

Livet med NR. 3, 20. ÅRGANG, SEPTEMBER 2010
demens

TEMA

**At køre
eller...**

...læs også

Huskedag og Huskekager

Når et sorgfyldt hjerte flyder over



Alzheimer
foreningen
Livet med demens

	DET FASTE	SIDE
	LÆSERNE SKRIVER	10
	AKTIVITETSKALENDER	11
	SPØRGSMÅL OG SVAR FRA DEMENSLINIEN	16
	KORT NYT	20
	TIPS TIL LIVET MED DEMENS	22

	ARTIKLER	SIDE
	FOKUS PÅ KØRSEL: LÆGENS ROLLE Hvordan finder vi de få, der ikke bør køre?	4
	BESLUTNINGEN OM (IKKE) AT KØRE To beretninger fra ægtefæller	6
	HVORDAN FOREGÅR EN KØRETEST? Det er ikke en køreprøve	8
	DEBATSIDER: LÆSERINDLÆG Kørekortsregler til debat	10
	NÅR ET SORGFYLDT HJERTE... Forståelsen kom fra Demenslinien	18

SMS og støt demente og pårørende

SMS Husk til 1272

Så donerer du 100 kr.* til Alzheimerforeningen

* +almindelig trafiktakst.

Der er 14 dages fortrydelsesret.

Tjenesten udbydes af

Alzheimerforeningen, Sankt Lukas Vej 7A,

2900 Hellerup, Tlf 3940 0488

Livet med
demens

Udgives af



Alzheimerforeningen

Sankt Lukas Vej 7 A
2900 Hellerup

Tlf. 3940 0488

Fax 3961 6669

post@alzheimer.dk
www.alzheimer.dk

Alzheimerforeningens formål er at virke for bekæmpelse af Alzheimers sygdom og andre demenssygdomme, samt forbedring af vilkårene for demente og pårørende.

Foreningens ledelse

Anne Arndal, *formand*

Tlf.: 7542 1131 – anne.arndal@dadlnet.dk

Steen Hasselbalch, *næstformand*

Tlf.: 3545 6702 – sgh@nru.dk

Peter Thorup, *næstformand*

Tlf.: 4566 3320 – pmt@ekas.dk

Peter Reventlow, *kasserer*

Tlf.: 3321 4522 – peter@reventlows.dk

Udvalgsformænd

Gunhild Waldemar, *Forskningsudvalget*

Tlf.: 3545 2580

gunhild.waldemar@rh.regionh.dk

Dorthe Buss, *Retsudvalget*

Tlf.: 3539 7541 – dorthel.buss@mail.dk

Lena Baungaard, *Internationalt Udvalg*

Tlf.: 2117 5787

– kibsgaard@dadlnet.dk

Ansvarshavende redaktør

Nis Peter Nissen, *direktør*

Redaktion

Bente Sloth (Red.), Else Hansen,

Ellen Holm og Heidi Sahlholdt

Opsætning og tryk:

PrinfoHolbæk

Forsidefoto

Stine Jensen

Fotograf

Alzheimerforeningen

Oplag

6.800

ISSN 1604-1968

Livet med Demens

udkommer 4 gange årligt.

Næste gang i december 2010.

Fra aktiv omsorg til passiv opbevaring?

Gennem de senere år har der været megen opmærksomhed på kvaliteten af den pleje, der ydes demente, hvad enten de stadig er i eget hjem eller i plejebolig. Der har været gennemført en række projekter, med aktiviteter der hjælper den demente til et bedre, mere indholdsrigt liv.

Personalet er gennem efteruddannelse m.v. blevet mere bevidst om vigtigheden af, at socialt samvær, sang, musik, motion tilrettelagt for demente, har en god virkning på dementes livskvalitet. Den tilgang kræver et engageret og empatisk personale, der har tid og overskud til at indgå i relation med den demente.

Men - gennem de senere måneder, har Alzheimerforeningen modtaget foruroligende mange meddelelser, om reduktion i antallet af medarbejdere på plejecentrene. Den udvikling vil uvilkårligt medføre, at den helt basale pleje "sluger" alle personaleressourcer. Beboerne skal jo vaskes, i tøjet, have noget at spise.

Så kommer der til at mangle hænder til det, der kan gøre livet lidt bedre - både for de demente selv, men også for de pårørende, som selvfølgelig lider under at skulle opleve, at den demente blot sidder i plejeboligen og kigger ud i luften.

For det tilbageværende personale vil udviklingen let medføre mindre engagement - og magtesløshed. Hvis man kun lige kan dække de basale behov hos beboerne vil arbejdet ikke længere føles meningsfuldt. På lidt længere sigt kan man derfor også frygte, at det bliver vanskeligt at rekruttere medarbejdere til plejearbejdet.

Alt i alt er der grund til opmærksomhed, hvis overskriften ikke skal blive til virkelighed.

Anne Arndal
Landsformand, Alzheimerforeningen

"Alzheimerforeningen har modtaget foruroligende mange meddelelser om reduktion i antallet af medarbejdere på plejecentrene."



Foto: Thomas Rønn

Fokus på kørsel: Lægens rolle

Af Mikkel Vass,
praktiserende læge



Hvor mange promille demens må man køre bil med? Forskningen viser at lettere demens ikke er associeret med dårligere kørefærdigheder. Hvordan finder vi de få, der ikke bør køre, hvis de ikke er holdt op af sig selv?

ÆLDRE KØRER GODT

Statistikkerne bekræfter det, vi har vidst længe: Ældre kører ikke dårligere end andre, snarere tværtimod. Ældre bilister har ofte haft kørekort og kørt bil i mange år og derved opnået stor rutine.

**”Ældre kører ikke
dårligere end andre,
snarere tværtimod”**

UNDERSØGELSE ER ET REDSKAB

Ved den nuværende undersøgelse for kognitiv funktion skal man foruden at være orienteret i tid og egne data, kunne huske 3 ord efter afledning, og kunne tegne en urskive og placere viserne uden grovere fejl. Praktiserende læger har dermed et redskab til at vurdere rum- og retningssans, koncentrationsevne og korttidshukommelse ved den helbredsundersøgelse, der skal foreligge, når man ansøger politiet om fornyelse af kørekortet.

LÆGENS ANSVAR

Er der oplagt tale om svær sygdom eller påvirket intellekt træder Autorisationslovens §44 i kraft. Det betyder, at lægen skal påpege over for personen, at der ikke må føres motorkøretøj og – hvis personen ikke retter sig efter det – indberette til embedslægen, politiet, eller Sundhedsstyrelsen.

TVIVL TESTES PÅ LANDEVEJEN

Problemerne opstår, når der ikke påvises svær kognitiv svækkelse, men hvis der ved den helhedsvur-

dering der indgår ved helbredsundersøgelsen er mistanke om, at ansøgeren ikke vil kunne klare sig i trafikken. Man kan imidlertid ikke ved skrivebordet afgøre, om der er et trafiksikkerhedsmæssigt problem. Individuelle personlige faktorer, og ikke mindst følger efter kronisk sygdom, kan være af betydning. Er der tvivl kan lægen derfor foreslå en vejledende helbredsmaessig køretest.

DET RETTE TIDSPUNKT

Ved demensudvikling er problemet at finde det rette tidspunkt for, hvornår ophør af bilkørsel skal ske. Den nuværende undersøgelse bør være et redskab til at læge, patient og pårørende - i tide - indgår i en dialog om, hvad der skal ske, når demenspatienten ikke kan køre mere, og hvornår tiden er inde til at holde op. De, som har megen af deres identitet forbundet med at have kørekort, kan udgøre et særligt problem. Også fordi fornægtelsen af at noget er galt, kan være en del af demenssygdommen. I netop disse tilfælde vil det være hensigtsmæssigt at henvise til den praktiske køretest.

