

■ HAMAR

Søker flere som vil avlaste pårørende

Rundt i Hamar sitter det mange pårørende som sjelden eller aldri kan ta fri fra omsorgsoppgaver. Nå starter nytt kurs for frivillige som kan avlaste pårørende.

Prosjektet med frivillige avlastere startet for ett år siden. I løpet av året har ni pårørende fått litt ekstra hjelp og pusterom en eller flere

dager i uka. Nå er det seks frivillige som fortsatt er i sving.

— Men vi har fått kontakt med enda flere pårørende som burde hatt ekstra hjelp, derfor starter vi nå nye kurs, sier prosjektleder Helene Ottosson.

Kursene går på dagtid over fire dager, og første kursdag er torsdag 8. mars. Bak prosjektet står Utvi-

klingsenteret for hjemmetjenester og sykehjem, samt Hamar frivillig-sentral og Hamar kommune.

Hele Ottosson understreker at dette prosjektet er et supplement til de kommunale tjenestene, ikke en erstatning.

— Vi ser at dette prosjektet har vært positivt både for frivillige, pårørende og pasienter, sier hun.

**TRENGER**

FLERE: Helene Ottosson oppfordrer flere til å bli frivillige avlastere for pårørende. De kan ta kontakt med frivilligsentralen i Hamar.