

Medlemsbrev oktober 2024

Hej!

Nu har höstens aktiviteter i Demensföreningen i Stockholm börjat!

Alzheimerdagen 21 september

Vi hade en trevlig dag med en lunchkryssning till Drottningholm. Cirka 80 medlemmar deltog och träffade varandra. Flera styrelsemedlemmar var också med. De presenterade sig och berättade om framtiden för föreningen.

Kom ihåg att du alltid kan ge förslag på vad föreningen ska göra.

Föreläsningar om demens

Vi deltog i en Demensdag i Stockholm den 20 september. Där pratade experter om bl.a.

1. Hur viktig munhälsa är vid demenssjukdom.
2. Hur man kan förebygga demens.
3. Nya mediciner mot alzheimer.
4. Hur man hanterar vård för personer som inte vill ta emot hjälp.

Vi deltog också i Alzheimerdagen i Järfälla den 18 september.

Styrelsens arbete

Vi i styrelsen har arbetat med flera viktiga frågor:

- Vi har träffat andra föreningar i Stockholms län för att samarbeta.
- Vi har startat en grupp som ska titta på frågor kring boende.
- Vi har haft två möten i augusti och september.
- I oktober ska vi ha en arbetsdag för att planera framtiden.

Samtalsgrupper

Om du har en kognitiv sjukdom och vill vara med i en samtalsgrupp, hör av dig till oss. Det finns en väntelista, men vi ordnar fler grupper.

Mejla oss på: info@demensforeningen-sthlm.se

Anhöriggrupper

Vi har också anhöriggrupper för dig som är anhörig. Det finns en väntelista, men vi ordnar fler grupper. Mejla oss på: info@demensforeningen-sthlm.se

Ny grupp för både diagnosticerade och anhöriga

I november startar vi en grupp för både de som är diagnosticerade och deras anhöriga. Gruppen kommer träffas en gång i månaden. Är du intresserad? Mejla oss på: info@demensforeningen-sthlm.se

Vi söker samtalsledare

Vi behöver fler personer som kan leda samtalsgrupper.

Om du är intresserad, kontakta oss och berätta om dig själv och varför du vill vara samtalsledare. Vi erbjuder en enklare utbildning men ingen ersättning. Mejla oss på: info@demensforeningen-sthlm.se

Konstvisningar på Nationalmuseum

Under hösten fortsätter våra konstvisningar på Nationalmuseum. Vi har bokat fyra tillfällen och återkommer med mer information inför nästa termin.

Vi vill höra från dig

Vi uppskattar dina idéer och förslag. Hör gärna av dig om du vill hjälpa till med stort eller smått i föreningen.

Är du intresserad eller har du andra förslag vad du vill att vi ska fokusera på?

Mejla oss på: info@demensforeningen-sthlm.se

Kalendarier, föreläsningar och andra resurser

Det finns bra kalendarier med evenemang och andra resurser som kan vara till stöd och hjälp bland annat här:

[Evenemang | Demensförbundet \(demensforbundet.se\)](https://demensforbundet.se)

[Kalender | Demenscentrum](https://demenscentrum.se)

[Nationellt kompetenscentrum anhöriga | Nationellt kompetenscentrum anhöriga \(anhoriga.se\)](https://nationskolen.se)

Höstens webinarier från Demensförbundet

[Höstens webinarier | Demensförbundet \(demensforbundet.se\)](https://demensforbundet.se)

**Våra aktiviteter, som t.ex. båtutflykten,
blir möjliga tack vare medlemskap och gåvor
Swish 1236800015**

Presentation av styrelseledamöter

I varje medlemsbrev kommer två styrelseledamöter att presentera sig.

Denna gång får du lära känna vår ordförande Maria Holmström Mellberg och Hannele Moisio som leder flera av våra samtalsgrupper.

Maria Holmström Mellberg, ordförande Demensföreningen i Stockholm

Jag bor i Bromma och har ett fritidshus i Nävekvarn vid Bråviken. Jag arbetar som ansvarig för dataskydd och informationssäkerhet i Accenture i Norden och Baltikum. Jag är jurist och har studerat på Uppsala universitet. Förutom mitt uppdrag i Demensföreningen sitter jag bland annat i styrelsen för Forum för dataskydd och Öppen kyrka.

Mitt engagemang för att öka kunskaperna kring kognitiva sjukdomar började när min man Joachim i februari 2019 fick diagnosen Posterior kortikal atrofi, en ovanlig form av Alzheimers. Han var då 56 år gammal. Efter det har även min mamma och lillebror fått diagnoser kopplade till kognitiva sjukdomar.

Det görs stora framsteg inom forskning och kunskap om kognitiva sjukdomar, men vi behöver förändra och implementera regelverken, forska och fylla kunskapsluckor och samarbeta mer. Genom att arbeta tillsammans och utbilda oss kan vi skapa förändring.

Hannele Moisio, samtalsledare och styrelseledamot Demensföreningen i Stockholm

Jag är född i Finland i Karelen och utvandrade därifrån i 20-årsåldern till Sverige där jag fann min kärlek som varar än. Vi gifte oss, skaffade barn och byggde oss ett hus. Jag utbildade mig inledningsvis inom vården och äldreomsorgen och därefter inom beteendevetenskapliga ämnen. Jag har belönats med en guldklocka från Karolinska Institutet med orden: "För nid och redlighet i Rikets tjänst".

Inom Stockholms Demensförening har jag verkat sedan våren 2019 där jag startade samtalsgrupperna för personer med nydiagnostiserad kognitiv sjukdom och som pågår än för personer under 65 år.

Som styrelseledamot vill jag arbeta för att normalisera tillvaron för individen trots demensdiagnosen som att känna tillhörighet, att våga delta i samhällslivet, att få vara med på sina egna villkor och att ha en plats/en grupp att komma till för att dela tankar om sjukdomen. Med andra ord jag vill verka för stöd, för förbättrade livsvillkor och för kontinuerligt sökande efter botemedel mot kognitiva sjukdomar.