

**Har du frågor om demens?  
- Kontakta Demensföreningen!**




**Demensföreningen på Åland r.f.**

**Demens** är ett samlingsnamn för olika sjukdomar i hjärna och nervsystem. De vanligaste är Alzheimers sjukdom och vaskulär demens (blodkärlsdemens). Demens förekommer mest hos personer över 65 år, men kan även uppstå vid 50 års ålder eller tidigare. Demens medför förändringar i hjärnan som påverkar minnesfunktion, tankeförmåga, orienteringsförmåga, språklig förmåga och förmåga att utföra praktiska handlingar. Demens inverkar även på den psykosociala funktionsförmågan. Vid påtagliga förändringar av minnesfunktion eller vid misstanke om demens, är det viktigt att kontakta hälso- och sjukvården för en medicinsk utredning. Flera behandlingsbara orsaker kan ge liknande symptom, till exempel vitaminbrist och depression. Tidigt insatt behandling av demens kan också förbättra många funktioner, vilket underlättar att leva med demens.

**Du kan alltid vända dig till Demensföreningen för mera information och stöd.**

**Demensföreningen** är en registrerad förening, vars verksamhet stöds av Ålands landskapsregering, genom medel från Ålands Penningautomatförening. Demensföreningens syfte är att bevaka intressen och rättigheter, och att förbättra förhållanden för personer med demens, deras anhöriga och för yrkesverksamma inom området. Föreningen vill öka kännedomen om och förståelsen för hur det är att leva med demens, möta aktuella behov och trygga tillgången på kunskap inom demensvården i landskapet. Föreningen är remissinstans i angelägna ärenden och lagförslag, som berör föreningens målgrupper, och är representerad i Ålands handikappförbunds styrelse och i Handikapprådet för landskapet Åland. Föreningen uppmärksammar årligen Internationella Alzheimerdagen den 21 september, och samarbetar aktivt med andra Demens- och Alzheimerföreningar i Norden. Vid HandiCampens bibliotek kan du låna litteratur och filmer om demens. **Du kan också följa med föreningens verksamhet på vår hemsida [www.handicampen.ax/demens](http://www.handicampen.ax/demens)**

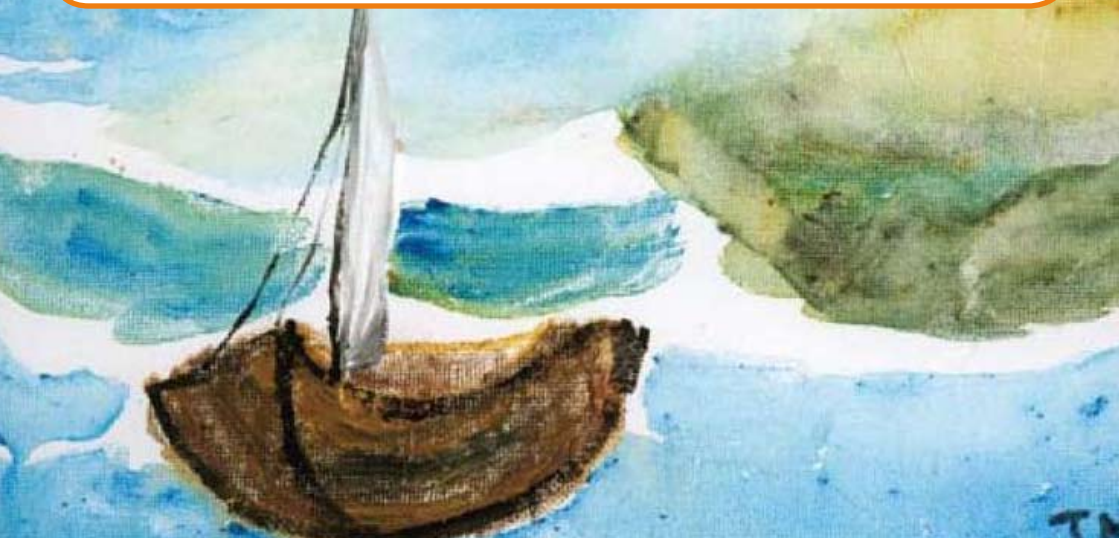


**Demensrådgivningen** upprätthålls av Demensföreningens heltidsanställda rådgivare. Förändrad minnesfunktion och demens medför många frågeställningar. Genom att kontakta demensrådgivaren, kan du få svar på dina frågor. Du når henne bäst genom att förhandsboka en kanslitid eller ett hembesök, men det går också att titta in på ett spontant besök. Rådgivningen sker i nära samarbete med andra sakkunniga inom området, till exempel Ålands hälso- och sjukvård/Minnesmottagningen och Folkhälsan på Åland. **Demensrådgivningen är avgiftsfri och tillgänglig för alla som behöver information och personligt stöd.**

