



Tilbud for pårørende til personer med demens

På oppdrag fra Helsedirektoratet administrerer Aldring og helse en rekke landsdekkende pårørendetiltak i Demensplan 2025.

Målet er å gi kunnskap og støtte til pårørende til personer med demens og legge til rette for at de skal kunne dele sine erfaringer med andre i samme situasjon.

Aldring og helse samarbeider med kommuner, spesialisthelsetjenesten og frivillige organisasjoner i arbeidet.

Nasjonalforeningen for folkehelsen er en sentral samarbeidspartner og sikrer brukermedvirkning i ulike tiltak.

Aldring og helse oppfordrer alle som har kontakt med målgruppene, til å opplyse om pårørendetiltakene.

Kunnskap
Støtte
Felleskap



Pårørendeskoler og samtalegrupper

– Tilskuddsordning for etablering og drift

Aldring og helse administrerer tilskuddsordningen der kommuner og spesialisthelsetjenesten kan søke om midler. Det oppfordres til samarbeid med frivillige organisasjoner.



Møteplass for mestring

– Demens midt i livet

Kurs for personer som har fått en demensdiagnose før 65-årsalderen, sammen med en nær pårørende, fortrinnsvis ektefelle/partner. Kursene er landsdekkende, går over tre dager og arrangeres årlig i alle helseregioner.



Tid til å være ung?

– Når mor eller far har demens

Helgekurs for ungdom og unge voksne i alderen 18–30 år. Kursene er landsdekkende, går fra fredag til søndag og arrangeres årlig til steder i landet.

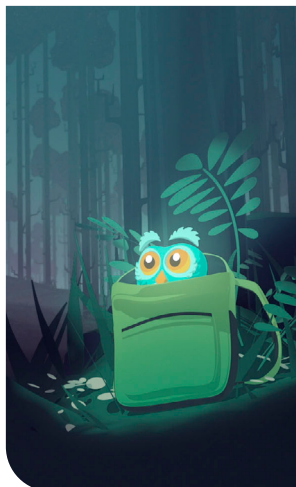
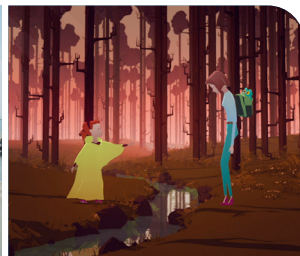


Hvem ser meg?

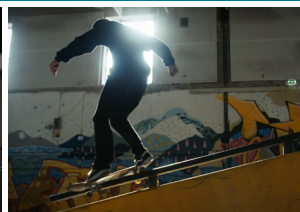
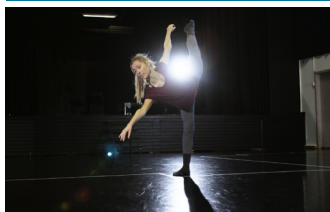
– Når mamma eller pappa har demens

Sommerleir der barn under 18 år deltar sammen med frisk forelder eller en annen voksen ressursperson. Leiren er landsdekkende, arrangeres årlig og går over fire dager.

Ressurser om demens for barn og unge



Filmer som formidler ulike opplevelser av å vokse opp med en forelder med demens



www.hvemsermeg.no

www.tidtillaværeung.no

Podkasten Tid til å være ung

Unge pårørende deler sine opplevelser og erfaringer med å ha en forelder med demens. Podkasten er tilgjengelig på alle plattformer der en hører podkaster.



Informasjonsmateriell og veiledning

På nettsidene til Aldring og helse ligger det informasjon og ressurser som brosjyrer, temahefter, bøker, temaark og filmer. Informasjonen retter seg mot pårørende og helsepersonell for bruk i pårørendearbeidet. Det finnes tilpasset informasjonsmateriell for pårørende til eldre innvandrere med demens, pårørende til personer med utviklingshemning og demens samt for pårørende til personer med demens med samisk språk og kulturbakgrunn.

For informasjon på samisk: www.aldringoghelse.no/demens/samisk/

Undervisnings- og informasjonsmateriell er også samlet i en *Temakoffert*. Materialet kan brukes i planlegging og drift av pårørendeskoler, samtalegrupper og andre tilbud.

Aldring og helse bistår med råd og veiledning i pårørendearbeid blant annet i form av seminarer og e-læringskurs.

Følg med på informasjon om kriterier og satser for tilskudd til pårørendeskoler og samtalegrupper, datoer for påmeldinger til landsdekkende tilbud og annen informasjon: www.aldringoghelse.no/demens/paerørende/