



Inbjudan till Alzheimerdagen

Tisdag 21 september 2021, kl. 13.00–16.30
Kulturhuset, Upplands-Bro kommun, Kungsängen

Moderator: Elisabeth Lauritzen, FOU.nu

Öppning av dagen och officiellt välkomnande:
Tina Teljstedt (KD), ordförande Äldre- och omsorgsnämnden
och Helena Åman, socialchef

I år firar vi 10-årsjubileum för Alzheimerdagen!



Både live och digitalt. Alla föreläsningar
och intervjuer filmas och läggs upp den
6/10 på kommunens YouTube-kanal:
[youtube.com/upplandsbrokommun](https://www.youtube.com/upplandsbrokommun)



**UPPLANDS-BRO
KOMMUN**

Program

Kl. 13.00–14.00, Kulturhuset, plan 2:

Minimässa med utställare i Kulturhuset, Kungsängen

Utställare:

Anhörigföreningen

PRO

Biblioteket

SPF

Biståndsenheten

Minnity

Bro Vårdcentral

Upplands-Bro Rehab

Kognitiva mottagningen

Kl. 14.00–16.30, Stora scenen, Kulturhuset, plan 1:

Moderator: Elisabeth Lauritzen, FOU.nu

- *Tina Teljsted och Helena Åman:*
Officiellt välkomnande
- *Mirjam Brocknäs och Hilde Melin:*
Presentation av kommunens demensarbete
- *Cecilia Johansson och Charlotta Eriksson:*
Livsstilsfaktorer som kan påverka uppkomsten av kognitiva sjukdomar, vad säger senaste forskningen
- **Rörelsepaus**
- *Elisabeth Lauritzen:*
Vad har hänt inom området för forskning och utveckling inom området för kognitiva sjukdomar?
- *Klara Le Svensson:*
Presentation av studie om äldres sexualitet på särskilt boende, delvis med fokus på personer med demens
- Prisutdelning Internationella Seniorkampen 2021
- *Elisabeth Lauritzen och Mirjam Brocknäs:*
Avslut

Var tredje sekund insjuknar en ny person i kognitiv sjukdom, antalet demenssjuka i världen uppgår till 47 miljoner. I Sverige beräknas 160 000 personer leva med en demenssjukdom och till 2050 beräknas siffran ha stigit till 250 000. Upplands-Bro kommun uppmärksammar och sprider kunskap om denna stora folksjukdom för att skapa ett mer demensvänligt samhälle.

Välkommen

till den Internationella Alzheimerdagen

Under dagen belyser Upplands-Bro kommun den senaste forskningen inom området kognitiv sjukdom och vilka livsstilsfaktorer som kan påverka i positiv riktning. Målgrupp för detta event är alla som både privat och yrkesmässigt har ett intresse av att lära sig mer om ämnet kognitiva sjukdomar.

Vi kommer också få lyssna till föreläsare utifrån. *Klara Le Svensson* berättar om sin studie kring äldres sexualitet på särskilt boende, där hon även ger en vinkling mot demenssjuka och de utmaningar som kan uppstå för dem och deras personal.

Elisabeth Lauritzen, FOU, närvarar som moderator och hon kommer också att berätta om den forskning och utveckling som skett på området för kognitiv sjukdom de senaste 11 åren.

Vinnare av den Internationella Seniorkampen, som anordnas av Upplands-Bro kommun, kommer att uppmärksammas och få ta emot pris under eventet.

Biljetter

Max antal deltagare är 50 personer, men alla föreläsningar och intervjuer filmas och läggs upp på kommunens YouTube-kanal efter eventet för att alla ska få möjlighet att ta del av all värdefull information.

Utan kostnad: Platserna är begränsade och många är intresserade så vi vill att du avbokar din plats senast 24 timmar innan eventet. *Vid utebliven närvaro utan avbokning debiteras du 500 kr.* Biljetten får överlätas.

Anmälan: www.upplands-bro.se/alzheimerdagen2021
eller telefon 08-581 690 00 (Förebyggande enheten)

Avbokning: charlotta.eriksson@upplands-bro.se

Restriktioner med anledning av covid-19:

Max 50 personer får närvara fysiskt.

Ingen fika serveras.

Vid ankomst ska händer tvättas med handsprit och munskydd tas på.

Munskydd är obligatoriskt under hela eftermiddagen.

Här kan du se alla föreläsningar och intervjuer efter eventet, publiceras den 6 oktober: youtube.com/upplandsbrokommun

Konstutställning

Under Alzheimerdagen kommer det finnas en konstutställning där ett urval av målningar som skapats av personer med kognitiv sjukdom.



