

Helgekurs for unge i alderen 18-30 år

Tjøme i Vestfold 31. mars–2. april 2017


Selbu i Trøndelag 15.–17. september 2017

Årlige helgekurs

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.



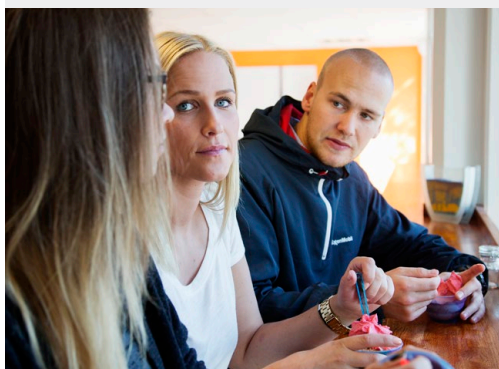
«Det er så godt å prate med noen som forstår.» Utsagn fra en som har deltatt



Unge som pårørende

Vi antar at det er om lag 78000 personer i Norge som har en demenssykdom. Anslagsvis er 4000–4500 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:

Prosjektleder Inger Molvik tlf. 977 01 058

eller send e-post til helgekurs@aldringoghelse.no

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 Helse- direktoratet.

Samarbeidsparter:

Nasjonalforeningen for folkehelsen

Kurset om våren

Sykehuset i Vestfold HF, Utredningsenhet for alderspsykiatri og hukommelsessvikt

Sykehuset Telemark HF, Seksjon for alderspsykiatri

Sørlandet sykehus HF Arendal, Alderspsykiatrisk enhet

Kurset om høsten

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

Trondheim kommune, Ressurscenter for demens og Lavollen aktivitetssenter

[www.aldringoghelse.no /helgekurs](http://www.aldringoghelse.no/helgekurs)

