



# Rekommendationer för god familjevård i de äldres vardag

Förbundet för Familjevård rf



Perhe-  
hoitoliitto

© Förbundet för Familjevård rf  
2021

[www.perhehoitoliitto.fi](http://www.perhehoitoliitto.fi)

Layout och ombrytning: Heidi Sänntti, Family Creatives

Översättning: Barbro Sipilä, Ab ABC Text



## **Rekommendationer för god familjevård i de äldres vardag**

Vi vände oss till experter – de äldre själva – för att få veta vad som ska ingå i god familjevård och den äldres vardag.

Rekommendationerna för god familjevård i de äldres vardag har utarbetats inom Förbundet för Familjevårds projekt Kotona perheessä (2020–2023) med grund i äldres erfarenheter.

Våra projektpartner var Äldreinstitutet, Minnesförbundet rf, Oulunkaaren kuntayhtymä, Pirkanmaan perhehoidon yksikkö, Åbo yrkeshögskola och Varsinais-Suomen ikäihmisten ja kehitysvammaisten perhehoitoyksikkö.

Förbundet för Familjevård rf är en riksomfattande expertorganisation för uppdragsavtalsbaserad familjevård och takorganisation för familjevårdarnas regionala medlemsföreningar.

Förbundet för Familjevård rf utvecklar och ordnar kamrat- och kollegialt stöd för familjevårdare samt arbetar för att förbättra familjevårdarnas och familjevårdens ställning och för att göra familjevården mer känd. Förbundet för Familjevård ordnar även utbildning för utbildare inom familjevård för äldre och ansvarar för utbildningsmaterialet.

## Till läsaren

Familjevård för äldre är att leva tillsammans med den äldre i vardagen antingen i familjevårdarens hem eller den äldres eget hem. Som bäst ger vardagen i familjevård den äldre och familjevårdaren ett meningsfullt liv utifrån dem själva samt en känsla av kontinuitet.

Familjevårdaren har stora möjligheter att utforma den gemensamma vardagen, men det är viktigt att familjevårdaren och den äldre gör det tillsammans. Därför är det viktigt att familjevårdaren lär känna den äldre och är medveten om dels de individuella behov av vård och omsorg, dels de övriga mänskliga behov den äldre har. Sådana är till exempel att känna samhörighet, vara omgiven av människor som bryr sig, kunna utnyttja sina förmågor och känna att man kan samt bemötas med uppskattning och respekt.

Rekommendationerna om en god vardag ger familjevårdaren vägledning i vardagens val och handlingar. De är värdelöften om god familjevård. Rekommendationerna utgör samtidigt ett stöd vid ordnandet, ledningen och övervakningen av familjevård. Vi hoppas att rekommendationerna väcker diskussion om familjevårdens vardag även med de äldre och deras anhöriga och närstående.

### **Rekommendationerna för god familjevård i vardagen har tagits fram tillsammans med de äldre**

Utgångspunkten för rekommendationerna var att de äldre själva anger vad som kännetecknar en god vardag i familjevården. Med hjälp av iakttagelser, samtal och enkäter samlade vi in mångsidig information om äldre människor och deras erfarenheter. Vi sammanställde informationen och gick igenom den på workshoppar där bland annat familjevårdare, anställda inom familjevården samt äldre och deras anhöriga deltog. Vi tillämpade forskningsmetoder vid analysen av materialet. På det sättet fick vi veta vad som skapar välbefinnande för äldre och byggde rekommendationerna om en god familjevård på just detta. Processen visas på nästa bild.