**”Ved demensudvikling
er problemet at finde det
rette tidspunkt for, hvornår
ophør af bilkørsel skal ske”**

ANDRE MULIGHEDER FOR TRANSPORT

Bilen er et hjælpemiddel til at opretholde sociale kontakter og uafhængighed også i alderdommen.



Foto: Arkiv

Dette er i sig selv sundheds- og funktionsfremmende. Det er derfor vigtigt, at helbredsundersøgelsen hos lægen ses som mulighed for at blive klar over eventuelle svagheder, der kan sættes ind overfor i god tid. Fx kan ældre, som bor alene på landet inddrage familien og forholde sig til, hvordan de vil få dagligdagen til at fungere i fremtiden, hvis de ikke kan køre selv.

LÆGENS MEDVIRKEN OVER TID

Det er langt at foretrække at personen selv når frem til, at det er bedst at holde op, før der sker noget. Men i processen 'at holde op med at køre bil' kan den praktiserende læges kvalificerede medvirken over tid være det vigtigste bidrag til, at det kommer til at foregå udramatisk og uden depressive reaktioner. Lægens rolle bliver derfor både at være patientens advokat og samfundets kontrollant. |

Få mere at vide

På Lægeforeningens E-learning portal under www.laeger.dk kan du se 7 cases, hvor forskellige gråzoner omkring henvisning til praktisk køretest diskuteres

Lundbeck Institute



Få mere viden om demens

Spørg eksperterne i brevkassen, skriv dagbog, deltag i chat og debat.

DemensNet.dk
En støtte i hverdagen

Demenssygdommen vil på et tidspunkt kræve en beslutning om, at patienten stopper med at køre bil.

For mange er det en svær beslutning. Og der er ingen opskrift på, hvordan man tager den.

Læs her to beretninger fra ægtefæller, der har vidt forskellige erfaringer.

”Jeg er bekymret”

af Conni Larsen, ægtefælle

Erik blev for 6 år siden ramt af 3 blodpropper i hjernen og fik afasi. Han kunne ikke længere klare sig selv, alt skulle læres igen. Efter kun 5 uger kunne han gå - ved hjælp - og sige ord. Heldigt, tror jeg. Men Erik har forandret sig meget. Alt det der før var en selvfølgelighed kunne nu blive et problem. Men det retter sig tænkte jeg. Alt var nu uvirkeligt, i hvert fald for mig.

”Han må ikke køre med børnebørn, børn/svigerbørn eller mig selv”

Et par år senere ser jeg noget i fjernsynet om demens og går til Eriks læge. Vi får senere at vide, at den hårde medfart med flere blodpropper har givet Erik demens i middelsvær grad.

Så kommer endnu et stort problem: Kørekortet. Mens Erik har alle disse propper gør sygehuset me-



Conni forstår ikke, at hendes mand stadig må køre bil.

get lidt ud af at fortælle, at der ikke må køres bil. Men hvad så nu, hvor han har demens? Erik bliver meget aggressiv og er vi ude at handle, kører han ind i folk med indkøbsvognen. Han kører endda ind

TELEFONER – MOBILTELEFONER



**HandlePlus
334gsm**

**Pris medlemmer
950 kr.**
Pris andre 1.100 kr.



**PhoneEasy
410gsm**

**Pris medlemmer
1.199 kr.**
Pris andre 1.350 kr.

Se vores udvalg på www.alzheimershop.dk

i børn. Hans undskyldning er, at deres mor ikke har styr på dem.

Han råber af bilister og diverse andre. Mener, at hvis der må køres 130 km/t, så skal der køres 130. Det er gået godt indtil videre. Men han må ikke køre med børnebørn, børn/svigerbørn eller mig selv.

Lægen synes Erik skal have en fair behandling, så der bliver bestilt en kørelærer, som har demens som speciale. Kørelæreren synes, Erik har små fejl, hol-

der forkert på rattet og kører måske lidt for stærkt. Men han kan da køre ok i en rundkørsel. Men nu kommer mit største problem: Erik bliver godkendt og har stadig kort til både motorcykel, bil, lastbil og bus med passagerer, dog ikke erhverv.

Erik kører stadig til svømning og andre steder, han selv skal hen. Han var 66, da kørekortet gik igenem. Skal jeg sige noget positivt? Tjaah, det skal testes igen, når Erik bliver 70 år... |

”Fint, han selv tog beslutningen”

af Gerda Hansen, ægtefælle

Det er nu fem år siden min mand, Poul, fik konstateret Alzheimers. Forinden var der gået et stykke tid med en ændring af adfærd i form af glemte navne på personer, i det hele taget var de fleste navneord væk. Vi tog kontakt til lægen, der sendte Poul til scanning og andre undersøgelser. Vi fik at vide, at Poul havde Alzheimers sygdom. Det var lidt af et chok, men det gik aldrig op for Poul, hvad han fejlede. Og jeg kunne ikke se nogen grund til, han skulle forstå navnet på sin sygdom. Han yndede dengang som nu at sige: ”Jeg har ikke været syg, siden jeg var tre år.”

”Poul har altid kørt meget med campingvogn”

Poul har altid kørt meget med campingvogn, hele Europa rundt fra Nordkap i nord til Rom i syd. Så da han fik at vide kørekortet ville ryge, blev han selvfølgelig ked af det.

Da tiden nærmede sig for at kortet skulle fornyes, klarede han først besøget hos lægen flot. Vi havde trænet lidt med at tegne urskive, samt tælle tilbage med 7 fra 100. Det kunne han fint lære dengang. Og de tre ord klarede han også fint.

Derefter gik han op til orienterende køreprøve. Fik først en køretime hos en kørelærer, derefter kørte han en time med den motorsagkyndige, der skulle vurdere hans køreegenskaber. Han måtte ikke køre i vores egen bil, så han lånte kørelæreren bil. Da de



Foto: Privat

Gerda's ægtefælle Poul tog selv beslutningen om ikke at køre mere.

kom tilbage, fik han at vide, der ikke var en finger at sætte på hans kørsel. Så glad var han, det betød et år mere med kortet i behold.

Vi var blandt andet på Skagen med campingvogn, den sommer han fik fornyet kortet. Det gik rigtig flot.

Da så det første år var gået, sagde han pludselig en dag: ”Nu vil jeg ikke køre mere, nu kan du køre”. Han havde været i Slagelse og havde besvær med at finde tilbage fra genbrugsstationen. Fint han selv tog beslutningen. Det er altid svært at skulle fratage nogen, noget af den personlige frihed. |

Hvordan foregår en køretest?

Af Bente Sloth

Politibetjent og certificeret køreprøvesagkyndig, Kim Lauge, fortæller om vejledende helbredsmæssig køretest.

Hvad sker der, når egen læge vurderer, at personens kørevne skal testes?

Lægen videresender lægeerklæringen til politiets jurister, som informerer embedslægen. Det er så embedslægens opgave at vurdere lægeerklæringen. Oftest følger embedslægen lægens vurdering, og indstiller personen til en vejledende helbredsmæssig køretest. Det er politiet, som indkalder til testen pr. brev og indsigelse kan gøres i 14 dage. Man bliver indkaldt til et køreprøvested i nærheden af hvor man bor, men har lov til at bede om at tage testen et andet sted.

Hvad sker der, når man møder op på kørestedet?

