.

Send mig en venneanmodning på sociale medier, så kan du se mine private billeder.

Kan jeg låne nogle penge af dig indtil næste uge?

Side 81. Øvelse 20

Her kan man eventuelt starte med at brainstorme om situationer, som er egnet at skrive en dialog om. Dialogen kan skrives alene eller sammen to og to.

Side 82. Øvelse 21 og 22

Dialogen skal illustrere, hvordan man **ikke** skal tale om borgeren.

Olivers måde at tale om Uffe på i dialog 1 er uprofessionel, grov og alt for personlig.

Det gælder alle hans sætninger i dialogen. Han bander og omtaler Uffe respektløst. Han giver datteren alt for mange intime informationer på en meget upassende og ufølsom måde.

Side 83. Øvelse 23 og 24

I denne dialog kommunikerer Oliver professionelt. Han taler pænt og respektfuldt om Uffe. Han bruger et pænt sprog og giver intime informationer på en fin måde uden at gå i detaljer.

Side 84. Øvelse 25

1/c

2/b

3/c

4/a

5/c

Side 85. Øvelse 26

Der er mange svarmuligheder til øvelsen. Nedenstående sætninger er eksempler. Lad eventuelt kursisterne skrive deres sætninger op på tavlen og gennemgå dem i plenum, så de har en liste med brugbare sætninger.

Diarré

Vi har lagt mærke til, at din mor har haft diarré, så vi holder lidt ekstra øje med, hvordan det går.

Din mor har haft diarré, og hvis det bliver ved, tager vi fat i sygeplejersken.

Manglende appetit

Din mor har ikke spist så meget på det sidste, så vi holder lidt øje med det.

Vi prøver med små portioner og ser, om der er noget, din mor har mere lyst til.

Snot i ærmet

Vi har set, at din mor nogle gange tørrer næsen i ærmet, så vi hjælper med at finde et lommetørklæde.

Vi hjælper lige din mor med næsen, når der er brug for det.

Lange tånegle

Vi kan se, at din mors tånegle er blevet ret lange, så det vil være godt at få dem ordnet.

Din mor trænger til lidt hjælp med tåneglene – kan vi finde ud af, hvem der skal ordne dem?

Tis i møblerne

Der har været et par gange, hvor din mor har tisset i møblerne, og vi tager os stille og roligt af det.

Vi prøver at finde ud af, hvorfor din mor tisser i møblerne, og hvad vi kan gøre for at undgå det.

Spytte mad ud

Din mor spytter nogle gange maden ud, så vi prøver at finde ud af, hvad det skyldes.

Vi har set, at din mor spytter maden ud, så vi prøver blandt andet med en anden smag eller konsistens.

Manglende aftørring efter toiletbesøg

Din mor har nogle gange brug for lidt mere hjælp til at blive tørret efter et toiletbesøg.

Vi hjælper din mor med at blive tørret efter toiletbesøg, når der er brug for det.

Tis rundt om toilettet

Der kommer nogle gange tis rundt om toilettet, når din far har været derude, så vi hjælper med at få gjort rent.

Vi prøver at finde en løsning, der gør det nemmere for din far at ramme toilettet.

Gemme mad i taske

Vi har lagt mærke til, at din mor gemmer mad i tasken, så vi prøver at finde ud af hvorfor.

Din mor gemmer nogle gange mad i tasken, så vi hjælper med at finde et bedre sted at gemme noget til senere.

Tage ting fra andre

Din mor kommer nogle gange til at tage ting, der tilhører andre, og vi hjælper stille og roligt med at få dem tilbage.

Vi har lagt mærke til, at din mor tager andres ting, så vi prøver at gøre hendes egne ting lettere at kende.

Side 86. Øvelse 27

1. Hun har haft lidt bøvl med maven på det sidste. (3/NÆRMESTE)
2. Han har ofte et lille uheld i bukserne. (3/NÆRMESTE)
3. Det går vist meget godt. (1/ALLE)
4. Hun sidder på altanen og nyder det gode vejr. (1/ALLE)
5. Han har det noget bedre. (2/FAMILIE)
6. Hun er nede i dagcentret. (2/FAMILIE)
7. Han har været utrolig ked af det i nat. (3/NÆRMESTE)
8. Hun har nogle gange lidt svært ved at huske, hvor hun bor. (2/FAMILIE)
9. Hun elsker jo sine blomster. (1/ALLE)
10. Han har svært ved at falde i søvn for tiden. (3/NÆRMESTE)
11. Han skælder tit ud, når han skal i bad. (3/NÆRMESTE)
12. Hun har lige sovet til middag, så hun er frisk nu. (2/FAMILIE)
13. Han er ikke helt frisk i dag. (2/FAMILIE)
14. Han er ikke hjemme i dag. (1/ALLE)
15. Hun har talt så meget om dig. (1/ALLE)
16. Han har virket lidt deprimeret på det seneste. (3/NÆRMESTE)
17. Hun får mere og mere svært ved at huske. (3/NÆRMESTE)
18. Han har sådan glædet sig til, at du skulle komme. (1/ALLE)
19. Hun har lige været hos frisøren, så hun er klar til fest. (2/FAMILIE)
20. Hun leder efter sine briller. (2/FAMILIE)

Side 87. Øvelse 28

Øvelsen har til hensigt at bevidstgøre, hvad man siger til hvem. Lad kursisterne arbejde sammen i grupper. Gruppernes svar fremlægges og rettes/diskuteres i plenum. Der er mange svarmuligheder til øvelsen. Nedenstående sætninger er eksempler.

1. Peter har problemer med at holde på vandet.

Ægtefællen: *Han har haft svært ved at holde sig her på det sidste.*

En nabo: *Det går godt.*

Nevøen: *Hvis han skal på toilettet, ringer I bare med det samme.*

2. Peter faldt ud af sengen i nat og slog sit håndled.

En ven fra dagcentret: *Det går meget fint.*

Partneren: *Han slog sit håndled i nat, da han faldt ud af sengen.*

Datters eksmand: *Han har slået sit håndled og har lidt ondt.*

3. Peter gik hjemmefra i går og kunne ikke finde hjem.

Den gode ven Søren: *Han var på tur i går.*

Tvillingsøsteren: *Han var ude at gå og kunne ikke finde hjem. Han er ked af det.*

Den lokale kioskejer: *Han har det vist meget godt.*

4. Peter har været hos lægen, fordi han har synsforstyrrelser.

En genbo: *Det går da vist meget godt.*

Konen: *Han har svært ved at se på sit venstre øje.*

Bonusdatteren: *Han var et smut hos øjenlægen i går.*

5. Peter har været på udflugt med dagcentret.

Sønnen: *Han nød virkelig turen til Fåborg i går.*

En tidligere ansat: *Han har det godt.*

Fætteren: *Han var på udflugt i går.*

Side 89. Øvelse 29

Lad eventuelt kursisterne spille dialogen som rollespil for holdet. Den kan også optages på video og deles i en gruppe på mobilen.

Side 90. Øvelse 30

Der er flere svarmuligheder til øvelsen. Nedenstående sætninger er eksempler. Lad eventuelt kursisterne skrive deres sætninger op på tavlen og gennemgå dem i plenum, så de har en liste med brugbare sætninger.

2. *Det var sjovt at se dine blomster, men vi skal lige have dig ud på toilettet.*

3. *Tiden løber fra os. Jeg må desværre videre nu.*

4. *Nå, men nu må jeg hellere hjælpe dig ind i seng. Jeg skal videre om lidt.*

5. *Det vil jeg gerne høre mere om næste gang jeg kommer. Tak for nu.*

6. *Nå, men vi må hellere se at få dig tørret og i tøjet. Også selvom det er dejligt.*

7. *Det lyder som en god fest, men nu skal jeg lige ind til Preben*

Side 91. Øvelse 4-A og 4-B

Der er flere svarmuligheder til øvelsen. Nedenstående sætninger er eksempler. Lad eventuelt kursisterne skrive deres sætninger op på tavlen og gennemgå dem i plenum, så de har en liste med brugbare sætninger.