Teater: Glömstället av Teater Fredag

Lördag 28 september kl. 13.00–13.40

Familjeföreställning om en farfar som håller på att utveckla en demenssjukdom. Boka dina biljetter här:

<https://kultur.upplands-bro.se/evenemang/glomstallet-av-teater-fredag.html>



**UPPLANDS-BRO
KOMMUN**

telefon: 08 - 581 690 00 • e-post: kommun@upplands-bro.se
postadress: Upplands-Bro kommun 196 81 Kungsängen
besöksadress: Furuhällsplan 1, Kungsängen
webbplats: www.upplands-bro.se



Program för anhörigdagen och anhörigveckan 2021



UPPLANDS-BRO
KOMMUN

Vem hjälper den som hjälper?

Hjälper du någon i familjen, släkten eller en vän som har en sjukdom, fysisk eller psykisk funktionsnedsättning, psykisk ohälsa, beroende eller demens sjukdom? Då kan du som anhörig* själv behöva stöd.

I den här broschyren har vi samlat alla aktiviteter som sker i Upplands-Bro kommun under nationella anhörigdagen (6 oktober) - och anhörigveckan (v.40) som du kan ta del av.

Syftet med anhörigdagen -och veckan är att uppmärksamma anhörigas situation och sprida kunskap kring anhöriga och deras livssituation.

* Anhörig kan vara en partner, make/maka, förälder, barn, syskon, barnbarn, sammanboende, vän eller granne som hjälper sin närstående.

Anhörigstöd enligt lagen och i Upplands-Bro kommun

Vad säger lagen?

Enligt Socialtjänstlagen 5 kap. 10 § ska Socialnämnden erbjuda stöd för att underlätta för de personer som vårdar en närstående som är långvarigt sjuk eller äldre eller som stödjer en närstående som har funktionshinder.

Lagtexten gäller alla anhöriga inom socialtjänstens samtliga verksamheter: omsorgen om personer med funktionsnedsättning, individ- och familjeomsorgen samt äldreomsorgen.

Upplands-Bro kommun

Med hänvisning till lagtexten ska samtliga verksamheter inom Socialnämnden i Upplands-Bro kommun arbeta med anhörigstöd.

Anhörigkonsulenten i Upplands-Bro kommun arbetar strategiskt och operativt med anhörigstöd. Det strategiska arbetet innebär bland annat utbildning av personal inom anhörigstöd.

Anhörigkonsulenten erbjuder även stödsamtal till anhöriga, anordnar samtalsgrupper, föreläsningar och anhörigdagen.

För kontakt eller anmälan kontakta arrangör för respektive aktivitet.

Alzheimerdagen – 10 års jubileum

Som anhörig till en person med kognitiv sjukdom kan det finnas många frågor och tankar. Upplands-Bro kommun är stolta över att driva ett välutvecklat och fokuserat arbete för personer med kognitiv sjukdom och deras anhöriga. Som en del i det anordnas varje år Alzheimerdagen där föreläsare och utställare hjälper till att sprida kunskap och inspiration i dessa frågor.

Välkommen in och låt dig både inspireras och engageras!”

Datum: 21 september

Tid: kl. 13.30-16.30

Plats: Kulturhuset, Kungsängen plan 1 och 2

Kontakt och anmälan:
Förebyggande enheten för äldre via Kontaktcenter
08- 581 690 00 eller
www.upplands-bro.se/alzheimerdagen2021

Digital föreläsning om framtidsfullmakt och anhörigbehörighet

Välkommen till en föreläsning om framtidsfullmakt och anhörigbehörighet med frågestund. Hur kan man förbereda sig inför det otänkbara?

Föreläsningen anordnas av Förebyggande enheten och vänder sig till alla intresserade.

Datum: 4 oktober

Tid: kl. 17.00-19.00

Plats: Digital anslutning via Microsoft Teams
Möteslänk:

[Klicka här för att ansluta till mötet](#)

Via telefon: Ring 08-502 435 19 slå därefter in Konferens-ID: 151 509 925#

Kontakt:
Anhörigkonsulent via Kontaktcenter
08- 581 690 00

Här kan du se alla föreläsningar och intervjuer efter eventet (publiceras den 6 oktober):
youtube.com/upplandsbrokommun



Träffa en biståndshandläggare

Kom och träffa en biståndshandläggare inom äldre och omsorgsnämnden. Det kommer att finnas två biståndshandläggare på plats, de möter upp och besvarar dina frågor om till exempel hur det går till att ansöka om hemtjänst eller andra insatser inom äldre och omsorgsnämnden? Vad menas med vård och omsorgsboende? Vad finns det för insatser som kan passa för min anhörig som behöver stöd i vardagen?

