



# Møteplass for mestring 2024

## Kurs for yngre personer med demens og deres pårørende

Møteplass for mestring er et landsdekkende kurstilbud der personer som har fått demensdiagnose før 65-års alder deltar sammen med en nær pårørende, fortrinnsvis ektefelle/partner. Kurset er lagt opp over tre dager med overnatting. Gjennom felles forelesninger, erfaringsutveksling i mindre grupper og sosialt samvær, får deltakerne informasjon, kunnskap og støtte til å håndtere en ny livssituasjon.

Evalueringene viser at Møteplass for mestring har gitt både personene med demens og pårørende opplevelse av økt åpenhet og innsikt i egen situasjon, større kunnskap og felles forståelse for hva demens innebærer i hverdagen.

Deltakeravgiften er 1000 kr. per par for kost og losji. Reiseutgifter med billigste transportmiddel over 1000 kr. per par dekkes gjennom en tilskuddsordning. Kursene ledes av fagansvarlig helsepersonell i samarbeid med representanter fra Nasjonalforeningen for folkehelsen.

For mer informasjon og påmelding: [www.aldringoghelse.no/moteplass-for-mestring/](http://www.aldringoghelse.no/moteplass-for-mestring/)

Regioner og fylker	Dato og sted for kurset	Fagansvarlig	Nasjonalforeningen for folkehelsen
Nordland, Troms og Finnmark	<b>31. mai-2. juni</b> Saltstraumen hotell, Bodø	<b>Bodil Skaar Olsen</b> Hukommelsesklinikken/Alderspsykiatrisk poliklinikk, NKS Kløveråsen Tlf. 75 55 16 10 <a href="mailto:bol2@kloverasen.no">bol2@kloverasen.no</a>	<b>Per-Olaf Fure</b> Daglig leder, Fylkeskontor Tlf. 75 52 34 29 <a href="mailto:pefu@nasjonalforeningen.no">pefu@nasjonalforeningen.no</a>
Trøndelag, Møre og Romsdal	<b>13.-15. september</b> Jegtvolden Fjordhotell, Inderøy	<b>Grethe Kirknes Rostad</b> Seksjon alderspsykiatri, Sykehuset Levanger Tlf. 74 09 86 05 <a href="mailto:grethekirknes.rostad@hnt.no">grethekirknes.rostad@hnt.no</a>	<b>Frode Mo</b> Daglig leder, Fylkeskontor Tlf. 73 52 62 64 <a href="mailto:frode.mo@nasjonalforeningen.no">frode.mo@nasjonalforeningen.no</a>
Vestland, Rogaland	<b>13.-15. september</b> Fjordslottet hotell, Osterøy	<b>Solgunn Elisabeth Knardal</b> NKS Olaviken alderspsykiatriske sjukehus Tlf. 56 15 10 00 <a href="mailto:slgk@olaviken.no">slgk@olaviken.no</a>	<b>Kristine Drake</b> Daglig leder, Fylkeskontor Tlf. 55 31 15 41 <a href="mailto:kristine.drake@nasjonalforeningen.no">kristine.drake@nasjonalforeningen.no</a>
Innlandet	<b>5.-7. juni</b> Honne Hotell, Biri, Gjøvik	<b>Jorunn S. Wolden</b> Hukommelsesklinikken Sykehuset Innlandet Tlf. 62 58 15 33/62 58 16 84 <a href="mailto:jorunn.s.wolden@sykehuset-innlandet.no">jorunn.s.wolden@sykehuset-innlandet.no</a>	<b>Elisabeth Skarderud</b> Daglig leder, Fylkeskontor Tlf. 62 51 79 14 <a href="mailto:elisabeth.skarderud@nasjonalforeningen.no">elisabeth.skarderud@nasjonalforeningen.no</a>
Agder, Vestfold og Telemark	<b>24.-26. mai</b> Strand Hotel Fevik, Grimstad	<b>Astrid Marie Hodne Græsdal</b> Alderspsykiatrisk enhet Kristiansand, Sørlandet sykehus HF Tlf. 977 46 972 <a href="mailto:astrid.marie.hodne.grasdal@sshf.no">astrid.marie.hodne.grasdal@sshf.no</a>	<b>Kurt Henning Johnsen</b> Daglig leder, Fylkeskontor Tlf. 916 82 008 <a href="mailto:kujo@nasjonalforeningen.no">kujo@nasjonalforeningen.no</a>
Viken, Oslo	<b>6.-8. september</b> Fredriksten hotell, Halden	<b>Birgit Gjerstad Riise</b> Avdeling for geriatri OUS, Ullevål Tlf. 22 11 85 07 <a href="mailto:birgit.riise@ous-hf.no">birgit.riise@ous-hf.no</a>	<b>Kristin Borg</b> Likeperson Tlf. 991 55 684

For mer informasjon og påmelding, ta kontakt med prosjektleder Celine Haaland-Johansen, [mestringskurs@aldringoghelse.no](mailto:mestringskurs@aldringoghelse.no)