1. Min datter var ved lægen i går. Der er kommet svar på prøverne. Hun har desværre fået brystkræft.
Interesse: *Nå, men hvordan har hun det?*
Sympati: *Jeg kan godt forstå, at du er bekymret.*
Opmuntring: *Det er nok helt okay, skal du se.*
2. Jeg har lige fået at vide, at min søn skal skilles. Jeg er simpelthen så ked af det.
Interesse: *Nå, har det været på vej længe?*
Sympati: *Det forstår jeg godt. Det er også trist.*
Opmuntring: *De er fornuftige begge to. Det skal nok gå.*

3. Jeg skal starte på dagcentret i morgen. Jeg har faktisk lidt fortrudt det. Jeg kender jo ikke nogen, og måske er der ingen, der snakker med mig.

Interesse: *Hvorfor skulle de ikke ville snakke med dig?*

Sympati: *Det er helt normalt at være nervøs.*

Opmuntring: *Du skal se, det bliver sikkert super hyggeligt.*

Side 92. Øvelse 4-C

Der er flere svarmuligheder til øvelsen. Nedenstående sætninger er eksempler. Lad eventuelt kursisterne skrive deres sætninger op på tavlen og gennemgå dem i plenum, så de har en liste med brugbare sætninger.

1. *Din far har brug for at blive vasket.*
2. *Din mor er lidt vredladet i øjeblikket.*
3. *Din far har ikke så meget lyst til at gå i bad i øjeblikket.*
4. *Din kone har svært ved at holde på vandet.*
5. *Din mand har det indimellem lidt svært.*
6. *Din mor har sværere og sværere ved at spise pænt.*

Side 92. Øvelse 4-D

Lad eventuelt kursisterne spille dialogen som rollespil for holdet. Den kan også optages på video og deles i en gruppe på mobilen.

Kapitel 5. Dokumentation og faglig kommunikation

Side 93. Øvelse 01

Morgenmøde 5:

Karin: Inden I kører, skal vi lige have de sidste detaljer på plads.

Erkan: Jeg vil gerne følge op på Uffe. Hans blodsukker har svinget meget de sidste par dage, og datteren kommer med kage i eftermiddag, så vi skal lige være ekstra opmærksomme. Oliver, du har ham til morgen – vil du sikre dig, at han får sin insulin præcis som ordineret, og at han får spist en solid morgenmad, så vi har et godt udgangspunkt?

Oliver: Det gør jeg. Jeg tjekker også lige, om der er sår på hans fødder, som du bad om sidst?

Erkan: Præcis. Hvis der er det mindste rødme, så giv mig besked med det samme, så jeg kan lave en faglig vurdering og opdatere hans behandlingsplan.

Karin: Rigtig godt. Husk at dokumentere alle observationer i journalen, så aftenvagten kan se præcis, hvad vi har gjort. Det er vigtigt for kontinuiteten.

Karin: Før vi runder helt af, er der en ting, jeg bliver nødt til at tage op. Jeg kan se, at der er smuttet nogle opfølgninger på sårpleje og nogle medicinnotater de sidste par dage. Vi er nødt til at tale om, hvordan vi bruger hinanden.

Marta: Karin, helt ærligt... nogle gange føles det som om, vi bruger mere tid på at dokumentere end på borgeren. I går hos Erna var der så travlt, at jeg knap nåede at skrive, at hun havde fået sin medicin.

Oliver: Jeg er enig med Marta. Somme tider skriver vi de samme ting tre steder. Det er frustrerende, når man hellere vil bruge de fem minutter på at tale med borgeren.

Erkan: Jeg forstår godt jeres frustration, men hør nu her: Hvis I ikke dokumenterer de små ændringer, I ser, så har jeg intet grundlag for at ændre i borgernes plejeplaner. Hvis jeg f.eks. ikke kan se i journalen, at en borger har været konfus i tre dage, så kan jeg ikke retfærdiggøre over for lægen, at vi skal have en urinprøve. Det handler om borgersikkerhed, ikke om kontrol af jeres arbejde.

Tine: Jeg er nogle gange i tvivl om, hvad jeg må skrive. Jeg vil ikke overskride mine beføjelser, men det er jo tit os, som kommer der hver dag, som ser tingene først.

Karin: Det er rigtigt, Tine. Og det er præcis her, vi skal blive bedre. Erkan har, som assistent, det faglige ansvar for den komplekse pleje, men han er afhængig af jeres øjne og ører. Marta og Oliver, I skal ikke skrive en hel roman, men I skal bruge de faglige termer. En kort observation er bedre end ingen.

Erkan: Præcis. Lad os gøre det sådan her: Hvis I er i tvivl om en observation er vigtig, så ring til mig, mens I er hos borgeren. Så tager vi den faglige sparring der, og så kan jeg hjælpe med at få det skrevet rigtigt ind.

Marta: Det er en god ide, Erkan. Så føler vi os ikke så alene med ansvaret. Tak.

Karin: Godt. Vi er et team. Hjælpere og ufaglærte leverer de vigtige observationer, og assistenten samler de faglige tråde. Hvis vi ikke dokumenterer det, er det juridisk set ikke gjort. Lad os prøve at støtte hinanden i det i dag – og husk, at vi også gør det for at beskytte os selv, hvis der opstår en klagesag.

Oliver: Modtaget. Jeg skal nok prøve at få prioriteret de notater i dag.

Karin: Perfekt. God arbejdslyst allesammen. Og nyd nu, at solen endelig skinner igen. Hov, og inden I smutter, skal jeg lige huske at sige, at Jane er tilbage i morgen.

Marta: Ih, hvor dejligt! Hende har jeg savnet. Godt hun er ovenpå igen.

Karin: Ja, det bliver godt at få hende tilbage. Vi har aftalt, at hun starter stille op og følges med dig de første dage, Oliver.

Oliver: Super! Det bliver hyggeligt...

Side 94. Øvelse 02

Dokumentationen er det sikkerhedsnet, der sikrer, at den ældre får den rette pleje, og at medarbejderen kan bevise, at opgaven er udført korrekt. Men dokumentation er en kompleks ting og kan være svær at forstå. Det gør det ikke nemmere, at måden at dokumentere på kan variere fra person til person, kommune til kommune og landsdel til landsdel.

De nedenstående svar er en hjælp til underviseren, så han eller hun kan guide kursisterne og svare på deres spørgsmål.

Lad enten kursisterne diskutere i grupper eller diskutér spørgsmålene sammen i plenum. Det er vigtigt, at underviseren hjælper kursisterne. Kursisterne behøver ikke hele listen, men den kan klæde underviseren på til diskussionen om dokumentation.

1. Man skal dokumentere al relevant information om borgeren. Her er en liste til hjælp for underviseren:

Helbredstilstand og sygefaglige problemer:

Funktionsniveau: Ændringer i borgerens evne til at klare sig selv (f.eks. mobilitet, personlig pleje, spisning).

Hud og slimhinder: Tryksår, sårpleje, rødme eller svamp.

Kommunikation: Nedsat hørelse, syn eller talebesvær.

Kognitive funktioner: Hukommelsessvigt, forvirring eller tegn på demens.

Respiration og cirkulation: Åndenød, hoste, svimmelhed eller ødemer (hævede ben).

Ernæring: Vægttab, nedsat appetit eller synkebesvær.

Udskillelse: Inkontinens, forstoppelse eller tegn på urinvejsinfektion.

Smerte: Aktuelle smerter, lokation, intensitet og effekt af smertestillende medicin.

Søvn og hvile: Søvnløshed eller udtalt træthed.

Psykiske/socialt forhold: Ensomhed, angst, depression eller adfærdssændringer.

Medicinhåndtering:

Givne præparater: Dokumentation for, at borgeren har fået sin medicin.

Afvigelser: Hvis borgeren fravælger at tage sin medicin, eller hvis der sker medicineringsfejl.

Effekt og bivirkninger: Hvordan borgeren reagerer på f.eks. ny medicin eller PN-medicin (efter behov).

De visiterede ydelser og afvigelser:

Leverede indsatser: At borgeren har modtaget den hjælp, der er bevilget (f.eks. personlig pleje, praktisk hjælp).

Afvigelser: Hvis borgeren aflyser hjælpen, ikke er hjemme, eller hvis der ydes ekstraordinær hjælp på grund af et akut opstået behov.

Generelle oplysninger og samtykke:

Stamdata: Kontaktoplysninger på pårørende, egen læge og eventuelle værger.

