

# ERINDRINGSBIO

ET FILMTILBUD TIL MENNESKER MED DEMENS

FILMPAKKE

## IDRÆT OG MOTION



*Fra filmen 'Olympiadetræningen', 1948.*

### Introduktion

ErindringsBio er et filmtilbud til mennesker med demens sammen med pårørende, plejepersonale og frivillige. Det er for alle, der kan lide at se film, som kan sætte gang i erindringer og samtaler om det levede liv.

Filmpakkerne i ErindringsBio giver dig mulighed for at styrke samværet med og blive klogere på et menneske, der lever med demens. ErindringsBio er baseret på principper for reminiscensmetoden, som går ud på at styrke funktionsniveau og trivsel hos mennesker med demens gennem brug af deres egen livshistorie. Med ErindringsBio gør man det helt konkret ved at vække minder til live med filmklip fra barndommen og ungdommen – en tid, de fleste mennesker med demens stadig vil kunne genkalde sig.

ErindringsBio byder på udvalgte dokumentariske filmklip. Filmene følges op af spørgsmål om egne erindringer på baggrund af det, I har set. Filmene og den efterfølgende snak skaber rammen for en fælles oplevelse, der styrker identitetsfølelsen og højner livsglæden hos alle, som ser med.

Tag på en fælles rejse tilbage i tiden!

# FILMPAKKENS INDHOLD

Filmpakken indeholder otte film og filmklip fra fortrinsvis 1950'erne og 1960'erne med tilhørende dialogmateriale.

Filmene kan findes her: [danmarkpaafilm.dk/erindringsbio/idraet-og-motion](http://danmarkpaafilm.dk/erindringsbio/idraet-og-motion)

For at sikre en god samtale mellem deltagerne anbefaler vi grupper på to til fem deltagere.

Filmpakkens indhold er inddelt i tre niveauer:

- Korte filmklip
- Film og billedkort
- Film med pauser i

De tre niveauer indeholder film og materiale af varierende længde og med forskellige grader af kompleksitet. Dermed er de tilpasset mennesker med demens i forskellige stadier. Du kan læse mere under 'Sådan bruger du de tre niveauer'.

Filmpakkens indhold kan fint deles over flere visninger. Det er dig som pårørende, frivillig eller plejepersonale, der guider filmvisningen og samtalen. Det står dig frit for at vælge niveau, film og spørgsmål fra, som du vurderer ikke egner sig til den eller de personer, du ser filmene med. Du skal dog som udgangspunkt ikke være tilbageholdende med at vise en film eller stille et spørgsmål. Formålet med ErindringsBio er at skabe en god fælles oplevelse, men også at stimulere personer med demens kognitivt og lære dem bedre at kende. Spørgsmålene i filmpakken skal med andre ord opfattes som springbræt til gode, personlige samtaler, hvor glæden ved at fortælle står i centrum.

# SÅDAN BRUGER DU DE TRE NIVEAUER

## Niveau 1: Korte filmklip

Her finder du en række korte klip på omkring 1-3 minutter. Til hvert klip følger tre til fire spørgsmål, som du kan stille, efter at klippet er vist, for at sætte en samtale i gang. Spørgsmålene er vejledende og kan sagtens erstattes og suppleres af spørgsmål, du selv finder på. Og du kan altid starte med det åbne spørgsmål: "Hvad fik denne film dig til at tænke på?"

- Både film og spørgsmål på dette niveau er nemme at gå til og kan bruges sammen med mennesker med en kort opmærksomhedshorisont.

## Niveau 2: Film og billedkort

Her finder du en film på omkring 5-8 minutter. Da filmen er lidt længere, kan det være svært at huske alt indholdet. Derfor får du en række billeder fra filmen med tilhørende spørgsmål, som I kan kigge på sammen efterfølgende. Spørgsmålene er vejledende og kan sagtens erstattes og suppleres af spørgsmål, du selv finder på.

- Filmene har en længde, der for nogle kan være udfordrende. Her kan billedkortene forhåbentlig fungere som pejlemærker, så selv mennesker med en kort hukommelseshorisont kan få noget ud af oplevelsen.

## Niveau 3: Film med pauser i

Det sidste niveau indeholder pakkens længste film på omkring 6-10 minutter. Filmen findes i to versioner: I den ene version er der indlagt pauser, hvor I kan stoppe filmen og tale om dens forløb: Hvad har vi lige set? Og hvad tror vi, der kommer til at ske nu? Denne måde at se film på stimulerer hjernen til at tænke i forløb, en evne, der ofte svækkes hos mennesker med demens.

I kan også vælge at se filmen i dens fulde længde – helt uden pauser og afbrydelser.

- På grund af filmens længde og de indlagte pauser kan film på dette niveau være svære at følge for mennesker med fremskreden demens.

