



Tid til å være ung? 2021

10.-12. september på Tjøme i Vestfold og Telemark

29.-31. oktober i Selbu i Trøndelag

Tid til å være ung? er et landsdekkende helgekurs for unge mellom 18-30 år som har en mor eller far med demens. Det arrangeres to kurs i året, som starter fredag kveld og avsluttes med lunsj søndag. Alle utgifter til reise og opphold blir dekket.

Målet med helgekursene er at unge får støtte til å håndtere sin livssituasjon og hjelp til å mestre utfordringene i hverdagen. Gjennom forelesninger og gruppesamtaler får deltakerne snakket med fagpersoner samt delt tips og råd med hverandre. Det er også lagt vekt på sosiale aktiviteter på kurset.

Deltakere på *Tid til å være ung?* gir uttrykk for 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.

For mer informasjon ta kontakt med:

Celine Haaland-Johansen

Epost: helgekurs@aldringoghelse.no

Telefon: 93089398

For mer informasjon og påmelding se:

www.aldringoghelse.no/tid-til-a-vaere-ung/

Vi vil til enhver tid forholde oss til gjeldende nasjonale og lokale råd og tiltak for smittevern. Det tas forbehold om endringer og mulig avlysning på grunn av koronasituasjonen.