

Združenje za pomoč  
pri demenci Ormož  
Ptujška cesta 8 f  
2270 Ormož

## **POROČILO O OPRAVLJENIH AKTIVNOSTIH V LETU 2020**

Društvo Spominčica je nevladna organizacija, pravna oseba, organizirana v skladu z Zakonom o društvih in ima tudi svoje akte in organe. Osnovno poslanstvo društva je pomoč obolelim za demenco in njihovim svojcem. O demenci smo vedeli zelo malo. Bolezen se je pogosto prikrivala in stigmatizirala. Prvi, ki je pri nas na to opozarjal, je bil pokojni dr. Aleš Kogoj, specialist psihiatrije. Že kot mlad psihiater je pri svojem delu ugotovil, da se svojci oseb z demenco ob skrbi za bolnika znajdejo v hudih stiskah in težavah, da potrebujejo podporo in pomoč ter mnogo več znanja o bolezni in njenem poteku. Zato je leta 1997 ustanovil Spominčico – Slovensko združenje za pomoč pri demenci. Sodeloval in pomagal je tudi pri ustanovitvi Spominčice Ormož. Društvo Spominčica Ormož je bilo ustanovljeno leta 2008 in je vrsto let delovalo v Psihiatrični bolnišnici Ormož. V svojem okolju je že desetletje v veliko podporo in pomoč tako osebam z demenco kot njihovim svojcem.

Iz demografskih podatkov izhaja, da se življenjska doba populacije daljša, vedno več je starejših od 65 let, s tem pa se tudi število oseb obolelih za demenco povečuje, starost predstavlja namreč največje tveganje za demenco.

Ocenjujemo, da je v Sloveniji za demenco obolelih že več kot 32.000 oseb, v Evropi živi približno 10 milijonov, na svetu pa že skoraj 50 milijonov oseb obolelih za demenco. Zaskrbljujoč pa je vsekakor tudi podatek, da bi se naj v naslednjih dveh desetletjih to število podvojilo.

Demenca je kronična napredujoča bolezen, ki jo povzroči propadanje možganskih celic, odgovornih za spomin, mišljenje, orientacijo, razumevanje, računske in učne sposobnosti, sposobnosti govornega izražanja in presoje. Kaže se kot upad kognitivnih funkcij in sicer do te mere, da oseba ni več sposobna skrbeti zase. Bolezen traja v povprečju 10 do 15 let in poteka skozi različne faze, za katere so značilni tudi številni različno izraženi simptomi, psihične in vedenjske spremembe posameznika. V grobem delimo faze na zgodnje, srednje in pozno obdobje. Ne glede na posamezne faze bolezni se moramo zavedati, da se moramo osebi z demenco prilagoditi mi kajti ona se nam več ne more.

Po navadi se začne bolezen neopazno, prve neznačilne simptome pogosto spregledamo in jih velikokrat pripisujemo starosti in značajskim lastnostim posameznih oseb, nehote pa jim tako lahko naredimo tudi hudo krivico. V pozni fazi postane demenčna oseba popolnoma odvisna od pomoči okolice.

Danes, žal še vedno ne vemo pravega vzroka za nastanek demence, nimamo pa tudi ustreznega zdravila, s katerim bi lahko bolezen pozdravili. O sami bolezni, njenih značilnostih, prepoznavanju prvih znakov demence, o ustreznem sporazumevanju z osebami z demenco, pa tudi o pravicah demenčnih oseb pa vemo že veliko. Pomembno vlogo pri tem ima vsekakor tudi širša lokalna skupnost, ki lahko z ustreznimi informacijami, izobraževanjem, kvalitetnimi in dostopnimi servisnimi dejavnostmi (zdravstvene, socialne,

družabne storitve,...) omogoči kvalitetnejše življenje dementnih oseb in razbremenitev njihovih svojcev, za katere je oskrba teh oseb zelo obremenjujoča. Na tak način bomo tudi omogočili, da bodo dementne osebe čim dalj časa ostale v domačem okolju, kar je za njih najbolj humano za družbo pa tudi najceneje.

V društvu sledimo tudi priporočilom Alzheimer Europe in Alzheimer DISEASE Internacional, da je potrebno povečati ozaveščenost javnosti, prepoznavanju prvih znakov demence in destigmatizacijo. Področje demence v Sloveniji ureja Strategija obvladovanja demence v Sloveniji do leta 2025. Njen glavni cilj je pravočasna diagnoza bolezni, dostopnost do kakovostne obravnave, kakovostno zdravljenje in vzpostavitev pomoči njihovim svojcem. V sodelovanju z društvom Spominčica Alzheimer Slovenija v okviru projekta Za demenci prijazno družbo smo se vključili tudi v mrežo vzpostavitve Demenci prijaznih točk.

