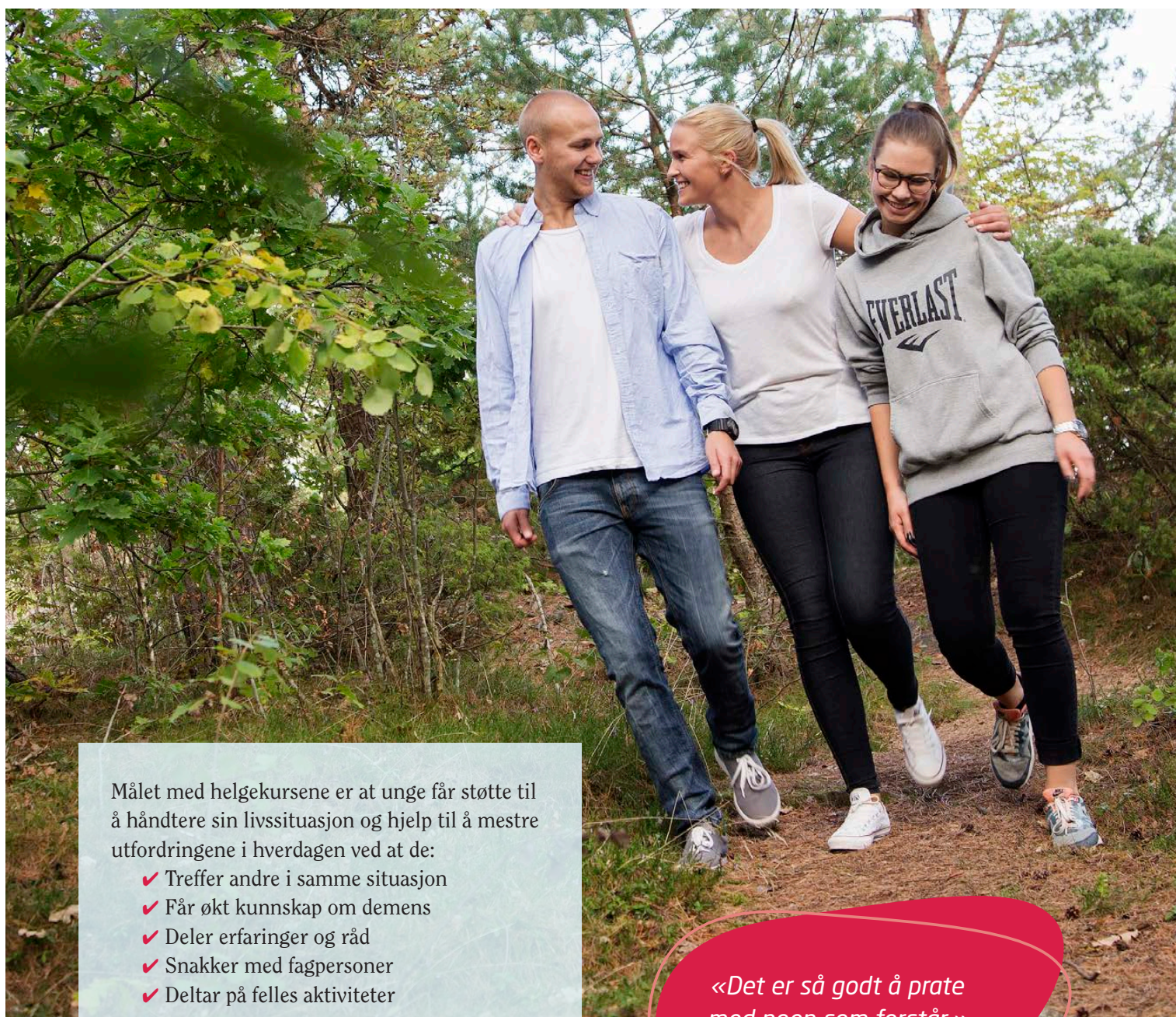


Tid til å være ung?
– når mor eller far har demens

LANDSDEKKENDE HELGEKURS 2016 for ungdom/unge voksne 18-30 år

Tjøme i Vestfold 1.-3. april

Selbu i Trøndelag 16.-18. september



Målet med helgekursene er at unge får støtte til å håndtere sin livssituasjon og hjelp til å mestre utfordringene i hverdagen ved at de:

- ✓ Treffer andre i samme situasjon
- ✓ Får økt kunnskap om demens
- ✓ Deler erfaringer og råd
- ✓ Snakker med fagpersoner
- ✓ Deltar på felles aktiviteter

Kursene starter fredag kveld og avsluttes med lunsj søndag. Alle utgifter til reise og opphold blir dekket.

«Det er så godt å prate med noen som forstår.»

Utsagn fra en som har deltatt



Helgekurs 2016

Unge som pårørende

Vi antar at det er om lag 78 000 personer i Norge som har en demenssykdom. Anslagsvis er 4 000-4 500 av disse personene under 65 år, og tre av fire i aldersgruppen har barn under 30 år på det tidspunktet sykdommen starter. Å oppleve at mor eller far får en demensdiagnose vil ofte innebære bekymringer for fremtiden og gi økte omsorgsoppgaver for barna. Det kan bli vanskelig å møte krav til skolegang og ha tid til å være ung. Mange isolerer seg, kan oppleve skyld og ha dårlig samvittighet.

Tid til å være ung? ble første gang arrangert i 2011, og blir evaluert som nyttig av de unge som deltar. Først og fremst gir de uttrykk for at det er godt å få mulighet til å møte andre i samme situasjon. De formidler at det er nyttig med kunnskap om demens og at de etter kurset har en bedre forståelse for situasjonen og tro på at de klarer å møte utfordringene.



Utsagn fra unge som har deltatt:

«Det er så godt å prate med noen som forstår.»

«Denne samlingen har vært kjempegod. Har fått delt erfaringer, fått luftet bekymringer. Er veldig fornøyd med helgen!»

For informasjon om tilbudet:

Marit Fossberg tlf. 900 34 604

Per Kristian Haugen tlf. 990 32 115

Allan Øvereng tlf. 951 54 196

eller send e-post til helgekurs@aldringoghelse.no

For påmelding, se www.aldringoghelse.no/helgekurs. Påmeldingsfrist senest fire uker før kursstart. Begrenset antall plasser. De som deltar for første gang blir prioritert.

Nasjonal kompetansetjeneste for aldring og helse er ansvarlig for gjennomføringen av *Tid til å være ung?* Tiltaket er en del av pårørendesatsingen i *Demensplan 2020* og gjennomføres på oppdrag fra Helsedirektoratet.

Samarbeidsparter:

Nasjonalforeningen for folkehelsen

Kurset i Vestfold

Sykehuset i Vestfold HF, Utredningsenhet for alderspsykiatri og hukommelsessvikt

Sykehuset Telemark HF, Seksjon for alderspsykiatri
Sørlandet sykehus HF Arendal, Alderspsykiatrisk enhet

Kurset i Trøndelag

Helse Nord-Trøndelag HF, Sykehusene Levanger og Namsos, Alderspsykiatriske enheter

Trondheim kommune, Ressurscenter for demens og Lavollen aktivitetssenter

www.aldringoghelse.no/helgekurs



Helsedirektoratet



Aldring og helse
Nasjonal kompetansetjeneste