Samtykke: At borgeren har givet samtykke til plejen, medicinhåndteringen og deling af data med f.eks. lægen.

Aftaler: Aftaler med sygehus, praktiserende læge, fysioterapeut eller visitator.

Planer og indsatser:

Plejeplan / Døgnrytmeplan: Beskrivelse af, hvordan borgerens dagligdag struktureres, og hvordan den faglige indsats udføres.

Handlingsanvisninger: Hvad kollegerne præcist skal gøre i specifikke situationer (især vigtigt ved borgere med komplekse behov eller demens)

2. Man skal dokumentere for at sikre kontinuitet i plejen af borgeren, dvs. at SOSU-hjælperen og -assistenten præcis ved, hvad der skal gøres hos borgeren og hvad der er blevet gjort. Dokumentation sikrer også, at det tværfaglige samarbejde fungerer, fordi alle involverede kan finde den relevante information om borgeren. Ligeledes reducerer dokumentationen risikoen for, at der sker fejl og giver mulighed for at opspore fejlene, hvis de skulle opstå. Endelig er dokumentationen et bevis for, at borgeren får den hjælp, han eller hun er visiteret til, hvilket er godt, hvis en pårørende skulle klage over mangelfuld pleje.

3. Man dokumenterer til kolleger i næste vagt (SOSU-hjælpere, assistenter og sygeplejersker), til tværfaglige samarbejdspartnere (fysioterapeuter, ergoterapeuter, visitatorer), til den praktiserende læge og vagtlægen, til borgeren selv, til tilsynsførende myndigheder (Styrelsen for Patientsikkerhed) og kommunen (som skal kunne dokumentere, at skattepengene bliver brugt rigtigt).
4. Man har adgang til borgerens journal, hvis man er i gang med borgerens aktuelle behandling. En medarbejder, der bare er nysgerrig, må ikke slå en borger op og kigge på dennes journal. Borgeren selv har adgang til journalen. Eksterne samarbejdspartnere, som behandler borgeren, har også adgang (fysioterapeuter, ergoterapeuter, egen læge, vagtlægen, sygehuset)
5. Hvis man ikke dokumenterer kan det få konsekvenser for borgerens helbred (F. eks. fejlmedicinering eller at man ikke opdager begyndende liggesår), medarbejdernes retssikkerhed (manglende bevis for udført arbejde, hvis der klages) og kommunens ældrepleje generelt.

Side 94. Øvelse 03

Lad eventuelt kursisterne diskutere svarene i grupper inden de rettes fælles i plenum.

1. nej
2. ja
3. ja
4. ja
5. nej (kun hvis der føres væskekema)
6. nej
7. ja
8. ja (hvis borgeren er visiteret til rengøring af badeværelse)
9. ja
10. ja

Side 94. Øvelse 04

Her lægges op til en samtale. Lad kursisterne diskutere i par eller grupper og fremlægge deres synspunkter.

1. ikke okay
2. ikke okay
3. okay
4. okay
5. okay
6. ikke okay
7. ikke okay
8. ikke okay
9. okay
10. okay

Side 96. Øvelse 06

Der er flere svarmuligheder. Nedenstående er et eksempel på et journalnotat. Lad eventuelt kursisterne skrive deres notater op på tavlen og ret dem sammen i plenum, så de kan se forskellige måder at skrive journalnotater på. Sproget skal være præcist, simpelt og holde sig til fakta.

10/8 kl. 10.15

- *opringning fra borgers mand*
- *borger slået mand, som forsøgte at holde borger hjemme*
- *borger gået fra hjemmet*
- *borger fundet ved mosen kl. 11.15 og kørt hjem*

Side 97. Øvelse 07

Opsamling i plenum, hvor alle kursisternes bud skrives på tavlen og rettes. Der er flere svarmuligheder. Nedenstående er eksempler.

Er du med?

Forstår du?

Kan du lige gentage, hvad jeg sagde?

Side 97. Øvelse 08

Opsamling i plenum, hvor alle kursisternes bud skrives på tavlen og rettes. Der er flere svarmuligheder. Nedenstående er eksempler.

Jeg forstår.

Ok. Jeg gentager lige for at være helt sikker.

Jeg er med.

Side 98. Øvelse 09

Der er flere svarmuligheder. Nedenstående er eksempler.

1. *Nå, er du træt? Så må vi hellere få dig i seng.*
2. *Nå, har du hovedpine? Vil du have en panodil?*
3. *Nå, savner du din datter? Skal vi ikke ringe til hende så?*
4. *Nå, vil du gerne i seng? Så hjælper jeg dig lige ud af tøjet.*
5. *Nå, har du ikke lyst til at komme i dagcentret i dag? Hvordan kan det være?*
6. *Nå, vil du gerne se fjernsyn? Så tænder jeg da lige for dig.*
7. *Nå, sidder du ikke så godt? Du får lige en pude i ryggen.*
8. *Nå, trænger du til at få støttestrømperne af? Jeg hjælper dig lige.*
9. *Nå, vil du ikke have dine piller? De hjælper dig ellers?*
10. *Nå, kan du ikke selv? Så hjælper jeg dig lige.*

Side 99. Øvelse 10

Her er det en god ide at lade en gruppe ad gangen opføre rollespillet for resten af klassen, for at underviseren hele tiden kan følge med og rette kursisterne undervejs, så de ikke kommer til at øve noget forkert. Man kan eventuelt lade kursisterne øve sig alene først.

Side 100. Øvelse 11

Dialogen kan eventuelt læses højt med fokus på udtalen.

Side 101. Øvelse 12

Opsamling i plenum med underviserens dansk-kulturelle indput.

Side 102. Øvelse 13

Lad eventuelt kursisterne skrive deres svar ned, inden de laver øvelsen mundtligt med lukket bog, hvor underviseren læser sætningerne op. Der er flere svarmuligheder. Nedenstående er eksempler.

1. *Hvorfor gjorde du ikke det? Det står da ellers i plejeplanen.*
2. *Det havde været bedre, hvis du havde vækket hende.*
3. *Måske skulle du prioritere rengøringen en anden gang.*
4. *Jeg synes, du skulle have givet hende vand i stedet for.*
5. *Næste gang skulle du måske lade ham gå selv.*
6. *Det havde været bedre, hvis du havde lukket det.*

Side 102. Øvelse 14

Her er det en god ide at lade en gruppe ad gangen opføre rollespillet for resten af klassen, for at underviseren hele tiden kan følge med og rette kursisterne undervejs, så de ikke kommer til at øve noget forkert. Man kan eventuelt lade kursisterne øve sig alene først.

Der er flere svarmuligheder. Nedenstående er eksempler.

1. *B: Det havde været bedre, hvis du havde vækket hende.*
A: Hun var til sin datter 50-års fødselsdag i går og kom sent hjem, så jeg tænkte, det ville være godt for hende.
2. *B: Måske skulle du prioritere rengøringen en anden gang.*
A: Men han var så ked af det over datterens skilsmisse, så jeg tænkte, det var vigtigere at tale lidt med ham i stedet for.
3. *B: Jeg synes, du skulle have givet hende vand i stedet for.*
A: Hun ville så gerne have lidt soft, så jeg gav hende lidt.
4. *B: Næste gang skulle du måske lade ham gå selv.*
A: Ja, men han sagde, at han var så træt i benene i dag, så jeg tænkte, at han for en gangs skyld kunne blive kørt.
5. *B: Det havde været bedre, hvis du havde lukket det.*
A: Men der var så varmt, at det næsten ikke var til at holde ud. Og aftenvagten kan da lukke det, når hun kommer.

Side 103. Øvelse 15

Her lægges op til en samtale. Lad kursisterne diskutere i par eller grupper og fremlægge deres synspunkter. Underviseren kan med fordel komme med input ud fra en dansk-kulturel vinkel.

1. ikke okay
2. ikke okay
3. okay
4. okay
5. ikke okay
6. okay
7. okay
8. ikke okay
9. okay
10. ikke okay

Side 103. Øvelse 16

Lad eventuelt kursisterne skrive deres svar ned, inden de laver øvelsen mundtligt med lukket bog, hvor underviseren læser sætningerne op.

