

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 olika aktiviteter, 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

Ann-Marie Bonde	228 42
Majt Boström	264 91
Per-Olof Hedlund	334 69
Anna Lundquist	073-038 92 68
Margareta Mårtensson	324 14

Britsarvet & Östanfors

Ann Lagerby	174 95
Sonja Persson	127 05

Lustigknopp

Marianne Rennel	171 78
-----------------	--------

Samuelsdal

Henny Johansson	171 27
-----------------	--------

Främby

Inga-Britt Andersson	288 44
----------------------	--------

Norslund

Gun Eriksson	221 85
Bo Lindberg	331 55

Stenslund

Viola Lundbäck	283 62
----------------	--------

Haraldsbo

Mona Croné	212 80
------------	--------

Hälsingberg

Margareta Dunkars	341 75
-------------------	--------

Hälsinggården

Marianne Häggblom	336 42
IngaLill Sundbrandt	329 02

Krondiket

Anita Bonde	268 26
-------------	--------

Slätta

Lars-Gunnar Larsson	175 05
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.

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 synproblem?

Jag är SPF:s synombud och kan
hjälpa dig med kontakt och tips om
synhjälpmedel. Ring mig gärna!

Anna Lundquist, tel 073-038 92 68



Den första fredagen i varje månad kl 13
kan du äta lunch tillsammans med andra SPF:are på
Restaurang Kopparhatten
i Dalarnas Museum (hiss finns).

Ingen anmälan behövs.

Vi börjar den 2 september och fortsätter t o m 2 december.

Titta efter SPF:s bordsflagga – där sitter vi.

Obs: Ny restaurang!

Slink in till Kafé Björken!

Vallmansgatan 1, måndagar kl 14.00–16.00.

Höstens verksamhet börjar den 26 september och pågår t o m den 28 november. Där kan vi ha en trevlig samvaro – spela sällskapsspel, lyssna till högläsning och musik eller bara dricka en kopp kaffe eller te för 20 kr med hembakat bröd och umgås och ha trevligt.

Program: Se Kalendern på mittuppslaget.

Ring en väntjänstare för sällskap dit (se föregående sida).

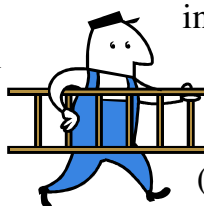
Välkomna!



Kommunfixar'n

hjälp dig som är 67 år eller äldre med praktiska småjobb i hemmet så att du slipper sådant som kan skada dig. Uppdraget får ta högst en timme.

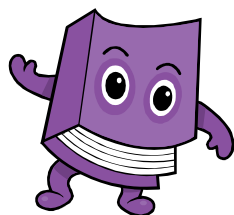
Kommunfixar'ns tjänster kostar dig



ingenting men du håller med all materiel.

Telefonnumret till Kommunfixar'n är 023-826 57.

(När kontoret är obemannat är telefonsvarare inkopplad där du kan tala in ditt ärende.)



BOKEN KOMMER

Om du på grund av ålder eller handikapp inte kan komma till Falu Stadsbibliotek, kan biblioteket komma till dig. Vi kör gratis hem böcker (även talböcker) till dig en gång i månaden.

Ring Marie Wallin, tel 833 40 (böcker),
eller Annelie Ståhl, tel 827 36 (talböcker).

Anhörigstöd

Omvårdnadsförvaltningen i Falu kommun arbetar aktivt med stöd till dig som vårdar en anhörig i hemmet. Man erbjuder:

- * Anhöriggrupper
- * Anhörigträffar
- * Anhörigvårdarkort
- * Stödsamtal
- * Avlösning
- * Avlösningsplatser/växelvård
- * Brukartelefon
- * Tillfällig avlösning
- * Dagverksamhet
- * Larm

Har du frågor om anhörigverksamheten, kontakta **Anhörigsamordnaren** eller **Biståndsenheten** via kommunens växel, tel 830 00.

