

Demensförbundet

demens forum

2
2025

Maria Wirén Öberg:

"Jag är densamma – men med en diagnos" **SIDAN 8**

Rapport från Demensförbundets kongress **SIDAN 6**

Dags att Nominera Årets Dementsteam 2025 **SIDAN 17**

INNEHÅLL

ORDFÖRANDEN HAR ORDET	3
KJELLS SPALT	4
KRAFTSAMLING FÖR YNGRE MED DEMENSSJUKDOM ..	5
RAPPORT FRÅN DEMENSFÖRBUNDETS KONGRESS....	6
"JAG ÄR DENSAMMA – MEN MED EN DIAGNOS"	8
FÖRBUNDSSIDORNA	10
FORSKNING & FRAMSTEG	14
DEMENSFONDEN	16
POSTKODLOTTERIETS NYA DRÖMPROJEKT	19
VÅRA FÖRENINGAR	20
SOMMARTIDER	24
KORSORD.....	27



Demensförbundets förbunds kongress 2025 hölls den 10–11 maj i Stockholm och samlade ombud från hela landet, inbjudna medlemmar, förbundsstyrelsen samt kansliet.



Maria Wirén Öberg lever med Alzheimers sjukdom och finner ro i att måla träd och växter. – Naturen är en fantastisk källa till glädje och inspiration. Det är jag väldigt lycklig för, säger hon.



Christine Gustafsson är professor i omvårdnad vid Sophiahemmet Högskola och är ny ledamot i Demensfondens vetenskapliga råd. Vi ställde några frågor till Christine om hennes nya uppdrag och syn på framtiden.

ANSVARIG UTGIVARE: Liselotte Björk, ordförande

REDAKTÖR: Karin Bajlo

UPPLAGA: 12.000 ex.

GRAFISK FORMGIVNING OCH TRYCK:

Bergström & Sund

Åtta.45

Maj 2025

ISSN 1100-9055

OMSLAGSFOTO: Rosie Alm

ANNONSER: Skickas till Demensförbundets redaktör,
info@demensforbundet.se

DU SOM VILL SKRIVA I DEMENSFORUM:

Skicka ditt manus till Demensförbundet helst som bifogad fil med e-post. Skicka gärna med foton eller illustrationer till din artikel. Vi förbehåller oss rätten att redigera insända artiklar. Citera gärna men ange alltid källan! Mottagna bidrag publiceras i mån av utrymme. Adress, se sista sidan.

MANUSSTOPP FÖR NÄSTA NUMMER ÄR: 19/6 2025

NÄSTA NUMMER (LEVA MED DEMENS) UTKOMMER: 18/9 2025

Dags att säga tack och hej då

Tre intensiva år har passerat sedan jag fick förtroendet att bli Demensförbundets ordförande – år fyllda av samtal, möten, föreläsningar, projekt och framåtanda. När jag nu valt att kliva av uppdraget finns det många jag vill rikta ett varmt tack till.

Först och främst till alla er som lever med en demenssjukdom och som delat med er av era erfarenheter. Ni har berikat mig och ständigt påmint om vad som är viktigast i vårt arbete: att förbättra livet med demens.

Tack också till alla anhängare som varje dag gör en avgörande insats. Många av er delar dessutom era erfarenheter för att stötta andra – ert engagemang är ovärderligt.

Demensförbundets organisation är som ett pussel där varje del är viktig. Tack till medarbetarna på kansliet och i telefonrådgivningen – ert arbete är grundbulten i vår verksamhet. Tack också till mina kollegor i förbundsstyrelsen; tillsammans har vi hanterat både väntade och oväntade utmaningar och tagit viktiga steg framåt.

Det ideella arbete som sker runt om i landet i våra lokala föreningar är beundransvärt. Jag är glad att ha fått besöka mer än hälften av er och föreläsa för medlemmar och allmänhet. Tillsammans har vi spridit kunskap, förståelse och stöd till många.

Jag vill också tacka för alla samarbeten och kontakter utanför förbundet. Genom konstruktiv dialog och samarbete med andra aktörer kan vi bli en ännu starkare kraft.

Ett särskilt tack vill jag rikta till min make Pär, som ideellt ryckt in när det behövs, varit chaufför under resor och, åtminstone för det mesta, tålmodigt lyssnat på mina funderingar.

Till er som är medlemmar vill jag säga: ert medlemskap är avgörande. Ju fler vi är, desto starkare röst blir vi tillsammans för delaktighet och gemenskap i samhället.

Det är lätt att fastna i tanken på det som ännu inte är klart, men när jag summerar åren ser jag att vi har åstadkommit mycket. Vi har provat nya vägar, som våra uppskattade webinarier, och efterfrågan på vår kunskap ökar. Nästa nummer av medlemstidningen blir början på en ny spännande resa.

Till den nyvalda styrelsen vill jag skicka ett varmt lycka till – jag önskar er kraft och energi i ert viktiga arbete.

Själv säger jag hej då till ordförandeuppdraget, men inte till mitt engagemang. Jag kommer att arbeta vidare inom företaget Seniorglädje, föreläsa och fortsätta med podden Demensdialogen – och framför allt få mer tid för familj och vänner.

Jag avslutar som jag ofta gör:
Vi ses och hörs – var rädd om dig.



Liselotte Björk,
ordförande i
Demensförbundet.



Allt är ett sökande efter vind

Sitter lutad mot en björk med grov bark som skaver lite mot min rygg, hör småfåglar sjunga en bit bort och det låter som om de sjunger om sensommaren som nu är här. Det är en eftermiddag i slutet av augusti och en ljum, mild vind smeker mitt ansikte. Jag tittar ner på min vita t-shirt och ser en färgglad trollslända som sitter blick stilla med sina långa vingar glänsande i solen. Den är troligtvis på väg in i sin pensionsålder, letandes efter en lämplig plats där hen kan njuta sina sista timmar. Bakom mig, kanske femtio meter, hörs ljudet från bilar som då och då åker förbi i hög hastighet på väg 219. Vägen, som också kallas för Utflyktsvägen, väcker starka minnen till liv varje gång jag färdas längs den. Minnen från härliga utflykter i den vackra sörländska naturen, till fots eller i kanot, med både familj och vänner.

Jag tittar ut över en vassrugg som rör sig sakta i den milda vinden och skymtar vattnet längre ut lätt krusande. Låter min blick fortsätta förbi vassruggen åt höger och hamnar då på en äldre träbrygga som längst ut mot vattnet har ett ställ med säkert trettio kajakpaddlar. På gräsmattan bredvid... ryser nu till lite grann när några tillfälliga moln precis skymmer den nyss så värmande solen...står ett ställ med ett tjugotal kajaker i olika färger. De flesta är röda och vita men jag kan även skymta en vacker mörkblå kajak liggandes en liten bit ifrån de andra. Det är som om den vill hålla sig lite för sig själv, som om den tycker att den är lite finare, lite bättre än de övriga kajakerna.

Solen visar sig tacksamt igen och jag tvingas blunda lite för det starka solljuset och nu, med min ögon slutna, hör jag ett svagt susande, ett lätt svirrande. Jag öppnar snabbt ögonen men ser varken myggor eller andra småkryp. Inser då att det måste vara herr och fru Tinnitus som, sedan några år, brukar besöka mig då och då. De gör egentligen inte så mycket väsen av sig utan hörs mest när det är helt lugnt och stilla runt mig. Tittar igen på den vackra vyn...det glittrande vattnet, kanoterna med alla sina färger, träden och alltsammans i ett värmande solsken. Längre ut på fjärden ser jag en person på en windsurfingbräda som kämpar med sin balans i den lätta vinden och hens randiga gulröda segel fladdrar lätt. Mina tankar går tillbaka till lunchen som jag hade med "Lunchpojckarna" på Stensunds folkhögskola för någon timma sedan. "Lunchpojckarna" är ett gäng kompisar från Södertäljetiden som brukar träffas för lunch och ibland brukar jag hänga på. Den här dagen böljade samtalen som vanligt mellan pensionärlivets glädjeämnen och dess vedermödor och när vi efteråt traskade omkring i omgivningarna berättade jag om den skrivarkurs som jag hade gått tidigare under sommaren på just denna plats. Inför deras nyfikna öron fick jag också berätta om mitt skrivprojekt som nu har börjat ta form och är en del av min vardag...ja jag känner mig faktiskt lite som en skribent och tänker mig att det banne mig ska bli en bok om min vandring

genom mitt alzheimerland. En bok som ska handla om hur jag och min familj hanterar utvecklingen och konsekvenserna av min diagnos. Den är också tänkt att nyansera bilden av att ha Alzheimer, exempelvis att jag inte "är" min Alzheimer utan att jag "har" sjukdomen Alzheimer. Det jag också vill förmedla är att jag nu, i och med diagnosen, har blivit oerhört mycket mer medveten om att det är här och nu som gäller. Jo, jag vet att det gäller för alla människor men det blir så mycket tydligare när en läkare säger, vad jag minns, "Kjell, du har en dödlig sjukdom och du har troligen bara fem, sex bra år kvar! Det här har resulterat i att jag är mycket mer "här och nu". Mycket mer tacksam och nyfiken på det dagliga som livet bjuder på, är mer modig och pratar lättare med främmande människor samtidigt som jag försöker välja bort det som inte ger mig något. Kort sagt, jag är numera mer egoistisk till förmån för mig själv, mina vänner, min familj och mer öppen till nya sammanhang, nya roller, nya lärdomar...det känns nästan som att segla, att hela tiden söka efter vind. Plötsligt väcks jag ur mina tankar av ljudet från vågskvalp. Tittar upp och ser nu, helt nära mig, personen jag tidigare såg kämpandes med sin windsurfingbräda längre ut. Han vänder sitt svettiga ansikte mot mig och våra ögon möts. Det känns, på något konstigt sätt, som om vi har något gemensamt. - Det såg härligt ut det där, säger jag uppmuntrande. Han spricker upp i ett stort leende och säger på bruten svenska. - Ja, när jag väl lyckades fånga vinden blev det helt underbart. ■



OM FÖRFATTAREN

Namn: Kjell Ehn.

Ålder: Föddes 1960.

Bor: Nyköping.

Familj: Frun Eva och två vuxna barn.

Aktuell: Invald i Alzheimer Europas "European Working Group of People with Dementia". Fick 2021 en Alzheimers diagnos.

Kraftsamling för Yngre med demenssjukdom



Den 3 april genomfördes en heldag på temat ”Kraftsamlingen för yngre med demenssjukdom” i Göteborg.