### **Aktivnosti v letu 2020**

- V letu 2020 smo izvajali naše aktivnosti v skladu s prejetim delovnim programom za leto 2020, sprejeto Strategijo za obvladovanje demence za leto 2020, resolucijo o duševnem zdravju do leta 2028 in smernicami Alzheimer DISEASE Internacional.
- Z januarjem smo začeli z izvajanjem družabništva, vključeno je bilo 5 uporabnikov.
- Sodelovali smo v okviru projekta »Čaj za dva«, kjer smo sodelovali na strokovnem srečanju v domu upokojencev Ptuj na temo »Organizacijski ukrepi in spremembe pri vpeljavi socialnih inovacij za starejše, ki so osamljeni in težko skrbijo zase in za svoj dom«, kjer je ga. predsednica imela predavanje z naslovom »Demenci prijazno okolje«. Izvedli smo anketo na širšem območju (Ormož, Ptuj in Slovenske Konjice) o potrebam deinstitucionalizacijskih storitvah in poznavanju demence (350 anket), ter imeli tiskovno konferenco za medije, kjer smo predstavili Društvo Spominčica, ter povedali o predvidenem dnevnem centru »Pri Grofici«, ki bi naj bil nadaljevanje tega projekta.
- Imeli smo predavanje za invalide o demenci.
- V okviru Centra ponovne uporabe smo sodelovali pri »Delavnicah o pametnih vasi« (ga. predsednica je predavala o demenci).
- Sodelovanje s Spominčico Ljubljana.
- Sodelovanje s mediji (članek v Ormoških novicah).
- Mesec september je leta 2012 Mednarodna organizacija za Alzheimerjevo bolezen (ADI) razglasila za Svetovni mesec ozaveščanja o demenci. Z modro barvo in vijolično pentljo, simbolom Spominčice, smo 21. septembra v društvu Spominčica Ormož že tradicionalno organizirali različne dogodke z namenom ozaveščanja o demenci. Slogan letošnjega Svetovnega dneva Alzheimerjeve bolezni je bil »SPREGOVORIMO O DEMENCI – KONČAJMO STIGMO«.
- ob 21. septembru – Svetovnem dnevu Alzheimerjeve bolezni smo organizirali predavanje za ožjo in širšo javnost. Predavala je prim. asist. Mojca Muršec dr. med., spec. psih. Naslov predavanja je bil »SOŽITJE DEMENCE IN GLASBE« Irena Trojnar Budak dr. med. in Berislav Budak profesor klavirja pa sta predstavila Društvo Zdravje in Glasba Radenci.

- V dopoldanskem času 21.9. smo pred trgovskim centrom Holermus organizirali info točko, kjer so naše prostovoljke delile informativno gradivo in ozaveščale mimoidoče o demenci.
- 21.9 so v CSO Ormož organizirali »SPREHOD ZA SPOMIN«.
- 22.9 je v domski delavnici potekala »HRANA ZA BOLJŠO MOŽGANSKO AKTIVNOST«.
- 23.9 je potekal ALZHEIMER CAFFEE v domski vili.
- 24.9 je potekalo predavanje v domski delavnici z naslovom »RAZUMIMO DRUGEGA «
- 25.9 je v prostorih fizioterapije v CSO Ormož potekal » ZDRAV DUH V ZDRAVEM TELESU«.
- 7.10. je potekala tiskovna konferenca za KTV Ormož, kjer je bilo predstavljeno društvo Spominčica in sodelovanje v projektu »ČAJ ZA DVA«.
- Med letom je potekala tudi Skupina za samopomoč Zarja v Centru starejših občanov Ormož.
- Med letom smo ozaveščali o demenci in delili zdravstveno vzgojni material tudi na Demenci prijaznih točkah.
- Z namenom ozaveščanja in destigmatizacije smo organizirali izobraževanja za strokovno in širšo javnost, delavnice, INFO točke, individualna svetovanja, skupino za samopomoč, sodelovali smo tudi z javnimi zavodi s področja zdravstva in sociale, z mediji in ostalim društvu v okviru Spominčice Alzheimer Slovenije.
- Naša življenja je v letošnjem letu zaznamovala kriza, ki jo je povzročil virus covid 19 zato nismo mogli izvesti izobraževanja za družabnike, ter strokovno ekskurzijo članov.

Predsednica Društva Spominčica  
Majda Keček