

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

Bli med på kurset!

I løpet av kurssamlingen vil det være undervisning, erfaringsutveksling i grupper, sosialt samvær og aktiviteter. Vi møtes fredag formiddag og avslutter etter lunsj søndag.

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

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

Adresse: Fredriksten hotell, Generalveien 25-27, 1769 www.fredrikstenhotell.no



Påmelding

For påmelding, se www.aldringoghelse.no/demens

Påmeldingsfrist innen 06.08.2018

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

Møteplass for mestring på Østlandet er et samarbeid mellom Oslo universitetssykehus, Aker og Ullevål, Sykehuset Østfold, Nasjonalforeningen for folkehelsen og Aldring og helse.

Spørsmål vedrørende samlingen i Halden kan rettes til:

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

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



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.