# INSPIRATION TIL SAMTALE

# IDRÆT OG MOTION

## INTRODUKTION – KAN LÆSES HØJT, FØR I GÅR I GANG

De fleste af os har på et eller andet tidspunkt i vores liv enten dyrket idræt eller fulgt forskellige sportsgrene på stadions eller i radio og tv. I denne filmpakke har vi samlet film, der giver sved på panden og minder os om glæden ved bevægelse, konkurrence og idræt. For nogle bliver sporten en profession, for andre en værdsat hobby. Kom med til skihop på Holtekollen i Nordsjælland, gymnastikopvisning på Falster og olympiadetræning forud for OL i London i 1948.

## KORTE FILMKLIP

'Korte filmklip' indeholder en række klip på omkring 1-3 minutter. Til hvert klip følger tre til fire forslag til spørgsmål, som du kan stille efter klippet for at sætte en samtale i gang. Spørgsmålene er vejledende og kan sagtens erstattes og suppleres af spørgsmål, du selv finder på. Og du kan altid starte med det åbne spørgsmål: "Hvad fik denne film dig til at tænke på?"

### **KLIP NR. 1 — Landskampen Danmark-Holland 1952**

*1952, 2 min. (med speak)*

Fodboldlandskamp i Idrætsparken 21. september 1952. 34.000 tilskuere har trodset den silende regn for at se kampen. Gunnar Nu Hansen speaker kampen, hvor blandt andre anfører Svend "Boston" Nielsen scorer mål.

Spørgsmål du kan stille efter klippet:

- Fortæl om dit forhold til fodbold.
- Dyrkede du fodbold som barn? Og hvordan var du til det?
- Fortæl om en fodboldkamp eller en slutrunde, du særligt mindes.
- Havde du tradition for at se sport med nogen som ung?

### **KLIP NR. 2 — Holtekollen-dagen**

1952, 1 min. (med speak)

15.000 tilskuere overværer det internationale stævne i skihop på Holtekollen i Nordsjælland. Sneen er importeret fra Norge.

Spørgsmål du kan stille efter klippet:

- Fortæl om en vinteroplevelse, du havde som barn.
- Har du interesseret dig for skihop eller andre former for vintersportsgrene?
- Har du stået på ski eller skøjter som barn? Hvor?

### **KLIP NR. 3 — Kamp nr. 7**

Instruktør: Tue Ritzau, 1966, 3 min. (med reallyd)

En ung amatørboxers forberedelser til kamp. Vi er med i træningslokalet, hvor han sammen med sine træningskammerater konditions- og styrketræner, skyggebokser og øver de forskellige slag.

Spørgsmål, du kan stille efter klippet:

- Har du dyrket nogen form for sport? Fortæl om den.
- Hvordan foregik træningen til den eller de sportsgrene, du har dyrket?
- Var du nogensinde med i en kamp? Og hvordan var det?

### **KLIP NR. 4 — 6-dages løbet i Forum**

1952, 2 min. (med speak)

Ottende udgave af seksdagesløbet i Forum i 1952. Skuespilleren og sangeren Carl Brisson skyder løbet i gang i et fyldt Forum, hvor også andre kendte skuespillere har fundet vej til tilskuerpladserne.

- Har du nogensinde været til seksdagesløb eller fulgt det i tv eller radio?
- Har du fulgt med i cykelsport? I så fald: Hvilke løb fulgte du med i?
- Fortæl, hvor du selv cyklede hen som barn eller ung.

### **KLIP NR. 5 — Gymnastikopvisning**

Omkring 1950'erne, 3 min. (med speak)

Gymnastikopvisning i Stubbekøbing på Falster med fælles indmarch, forskellige spring og gymnastikøvelser.

Spørgsmål du kan stille efter klippet:

- Gik du til gymnastik som barn? Hvor og med hvem?
- Hvordan havde du det med gymnastiktimerne i skolen?
- Fortæl om engang, hvor du var tilskuer til en gymnastikopvisning eller en anden spændende sportsbegivenhed.

