

MINNESQUIZ OCH DISKUSSIONSKORT

Detta kort är utformat som stöd för att starta diskussioner om minnessjukdom vid olika tillfällen. Kortet innehåller 14 frågor, som kan besvaras individuellt. Efter frågorna kan gruppen, om så önskas, diskutera mer detaljerat om de fetmarkerade begreppen.

- 1 Vilket är det första ord som du tänker på när du hör ämnet **minnessjukdom**?

- 2 Hur många personer i Finland har en **minnessjukdomsdiagnos**?
a) 1 500 b) 35 000 c) 150 000
- 3 Minnessjukdom är en del av normalt **åldrande**.
a) Rätt b) Fel
- 4 Det enda **symtomet** på minnessjukdom är försämrat minne.
a) Rätt b) Fel
- 5 Nämn tre **riskfaktorer** som kan öka risken för minnessjukdom.

- 6 Nämn tre saker du själv kan göra för att främja din **hjärnhälsa**.

- 7 Hur skulle du kunna **stöda** en person med minnessjukdom?

- 8 Var tredje person över 65 år uppger att de har problem med **minnet**.
a) Rätt b) Fel
- 9 Har du stött på minnessjukdom i **familjen eller vänskretsen**?
a) Ja b) Nej
- 10 **Modersmålets** betydelse ökar när minnessjukdomen fortskrider, eftersom det bevaras längst.
a) Rätt b) Fel
- 11 Ryskspråkiga är den största gruppen bland äldre **invandrare** över 65 år i Finland.
a) Rätt b) Fel
- 12 Minnessjukdom kan vara förknippad med **skamkänslor**.
a) Rätt b) Fel
- 13 **Anhöriga** till personer med minnessjukdom behöver också stöd.
a) Rätt b) Fel
- 14 Vilken andel av minnessjukdomar är kopplade till riskfaktorer som vi eventuellt kan **påverka**?
a) 10% b) 30% c) 45%

Rätt svar: 2 c), 3 b), 4 b), 8 a), 10 a), 11 a), 14 c), övriga frågor är öppna. Situation 2025.