



PÅRØRENDESKOLE HØST 2026

Sel Demensforening, i samarbeid med Sel kommune, tilbyr et undervisningstilbud til deg som er pårørende til personer med kognitiv svikt/demenssykdom. Mange undersøkelser viser at pårørende til personer med demens har et stort behov for kunnskap, hjelp og støtte når det gjelder å være pårørende. Kurset vil gi mye informasjon og mulighet til å dele erfaringer med andre pårørende. Du trenger ikke å være nærmeste pårørende for å delta. Passer også godt for venner og kollegaer til mennesker med demens.

MÅLSETTING FOR PÅRØRENDESKOLEN

- Å gi pårørende til personer med demens økt kunnskap og forståelse for demenssykdommene.
- Å bedre kvaliteten på samværet med den syke, både hjemme og på institusjon.
- Å gi grunnlag for at pårørende bedre kan håndtere sin situasjon i forhold til familie og venner.
- Å gi kunnskap om lover og rettigheter og hvordan forholde seg til offentlig hjelpeapparat.

KURSPROGRAM

Med forbehold om feil og endringer. Program utarbeidet mai 2026.

Onsdag 28. oktober kl. 18.00-21.00

Demens – årsak – forløp – symptomer – behandling. Hva vet vi i dag? v/Bjørn Lichtwarck, spesiallege og forsker, PhD, Forskningscenter for aldersrelatert funksjonssvikt og sykdom (AFS) og Alderspsykiatrisk avdeling, Sykehuset Innlandet
Kaffepause og gruppesamtaler

Onsdag 4. november kl. 18.00-21.00

Kl. 18.00-18.45 Kommunikasjon med personer med demens v/Anita Lindsø Bryhn
Kl. 18.45-19.00 Pause
Kl. 19.00-19.45 Demensvennlig samfunn, kommunale tiltak og lokale tilbud v/demensteam Marthe Bratlien
Kl. 19.45-20.30 Gruppesamtaler ledet av Marthe Bratlien

Onsdag 11. november kl. 18.00-21.00

Kl. 18.00-18.40 Lover og rettigheter – Vergemål/fremtidsfullmakt v/advokat Ingrid Storvik
Kl. 18.40-18.50 Pause
Kl. 18.50-19.30 Pasienters/brukeres/pårørendes rettigheter i møte med helse- og omsorgstjenesten
Pasient- og brukerombudet v/Guro Tuer
Kl. 19.30-19.40 Pause
Kl. 19.40-20.25 Informasjon fra tildelingskontoret Sel Kommune v/Kari Berget
Kl. 20.30-21.00 Gruppesamtaler

Onsdag 18. november kl. 18.00-21.00

Kl. 18.00-18.45 Sorg og tap. Hvordan mestre hverdagen. Samvær og samhandling v/spesiallege Marit Slaaen med erfaring fra lindrende behandling mot livets slutt
Kl. 18.45-19.00 Kort pause
Kl. 19.00-19.30 Innledning: Pårørendehistorier og hva trenger pårørende til mennesker med demens
Kl. 19.30-20.30 Gruppesamtale
Kl. 20.30-21.00 Tilbakemelding fra deltakere til bruk i rapport

PRAKTISKE OPPLYSNINGER

Sted: MEIRE (møterom 3. etasje), Johan Nygårdsgate 17A, Otta
(Inngang ved siden av Aktivitetshuset)
Påmelding: Nasjonalforeningen for folkehelsen - Fylkeskontoret for Innlandet - Tlf.: 62 51 79 10
innlandet@nasjonalforeningen.no
Sel Demensforening v/leder Marit Slaaen - tlf.: 91857831 - post@seldemens.no -
www.seldemens.no
Pris: Kr. 300,- pr. deltager (faktura blir tilsendt)

VELKOMMEN