1. *Ja, selvfølgelig.*
Hvornår skal det være? Er han okay?
2. *Nej da.*
Hvor er det nu, han bor? Er det over middag?
3. *Jo da.*
Hvor mange skal jeg bestille? Str. L?
4. *Det gør jeg da.*
Hvornår skal han af sted? Er der bestilt transport?
5. *Selvfølgelig.*
Hvad vil hun gerne høre? Hvornår starter det?
6. *Det vil jeg da.*

- Hvad tid skal han af sted? Ved han det godt?*
7. *Selvfølgelig.*
Hvad dag er det nu? Skal Arnes datter være der?
 8. *Ja da.*
Hvad tid plejer han at komme hen og ligge? Hvor længe sover han?
 9. *Det gør jeg da.*
Kan du huske, hvilke det er? Hvor mange skal der i?

Side 104. Øvelse 17

Her kan kursisterne med fordel lære sætningerne i boksen ovenover først og så improvisere.

Side 105. Øvelse 18

Lad kursisterne diskutere i par eller grupper og skrive deres bud op på tavlen. Svarene gennemgås og rettes i plenum. Underviseren kan med fordel komme med input ud fra en dansk-kulturel vinkel.

Her er nogle eksempler:

Det kan jeg desværre ikke.

Åh, det passer virkelig dårligt i dag.

Er der ikke en af de andre, der kan?

Jeg har desværre en aftale.

Hvis Mona bliver i dag, kan jeg tage hendes timer i morgen.

Det ville jeg virkelig gerne, men jeg skal hente min datter i børnehaven.

Side 106. Øvelse 19

Opsamling i plenum, hvor alle kursisternes bud skrives på tavlen og rettes. Der er flere svarmuligheder.

Nedenstående er eksempler.

1. **Spørgsmål: Vil du ikke tage Egon inden kl. 10 i dag?**
Afslå: *Uh, det når jeg slet ikke.*
Argumentér: *Jeg skal både have Anne og Henning klar inden kl. 10.*
Foreslå: *Måske kan Mette nå det, inden hun kører til Vagn?*
2. **Spørgsmål: Har du mulighed for at komme på arbejde i morgen?**
Afslå: *Åh nej, det kan jeg desværre ikke.*
Argumentér: *Min datter har første skoledag.*
Foreslå: *Mona har fri. Måske kan hun tage den, og så kan jeg tage hendes vagt på torsdag?*
3. **Spørgsmål: Tager du ikke lige rengøringen hos Anders?**
Afslå: *Åh, det får jeg svært ved at nå.*
Argumentér: *Jeg har allerede tre rengøringer.*
Foreslå: *Kan Peter ikke tage den?*
4. **Spørgsmål: Kan du ikke lige give en hånd med at få Jens op af sengen?**
Afslå: *Det kan jeg desværre ikke lige nu.*
Argumentér: *Jeg har lige Peter i bad.*
Foreslå: *Hvad med Lone? Hun er lige inde ved siden af.*

Side 107. Øvelse 20

Her er nogle forslag til, hvad man kan sige i de forskellige situationer:

1. *Jeg er ikke helt tryk ved det. Kan jeg ikke få en med?*
2. *Kan Anders ikke tage ham? Han er vant til ham?*
Jeg er lidt utryk ved ham. Kunne vi finde en anden løsning?
3. *Jeg er ikke helt sikker på, hvordan man gør. Kan jeg få lidt hjælp?*
4. *Er det muligt at få Martin med? Det ville være rart, hvis vi var to.*

Side 107. Øvelse 21

1. Må jeg lige sige noget?
2. Hov, hans datter kommer på besøg i dag.
3. Forresten
4. Undskyld

Side 108. Øvelse 22

Formålet her er at træne naturlig samtale, hvor man giver informationer, bryder ind, spørger ind til informationer, takker for dem mm.

Her er et eksempel til første case:

A: Peter er faldet på badeværelsesgulvet.

B: Nej da, hvornår skete det?

A: I aftes. Lægen kom senere og tjekkede ham.

B: Er de pårørende informeret?

A: Det ved jeg faktisk ikke

C: Må jeg lige sige noget. Jeg ved at Mette snakkede med hans datter i morges...

Side 108. Øvelse 23 + 24 + 25

Her skal kursisterne først lytte til den ene part i en telefonsamtale og skrive replikkerne ned. Herefter giver de et bud på, hvad der svares. Det kan være en god ide, at lade kursisterne skrive deres bud op på tavlen og rette dem fælles. På den måde får de en liste over forskellige svarmuligheder. Her kan man tage en samtale om, at der kan være flere måder at svare på i en given situation. Bagefter skal kursisterne så lytte til samtalen igen, nu med svarene og se, om de har skrevet det samme. Til sidst lukkes bogen. Kursisterne skal nu reagere mundtligt på sætningerne i lydfil 32.

1. Hej Amanda. Det er Louise.
Hej Louise. Hvad så?
2. Har du lige to minutter? Jeg vil godt lige snakke med dig om Hans.
Ja, selvfølgelig.
3. Har du lagt mærke til, at han har begyndende liggesår?
Næ, det har jeg ikke, men det lyder da ikke så godt.
4. Jeg tænkte på, om vi ikke skal få sygeplejersken til at kigge på det.
Det er en god ide.
5. Giver du ham besked?
Ja, det skal jeg nok.
6. Fint, så siger vi det. Vi snakkes ved senere.
Det gør vi.
7. Hej hej

Side 109. Øvelse 26

Her skal kursisterne give et bud på, hvad der svares. Det kan være en god ide, at lade kursisterne skrive deres bud op på tavlen og rette dem fælles. På den måde får de en liste over forskellige svarmuligheder. Her kan man tage en samtale om, at der kan være flere måder at svare på i en given situation. Der er flere svarmuligheder. De nedenstående er eksempler.

1. Det er Dorte
Hej Dorte. Det er XXX.
2. Hej XXX. Hvad kan jeg gøre for dig?
Jeg står herude hos Uffe. Han virker lidt rundt på gulvet. Kan du ikke lige komme forbi og se på ham?

3. Jo, selvfølgelig. Jeg kan komme i eftermiddag.
Det passer ikke så godt. I eftermiddag skal han til tandlægen.
4. Nå okay. Hvad så med i morgen formiddag? Er han hjemme der?
Ja, det passer vist meget godt.
5. Vil du sige til ham, at jeg kigger forbi?
Det kan du tro. Jeg siger det til ham. Tak for det.
6. Det var så lidt. Hej hej.
Hej hej.

Side 110. Øvelse 27

Undskyld. Vil du sige det igen?

Det fik jeg ikke fat i. Kan du gentage det?

Jeg forstod ikke helt, hvad du sagde.

Undskyld. Hvad sagde du?

Må jeg bede dig om at sige det en gang til?

Side 111. Øvelse 28

1. Opsummering. Jeg skal sørge for at hun får noget at drikke og noget frisk luft. Hvis det ikke hjælper, prøver jeg med en kold klud på hendes pande og ruller gardinerne ned og sørger for at der ikke er støj.

2. Opsummering. Altså, jeg tager hans temperatur, og hvis han har feber, kontakter jeg dig igen. Hvis ikke, giver jeg ham noget saftevand, tjekker at der ikke er for varmt i lejligheden og sørger for frisk luft. Og så tjekker jeg også, at han ikke er utilpas, forvirret eller har rødme.

Side 112. Øvelse 29

Øvelsen kan eventuelt laves som et rollespil eller indspilles på mobilen og deles i gruppen. Der er flere svarmuligheder. Nedenstående er et eksempel.

Der er simpelthen lige noget, jeg bliver nødt til at vende med dig.

Jeg har begået en fejl hos Gerda. Jeg glemte at give hende hendes insulin-pen, så nu har hun ikke fået sin middagsinsulin. Jeg er virkelig ked af det og jeg tager det fulde ansvar. Det var min fejl. Jeg havde simpelthen for travlt.

Side 113. Øvelse 5-A

Dictogloss:

Det er søndag morgen, og Marianne sidder ved køkkenbordet. Normalt elsker hun at sidde med sin morgenkaffe, men i dag har hun ondt i hele kroppen. Marianne har svært ved at gå og bruger altid en rollator. Det går normalt fint, men i går aftes gik det galt i haven.

