



I samarbeid med:

GAUSDAL KOMMUNE
-offensiv og spennende!



Lillehammer
kommune



Øyer
kommune

PÅRØRENDESKOLE

Et undervisningstilbud til deg som er
pårørende til en person med
demenssykdom.

Vår 2018



HVORFOR PÅRØRENDESKOLE?

Mange undersøkelser viser at pårørende til personer med demens har et stort behov for kunnskap, hjelp og støtte i forhold til å være pårørende. Kurset vil gi mye informasjon og mulighet til å dele erfaringer med andre pårørende.

MÅLSETTING FOR PÅRØRENDESKOLEN

- Å gi pårørende til personer med demens økt kunnskap og forståelse for demenssykdommene.
- Å bedre kvaliteten på samværet med den syke, både hjemme og på institusjon.
- Å gi grunnlag for at pårørende bedre kan takle sin situasjon i forhold til familie og venner.
- Å gi kunnskap om lover og rettigheter og hvordan forholde seg til offentlig hjelpeapparat.

KURSPROGRAM

Mandag 5. mars:

Presentasjon av demensforeningene i Øyer, Lillehammer og Gausdal.

Om demens – årsak – forløp – symptomer – behandling.

Hva vet vi i dag? (Ikke gruppesamtaler denne kvelden)

Mandag 12. mars:

Kommunikasjon med personer med demens.

Ulike faser og situasjoner.

Gruppesamtaler.

Mandag 19. mars:

Hvordan mestre hverdagen.

Samvær og samhandling. Sorg og tap.

Gruppesamtaler.

Mandag 9. april:

Om lover og rettigheter.

Stønadsordninger.

Gruppesamtaler.

Mandag 16.april:

Tilbud og tiltak på ulike nivåer i Gausdal, Lillehammer og Øyer kommune.

Diverse hjelpemidler. Spørsmål/svar.

Evaluering. Avslutning.

TIMEPLAN:

1800 – 1930 Forelesninger av fagperson/pårørende.

1930 – 2000 Kaffepause.

2000 – 2100 Gruppesamtaler knyttet til dagens tema og egen situasjon.

(Første kveld starter med registrering fra kl. 1730)

PRAKTISKE OPPLYSNINGER

Sted: Follebutunet, Follebu

Start: 5. mars 2018

Varighet: Hver tirsdag i 5 uker:
5.3 – 12.3 – 19.3 – 9.4 – 16.4

Tid: 1800 - 2100

Informasjon/
Påmelding Nasjonalforeningen for folkehelsen
Fylkeskontoret for Hedmark og Oppland
Kornsilovegen 54
2316 Hamar

Tlf.: 62 51 79 10

E – post: hedop@nasjonalforeningen.no

Påm. frist: 21. februar

Pris: Kr. 250,00 pr. deltager
(faktura blir tilsendt)

VELKOMMEN