Dagarna vänder sig till anhöriga till äldre och personer med en funktionsnedsättning samt övriga medborgare som vill veta mer eller träffa en biståndshandläggare för att få information

Datum: 4 oktober

Tid och plats:

kl. 09.00-11.00

Kontaktcenter i Kungsängen

kl. 12.00-15.00

Kontaktcenter i Bro

Datum: 7 oktober

Tid och plats:

kl. 09.00-11.00

Kontaktcenter i Bro

kl. 12.00-15.00

Kontaktcenter i Kungsängen

Kontakt:

Biståndsenheten via Kontaktcenter
08- 581 690 00

Föreläsningen - Balansera mera och aktiviteter som arrangeras av Kungsängen-Västra Ryds församling

Föreläsning - Balansera mera

En föreläsning om vikten av kost och aktivitet för att minska risken att falla.

Föreläsningen vänder sig till anhöriga och alla intresserade.

Datum: 5 oktober

Tid: kl. 14.00- 14.45

Plats: Digital anslutning via Microsoft Teams

Anmälan och kontakt:

Enhetsledare för Hälso- och sjukvårdsenheten via Kontaktcenter
08-581 690 00

Kungsängen-Västra Ryds församling

Café Klockargården

Datum:

måndagar-onsdagar

Tid: kl.13-15

Plats: Kyrkvägen 35, Kungsängen

Pilgrimsvandring

Datum: tisdagar

Tid: kl. 13

Plats: samling vid Västra Ryds kyrka, vandringen tar ca 1 timme.

Boka enskilt samtal/ själavård till diakon eller präst, se hemsida för kontaktuppgifter:
www.svenskakyrkan.se/kungsangen

Vägra skuld – ett anhörigevent

Teaterföreställningen handlar om att vara anhörig till någon som är bipolär. Föreställningen är baserad på egna tankar, erfarenheter och gamla dagboksanteckningar.

Anhörigföreningen i Upplands-Bro vill i samarbete med Upplands-Bro kommun med föreställningen spräcka tabu kring psykisk ohälsa och uppmärksamma på den anhörigproblematik som finns. Efter föreställningen följer fika och samtal tillsammans med de medverkande och Anhörigföreningen där du i publiken får vara med i samtalet. Efter föreställningen följer fika och samtal tillsammans med de medverkande och

Anhörigföreningen där du i publiken får vara med i samtalet.

Datum: 6 oktober

Tid: kl. 18.00-20.30

Plats: Stora Scenen
Kulturhuset
Kungsängen

Gratis biljetter kan beställas genom kultur.
upplands-bro.se/evenemang.html

Kontakt:
Anhörigföreningen i
Upplands-Bro kommun



Anhörigmingel i Norrgårdens trädgård

Mingla och ställ frågor till demenscoacher, konstombud, taktill massage utförare, aktivitetsansvarig och anhörigambassadörer. Vi bjuder på vernissage, korv med bröd samt fika.

Alla anhöriga och intresserade kommuninvånare är välkomna.

Datum: 6 oktober

Tid: kl. 15.00-17.00

Plats: Norrgårdens trädgård,
Norrgårdsvägen 13, Bro

Kontakt och anmälan:
Anmälan sker senast den 4 oktober till Norrgårdens aktivitetssamordnare via Kontaktcenter 08-581 690 00

Demensvänutbildning

Välkomna till ett digitalt informationstillfälle om kognitiv sjukdom och stödet i Upplands-Bro kommun. Deltagarna får diplom hemskickade efter utbildningen.

Föreläsningen vänder sig till anhöriga på Kungsgårdens äldreboende, anhöriga på Solrosens dagverksamhet på Kvistaberg, deltagare på Förebyggande enheten för äldre och alla som är intresserade.

Datum: 8 oktober

Tid: kl. 13.30-15.30

Plats: digital anslutning via Microsoft Teams

Kontakt och anmälan:

Kungsgårdens äldreboende och Solrosens dagverksamhet via Kontaktcenter 08- 581 690 00



På Kungsgårdens äldreboende och Solrosens dagverksamhet får anhöriga en present. Vänd dig till enhetsledarna på respektive verksamhet.

Anhöriga som ger omsorg till närstående

Närmast var femte person i vuxen ålder vårdar, hjälper eller stödjer en närstående. Det är drygt 1,3 miljoner personer fastslår Socialstyrelsen i en rapport som utkom under 2012. Av dessa är 900 000 i förvärvsaktiv ålder. Med anhöriga avses i det följande alla personer som ger omsorg till en närstående. Med omsorg avses att ge vård, hjälp eller stöd till en närstående.

Omsorgsgivande är vanligt i alla åldersgrupper, men förekommer mest i åldersgruppen 45–65 år.

- Anhöriga i åldern 30–44 år ger främst omsorg till barn.
- Anhöriga i åldern 45–65 år ger mest omsorg till föräldrar.
- Anhöriga, äldre än 65 år ger i hög utsträckning omsorg till sin make, maka eller partner.

