

## 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?

### Enebakk

Synnøve Ask Kowalczyk, tlf. 45 72 63 10  
synnove.ask.kowalczyk@enebakk.kommune.no

### Ås:

Mona Bekkhus-Wetterberg, tlf. 959 39 705  
mona.bekkhush-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

### 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



## FOLLO DEMENSNETTVERK



Follo  
demensforening

**Kompetansenhjulet**  
Utvikling og formidling av kunnskap og  
kompetanse innen pleie-og omsorgsektoren  
i Follo

## 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 takle hverdagen.

### Målet med pårørendeskolen er:

- Å gi pårørende til personer med demens/mistanke om demens økt kunnskap om demenssykdommene
- Å gi grunnlag for at pårørende bedre kan takle 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.

12.oktober

19. oktober

26. oktober

02. november

Sted: Misjonshuset, Vågliveien 7, Ytre Enebakk

Klokkeslett: 11:00 – 14:00

Pris: 300 pr deltager. (Vipps/kontanter ved oppmøte)

### Program:

med forbehold om endringer

12. oktober

Peter Bekkhus-Wetterberg

Overlege Hukommelsesklinikken OUS.

*Sykdomslære, hva er demens?*

19. oktober

Kari Lisleby Smebye

PhD høgskolelektor

*Kommunikasjon, sorg og mestring*

26. oktober

Follo Demensforening

*Fremtidsfullmakt og vergemål*

02. november

Øystein Dale

*Praktiske tips og velfredsteknologi*

*Pårørendehistorie*