Når vi har sat os ind i bilen, fortæller jeg personen, hvad lægen har skrevet i lægeerklæringen. Det er ikke alle steder, man gør det, men jeg synes, det hjælper i forhold til min dialog med personen. I forvejen er de fleste nervøse. Der er desværre mange, som tror vejledende helbredsmæssig køretest er en køreprøve. Men det er slet ikke de samme ting, vi ser på, som når det er en førstegangser-

hvervelse. Testen handler rigtig meget om trafiksikkerhed. Så det handler om at køre sikkert, fornuftigt og på en betryggende måde.

Hvordan foregår selve testen?

Den køreprøvesagkyndige og personen kører en tur i minimum en halv time. Man samtaler undervejs, og under prøven skal personen følge de anvisninger, vi giver. Vi skal også teste dem i komplicerede trafiksituationer, fx hvor der er meget trafik.

Når testen er slut kører vi tilbage til udgangspunktet og jeg giver mit indtryk af kørslen.

Hvilke resultater kan testen give?

Der er tre muligheder.

Den første mulighed er at kørslen er i orden. Det siger jeg til personen med det samme.

Den anden mulighed er, at personen har begået mange fejl.

Vejledende helbredsmæssig køretest tages i en skolebil, hvor der også er pedaler i højre side. Så man skal på forhånd leje en skolebil med kørerlærer – og evt. automatgear, hvis man er vant til det. Det vil gavne de fleste at have prøvet bilen på forhånd, og kørelæreren vil også tit kræve det.



Det kan fx være, at man er kørt ud foran andre. Jeg fortæller personen, at han bliver indstillet til en kontrollerende køreprøve. Under 15 % får den besked.

Personen skal derefter bestå både teoriprøve og køreprøve inden 3 måneder. Ellers inddrages køreretten. Jeg råder gerne til, at personen får en kørelærer indover.

Den tredje mulighed er, at jeg inddrager køreretten på stedet og beholder kørekortet. Det sker meget sjældent.

I alle tilfælde skal jeg oplyse personen om de klagemuligheder, der er. Og så skal jeg selvfølgelig skrive en rapport med detaljeret beskrivelse af køretestens forløb. Ved hver sag er der en formel proces, med udgangspunkt i min rapport, der behandles af vores jurister og embedslægen, inden kommunen får besked om resultatet.

Er I opmærksomme på tegn på demens?

Ja, undervejs tester vi for demens. Fx kører vi en tur og kører samme vej tilbage og siger: Ved de næste to kryds skal du gøre det, vi gjorde før. Det er ikke nogle svære steder, men har man problemer med korttidshukommelsen, vil man ikke kunne gøre det.

Vi har vores viden om demens fra motorsagkyndigkurset, hvor vi har undervisning om demens, og fra sidemandsoplæringen.

Vejledende helbredsmæssig køretest afholdes af politifolk som

- har bestået certificeringskurset for motorsagkyndige
- afholder vejledende helbredsmæssig køretest mindst hver 3.-4. måned
- deltager i det årlige vedligeholdelseskursus

Hvad hvis man fratages kørekortet og fortsætter med at køre bil?

Fortsætter man med at køre, så er førstegangsbøden 5000 kr. Personen selv har ansvaret og vil blive straffet, hvis der sker noget. Jeg mener, pårørende bør tage nøglerne væk fra en person, der ikke bør køre. I mine øjne er det det samme som spritkørsel. Hvis det var min egen far ville jeg melde ham – for hans og andres sikkerheds skyld. |

! Debatsider ???

To læsere, som er pårørende til personer med en demenssygdom, har fulgt redaktionens opfordring om at bidrage til debatten om kørekort og demens.

Læs læserbrevne og Alzheimerforeningens holdninger til problemstillingen på debatsiderne her og på side 15.

Kørekortsregler giver følelsesmæssigt overarbejde

Af M. Møller

Min far, der er 76 år, har mildt-moderat demens og bor alene, efter vi mistede min mor, som døde af cancer for 2 år siden. Han har hidtil bestået hukkommelsestesten hvert år hos sin egen læge, men efter grundig udredning på demensklíník blev han henvist til en vejledende helbredsmæssig køreprøve. Han fik af den køresagkyndige besked om, at han skulle op i fuld teori og endnu en praktisk prøve for at beholde sit kørekort. I mellemtiden blev hans permanente kørekort byttet til et midlertidigt (3 måneder).

Det har for det første overrasket mig, at vi har en færdselslovgivning, der siger, at en person/en dement, som ikke er sikker nok i trafikken, alligevel får lov at køre uden restriktioner i 3 måneder. Jeg forstår på politiet, at sådan er lovgivningen.

Det næste er, om man med rimelighed kan forvente, at en dement person kan 1) læse et fuldt køreteoretisk pensum op, 2) takle selve eksamen med diverse brug af IT eller afkrydsning i skemaer under tidspres

o.s.v.?? Det blev ikke diskuteret i denne sag, og har skabt nogen forvirring.

Min far sidder nu i de dejlige sommermåneder alene i sin lejlighed og læser kørepensum. Den eneste, der reelt forholder sig til det, er mig, som er datter, enebarn og eneste nære pårørende. Og det er følelsesmæssigt en vanskelig situation at takle. Jeg skal på samme tid være en tryk og hjælpende pårørende, og samtidig støtte op om færdselslovens regler på en rationel måde. Beslutningen om at opgive at bestå, kan jeg ikke tage for ham. Så hans sommer går med at sidde alene og læse, i stedet for at han kunne komme ud og møde nye mennesker fx på højskole, og således forbedre sin kognitive situation.

Måske er der behov for et sæt regler for demente, der ikke består den helbredsmæssige køreteest. Fx kunne resultatet diskuteres med lægen: Giver det mening at sætte personen til at læse et stort teoripensum op

Fortsætter side 15

AKTIVITETSKALENDER



REGION NORDJYLLAND

Lokalforeningen Nordjylland
Formand: Gunver Folmand
Tlf.: 9831 8328
gunver.folmand@gmail.com

Rådgivning – åben for alle

Den 1. torsdag i måneden

– Kl. 18:45 til kl. 20:30

Frederikshavn Sygehus, Barfredsvej, 9900
Frederikshavn.

Kontakt evt. Tove Jensen eller kom uden aftale,
Tlf.: 9848 6165

Pårørendegruppe eller samtale

De Frivilliges hus, Boensgade 4A, 9900
Frederikshavn.

Kontakt Tove Jensen og aftal tid. Tlf.: 9848 6165

Temaaften "Livet med demens"

Ved Karsten Jansfort, skuespiller og pårørende.

Oplæg "Demens den anden frekvens" ved
Aase Marie Ottesen, Videncenterleder og
Bente Weberskov, konsulent og Marte Meo
terapeut.

– 28. september kl. 18:00 – 21:30

Afholdes i Morsø kommune, nærmere
oplysninger ved tilmelding

til Doris Brinkmann Hvet, Morsø Kommune
senest 22. september. Tlf. 9970 6344



REGION MIDTJYLLAND

Lokalforeningen Midt-Vest
Formand: Inger Marie Allerup Jensen
Tlf.: 9717 5205 / 9717 5822
imj@mail.tdcadsl.dk

Lokalforeningen Østjylland
Formand: Conny Flensborg
Tlf.: 8629 5392
conny@oncabl.dk

Demensbutikken i Silkeborg

Kom og få rådgivning i alt omkring demens. Der er en fagperson og en frivillig til stede.

Vi giver kaffe.

