



MØTEPlass FOR MESTRING 2025

«Jeg har gått
alene, men nå
føler jeg meg
ikke alene
lenger»

Tidligere deltaker

INVITASJON TIL KURS

For deg som har demens og din nærmeste

Møteplass for mestring er et kurstilbud for deg som har fått demensdiagnose ved fylte 65 år eller tidligere og din nærmeste pårørende, fortrinnsvis ektefelle/partner.

Her vil dere få informasjon, kunnskap og støtte til å håndtere en ny livssituasjon. I løpet av kurset vil det være felles forelesninger, erfaringsutveksling i grupper, aktiviteter og mye sosialt samvær.

En møteplass for å få

- informasjon om demens
- kontakt og fellesskap med andre
- et pusterom i hverdagen

Bli med på kurset

Kurset arrangeres på **Honne Hotell og konferansesenter, Biri 11.-13. juni 2025**. Vi møtes onsdag formiddag og avslutter fredag etter lunsj.

Deltakeravgiften er 1000 kr. per par for kost og losji. Reiseutgifter med billigste transportmiddel over 1000 kr. per par dekkes gjennom en tilskuddsordning.

Arrangører

Møteplass for mestring på Honne er et samarbeid mellom Hukommelsesklinikken ved Sykehuset Innlandet, Elverum kommune, Os kommune, Nasjonalforeningen for folkehelsen og Aldring og helse. Faglig ansvarlig er Jorunn Simonsen Wolden, sykepleier, Hukommelsesklinikken ved Sykehuset Innlandet.

For mer informasjon og påmelding

Områder som vil bli belyst på kurset:

- Å leve med demens – erfaringer og konsekvenser
- Behandling og mestringsstrategier
- Rettigheter og hjelpemidler/teknologi

For påmelding, se www.aldringoghelse.no/moteplass-for-mestring/

Påmeldingsfrist **21. mai 2025**

Møteplass for mestring er for personer som ikke har deltatt på kurset tidligere. Det er begrenset antall plasser, så her er det "først til mølla"-prinsippet som gjelder.

Spørsmål vedrørende kurset kan rettes til:

Jorunn Simonsen Wolden

Sykepleier, Hukommelsesklinikken ved Sykehuset Innlandet

Telefon: 901 20 503 / 62 58 15 33 / 62 58 16 84

E-post: jorunn.s.wolden@sykehuset-innlandet.no

Celine Haaland-Johansen

Nasjonalt senter for Aldring og helse

Telefon: 93 08 93 98

E-post: mestringskurs@aldringoghelse.no



Foto: Honne hotell og konferansesenter