



I samarbeid med:



Ringeby kommune



Sør Fron kommune



Nord Fron kommune

PÅRØRENDESKOLE

Et undervisningstilbud til deg som er
pårørende til en person med
demenssykdom.

Høst 2026



HVORFOR PÅRØRENDESKOLE?

Mange undersøkelser viser at pårørende til personer med demens har et stort behov for kunnskap, hjelp og støtte i forhold til å være pårørende. Kurset vil gi mye informasjon og mulighet til å dele erfaringer med andre pårørende.

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 takle sin situasjon i forhold til familie og venner.
- Å gi kunnskap om lover og rettigheter og hvordan forholde seg til offentlig hjelpeapparat.

KURSPROGRAM

Tirsdag 29. september kl. 18:00

Om demens – årsak – forløp – symptomer – behandling.

Hva vet vi i dag?

v/Bjørn Lichtwarck, spesiallege og forsker, PhD, alderspsyk. avdeling/forskningssenter, Sykehuset Innlandet

Tirsdag 6. oktober kl. 18:00

Kommunikasjon med personer med demens.

Ulike faser og situasjoner.

v/ Liv Jorunn Korstad, Sykepleier i Nord-Fron kommune.

Gruppesamtaler

Tirsdag 13. oktober kl. 18:00

Om lover og rettigheter.

Framtidsfullmakt, vergemål og testamente.

v/ Tommy Rudihagen.

Representanter fra de tre kommunene våre orienterer om sine tilbud.

Tirsdag 20. oktober kl. 18:00

Hvordan mestre hverdagen? Samvær og samhandling, sorg og tap. v/ Jens Petter Ous, prest

Tre søstre, som er pårørende forteller sin historie om en pappa som fikk demens. v/Amalie, Anette og Hanna

Gruppesamtaler

Kaffepause ca. kl. 19:30 – 20:00

PRAKTISKE OPPLYSNINGER

Sted: Kommunestyresalen, Nord-Fron Vinstra

Start: Tirsdag 29. september, kl. 17:30 for registrering

Varighet: 4 tirsdager: 29.9 – 6.10 – 13.10 – 20.10

Tid: 1800 - 2100

Informasjon: Nasjonalforeningen for folkehelsen
Fylkeskontoret for Innlandet
Kornsilovegen 54, 2316 Hamar

Tlf.: 62 51 79 10

E – post: innlandet@nasjonalforeningen.no

Påm. frist: 20. september

Pris: Kr. 300,00 pr. deltager
(faktura blir tilsendt)

VELKOMMEN