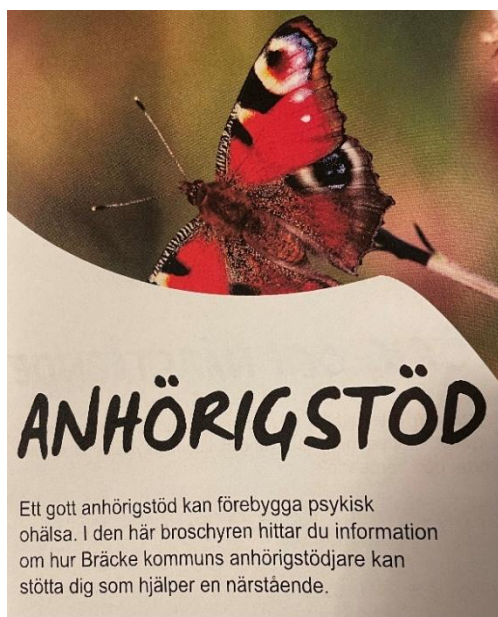


SPF Gimådalens träff i september var på församlingshemmet i Bräcke. Anhörigstöd, en viktig punkt den här dagen.

Måndagen den 21 september 2026 hade ett 30 tal medlemmar hörsammat inbjudan och kommit till septembersmånadsträff i Bräcke, för att lyssna till det kognitiva stödteamet i Bräcke kommun som består av Lena Leek Sefastsson och Ina van Westerndorp. Teamet arbetar för att människor med demenssjukdom ska ha fortsatt bra livskvalitet.

Men innan vi lyssnar till Lena och Ina kan vi inte frångå våra vanor att börja med en god lunch, som idag består av köttfärsbiffar sås och potatis med tillbehör.



När vi nu ätit gott lämnar vi över ordet till Lena och Ina.

Några korta fakta. Demens är inte en sjukdom utan ett samlingsnamn för en rad symtom som beror på skador eller sjukdomar som förstör hjärnans nervceller. Cirka 150 000 personer lever med demenssjukdom i Sverige idag.

Det är här det kognitiva stödteamet har en viktig stödfunktion för den drabbade och deras anhöriga. Lena och Ina erbjuder bland annat stödsamtal, hembesök och utbildning. De kan också guida till rätt insatser och stöd för att få vardagen att fungera.

Lena, som är anhörigstödjare finns för dig med råd och stöd.

- Hjälper dig att hitta vägar för att underlätta vardagen.
- Är kostnadsfri.
- Har tystnadsplikt.
- Stöttar genom enskilda samtal, via hembesök eller telefonkontakt.
- Ger information och kunskap om aktuella ämnen.
- Lotsar dig till anhörig-och stödgrupper om du vill.
- Lotsar vidare till andra instanser utifrån behov.

En tidig kontakt ger större möjlighet att stötta och hjälpa dig och dina anhöriga.

Stort tack till Lena och Ina som delade sina kunskaper till oss på ett begripligt sätt.

Stort tack till Bräckes SPF:are som ordnat den goda maten och dukat så fint.

Lena är inte bara anhörigstödjare, hon är duktig på att sjunga också. Hon avslutade vår träff med en Visa från Bodsjö och av en slump fanns kantor Micael Eriksson där och spelade på flygeln. Vilket blev en mycket fin avslutning på dagen.

Gertrud Sunding