



Demens midt i livet

MØTEPlass FOR MESTRING

«Jeg har gått
alene, men nå
føler jeg meg
ikke alene
lenger»

Tidligere deltager

INVITASJON TIL KURS

For deg som har demens og din nærmeste.

Møteplass for mestring er et kurstilbud for deg som har fått demens før 65-årsalder og din nærmeste pårørende, fortrinnsvis ektefelle/partner.

Her vil dere få informasjon, kunnskap og støtte til å håndtere en ny livssituasjon. Dere treffer andre i samme situasjon som dere kan utveksle erfaringer med.

En møteplass for å

- lære mer om demens
- oppleve fellesskap
- få et pusterom i hverdagen

Mer informasjon

Mestring av hverdagen med en demenssykdom

Områder som vil bli belyst:

- Å leve med demens – erfaringer og konsekvenser
- Mestringsstrategier og behandlingsmuligheter
- Rettigheter og hjelpemidler/teknologi

Programmet vil veksle mellom foredrag og innlegg, gruppesamtaler og aktiviteter. Det gis muligheter for individuelle samtaler. Erfaringsutveksling vil være en sentral del av samlingen.

Bli med på kurset!

Samlingen arrangeres på Honne hotell og konferansesenter, Biri den 22.- 24. mai 2019.

Egenandel: 1.000 kr per par for kost og losji. Reisekostnader over 1.000 kr per par dekkes gjennom en tilskuddsordning.



Påmelding

For påmelding, se <https://www.aldringoghelse.no/demens/pårørende/mestringskurs-pårørende/>
Påmeldingsfrist innen **23.04.2019**

Det er begrenset antall plasser, så her er det "først til mølla"-prinsippet som gjelder.

Møteplass for mestring på Honne er et samarbeid mellom Hukommelsesklinikken ved Sykehuset Innlandet, kommuner i regionen, Nasjonalforeningen for folkehelsen og Aldring og helse.

Spørsmål vedrørende samlingen kan rettes til:

Navn: Sykepleier Jorunn Simonsen Wolden

Telefon: 62 58 15 33/62 58 16 84 E-post: jorunn.s.wolden@sykehuset-innlandet.no

Eller ta kontakt med prosjektleder/sykepleier Marit Fossberg, telefon: 900 34 604,
E-post: mestringskurs@aldringoghelse.no



Foto: Honne hotell og konferansesenter

Møteplass for mestring administreres av Nasjonal kompetansetjeneste for aldring og helse på oppdrag fra Helsedirektoratet, og er et av tiltakene i pårørendesatsingen i Demensplan 2020.