



Hjärnträffen - öppen verksamhet

”FINGER- inspirerad verksamhet med hälsofrämjande och förebyggande aktiviteter”

Kristina Sandgren
verksamhetsutvecklare
Utredning äldre och prevention

FINGER -modellen

FINGER-modellen visar hur vi med enkla samordnade livsstilsåtgärder kan förebygga kognitiv svikt och demens.

- Hälsosam kost
- Fysiska aktiviteter
- Hjärngymnastik
- Sociala aktiviteter
- Koll på hjärt- och kärlvärden



Källa och bild: Home - FBHI

Hjärnträffen - för personer med kognitiv störning/demenssjukdom

Syfte

Erbjuda personer med demenssjukdom i mild fas, aktiviteter enligt FINGER-modellen.

Mål

Öka möjligheten för personer med demenssjukdom att leva ett bra liv, med bibehållen livskvalitet och att bo kvar i det egna hemmet så länge det är möjligt.

Målgrupp

Personer med mild kognitiv störning/demenssjukdom, oavsett ålder som bor kvar i det egna hemmet.



Hjärnträffen

Upplägg

Deltagarna utforskar tillsammans FINGER-modellens områden

Tid och plats

Onsdagar klockan 10.00–14.00

Södra Aktrisgränd 17

Anmälan

Mer information

[Hjärnträffen - för dig med demenssjukdom - Umeå kommun](#)



”Flexibel avlösning på korttidsboende”

Att möta anhörigas behov av flexibilitet

**Jessica Atrakchi enhetschef
Utredning äldre och prevention**



Nuläge Umeå kommun

Korttidsvistelse för avlösning av anhöriga

Regelbunden

Planerad i förväg



Flexibel avlösning på korttidsboende

- Omfattande vård och omsorgsbehov
- Sammanboende
- 42 dygn på ett kalenderår
- Maximalt 7 dygn i sträck
- Vid ett tillfälle per år 14 dygn i sträck
- Komplement till befintlig avlösning på korttidsboende



Tillsammans för ett bättre liv - livet ut!

