

## SPF Gimådalen

Den 16 oktober 2023 på SPF Gimådalens månadsmöte i Revsunds sockenstuga fanns ett stort intresse att komma för att lyssna till Anette Svensson från Demensförbundet och hennes kunskaper om sjukdomen Demens.

Som brukligt intogs först en god lunch som Lillie-Anne Eklund tillagat med handräckning av sin man. Kaffe och äppelkaka som pricken över i.

Nu blev det Anettes tur att dela med sig av sina kunskaper om sjukdomen och vad man kan göra själv, och vad anhöriga kan hjälpa till med.

Demens är en sjukdom som inte går att bota. Därför är det viktigt att få en så tidig diagnos som möjligt för att sen sätta in medicin som bromsar upp sjukdomsförloppet.

Demens är också en anhörigsjukdom, därför är det av största vikt att medan den drabbade kan fatta egna beslut upprätta en framtidsfullmakt, samt söka så mycket information som möjligt.

Vad kan den drabbade göra själv och vad kan anhöriga göra. Tex är det till fördel att äta bra mat, vistas ute, träffa grannar/vänner och en bra sömn.



Anette Svensson Demensförbundet



Anette med de fina blomsterstöden

Ordförande Inger Andersson tackade Anette för all hennes information med två amaryllisstöd.

Det blev också lite information om en resa till Årets revy.

Trevliga timmar i Revsundssockenstuga som avslutades med småprat innan hemfärd.

Text och foto Gertrud Sunding