Källa: Socialstyrelsen

Upplands-Bro kommun har cirka 30 000 invånare och är en växande kommun, både när det gäller invånare och företagsetableringar. Kommunen ligger vid Mälaren, ungefär två mil nordväst om Stockholm och pendeltåget tar ungefär 25 minuter till Stockholms central. Här finns två tätorter, Kungsängen och Bro, och en levande landsbygd.

Kommunens vision, kommunen som ger plats, sträcker sig till år 2035 och beskriver hur framtidens Upplands-Bro ska vara. Visionen förenar kommunens invånare, näringsliv, föreningsliv och anställda i kommunen för att skapa ett gemensamt Upplands-Bro.



**UPPLANDS-BRO
KOMMUN**

telefon: 08 - 581 690 00 • e-post: kommun@upplands-bro.se
postadress: Upplands-Bro kommun 196 81 Kungsängen
besöksadress: Furuhällsplan 1, Kungsängen
webbplats: www.upplands-bro.se



Upplands-Bro Anhörigförenings program augusti – december 2021

Tisdagen den 31 augusti på Gröna Udden, Kungsängen, kl.14.00-15.30

Medlemsträff med fika och gemenskap

Anmälan till anderssonalferik@gmail.com eller 070-4240586

Tisdagen den 7 september i Skogakyrkan, G:a landsvägen 6, Kungsängen kl. 18.00

”80 000 skäl att tala om epilepsi” Så många har epilepsi i Sverige- men vi anhöriga är ännu fler. Föreläsare/coach/samtalsterapeut Kerstin Bergenfjord.

Tisdagen den 21 september, Kulturhuset, Kungsängen kl. 13.00

Alzheimerdagen: Kommunens Förebyggande enhet arrangerar sin årliga aktivitet i form av en Minimässa på plan 2 och därefter intressanta föreläsningar med bäring på demensfrågor på Stora scenen, plan 1.

Anhörigföreningen deltar som utställare.

Tisdagen den 28 september, Gällöfstavägen 58, Västra Ryd kl.10.00-15.00

Retreatdag för anhöriga till personer med demenssjukdom.

Möjlighet till olika aktiviteter, samtal, fika och lunch.

I samverkan mellan kommunens Förebyggande enhet, Anhörigföreningen och Svenska kyrkan.

Anmälan till Anhörigkonsulent Maryam Kormi Nouri tel. 08-58169656

maryam.korminouri@upplands-bro.se

Onsdagen den 6 oktober Stora scenen, Kungsängens Kulturhus kl.18.00

I samverkan med Kultur Upplands-Bro bjuder vi på teaterföreställning:

”Vägra skuld – att vara anhörig”

Pjäsen belyser syskonsituationen vid psykisk ohälsa och är skriven utifrån egna erfarenheter.

Gratis biljetter men begränsat antal!!

Biljetter kan beställas genom följande länk:

<https://service.upplands-bro.se/BokaTeaterAnh>

Kan även beställas via telefon 08-581 692 94

Torsdagen den 21 oktober Gällöfstavägen 58, Västra Ryd kl.10.00 – 15.00

Retreatdag för dig som är anhörig till person med fysisk/psykisk funktionsnedsättning, beroendeproblematik, stroke, cancer eller kronisk sjukdom.

Möjlighet till olika aktiviteter, samtal, fika och lunch.

I samverkan mellan kommunens Förebyggande enhet, Anhörigföreningen och Svenska kyrkan.
Anmälan skall göras till Anhörigkonsulent Maryam Kormi Nouri tel. 08-58169656.
maryam.korminouri@upplands-bro.se

Torsdagen den 11 november i Samlingssalen, Dagcentralen, Torget 4, i Kungsängen kl.18.30 – 20.00

”Anhörig till någon med beroendeproblematik?”

Föreläsare: Beteendevetare/terapeut Carina Bång

Tisdagen den 23 november, Assurs väg 3, Bro, kl. 10.00 – 15.00-

Retreatdag för anhöriga med samma innehåll som dagen ovan den 21 oktober.

Anmälan till Anhörigkonsulent Maryam Kormi Nouri, tel. 08-58169656.

maryam.korminouri@upplands-bro.se

Lördagen den 4 december Samlingssalen, Dagcentralen, Torget 4, Kungsängen. kl. 13.00 – 15.00

Anhörigföreningens Julfest med förtäring och underhållning.

Mer information ges i ett kommande medlemsbrev under hösten.

Kontakt: Alf Andersson

anderssonalferik@gmail.com

tel. 070-4240586

Se Upplands-Bro Anhörigförenings hemsida: uahf.net