– Åben fra kl. 16:00 til kl. 18:00 den
7. september, 3. oktober, 2. november,
7. december.

Frivillighuset, Østergade 9/1. sal, 8600
Silkeborg.

Pårørendeskole I Syddjurs Kommune

4 aftener med forskelligt på demensområdet.

– 6., 13., 20., og 27. september fra
kl. 19:00 – 21:30.

Overlæge Lisbeth Uhrskov og oversygeplejerske Gitte Rahbæk om demenssygdomme og samvær med en der er ramt af en demenssygdom.

Jurist Søren Sørensen og demenskoordinator Mette Brynskov om jura på demensområdet.



En pårørende fortæller, hvordan det er at være pårørende.

Demenskonsulenterne I Syddjurs fortæller om kommunens tilbud på demensområdet.

Alzheimerforeningen fortæller om deres tilbud.

Se opslag i aviser og på plejecentre.

Pårørendeskole I Favrskov Kommune, for pårørende til en demensramt - demensramte og andre interesserede.

4 aftener i november

– 3., 10., 17., 24. fra kl. 19:00 – 21:30.

Overlæge neurolog Hans Brændgaard om demenssygdomme.

Jurist Susanne Holm om jura på demensområdet.

Psykolog Jane Åmand og samvær med en, der er ramt af en demenssygdom

Pårørende fortæller om det at være pårørende.

Demenskonsulenterne fortæller om kommunens tilbud.

Nærmere oplysning om sted bliver annonceret i diverse dagblade og opslag på plejecentre.

Ferie for demente og deres pårørende.

Skæring Strand i uge 38, ring og hør nærmere.

Kontaktperson Mette Sørensen tlf. 2211 3612 og
Sonja Pedersen tlf. 8629 2767.

Kolonihaven

Der er en fast person alle hverdage i haven

– Kl. 9:30 til ca. 16:00

H/F 1934 – Rugholmsvej, Rosenstien 15,
Viby

Alle er velkomne, der er kaffe på kanden.

Kom og nyd den friske luft, hyggesnak,

arbejde i haven eller hvad man har lyst til.

Ring og aftal tid hos Conny Flensborg på tlf.

2467 8240 / 2872 5108

Lokalforeningen Midtjylland
Formand: Anni Andersen
Tlf.: 9756 4155
nielsanni@gmail.com

Foredrag "Jura og demens"

Om juridiske problemer der kan opstå, når der er stillet en demensdiagnose.

Foredragsholder: cand. jur., lektor Susanne Bækgaard Holm.

– 27. september kl. 18:30 til kl. 21:00

Idrætscenter Vendsyssel
Stadionvej 17, 9760 Vrå

Entre: Kr. 25,- for medlemmer. Kr. 50,- for ikke medlemmer



REGION

SYDDANMARK

Lokalforening Trekantsområdet
Formand: Grethe Skovlund
Tlf.: 7685 7558
gresk@profibermail.dk

Torsdagscafé

Guldkrog-Centret, Guldkrog 9, Vejle
 Salen i stueetagen

Kroophold

– 14. september til 17. september
 Afgang Guldkrog kl. 11:00
 Program er udleveret / kan fås hos Grethe Skovlund

Gunvor Dons fortæller om sin Pilgrims vandring

– 14. oktober kl. 15:00 til 17:00
 Kaffe og brød 20,- kr.

Franske rundkørsler, lygtepæle og meget andet, v/Inge og Niels

– 28. oktober kl. 15:00 til 17:00
 Kaffe og kage er blevet til vin og ost
 Pris 30,- kr. for medlemmer; ellers 50 kr.

"Mortensaftens" overraskelser

– 11. november
 Pris 30,- kr.; for ikke medlemmer er prisen 60,- kr.

Wienerstemning og Wienercafé på cafe-ens 9 års fødselsdag

– 25. november
 Glad musik og lækkerier
 Kaffe og brød 20,- kr.

Juleafslutning – med julehistorie, julekaffe og julekage

– 9. december
 Kaffe og brød 20,- kr.

Lokalforeningen Sydvest
Formand: Hanne Knudsen
Tlf.: 7519 5039
hhhe@knudsen.mail.dk

Demenstræf

En dag med let gymnastik, musik, sang og dans.
 Dagen er inkl. frokost og øl, vand og kaffe og kage.
 – Torsdag den 23. september kl. 10:00, Glejbjerg fritidscenter, Stadionsvej 2 A, Glejbjerg
 Pris kr. 150
 Tilmelding på tlf 7517 9251 senest d. 18 september

Cafe møde i samarbejde med Varde kommune.

– 6. september kl. 17:00
 Væksthuset, Storegade 12, 6800 Varde
 Programmet bliver annonceret senere
 Tilmelding på tlf. 3058 0351

Lokalforeningen Sønderjylland
Formand: Lillian Bernth Thomsen
Tlf.: 7462 5125
lillian.thomsen@privat.dk

Foredrag

Steen Hasselbalch fortæller om, hvad der er godt imod Alzheimers
 – Torsdag den 28. oktober kl. 18:45
 Skyttegården Hjelm Alle, Aabenraa
 Tilmelding Lillian B. Thomsen tlf. 7462 5125

Foredrag

Else Hansen fra Demenslinien fortæller om "Livet med demens"
 – Mandag den 29. november
 kl. 15:00 til 17:00
 Skyttegården, Hjelm Alle, Aabenraa
 Tilmelding Lillian B. Thomsen tlf. 7462 5125

Lokalforeningen Fyn
Formand Jutta Storm
Tlf.: 5137 1573
juttastorm@gmail.com

Rådgivnings- og kontaktcentret for demensramte og pårørende

Kallerupvej 58, 5230 Odense M
 Kontaktperson:
 Ulla Thomsen – Tlf: 6619 4091
 kallerupvej@post.tele.dk
 Åbent mandag til torsdag kl. 10:00 – 16:00
 fredag ifølge aftale
 Telefontid mandag – torsdag, kl. 8:30 – 10:00
 Du kan også maile til os på kallerupvej@post.tele.dk

Har du brug for rådgivning eller støtte
 til livet med demens, og har du lyst til at deltage i forskellige interessetilbud, så kontakt Rådgivnings- og kontaktcentret for demensramte og pårørende

NB! Velkommen til vores 10-års jubilæum (se under Kort Nyt s. 20)

Teknologibibliotek for tidligt demensramte familier

Åbent tirsdag kl. 9.30 - 11.30 og onsdag kl. 9.30 - 13.00 på Centret, Kallerupvej 58
 kom og kig eller aftal tid med teknologibibliotekar Susanne Löwenstein
 tlf. 24 64 52 08 mail teknoteket@gmail.com



REGION

SJÆLLAND

Lokalforeningen Storstrøm
Formand Birgit Parkdal
Tlf.: 5581 3682 / 2849 9605
parkdal@privat.dk

Støttegruppe Rønnede

– Onsdag 13. oktober og 10. november kl. 13:00 til kl. 15:00.
 Dalgården, Thujavej 19, Rønnede
 Alle pårørende til demente er velkomne
 Ring til Ulla Skovbye, hvis du kommer,
 Tlf. 4116 4334

Støttegruppe Nykøbing F

– Tirsdag 20. september, 18. oktober og 15. november kl. 18:30 til kl. 20:30
 Guldborgsund Frivilligcenter, Banegårdspladsen 1A, Nykøbing F.
 Alle pårørende til demente er velkomne
 Ring til Ulla Skovbye hvis du kommer,
 Tlf.: 4116 4334

Psykiatrisk rådgivning

– Onsdage i lige uger kl. 16:00 – 18:00
 Alle er velkomne til at kigge indenfor og få personlig rådgivning
 Frivilligcenter Lolland, Sdr. Boulevard 84, 2., Maribo
 Alle er velkomne til at kigge indenfor og få personlig rådgivning
 Kontaktperson: Birgit Parkdal, Tlf.: 5581 3682 / 2849 9605

Cafe Nyt Liv

– Tirsdage i lige uger kl. 10:00 – 13:00

Frivilligcenter Lolland, Sdr. Boulevard 84, 2, Maribo
 Alle er velkomne til at kigge indenfor til en snak.