- En vanlig dag för 39 äldre i familjevård

Systematiska observationer

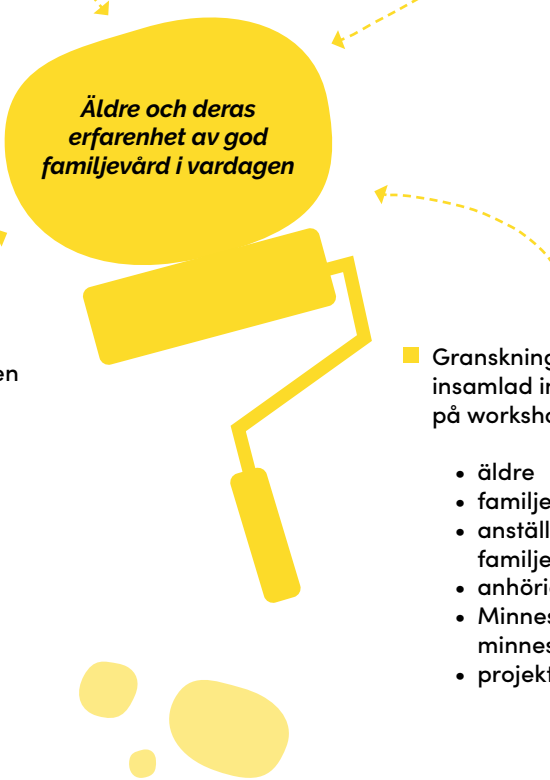
- källor till välbefinnande
- växelverkan och aktiviteter

- Beskrivningar, berättelser och foton av familjehemmets vardag

- 9 familjehem

- Kvalitativ och kvantitativ analys av insamlad information

*Äldre och deras erfarenhet av god familjevård i vardagen*



- • Samtal i familjehemmen
- Enkäter till familjevårdarna:
  - uppgifter om den äldres bakgrund
  - uppgifter om familjehemmets bakgrund och särskilda drag
- Blanketter:
  - familjehemmets vardag
  - omgivningen
  - måltider

- Granskning av insamlad information på workshoppar (19)

- äldre
- familjevårdare
- anställda inom familjevård
- anhöriga
- Minnesförbundets minnesaktivister
- projektgruppen

## 1. Se till att leva vardagen tillsammans med den äldre

För en äldre i familjevård utgörs ett bra liv av vanliga vardagliga saker och sysslor och att få dela dem med familjevårdaren. Sättet att leva tillsammans i vardagen påverkar hur den äldre upplever sig själv, sitt värde som människa och sin förmåga.

Viktiga färdigheter för en familjevårdare är förståelse och flexibilitet att kunna anpassa aktiviteterna i hemmet så att de motsvarar den äldres funktionsförmåga. Med tilltagande ålder och sjukdomar förändras funktionsförmågan, och den äldres livskvalitet är beroende av familjevårdarens förmåga att uppfatta den äldres kvarvarande resurser. Det här innebär att fokusera på nya rutiner i stället för att se den äldres brister och oförmåga.

När den äldres funktionsbegränsningar ökar blir familjevårdarens förmåga att stödja den äldre allt viktigare.Handledning och hjälp ger den äldre möjligheter att lyckas och klara av olika saker oberoende av funktionsförmågan. Förändringar i den äldres funktionsförmåga ger familjevårdaren utmaningen att inte rikta uppmärksamheten på vad den äldre gör och vad resultatet blir, utan på vad det betyder för den äldre att göra och fullfölja något.

En vardag tillsammans innebär att förena den vård och omsorg den äldre behöver med familjens vanliga vardag. För livskvaliteten är det viktigt att den äldre inte endast tar emot vård och omsorg – att ha och känna igen bekanta och meningsfulla saker i vardagen är centralt för välbefinnandet. Genom att själv vara engagerad kan familjevårdaren sporra den äldre att lära känna nya saker och sysselsättningar.

Det värde och den betydelse många vardagliga ting har är mer komplext än vi tänker. Enbart hur man ordnar måltiderna kan påverka den äldres näringstillstånd även om matens innehåll förblir oförändrat. Måltiderna är som bäst när man samlas och tillbringar tid tillsammans på ett hemtrevligt sätt. Samtidigt får den äldre träna och upprätthålla många av de förmågor som är viktiga i vardagen.