Marianne ville ordne en tomatplante. Hun lod sin rollator stå og gik ind i bedet uden støtte, og pludselig mistede hun balancen og faldt. Hun kom selv op igen og besluttede sig for at holde det hemmeligt for sine to døtre, Hanne og Inga. Hun ville ikke have, at de skulle blive bekymrede.

Da Marianne er næsten færdig med sin kaffe, kommer Martin, som normalt hjælper med de praktiske opgaver i huset, og samtidig holder han også øje med, hvordan hun har det. Martin ser straks, at Marianne bevæger sig stift. Da hun tager sin kaffekop, glider blusens ærme op og Martin ser et stort, blåt mærke på hendes arm.

Martin sætter sig og spørger roligt ind til mærket. Marianne prøver at snakke udenom, men Martin er tålmodig. Til sidst fortæller Marianne sandheden om faldet i haven.

Martin tjekker, om Marianne har ondt andre steder. Han forklarer hende, at et fald er farligt, når man har sukkersyge. Han lover at passe på hende, men han er nødt til at informere assistenten om hendes fald.

Side 114. Øvelse 5-D**Observation**

Marianne bevæger sig stift og fortæller om smerter i hele kroppen. Hun har svært ved at gå og der ses et stort blå mærke på armen.

Hændelsesforløb

Marianne oplyser, at hun aftenen før faldt i haven, da hun gik ind i et bed uden sin rollator. Hun mistede balancen, men kom selv op. Hun ønsker ikke at fortælle sine døtre om faldet.

Vurdering

Fald med efterfølgende smerter, stivhed og hæmatom på armen. På grund af nedsat gangfunktion og diabetes er der behov for videre vurdering.

Handling og plan

Har undersøgt, om Marianne har smerter andre steder.. Assistenten informeres om faldet med henblik på opfølgning.

Side 114. Øvelse 5-E

Lad eventuelt kursisterne skrive en dialog sammen først, inden de opfører den uden støtte som et rollespil for resten eller optager den på mobilen og deler den med gruppen.

Kapitel 6. En dårlig dag på jobbet

Side 116. Øvelse 03

Lad kursisterne diskutere i grupper inden opsamling i plenum med et dansk-kulturelt input fra underviseren.

1. Marta kunne f. eks. have sat sig stille ned og forsøgt at få ro på situationen og bagefter forsøge at få trøjen på Erna.
2. Der findes situationer, hvor det er okay at bruge magt, men det beror altid på en individuel vurdering af situationen. Her er eksempler på nogle situationer:
 - **Afværge alvorlig skade:** Man må kortvarigt føre borgeren væk eller stoppe en handling, hvis der er risiko for væsentlig skade på borgeren, andre eller værdifulde ting.
 - **Akut fastholdelse:** Borgeren må kortvarigt fastholdes eller føres til et andet rum, hvis det er nødvendigt for at forhindre væsentlig skade.
 - **Personlig hygiejne:** Kortvarig fastholdelse kan være tilladt ved nødvendig hjælp til f.eks. tandbørstning, bleskift, bad eller sårpleje. Ved gentagelser kræves der normalt en kommunal afgørelse.
 - **Tryghedsskabende teknologi:** Alarm, pejleudstyr eller situationsbestemt kamerakig kan bruges i bestemte situationer. Hvis borgeren modsætter sig, kræves der som udgangspunkt en afgørelse.
3. Ja, man skal altid fortælle det, hvis man kommer til at bruge magt.
4. Det er altid vigtigt at fortælle, hvis man har brugt magt over for en borger, da det skal dokumenteres.
5. Man skal fortælle det til chefen.
6. Ja, det skal altid dokumenteres.

Side 117. Øvelse 04

1/M
2/M
3/K
4/K
5/M
6/K
7/K
8/M
9/M
10/K

Side 118. Øvelse 05

Morgenmøde 6:

Karin: Godmorgen. Oliver er også syg i dag og jeg har ikke kunne skaffe en afløser, så vi må desværre løbe en smule hurtigere ude på ruterne. Marta, jeg vil gerne høre om dit besøg hos Erna og Knud i går morges. Jeg hørte, at det var en svær start på dagen for dem?

Marta: Ja... det var så forfærdeligt! Da jeg kom ind, stod Erna midt på gulvet i den her helt tynde natkjole. Hun rystede over det hele, fordi hun frøs og hun var så vred og forvirret, at hun slog ud efter Knud. Han sad bare og græd – han havde kæmpet hele morgenen med at få en trøje på hende, men hun ville ikke. Han kiggede bare på mig og sagde: "Hjælp mig, hun bliver jo syg."

Karin: Ai, det lyder hårdt, Marta! Hvad endte du så med at gøre?

Marta: Jeg kunne slet ikke have, at Knud sad dér og var så ulykkelig, og at Erna frøs så meget. Så... jeg tog fat i hendes arme, selvom hun gjorde modstand, og så tvang jeg trøjen på hende. Hun skreg af mig, og jeg fik helt ondt i maven, men jeg tænkte, at hun bare *skulle* have den trøje på.

Tine: Altså helt ærligt, Marta, det er jo totalt **inkompetent**! Man bruger sgu da ikke vold mod en dement dame, bare fordi manden tuder lidt, eller fordi du har travlt. Du har jo krænket hende totalt! Jeg fatter ikke, at du kunne få dig selv til det.

Karin: Tine! Nu stopper du. Du skal være **professionel**. Det er i orden at kritisere handlingen, men lige nu angriber du Marta, og det er ikke i orden.

Tine: Jamen, det er jo rigtigt! Hun skal da vide, at det er helt forkert, det hun har gjort. Jeg mener det altså – man bruger ikke magt på den måde, færdig slut. Det er manglende faglighed!

Karin: Tine, din manglende evne til **konflikthåndtering** her på mødet gør kun ondt værre. Vi skal håndtere det her professionelt. Marta, det, du beskriver, er ulovlig **magtanvendelse**. Selvom du handlede ud fra medlidenhed med Knud, så er det ikke okay. Vi må ikke tvinge tøj på borgerne, uanset hvor meget de fryser.

Erkan: Det er vigtigt, det her. Marta, du har ladet dig styre af dine følelser for Knud i stedet for din faglige viden om demente. Men Tine, du hjælper ingen ved at overfuse Marta på den måde.

Karin: Præcis. Denne hændelse skal **dokumenteres** i systemet med det samme som en magtanvendelse, så vi kan få fulgt op på, hvordan vi tackler Erna fremover. Og Tine, vi to skal have en snak bagefter om, hvordan man taler til sine kolleger.

Tine: Fint!

Karin: Erkan, bliv lige siddende med Marta og hjælp hende med at få skrevet det hele ned, så vi får en korrekt indberetning.

Erkan: Okay. Det skal jeg nok...

Side 119. Øvelse 06

Lad kursisterne diskutere i grupper inden opsamling i plenum med et dansk-kulturelt input fra underviseren.

Side 120. Øvelse 07

Her kan det være en god ide at lade kursisterne opføre dialogen uden støtte som et rollespil for resten eller optage den på mobilen og dele den med gruppen. Herefter kan man sammen med kursisterne diskutere deres forskellige bud på at gribe situationen an med et dansk-kulturelt input fra undervise

Side 120. Øvelse 08

Der er flere svarmuligheder. De nedenstående er eksempler.

1. Din borger slog dig, da du ville hjælpe hende på toilettet, og du slog igen.

A: Henriette slog mig rigtig hårdt i dag, da jeg hjalp hende i bad. Jeg kom til at slå igen. Jeg er så ked af det, men det gjorde bare så ondt, så det var ren refleks.

B: Åh nej, det var da ikke så godt! Men det kan man jo komme til, når man bliver slået. Det kan jeg faktisk godt forstå, selvom det selvfølgelig ikke er okay.

2. Din borger skældte dig ud over at du ikke havde puttet mælk i kaffen. Du råbte og tog kaffen fra ham.

A: Jeg var ude hos Vagn i dag og kom til at være lidt dum overfor ham. Han skældte mig ud over, at jeg havde glemt at putte mælk i hans kaffe. Han var rigtig grov, og jeg blev simpelthen så vred, at jeg kom til at tage kaffen fra ham.

B: Åh, det kan jeg faktisk godt forstå. Han kan også være ret hård, men en anden gang skal du nok lade ham beholde kaffen.