Kontaktperson Birgit Parkdal Tlf.: 5581 3682 / 2849 9605

Patientforeningernes Netværk

– Mandage kl. 17:00 – 19:00
Friseegade 25, Nykøbing F.
Kontaktperson: Erik Kjørup Andersen,
Tlf.: 4087 9074 / 5443 3974

Patientforeningernes info-sted

– Tirsdage i lige uger kl. 14:00 – 16:00
Forhallen, Storstrømmens Sygehus, Ring-
stedgade 61, Næstved
Kontakt Birgit Zmuda, Tlf.: 5572 3651

Lokalforeningen Vestsjælland
Formand Aase Stær
Tlf.: 5918 9377
aase.staer@mail.dk

Fristedet

Mødested for personer med demens og
pårørende – Rådgivning, undervisning,
hygge

– Kl. 14:00 – 17:00 på nedennævnte
datoer, hvis ikke andet er nævnt
Nyrup Baptistkirke, Kirkestræde 4,
4296 Nyrup

– Onsdag 29. september

En times sejltur med tur båden "Lille
Claus" på Sorø sø.

Mødetid og -sted: Kl. 13:45 ved anløbs-
broen Søgade for enden af Torvet i Sorø.
Efter sejlturen drikker vi kaffe, formentlig
i nærheden.

Pris ca. kr. 100,00 pr. person.

Tilmelding senest den 15. september til
Anna Grete tlf. 5780 4747/2097 4757

– Onsdag den 27. oktober

Aksel Hansen fortæller om og viser bille-
der fra en rejse til Grønland.

– Onsdag den 24. november

Psykolog Gitte Kragshave taler med os om
følgerne af demenssygdomme

– Onsdag den 15. december

Julehygge med gløgg og æbleskiver
Kontaktperson: Anna Grete Refsgaard Jørgensen
Tlf.: 5780 4747/2097 4757

Foredragsaften med fokus på samvær med
mennesker med demens v/ergoterapeut
Mette Søndergaard

– Onsdag 8. september kl. 19:00

Caféen, Knud Lavard Centeret, Eksercer-
pladsen 1, Hovedindgangen, 4100 Ringsted

Lokalforeningen Østsjælland
Formand Birthe Rasmussen
Tlf.: 5626 6036
br24@ofir.dk

Teaterforestillingen "Glemmer Du?"

Teatergruppen "Absolut Forum" gentager
sidste års

debatteaterforestilling, hvor tilskuerne
inddrages undervejs. Vi følger en 58-årig
kvindes vej

fra den første mistanke om demens, mødet
med sygehusvæsenet,

og til reaktionerne fra venner og familie.

Forestillingen er bevægende og alvorlig,
men anviser

også muligheder for støtte og trøst.

– Tirsdag 12. oktober kl. 18:30 til kl. 21:30

Pris kr. 100,-

Asterscentret, Astersvej 9, 4000 Roskilde

Tilmelding/yderligere information:

Jette Kallehaug Tlf: 4631 6127 eller

mail: jettek@roskilde.dk

Lis Romny Tlf: 5614 1006 eller

mail: lisromny@mail.dk

NYT Tilbud! Netværkscafé

For yngre med demens (ca. 45 til 65 år)

– Mandage og onsdage 10:00 til 14:00

Pris for kaffe/frokost kr. 15,-/30,-

Lammegade 36, st. tv., 4000 Roskilde

Bor du i Østsjælland (Roskilde, Greve, Køge,
Solrød og Stevn) er du velkommen.

Du møder frivillige fra Alzheimerforenin-
gen,

og Roskilde Kommune er ansvarlig for
projektet.

Yderligere information / kontaktperson:

Formand Birthe Rasmussen Tlf: 5626 6036

Projektleder Jette Kallehaug Tlf: 4631 6127

Tænke-Tankens møder i efteråret 2010

Tirsdage i ulige uger

Første gang 14. september

Alle møder fra kl. 10:00 til 13:00

Der opkræves betaling for kaffe og let fro-
kost.

Sted: Lammegade 36, st. tv.

4000 Roskilde

Kontaktpersoner:

Mie Danielsen, Tlf: 4638 3789

Anne Rasmussen, Tlf: 4640 2045

Bevægelse/afspænding for mennesker med demens

– Onsdage fra kl. 9:30 – 10:50 eller

– Onsdage fra kl. 11:00 – 12:25

Små hold med særlig hensyn

Kontaktpersoner:

Mie Danielsen, Tlf: 4638 3789

AOE, Tlf: 4635 5895

Pårørendegruppe Stevn

– Tirsdag 7. september fra

kl. 19:00 – 21:00.

Næste dato aftales på mødet.

Hotherhaven i Hårlev, Præstemarken 76,

4652 Hårlev, St. Heddinge

Kontaktperson: Birthe Rasmussen Tlf: 5626 6036

HJÆLPEMIDLER – TASTATUR MED BILLEDER

MemoryPlus
309dp



Tastaturknapper som sættes
til din eksisterende telefon.
Meget nem at bruge. Sæt dine
egne billeder på knapperne
og sæt tastaturet til telefonen.

Pris medlemmer

320 kr.

Pris andre 400 kr.

Pårørendegruppe Lejre

i samarbejde med demenskoordinator i Lejre Kommune

- Onsdag 15. september fra kl. 14.00 – 16.00.

Fremover den

- Den 3. onsdag i måneden kl. 14:00 – 16:00

Hvalsø Ældrecenter, dagligstuen, Roskildevej 11, 4330 Hvalsø

Kontaktpersoner:

Karen Christiansen: Tlf.: 4070 8570,

Birthe Rasmussen: Tlf.: 5626 6036



REGION

HOVEDSTADEN

Lokalforeningen København

Formand: Kiddy El Kholy

Tlf.: 4074 3369

fr07@suf.kk.dk

Kontakt din lokalforening

Rådgivning og information

Tlf.: 3026 2958 – alzcp@yahoo.dk

Cafemøder

Sidste onsdag i måneden

- Kl. 19:00-21:00 i februar, marts, april, september, oktober og november

Østerbrohuset Århusgade 103, 2100 Kbh. Ø.

Se mere på www.alzheimer.dk under lokalforeninger/København

Medlemmerne får tilsendt invitation til hvert møde

Alle er velkommen

Julehygge

Vi har planlagt at holde vores julefest onsdag den 1. december 2010 i Huset i De Gamles By.

