

# 5 Hent ráð beint við hondina

-til gott samskipti og gott samspæl við  
menniskju við demensi

**Hugsa tær, at mín heili er blindur.**  
Skapa tí tryggleika og greið mær frá,  
hvat fer at henda. Sig mær, hvat tú gert.

**Ver stillførur, ver tolin og ver til staðar – eg geri mítt besta.**  
Halt um meg, klemma meg ella halt í hond míni. Hygg upp á meg.  
Tað, sum mær dámar, hevur týðning – t.d. at spáka ein túr.

**Eg sigi ofta tað sama, eg ferðist í somu foyru.**  
Tað særir meg, tá onnur rætta meg ella finnast at mær.  
Skil MÍN veruleika og bein meg heldur á aðra leið.

**Set mær ikki spurningar, tað hóar mær ikki, tí eg fari at ivast.**  
Greið mær heldur frá støðuni, ella hvat fer at henda.

**Mín lívssøga og mín samleiki svinnur og hvørvur fyrri mær.**  
Rósa mær heldur fyrri tað góða, sum eg geri, og stimbra meg  
sum menniskja.

Fólk við **demensi** missa støðugt **førleikar** í sjúkugongdini.  
Tí kann vera torført at vera saman við øðrum. Vit veita her  
**5 hent ráð**, ið kunnu stuðla undir góðu samveruna.

Kelda: OK-Fonden