## **Observationer i familjehem visar att en gemensam vardag leder till välbefinnande för den äldre på följande sätt:**

- Små vardagliga saker som att den äldre får personlig uppmärksamhet, smakar av saltet eller ställer mjölkförpackningen tillbaka i kylen ökade den äldres aktivitet och skapade välbefinnande, liksom också att få uppleva en spontan sångstund eller glädjas åt hundens svansviftningar.
- De äldre föreföll nöjda när de fick utföra bekanta sysslor eller se på när andra utförde dem.
- I synnerhet aktiviteter som ledde till ett resultat, dit de vanliga hushållssysslor oftast hör, fick den äldre att koncentrera sig på aktiviteten. Aktiviteten inspirerade och lät den äldre uppleva glädje.
- Äldre som inte fick stöd för aktivitet på egen hand, riktade lätt uppmärksamheten mot något annat och avbröt aktiviteten. Att få behövt stöd till exempel för att handarbete, läsa, spela eller utföra hushållssysslor hjälpte den äldre att fortsätta med aktiviteten. Det här gav sig uttryck i att den äldre kände sig nöjd, koncentrerad och lugn.
- Fysisk aktivitet, som att röra på sig utomhus, gympa tillsammans med instruktör eller hjälpa till i hushållssysslor fick vanligtvis den äldre att koncentrera sig och uttrycka positiva känslor.
- Att delta i aktiviteter där familjevårdaren ger handledning och hjälp, som till exempel att skala potatis, titta på tv tillsammans, gympa på stol eller planera en fest ökade aktiviteten och skapade välbefinnande.
- De äldre engagerade sig och fullföljde aktiviteter där familjevårdaren gav handledning och hjälp.
- De gemensamma aktiviteterna ledde ofta till upplevelser av att lyckas och samtal om dem, vilket gjorde den äldre glad och nöjd.
- Vid försämrad funktionsförmåga kunde den äldre uppleva delaktighet genom att följa andras aktiviteter. Att familjevårdaren inkluderade den äldre i samtal och diskussioner skapade också välbefinnande.
- Vid måltiderna var de äldre koncentrerade, de lugnade sig och upplevde välbefinnande. I samband med de gemensamma måltiderna eller kaffestunderna förekom aktiviteter av olika slag, samvaron var naturlig och trivsamt.

## **2. Fäst uppmärksamhet vid att ditt sätt att tala till och bemöta den äldre påverkar välbefinnandet**

Familjevårdarens sätt att tala till och bemöta den äldre påverkar den äldres välbefinnande. Förtroendet och hänsynen i relationen mellan familjevårdaren och den äldre skapas och utvecklas i vardagens många möten och situationer. Som bäst är detta en relation mellan två jämbördiga vuxna.

Familjevårdarens ordval och bemötande visar den äldre att hen är accepterad, unik och värdefull som person. Förändrad funktionsförmåga, sjukdomssymtom och beteendeförändringar definierar i sig inte en människa. Mötena stärker den allt skörare uppfattning om sig själv och sin förmåga som försämrade funktionsförmåga ger upphov till. Stärkande och uppmuntrande ord tar fram den äldre som en person med styrkor och färdigheter och sporrar till trevliga aktiviteter.

Att tolka och förstå den äldres känslor, behov och beteende är en av familjevårdarens vardagsfärdigheter. Denna färdighet blir särskilt viktig när den äldres förmåga att uttrycka sig förändras till exempel på grund av en minnessjukdom. Familjevårdarens uppgift är att säkerställa att den äldres behov av och rätt att bli hörd och förstörd tillgodoses. För att kunna lyssna behöver familjevårdaren känna den äldre samt ha tillräckligt med tid, närvaro, vilja och förmåga att förstå den äldres signaler.





## Vid observationer i familjehem ledde familjevårdarens sätt att tala till och bemöta den äldre till välbefinnande på följande sätt:

- Att familjevårdaren talade om sådant som är viktigt för den äldre, utbytte tankar om vardagen och visade den äldre personlig uppmärksamhet gav välbefinnande och glädje.
- Delaktighet i hemmets och familjens vardag, bekymmer och glädjeämnen fick den äldre att engagera sig och delta.
- Att familjevårdaren i vardagliga samtal och aktiviteter lyfte fram betydelsefulla och stärkande saker fick den äldre att känna glädje, nöjdhet och stolthet.
- Tröstande, förstående ord och beröring av familjevårdaren lugnade oroliga äldre.
- Delat skratt och delad glädje skapade välbefinnande som återspeglade sig länge i den äldres humör och beteende. Men att utsättas för skratt för sin klumpighet eller sina fel ledde till att den äldre kände sig generad eller slöt sig inom sig själv.
- Samtal om sådant den äldre kan och klarar av och om hens styrkor fick den äldre att må bra. Positiva diskussioner och sporrande ord inspirerade och engagerade den äldre till aktivitet.
- Aktiva och sporrande ord av familjevårdaren fick den äldre att delta och ledde till glädje och nöjdhet. De inspirerade till aktivitet som den äldre också fullföljde.
- Situationer där de äldre uppmärksammade varandra och familjevårdaren och frågade hur de har det förmedlade jämbördighet. Den äldre agerade och var aktiv i situationen.



