

# ANMELDELSE AF BOGEN ”NATUR OG DEMENS”

28. MARTS 2025



Jeg har læst den nye bog Natur og demens. Den findes i to udgaver, og jeg kan særligt lide den store udgave med spiralryg, hvor siderne er så dejligt overskueligt sat op, og det er nemt at slå op på en enkel side og se nærmere på indholdet. I udgaven med spiralryg er der også endnu flere fine fotos af mennesker og natur, end der findes i den mindre, trykte udgave.

Denne bog om Natur og demens er noget ganske særligt, og det er der flere grunde til. For det første er der mig bekendt ikke udgivet lignende publikationer på dansk. For det andet er den skrevet af livsgnist-ildsjælene, som siden en temadag om natur og demens har løftet opgaven med at samle personlige fortællinger og kombinere disse med teori, gode råd og guidelines, og få hele molevitten struktureret og akkompagneret af fotos som gør indholdet nærværende og genkendeligt, også for mennesker med demens.

Jeg vil også omtale en tredje grund til at denne bog er noget særligt. I bogen indgår et citat af demensforskeren Tom Kitwood, som siger at mennesker med en demenssygdom 'kan have noget vigtigt at lære resten af menneskeheden'. Og det handler om at lytte til kroppen og være i samklang med kroppen. I kontakten med en pårørende med en demenssygdom kan vi lære at være nærværende og kontaktfulde uden en masse ord. Her må vi sætte tempoet ned og være opmærksomme på de små signaler, og vi må finde veje til det gode samvær. Som der står i bogen: 'Naturen kræver ingen præstation eller problemløsninger. Den giver 'blot' mulighed for at være sammen, sanser og kommunikere i og om det, som man oplever på lige fod i et fælles nu', og her viser denne bog så klart, at ved at være i naturen sammen, så får vi adgang til det enkle liv, til vores sanser, og vi kan finde hinanden i fælles glæde over farver, fuglenes fløjten og blomsternes duft.

I vores travle verden, hvor der foregår så meget hen over hovedet på os og inde i hovedet på os, så er det nærende at møde fortællingen, som vi gør i denne bog. Gennem fortællingerne møder og mærker vi de mennesker der indgår, vi fornemmer både de mennesker der er demensramte og de mennesker der er sammen med dem. Vi kommer en lille smule tættere på deres liv. Og vi fornemmer naturen, som det også handler om!

I vores travle verden er der sket det, at vi er kommet på afstand af naturen, vi bemægtiger os naturen og bruger den som forråds-kammer og losseplads og derfor er vi landet i en naturkrise i dag, hvor klimaet og naturen lider. Jeg anser derfor også bogen om Natur og demens som et bidrag til at minde os alle om, at naturen er en del af os, vi kan ikke leve uden naturen, og vi må behandle den med kærlighed og respekt, ligesom vi skal behandle hinanden med kærlighed og respekt, og ligesom ordene der strikker denne bog sammen, også fortæller om kærlighed og respekt til både natur og mennesker.

“

**Charlotte Lindvang**, musikterapeut, lektor ved Aalborg Universitet, medforsker indenfor demensområde, kollega til Hanne Mette Ridder