Upprinnelsen till dagen har varit möten och samtal med engagerade personer och organisationer kring den specifika situation det innebär att få en demensdiagnos i yrkesverksam ålder. Syftet med dagen var att samla den erfarenhet och kunskap som finns och hur regeringens nya demensstrategi ska leda till konkreta åtgärder som gör skillnad för alla som lever med en demenssjukdom och deras anhöriga.

Träffen startade med ett panelsamtal, i panelen fanns bland annat Kjell Ehn som själv lever med Alzheimers sjukdom. Kjell känns igen som skribent i Demensforum. I panelen fanns också forskare, sjuksköterska, anhöriga, jurist och äldre- och socialförsäkringsministern Anna Bergkvist Tenje.

Panelsamtalet belyste med stor tydlighet hur personer med demens i yngre ålder och deras anhöriga upplever ett system där ansvar, stöd och information är fragmenterat, otillräckligt och ofta anpassat för en äldre målgrupp. Erfarenheterna pekar mot en ojämlig demensvård där vårdkedjan brister, särskilt i de tidiga skedena efter diagnos. Det är inte bara vården som brister – det handlar också om identitet, delaktighet och möjligheten att fortsätta leva ett meningsfullt liv.

En del av det som framkom vid panelsamtalet och under de rundabordssamtal som följde med deltagare på konferensen är specifikt för gruppen yngre men mycket gäller för alla oavsett ålder.

Här är en del punkter som belyser det som behöver förbättras och arbetas vidare med:

- Inför ett startpaket vid diagnos – innehållande information, coachkontakt, juridisk rådgivning och kontaktperson.
- Erbjud kontinuerligt psykosocialt stöd – inte bara vid kris.
- Inför lots- eller case manager-funktioner för att samordna vård och stöd.
- Bygg vårdrelationer på tillit och tillgänglighet – skapa utrymme för spontanitet i samtal.
- Gör om strukturerna – från ålder till behov. Information och verksamhet ska vara tillgänglig och relevant.
- Stärk möjligheten att behålla identitet och roll – exempelvis genom anpassade aktiviteter och arbetslivsstöd.
- Erbjud boendeformer för yngre med demens som bygger på normala behov för deras ålder.
- Utveckla anhängstöd särskilt för unga – både emotionellt, praktiskt och socialt.
- Tydliggör barnperspektivet i rutiner, vårdplanering och samverkan.
- Koppla skolhälsovården till barn och unga som anhöriga.

Arrangörer

Demensförbundet, Alzheimerfonden, Nationellt Kompetenscentrum anhöriga (NKA), Gott ledarskap i demensvården (Glid) och Bräcke diakoni. Samarbetspartners var också Anhörigas riksförbund, Jönköping University, Karolinska universitetssjukhuset & Familjens Jurist. ■



FOTO: ROSIE ALM



Framåtblick och gemenskap på Demensförbundets kongress

Demensförbundets förbunds-kongress 2025 hölls den 10–11 maj i Stockholm och samlade ombud från hela landet, inbjudna medlemmar, förbundsstyrelsen samt kansliet. Kongressen präglades av engagemang, framtidstro och viktiga samtal om hur vi tillsammans kan arbeta för ett mer demensvänligt Sverige och ett framåtblickande förbund.

En av höjdpunkterna under lördagen var ett livesant samtal om FINGER-modellen – ett vetenskapligt förankrat livsstilsprogram för att förebygga demenssjukdomar. I samtalet deltog professor Miia Kivipelto, förbundsordförande Liselotte Björk samt konstnären Maria Wirén Öberg, som själv fick sin Alzheimerdiagnos vid 69 års ålder. Samtalet berörde både forskningens framsteg och vikten av individens eget ansvar – med fokus på fysisk aktivitet, kost, hjärngympa och socialt engagemang.

Demensförbundet och Fingers Brain Health Institute har i samarbete tagit fram en ny broschyr om FINGER-modellen. Broschyren är rikt illustrerad med konstverk av Maria Wirén Öberg, vars bilder ger en personlig och inspi-

rerande inramning till informationen om hur livsstilen kan påverka hjärnhälsan.

Söndagens förhandlingar inleddes med ett samtal med Kjell Ehn, skribent i DemensForum och svensk representant i Alzheimer Europas arbetsgrupp för personer med demens (EWGPWD). Hans personliga perspektiv gav viktiga insikter inför kongressens beslutsfattande.

Under kongressen togs flera avgörande beslut. Ett treårigt program för ett demensvänligt Sverige antogs – ett konkret steg för att stärka delaktighet, tillgänglighet och livskvalitet och sätta riktningen för vad förbundet ska arbeta med under kommande tre års period. Två nya medlemskategorier infördes: "Stödmedlem individ" och "Stödmedlem organisation". Rambudget, medlemsavgifter och förbundsavgift fastställdes, dessutom beslutades om reviderade stadgar för både förbundet och dess lokalföreningar. På kongressen valdes en ny förbundsstyrelse, valberedning och förtroendevalda revisorer för mandatperioden 2025–2028.

Kongressen 2025 visade på styrkan i gemenskap och på viljan att fortsätta utveckla förbundets arbete – för alla som lever med eller påverkas av demenssjukdom. ■



Ny förbundsstyrelse vald – Lena Kock ny ordförande



På Demensförbundets förbunds kongress den 10–11 maj valdes en ny förbundsstyrelse för den kommande mandatperioden. Till ordförande valdes Lena Kock från Nyköping-Oxelösund, som nu tar över stafettpinnen och leder förbundets arbete vidare.

Styrelsen har ett viktigt uppdrag i att styra och utveckla Demensförbundets verksamhet i enlighet med förbundets stadgar, mål och vision. Tillsammans arbetar styrelsen för att förbättra villkoren för personer med demenssjukdom och deras anhöriga, och för att öka kunskapen i samhället om demens.

Till ordinarie ledamöter i förbundsstyrelsen valdes:

Johan Karlman, Bodens demensförening
Noomi Hertzberg-Öberg, Varbergs demensförening
Peter Almroth, Norrköpings demensförening
Janni Ahlgren, Göteborgs demensförening
Birgitta Hedén, Västerås demensförening
Fredrik Lilja, Ölands demensförening
Ewa Miller, Umeå demensförening
Petra Tegman, Stockholms demensförening
Maria Holmström Mellberg från Stockholms demensförening valdes som ersättare.

Den nya styrelsen representerar en bred geografisk spridning och en stark gemensam vilja att fortsätta utveckla förbundet som en kraftfull röst för alla som lever med eller påverkas av demenssjukdom. ■



”Jag är densamma – men med en diagnos”

Maria Wirén Öberg lever med Alzheimers sjukdom och finner ro i att måla träd och växter. – Naturen är en fantastisk källa till glädje och inspiration. Det är jag väldigt lycklig för, säger hon.

TEXT: ANNA CARLEHED | FOTO: ROSIE ALM

Maria svarar i mobilen på väg ut från en ICA-butik när vi hörs för första gången. Hon säger att hon blir väldigt trött av alla intryck när hon är och handlar. Maken Jim hjälper till att kolla i kalendern för att se om det passar att höras veckan därpå för en längre intervju. Det gör det.

Det som förut var så självklart, som att boka in ett möte eller att veta vilken dag det är, är numera frågor som hon konstant bollar med Jim. För säkerhets skull.

– Upphämningsprocessen i hjärnan är svag och blir sämre. Jag kan vakna på morgonen och tänka att ”i dag vill jag fixa balkongen”. Så skriver jag upp att vi ska åka till ett växthus och köpa blommor. Men det blir inte av, säger Maria.

När vi hörs igen beskriver Maria att lätta moln rör sig över en klarblå himmel. Paret's lägenhet ligger invid Svartån som slingrar sig genom centrala Örebro. På andra sidan vattendraget tronar en ek.

– Jag är tokig i träd, är helt förälskad i eken här utanför fönstret. Jag målar helst träd och andra naturbilder med starka färger, men är inte så noga med formerna.

Hon har målat i perioder. För några år sedan fastnade hon vid en konstform som heter Vedic Art. Maria förklarar att det är en fri form av målning där man sätter penseln till tavlan och följer intuitionen för att se vad det blir. Eftersom man använder akrylfärger blir målningarna kraftfulla och färggranna.

Det finns en ateljé i seniorboendet som Maria kan använda. Men hon sätter sig lika gärna vid köksbordet för att få den vackra utsikten. Utanför har ett körsbärsträd precis slagit ut i blom.

Hon är tacksam för sitt boende – den omgivande miljön har alltid varit viktigt för henne. Och nu, när hon inte längre kan orientera sig lika väl i tid och rum, är ett naturligt liv än mer angeläget.

– Vi har ett arrendetorp på landet med en allé av gigantiska bokar. Där har jag målat hur mycket som helst.

I yrkeslivet är det mänskliga relationer som varit i fokus. Maria har arbetat som kurator, KBT-terapeut och stresshanteringskonsult. Hon var koncentrerad och skärpt. Men en dag hittade hon inte dit hon skulle. Hon tappade också greppet om huruvida det var grönt eller rött trafikljus när hon körde bil.

Efter läkarbesök och månader av väntan diagnostiserades Maria med Alzheimers sjukdom i augusti 2023.

– Jag trodde jag hörde fel. Det var skräckfyllt att ta emot beskedet, marken rännade under mig. Karolinska Institutet hade hittat alla fyra markörer på proverna. Det ger en hundra procent säker diagnos.

Familjen är en stort tröst för Maria, även om hon inte längre orkar umgås i samma utsträckning som förr. Tillsammans med Jim har hon tre barn och sex barnbarn. Efter diagnosen kom alla barn hem och familjen pratade igenom hur de skulle förhålla sig till det nya livet.

Maria har också varit öppen med diagnosen inför grannar, vänner och bekanta.

– Jag är densamma – men med en diagnos. Mina närmsta vänner säger att ”du är ju du”.

Paret Öberg har gått igenom kriser tidigare. Det hjälper dem i dag, tror Maria.

– Vi har mycket humor. Jag är glad att jag har den kvar. Jag kan ironisera över mig själv och då skrattar vi jättemycket.

Hon önskar ändå att det hade funnits ett professionellt stöd som hade kunnat hjälpa henne och maken att bearbeta diagnosen direkt efter att hon fått den. Men det dröjde flera veckor tills de fick en tid hos en kurator.