3. Din borger tog dig på brysterne, da du hjalp ham i bad. Du blev sur og gik og lod ham sidde alene i badet.

A: Der er simpelthen lige noget jeg bliver nødt til at vende med dig. Da jeg hjalp Ole i bad i dag, tog han mig på brysterne. Jeg blev så chokeret, at jeg bare gik. Jeg lod ham bare sidde i badet...

B: Hold da op! Det kan jeg da godt forstå, du blev chokeret over. Det er slet ikke i orden! Men hvad så? Har du fået ham ud af badet?

4. Din demente borger ville ud og gå en tur. Du holdt hende tilbage mod sin vilje.

A: Da jeg kom ud til Merete i dag, stod hun med jakken på og var på vej ud ad døren. Jeg forsøgte at stoppe hende, men hun blev vred og ville af sted. Jeg blev nødt til at holde fast i hende, så hun ikke gik ud. Det var ikke så godt, men jeg var så bange for, at hun ville blive væk.

B: Uh, det kan jeg godt forstå! Det havde ikke været godt, hvis hun var gået ud alene. Nogle gange er man bare nødt til at lade dem gå. Det er virkelig svært at acceptere, når man står med dem og bare ved, at det går galt.

Side 123. Øvelse 12

Lad kursisterne diskutere i grupper inden opsamling i plenum med et dansk-kulturelt input fra underviseren. Man skal altid informere sin leder om situationen, så han eller hun kan dokumentere det, tage en snak med medarbejderen og få lavet nogle rammer ude hos borgeren, så det ikke sker igen.

Side 123. Øvelse 13

Her kan man som underviser med fordel tage en snak med kursisterne om vigtigheden af at stå ved de fejl, man begår og være ærlig om dem. Nogle gange kommer kursisterne fra en kultur, hvor det er normalt at fralægge sig ansvaret, fordi man helst ikke skal tabe ansigt, og det er vigtigt her at italesætte, at i Danmark fortæller man, når man fejler og at det er helt okay og accepteret.

Side 124. Øvelse 14

Lad kursisterne diskutere i grupper inden opsamling i plenum UDEN dansk-kulturelt input fra underviseren. Det er en oplagt mulighed for at observere kursisternes holdninger og reaktioner, så man som underviser har en ide om, hvad man arbejder med.

Side 124. Øvelse 15

Oliver: Hej Uffe. Det er mig, Oliver, fra hjemmeplejen.

Uffe: Hmmm...

Oliver: Jeg tager lige skoene af.

Uffe: Hmmm...

Oliver: Nå, sidder du herinde og hygger dig? **Hvad ser du?**

Uffe: Nyhederne. Den er gal igen med de der svanser...

Oliver: **Nå da. Hvad er der sket?**

Uffe: Se selv! Se hvordan de klæder sig ud i glimmer og dametøj og vrider sig. Det er sgu ulækkert!

Oliver: **Nå, det er da ikke så slemt. De har det vel bare sjovt.**

Uffe: Sjovt!??? Og så skal vi almindelige mennesker tvinges til at glo på dem. Føj, siger jeg bare!

Oliver: **Altså, nu står det dig jo frit for at skifte kanal.**

Uffe: Nej sgu! Det er sgu da ikke mig, der skal indordne mig. Prøv at se, de er jo ikke engang danskere! De skulle holde sig væk fra vores land eller opføre sig ordentligt!

Oliver: **Nu kan man jo ikke altid se på folk, hvor de kommer fra.**

Uffe: Det er sgu da tydeligt med dem der! Fejlfarvede er de! Jeg synes, de skal skrubbe hjem til dem selv! Og tage deres udklædningstøj og sexdukke med!

Oliver: **Nåååå Uffe, er der ikke noget mere interessant på en anden kanal? Jeg henter lige en kop kaffe til dig...**

Side 125. Øvelse 16

Lad kursisterne diskutere i grupper inden opsamling i plenum med et dansk-kulturelt input fra underviseren.

Side 125. Øvelse 17

Her er det vigtigt, at kursisterne får en fornemmelse af, at de ikke skal være personlige og opdragende i dialogen med borgeren og at de skal glide af på rabiate udtalelser og ikke optrappe en konflikt, men heller ikke give borgeren ret i synspunkter, som er stødende eller intolerante over for andre.

A: 1

B: 3

C: 1

Side 126. Øvelse 18

Her skal kursisterne give et bud på, hvad der svares. Det kan være en god ide, at lade kursisterne skrive deres bud op på tavlen og rette dem fælles. På den måde får de en liste over forskellige svarmuligheder. Her kan man tage en samtale om, at der kan være flere måder at svare på i en given situation. Der er flere svarmuligheder. De nedenstående er eksempler.

A: Det er unaturligt at være homoseksuel!

Nå, synes du det?

B: Hun burde tage sig! Det er klamt at være så fed!

Ah, det er jo ikke til at vide, hvorfor hun er tyk. Måske er hun syg.

C: Han er også bare arbejdsløs, fordi han er så doven!

Nu ved vi jo ikke, hvorfor han er arbejdsløs.

Side 127. Øvelse 6-A

Del eventuelt kursisterne op i to grupper og lad dem arbejde med hver deres borger.

Dictogloss (Viggo):

Viggo har besluttet, at han vil ud at cykle, selvom det sner, og vejene er dækket af is. Han står ude i gangen med sin cykelhjelme på. Han har ikke en jakke på, kun en tynd trøje og sine hjemmesko.

Bitten er meget bange. Hun kan se, hvor glat det er udenfor, og hun er nervøs for, at han falder eller farer vild i kulden. Hun prøver at tale ham fra det, men Viggo hører ikke efter. Han tager fat i cyklen og vil bare af sted.

Bitten ringer grædende til hjemmeplejen for at få hjælp. Da de to SOSU-hjælpere kommer, prøver de først at tale roligt til ham, men Viggo bliver mere og mere ivrig efter at komme ud. Han prøver at mase sig forbi dem for at komme hen til døren.

Til sidst er SOSU-hjælperne nødt til at bruge fysisk magt for at passe på ham. De tager fat i hver sin arm på Viggo med et fast og roligt greb. De spærrer for døren, så han ikke kan presse sig igennem. Da han forsøger at vriste sig fri, holder de ham nænsomt, men bestemt fast, så han hverken kan ramme dem eller komme ud i kulden. Viggo kæmper vredt imod og trækker i deres arme, men efter lidt tid løber han tør for kræfter og giver op.

Bitten ser på med tårer i øjnene. Det er hårdt at se dem holde ham fast på den måde, men hun ved, at det er nødvendigt for at undgå, at han fryser ihjel eller falder på isen.

Dictogloss (Marianne):

Det er søndag eftermiddag, og Marianne sidder i køkkenet og er sur. Foran hende på bordet står der en stor flødekage med masser af creme. Marianne elsker flødekager og har glædet sig til at spise kagen, selvom hun godt ved, at det ikke er en god ide. Hun har diabetes og kagen får hendes blodsukker til at stige. Da døren går op, råber hun, at hun er så træt af alle reglerne om, hvad hun må spise, inden SOSU-hjælperen overhovedet når at komme ind.

SOSU-hjælperen kommer ind og sætter sig roligt ned ved bordet. Hun kigger på kagen og smiler. I stedet for at sige, at Marianne ikke har godt af kagen, giver hun Marianne ret i, at kagen ser lækker ud, og at hun godt kan forstå, at Marianne blev fristet til at købe den hos bageren. Det får Marianne til at slappe af.

De sidder lidt og snakker om, hvordan Marianne har haft det på det sidste. De snakker om dagcentret og de hyggelige besøg af hendes døtre. Til sidst drejer SOSU-hjælperen samtalen over på kagen igen. Hun minder forsigtigt Marianne om, hvordan hun får det, når hun spiser for meget sukker og fedt. Marianne indrømmer, at hun jo faktisk godt ved det og beslutter sig så for kun at spise ét stykke af kagen den dag. Resten af kagen sætter SOSU-hjælperen ud i køleskabet, inden hun går. Så kan Marianne få et stykke igen dagen efter.

