

Några råd som vi hoppas kan underlätta något i din situation som anhörig.

- ♦ Glöm inte bort dig själv! För din närståendes och din egen skull är det viktigt att du har ett så bra liv som möjligt.
- ♦ Alla är vi olika. Varje demenssjuk persons situation är unik. Det går inte att jämföra med andra.
- ♦ Försök att lämna dina samvetskval. Hur mycket du än gör kommer du alltid att tycka att du borde gjort mer.
- ♦ Att leva med en person med demenssjukdom innebär ett sorgearbete. Inte bara för dig som närstående utan också för den som själv drabbats och era nära vänner. Tillåt sorgen och låt det få ta tid.
- ♦ Var öppen mot omgivningen med din situation.

Vill Du veta mer om vår förening ?

Kontakta:

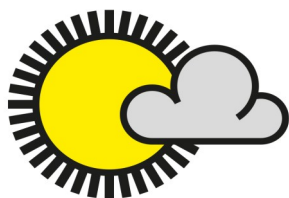
Ewa Miller , ordf.

mobil : 070-622 03 44

e-post: ewa.maria.miller@gmail.com

Föreningens Hemsida

http://www.demensforbundet.se/se/lokala_foereningar/vaesterbottens_laen/umea



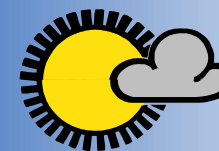
Demensförbundet
DEMENSFÖRENINGEN I UMEÅ

Som medlem i föreningen får Du:

- ♦ Anhörigbok, en handbok
 - ♦ Anhörigstöd i form av Samtalsgrupper
 - ♦ Tidningen Demensforum 4 ggr /år
 - ♦ Inbjudan till gratis föreläsningar i aktuella ämnen
 - ♦ Boklån från vårt bibliotek
- Medlemsavgiften är 225- per år
Sätts in på Bankgiro 5500-4527



Som medlem finns möjlighet till **Vattengymnastik** på Hemgården



Demensföreningen
Umeå



Telefonrådgivning: 010-175 50 56

Umeå Demensförening

Några korta fakta om föreningen

Anhörigföreningen är en ideell förening. Den är politiskt obunden.

Demensföreningen i Umeå startade 1983, (tidigare namn Åldersdementas anhörigförening i Västerbottens län) som den första anhörigföreningen i Sverige.

1999 beslöt föreningen att ansluta sig till Demensförbundet.

Föreningen har samtalsgrupper för anhöriga över 65 år och grupp för unga dementa.

Situationen för unga dementa och deras anhöriga är en prioriterad fråga för föreningen

Föreningen gör årligen en rekreationsresa för våra medlemmar



Demensföreningen i Umeå har uppdrag att

- ◆ Stödja demenssjuka och deras anhöriga
- ◆ Bevaka demenssjukas och anhörigas rättigheter
- ◆ Bidra till utbildning av både anhöriga och personal
- ◆ Informera och sprida kunskap om demens och påverka politiker och tjänstemän på olika nivåer
- ◆ Samverka med kommun, landsting och andra organisationer
- ◆ Stödja forskning och utveckling genom stiftelsen

Demensfonden i Västerbotten.

Vår utåtriktade verksamhet består av att påverka beslutsfattare i demensfrågor.

Det gör vi genom att informera om hur villkoren för de dementa upplevs, såväl för de som vårdas i hemmet som de som bor i särskilda boendeformer

Tidningen Demensforum skickas ut till medlemmarna 4 ggr/år. Vi skickar ut inbjudan och annonserar om våra föreläsningar i aktuella ämnen. Förutom, att lyssna till föreläsare, ges möjlighet för medlemmar att träffas och umgås.



Samtalsgrupper : Att slippa göra resan ensam.

I samarbete med Vuxenskolan har vi samtalsgrupper för våra medlemmar. Ledare för grupperna är medlemmar med lång erfarenhet som anhängvårdare.



Stiftelsen Demensfonden i Västerbotten

Stiftelsen ger bidrag till Forskning och Utveckling och ska :

- ◆ Underlätta anhörigas situation
- ◆ Ge möjlighet till stöd och rekreation
- ◆ Verka för utveckling av vård och behandling
- ◆ Främja vetenskaplig forskning

Stöd fonden och ge en minnesgåva

PG 39 48 48 –6