### **3. Säkerställ att den äldre får välja och fatta beslut i vardagen**

Utgångsläget är att den äldre har rätt att besluta om sina egna angelägenheter. Vanligtvis vill alla människor hålla kvar möjligheten att påverka sin egen vardag. Tilltagande ålder och sjukdomar kan emellertid försämma förmågan att fatta beslut och inse deras konsekvenser. Detta upphäver emellertid inte självbestämmanderätten. I vardagen finns det många situationer där det ges möjlighet till val och beslut. Familjevårdaren kan här vara till hjälp genom att ge den äldre stöd utifrån hans funktionsförmåga.

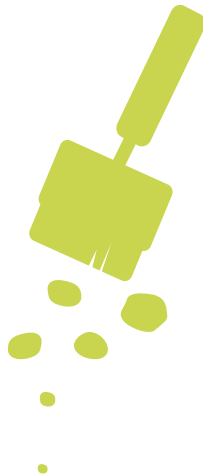
De små valen får större betydelse när livet är koncentrerat till hemmet. Situationer då familjevårdaren känner den äldres vanor och önskemål väl eller när den äldre har svårt att uttrycka dessa betyder att familjevårdaren behöver vara särskilt observant. När man menar väl är det lätt att glömma att höra sig för om den äldres åsikt och familjevårdaren fattar besluten för den äldres del. Den äldre kan bli van vid att familjevårdaren avgör frågor om till exempel mat, klädsel och sysselsättningar. Att be om den äldres åsikt upprätthåller den äldres förmåga att samtala och fatta beslut.

Utgångspunkten för god familjevård är att den äldre kan påverka sin vardag. Då upplever den äldre att vardagsrutinerna utgår från och passar hen själv. Ibland kan det vara svårt att veta vad en äldre vill. Familjevårdaren kan då skaffa information genom att vända sig till anhöriga eller närstående eller genom att iaktta den äldres beteende. Att känna till den äldres historia, vanor och preferenser hjälper familjevårdaren att känna igen faktorer som är viktiga för den äldres livskvalitet.



## Vid observationer i familjehem ledde den äldres möjlighet till val och beslut till välbefinnande på följande sätt:

- Att själv kunna välja i vardagen ledde till välbefinnande och nöjdhet. Till exempel möjlighet att välja mellan frukt eller glass till kaffet, delta i en samtalsstund aktivt eller bara följa, baka bulle eller endast smaka på degen var viktigt för äldre människor.
- När familjevårdaren erbjöd valmöjligheter aktiverade sig den äldre.
- När familjevårdaren hörde sig för om åsikter eller erbjöd alternativ aktiverade sig den äldre och agerade självständigt. En korg med ren tvätt eller en rörig hög med tidningar som låg framme fick den äldre att ta itu med en givande aktivitet.
- En fråga om den äldres åsikt också när personen inte kunde svara i ord återspeglades i ett leende, välbefinnande och nöjdhet.
- Det var också tillåtet att neka. Det visade att familjevårdaren satte värde på åsikten, vilket hos den äldre uttrycktes som nöjdhet.
- Den äldre fick efter eget val följa andras aktiviteter vid sidan av. När den äldre erbjöds rollen som till exempel arbetsledare, kvalitetssäkrare eller expert resulterade det i glädje och nöjdhet.



## 4. Se möjligheterna i omgivningen och utnyttja dem

Omgivningen i familjevården har samband med den äldres hälsa, välbefinnande och livskvalitet. Omgivningen är ständigt närvarande i familjevårdens vardag och den antingen möjliggör eller begränsar den äldres upplevelser och aktiviteter. Omgivningen kan i hög grad stödja den äldres möjlighet till ett liv och aktiviteter som passar just hen samt öka känslan av livskontroll. I familjevården är omgivningen en viktig faktor för god vård och omsorg i den gemensamma vardagen och umgänget.

