



INFORMASJON OM KURS/ FERIEOPPHOLD FOR

PÅRØRENDE OG
HJEMMEBOENDE PERSONER MED KOGNITIV SVIKT/ DEMENSSYKDOM.

DELTAKELSE MED ELLER UTEN DEN OMSORGSTRENGENDE.

| | |
|------------------|--|
| TID: | 01.-03. september 2020 |
| STED: | Rustad fjellstue, Sjusjøen |
| Deltakeravgift: | Egenandel kr. 1700,00 pr. person, inkl. fullpensjon |
| Betaling: | Faktura vil bli tilsendt ved påmelding |
| Påmeldingsfrist: | 03. august 2020 |
| Påmelding til: | Nasjonalforeningen for folkehelsen, fylkeskontoret: Tlf.: 62 51 79 10 Mail: hedop@nasjonalforeningen.no |



Hamarregionen demensforening (Hamar, Stange, Løten) og Ringsaker demensforening har også i år gleden av å invitere til kurs/ferieopphold på Rustad fjellstue, Sjusjøen.

Oppholdet er for pårørende og hjemmeboende personer med kognitiv svikt/ demenssykdom, og er ment å være rekreasjon og avlastning, samtidig som en får noen lærerike og hyggelige dager sammen med andre mennesker i samme livssituasjon. Dette kan bidra til å gjøre hverdagen lettere, fremme trivsel og egen helse, slik at oppgavene med den omsorgstrengende kan fungere bedre.

Viktige opplysninger: Det er begrenset antall plasser. Det er kun heis til spisesal, ikke til møterom som benyttes.

Målet med kurset/ferieoppholdet er at personer med kognitiv svikt/demenssykdom og deres pårørende får:

- Undervisning om demenssykdommer, behandling og tjenestetilbud
- Møter andre i samme situasjon
- Deler erfaringer som kan bedre den enkeltes hverdag
- Informasjon om hvor en kan få støtte, avlasting og annen hjelp
- Møte helsepersonell med erfaring innen demensomsorg
- Avkobling fra hverdagen

Personer med kognitiv svikt/ demenssykdom vil bli stimulert gjennom:

- Undervisning, sang, musikk, turer, aktiviteter og sosialt samvær sammen med hjelpere som har faglig erfaring.

Program er delt opp i følgende:

- Samtalegrupper og undervisning for de pårørende
- Samtalegrupper, undervisning og aktiviteter for de med kognitiv svikt/ demenssykdom
- Sosialt samvær hvor alle er samlet til felles måltider, underholdning, utflukter
- Eksterne forelesere

Tilbakemeldinger fra tidligere kurs:

- «Det viktigste er å samles og prate og bli kvitt mange gølleie tanker».
- «Får ta del i andres erfaringer».
- «Godt å tørre å si at jeg har demens».
- «Meget trivelig og god betjening på hotellet.»

Faglig ansvar:

Nasjonalforeningen; Hamarregionen og Ringsaker demensforening, Sykehuset – Innlandet, avdeling for alderspsykiatri.

Transport: Egen transport, eller etter avtale med arrangørene v/ påmelding (gjelder kun for Hamar- Ringsakerregionen.)

Særskilte behov: Dersom noen har spesielle behov vil vi gjerne ha beskjed om dette i god tid. Det være seg spesielle behov ifht matallergier, toalettforhøyer, hørsel, orienteringsevne o.l.

Ved spørsmål i forbindelse med tilbudet, ta kontakt med:

Inger Ruud Veflingstad mobil 911 16417 eller Ellen Hervold mobil 46828244.

Vennlig hilsen Hamarregionen demensforening
og Ringsaker demensforening