

# 慶祝特殊場合的小貼士

本幫助手冊提供了有關如何策劃特殊場合和一起享受時光的小貼士。每個腦退化症患者的情況都是獨一無二的，因此在閱讀這些小貼士時，請考慮患者的能力、腦退化症對他們的影響以及他們的症狀。

就傳統而言，在節假日、宗教慶典或具有里程碑意義的生日時，會舉行家庭聚會、交換禮物、分享食物和飲品以及一般的慶祝活動。

然而，對於患有腦退化症的人來說，這些活動可能會給他們帶來壓力，因為活動打破了他們正常的日常生活規律。參加活動時，患者可能會處於一個不熟悉和繁忙的環境中，難以適應。

有一些方法可以讓每個人都能享受這些特殊場合。

## 1. 讓腦退化症患者一起參與

在策劃一個特殊場合時，請把患有腦退化症的人包括在內。可以讓他們幫著準備食物或完成一些簡單的任務。這對他們的幸福感很重要。如果他們變得焦慮或困惑，請更改一下分配給他們的任務。

在慶祝時，進行一些簡單的遊戲或音樂活動有助於幫助患者保持活躍和被包括在內。

## 2. 注意環境

使用特殊場合的裝飾物裝飾慶祝空間時，可能會使患有腦退化症的人感到困惑。他們可能會將餐桌裝飾品誤認為是可以吃的東西，或者可能會引發負面的感官反應。如有必要，請更換環境。

### 3. 分享關心

為家庭成員和朋友創造分享照顧角色的機會。

這可以通過以下方式實現：

- 家人或朋友在家裡舉辦活動
- 集體外出參加特定的文化或宗教活動
- 請人陪腦退化症患者在一個安靜的地方坐一下，給他們休息和喘息的機會。

### 4. 日常生活規律的變化

日常生活規律的變化可能會讓腦退化症患者感到困惑。為了盡最大可能地降低患者的不安全感或壓力感，請盡量保持他們的日常生活規律。例如，在計劃特別的一餐時，請考慮患者通常的用餐時間。

### 5. 休息和安靜的時間很重要

承擔太多任務或試圖保持傳統，可能會增加場合帶來的壓力和負擔。

一些幫助您不感到太大壓力的小貼士：

- 考慮不要承擔太多任務或試圖保持所有傳統。
- 考慮到腦退化症患者可能無法跟太多人呆在一起。
- 在可能的情況下，保持規律的日常活動。
- 為不活動和安靜的時間段做好計劃。
- 為您和腦退化症患者安排休息和安靜的時間。

### 6. 贈送和接受禮物

根據他們的興趣和能力，鼓勵腦退化症患者參與準備和贈送禮物。你們可以一起完成的一些活動包括：

- 烘焙和包裝餅乾
- 包裝禮物
- 寫卡片。

家人和朋友可能會感謝您提出禮物建議。

## 7. 分享回憶

慶祝活動可能會觸發人們對之前一起度過的時光的回憶。以下活動可以讓每個人都感到放心和安心：

- 傾聽並鼓勵分享共同的回憶
- 一起聽喜歡的歌曲或唱傳統歌曲
- 一起看喜歡的電影。

## 8. 尋求情感支援

認識到特殊時刻可能會使腦退化症患者和家人都感到失落。對於那些離家很遠或沒有家人的人來說，這種感覺可能很強烈。意識到情感需求並尋求支援可能會減少孤獨感和社會孤立感。

## 其他閱讀資料和資源

- 澳洲腦退化症協會圖書館服務  
請瀏覽：[dementia.org.au/library](https://dementia.org.au/library)
- 家人和朋友很重要  
請瀏覽：[dementia.org.au/resources/family-and-friends-matter](https://dementia.org.au/resources/family-and-friends-matter)
- 腦退化症友好社區  
請瀏覽：[dementiafriendly.org.au](https://dementiafriendly.org.au)

### 更多資訊

澳洲腦退化症協會提供支援、資訊、教育和諮詢服務。

**全國腦退化症幫助熱線：1800 100 500**

**翻譯服務：131 450**

**瀏覽我們的網站：[dementia.org.au](https://dementia.org.au)**