



TIMRÅ KOMMUN

HJÄLP & STÖD VID DEMENSSJUKDOM





Hjälp och stöd vid demenssjukdom

Minnesstörning behöver inte alltid vara ett tecken på demenssjukdom och en anledning till oro. Det är ändå viktigt att göra en utredning. Dels för att det finns behandlingsbara orsaker till minnessvikt men även att vissa symptom och komplikationer kan behandlas. Det är också viktigt att få information och stöd för att kunna planera framtiden.

Vid problem med minnet så ta kontakt med hälsocentralen för att diskutera med läkare eller sjuksköterska. Ta gärna med närstående om det känns bra.

Personer som misstänks ha eller som redan har fått en demensdiagnos har ofta behov av stöd och hjälp i olika former. Nedan ges information om olika stödinsatser som kommunen erbjuder.

Demenssjuksköterska

Timrå kommun har en demenssjuksköterska som ger stöd och råd till dig som har en demenssjukdom och till dina närstående. Du kan boka tid för enskilt samtal, eller ställa frågor via telefon eller mejl. Demenssjuksköterskan arbetar även med utbildning och rådgivning till personal inom vård och omsorg.

Anhörigkonsulent/ Anhörigcenter

När en person blir demenssjuk drabbas även anhöriga. Som anhörig är det ofta viktigt att kunna få prata med andra som går igenom samma sak och att få råd och stöd i det man går igenom.

Känns din livssituation svår på grund av att någon i familjen eller annan närstående, drabbats av sjukdom, psykiskt eller fysiskt? Vårdar du någon hemma på grund av långvarig sjukdom?

I Timrå kommun finns Anhörigcenter och anhörigkonsulent som erbjuder anhörigstöd genom råd och stödsamtal både enskilt och i grupp. Anhörigkonsulenten kan göra hembesök dels för uppföljning men även i förebyggande syfte.

Anhörigcenter och anhörigkonsulent kan även erbjuda avlösning i hemmet utan biståndsbeslut.

Anhöriggrupper finns både i Vivsta och Söråker och träffas varannan vecka.

Anhörigcenter erbjuder varje måndag någon form av föreläsning, utbildning, underhållning eller information mellan **kl. 13.00- 15.00**

Anhörigcenter erbjuder också alla torsdagar mellan **kl. 13.00- 15.00** träffar mer på ett socialt plan. För att läsa något, titta på film, titta på gamla foton eller bara umgås och fika.

Aktiviteter

Det finns olika aktiviteter i Timrå kommun med målsättning att erbjuda möjligheter till social gemenskap och sysselsättning för äldre.

Tuvan på Hagalid är öppen måndag till fredag från **kl. 13.00** för dig som är äldre och vill ha social gemenskap. Där ser veckoplaneringen lite olika ut med aktiviteter som bland annat film, hantverk, spela spel eller bingo.

På Strandbo vård- och omsorgsboende anordnar PRO bingo två dagar i månaden **kl. 15.00** för alla. PRO anordnar även fler aktiviteter för medlemmar, läs på hemsidan eller kontakta Lisbeth Eklund PRO för mer information.

I Timrå kommun driver svenska kyrkan Café InBetween som är en härlig mötesplats och passar bra för de äldre som oftast är lediga på dagtid. Där erbjuds aktiviteter som quiz, stickcafé och musikcafé. Caféet ligger i Timrå centrum, i centrumhuset där apoteket och vårdcentralen har sina lokaler med entré från torget. Besök gärna caféet och hämta programblad eller läs på Timrå församlingshemsida för mer info.



Dagverksamhet Väpplingen

Erbjuder aktiviteter för dig som bor i ordinärt boende och behöver komma ut och träffa andra, bryta ensamhet, och träna på att behålla fysiska, sociala och kognitiva förmågor (de tankefunktioner med vilkas hjälp information och kunskap hanteras). Dagverksamheten erbjuder möjlighet att få stöd och hjälp samt att träffa andra personer i hemlik miljö.