Naturen erbjuder upplevelser oberoende av hälsa och funktionsförmåga. Naturens otaliga effekter på människans hälsa är väl kända. För äldre människor betyder närmiljön allt mer. Äldre ska ha rätt att röra sig och motionera ute under olika årstider. Att inte röra på sig och leva ett liv inomhus leder till sämre funktionsförmåga, mindre aktivitet och sämre humör. Här finns ett samband med exempelvis förvärrade symtom vid minnessjukdom.

Det är viktigt att familjevårdaren ser vilka förändringar i omgivningen som hjälper den äldre att agera självständigt och att delta i den gemensamma vardagen även då funktionsförmågan försämras. Det kan göras genom planering och inredning av rummen. Den äldres möjlighet att följa vad som händer i näromgivningen blir bättre om man drar upp rullgardinerna, förstorar fönstren eller placerar ett fågelbräde bakom fönstret. Genom tillgänglighet och tillräcklig belysning blir det lättare för den äldre att röra sig, följa vad som försiggår och delta. Utöver samvaro, gemensamma aktiviteter och anpassning av omgivningen ska familjevårdaren även säkerställa att den äldre har möjlighet till privatliv och ro.

Vardagsmiljön har ofta många beröringspunkter med den äldres levda liv. För många äldre har till exempel bastun varit en viktig plats. Att värma bastun, vänta på att den ska bli varm och bada har många betydelser för den äldre. Bastun har utöver att man tvättat sig representerat avkoppling, samtal och upplevelser för alla sinnen.

När äldre lever i familjevårdarens hem är det viktigt att se till att där finns sådant som är viktigt för den äldre, som till exempel bekanta föremål, växter eller textilier från den äldres liv. Tillsammans med de sociala relationerna och bekanta rutinerna gör de att den äldre upplever familjevårdarens hem som också sitt hem. En känsla av att höra till näromgivningen, grannskapet och bygemenskapen eller stadsdelen är också viktig.



## Vid observationer i familjehem framkom omgivningens betydelse för den äldres välbefinnande på följande sätt:

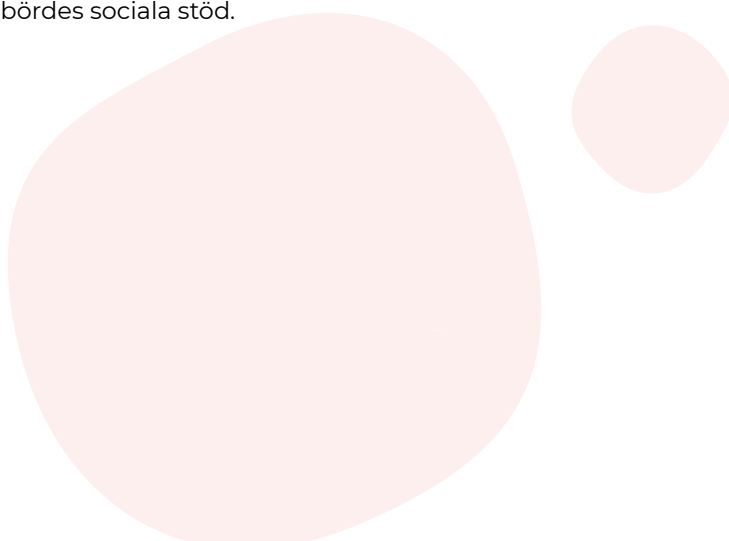
- Att följa de vanliga sysslorna och göromålen gav den äldre glädje. Placeringen och inredningen av de gemensamma utrymmena gjorde det möjligt för den äldre att följa vad som hände och delta.
- Saker av olika slag som låg framme sporrade den äldre att ta itu med en aktivitet på egen hand. Till exempel en vattenkanna för blommor, disktrasa, sopborste, ett instrument eller spel inspirerade till handling.
- Att bada bastu gav välbefinnande. Att prata om att värma bastun, vänta på att den blir varm och dra sig till minnes bastukvällar aktiverade den äldre.
- Att följa djur, naturen och årstiderna aktiverade den äldre och gav välbefinnande.
- Utevistelse enligt den äldres önskemål gjorde att den äldre kände sig glad och bra till mods oavsett väder och årstid.
- Tillgänglighet inom- och utomhus gav den äldre möjlighet till självständiga aktiviteter.
- Tillräcklig och rätt riktad belysning i gemensamma rum och den äldres privata rum gjorde det lättare och tryggare för den äldre att röra sig på egen hand.
- Att känna sig höra till näromgivningen ökade gemenskapen och växelverkan. Till exempel att besöka ett närbeläget daghem och att hälsa på grannar på promenaden gav välbefinnande.