– Hon var så himla bra, otroligt varm, och kom med konkreta tips.

Vid ett tillfälle tog kuratorn fram ett kollegieblock och ritade hastigt upp en hand med fem fingrar. Så förklarade hon att det är en modell för att man ska minnas vad som är viktigt att tänka på – kost, hjärnjympa, fysisk aktivitet, sociala aktiviteter och att hålla koll på sina hjärt- och kärlvärden.

Det var fantastiskt hjälpsamt, berättar Maria, som tog fram sina färgtuber och penslar så snart hon kommit hem.

– Jag målade min hand och mitt liv runtomkring den. Det kändes meningsfullt.

Vid ett planerat hembesök såg personal från minnesmottagningen bilden och tyckte om den. Personalen kontaktade Demensförbundet, vilket utmynnade i ett möte mellan Maria och förbundets ordförande, Liselotte Björk, och dess kommunikator Karin Bajlo. Maria fick tillfälle att dela sina tankar om vad som skulle kunna hjälpa personer med demenssjukdom.

Numera finns hennes teckning över handen med de fem fingrarna på en folder som förbundet tryckt upp tillsammans med FINGERS Brain Health. Den går att anpassa efter varje individ, genom att man skriver in sina egna tankar vid varje finger.

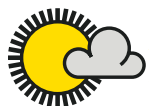
Maria är mycket intresserad av existentiell hälsa. Nyfiken på de stora frågorna, som vad det innebär att vara människa. I sin nuvarande livssituation funderar hon mycket på meningsfullhet. Till exempel vilken känsla av sammanhang hon kan skapa i samklang med familjen, kommunens samtalsgrupp för personer med demenssjukdom och med träden på landet.

Hon söker det begripliga och hanterbara. Och övar på att vara närvarande i nuet.

– Nu flyger en fjäril förbi här, noterar hon högt och fortsätter:

– Jag tror på att stanna upp och gå in i det lilla och känna ödmjukhet. ■

FINGERS Brain Health Institute (FBHI) samordnar den forskning som bygger vidare på FINGER-studien, och som numera involverar ett stort nätverk av forskare över hela världen. Institutet driver och stödjer också implementeringsaktiviteter, för att forskningsresultat snabbt ska komma till nytta för individer och samhällen. FBHI är en icke-vinstdrivande stiftelse grundad av bland andra professor Miia Kivipelto, som leder FINGER-forskningen.



Nu lanserar vi förmåner för våra medlemmar!



Vi bygger just nu upp ett antal centrala medlemsförmåner unika för dig som medlem i Demensförbundet. Vi kan erbjuda rabatt på Trygghetslarm via Sensorem, rabatt på tjänster från Familjens Jurist och ett medlemserbjudande på en bok från Bonnier Carlsen. **Allt om våra medlemserbjudanden och vad de innebär hittar du på vår hemsida: www.demensforbundet.se/medlemsformaner/**



En värdefull paus i vardagen

Till er som bor i
Dalarna eller
Gävleborg!



Den 5-7 september bjuder Demensförbundet in dig som är anhörigvårdare* och dig som har en demensdiagnos till en rekreationshelg fylld av härligt umgänge, god mat och valfria aktiviteter.

Datum: 5-7 september, 2025

Plats: Stiftsgården i Rättvik

Kostnad: Demensförbundet står för alla kostnader på plats. Resan till och från Rättvik bokas och betalas av deltagarna själva.

Sista anmälningssdag: 9 juli till styrelsen i er lokala demensförening.

Ni behöver vara medlemmar i en lokal demensförening för att kunna delta.

*som anhörig kan du vara till exempel livskamrat, vän, väninna, son eller dotter.

Ny folder!

Lagom till kongressen lanserade Demensförbundet en ny folder med inspiration från FINGER-modellen. Tanken med foldern är att informera om FINGER-modellen på ett lättfattligt sätt samtidigt som den ska vara ett material att använda för att själv kunna jobba med FINGER-modellen. Foldern är framtagna tillsammans med konstnär Maria Wirén Öberg och FINGERS Brain Health Institute.

Foldern finns nu att beställa i webbutiken.





Gävle Demensförening

Nu har turen kommit till Gävle demensförening som bildades redan 1987. Föreningen som har drygt 200 medlemmar är mycket aktiv och har ett digert program av aktiviteter till sina medlemmar.

Program för våren 2025

28 januari

Musik från 50-talet på 65-plusboendet Limhällen. Hela 58 personer kom och njöt av underhållningen.

14 februari

Film om Ahlgrens (godis från Gävle) på träffpunkten Kaplansgatan.

6 mars

Årsmöte på Anhörigcenter, 23 personer deltog och njöt smörgåstårter och bubbel efteråt.

8 mars

Musik på Gävle konserthus med Beatles-tema.

25–26 mars

SAM-hjälpmedelcentralen i Gävle hade demensmässan, 15 utställare däribland Gävle demensförening. Många besökte vår monter och fick information med sig hem och bra samtal på plats. Cirka 250 personer från hela länet även Dalarna kom.

8 april

Filmvisning av *Så länge hjärtat slår* på Kulturhuset Agnes, 41 personer kom och såg filmen.

22–23 april

Folkmusik med LISAS, Lisa Rydberg och Lisa Långbacka på Selvgrensgården, Villa Vallonen, Fleminggatan och Hemlingborg, 145 personer deltog totalt.

9 maj

Under fem fredagar med start den 9 maj arrangeras Inspirerande målarträffar i samarbete med lokala konstnärer och Hjärnkontakt. Fullbokat.

10–11 maj

Deltar på Förbundskongressen.

13 maj

Film på Agnes, *A Complete Unknown* (Bob Dylan).

17 juni

Kulturrese till Ockelbo med buss, 50 personer. Besök på Wij Trädgårdar med guidning och sedan gemensam lunch. I skrivande stund planeras hösten 2025 för fullt.

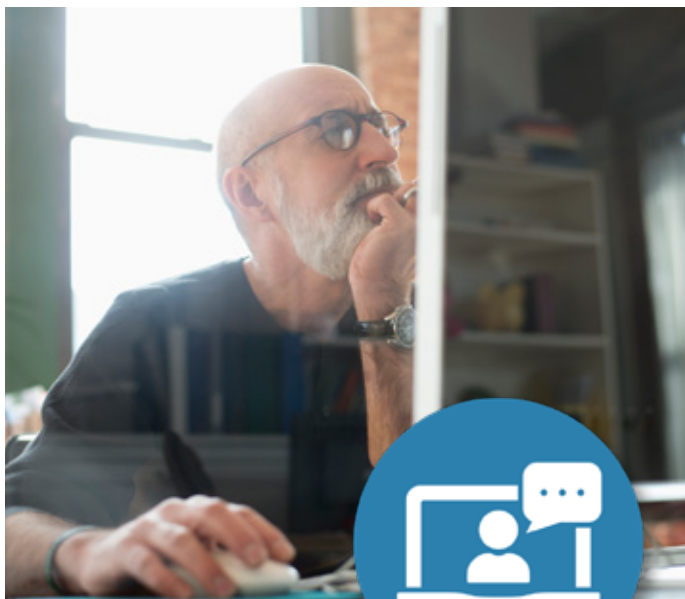
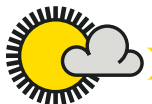


Gävle demensförening

– EN DEL AV DEMENSFÖRBUNDET

Föreningen har samarbete med Anhörigstöd i Gävle kommun, Minnesmottagningen Region Gävleborg, Funktionsrätt Gävle och Träffpunkt Hjärnkontakt. Det arrangeras medlemsträffar varje månad och aktiviteter på demensboenden. Fyra gånger per år möter föreningen presidium för Omvårdnad Gävle och är även med i utformningen av den nya demensstatgin.





Våra webinarier

Som en del i vårt uppdrag att öka kunskapen om demenssjukdom och ett led i vårt arbete för att förbättra förhållandena för personer med demenssjukdom och deras anhöriga producerar Demensförbundet löpande webinarier i aktuella ämnen med intressanta gäster.

Under åren har en mängd webinarier spelats in om allt från kommunikation vid demenssjukdom, minnesutredning hemifrån och läkemedel mot Alzheimers och du kan se dem alla på Demensförbundets egen YouTube-kanal. I vår har du kunnat se och delta i webinarier om Lewy body demens, Livet med demens – i samarbete med SPF Seniorerna, Frontallobsdemens, Vaskulär demens.

Alla webinarier spelas in och läggs upp på vår YouTube, så att du även kan se dem i efterhand. Nu ligger vårens alla webinarier uppe på vår You-Tubekanal.



Tips!

Du hittar enklast till vår YouTube-kanal via en länk med den här symbolen längst upp till höger på startsidan på vår hemsida.

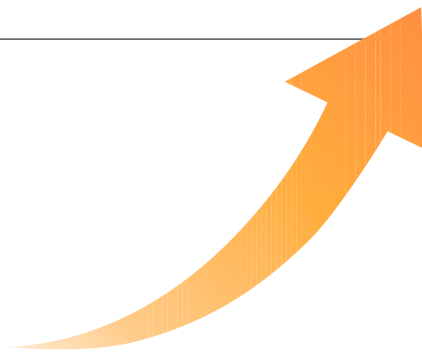


Beställ material till Internationella Alzheimerdagen

Den 21 september är det Internationella Alzheimerdagen.

Glöm inte att beställa material till dagen. Ni hittar aktuellt material i föreningarnas egen webbutik. Länk till butiken finns på intranätet.

På de flesta produkter gäller att föreningarna kan beställa ett begränsat antal utan kostnad och sedan beställa mer till självkostnadspris. Frakten räknas ut beroende på hur mycket som beställs och faktura på frakten läggs med i leveransen. Tänk på att samla ihop och göra EN beställning så ni slipper flera fraktagifter.



Demensförbundet växer

Vi kan med glädje välkomna ytterligare en lokalförening i vår gemenskap. Det är Demensföreningen i Örnsköldsvik som nyligen bildats.

Vi vill också passa på att välkomna medlemmar från nedlagda Alzheimer Sverige i Jönköping till Jönköpings demensförening.

Ju fler vi är desto starkare blir vi!



Projekt utökade funktioner i arcMember

Bakgrunden till projektet är att lokalföreningarna har efterfrågat fler funktioner i kommunikation med medlemmarna.

Vi ställde några frågor till förbundskonsulterna Laila Eriksson och Anette Svensson som jobbar med projektet tillsammans med utvecklarna av arcMember.

Vilka funktioner har man testat?