Verksamheten är öppen alla vardagar. På dagverksamheten kan man delta i olika aktiviteter som till exempel högläsning, promenader, sång,

musik och utflykter. Dagverksamheten ordnar måltiderna under vistelsen. Dagverksamheten fungerar även som avlastning för närstående som vårdar i hemmet. Ungefär 25 personer besöker Vårplingen vid ett eller ett par tillfällen varje vecka.

Den enskilde ansöker om dagverksamhet via biståndshandläggare som fattar beslut om insats efter utredning.

Trygghetslarm

För dig som bor i eget boende finns möjligheter att ansöka om trygghetslarm. Trygghetslarmet kan göra att du känner dig säkrare och tryggare i ditt hem. Med en knapptryckning på den bärbara larmklockan får du kontakt med larmcentralen som i sin tur rapporterar till hemtjänsten. Du behöver inte ha några andra insatser från äldreomsorgen för att få trygghetslarm.

Behov av trygghetslarm bedöms av biståndshandläggare efter ansökan.

Hemtjänst

Om du har svårt att klara dina dagliga sysslor hemma kan du ansöka om hjälp från kommunens hemtjänst via biståndshandläggaren. De bedömer hjälpinsatsen utifrån dina behov (så kallat bistånd).

Exempel på insatser är:

- Städ
- Tvätt
- Inköp
- Leverans av matlåda
- Hjälp vid måltider
- Hjälp att sköta den personliga hygien
- Ledsagning för att exempelvis ta sig till en aktivitet eller ett läkarbesök
- Telefontjänst
- Nattpatrull om du har behov av tillsyn eller andra hjälpinsatser även nattetid

Den enskilde måste själv ansöka om hemtjänst och biståndshandläggare fattar beslut om eventuell insats.



Hemsjukvård

Kommunen erbjuder hemsjukvård när du inte själv eller med stöd kan ta dig till hälsocentralen (tröskelprincip). Du kontaktar din hälsocentral som tidigare så förmedlar de vid behov din nya kontakt med hemsjukvården.

Kommunen ansvarar då för hälso- och sjukvårdsuppgifter i hemmet som utförs av distriktssköterska, arbetsterapeut och sjukgymnast så länge behovet finns.

Korttidsvistelse

I Timrå kommun kan du få bistånd på perioder av korttidsvistelse, den verksamheten finns på Hagalid. Det är en verksamhet där du kan få vård och omsorg dygnet runt under en begränsad period. Det kan till exempel vara i samband med avlastning för närstående eller i avvaktan på annat boende. Här får du alla hjälpinsatser som du beviljats för att klara det dagliga livet.

Den enskilde ansöker om insatsen via biståndshandläggare som utreder behovet och fattar beslut om insats.

Ledsagarservice

Hjälper dig som är äldre och funktionsnedsatt i kommunen med bland annat promenader, sällskap och ärenden till affären då du själv följer med. Kan även följa med vid sjukresa eller färdtjänst men inte skjutsa i egen bil.

Fixar'n

Hjälper dig som är äldre och funktionsnedsatt i kommunen med bland annat lamp- och gardinbyten.

AME Punkten

Hjälper dig som är äldre och funktionsnedsatt i kommunen med gräsklippning och snöskottning. Det kan vara så att man får stå i kö kontakta Marie Forslund för information, kontaktuppgifter finns i slutet av foldern.

Tekniska hjälpmedel

Demenssjukdom påverkar både kroppens fysiska och kognitiva förmågor, vilket kan medföra svårigheter och skapa oro. Det finns stora möjligheter att hjälpa dig som är demenssjuk och det finns olika typer av tekniska hjälpmedel som kan underlätta i vardagen kring bland annat kommunikation och säkerhet, till exempel spisvakt eller minneskalender.

Oavsett vilken typ av hjälpmedel som behövs så är det viktigt att du börjar använda hjälpmedlet så tidigt som möjligt, så att du lär dig hur det fungerar.