Lokalforeningen Københavns Omegn

Formand: Grethe Koudahl

Tlf.: 5322 1480

koudahl@cqnet.dk

Kontakt din lokalforening

- Mandag og onsdag kl. 9.00 – 11.00

Telefonisk rådgivning og information

Tlf.: 5322 1480 – koudahl@cqnet.dk

Cafeaftener for mennesker med demens og deres pårørende

- Første onsdag i hver måned

kl. 18:30 – 20:30

Cafe Palmehaven på Herlevgaard Center Herlevgårdsvej 3, 2730 Herlev

Cafeen giver mennesker med demens og deres pårørende mulighed for socialt og hyggeligt samvær med andre, der er i lignende situation. Der er mulighed for at købe kaffe/te, øl og vand

Kontakt: Jytte Rasmussen Tlf.: 4585 2926

"Klubben" for mennesker med demens og deres pårørende

- Torsdage i lige uger kl. 15:00 – 17:00

Foreningscentret lokale 1 og 2

Amagerlandevej 71, 2770 Kastrup

Program fremsendes

Kontakt: Gunhild Schrøder Tlf.: 3250 2128 eller

Hans Dehnfeldt Tlf.: 3250 8737 – Hans Dehnfeldt

træffes bedst mellem kl. 8:00-9:00

Temadag "Livet med demens": Kan teknologiske hjælpemidler lette hverdagen?

- Torsdag 7. oktober kl. 8:15 – 16:00.

Pris : kr. 450,- inkl. forplejning

Medborgerhuset i Herlev, Herlevgårdsvej 18, 2730 Herlev

Temadagen henvender sig til alle, der har kontakt med

" Livet med demens". Oplæg ved Seniorforsker

Lone Gaedt fra Teknologisk Institut, Cen-

ter for Robboteknologi, Ulla Thomsen

Rådgivnings- og Kontaktstedet

for demensramte og pårørende i Odense,

4 brugere samt lederen af Teknologibiblioteket.

Der udleveres kursusbevis.

Tilmeldingen er gældende, når bekræftelsen herpå er modtaget

Tilmeldingsfrist: 30. september

Skriftlig tilmelding til: Gunna Bloch Johan-

sen, Vejlesøparken 7, 1. Tv, 2840 Holte

eller e-mail: gunna.bloch@gmail.com

Evt. spørgsmål: Tlf. 45 42 46 71 eller 53 22

14 80 mandag og onsdag kl. 9:00-11:00

Lokalforeningen Frederiksberg

Formand: Mette Lunde

Tlf.: 2178 4644

mette.lunde@benedikte.dk

Informationsmøde om demens

Tirsdag 9. november kl. 19:00 – 21:30
Herlevgaard Center, festsalen, Herlevgårdsvej 3, 2730 Herlev

Demenssygdomme

Steen Hasselbalch, overlæge på hukommelsesklinikken Rigshospitalet og næstformand i Alzheimerforeningen

Det at være pårørende

Anne Arndal, pårørende og formand i Alzheimerforeningen, fortæller om sin mands sygdom og Alzheimerforeningens tilbud og aktiviteter
Demensvejleder i Herlev, Tina Nielsen vil være til stede.
Gratis adgang, kaffe, kage, øl og vand kan købes.

! Debatsider ???

Fortsat fra side 10

igen? Måske er det ikke det teoretiske grundlag, men de praktiske evner, der halter? Skulle man tillade en ny praktisk køretest for demente – hvis den første er på vippen (køretesten tages jo i en helt anden bil end man er vant til, hvilket i sig selv kan virke utrygt)?

Med en stigende forekomst af demens var det måske på tide at tage de problemstillinger, som denne situation er udtryk for, op – for færdselssikkerheden såvel som for både de pårørende og de dementes skyld?

Efterskrift:

Efter det første indlæg fik redaktionen en hilsen:

Via samtaler med kommunens demenskoordinator, Borgerservice m.fl. har min far nu besluttet ikke at gå op til den teoretiske prøve. Han mister dermed sit kørekort, men siger, at han evt. kan tage det op igen på et senere tidspunkt.

| Graderet ældrekørekort?

Af Jens Ledgaard

Ældre bilister er jo ikke de farligste i trafikken – men restriktiv kørekortsfornyelse gør mange til urutine-rede cyklister til fare for sig selv og andre. Raske danske bilister kan let føle sig forvirrede i tæt motorvejstrafik en regnvåd aften et ukendt sted, mens selv let demente ikke har problemer med at køre sikkert til den lokale brugs.

Ældrekørekort bør derfor kunne fornyes med individuelle påtegninger, fx at kørekortet kun gælder i bopælskommunen og/eller tilgrænsende kommuner og/eller fx kun i dagtimerne.

Det mener Alzheimerforeningen om demens og kørekort



En demensdiagnose eller alder skal ikke automatisk være grund til inddragelse af kørekortet – men det er vigtigt at være åben om, at demenssygdommen betyder, at evnen til at køre bil på et tidspunkt forsvinder



For mange familier berørt af demens er adgangen til at køre bil en vigtig del af hverdagen. Demente og pårørende skal derfor - på et tidligt tidspunkt - før det bliver for sent - hjælpes til at tage stilling til hvordan de vil klare sig uden kørekortet



Fagpersoner skal tage større ansvar ved at hjælpe demente og pårørende med at se problemerne i øjnene og sige til, når det ikke længere er forsvarligt at køre bil.

SPØRGSMÅL OG SVAR FRA DEMENSLINIEN

Else Hansen er sygeplejerske og
rådgiver på Demenslinien

Foto: Thomas Rønn

Spørgsmål om bilkørsel og kørekort dukker op igen og igen

Hvornår er der for stor risiko forbundet med at fortsætte med at køre bil? Hvordan undgår man vrede, fortvivelse og uvenskab, når man skal give afkald på kørekortet?

Spørgsmålene er uhyre svære og slet ikke enkle at besvare. For mange er det at køre bil en stor del af deres identitet, og mange er afhængige af bilen i hverdagen. Så det er en stor beslutning at afgive kørekortet og det kan kræve råd og støtte fra pårørende og/eller professionelle at tage den.

Vi bør huske på, at alle ifølge Straffelovens § 185 har pligt til anmeldelse for at afværge ulykker, der kan medføre fare for menneskeliv.

Tør jeg stole på min mor?

Min far har fået stillet en demensdiagnose for et år siden. Han fungerer meget selvstændigt i hverdagen og kører stadig bil. Min mor er som regel med, og hun fortæller, at far kører trafiksikkert.

Min bekymring går på, at min mor, som er afhængig af at blive kørt, da hun ikke har kørekort og de har langt til indkøbsmuligheder, måske ikke er realistisk og vil se gennem fingre med det, når min far ikke længere kan køre forsvarligt. Og tør jeg lade ham køre med mine børn?

Svar:

Det er vigtigt, at du får en snak med din mor om din bekymring. Her kan I også få talt om, hvordan de skal klare sig, når din far ikke længere kan køre bil. Har din mor mod på at tage kørekort? Kan

DEMENSLINIEN

Ring til Demenslinien på 5850 5850

Spørgsmålene er fiktive af hensyn til spørgernes anonymitet, men de bygger på virkelige spørgsmål til Demenslinien.

naboer hjælpe? Kan de få varerne bragt ud? Overvejer de at flytte? Jo mere der bliver afklaret, jo bedre kan dine forældre overskue deres situation.

Det er godt løbende at tage en snak med både din far og mor om bilkørsel. Din far skal også vænne sig til tanken om, at på et tidspunkt må han ophøre med at køre bil af hensyn til sikkerheden for både ham selv og andre.

En måde du kan være med til at sikre, at din far stadig kører forsvarligt er løbende at køre en tur med ham, helst på en måde, så det falder naturligt. Når du ikke længere tør lade ham køre med dig eller dine børn er det måske nok tidspunktet for, at din far ophører med at køre bil.

Min mand bør ikke køre bil
Min mand som har en blandedemens vil ikke høre tale

om at afgive sit kørekort.
Hvad gør jeg?

