

## PÅMELDING:

Påmelding til din lokale demenskoordinator, helst på epost eller SMS.

### Vi trenger:

Navn, adresse, telefonnummer, e-post, og om du er pårørende til en pasient som bor hjemme eller på institusjon?

**Pris:** kr 300,- pr. deltager (kontant eller vipps)

### Ås:

Mona Bekkhus-Wetterberg, tlf. 959 39 705  
mona.bekkhus-wetterberg@as.kommune.no

### Nordre Follo:

Heidi Borgen Larsen, tlf. 922 79 792  
heidi.borgen.larsen@nordrefollo.kommune.no

Kjersti Marie Nylén Larsen, tlf. 957 59 820  
kjersti.larsen@nordrefollo.kommune.no

### Vestby:

Kirsti Marie Andreassen, tlf. 974 95 811  
kirsti.marie.andreassen@vestby.kommune.no

### Enebakk:

Kerstin Dahlbo Haukeland, tlf. 404 38 545  
kerstin.dahlbo.haukeland@enebakk.kommune.no

### Frogn:

Anine Lerdahl-Johansen, tlf. 977 42 298  
anine.lerdahl-johansen@frogn.kommune.no

### Nesodden:

Tone Gjersum Avlesen, tlf. 415 14 992  
tone.gjersum.avlesen@nesodden.kommune.no



PÅRØRENDESKOLEN I FOLLO  
*for pårørende til personer med demenssykdom*

## VESTBY 2022

Fire kvelder i september og oktober

21.september, 28.september, 12.oktober og 19.oktober

## FOLLO DEMENSNETTVERK



## Hvorfor pårørendeskole?

Vi vet at når et familiemedlem rammes av en demenssykdom, får det konsekvenser for pårørende i stor grad. Erfaring har vist at noe av det pårørende etterspør mest er kunnskap om sykdommen og hvordan håndtere hverdagen.

### Målet med pårørendeskolen er:

- Å gi pårørende til mennesker med demens/mistanke om demens økt kunnskap om demenssykdommene
- Å gi grunnlag for at pårørende bedre kan håndtere sin situasjon i forhold til nær familie og venner
- Å øke kunnskap om samhandling med mennesker med demens og derved bedre kvaliteten på samværet både i hjemmesituasjonen og på institusjon
- Gi kunnskap om lover og rettigheter og hvordan forholde seg til offentlig hjelpeapparat
- Bidra til å bearbeide pårørendes sorg- og tapsopplevelser

På pårørendeskolen vektlegger vi åpenhet i trygge omgivelser. Fortrolige opplysninger som kommer frem, skal forbli mellom deltakerne.

### Arbeidsform:

De enkelte møtene legges opp med innledende undervisning og påfølgende samtalegruppe. Hver samtalegruppe har veileder med fagkompetanse.

### Hvem kan delta?

Pårørende til personer med demenssykdom som bor i eller utenfor Follo.

## VESTBY PRESTEGÅRD

Kirkeveien 15

Klokkeslett: 18:00 – 21:00

Påmeldingsfrist: 16.september 2022

### PROGRAM

21. september

Peter Bekkhus-Wetterberg, Overlege  
Hukommelsesklinikken OUS.  
*Sykdomslære, hva er demens?*

28. september

Mona og Peter Bekkhus-Wetterberg –  
*kommunikasjon og bruk av  
minnealbum.*

12. oktober

Statsforvalteren - *Fremtidsfullmakt og  
Vergemål.*  
Hildegunn Fredheim *Pårørendehistorie*

19. oktober

Ingun Ulstein, Overlege  
Hukommelsesklinikken OUS  
*Hvordan ta vare på seg sjøl som  
pårørende?*