

# TID TIL Å VÆRE UNG?

## Helgekurs for unge som har en mor eller far med demens

Tid til å være ung? er et helgekurs for unge som er mellom 18 og 30 år som har en mor eller far med demens. Kurset samler unge fra hele landet og har som mål at deltagerne kan få økt kunnskap om demens, snakke med fagpersoner, delta på felles aktiviteter og dele erfaringer med andre i samme situasjon. Kurset starter fredag kveld og avsluttes med lunsj søndag. Alle utgifter til reise og opphold blir dekket gjennom en tilskuddsordning.

Det er begrenset antall plasser, så her er det «først til mølla-prinsippet» som gjelder. Deltakerne som ikke har vært på helgekurs tidligere, vil bli prioritert. Vi tar også forbehold om antall påmeldte.

**Du kan melde deg på kurset på Tjøme eller Selbu, ved å fylle ut opplysningene under:**

Jeg har en    mor       far med demens og melder med på kurset:

**Heia Eidene på Tjøme i Vestfold og Telemark 28.-30. april**

**Selbusjøen hotell og gjestegård i Selbu i Trøndelag 15.-17. september**

Har du tidligere deltatt på helgekurs for unge?    Ja    Nei

Navn: \_\_\_\_\_ Adresse: \_\_\_\_\_

Epost: \_\_\_\_\_ Telefon: \_\_\_\_\_

Alder: \_\_\_\_\_ Dato for innsending: \_\_\_\_\_

Utfylt skjema må sendes til [helgekurs@aldringoghelse.no](mailto:helgekurs@aldringoghelse.no) **NB! Skjemaet må lastes ned før utfylling.** **Husk å lagre før du sender som vedlegg.** For innsending per post: Aldring og helse, «Tid til å være ung», Postboks 2136, 3103 Tønsberg. Påmeldinger vil bli behandlet fortløpende, og vi tar kontakt med deg for flere opplysninger etter mottatt påmelding. Det blir gjort en vurdering på om søkerne oppfyller kriteriene. Har du spørsmål, ta kontakt med prosjektleder **Celine Haaland-Johansen**, mobil **930 89 398**, epost [celine.h.johansen@aldringoghelse.no](mailto:celine.h.johansen@aldringoghelse.no)

Informasjonen som innhentes brukes til vurdering av påmeldingen/søknaden og tilrettelegging av kurset. Ønsker du mer informasjon om personvern gå inn på [www.aldringoghelse.no/personvern/](http://www.aldringoghelse.no/personvern/)

For mer informasjon om **Tid til å være ung?** se: [www.tidtilavareung.no](http://www.tidtilavareung.no)

Tid til å være ung? administreres av Aldring og helse, i samarbeid med Nasjonalforeningen for folkehelsen, på oppdrag fra Helsedirektoratet og er en del av pårørendetiltakene i Demensplan 2025.