Min mand, som er i starten af 60'erne har kørt bil siden han blev 18 år. Han har altid været en dygtig og hensynsfuld bilist, men i løbet af det sidste halve år er der kommet rigtig mange buler i vores bil. Han har svært ved at finde vej til steder, han ellers plejer at køre til. Min mand fastholder, at der ikke er nogen problemer forbundet med hans bilkørsel. Hvor kan jeg få hjælp?

Svar:

Det bedste er, hvis din mand frivilligt stopper med at køre bil. Men det skal give mening for ham, at han ikke længere skal køre. Derfor kan det godt betale sig at forsøge at finde frem til et argument, som din mand kan bruge. Sygdommen gør, at han ikke har selverkendelse omkring

sin usikre bilkørsel, men tværtimod ser sig selv som den elitebilist, han altid har været.

Et argument kunne være, at du bliver nødt til at køre bilen for at vedligeholde dine køreevner. En anden mulighed er at et mandligt medlem af familien, som din mand har tillid til, tager en "mand til mand-snak" om problemet.

Hvis I har en god kontakt til en demenskoordinator, vil der også være støtte og hjælp at hente dér. Ligeledes er det en god idé at få involveret hans praktiserende læge, som kan henvise til en vejledende helbredsmæssig køretest, hvis det bliver nødvendigt. Hvis afgivelse af kørekortet er forbundet med megen vrede hos din mand, kan det være godt for jeres indbyrdes forhold, hvis det er en anden end dig, som tager beslutningen.

TELEFONER – STATIONÆRE TELEFONER

PhoneEasy 331 PH

Pris medlemmer

299 kr.

Pris andre 350 kr.



PhoneEasy 319 iph

Pris medlemmer

575 kr.

Pris andre 700 kr.



Se vores udvalg på www.alzheimershop.dk

Når et sorgfuldt hjerte flyder over

af Nis Peter Nissen

En opringning til Alzheimerforeningens Demenslinie hjalp Stine Jensen videre som pårørende

Stine Jensen ringede første gang til Demenslinien, da hendes mor kom på plejehjem. Forholdene var ikke i orden, og Stine var i tvivl, om hun skulle klage.

- På Demenslinien mødte jeg en person, der viste forståelse og havde tid til at lytte, fortæller Stine Jensen. Og så kom det hele - sorgen, smerten og usikkerheden om hvorvidt det, jeg selv oplevede og følte, nu også var det rigtige. Når man hele tiden skal kæmpe for selv den mindste ting, kommer man til sidst i tvivl. Er det mig, der er urimelig og kræver jeg for meget?

Men samtalen med demensrådgiveren bekræftede Stine Jensen i, at det ikke var hende, der var noget galt med. De forhold, hendes mor blev budt på ple-

jehjemmet, var ikke rimelige. Stine fulgte derfor rådet fra Demenslinien og indgav en officiel klage.

**”Nedenunder smerten
og vreden er der jo en stor
kærlighed”**

- Det hjalp – både min mor og mig – for jeg stod fast og holdt ved mine kritikpunkter. Det betød, at der til sidst kom et lederskift på min mors plejehjem, og tingene begyndte at forandre sig til det bedre.

DEMENS DIAGNOSE SOM 64-ÅRIG

Stine Jensen er enebarn. Hun bor i København, og

Stor tak til Alzheimerforeningens medlemmer

Flere end 250 medlemmer har foreløbigt besluttet at donere 50 eller 100 kroner om måneden til Alzheimerforeningens telefonrådgivning Demenslinien. Donationerne er det flotte resultat af den telefonkampagne, som Finnbjørn Consult gennemførte for Alzheimerforeningen i de sidste to uger af juni.

På baggrund af den positive respons og de erfaringer vi gjorde os, laver vi en tilsvarende telefonkampagne her i efteråret. Her får endnu flere medlemmer et opkald med opfordring til at støtte Demenslinien, så endnu flere demente, pårørende m.fl. kan få glæde af rådgivningen.





På Demenslinien mødte jeg en person, der viste forståelse og havde tid til at lytte

hendes mor bor på Bornholm. Stine er også ene om at være pårørende. Hendes mor fik stillet diagnosen frontotemporal demens som 64-årig. Men hun havde været syg længe før.

- Det kom gradvist. Uden at jeg vidste det, overtog jeg alt det praktiske arbejde. Til sidst, når jeg besøgte hende, brugte jeg al tiden på at passe huset, gøre rent, købe ind, lave mad og betale regninger.

ENSOM KAMP

Stine kæmpede i to år, mens hendes mor stadig boede hjemme og sygdommen forværredes. Men efterhånden som sygdommen skred frem, blev behovet for hjælp større og opgaven for stor.

- Jeg brugte alt for meget af mit eget liv og mine egne ressourcer på at klare hverdagen for min mor. Det handlede om min mors liv og hendes sygdom hele tiden. Til sidst måtte jeg give slip.

Stine Jensens mor flyttede på plejehjem i 2006, og rollen som pårørende ændrede sig endnu engang.

- Det var endnu et skridt ned af stigen og svært at acceptere. Jeg følte, at jeg svigtede min mor. Men samtidig var jeg klar over, at jeg ikke kunne passe hende 24 timer i døgnet.

STØTTEGRUPPE FOR UNGE PÅRØRENDE

Det var på det tidspunkt Stine kontaktede Demenslinien. Hun var slidt ned og orkede kun at ringe. Igennem samtalen oplevede hun at blive forstået. Hendes følelser blev anerkendt, og det var OK at bede om hjælp – også til hende selv.

- Det er jo et sorgfuldt hjerte, der er ved at flyde over. Og så kommer det frem, når man møder en person, der forstår én. For nedenunder smerten og vreden er der jo en stor kærlighed.

Samtalen med Demensliniens rådgiver hjalp også Stine videre. Hun blev opfordret til at deltage i Alzheimerforeningens støttegruppe for unge pårørende.

- At møde ligesindede, der er i samme situation som dig, er noget af det mest givende, der findes. Det er simpelthen uvurderligt at være sammen med andre, hvor du kun behøver at sige to ord, og så forstår de bare al smerten bag ved, al sorgen og hele kampen, fordi de selv har været der.

”At møde ligesindede i samme situation som dig er noget af det mest givende, der findes”

LANGT FARVEL

Stine Jensen har som eneste pårørende været med hele vejen og gennem alle demenssygdommens faser.

- Det har været ét langt farvel. På den ene side siger jeg farvel hver gang jeg besøger min mor. På den anden side har det ene år taget det andet, hvor jeg ganske langsomt har mistet min mor i små bidder.

Demenssygdommen er nu så fremskreden, at Stine Jensens mor ikke længere kan genkende stemmer eller forstå, at Stine er højgravid med sit første barn.

- Når jeg sidder ved siden af min mor, er det som om hun slet ikke er der mere. Nu er der kun kroppen tilbage. Hendes sjæl er væk. Det er en stor sorg, for der er så meget, jeg gerne ville fortælle hende.

Stine Jensen er siden interviewet blevet mor til en lille dreng. |

KORT NYT

10 års jubilæum



Den 1. oktober 2000 blev Rådgivnings- og kontaktcentret for demensramte og pårørende, Odense etableret i et samarbejde mellem Alzheimerforeningen og Odense kommune.

Centret markerer 10-årsjubilæet i uge 39. Vi har sammensat et spændende program, hvor vi sætter fokus på livet med demens gennem de sidste ti år og på tankerne for fremtidens demensindsatser. Ugen afsluttes fredag 1. oktober med en jubilæumsfest.

