

SPF Seniorerna Svärdsjö-Enviken har påbörjat ett nytt verksamhetsår. Julbordet i december med musikunderhållning av Ocken som helst har sjunkit undan och det var dags att ta nya tag.

En viktig nyhet för alla är begreppet "Framtidsfullmakt". Från Omvårdnadsförvaltningen i Falu kommun kom Tina Berg och redde ut begreppen för oss. Det kom en ny lag den 1/7 2017 och ännu har begreppet inte hunnit befastas hos gemene man.

Hur skiljer sig en vanlig bankfullmakt från en framtidsfullmakt? En vanlig fullmakt upphör att gälla om fullmaktsgivaren blir mycket sjuk, en framtidsfullmakt börjar gälla när fullmaktsgivaren blir oförmögen att sköta sin ekonomi.

En framtidsfullmakt ska upprättas medan man är frisk och träder i kraft när man inte kan företräda sig själv. Vissa formkrav finns: man ska vara över 18 år och fullmakten ska vara skriftlig och bevitnas av två personer. Originalen ska alltid visas upp för att fullmakten ska gälla.

Banker har blanketter på nätet och även många sammanslutningar, t.ex. demensförbundets hemsida. Fullmaktsgivaren kan utse en granskare, som fullmaktstagaren ska redovisa till. En framtidsfullmakt kan underlätta för familjen att sköta den sjukes angelägenheter, eftersom det ofta tar lång tid att ordna med en "god man".

Friskvårdsansvarige Göte Gustafsson tipsade om en investering som kan rädda många äldre människor från diverse fallskador: en rejäl stege! En liten kökspall kan vara hur fin som helst, men innebär stora risker när man ska stiga ner från den. Dessutom vill han se att vi tar undan så många mattor som möjligt från hemmet: snubbelrisk och halkrisk ska minskas. För den som har trappor inomhus går det jättebra att motionera inne i stället för att halka omkring utomhus. Gå upp och ner ett par extra gånger varje dag! All motion förbättrar balansen, hälsar Göte.