SPF Falubygden är representerat i en referensgrupp för anhörigstöd, som arbetar med utveckling av anhörigstödet genom *Kerstin Stafås* och *Ann Lagerby*.

Träffpunkter

Falu kommun ordnar träffpunkter för äldre på **Britsarvsgården, Källängeskolan** i Svärdsjö och **Smedjan**. **Alla är välkomna!**

Träffpunkten fungerar som en mötesplats för äldre som bor kvar hemma och erbjuder sociala aktiviteter och vill stimulera alla sinnen och förebygga isolering.

SPF Falubygden kan påverka programmen genom aktivitetsråden för träffpunkterna. SPF representeras i aktivitetsrådet för Britsarvsgården genom *Marianne Häggblom*, tel 336 42, och för Smedjan genom *Ann Lagerby*, tel 174 95.

Söndagskafé

SPF Falubygden deltar ibland med egna aktiviteter på träffpunkterna. Söndagen den **23 oktober** står SPF för **Söndagskafé kl 15-17** på **Britsarvsgården**.



I november (vecka 47) deltar SPF i kommunens kvalitetsmessa. Datum är ännu inte klart.

Vad tycker du om maten?

Har du synpunkter på den mat som levereras från Haraldsboköket till särskilda boenden och till hemmaboende pensionärer?

SPF Falubygdens representant i kommunens matråd är *Margareta Dunkars*. Kontakta henne per telefon 341 75 eller e-post margareta@dunkars.se



BRUKARRÅDEN

Brukarrådets uppgift är att vara en länk mellan befolkning och hälso- och sjukvården. Det finns ett råd vid varje vårdcentral.

SPF:s representanter vill gärna ha ***Dina synpunkter på vården vid Din vårdcentral*** att framföra i vårdcentralens brukarråd. ***Kontakta oss!*** Vi är följande:

<i>Vårdcentral:</i>	<i>Representant:</i>	<i>Tel:</i>
Grycksbo	Elisabet Hellberg	510 60
	Marianne Andersson, <i>ersättare</i>	332 33
Britsarvet	Karin Olausson	339 05
	Birgit Kvarman, <i>ersättare</i>	208 79
Tisken	Rolf Alfredsson	213 75
	Harriet Engström, <i>ersättare</i>	156 54
Norslund	Ulla Jansson	178 88
	Sonja Schnürer, <i>ersättare</i>	328 61
<i>Samordnare:</i>	Karin Olausson	339 05

KOMMUNALA PENSIONÄRSRÅDET (KPR)

Rådet är ett organ för samråd, ömsesidig information och ett forum för utbyte av tankar och idéer mellan företrädare för pensionärsorganisationerna, omvårdnadsnämnden, kommunstyrelsen och landstingets hälso- och sjukvårdsnämnd. SPF:s uppgift i KPR är att tillvarata medlemmarnas intressen i olika frågor.

SPF:s representanter i KPR

Ordinarie:	Sven Carlsson	697 20	Kerstin Stafås, <i>sammankallande</i>	147 55
	Karl Henriksson	229 22	Karin Michols	253 98
Ersättare:	Urban Björn	391 31	Elisabeth Ottervald	640 78
	Ingrid Melin	347 88	Margareta Dunkars	341 75

Rapport från KPR

Matrådet

Sedan 2009 har kommunen ett fungerande matråd där jag är SPF:s representant tillsammans med PRO och SPRF. Vid matrådets sammankomster diskuteras olika kostfrågor, och ledamöterna har möjlighet att komma med förslag till förbättringar av den mat som levereras från Haraldsboköket till vård- och omsorgsboenden och till hemmaboende pensionärer.

Vi har fått gehör för att det ska finnas flera rätter att välja på och att matsedeln ska publiceras på kommunens webbplats. Ett av våra önskemål sedan gammalt är att pensionärer ska ha möjlighet att äta lunch i närbelägen skolmatsal. Det tycks nu kunna bli verklighet. I nästa nummer av SPF-Nytt hoppas vi kunna meddela vilka skolor som är aktuella.