- Brevutskick
- SMS
- Fakturering av medlemsavgift

Vad innebär de nya funktionerna?

- Ökad möjlighet att nå ut med information både lättare och snabbare.
- Underlätta för nya medlemmar som ansöker om medlemskap i lokalförening att få direktåterkoppling.
- Möjliggöra att välkomstbrev med information om aktivering av medlemskap går ut direkt i svarsmejl efter ansökan.

En kortare väg för återkoppling är viktigt för att inte tappa medlemsansökningar samt att underlätta hanteringen av medlemsregistret. Välkomstbrev med information om aktivering av medlemskap behöver gå ut direkt i svarsmejl efter ansökan. Möjlighet att skicka SMS, brev och direktfakturering av medlemsavgift från medlemsregistret

Vilka föreningar har deltagit i projektet?

Halmstad, Gävle, Göteborg, Hudiksvall, Lerum, Nyköping, Skaraborg, Skellefteå, Stockholm, Umeå, Vansbro och Östersund. Varför har man valt ut dessa?

Urvalet har gjorts där det finns en stabil styrelse och intresse för att delta i pilotprojektet. Tolv föreningar deltar i pilotprojektet med ett medlemsantal mellan 40–500 medlemmar, föreningarna ska representera glesbygd, större samhälle samt storstad från norr till söder.

Vad är syftet med projektet?

Att erbjuda fler funktioner till föreningarna i kommunikation med medlemmarna direkt via arcMember. Öka möjligheten att nå ut till sina medlemmar med informationen lättare och snabbare. Fakturering av medlemsavgift direkt från medlemsregistret.

Underlätta för nya medlemmar som ansöker om medlemskap i lokalförening att få direktåterkoppling med kontaktuppgifter till föreningen samt information hur man aktiverar sitt medlemskap och vad som ingår i det.

Hur går det?

Det går fantastiskt bra! Projektiden är över och den halvtidssammanställning som gjorts är mycket positiv från föreningarna som deltagit. De upplever att det har underlättat deras arbete i styrelserna med utskick angående aktiviteter, möten samt fakturering direkt från registret. Medlemsansökningarna kommer direkt in i registret och en notifikation skickas till föreningen att det kommit en ny medlem.

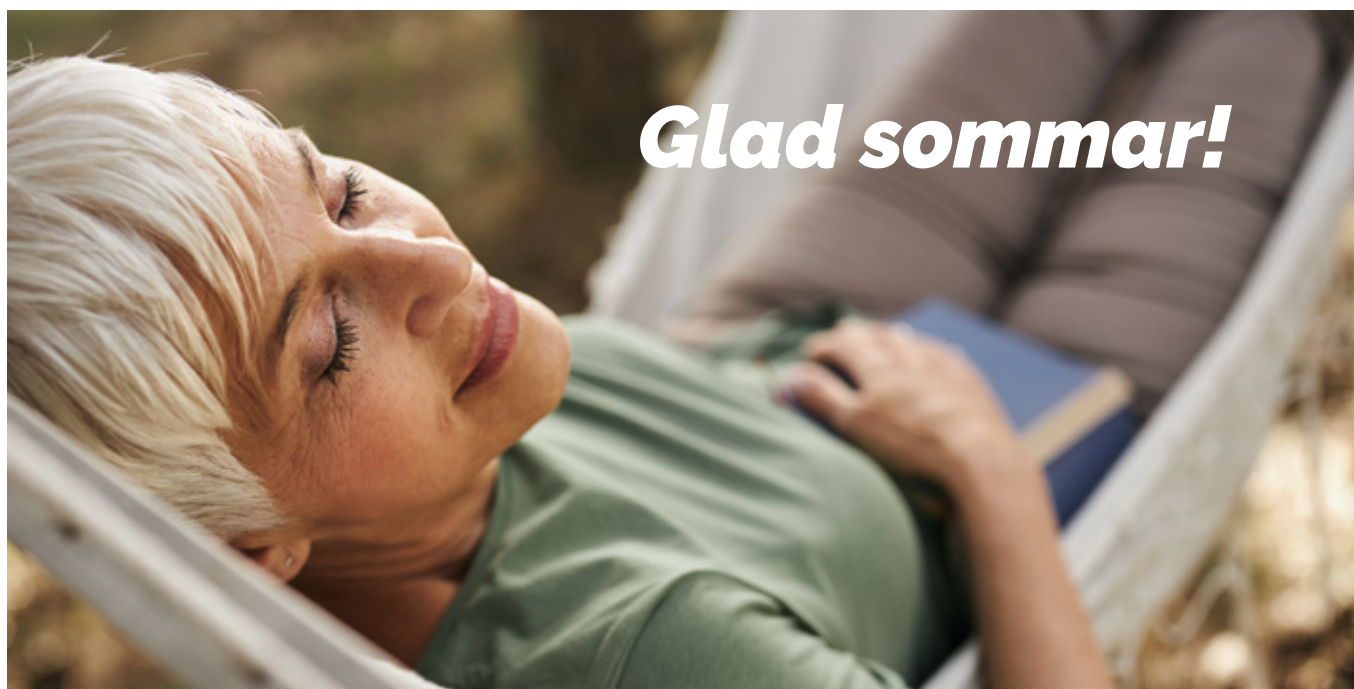
Vad händer nu?

Nu ska vi sammanställa och redogöra för vad projektet har kommit fram till.

Vår slutredovisning pekar mot att alla föreningar ska få möjlighet att använda funktionerna och att det ska möjliggöras under 2025.

Det finns stora vinster i att underlätta för föreningarna i kommunikationen med medlemmarna samt att det nya formuläret på hemsidan genererar ett Välkomstbrev med information angående betalning av medlemsavgift och kontaktuppgifter till föreningen.

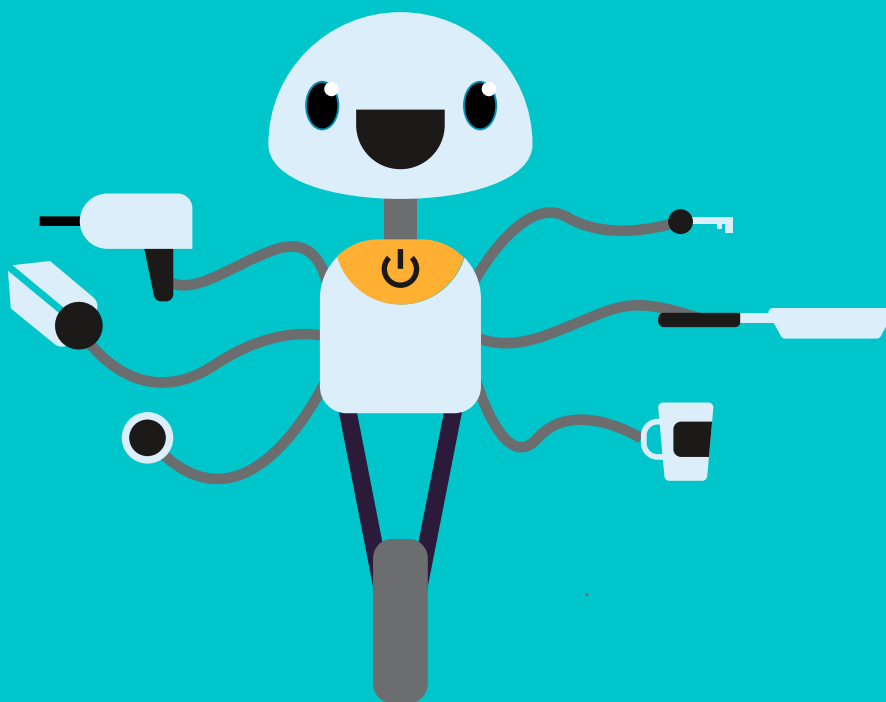
Vi har på våra nätverksträffar under våren informerat om projektet och det finns ett stort intresse bland övriga föreningar att få möjlighet till utökade funktioner.



Glad sommar!

Snart får vi njuta av den härliga sommaren och med sommarsemestrar blir bemanningen lite lägre på förbundskansliet. Vi minskar våra öppettider under perioden **30 juni – 8 augusti** då kanslitelefonen är öppen mellan klockan **9.00–15.00**.

Telefonrådgivningen håller öppet som vanligt hela sommaren. Vi passar på att önska en riktigt härlig sommar med sol, värme och skön återhämtning!



Tekniska hjälpmedel kan göra skillnad för personer med demens – men kunskapen är låg

Teknik kan skapa ökad trygghet, säkerhet och självständighet för personer med demenssjukdom. Men vad händer när den som skulle behöva hjälpmedlen inte känner till att de finns? Forskning visar att samhället har en viktig roll: att sprida kunskap om de tekniska stöd som faktiskt kan förändra vardagen.

TEXT: MARTIN KÄLLSTRÖM | FOTO OCH ILLUSTRATION: ORIENT



Rose-Marie Johansson-Pajala och Christine Gustafsson är medlemmar av forskningsprojektet ORIENT.

Utvecklingen av tekniska hjälpmedel inom vård och omsorg går snabbt framåt. Digitala minnesstöd, sociala robotar, påminnelsefunktioner och trygghetslösningar kan underlätta livet för personer som lever med en demenssjukdom. Men trots alla innovationer kvarstår en stor utmaning; många av dem som skulle ha störst nytta av tekniken vet inte att den existerar. Och det är svårt att efterfråga något man aldrig hört talas om.

I forskningsprojektet *ORIENT – Use of care robots in welfare services: New models for effective orientation* – undersökte forskare hur äldre personer och personer med vårdbehov ser på användningen av teknik och robotik i omsorgen. Studien, där bland andra Christine Gustafsson, professor vid Sophiahemmet Högskola och ledamot i Demensfondens vetenskapliga råd, medverkade, publicerades 2020 i *International Journal of Social Robotics*.

Resultaten visar att möjligheten att ta till sig ny teknik i hög grad påverkas av hur informationen presenteras – om den är tillgänglig, begriplig och anpassad till individens situation.

– Många deltagare i studien visade stort intresse för tekniska lösningar, men saknade kunskap om vilka möjligheter som fanns. Därför efterfrågades heller inte stöd som i många fall hade kunnat stärka självständighet, trygghet och livskvalitet, berättar Christine Gustafsson.

Studien visar också vikten av att introducera teknik tidigt – innan sjukdomsförloppet försvårar möjligheten att lära in nya vanor. Det räcker inte att tekniken finns – den måste vara rätt anpassad, rätt tajmad och presenteras med stöd från både anhöriga och vårdpersonal.