Side 128. Øvelse 6-C

Her kan det være en god ide at lade kursisterne opføre situationen uden støtte som et rollespil for resten eller optage den på mobilen og dele den med gruppen. Herefter kan man sammen med kursisterne diskutere deres forskellige bud på at gribe situationen an med et dansk-kulturelt input fra undervise

1. Din borger vil ikke tage sine morgenpiller.
2. Din kollega beskylder dig for ikke at have skiftet sengetøj hos en borger.
3. Din borgers pårørende siger, at du ikke gør grundigt nok rent hos hendes mor.
4. Din demente borger vil ud at cykle en tur kl. 03.00.
5. Du vejer lidt for meget og din borger kommenterer din vægt.
6. Din chef fortæller dig, at din borgers søn har klaget din måde at tale med hans far på.

Side 128. Øvelse 6-D

A kan eventuelt få lidt tid til at udtænke en konfliktfyldt situation, men ellers skal kursisterne improvisere. A siger noget provokerende eller kommer med en beskyldning eller gør noget uhensigtsmæssigt og B reagerer. Det er her vigtigt, at der improviseres og altså ikke aftales på forhånd, hvad det skal handle om, så kursisterne får en mulighed for at reagere prompte på borgerens udmelding eller handling.

Kapitel 7. Sammenhæng i sundhed

Side 130. Øvelse 02

Praktiserende læge

henvisning
undersøgelse
sundhedstjek
opfølgning
rådgivning
behandling
forebyggelse

Sygehus:

udredning
diagnosticering
behandling
undersøgelse
kontrol
indlæggelse
skanning
operationer

Kommune:

hjemmepleje
ældrepleje
fysioterapi
genoptræning
rygestop
alkoholbehandling
plejehjem
aflastning
forebyggelse

Side 133. Øvelse 07

Karin: Godmorgen allesammen. Vi skal lige have logistikken på plads. Først og fremmest: Oliver, det er godt, du er tilbage! Du har været ...

Tine: ... Virkelig savnet! Vi har dæleme haft travlt, og Helga har spurgt efter dig hver eneste dag, selvom jeg har prøvet at distrahere hende med gode jokes, måske på niveau med dine.

Oliver: Tak, Tine. Det er godt at høre. Men jeg kan se på tavlen, at jeg er sat på som "reserveret" det meste af formiddagen?

Karin: Ja, det er fordi, **Uffe er faldet** for en uge siden. **Nattevagten fandt ham på badeværelset ved 03-tiden. Han har været indlagt, men han kommer hjem med en ambulance her til formiddag.**

Oliver: Nej, dog. Han var ellers så stolt af, at han kunne klare sig selv med rollatoren. Hvad skete der?

Erkan: **Han brækkede lårbenet igen.** Det er en værre omgang. Jeg har koordineret med hospitalet: Du skal være der kl. **09.30**, når **følg-hjem-sygeplejersken kommer**. Hun har udskrivelserapporten med. **Bagefter kommer fysioterapeuten og ergoterapeuten.**

Marta: Hey, husk nu at få dem til at kigge på den badeværelsesmåtte, han har liggende! Den rutsjer, og det var sikkert den, der var skyld i det. Og Karin, hvis Uffe skal have en ny rollator eller en badebænk, har vi så

overhovedet nogen på lager, eller skal vi—

Tine: Marta, ro på, det finder de ud af til mødet. Men Karin, hvis Oliver skal sidde der og holde i hånd og snakke med konsulenter hele formiddagen, hvem tager så hans rute i den anden ende af byen? Der ligger tre store personlig-pleje-besøg.

Karin: Det gør du faktisk, Tine. Jeg har flyttet dem over på din iPad.

Tine: Det er bare i orden. Jeg kender de borgere, og hvis jeg bare får koden til nøgleboksen hos Hans, så suser jeg derud. Men så vil jeg altså også have, at Marta hjælper mig bagefter, for jeg har også min egen rute at passe.

Marta: Det gør jeg også! **Erna skal nemlig på aflastning i dag.** Hendes mand, Knud, er helt nedslidt af at passe på hende, så hun skal **afsted i en uge.** De er klar til at tage imod hende på aflastningen kl. **10.30.** Knud kører hende, og så snart jeg har sikret mig, at de har styr på det, kører jeg ud og overtager resten af din liste, Tine.

Erkan: Marta, jeg har sørget for, at al medicin til de 8 dage er talt op og lagt frem, så der ikke opstår rod på aflastningscenteret. Og Oliver, tjek lige Uffes journal, inden du tager afsted.

Oliver: Fint, Erkan. Det lyder som en god plan. Det betyder meget, at jeg kan være der for Uffe i dag. Han stoler endelig på mig, og det tværfaglige møde er vigtigt for, at han overhovedet kan blive boende hjemme.

Karin: Præcis. Vi skal have ham tryk igen. Er der andre akutte ting?

Tine: Ja, bilerne! Er der nogen, der har husket at sætte nummer 2 til opladning? Den var næsten flad i går.

Erkan: Det gjorde jeg i går eftermiddags, Tine. Den er klar.

Karin: Super. Så siger vi tak for nu. Kør forsigtigt derude, og husk at give lyd, hvis tidsplanerne skrider hos Uffe eller Erna.

Side 133. Øvelse 08

Følg-hjem-sygeplejerske:

- Hjælper borgeren med en tryk overgang fra hospital til eget hjem eller plejebolig.
- Gennemgår udskrivningsplanen og sikrer, at borgeren forstår aftaler og information.
- Følger op på medicin, behandling, sårpleje og andre sygeplejefaglige behov.
- Kontrollerer, om hjælpemidler, hjemmepleje og andre tilbud er på plads.
- Vejleder borgeren og de pårørende om, hvem de skal kontakte ved spørgsmål eller problemer.
- Giver relevante oplysninger videre til hjemmeplejen og andre fagpersoner.

Fysioterapeut:

- Undersøger borgerens bevægelse, styrke, balance, smerter og fysiske funktion.
- Træner gang, forflytning, balance, kondition og muskelstyrke.
- Hjælper borgeren med at genvinde funktion efter sygdom, operation eller skade.
- Forebygger fald og giver råd om sikker bevægelse i hverdagen.
- Vejleder i brug af ganghjælpemidler, for eksempel stok, rollator eller krykker.
- Laver et træningsprogram, som passer til borgerens mål og ressourcer.
- Vurderer behov for genoptræning og følger borgerens udvikling.
- Vejleder SOSU-personalet i sikre arbejdsstillinger, mobilisering og træning med borgeren.

Ergoterapeut:

- Undersøger, hvordan borgeren klarer daglige aktiviteter.
- Træner aktiviteter som at vaske sig, tage tøj på, spise, lave mad og gøre rent.
- Hjælper borgeren med at blive så selvstændig som muligt i hverdagen.

- Vurderer behov for hjælpemidler, for eksempel badestol, toiletforhøjer eller særligt bestik.
- Vurderer boligen og foreslår ændringer, der kan øge sikkerhed og selvstændighed.
- Kan undersøge og træne synkeevne, energi, hukommelse, planlægning og struktur.
- Vejleder borgeren, de pårørende og SOSU-personalet i gode arbejdsmetoder og brug af hjælpemidler.

Kort huskeregel:

Følg-hjem-sygeplejersken: skaber en sikker overgang mellem hospital og eget hjem/plejebolig.

Fysioterapeuten: arbejder især med kroppens bevægelse og fysiske funktion.

Ergoterapeuten: arbejder især med daglige aktiviteter og selvstændighed.

Side 134 -135. Øvelse 09, 10 og 11

Svarene findes i dialogerne på side 136-137.

Side 138. Øvelse 15

Følg-hjem-sygeplejerske:

- sikrer at Uffe er i gode hænder
- sikrer at hjemmeplejen ved, hvad der skal ske herfra
- fortæller hjemmeplejen hvad de skal være opmærksomme på, hvad de skal holde øje med og hvordan de forebygger, at Uffe falder igen
- efterlader et visitkort, så de kan komme i kontakt med afdelingen

Fysioterapeut:

- spørger Uffe om, hvordan det går med at bevæge sig rundt derhjemme
- giver Uffe enkle øvelser, som holder gang i benet
- snakker med Uffe om, hvorfor det er vigtigt at genoptræne

Ergoterapeut:

- tjekker om Uffe mangler ekstra hjælpemidler
- sørger for at Uffe får konkrete hjælpemidler som en toiletforhøjer og en gribetang

Side 138. Øvelse 16

1. C
2. A
3. B
4. A
5. C
6. B
7. C
8. B
9. A
10. B
11. C
12. A

Side 139. Øvelse 18

Hvis man ikke kan klare sig hjemme i en periode, eller hvis ens pårørende har brug for en pause, kan man komme på aflastning. Aflastningspladser er typisk på et plejecenter og her får man pleje, omsorg og støtte. Det er ofte kommunens visitator, som vurderer, om man kan få en plads, og hvor længe opholdet skal vare.