## **5. Skapa en familj och gemenskap tillsammans med den äldre**

Att leva i ett vanligt hem och en vanlig familj är det särskilda i familjevård för äldre. Familjens gemensamma rutiner formas med tiden utifrån dem som bor i familjehemmet. Gemensamma aktiviteter, delade minnen och vardaglig samvaro stärker den äldres känsla av att höra till familjen. Familjens egna rutiner och atmosfär formar hemmet.

Vid långvarig familjevård delar familjevårdaren sitt hem med den äldre. Familjevårdarens eget privata hem blir ett gemensamt hem med nya familjemedlemmar. Familjen anpassar sina tidigare rutiner till den äldres livsstil. Det gemensamma hemmet får sin form genom att man lever vardagen tillsammans och utformar gemensamma rutiner. Också den äldres anhöriga och närstående blir en del av familjegemenskapen. Det är viktigt att familjevårdaren stödjer dem att hitta en viktig roll för sig själva i familjehemmets vardag.

Relationen mellan familjevårdaren och den äldre samt relationerna mellan de äldre bygger upp familjen och gemenskapen. En viktig uppgift för familjevårdaren är att ge rum och stöd för de äldre att samtala, hjälpa varandra och göra saker tillsammans. Det är viktigt eftersom den äldres kontakt till andra äldre som bor i hemmet ökar samhörigheten och stärker deras inbördes sociala stöd.





## **Exempel på rutiner och aktiviteter som bygger upp familjen och gemenskapen i familjehem:**

- samtal och delade upplevelser
- humor och skratta tillsammans – familjens egna vanor
- intresse för andra människor och vilja att öka det goda i en annans liv
- vård, omsorg och trygghet
- inkludering av anhöriga och närstående i gemenskapen
- inbördes växelverkan och hjälp mellan de äldre
- gemensamma mat- och kaffestunder
- gemensamma aktiviteter, hobbyer, att hjälpa till och delta
- samla och spara gemensamma minnen: till exempel fester, utfärder, samvaro, foton och berättelser
- bastukvällar, filmkvällar, att titta på matcher och tävlingar tillsammans
- att skilja på vardag och helg
- möjlighet att fritt röra sig i hemmets gemensamma utrymmen

# Checklista för en god vardag i familjehem

Med hjälp av de här frågorna kan du reflektera kring hur ni ska genomföra sådant som skapar välbefinnande utifrån den äldres erfarenheter i er vardag. Du kan använda dig av checklistan på olika sätt. Du kan till exempel kryssa för det som du tycker är som det ska eller kryssa för det som du vill förbättra framöver.

## 1. SE TILL ATT LEVA VARDAGEN TILLSAMMANS MED DEN ÄLDRE

- Planerar du dagen tillsammans med den äldre?
- Äter och dricker du kaffe tillsammans med den äldre?
- Vet du vilka vardagliga saker, också småsaker, som aktiverar den äldre?
- Ger du den äldre stöd för att delta i vardagssysslorna?
- Ser du till att den äldre har bekanta sysslor eller möjlighet att följa sådana i vardagen?
- Ger du den äldre möjlighet till fysiska göromål som ger resultat?

## 2. FÄST UPPMÄRKSAMHET VID ATT DITT SÄTT ATT TALA TILL OCH BEMÖTA DEN ÄLDRE PÅVERKAR VÄLBEFINNANDET

- Märker du hur de ord du väljer och hur du bemöter den äldre påverkar hans välbefinnande?
- Bemöter du den äldre som en individ?
- Talar du positivt om den äldre?
- Tar det som den äldre klarar av mer plats i ditt tal än brister och oförmåga?
- Uppmuntrar och sporrar du den äldre med det du säger och hur du är?