– Rätt teknik vid rätt tidpunkt kan göra stor skillnad – inte bara för den praktiska vardagen, utan också för känslan av delaktighet, självbestämmande och livskvalitet, säger Christine Gustafsson.

Inom ORIENT-projektet togs modeller fram för hur samhället bättre kan stödja både brukare och anhöriga i mötet med ny teknik. Informationsinsatser behöver vara pedagogiska och lättillgängliga – inte bara genom bro-

schyrer och webbplatser, utan också genom visuella och konkreta format, som korta filmer och praktiska demonstrationer.

En animerad film från projektet – *Vårdrobotar: Orienteringsvägar för användare och samhället* – visar på ett lättillgängligt och engagerande sätt hur tekniska hjälpmedel kan bidra i vardagen, och varför det är så viktigt att göra dem begripliga och synliga.

– För personer som lever med en demenssjukdom kan tekniska lösningar som minnesstöd, trygghetslarm, kommunikationshjälpmedel eller små vardagsrobotar göra stor skillnad. De kan bidra till att man kan bo kvar hemma längre, hålla kontakt med närstående och känna sig tryggare, säger Christine Gustafsson – och tillägger:

– Men för att den potentialen ska bli verklighet måste kunskapen spridas – både inom vården, bland anhöriga och till de personer som själva skulle kunna använda stöden.

Bristande information kan leda till att människor går miste om viktiga möjligheter till ett tryggare och mer självständigt liv.

Christine Gustafsson menar att samhället har ett ansvar att aktivt sprida kunskap om vilka hjälpmedel som finns, hur de fungerar och hur stödet kan anpassas efter olika individers behov och förutsättningar. Det handlar inte bara om att erbjuda teknik – utan om att skapa en orienteringsväg fram till tekniken.

– För personer med demenssjukdom och deras anhöriga kan tillgången till rätt teknik i rätt skede göra stor skillnad – inte bara i det praktiska vardagslivet, utan också för känslan av kontroll, delaktighet och värdighet.

Christine Gustafsson menar att förändringen också kan komma underifrån – genom att fler börjar efterfråga hjälpmedel aktivt.

– När behovet blir tydligt och efterfrågan växer, kommer samhället att svara genom att utveckla, anpassa och sprida tekniken i större omfattning. Det kan i sin tur förbättra livskvaliteten för många människor. ■

Christine Gustafsson

– ny ledamot i Demensfondens vetenskapliga råd



TEXT: MARTIN KÄLLSTRÖM | FOTO: PRIVAT

Christine Gustafsson är professor i omvårdnad vid Sophiahemmet Högskola och har drygt 15 års erfarenhet av forskning inom hälso- och välfärdsteknik, särskilt med fokus på användarnas perspektiv. Nu tar hon plats som ny ledamot i Demensfondens vetenskapliga råd. Vi ställde några frågor till Christine om hennes nya uppdrag och syn på framtiden.

Hur kan hälso- och välfärdsteknik bidra till en bättre vardag för personer med demenssjukdom?

– Användarna kan vara personer med demenssjukdom, deras anhöriga eller personal. Tekniken kan till exempel ge trygghet och säkerhet, fungera som minnesstöd, underlätta sociala kontakter och erbjuda mental stimulans genom olika aktiviteter eller produkter som robotdjur. Tekniken ska alltid utgå från verkliga behov i vardagen.

Vad motiverade dig att tacka ja till uppdraget i Demensfondens vetenskapliga råd?

– Jag blev väldigt hedrad av frågan. Det känns meningsfullt att få bidra till att lyfta fram forskning som kan göra verklig skillnad för personer med demens, deras anhöriga och personal inom området.

Vilka aspekter tycker du är viktigast när du bedömer forskningsansökningar?

– Att forskningen håller hög kvalitet, är genomförbar, relevant och följer Demensfondens riktlinjer. Det är också viktigt att projekten har ambitionen att göra verklig skillnad för personer med demens, deras anhöriga och vårdpersonal.

Vilka utmaningar och möjligheter ser du framöver inom forskningen om demens och teknik?

– Vi står inför en åldrande befolkning och risk för personalbrist. Därför är det viktigt att forskningen stödjer självständighet och livskvalitet för personer med demens, samt ger anhöriga det stöd de behöver. Vi måste också bli bättre på att utvärdera om tekniken verkligen ger den nytta som utlovas och anpassa lösningarna individuellt. ■

Demensfondens vetenskapliga råd

Demensfondens vetenskapliga råd är ett rådgivande organ till styrelsen som består av några utav Sveriges ledande demensspecialister. Det vetenskapliga rådets ledamöter har egen forskningserfarenhet. Rådet är tvärdisciplinärt sammansatt och deras uppgift är att bedöma och prioritera de forskningsansökningar som inkommer till Demensfonden avseende vetenskaplig kvalitet. Det vetenskapliga rådet lämnar därefter en rekommendation till styrelsen om vilka projekt som har högst vetenskaplig kvalitet.

Vetenskapliga rådets ledamöter är Anna-Karin Edberg, Professor i omvårdnad, Fakulteten för hälsovetenskap, Högskolan i Kristianstad. Yngve Gustafson, Professor i geriatrik och invärtesmedicin, Institutionen för samhällsmedicin och rehabilitering, Umeå Universitet. Christine Gustafsson, Professor, Med.dr, Leg. Sjuksköterska, Institutionen för omvårdnad, Sophiahemmet Högskola. Elisabeth Londos, överläkare på Kognitiv Medicin i Ängelholm och professor vid Lunds universitet.

Dags att Nominera Årets Dementsteam 2025



Multiprofessionella team är viktiga för att personer med demenssjukdom och deras anhöriga ska få rätt bedömning, bra stödinsatser och rätt information genom sjukdomsförloppet.

Därför har Demensförbundet instiftat ett pris där man uppmärksammar ett team som i en kommun har visat på bra multiprofessionellt, teambaserat arbetssätt för personer med demenssjukdom där även anhöriga inkluderas.

Stipendiet överlämnas årligen i samband med den Internationella Alzheimerdagen den 21 september. Det team som tilldelas stipendiet ska hålla ett webinarium som arrangeras av Demensförbundet/Demensfonden i samarbete med teamet och berätta om sitt arbetssätt för kommuner och verksamheter inom demensvården.

Läs mer om stipendiet på vår hemsida:
www.demensforbundet.se

Demensfondens stipendiat, professor Lena Rosenberg: **"Personer med demens har mycket att bidra med i forskningen"**



TEXT: MARTIN KÅLLSTRÖM | BILD: REBECCA LITTBRAND | FOTO: DANIEL EKMAN

Lena Rosenberg är professor i arbetsterapi vid Jönköpings Universitet och en av de forskare som beviljats stöd från Demensfonden.

Du leder ett forskningsprojekt för att inkludera personer med demens i forskningen - varför är detta viktigt?

– För mig är det viktigt att personer med demens själva involveras i forskning och utveckling som rör deras boende, vård, omsorg och andra insatser. Ofta exkluderas personer med demens för att de metoder vi använder i forskning och utveckling inte passar deras förmågor. Jag tycker att vi i stället ska anpassa våra metoder för att möjliggöra deras deltagande så mycket som möjligt så att de kan delta på sina villkor. Om vi inte gör detta missar vi deras perspektiv och erfarenheter.

Hur har ni praktiskt gått tillväga för att involvera deltagarna i studien?

– Vi samarbetade med ett demensboende och en dagverksamhet för personer med demens. På dessa platser genomförde vi olika forskningsaktiviteter relaterade till miljön där vi provade olika sätt att involvera personerna. Exempelvis provade vi olika former av samtalspromenader och vi genomförde aktiviteter som tydliggjorde miljön där vi lekte

med möjligheter till att det kunde utformas på andra sätt. Vi provade också olika konkreta verktyg för att konkretisera det vi ville involvera dem i – som till exempel en kortlek med bilder och text som synliggör olika aspekter av miljön, som utsikt, material och belysning och vi byggde också tredimensionella modeller över "vår bästa träffpunkt" på dagverksamheten.

Vilken betydelse tror du resultaten från projektet kan få, både för forskningen och för vård och omsorg i praktiken?

– Jag hoppas att kunskapen som projektet genererar ska göra att personer med demens kan involveras mer i frågor som gäller deras vård, omsorg och vardagsliv. I studien fokuserar vi på boendemiljö och träffpunkter men resultaten kan användas även när det gäller andra insatser. Jag hoppas att resultaten kan innebära att personer med demens involveras mer i frågor som gäller dem och ges möjlighet att delta på sätt som passar dem. Forskning och utveckling på deras villkor! ■

Familjer mitt i livet blir Svenska Postkodlotteriets drömprojekt



FOTO: PETER BUCHSCHATZ

Allt fler personer mellan 50 och 65 år diagnostiseras med en demenssjukdom. Men det finns ännu inte något utvecklat stöd för familjer och anhöriga till den som drabbas. Nu får Alzheimerfonden 5 miljoner kronor av Svenska Postkodlotteriet för att genomföra drömprojektet Familjer mitt i livet, tillsammans med Demensförbundet.

Projektet ska bland annat skapa en modell för hur hela familjen kan fångas upp vid ett sjukdomsbesked.

– Vi är otroligt glada. Det här är ett jätteviktigt projekt. Vården är i dag betydligt mycket bättre på att diagnostisera tidiga demenssjukdomar och vi vet mycket mer om patienterna som får en tidig diagnos. Men det finns fortfarande inget utvecklat stöd för familjer där en vuxen drabbas, samtidigt som vi vet att behovet hos anhöriga är otroligt stort, säger Liselotte Jansson, generalsekreterare för Alzheimerfonden.

Inom projektet ska man anordna återkommande familjehelger och regionala träffar. Dessa kommer att utgöra underlag för en modell som kan tillämpas inom kommunerna.

– Vi vet av tidigare erfarenheter att mötet med andra drabbade och anhöriga i samma situation kan ha mycket god effekt och verka förebyggande, säger Liselotte Jansson. Målet är att projektet ska bli tillgängligt över hela landet. Projektet kommer att genomföras i samverkan med Demensförbundet och utvalda kommuner.



– Den respons vi har fått till oss från tidigare läger i samarbetet med Alzheimerfonden visar på det stora behovet av stöd, kunskap och rekreation som finns hos hela familjen. Det här ger oss nu en fantastisk möjlighet att sprida lägren till fler familjer i hela landet, säger Liselotte Björk, förbundsordförande Demensförbundet.

