

SESAM

Lær å leve godt med demens

Vi søker etter deltakere til et kurs i hvordan man kan leve best mulig med demens. Deltakerne må være over 65 år og ha demens i en tidlig fase.

Bli med på kurs!

Kurset gir råd og tips om hvordan hverdagen kan mestres. Forskningsresultat viser at kurset hjelper – blant annet får deltakere mindre depressive symptomer.

SAMMEN FOR MER KUNNSKAP

Jo flere som er med, desto mer kunnskap får vi om hvordan mennesker med diagnosen kan hjelpes.

GJENNOMFØRING

Kurset varer i 10 uker, og man gjennomfører det hjemme hos seg selv. Alt foregår via et nettbrett som deltakerne får låne i kursperioden. Det er ukentlige nettmøter med tre andre kursdeltakere og to kursledere.

KURSET ER EN DEL AV SHAPE

SHAPE er et omfattende, internasjonalt forskningsprosjekt på demens. For mer informasjon om studien: www.shapeproject.eu

LURER DU PÅ NOE?

Ta kontakt med:

SESAM – Regionalt kompetansesenter for eldremedisin og samhandling

Telefon: 90 79 92 85

E-post: sesamforskning@sus.no

Sammen åpner vi opp for en bedre alderdom!



Kurset har gitt oss rom for å snakke om sykdommen – om framtiden.

Kursdeltager