Från Haraldsboköket skickas numera enbart måltidens huvudkomponent med sås, och personalen på vård- och omsorgsboendena tillreder själva potatis, ris, pasta och grönsaker. Det gör att det blir mindre svinn och att maten blir fräschare och lättare kan anpassas till de boendes önskemål.



Ny kostenhet

Efter många kostutredningar under årens lopp har kommunen nu fått en samlad kostorganisation under kommunstyrelsen. Den första mars i år samlades kommunens alla kök under ett tak och en kostchef.

Omvårdnadsförvaltningens dietist, Maria Wahlström, tillhör numera kostenheten. En ny dietist, Anneli Steinholtz, har anställts på omvårdnadsförvaltningen.

Temaår "Måltidssituationen"

Under temaåret 2011, som gäller "Måltidssituationen", genomför Anneli Steinholtz måltidsobservationer på samtliga avdelningar inom vård- och omsorgsboende och även på dagverksamheterna.

Måltidsobservationerna sammanställs skriftligen och respektive enhet ska under året jobba med förbättringsarbete kring måltidssituationen och presentera resultaten på den årligen återkommande kvalitetsveckan.

Under kvalitetsveckan (vecka 47, tisdag-torsdag) är även föreläsare inbjudna. Information om kvalitetsveckan kommer att finnas på kommunens webbplats och också på SPF Falubygdens webbplats.

Margareta Dunkars

Våra äldsta på Grycksbovisit

Mitt i sommaren ordnar Väntjänsten utflykt för våra äldsta medlemmar. Nästan alltid är det soligt och varmt. Så även sista onsdagen i juli i år.

Målet var Stora Fabriken i Grycksbo, det stora röda huset som ingen kan undgå att se när man rundat pappers bruket. Fram till 1996 stod huset för nära industrin. Då kom ett tungt besked från styrelsen: Riv eller flytta!

Det blev den största flyttningen någonsin i kommunen. Nästan ”hela” Grycksbo hjälpte till. Allt uppges ha fungerat.

– Roligt att se så många tonåringar, sa guiden Sören Johansson när SPF-medlemmarna hade slagit sig ner i ett av rummen på nedre våningen. Först kaffe och smörgås och sedan information. Alla var sommarklädda för det var varmt både ute och inne.

Guiden Johansson berättade i korthet om Grycksbos framgångsrika historia från tusentalet till våra dagar. Johan Munktell, som blev känd för att nästan alltid räkna rätt, grundade pappersfabriken 1740. När STORA sedan blev ägare hette disponenten Fredrik Nisser. Fabriken växte och samhället likaså. Rätta namnet i dag är Arctic Paper och ägarna sitter i Polen.

Efter föredraget fick Anna-Lisa Johansson, ordförande i Grycksbo Hembygdsförening, svara på en del frågor. Sedan vandrade hon runt i det stora huset med en grupp. De som ville kunde ta hissen till andra våningen.

Bostäderna i huset var fullt möblerade – där kunde man ha bott även i dag – men visas nu bara för besökare. Ett rum var avsett för sammanträden och intill stod sex vävstolar i ett mindre rum.

– Jag väver själv, naturligtvis mest på vintern, och den här duken har jag komponerat, berättade Anna-Lisa som fick svara på många frågor.

Ni har en styrelse som domineras av kvinnor?

– Ja, vi är nio kvinnor och tre herrar, svarade hon.

Efteråt fick vi veta att Anna-Lisa Johansson har åkt Vasaloppet (Öppet Spår) fyra gånger plus Kortvasan på 70-talet. När Grycksbo var ett storlag i bandy – då låg bandyplanen inte långt från fabriken – så var hon alltid på plats.

Anna-Lisa Johansson visar sin komponerade duk för Gun Eriksson och Lennart Nirs.



Meningen var att besökarna skulle ha vandrat bort till den närliggande herrgården (där musikern Putte Wickman bodde för tiotalet år sedan) – men den promenaden kändes för tung. De skuggiga platserna lockade mer i sommarvärmen.

Text och foto: Sven-Erik Ejeborg