Varje år delar Postkodlotteriet ut överskottet om minst en miljard kronor till ett 60-tal ideella organisationer. Den största delen är icke-öronmärkta pengar, ett basstöd, och utöver det finns så kallade drömprojekt som organisationerna kan söka.

– Vi på Svenska Postkodlotteriet är övertygade om att världen blir bättre med starka ideella organisationer som kan arbeta för förändring. I det här projektet har Alzheimerfonden identifierat ett viktigt behov och det är precis det som drömprojekten finns till för att stötta, säger Anders Årbrandt, managing director Svenska Postkodlotteriet.

Kim Kärnfalk kommer att vara projektets beskyddare. ■

Onsdagen den 25 mars hade **Hudiksvallsortens demensförening** sitt årsmöte på restaurang Patricia. Årsmötet inled-
des av en självupplevd berättelse av Elisabeth Brolin Clark. Hon berättade om när hon var i Mexico 1980 tillsammans med sin dåvarande partner, som ägde ett litet flygplan. Den 26 juni skulle de flyga från Mexico till Los Angeles och de hade två till med sig ombord, en man och en kvinna. När det hade flugit i 2 timmar hamnade de i oväder och planet gick av på mitten. Efter ha fallit i ca 3000 meter vaknade Elisabeth till och hörde så småningom några röster. Det var några mexikanska bybor som hittat planet. De bar Elisabeth i flera timmar till närmaste by där hon fick vård för sina sårskador. Förutom sår och rispor hade hon fått ett brutet nyckelben.

Det var ett mirakel att hon klarade sig då de andra tre hittades döda. En gripande och fascinerande berättelse.

Efter detta blev det fika med smörgåstårter, kaffe och kaka för de närvarande ca 35 medlemmarna. Årsmötet genomfördes, med Ann-Margret Knapp som ordförande, i enlighet med föredragningslista och styrelsen fick fortsatt förtroende.



Elisabeth Brolin Clark.

UTBILDNINGSDAG I HUDIKSVALLSORTENS DEMENSFÖRENING

Som brukligt började vi dagen med en föreläsning i Bromangymnasiets aula klockan 13.00.

Detta i samarbete med Hudiksvalls kommun och PRO.

Fyra klasser från gymnasieskolans vårdprogram deltog, dessutom kom ett stort antal personer från allmänheten som sett vår inbjudan.

Ordförande Birgitta Lönnberg hälsade vår inbjudna föreläsare Ola Polmé välkommen.

Ola Polmé har som sjuksköterska i många år arbetat med att utveckla demensvården samt informera och föreläsa i olika grupper av personal, anhöriga och övriga intresserade. Han är också författare som skrivit många böcker i ämnet.

Med stor entusiasm fick han oss alla involverade och gav oss ett stort antal verktyg att kunna använda oss av i bemötande av demenssjuka personer.

I stället för en powerpoint-presentation ritade han upp en hjärna och redogjorde för varje del av den och var i hjärnan de olika funktionerna sitter och vad som hände när olika delar av hjärnan skadas.

Föreläsningens grund var att med kunskap om vad som händer i den demenssjukas hjärna ge verktyg hur man skall agera och få demenssjuka att känna sig betydelsefulla i stället för att bli förminskad.

Viktig kunskap är att alla känslor är helt intakta hos en demenssjuk. Det som skiljer är censuren i hjärnan, den del i hjärnan som hjälper friska hur man skall agera.

Klockan 18.00 samlades ett 90-tal personer på Patricia och där fick de som inte hade möjlighet att komma på dagen, samma utomordentligt viktiga föreläsning.

Alla elever, såväl personal som anhöriga, var mycket nöjda med föreläsningen. Det är så viktigt att nå ut med information om sjukdomen demens.

Ordförande tackade Ola Polmé för en oförglömlig föreläsning, med en stor strut karameller, så att han på sin resa hem på kvällen skulle kunna hålla blodsockret på en bra nivå.



Hudiksvallsortens demensförening med Ola Polmé. Från vänster: Ingrid Persson, Ola Polmé, Birgitta Lönnberg, Monica Nilsson, Christin Styrman, Kicki Sångberg. Karin Wassberg fattas på bilden.



Demensföreningen i Perstorp har hållit sedvanligt årsmöte i mars. Alf Bohman, som tidigare var ordförande i föreningen under hela 21 år, är numera hedersordförande. Han får hålla i klubban varje årsmöte som ett speciellt hedersuppdrag. Han fick Perstorp kommuns Eldsjälspris 2022.

HUDIKSVALLSORTENS DEMENSFÖRENING – SENIORDAGEN

Onsdagen den 29 januari deltog Hudiksvallsortens demensförening i den av Hudiksvalls kommun anordnade och uppskattade Seniordagen. Den ägde rum i Kulturhuset Glada Hudik mellan klockan 11 och 15.30. Här deltog lokala föreningar, företag och institutioner med material och information om sina verksamheter. Man bjöd på soppa, kaffe och smörgås. Det var ca 1000 besökare och många kom fram till oss och ville prata och ha information. Det var en mycket givande och trevlig dag som avslutades med en föreläsning med läkaren och musikern Henrik Widegren, känd från Fråga Lund, som föreläste om skratets betydelse och påverkan på vår hälsa. Han varvade information med att spela och sjunga sånger med egna texter. Mycket uppskattat!



Vice ordförande Christine Styrman och sekreterare Karin Wassberg.

UPPSTART ÖLANDS DEMENSFÖRENING 2025



Den 27 februari startade Ölands Demensförening sin verksamhet för 2025 med årsmöte på Klockargården i Löt.

Ölands Demensförening har för närvarande 81 medlemmar, men målet är att öka till minst 100.

Onsdagen den 23 mars hölls årets första styrelsemöte. Då planerades vårens aktiviteter. Först ut var två föreläsningar måndagen den 31 mars på Äppelvägens äldreboende i Färjestaden med Jannika Häggström. Hon har tidigare arbetat på demensboende och nu åker hon runt i landet och delar med sig av sina erfarenheter och kunskaper på ett inspirerande sätt. Hon inledde med att sjunga "I natt jag drömde" med syfte om att göra något tillsammans, väcka minnen och skapa goda ögonblick. Möta en människa där hon befinner sig just nu, att kunna avleda genom att erbjuda något annat. Verkligheten är inte alltid det viktiga. Jannika hann också med att sjunga och spela för de boende på Äppelvägen.

Det var en mycket uppskattad föreläsning av de som kom till Äppelvägen. Inbjudan hade gått ut till Mörbylånga och Borgholms kommun och riktade sig till anhöriga och personal på demensboende/äldreboende.

Nästa aktivitet blir tisdagen den 15 april kl:18.00, en intresseträff i Hembygdsgården i Källa på norra Öland. Då föreläser Johanna Hinteregger, anhörig samt verksamhetschef på Alzheimer Life. Demensföreningen bjuder på kaffe,

smörgås, kaka, samt underhållning med Douglas Petersson med sång och stepp.

I maj månad gör vi en utflykt till Ottenby fågelstation på södra Öland med Solbussen. Denna utflykt vänder sig till medlemmar/anhöriga och vi får då möjlighet att se ringmärkning denna dag.

Alzheimerloppet går av stapeln torsdagen den 22 maj på Äppelvägens äldreboende. Arrangör av detta är Södra Ölands Demenssteam. Ölands Demensförening kommer att närvara.

På Demensförbundets kongress i Stockholm i maj kommer två representanter från Ölands Demensförening närvara. Glädjande är att Fredrik Lilja från Södra Öland Demenssteam är nominerad till en plats i Demensförbundets förbundsstyrelse.

En "förbättringsgrupp" har startats i föreningen. Med denna vill vi uppmärksamma politiker, allmänheten och tjänstemän på positiva och negativa synpunkter när det gäller bemanning, rättvisetänk, omsorg, maten samt användandet av levnadsberättelser i arbetet med demenssjuka.

För Ölands Demensförening: Inger Gunnarsson,
Ann-Lorraine Axelsson.



STYRELSEMÖTE I KARLSTAD



Demensföreningen i Karlstad startade i september 1992 på initiativ av Värmlands förste nyligen tillträdde specialist-läkare på demenssjukdomar Ragnar Åstrand (fortfarande föreningsmedlem). Sedan dess har vi haft möten en gång i månaden med föredrag oftast för att få kunskap om demenssjukdomarna, patientvård och anhörigvård. Samtal och diskussion har varit viktiga. Under 90-talet hade vi också årliga utflykter och ibland sång- och musikunderhållning. År 2003 medverkade vi till bildandet av en förening för anhöriga till personer med olika former av handikapp. Därefter hade vi tillsammans under flera år schemalagda "öppethus"-möten tre dagar i veckan.

I samarbete med Anhörigföreningen och under ledning av anhörigkonsulenter har vi nu sedan några år träffar sista onsdagen i månaden under rubriken "Minnet ej att för-glömma", ett kunskapskafé med fokus på kognitiv sjukdom, på mat- och hälsofrågor.

I våra stadgar står: §2 Föreningens ändamål. "Föreningen skall verka för att förbättra förhållandena för personer med demenssjukdom och stödja deras anhöriga."

Traditionellt inleds förbundstidningen "Demensforum" med utomordentliga och inspirerande "Ordföranden har ordet", men sedan saknas information och råd vad gäller demensvården i vårt land. Berättelserna från olika demensföreningars sammankomster och från individuella situationer är trevliga att läsa men vi behöver också få exempel på konkreta lösningar och förbättringar inom demensvården.

Under vår snart 33-åriga föreningsverksamhet har vi upplevt många förbättringar såsom tillkomst av demenssjuksköterskor, anhörigkonsulenter, gruppsamtal och olika vårdteam här i Karlstad. Men situationerna i vårdboendena har ständigt försämrats, framför allt genom minskad personal, som dessutom till en del är ofullständigt utbildad. Hemtjänstens hembesök har succesivt tidsmässigt minskat.

Till våra månatliga möten har vi ofta bjudit in politiker, förvaltningschefer, personal och vårdutbildare, samtliga tillmötesgående men utan tillräckliga resurser. Inför fyra kommunalval har vi haft möten med representanter för samtliga politiska partier dock utan resultat i vårdförbättringar. Vi skulle behöva få tips från andra demensföreningar och från Er i styrelsen, som deltar i internationella möten och är remissorgan i en del frågor. Hur står det till och vad gör man för att lösa vårdproblemen? Vad gör man när inte ingångna avtal följs mellan kommunen och privata demensboenden och kritiska inspektionsrapporter föreligger?