1. Aflastning er et midlertidigt ophold med pleje, omsorg og støtte.
2. Når man i en periode har brug for mere hjælp, end man kan få hjemme, eller når pårørende har brug for aflastning.
3. Personer med sygdom, nedsat funktionsevne eller et stort behov for pleje kan søge om en plads.
4. Opholdets længde afhænger af behovet og kommunens vurdering. Det kan være fra få dage til flere uger.
5. Kommunen laver en konkret vurdering af personens behov.
6. Kommunen betaler normalt for pleje og omsorg. Man kan selv skulle betale for mad og andre personlige udgifter.
7. Man kan godt få besøg. De besøgende skal følge stedets regler og det aftales eventuelt med personalet.

Side 140. Øvelse 19

Svarene på spørgsmålene er markeret i teksten.

Marta: Nå Erna - er du ved at være klar til at skulle på en lille ferie?

Erna: Hvad er det, jeg skal? Hvor skal jeg hen?

Knud: Du skal jo på aflastning i en uges tid. Det har vi snakket om.

Erna: Aflastning? Hvad er det?

Marta: Det er **en lille slags ferie, man kan komme på oppe på plejehjemmet. Man hygger sig sammen med andre ældre.** Du skal se, det bliver fint, Erna.

Erna: Jamen, det har jeg ikke lyst til. Jeg vil gerne blive herhjemme hos dig, Knud.

Knud: Men Erna, vi har jo aftalt det...

Erna: Det vil jeg altså ikke!

Marta: Jeg kan godt forstå, det virker lidt overvældende, Erna. Men jeg er helt sikker på, at du vil kunne lide det. Du plejer jo at hygge dig sammen med andre.

Erna: Men jeg skal ingen steder! Jeg skal hygge mig herhjemme sammen med Knud!

Knud: Jeg vil også gerne hygge mig sammen med dig, Erna. Men vi havde jo aftalt, at du skal afsted ...

Marta: Ja, der er bestilt en plads til dig. **Knud skal jo på tur med arkitektklubben** i et par dage. Så kan han komme op til dig, når han er hjemme igen, ikk' Knud?

Knud: Jo, selvfølgelig. Det bliver hyggeligt!

Marta: Du skal se, Erna, det skal nok blive en fin oplevelse.

Erna: Det tror jeg ikke! Og hvorfor kan jeg ikke komme med Knud?

Knud: Du ved da godt, at jeg plejer at tage afsted med arkitektklubben en gang om året, Erna. Og der er jo aldrig partnere med...

Erna: Mmmmm...

Marta: Er I færdige med at pakke, eller skal jeg lige give jer en hånd?

Knud: Jeg er lidt i tvivl om, hvor meget hun skal have med?

Marta: Hun skal ikke have så meget med. Bare **tøj til et par dage.** De vasker det deroppe, så det behøver ikke være så meget.

Knud: Det lyder godt. Hvad ellers?

Marta: **Toiletsager, medicin og lidt personlige ting.** Måske **et par blade, et ur til natbordet, et billede af dig...** Hvad, hun nu synes, er hyggeligt.

Knud: Okay. Det skal jeg hurtigt få pakket.

Marta: Super! Er der noget jeg skal hjælpe dig med? Eller har du styr på det?

Knud: Nej, jeg klarer det. Men tak.

Marta: Det var da så lidt. De venter jer kl. 10.30. Hvis der opstår problemer, ringer du bare til mig, Knud, så kommer jeg.

Knud: Det skal jeg nok. Men jeg tror det går.

Marta: Perfekt! Så må I hygge jer! Jeg kigger ind til dig i morgen på aflastningen, Erna. Så kan jeg lige se, hvor hyggeligt, du har det.

Erna: Mmmm

Marta: Godt, så kører jeg igen. Hej hej.

Knud: Hej hej.

Side 141. Øvelse 7-A

Dictogloss (Erna):

Da Erna kom hjem fra sit aflastningsophold på plejehjemmet og Knud fra sin tur med arkitektklubben, blev det hurtigt hverdag igen med alle de faste rutiner og den daglige hjælp fra hjemmeplejen.

Men Erna fik det dårligere og dårligere. Hendes demens blev hurtigt værre, og sygdommen påvirkede hendes humør meget. Den gjorde hende vredladet og udadreagerende, og ødelagde langsomt Knud og Ernas ellers hyggelige hverdag. Knud kæmpede for at passe på Erna, men det var en stor og anstrengende opgave, og han havde sværere og sværere ved at klare det hele, både fysisk og psykisk.

En dag gik det helt galt. Erna havde tisset i bukserne, og Knud forsøgte som altid at hjælpe hende med at skifte tøj. Men Erna ville ikke have hjælp. Hun råbte ad Knud, og i raseri greb hun en vase og kastede den efter ham. Vassen ramte Knud i ansigtet, og han fik en dyb flænge i øjenbrynet og måtte en tur på skadestuen for at blive syet.

Episoden fik Knud til at indse, at han ikke længere kunne have Erna boende hjemme. Det var ikke længere forsvarligt eller sikkert for nogen af dem. Marta var helt enig. Hun hjalp Knud med at tage kontakt til kommunen, og Erna fik en permanent plads på det plejehjem, hvor hun havde været på aflastning.

Erna vænnede sig lidt efter lidt til de nye rammer på plejehjemmet. Knud besøgte hende nu hver aften, hvor de sidder tæt sammen i sofaen og ser tv, fuldstændig som de plejede, da Erna stadig boede hjemme. Beslutningen om at sende Erna på plejehjem var god, og livet er nu blevet meget nemmere og mere værdigt for både Knud og Erna.

Side 141. Øvelse 7-B

Dictogloss (Uffe):

Uffe ligger i sin seng. Han har svært ved at trække vejret og klager over stærke bryst smerter. Da Oliver ankommer, ser han straks, at Uffes tilstand er kritisk. Han reagerer omgående og ringer til akutsygeplejersken for at få hjælp.

Oliver forklarer situationen og beskriver Uffes akutte symptomer i telefonen. Sygeplejersken vurderer hurtigt, at situationen er alvorlig og siger, at det kan være en blodprop i hjertet. Hun beder Oliver om at ringe 112 med det samme.

Oliver ringer straks til alarmcentralen og fortæller, hvad sygeplejersken har sagt. Mens han venter på ambulancen, gør han alt, hvad han kan for at gøre Uffe tryk. Han løsner Uffes trøje i halsen for at lette vejrtrækningen og taler beroligende til ham. Pludselig mister Uffe bevidstheden og stopper med at trække vejret. Oliver reagerer med det samme, lægger Uffe fladt ned og starter genoplivning med hjertemassage og kunstigt åndedræt. Han gør alt, hvad han kan, men han kan ikke redde Uffe, som dør, inden ambulancen når frem.

Ambulancelægen ankommer kort efter og erklærer Uffe død. Da ambulancelægen er kørt igen, tager Oliver telefonen og ringer til Uffes datter, Gitte. Oliver fortæller hende nænsomt, at hendes far er gået bort.

Herefter gør Oliver og hans kolleger Uffe i stand. De vasker ham, børster hans hår og giver ham rent tøj på. De reder sengen med rent sengetøj, lukker Uffes øjne og støtter hans hage, og så ligger han fredeligt med

samlede hænder. Oliver åbner vinduet i soveværelset på klem, tænder et lys på natbordet og rydder op i lejligheden.

Senere samme dag kommer Uffes egen læge for at udfylde dødsattesten og Gitte kommer fra Herning for at tage afsked med sin far. Hun ringer til en bedemand og sammen får de de praktiske detaljer om Uffes begravelse på plads.



Sygehusdansk