**Rehabilitering** utgör ett viktigt inslag i demensvården. Demens medför betydande förändringar i en människas dagliga liv. Med hjälp av rehabilitering strävar man till, att så länge som möjligt kunna upprätthålla den individuella funktionsförmågan. För personer med demens och deras anhöriga, är det därför av stor betydelse, att i god tid få information om sjukdomen, och om rättigheter och sociala förmåner. Det är lättare att leva med demens, om man har kunskap om vilken hjälp som finns att få, och vet vart man skall vända sig. **I detta avseende kan du alltid kontakta Demensrådgivningen.**

### **Olika former av rehabilitering:**

- **Anpassningskursen "Lära sig leva med demens"** syftar till att lära sig hantera och leva med en ny livssituation, att få information om socialskydd och att dela erfarenheter och gemenskap med andra i motsvarande situation. Kursen innebär att personer med demens och deras anhöriga, får träffas i grupp ett antal gånger under ledning av demensrådgivaren, och att de får möta olika expertis från Ålands hälso- och sjukvård och andra sakkunniga, samt umgås med varandra under trevliga former i en anpassad miljö.
- **Individuella verksamheter och terapier** är till exempel dagverksamhet, rörelseterapi, musikterapi och målningsterapi. Dagverksamhet i rehabiliteringssyfte bör ordnas kontinuerligt. Därför stöder föreningen Folkhälsans Dagcenter och övrig dagverksamhet i kommunerna. Stödet sker främst genom den sakkunskap föreningens demensrådgivare kan ge de berörda. Föreningen erbjuder även simning och vattengymnastik under ledning av fysioterapeut. Föreningen arrangerar också sångstunder under körledning vid olika vårdenheter. Goda erfarenheter av de målningsterapiprojekt som föreningen har genomfört, kan innebära liknande projekt i framtiden. Det är därmed föreningens målsättning, att bevaka en utveckling av rehabiliterande verksamheter och terapier inom demensvården på Åland.
- **Organiserad stödgruppsverksamhet** erbjuder personer med demens och deras anhöriga möjlighet att få träffa andra i liknande situation under friare former. Föreningen planerar att framöver arrangera sådana stödgrupper.



**Välkommen som medlem** i Demensföreningen på Åland. Den anhörigas aktiva deltagande stöder livskvaliteten för den som har demens. Samarbetet med anhöriga är därför av största betydelse. Alla intresserade av demensvårdens utveckling är välkomna som medlemmar. Du som vill bli medlem kontaktar demensrådgivaren eller HandiCampens kansli. Medlemsavgiften är 10 € per år och betalas till konto ÅAB 660100-2307411. Som medlem får du medlemsbrev och tidningen Handikapp-Bulletinen. Du får även delta i föreningens utfärder och andra arrangemang, avgiftsfritt eller till en lägre självkostnad. **Du kan också ge ditt stöd genom en inbetalning till föreningens hyllnings- och kondoleansadress, och genom en gåva eller donation, till konto ÅAB 660100-1211010. Tack för ditt bidrag!**

## Demensföreningen på Åland r.f.

Skarpansvägen 30  
AX-22100 Mariehamn



Hemsida: [www.handicampen.ax/demens](http://www.handicampen.ax/demens)  
E-post: [demensforeningen@handicampen.ax](mailto:demensforeningen@handicampen.ax)  
Telefax: 018-527379

## Regina Österlund

Demensrådgivare  
Leg. sjukskötare/hälsovårdare  
Telefon: 018-527369  
Mobiltelefon: 0457-5483818  
E-post: [regina.osterlund@handicampen.ax](mailto:regina.osterlund@handicampen.ax)

## Besöksadress och kanslitid

Ålands handikappförbunds och  
medlemsföreningarnas gemensamma  
kansli HandiCampen  
vid Skarpansvägen 30 i Mariehamn  
Måndag - Fredag kl. 9.00 - 15.00

## Anteckningar