### 3. SÄKERSTÄLL ATT DEN ÄLDRE FÅR VÄLJA OCH FATTA BESLUT I VARDAGEN

- Tar du reda på vad den äldre behöver och önskar med hjälp av olika metoder?
- Frågar du om den äldres åsikt också då den äldre inte kan svara verbalt?
- Erbjuder du den äldre alternativ och valmöjligheter?
- Ger du den äldre stöd och handledning för val och beslut i enlighet med hens funktionsförmåga?

### 4. SE MÖJLIGHETERNA I OMGIVNINGEN OCH UTNYTTJA DEM

- Har du ordnat rummen i hemmet så att den äldre kan följa och ta del i vardagssysslorna?
- Är rumsindelningen inomhus och utomhusutrymmena tydliga och klara?
- Finns det element i omgivningen som väcker och aktiverar den äldres intresse?
- Har den äldre möjlighet att vara ute regelbundet under olika årstider?
- Ser du till att den äldre kan följa naturen, årstiderna och djur?
- Erbjuder du den äldre möjligheten till bastu?
- Ger du den äldre stöd för att ta kontakt med grannskapet och närsamhället?

### 5. SKAPA EN FAMILJ OCH GEMENSKAP TILLSAMMANS MED DEN ÄLDRE

- Vet du vilka saker i familjevårdens vardag som bildar hemmet och familjen?
- Upplever du att du delar ditt hem med en äldre (långvarig familjevård)?
- Diskuterar och beslutar du om gemensamma angelägenheter tillsammans med den äldre?
- Stödjer du den äldres relation till hens närstående och anhöriga?
- Stödjer du ömsesidiga relationer och umgänge mellan de äldre?
- Kan du anpassa ditt eget sätt att leva efter värderingar och vanor som är viktiga för den äldre?





A series of horizontal lines for writing, consisting of 25 evenly spaced lines across the page.

## Källor och läsning:

Björkqvist T. ja Rappe E. (2021). Ympäristö muistin tukena. Ikäinstituutti ja Sosiaalitalo.

Familjevårdslag 20.3.2015/263. [www.finlex.fi](http://www.finlex.fi)

Hallikainen M., Immonen A., Mönkäre R., Pihlakari, P. (red.) (2019) Muistisairaahan hoito. Duodecim.

Kriterier för god vård (2018). Alzheimer Centralförbundets publikationer 5/2018. - Detta ska inte komma med i den här rekommendationen: Den svenskspråkiga finns på Minnesförbundets sidor om är Alzheimer Centralförbundets publikation. [www.muistiliitto.fi/application/files/4816/2393/0773/](http://www.muistiliitto.fi/application/files/4816/2393/0773/)

Kulmala J. (red.) (2019). Hyvä vanhuus. Menetelmiä aktiivisen arjen tukemiseen. PS-kustannus.

Kvalitetsrekommendation för att trygga ett bra åldrande och förbättra servicen 2020-2023. Målet är ett äldrevänligt Finland. Social- och hälsovårdsministeriets publikationer 2020:30.

Laine M. (2021) Mitä ikäihmisten perhehoitajuus on? Ikäihmisten perhehoitajien antamia merkityksiä perhehoitajuudelle. Opinnäytetyö YAMK. Turun ammattikorkeakoulu.

Livskraft på äldre dar: kostrekommendation för äldre personer (2020). Statens näringsdelegation och Institutet för hälsa och välfärd 8/2020.

Rappe E., Rajaniemi J., Topo P. (2020). Hyvä asuminen muistisairaana. Gerontologia 34(2), 135–154.

1. Se till att leva vardagen tillsammans med den äldre
2. Fäst uppmärksamhet vid att ditt sätt att tala till och bemöta den äldre påverkar välbefinnandet
3. Säkerställ att den äldre får välja och fatta beslut i vardagen
4. Se möjligheterna i omgivningen och utnyttja dem
5. Skapa en familj och gemenskap tillsammans med den äldre



Perhe-  
hoitoliitto

[perhehoitoliitto.fi](http://perhehoitoliitto.fi)