

# Hjelp til å finne fram

**Slik skal alvorlig syke og deres pårørende føle seg tryggere**



PÅRØRENDEHJELP: Prosjektleder Reidun Hov fra Utviklingssenter for sykehjem og hjemmetjenester i Hedmark vil gjerne at pårørende, helsepersonell og pasienter kommer til Parkgården i morgen, for å høre mer om hvor hjelpen finnes. Foto: Hanne Nordhagen Karlsen

Av Jo Espen Brenden

Publisert: 03.01.18 12:11

Del

Det er krevende å være pårørende til alvorlig syke og funksjonshemmede. Nå skal det bli lettere.

Fredag kan pårørende eller helsepersonell som har kontakt med pårørende delta på foredrag og stands som hjelper deg å finne fram i det som kan oppleves som et uoversiktlig system.

– Det er mye hjelp å få, men det kan oppleves vanskelig å finne fram, sier prosjektleder Reidun Hov. Hun jobber ved Utviklingssenter for sykehjem og hjemmetjenester i Hedmark. Sammen med Høgskolen i Hedmark og Regionalt forskningsfond Innlandet har hun og Hamar kommune bidratt til et forskningsprosjekt for å finne ut hvor trygge pårørende til alvorlig syke føler seg.

## Lærer av erfaring

Erfaringene fra dette prosjektet har blant annet ført til at de nå vil arrangere en temadag på Parkgården fredag 5. januar. Arrangementet er åpent for alle som ønsker å delta.

– Prosjektet avdekket at pårørende er mer utrygge og har høyere forventning til tjenestene enn pasientene selv. Derfor har Hamar kommune satt i gang flere tiltak for å gjøre situasjonen tryggere for pårørende. Ett av dem er denne temadagen, sier Hov.

Hun forteller at de har engasjert lederen fra Pårørendesenteret i Stavanger som vil holde foredrag for på Parkgården.

- Det er ingen påmelding, du kan delta på det hele, eller bare noe, og vi håper at både pårørende, helsepersonell og pasienter kommer for å lære mer om å takle rollen som pårørende, sier Hov.

En tidligere pårørende vil også være til stede og dele sine erfaringer om hva som var viktig for henne som pårørende. I tillegg kan du møte ressurspersoner fra Hamar kommune ved Utviklingssenter for sykehjem og hjemmetjenester, Frisklivssentralen, kreft og lindrende omsorg, demens, rehabilitering, velferdsteknologi og tjenesten for funksjonshemmede.

Frivilligsentralen, Nasjonalforeningen, Kreftforeningen, Hamarregionen demensforening, Hospice Sangen, Pensjonistforbundet Hedmark, og Pasient- og brukerombudet. Representanter fra lokalpolitikken vil også være tilstede.

Foredragene starter klokka 12, og programmet avsluttes klokka 15, det er ingen påmelding, og alt er gratis.

## **Samler tilbudene**

Prosjektet viste at pårørende synes det er vanskelig å få oversikt over rettigheter og tilgjengelig hjelp.

- Helsedirektoratet har laget en veileder for å støtte pårørende, og gi en oversikt over kommunens ansvar og plikter, og vi vil gjerne spre budskapet om hva kommunene skal gjøre, sier Hov, og legger til at Hamar kommune også jobber med å samle oversikt over tilbudene på kommunens nettsider.

- Det er slitsomt for pårørende om de ikke å vet hvor de kan henvende seg, og det kan være vanskelig å få et samlet tilbud. Vi vil gjerne gi folk hjelp til å finne fram i hvilke muligheter de har i møte med hjelpeapparatet.