Vi behöver mer information, råd och hjälp vad gäller demensvården.

Till kongressen har vi nu skickat in en motion med förslag på att få Demensforum att mer konkret ta upp demensvårdsfrågorna. Gärna också förse tidningen med en insändarsida.

*Styrelsen i Karlstads Demensförening
genom Lars-Martin Jansson.*

Den 6 mars firade Demensföreningen i Karlskrona 30 år. Vi höll till i Folkets hus i Karlskrona och car drygt 40 st. Levande musik, tal, god mat och trevlig stämning.



DEMENSFÖRENINGEN VÄREND – ÅRSMÖTE OCH FÖRELÄSNING

Årsmötet i föreningen skedde enligt regelverket med redovisning av ekonomin och beskrivning av verksamheten för det gångna året. Vi skulle gärna se att föreningens medlemsantal gick över hundra och att fler vågar ta plats i styrelsen.

Det är en reflexion vi tar med oss in på det nya verksamhetsåret.

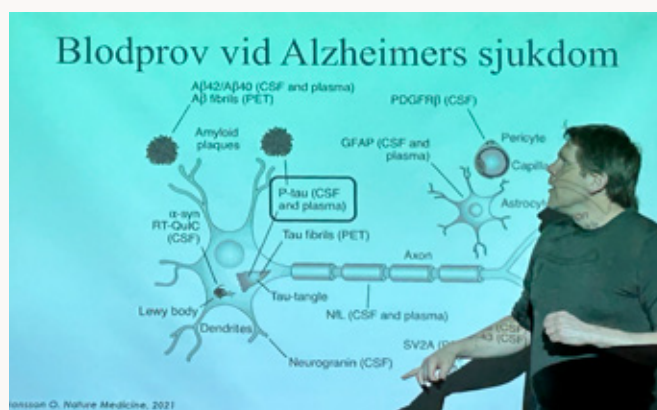
Någon månad efter årsmötet hade föreningen glädjen att välkomna *Erik Stomrud, medicine doktor*, verksam i Lund, och en av vårt lands främsta demensforskare. Doktor Stomrud förenar teori och praktik genom att han också har tjänst som läkare på Emmaboda hälsocentral. En förväntansfull åhörarskara hade samlats för att ta del av forskning som kan skänka hopp om bot av en sjukdom som många lever med, antingen med diagnos eller som anhörig.

Doktor Stomrud gav en klagörande indelning över flera *olika* kognitiva sjukdomar och deras respektive kännetecken. Han betonade vikten av bra diagnostik över vad som sviktar i kognition, t.ex. minnet, innan man kan ta nästa steg och fråga sig *varför* det sviktar.

Det är i det läget man kan börja söka en lösning på gåtan om botemedel.

Inga lätta frågor att besvara, men vi som fick lyssna och ställa frågor till denne expert, kände tillfredsställelse och hopp om att forskning kring dessa ännu gåtfulla sjukdomar skall få en lösning!

*Catherine Bringselius Nilsson,
ordförande.*



Demensföreningen i Kalmar hade en paneldiskussion i Lorensbergskyrkan den 27 mars. Vi hade bjudit in föreningens medlemmar och allmänheten som fick komma och ställa frågor till panelen eller bara lyssna.

Panelen bestod av allmänläkare, geriatriker, demenssjuksköterska, arbetsterapeut, biståndshandläggare, anhörigstödare och två personer från dagverksamhet samt Demensförbundets ordförande Liselotte Björk.

Vi försökte få med så många som möjligt i vårdkedjan runtomkring en person med demenssjukdom för att få en



bättre helhetsbild för de som deltog under kvällen. Under kvällen diskuterades praktiska frågor till exempel vem är det man skall kontakta initialt när man märker att det inte fungerar längre, vad gör man när man misstänker att en person håller på att utveckla kognitiv svikt men personen i fråga har ingen sjukdomsinsikt och vägrar att ta emot hjälp eller att kontakta sin husläkare. Vi diskuterade även den nya sociallagen och samt nya Demensstrategin. Det kom sjuttiofyra personer och alla verkade glada och nöjda när kvällen var över.

Trösterik barnbok för flera generationer



Kajsa ser sig i spegeln och blir rädd för kvinnan som tittar tillbaka på henne. Det är en av många scener i en ny barnbok som vill visa Alzheimers sjukdom från ett annat perspektiv.

– Jag vill förmedla vad som händer i hjärnan – att det är verkligt för den som är drabbad, säger författaren Annica Triberg.

TEXT: ANNA CARLEHED | FOTO: ERIK G SVENSSON

När jag glömde min födelsedag – en berättelse om demens är titeln på boken som beskriver Kajsas upplevelse av att få och leva med en demensdiagnos samt hur det påverkar barn och barnbarn. Du har berättat att karaktären Kajsa bygger på Tore Wretmans kallskänka Karin Chädström.

Hur kommer det sig?

– Jag och Karin skrev "Kallskänkans kokbok – Karin Chädströms samlade recept" tillsammans för 25 år sedan. Efter det fortsatte vi att hålla kontakten. En dag ville hon bjuda på kaffe för att berätta att hon fått en demensdiagnos. Då sa hon "Min hjärna är som en byrå där lådorna har fastnat. Jag vet att det finns en massa viktiga minnen där, men jag kommer inte åt dem." Den meningen har suttit kvar i mitt huvud länge. Jag kände att jag ville göra något med den, men har inte riktigt vetat vad. Så förstod jag att det var en barnbok jag ville skriva. Den bygger på mina samtal med Karin, även om den till stor del är fiktiv.

Vad är din önskan med boken?

– Den är tänkt som en liten tröstefilt för tre generationer. En högläsningbok som gör att den som läser för sina barn också får med sig kunskap på köpet. Den är alltså lika mycket tänkt som smyghjälp till den som har en förälder med demenssjukdom, som till yngre barn som besöker en äldre med diagnos. I boken är det barnbarnen som blir de kloka. De skaffar till exempel varsin tröja med namn på för att underlätta för sin farmor. Om man läser boken för sina små barn kan det till och med bli så att barnen förklarar för mamma och pappa att "ni vet ju att det är ingen idé att ni tjatar för hon har ju en sjukdom som gör att hon glömmer saker".

Hur kan jag hjälpa barnbarnen inför ett besök?

– Det kan väcka rädsla att träffa exempelvis en morfar som lever med en demensdiagnos. Förbered barnen på att morfar har fått en sjukdom som inte syns, som bor i hjärnan. Och att morfar älskar dem, trots att han kan säga konstiga saker. Det är fortfarande morfar även om han betar sig annorlunda. Och han blir fortfarande jätteglad av att få en kram.

Vad underlättar samvaron?

– Gör vanliga saker när ni är på besök – vattna blommor, stryk tvätt och titta på tv. Laga mat tillsammans. Om morfar inte har sin matlagingsförmåga kvar kanske han fortfarande kan duka? Det behöver inte vara så märkvärdigt. Jag menar också att man ibland kan kosta på sig att bekräfta den som är sjuk. Man behöver inte alltid vara så hurtig, utan kan säga att "livet är skit" samtidigt som man sätter på kaffet och lyssnar på musik från förr.

– Ta med gamla leksaker eller fotoalbum och prata om dem. Locka fram minnen. I en scen i boken dansar Kajsa och barnbarnen Små grodorna efter att ha tittat på en bild från en midsommarafton för länge sedan. De blir svettiga och har roligt ihop, även om Kajsa glömt allting dagen därpå.

– Testa Postnords app Riktiga Vykort. Ta en bild när du är på besök hos din närstående och skicka den sedan som ett vykort. Skriv till exempel "Hej, vad mysigt vi hade det i parken" och skicka till din anhöriga. Dels är det roligt att få post, dels blir det vardagliga berättandet en påminnelse om mötet. Dessutom kan du peka på kortet nästa gång du kommer på besök och får höra att "du har inte varit här på flera år".

I slutet av boken nämner du din pappa som fick diagnosen Alzheimers sjukdom. Hur var det för dig att vara anhörig?

– Jag följde med min pappa Folke till läkaren, för jag började märka att något inte stämde, men alla sa att jag överdrev. När läkaren frågade de klassiska frågorna om datum och dag kunde han svara. Men han visste inte vilket år det var. Pappa kom fortfarande ihåg vilka vi i familjen var ända tills han dog, vilket förstas var en lättnad. Men något annat hände samtidigt. Han, som alltid hade vetat bäst, började förstå att han behövde hjälp. På sätt och vis fick vi en finare, mer nära relation efter att han fått sin diagnos. ■

Författaren Annica Triberg vill sprida kunskap om demenssjukdomar tillsammans med illustratören Emma Ganslandt, som har fångat karaktären Kajsa och stämningen på bilderna i boken.



Medlemserbjudande:

Du som medlem i Demensförbundet kan köpa boken med **20% rabatt**.

Länk till erbjudandet hittar du på vår hemsida: www.demensforbundet.se/medlemsformaner

Du kan även tävla och vinna boken!

Se sista sidan.

Demensförbundet har hjälpt till att faktagranska bokens manus.

Sommargåvan som gör gott



Vi har den perfekta sommarpresenten, kanske till studenten eller favoritläraren. Smycket som är inspirerat av vetenskapen bakom minnet och representerar molekylen acetylcolin. Acetylcolin, en vital signalsubstans med stor betydelse för vårt minne, är starkt förknippad med Alzheimers sjukdom. Smycket är utformat i silvertråd 925 där syreatomerna framställs som silverkuler och kväveatomen som en oxiderad silverkula, vilket skapar en visuell och taktill påminnelse om den vetenskap som ligger till grund

för vår förståelse av denna sjukdom.

Smycket är designat av silverkonstnären och docenten i molekylärbiologi Karin Valegård. Smyckena säljs till förmån för Demensfonden för forskning inom demensområdet. Ett unikt smycke som gör skillnad.

I kollektionen finns ett halsband och en kavajnäål.

Pris från 1 275 kronor. Beställ smycket i vår webbutik:

demensforbundet.se/butik ■

Välkommen till vår nya tidning "Leva med demens"!