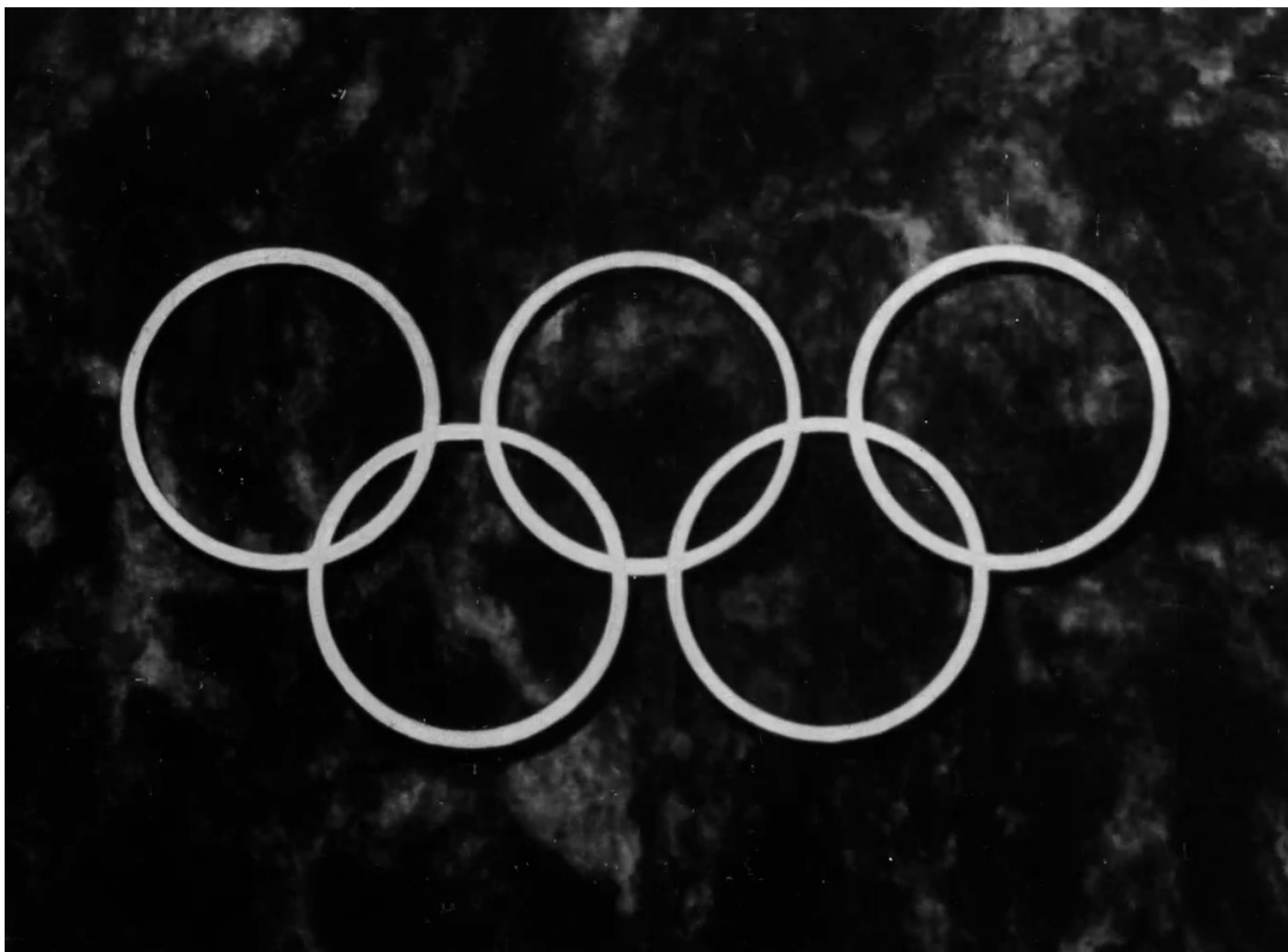
## FILM OG BILLEDKORT

Herunder finder du billedkort, som I kan kigge på sammen efter filmen på omkring 5-8 minutter. Billedkortene indeholder spørgsmål, som kan bruges til at starte en samtale. Og du kan altid starte med det åbne spørgsmål: "Hvad fik denne film dig til at tænke på?"

