

# 10 NASVETOV ZA SVOJCE, KI IMAJO OSEBE Z DEMENCO DOMA



Spominčica  
ALZHEIMER SLOVENIJA

- Pomembno je, da se zavedamo, da je v času epidemije na prvem mestu življenje in zdravje vseh oseb, tako nas kot naših bližnjih z demenco.
- Poskrbimo, da se vsi zadržujemo doma in sledimo preventivnim ukrepom.
- Osebi z demenco ne razlagamo o virusu, ker bo lahko samo še bolj zmedena.
- Pazimo na ustrezno higieno kašlja in umivanja rok osebe z demenco, ter da tudi doma ohranjamo čim primerno razdaljo med pogovorom.
- Poskrbimo, da čas doma posvetimo sebi in družini, ter krepimo naš odnos. Lahko se bolj povežemo in počnemo skupaj čim več stvari (družabne igre, pogovor, branje knjig...).

- Omejimo srečanja z drugimi ljudmi in hodimo v trgovino zgolj po najnujnejše stvari.
- Poskrbimo, da se oseba z demenco doma ne dolgočasi in da je ves čas s čim zaposlena. Lahko pomaga pri gospodinjskih opravilih, riše, ustvarja, bere, posluša zgodbe...
- Osebi z demenco večkrat ponudimo pijačo in zdrave prigrizke, da ji česa ne manjka in opazujemo njeno nebesedno komunikacijo (če jo tišči na stranišče, ali jo kaj boli...).

- Doma moramo biti z bližnjim z demenco čim bolj potrpežljivi, mirni in prijazni, da bo rad z nami in bo dobre volje.
- Večkrat na dan prezračimo stanovanje in poskrbimo, da je osebi z demenco toplo.

**SPOMINČICA vam je na voljo na svetovalnem telefonu 059 305 555 ali  
pišite na [svetovanje@spomincica.si](mailto:svetovanje@spomincica.si)**