Nästa nummer av medlemstidningen kommer se och kännas annorlunda. Under 2025 har Demensförbundets tidning genomgått en så kallad "redesign" för att få ett nytt innehåll och struktur. Bakgrunden är att nuvarande byrå Bergström och Sund meddelade i slutet av 2024 att man hade för avsikt att lägga ned sin verksamhet 2025. En upphandling av ny byrå har gjorts under vintern -24/25 och styrelsen har beslutat att ingå nytt samarbete för produktion av den nya tidningen i samarbete med A4 Text och Form AB.

Den nya tidningen kommer fortsatt att vara ett forum för nyheter och interna förbundsfrågor samtidigt som det kommer att genomföras en omfattande förändring av tidningens innehåll och struktur, där en viktig del av den nya riktningen är att inkludera djupgående granskning av demensvården i Sverige.

Tema och granskningar

Genom temanummer och granskningar kommer förbundet att erbjuda en kraftfull röst i frågor som rör demensvårdens kvalitet och rättigheter för personer med demenssjukdom och deras anhöriga. Personliga berättelser och intervjuer

med både personer som lever med demenssjukdom och deras anhöriga kommer att vara ett centralt inslag i den nya tidningens innehåll.

Föreningsliv

Lokalföreningarna är hjärtat i Demensförbundets verksamhet och vi vill lyfta arbetet som görs ute i landet. Vi sätter därför fortsatt fokus på en demensförening per nummer där vi berättar utförligt om vad som händer och är på gång i föreningen. Utöver det kommer vi lyfta någon intressant händelse i ytterligare tre föreningar per nummer.

Det innebär att den nya tidningen inte kan erbjuda plats till alla de föreningar som skickar in material till tidningen i varje nummer utan redaktionen väljer ut och fördelar så att över tid kommer de föreningar som vill och som har bra material att få synas.

Förbundsstyrelsen ser utvecklingen som en viktig del för att skapa en närmare och mer empatisk förståelse för den verklighet som många människor lever i, samt för att lyfta fram de behov och erfarenheter som ofta inte får tillräckligt med uppmärksamhet i den bredare samhällsdebatten. Dessa berättelser innebär att tidningen inte bara kommer att vara en plattform för information och kunskap, utan också ett forum för att belysa de praktiska och känslomässiga utmaningar som personer med demenssjukdom och deras anhöriga står inför. Tidningen kommer fortsatt att utkomma med fyra nummer per år och vara en del utav Demensförbundets medlemserbjudande. ■

Bjud på sommarens godaste kaka



Har du också ett recept som du förknippar med någon som varit dig kär? Min farmor stod mig väldigt nära och det här är ett av alla recept som jag har sparat från min farmor Ingrid. Det är den godaste rabarberkaka jag vet.

Kakan är enkel att baka och bittermandeln gör det lilla extra. Rabarbern läggs i botten och blir som en ljuvlig kompott under den goda kakan. Du behöver servera kakan direkt ur formen, och det blir ganska mycket smet, så ta en form med höga kanter. Jag tycker att det är godast att servera rabarberkakan med en klick löst vispad grädde. Men det är klart att vaniljsås eller vaniljglass också smakar gott till.

Har du ingen egen rabarber? Fråga grannen om du kan få plocka. Har du för mycket rabarber? Ge bort ett fång och skicka med en kopia på receptet. Du kanske blir bjuden på en god kaka i gengäld. ■

*Med hopp om bakglädje,
Annelie*



*Annelie Andersson är fotograf,
receptkreatör och kokboks-
författare som inspirerar med sin
värld av blomster och bakverk.
Ännu fler recept finns på hemsidan
blomsterochbakverk.allas.se*



Farmor Ingrids rabarberkaka

8–10 portioner

Pajform Ø 26 cm

Ugn 200°

400 g rabarber

85 g (1 dl) socker

100 g smör

200 g (2 dl) vatten

180 g (3 dl) vetemjöl

10 rivna bittermandlar

2 tsk bakpulver

2 ägg

130 g (1,5 dl) socker

Gör så här:

1. Värm ugnen till 200°.
2. Smöra och mjöla en pajform med höga kanter.
3. Skölj och skär rabarbern i mindre bitar.
4. Vänd om rabarbern med 1 dl socker och bred ut i formen.
5. Smält smöret i en kastrull på medelvärme. Lyft av från värmen och häll i vattnet.
6. Riv bittermandeln fint.
7. Mät upp mjölet och blanda det noga med fint riven bittermandel och bakpulver.
8. Vispa ägg och socker med elvisp tills det blir vitt och pösigt. Vispa i minst 3 minuter.
9. Häll i smör och vatten och vispa på lägsta hastighet, bara så att det går samman.
10. Tillsätt mjölblandningen och gör samma sak här, vispa på lägsta hastighet tills allt blandats och det inte är några mjölkklumpar kvar.
11. Vänd om i smeten med en slickepott så att du får med eventuellt mjöl i botten. Häll smeten över rabarbern.
12. Grädda kakan i nedre delen av ugnen i ca 40–45 minuter. Håll koll mot slutet så att kakan inte blir bränd. Känn med en provsticka att kakan är genomgräddad.
13. Låt svalna och servera gärna med löst vispad grädde.



				KORS-ORDS-KUNGEN 2025	SOM FILO-DEGS-ARKEN								
				SIST I BREV				METAFOR					
				IN-FINITIV-MÄRKE									
				AVTRYCK									
				SAMLAR ÄLDRE									
				DJUR				SKIR		TALAS I VATTI-KAN-STATEN		BÄRS	SKRÄ-MORNA
								MOT-STÄNDARE					
KAN VÄL SKÄDIS		ICKE	STÄLLA UPP FÄRDVÄG	FÖRFOGAD	OBUNDEN SKA MAN ÖVA PÅ								
				MASSA PÅ GRÖNBETE			OVER THERE	FLICK-NAMN FÄR ÅSKADARE			SURRAR I KUPA		
				UTE-PLATS							GUDARNA I NORDISKA MYTOLOGIN		
UT-TALADE TYDLIGT						I MASSOR							
RYSSJA						STADION							
		KAN MAN RÄKNA MED MODERSMÅL			BEN-STRÄCK-ÄREN ÖVNINGS-STYCKE				KRYDD-ÖRT				
									VARA STOLT				
GIFT				DE SKALL DRA FÖRST				GENE-RATOR					
				KRAXIG				LÄGG S LÅNGA I					
MED EN GÅNG							LIMPA HAR FOT-FÄSTE			FÖRST I RÅDEN		FAR	
		GAMMAL STÖT				KON-TANT-LÖST BETAL-SÄTT				VEM SOM HELST			
DRAR LÖGNAREN EN					GENETISK KOD		FYLLDE KISTAN		RUSKA OM				

Korsord
2-2025

Namn:

Adress:

Postadress:

Lösningen på korsordet ska vara oss tillhanda senast den 15/7 2025.

Demensförbundet

Lundagatan 42 A,

117 27 Stockholm

De tre första öppnade rätta lösningarna vid dragningen vinner två Sverigelotter vardera.



Grattis

säger vi till vinnarna av korsord nr 1-2025.

Lena Hansson, Veddige

Ur Alf Nilsson, Dala-Järna

Eva Asplund, Sorsele

Två Sverigelotter var

Vinner ni en storvinst meddela oss gärna det.

Lösningen på korsordet 1-2025



				SKIR		TALAS I VATTI-KAN-STATEN		BÄRS	SKRÄ-MORNA
				MOT-STÄNDARE					
KAN VÄL SKÄDIS		ICKE	STÄLLA UPP FÄRDVÄG	FÖRFOGAD	OBUNDEN SKA MAN ÖVA PÅ				
				MASSA PÅ GRÖNBETE			OVER THERE	FLICK-NAMN FÄR ÅSKADARE	
				UTE-PLATS					SURRAR I KUPA
UT-TALADE TYDLIGT						I MASSOR			GUDARNA I NORDISKA MYTOLOGIN
RYSSJA						STADION			
		KAN MAN RÄKNA MED MODERSMÅL			BEN-STRÄCK-ÄREN ÖVNINGS-STYCKE			KRYDD-ÖRT	
								VARA STOLT	
GIFT				DE SKALL DRA FÖRST				GENE-RATOR	
				KRAXIG				LÄGG S LÅNGA I	
MED EN GÅNG							LIMPA HAR FOT-FÄSTE		FÖRST I RÅDEN
		GAMMAL STÖT				KON-TANT-LÖST BETAL-SÄTT			VEM SOM HELST
DRAR LÖGNAREN EN					GENETISK KOD		FYLLDE KISTAN		RUSKA OM



Vinn en bok!

Demensförbundet lottar ut 5 exemplar av Annica Tribergs bok **När jag glömde min födelsedag**. För att delta skicka ett mejl till karin.bajlo@demensforbundet.se med ditt namn och adress samt en kort motivering till varför du ska vinna boken. Du kan också skicka detsamma i ett brev/vykort till Demensförbundet, Lundagatan 42A, 117 27 Stockholm. Märk mejlet/brevet med "Boktävling".

Demensförbundets rådgivning

Ibland kan man behöva någon som lyssnar och ger stöd. Ring till oss om du har frågor och funderingar om demens, vård och behandling och anhörigstöd. Vi lyssnar och finns till för dig.

Ring vår telefonrådgivning eller kontakta oss via e-post. Vår rådgivning bemannas av erfarna personer. Vi har tystnadsplikt.

Telefonrådgivning: **010-175 50 56**

Rådgivning mail: radgivning@demensforbundet.se

Vi finns tillgängliga följande dagar och tider:
måndag-fredag 10-20, lördag 10-12.



Utllysning!

Forskningsmedel för demensforskning 2025

Demensfonden vill med denna utlysning öka kunskapen om demenssjukdomar och förbättra livskvaliteten för personer som lever med dessa sjukdomar samt deras närstående.

Utlysningen prioriterar fyra riktade satsningar: Forskning kring Lewy body-sjukdom, Forskning för implementering av stöd efter diagnos för individen och anhöriga, Forskning om förebyggande och rehabiliterande insatser under hela sjukdomsförloppet, samt Forskning med fokus på demenssjukdomar hos kvinnor – risk- och friskfaktorer.

Ansökningsperioden för 2025 pågår från den 19/6 till 15/9.

Läs mer och ansök på demensfonden.se

 Demensfonden



Demensförbundet

Lundagatan 42 A 5 tr, 117 27 Stockholm
Tel 08-658 99 20
E-post: rdr@demensforbundet.se
Hemsida: www.demensforbundet.se
Facebook: facebook.com/demensforbundet
Pg 25 92 53-3
Bg 5502-8849