

Spørsmål vedrørende kurset kan rettes til:

Birgit Gjerstad Riise, Geriatrik avdeling, Oslo universitetssykehus HF, Aker. Telefon 23 03 30 35 E-post: birgit.riise@ous-hf.no

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

For påmelding, se www.aldringoghelse.no/mestringskurs.
Begrenset antall plasser

Vil du snakke med noen om demens?

DEMENSLINJEN

23 12 00 40

Vil du vite mer om demens?

nasjonalforeningen.no

aldringoghelse.no

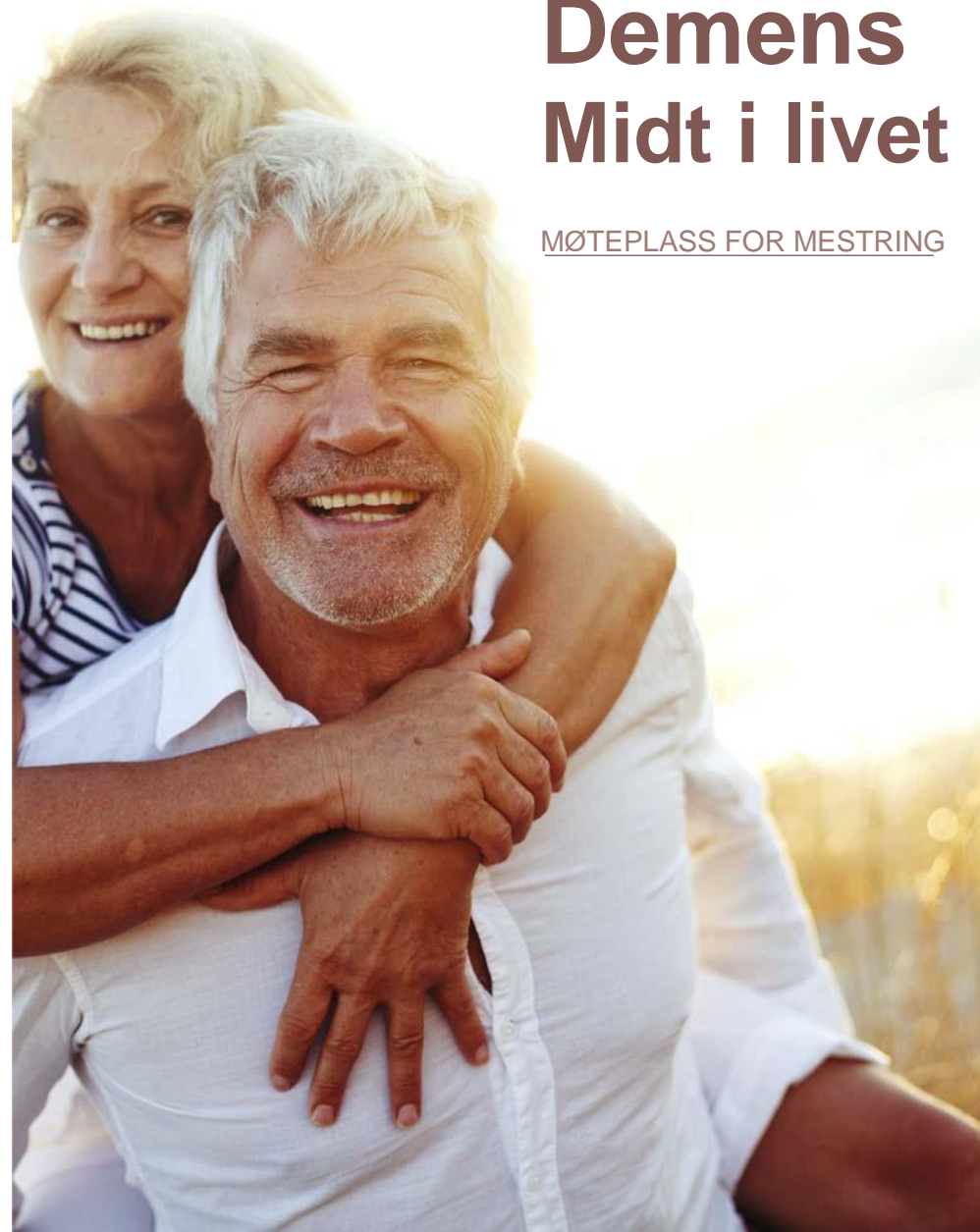
Følg Nasjonalforeningen for folkehelsen
og Aldring og helse på:



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

Demens Midt i livet

MØTEPlass FOR MESTRING



Aldring og helse
Nasjonal kompetansetjeneste



Oslo
universitetssykehus



SYKEHUSET ØSTFOLD



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-års alder 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

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

Tidligere deltager

«Dette har vært ei vitamin-innsprøytning»

Tidligere deltager

Bli med på kurset!

Samlingen arrangeres på **Fredriksten hotell, Halden**
14.-16. september 2018

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

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

Vi møtes fredag formiddag og avslutter søndag etter lunsj. I løpet av samlingen vil det være felles forelesninger, erfaringsutveksling i grupper, aktiviteter og mye sosialt samvær.

Fredriksten hotell i Halden ligger fantastisk til på Fredriksten festnings historiske grunn.

