

Den 13 mars träffades medlemmarna i Rosa Huset för information om demenssjukdomar. Maria Sibbesson och Anja Henriksson från Ronneby kommuns omsorgsförvaltning gjorde oss bekanta med alla begrepp om Demenssjukdomar/Kognitivsvikt och vad man kan göra för att minska risken att själv drabbas.

Fingermodellen

- Hälsosam kost
- Fysisk aktivitet
- Kognitiv/mental träning
- Sociala aktiviteter
- Kontroll av hjärtat och kärlrelaterade riskfaktorer



Cafémötena är populära!
Bra föredrag och trevligt
att träffas.



Pratet börjar redan i
tamburen och fortsätter in i
lokalen!



Maria Sibbesson och Anja Henriksson framförde föredraget *"HJÄRNHÄLSA på dina fem fingrar"* växelvis. Handmikrofon fick skickas runt då headsetet inte ville vara med längre! Attan också!



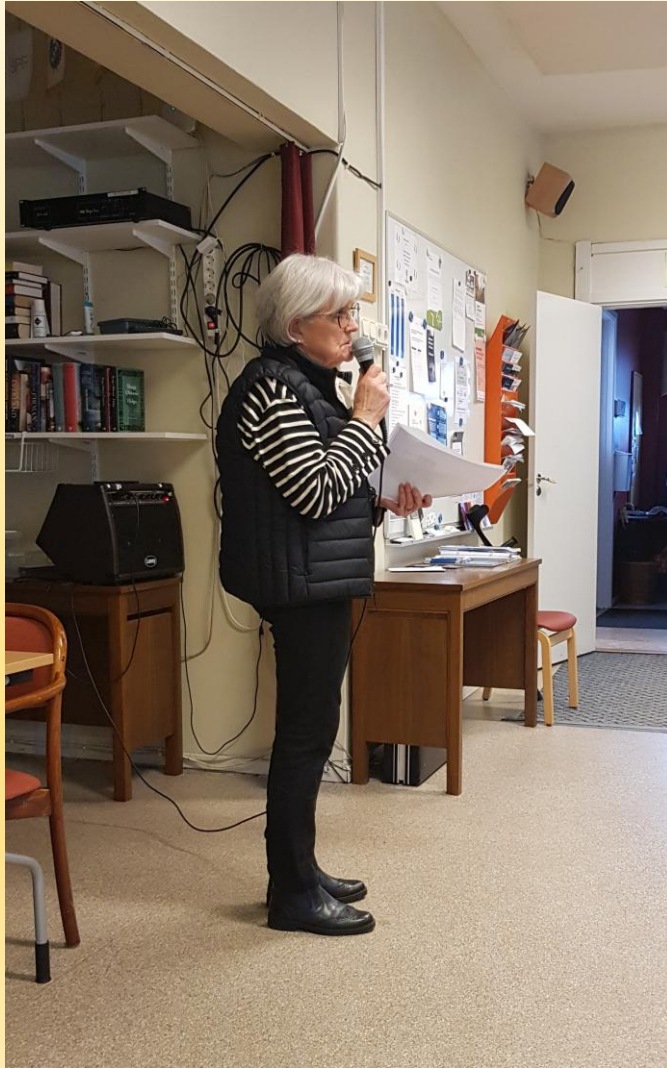
Dagens ämne demens drabbar eller berör oss alla på ett eller annat sätt. Antingen direkt eller via någon i närkretsen. Maria och Anja lyckades fånga vår uppmärksamhet med sin kunskap och även med stor humor! Det nämndes att den sammanlagda längden av alla blodkärl i hjärnan är 105 km(om jag minns rätt!). Inte undra på att det blir lite virrigt ibland! I hela kroppen finns det 4000 mil av blodkärl!



Sedvanlig blommerring och ett stort varmt tack för det fina föredraget! Många nyttigheter att ta med sig hem! Hela föredraget finns på separat länk! Läs gärna igenom det och lägg till i minnet och gör det nu! Inte sen!



Bilden på vår kära ordförande Kerstin får ersätta bilden som skulle vara bord 1. Bilden på det bordet blev nämligen inte publicerbar.



Efter kaffetåren med go´bak berättar Kerstin om vad som komma skall ur vårprogrammet! Gå nu in på länken till föredraget om femfingermodellen! Tack för nu!