### **FILM — Olympiadetræningen**

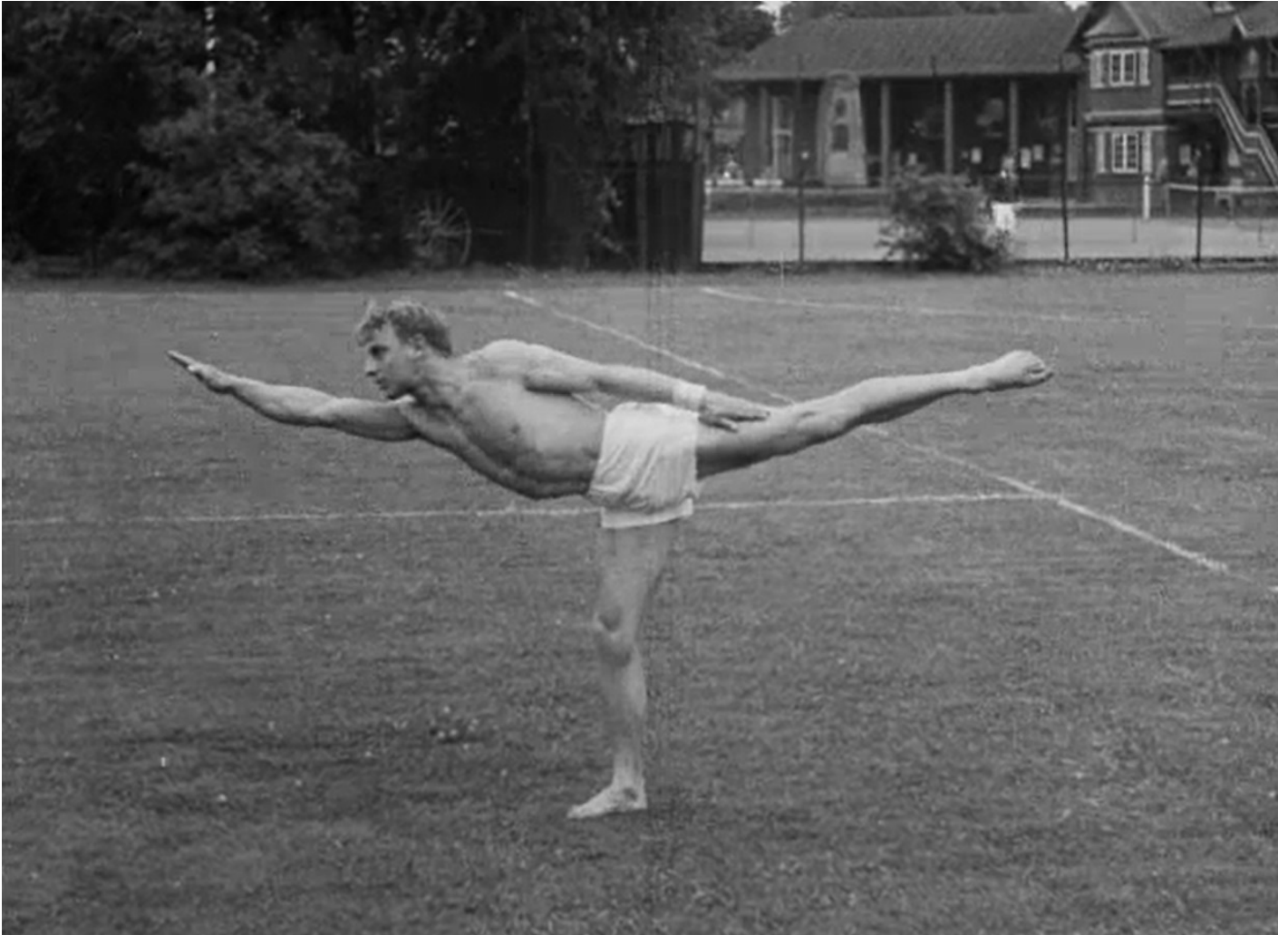
*1948, 6 min. (med speak)*

De danske olympiadedeltageres træning inden afrejsen til London i 1948. Blandt flere sportsgrene ses fægtning, svømning og fodbold med anfører Knud Lundberg. Gunnar Nu Hansen speaker.



De olympiske ringe.

**Har du fulgt med i De Olympiske Lege? Hvilke sportsgrene synes du er spændende at følge?**



Gymnast fremviser fritstående øvelse.

**Fortæl om, hvad sport og træning har betydet i dit liv?**





Danske svømmekvinder, der alle tilhørte verdenseliten – bl.a. OL-guldvinder Greta Andersen.

## Hvordan havde du det med at svømme og bade som barn?



Cykelrytterne Rudolf Rasmussen, Knud E. Andersen (Kokken) og Børge Saxil Nielsen.

**Fortæl om nogle venner, du har fået gennem idræt.**

## FILM MED PAUSER I

'Film med pauser i' indeholder en længere film på omkring 6-10 minutter. Filmen findes i to versioner. I den ene version er der indsat pauser med denne tekst:

A large black rectangular box containing the white text "... Hvad sker der mon nu?".

Når filmen afbrydes af teksten, er det meningen, at du sætter filmen på pause og stiller følgende spørgsmål:

"Hvad har vi lige set?"

"Og hvad tror vi, der kommer til at ske nu?"

Der er ingen rigtige eller forkerte svar – I kan blot gætte løs. Formålet her er at stimulere hjernen til at tænke i forløb, en evne, der ofte svækkes hos mennesker med demens.

Når I har set filmen med pauser, kan I vælge at nyde den anden version, helt uden afbrydelser.

### **Film — Bolden er hans**

*Instruktør: Nicolai Lichtenberg, 1957, 10 min. (med speak)*

En dreng suser gennem byen på sin cykel for at komme hjem og høre fodboldpokalfinalen i radioen. Gunnar Nu Hansen skal netop til at speake en kamp, da en kvinde afbryder kampen. Oplysningsfilm om vigtigheden af at støtte dansk idræt.