Kommunens arbetsterapeuter och sjukgymnaster/fysioterapeuter ansvarar både för förskrivning av de hjälpmedel du behöver i hemmet samt för eventuella rehabiliteringsinsatser som behöver äga rum hemma. De skriver även intyg om du har behov av bostadsanpassning.

För att komma i kontakt med arbetsterapeut eller sjukgymnast/fysioterapeut så ringer du kommunens växel.

Vård - och omsorgsboende

Vård och omsorgsboende innebär att den enskilde har en egen lägenhet på en avdelning med tillgång till service och omvårdnad dygnet runt. Boendet är avsett för personer med behov av omvårdnad, tillsyn, trygghet och säkerhet som inte längre kan tillgodoses i det egna hemmet.

I Timrå kommun finns fyra vård- och omsorgsboenden; Merlogården, Hagalid, Tallnäs och Strandbo.

På varje boende finns en områdeschef med ledningsansvar under dagtid och en eller flera omvårdnadsansvariga sjuksköterskor. Kommunens rehabiliteringsteam med arbetsterapeut och sjukgymnast konsulteras vid behov och tillgång till undersköterskor och sjuksköterskor finns alltid dygnet runt. Läkare från primärvården besöker alla boenden regelbundet.

Den enskilde ansöker om särskilt boende via biståndshandläggare som utreder behovet och fattar beslut om insats.



Levnadsberättelse

I Timrå kommun arbetar vi med levnadsberättelse för att personalen ska kunna arbeta personcentrerat. Många har svårt att själva berätta och sätta ord på vad de tänker och känner.

Levnadsberättelsen gör att vi som personal bättre lär känna dig genom att ta del av ditt liv.

Vi får exempelvis ökad kunskap om familjesituation, vilka arbeten du har utfört, vilka intressen, vilken musik du tyckt om, vilka personliga egenskaper och vanor du har. Sorger, glädjeämnen som dykt upp under livet, vilken mat du tycker om och så vidare. Med denna kunskap hoppas vi kunna ge dig en guldkant på tillvaron i kontakten med oss.

Vi vill bli bättre

Vi vill gärna att du hjälper oss att bli bättre genom att lämna eller skicka dina synpunkter till oss. På Timrå kommuns hemsida eller via pappersblankett som du kan få från personalen kan du lämna dina synpunkter.

Personcentrerat förhållningssätt

Timrå kommuns målsättning är att all personal inom äldreomsorgen ska ha ett personcentrerat förhållningssätt, vilket betyder att man utgår från hur just du upplever vardagen. Det handlar om att se dig och inte sjukdomen, och att låta dina förutsättningar, behov och önskemål styra hur vården och omsorgen utformas.

Mer information om demens

www.demenscentrum.se

www.demensforbundet.se

www.hjarnfonden.se

www.lvn.se/delplatser/Halsocentralerna/Du--din-halsa/Aldre/Demens/

VIKTIGA TELEFONNUMMER:

Biståndshandläggare

Via kommunens växel telefon:

060- 16 31 00

AME punkten

Marie Forslund telefon:

060- 16 34 76

Anhörigkonsulent

Telefon: 060- 16 34 92

Mobiltelefon: 070- 190 36 96

Arbetsterapeut eller

sjukgymnast/fysioterapeut

Via kommunens växel telefon:

060- 16 31 00

Demenssjuksköterska

Telefon: 060- 16 32 59

Mejl: anna.edblom@timra.se

Ledsagarservice/ Fixar´n

Telefon: 070- 670 79 99

mån- fre kl. 08.00- 10.00

PRO Lisbeth Eklund

Telefon: 072- 503 00 25

Café InBetween

Telefon: 060- 57 24 10



TIMRÅ KOMMUN

Timrå kommun

Telefonnummer: 060 – 16 31 00

Hemsida: www.timra.se