Arrangementerne i ugens løb er gratis, alle er velkomne.

Program og tilmelding:

Ulla Thomsen 66 19 40 91, kallerupvej@post.tele.dk

Aktiv Højskole

Alzheimerforeningens tilbud om højskoleophold, specialdesignet for personer, der lider af en demenssygdom, er nu udvidet til foreløbigt to regioner.

REGION SYDDANMARK

Har du en demenssygdom, kan du stadig nå at tilmelde dig som deltager på det første 4-dageshøjskoleophold, som finder sted 22. til 26. november 2010 på Brandbjerg Højskole ved Vejle. Prisen er 1.500 kroner inkl. kost og logi

REGION ØSTJYLLAND

Du kan være med til at arrangere det næste kursus sammen med frivillige fra Alzheimerforeningens lokalforeninger, relevante højskoler, interesserede demenskoordinatorer og andre lokale ildsjæle.



Det er projektmidler fra SATS-puljen, som gør det muligt for Alzheimerforeningen på sigt at arrangere højskoleophold i alle regioner. Projektet er baseret på, at lokale kræfter medvirker og bidrager.

Er du interesseret i at deltage eller i at være med til at arrangere et højskoleophold – kan du kontakte Nis Peter Nissen nis@alzheimer.dk eller tlf. 2120 1224.

Enlig med demens?

Næste nummer af "Livet med demens" har tema om enlige med en demenssygdom. Skriv til os, hvis du har en historie at fortælle som enlig eller pårørende til en enlig med en demenssygdom. Kontakt Bente Sloth på bente@alzheimer.dk eller 3940 0488

Smag Brødrene Prices Huskekage

- og støt demente og pårørende

James og Adam Price har skabt en ny opskrift på en "huskekage". føtex og Bilka bageren sælger huskekagen. Hele overskuddet går ubeskåret til Alzheimerforeningens arbejde for demente og pårørende.



Sælges i
føtex og Bilka
bageren fra
19. september til
25. september
2010.



 Båger

Huskekage

PR. STK.

15,-

Huskekagen er en frisk og lækker flødekage, der er lavet med banancreme med friskpresset citronsaft omkranset af sprød florentiner. Til sidst pynter vi den med marcipan og friske blåbær.

føtex **Bilka**
vi gør mere for dig TÆNK STORT, BETAL SMÅT

38/10. Forbehold for evt. afgiftsforhøjelser, trykfejl, udsolgte varer og leveringssvigt. © ENVISION

TIPS til livet med demens

Livet med demens kan både byde på små og store udfordringer. På denne side bringer vi små gode tips til hverdagen – en opskrift, et hjælpemiddel, et forslag, en god idé eller blot en venlig tanke.

HAR DU ET GODT RÅD...

... hører vi gerne fra dig. Skriv til "Livet med demens" og del dit gode råd med andre. Så kan flere få glæde af dine gode forslag.

Skriv til post@alzheimer.dk

Nyd Huskekagen i nuet

Nyd Huskekagen i samvær med andre

Huskekagen er pyntet med blåbær, som styrker hukommelsen

Pynt med chokolade, som gavner både helbred og humør.



Husk at smage Huskekagen og støt samtidig Alzheimerforeningen. Du kan købe Huskekagen hos føtex og Bilka i dagene op til International Alzheimerdag den 21. september.

Her er opskriften – til hvis du selv har mod på at bage Huskekager...

Huskekage 15-20 stk

Florentinere:

120 g hakkede hasselnødder
200 g sukker
120 g glukose sirup
120 g blødgjort margarine
80 g havreflager
40 g hvedemel

Ingredienserne æltes sammen og dejen deles i kugler, der vejer 30 g pr stk.

Rul kuglerne flade

Bag florentinerne (et passende antal ad gangen så dejen ikke løber sammen) ved 180 grader til de er gyldne.

Afkøl et kort øjeblik.

Fold hver kage over bunden af et glas, og pres

den tæt om glasset, så den får kanter og står som en rund skål, parat til fyldet, når den er færdig. Efter afkøling: Fyld hver florentinerskål med ca. 80 g banancreme

Banancreme:

2 dl piskefløde
1 lille frisk, moset banan
0,5 g saft og revet skal fra 1 økologisk citron
2 blade husblads (kan udelades)
1 lille stænk (1 g) ægte rom
Fløden piskes let som soft ice, herefter blandes de øvrige ingredienser i.
Huskekagen pyntes med oval marcipanoblat (10 g), chokoladeskrift "HUSK" og friske blåbær.

Hjælpemidler – Nøglefinder

MemoryPlus 335



Pris medlemmer
499 kr.

Pris andre 550 kr.

Med den trådløse tingfinder behøver du ikke længere at spille tid på at lede efter nøgler, tegnebog eller andre vigtige ting i dit hjem.

Se vores udvalg på www.alzheimershop.dk

Hjælpemidler – Fjernbetjening

Handle-Easy 321C



Pris medlemmer
299 kr.

Pris andre 399 kr.

En brugervenlig universal fjernbetjening med store knapper. Den ligger godt i hånden og er let at betjene. Kan anvendes til både TV og stereoanlæg.

Se vores udvalg på www.alzheimershop.dk

Støt Demenssagen via arv og testamentariske gaver

Alzheimerforeningen arbejder for de 80.000 mennesker som har en demenssygdom og deres pårørende. Vi bidrager via den uafhængige Alzheimer forskningsfond til forskning i Alzheimers og andre demenssygdomme. Vi støtter og hjælper demente og deres pårørende med rådgivning, uddannelse og oplysning, og vi taler de dementes sag overfor myndigheder og politikere.

Alzheimerforeningens arbejde finansieres udelukkende af bidrag fra private og tilskud fra offentlige fonde. Vi er derfor meget taknemmelige

for alle de bidrag, vi modtager gennem arv og testamentariske gaver. De giver os mulighed for at hjælpe, støtte og rådgive flere mennesker med en demenssygdom samt deres pårørende.

Du kan kontakte Alzheimerforeningen på telefon 3940 0488 eller maile på post@alzheimer.dk hvis du vil høre mere om vores arbejde eller vide mere om mulighederne for at støtte Alzheimerforeningen gennem arv eller testamentarisk gave.

Huskedag med Huskekage

Alzheimerforeningen gør 21. september til Huskedag for mennesker med en demenssygdom

Tirsdag den 21. september er International Alzheimerdag. I Danmark gør Alzheimerforeningen dagen til en Huskedag for mennesker med en demenssygdom. Derfor sætter medlemmer og frivillige 80.000 huskesedler op på synlige steder i hele landet – én for hver dansker, der har en demenssygdom.

BRD. PRICES HUSKEKAGE

Brødrene Adam og James Price har i anledning af Huskedagen kreeret en særlig Huskekage, som sælges i føtex og Bilka. Kagen smager himmelsk og overskuddet går til Alzheimerforeningen.
(Se opskriften på side 22 og køb kagen i føtex og Bilka)

BREV TIL POLITIKERE

På Huskedagen opfordrer vi også politikere til at huske mennesker med en demenssygdom og deres pårørende – også når de skal vedtage budgettet for de kommende år. Derfor får alle medlemmer af Folketinget og samtlige landets borgmestre et brev fra Alzheimerforeningen på Huskedagen den 21. september. |



CYKEL

Husk
Hjælp os med at huske
dem, der glemmer

Sæt huskesedler op på
Huskedagen den 21. september.
Hør hvordan du gør: Ring eller skriv
til Alzheimerforeningen på
tlf. 3940 0488 eller
mail :
post@alzheimer.dk

