Sangportalur á alnetinum

Nú hava føroyingar eisini fingið ein SANG-portal á alnetinum. Talan er um heimasíðuna http://sang.fo. SANG-portalurin skal við tíðini innihalda allan tann føroyska sang- og sálmaskattin í breiðastu merking - umframt løgini, sum hesir sangir brúka - bæði sum nótar og ljóðfílir. Eisini er møguligt hjá fólki sjálvum at leggja tilfar inn í savnið, sum hevur addressuna http://sang.fo

Sjúkan hjá teimum avvarðandi

Á Dagtilhaldinum á Búðatrøðni ivast tey ikki í, at nýggja tilboðið er júst tað, nógv minnisveik og teirra avvarðandi í Norðoyggjum leingið hava longst eftir.

- Tað er týðiligt, at gestirnir gleða seg til at koma her hvønn morgun. Vit fáa eisini javnan at vita frá teirra avvarðandi, hvussu nógv lættari dagurin heima er vorðin, síðani tey byrjaðu at koma her, sigur Annika Vágsheyg.

Hon minnir á, at tað ikki er av tilvild, at minnissvik ofta verður kallað sjúkan hjá teimum avvarðandi. Ofta tora tey avvarðandi illa at lata tann minnisveika vera einsamallan heima, og hava sum heild ampa av, hvat tey kunnu finna uppá.

- Tað er eisini ein stór sorg fyri tey avvarðandi at 'missa' makan ella foreldrini uppá hendan mátan, tí tann minnisveiki broytist ofta nógv og kennir onkuntíð ikki síni nærmastu aftur. Samstundis, sum tey avvarðandi syrgja yvir missin, verða tey ofta noydd at átaka sær leiklutin sum foreldur hjá foreldrunum ella makanum, og tað setir nærum ómenniskjalig krøv til tey, sigur hon.

Stórur tørvur

Leiðarin á Dagtilhaldinum vísir á, at av tí at so fá tilboð hava verið til minnisveik í Føroyum, halda fólk oftast, at ongin hjálp longur er at fáa, tá sjúkan hevur rakt familjuna.

- Tí er tað eisini so ómetaliga svárt hjá teimum avvarðandi yvirhøvur at seta orð á sjúkuna, um tey harvið eisini mugu sleppa vónini um at fáa hjálp. Av tí sama royna tey ofta heldur bara at klára støðuna sum frægast heima, sigur Annika Vágsheyg.

Men mark er er fyri, hvussu langt orkan hjá teimum avvarðandi røkkur. Og á Dagtilhaldinum á Búðatrøðini hava tey hoyrt nógv av teimum avvarðandi greiða frá, hvussu familjan var um at hokna av ampa og ráðaloysi.

- Vit vita, at tørvurin á einum tilboði til heimabúgvandi minnisveik er stórur, og at hann uttan iva verður vaksandi. Ein stórur partur av teimum minnisveiku eru nevniliga so mikið væl fyri likamliga, at tey ikki hava brúk fyri at fara á ellis- ella røktarheim. Við eitt sindur av avlasting og professionellari umsorgan í dagtímunum, kunnu tey saktans fáa nógv góð ár afturat heima, sigur leiðarin á dagtilhaldinum.

At tey minnisveiku kunnu verða búgvandi heima hjálpir eisini til, at tey kunnu varðveita sín samleika sum longst. Tí sum Annika Vágsheyg sigur

- Tað er jú ikki tað sama at vitja ommu á einum ellisheimi sum heima í hennara egna køki, har hon hevur sín kenda leiklut og tekst við tað, hon plagar.

> ”*Tað er jú ikki tað sama at vitja ommu á einum ellisheimi sum heima í hennara egna køki, har hon gongur og tekst við tað, hon plagar*
>
> *Annika Vágheyg, leiðari á Dagtilhaldinum á Búðatrøðni*

Tí leggja tey á Dagtilhaldinum eisini stóran dent á, at lata tey minnisveiku takast við slíkt, sum fellur teimum heimligt og natúrligt. Onkur hjálpir kanska við at baka bollar, onkur annar setur seg at lesa bløðini, meðan summi kanska fara ein túr oman á keiina ella í býin at keypa inn saman við einum av starvsfólkunum.

Einans løtan telur

Hóast minnissvik ikki kann lekjast, so kann rætta hjálpin gera tað munandi lættari at liva við sjúkuni. Tí sjálvt um minnið svíkir, ber væl til at fáa ein innihaldsríkan gerandisdag. Tað verður bara eitt annað slag av innihaldi, staðfestir Ingrid Heinesen, sum starvast sum heilsuatstøðingur á dagtilhaldinum.

- Tað er ikki vist, at tey sum koma her, minnast, hvat vit gjørdu í gjár, ella hvørjar ætlaninar eru fyri í morgin. Men tað ger onki, tí her er tað bara løtan, sum telur. Eitt hugnaligt prát, ein góður drekkamuður, ein stuttlig søga, eitt smíl – alt er við til at gera løtuna góða, og meir krevja vit ikki av teimum, sigur Ingrid Heinesen.

Hon leggur afturat, at tað, sum ofta plágar tey minnisveiku mest, er kenslan av, at tankarnir eru berur ruðuleiki. Tí hevur tað so ómetaliga nógv at siga, at umhvørvið kring tey kennist trygt og friðarligt, har eitt nú larmur og útvarpstól ikki áhaldandi órógva.

