

VÄNTJÄNST

I väntjänsten kan Du finna en medmänniska som vill vara till hjälp och sällskap. Det kan gälla "småtjänster" i hemmet, sällskap på promenader eller läkarbesök, smakråd vid klädinköp, skjuts till SPF-möten för den som inte har färdtjänst, och annat som kan höja livskvalitén.

Hör av Dig till någon av oss. Kontakt förmedlas också av SPF:s expedition, tel 690 45 (expeditionstider se sid 2).

Innerstan

Majt Boström 264 91
Anna Lundqvist 249 34
Margareta Mårtensson 324 14

Britsarvet & Östanfors

Ann Lagerby 174 95

Lustigknopp

Ragna Neuman 721 00 75
Marianne Rennel 171 78
Carin Swartling 214 61
Göran Swartling 214 61

Samuelsdal

Henny Johansson 171 27

Främby

Inga-Britt Andersson 288 44

Norslund

Gun Eriksson 221 85

Stenslund

Viola Lundbäck 283 62

Varggården

Bertil Sibra 25819

Hälsingberg

Margareta Dunkars 341 75

Hälsinggården

Marianne Häggblom 336 42
IngaLill Sundbrandt 329 02

Hosjö

Birgitta Leksell 322 70

Sundborn

Marianne Larsson 612 72

Bjursås

Elisabet Hellberg 510 60
Elsa Wigert 550 41

Vill Du också bli väntjänstare?

Du behövs verkligen.

Manliga sådana behövs också.
Ger du hjälp, stöd och glädje får
du det tillbaka!

Ring Gun Eriksson, tel 221 85.

Är Du anhörigvårdare och inte redan känner till "Anhörig"-projektet, så ring Ann Lagerby, tel 174 95. Du får då information och program för de träffar som ordnas en gång per månad. På våra träffar möter du andra med erfarenhet av att vårda någon anhörig/närstående. Vi pratar med varandra och äter en enkel lunch. (Se också nästa uppslag.)

Matlag för Dig som tycker om att äta lunch med andra. Vi träffas en gång i veckan i vår och lagar mat som vi mår bra av. Gemenskapen gör också att vi mår bra. Ring Margareta Dunkars, tel 341 75, eller SPF:s expedition, tel 690 45.



Den första fredagen i varje månad kl 13

kan Du äta lunch tillsammans med andra SPF:are på

Restaurang Rådhuskällaren.

Ingen anmälan behövs! Titta efter SPF:s bordsflagga – där sitter vi.

Britsarvsgården

är ett aktivitetscentrum för SPF:are och andra pensionärer i kommunen. Vi alla i SPF kan påverka programmet via Väntjänsten och Marianne Häggblom, tel 336 42.

OBS: Den 22 mars står SPF för söndagskafé kl 15-17 på Britsarvsgården.

Slink in till Kafé Björken

Vallmansgatan 1, måndagar kl 14.00–16.00

Vårens verksamhet startar den 19 januari 2009 och fortsätter t o m den 27 april. Där kan vi ha en trevlig samvaro – spela sällskapsspel, handarbete, lyssna till högläsning eller musik (Falucittranerna bjuder på underhållning) eller bara dricka en kopp kaffe eller te för 20 kr med hembakat dopp och prata.



Ring en väntjänstare för sällskap dit (se föregående sida)

Har Du hörselproblem?

Vill Du diskutera dem med mig? Jag är SPF:s hörselombud och hjälper Dig gärna. Välkommen att kontakta mig!

Inga-Britt Andersson, tel 288 44

Har Du svårt att läsa en vanlig tidning?

Kontakta vår väntjänstkommitté, Margareta Dunkars, tel 341 75, så hjälper hon till med det praktiska. Eller ring Studio VOX, tel 0243-740 00 (Borlänge kommuns växel) och beställ direkt.

ASTA – stöd till anhöriga

Falu kommun arbetar aktivt med stöd till dig som vårdar en anhörig i hemmet, t ex i form av avlastning, avlösarservice, rådgivning och samtal, gemenskap, dagverksamhet och kontakt med andra i samma situation.

Har du frågor om anhörigverksamheten, kontakta anhörigsamordnaren eller biståndsenheten via kommunens växel, tel 830 00.

”Anhörig”

– projektet som låter anhörigvårdare träffas för information och samspråk, har pågått sedan några år och varit till stor nytta för dem som vårdar någon när och kär i hemmet. Arbetet kan vara svårt och kräva stora uppoffringar; därför är det av stort värde att få tala med varandra om vardagens mödor.

Från SPF deltar Kerstin Stafås och Ann Lagerby (tel nr se sid 2 och 28).

Kommunfixaren

Fixare i kommunen är numera två glada kvinnor som heter *Maria Sollén* och *Marie Norman*. De åtar sig tjänster, dvs. sådant som pensionärer och rörelsehindrade behöver hjälp med. Tjänsterna omfattar en timme per gång med enklare sysslor som att byta lampor, sätta upp gardiner, hämta saker från vind/källare. Tjänsten är avgiftsfri. Telefonnummer är 023-826 57.



**SVERIGES
FOTERAPEUTER**

VÄLKOMMEN TILL BRITTA'S FOTVÅRD

Britta Hallemark
Auktoriserad Medicinsk Foterapeut
Som har flyttat till
SVÄRDSJÖGATAN 3, Falun
Tfn. 023-140 22
Tidsbeställning Månd, tisd, torsd och fred.
Hembesök efter överenskommelse.

HELA DITT VÄLBEFINNANDE PÅVERKAS AV HUR DINA
FÖTTER MÅR. DÄRFÖR ÄR DET VIKTIGT ATT VÅRDA DEM
VÄL.

 Husqvarna

VIKING



Singer 8280
med 7 sömmar
& knapphål

*Service med
12 månaders
garanti, alla fabrikat*

**Husqvarna Sy – Jörgen Eriksson
Parkgatan 1, Falun, 023-108 43**

**Fri hämtning och utkörning
inom Falu kommun**

Scooty



16 900:-

I priserna ingår hemleverans!

Quattro



24 900:-

Åk på promenad!

Lätta att köra. Provkörning hemma hos dig efter överenskommelse.

Ladda i ett vanligt vägguttag och kör 4-5 mil.

Beställ broschyr på tel: 040-309292

avbet fr 595:-/månad

Eloped AB, Box 6198, 200 11 Malmö. www.eloped.se tel: 040-309292