- Um tey hava brúk fyri at vera fyri seg sjálvan eina løtu ella fáa sær ein lúr, hava vit eitt rúm við góðum hvílistólum til tað sama. Her fær alt tað tíð, tað skal hava, og so vítt gjørligt lata vit dagin fylgja teirra egnu rútmun, sigur Ingrid Heinesen, men leggur afturat, at onkrir fastir tættir eru kortini.

Eitt nú er fimleikur á skránni hvønn fyrrapart, eins og máltíðirnar koma á borðið til vanligar tíðir. At skipa dagin í ávísan mun hevur týdning, tí ein av trupulleikunum hjá minnisveikum er netupp, at nátt og dagur hava lyndi til at flóta saman, og tað skapar altíð mistrivnað í longdini.

Heil menniskju

Tað eru nú níggju mánaðir síðani Dagtilhaldið á Búðatrøðni lat upp, og tey sum koma her, eru mest at líkna við húsfólk. Starvsfólkini eru komin at kenna teirra lívssøgur og kunnu tí fylgja við, tá tey siga frá tí, sum hendir í lívinum hjá teimum heima. Eisini er pláss altíð fyri, at teirra avvarðandi støkka inn á gólvið til eitt prát um, hvussu tað gongur.

- Sambandið við tey avvarðandi hevur sera nógv at siga, tí tað eru jú tey, sum eru um tey minnisveiku, tá dagurin her er av. Hóast tey eru her hjá okkum um dagarnar, síggja vit tey ikki sum sjúklingar sumso, men sum heil menniskju, ið vit eru góð við. Og sum vit gleða okkum til at síggja aftur, tí sjálvt um minnið er farið at bila, hava hesi gomlu so ótrúliga nógv at geva av – bara tú gevur tær stundir til tey, sigur Annika Vágsheyg, sum sær fyri sær, at slík Dagtilhald verða ein týðandi partur av framtíðar eldrarøkt í Føroyum.

Alt bendir nevniliga á, at slík tilboð um hjálp til heimabúgvandi minnisveik eisini eru við til at útseta dagin, tá tað kanska verður neyðugt at fara á ellis- ella røktarheim.

FAKTA

Dagtilhaldið á Búðatrøðni

Dagtilhaldið á Búðatrøðni er ætlað heimabúgvandi minnisveikum í Norðoyggjum, sum hava fingið staðfest sjúkuna.

Á Dagtilhaldinum fáa tey minnisveiku møguleika at vera saman við øðrum, sum eru í somu støðu, og gera ymiskt, ið hugur er til.

Møguleiki er at gera fimleik, mat, spæla onkur spøl, hondarbeiði, lesa bløðini, hvíla og ymiskt annað.
Eisini ber til bara at koma og lurta, práta og vera saman við hinum uttan at taka lut í aktivitetunum.

Borðreitt verður við morgunmati, døgurða og kaffi

Á Dagtilhaldinum starvast trý fólk:
Annika Vágsheyg, leiðari og sjúkrarøktarfrøðingur
Ingrid Heinesen, heilsuatstøðingur
Jutta Hansen, hondarbeiðslærarinna

Til ber at seta seg í samband við Dagtilhaldið á Búðatrøðni á telefon 22 30 08.
Opið er allar gerandisdagar frá 9 til 17

Góð ráð, tá tú ert saman við minnisveikum

Tosa *við* tann minnisveika

- Tosa ongantíð *um* men altíð *við* tann minnisveika, tá hann ella hon er til staðar
- Halt eygnasamband, meðan tit práta – bíða við at byrja prátið, til tann minnisveiki hevur fangað tíni eygu
- Tosa seint, klárt og týðiliga og gáa eftir, um hoyritólið er tendrað

Ver tolin

- Set helst ikki beinleiðis spurningar, sum kunnu gera tann minnisveika ótryggan, tí hann ikki fær svarað alt fyri eitt.
- Leið heldur prátið inn á okkurt evni við at tit til dømis hyggja at gomlum myndum saman.
- Ber yvir við, at tann minnisveiki endurtekur seg sjálvan – endurtøkurnar hanga oftast saman við, at minnini daga fram í smáum brotum.

Ger dagbók

- Horvna tíðarkenslan ger, at tann minnisveiki ofta ikki minnist, um nakar hevur verið á vitjan. Ger eina dagbók, har tit saman skriva eitt sindur um, hvat er hent gjøgnum dagin, og hvør hevur verið inni á gólvinum

Vís kærleika

- Knípur tað at halda lív í prátinum, halt so bara hondina hjá tí minnisveika í tíni eina løtu. Tað kensluliga hevur stóran týdning fyri tann minnisveika, og jú meir kærleika og tryggleika tú kanst geva, jú betri verður samveran.

Skapa tryggleika

- Lat tann minnisveika hava eitt sindur av pengum uppi á sær. Kenslan av ongar pengar at hava skapar ótryggleika.
- Farið ein túr saman, um tann minnisveiki brádliga heldur seg vera noyddan at fara eitt ørindi í bankan, á posthúsið ella líkandi. Hóast ørindið er óneyðugt nú, er ábyrgdarkenslan hjá tí minnisveika ikki horvin.

Far uppá ein góðan máta

- Sig frá í góðari tíð, tá tú ert á veg avstað. Endurtak tað nakrar ferðir og sig, nær tú kemur aftur, so tit skiljast uppá ein góðan máta.

Kelda: ”Når åndsevnerne svigter”, Komitéen for Sundhedsoplysning, 2007