



## Møteplass for mestring

Kurs for yngre personer med demens og deres pårørende

**Møteplass for mestring** er et landsdekkende kurstilbud der personer som har fått demens før 65-årsalder deltar sammen med en nær pårørende, fortrinnsvis ektefelle/partner. Gjennom felles forelesninger, erfaringsutveksling i mindre grupper og sosialt samvær, får dere som deltakere informasjon, kunnskap og støtte til å håndtere en ny livssituasjon.

**Møteplass for mestring** arrangeres flere steder i landet og holdes over tre dager med to overnattinger. Kurset er for personer som ikke har deltatt tidligere. Det er begrenset antall plasser, så her er det «først til mølla-prinsippet» som gjelder. Vi tar også forbehold om antall påmeldte. Deltakeravgiften er 1000 kr. per par for kost og losji. Reiseutgifter med billigste transportmiddel over 1000 kr. per par dekkes gjennom en tilskuddsordning.

**Fyll ut skjemaet og send det til [mestringskurs@aldringoghelse.no](mailto:mestringskurs@aldringoghelse.no)**

**NB! Skjemaet må lastes ned før utfylling. Husk å lagre før du sender som vedlegg.**

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

Vi oppfyller kriteriene for **Møteplass for mestring** (kryss av)

Vi er interessert i å melde oss på kurs i:

### Helse Vest

Tid og sted ikke avklart

### Helse Nord

Sommarøy Arctic Hotel Tromsø 4.-6. september

### Helse Midt-Norge

Jægtvolden Fjordhotell, Inderøy 25.-27. september

### Helse Sør-Øst

Honne hotell, Gjøvik 6.-8. mai

Strand Hotel Fevik, Grimstad 5.-7. juni

Fredriksten hotell, Halden 11.-13. september

Navn 1: \_\_\_\_\_ Alder: \_\_\_\_\_ Telefon: \_\_\_\_\_

Navn 2: \_\_\_\_\_ Alder: \_\_\_\_\_ Telefon: \_\_\_\_\_

Kontaktadresse: \_\_\_\_\_ Epost: \_\_\_\_\_

Vi kontakter dere for mer opplysninger etter mottatt påmelding. Dataene som samles inn anvendes til vurdering av påmeldingen og gjennomføringen av kurset. Ønsker du mer informasjon om personvern gå inn på [www.aldringoghelse.no/personvernerklæring](http://www.aldringoghelse.no/personvernerklæring).

Se mer om kurset på [www.aldringoghelse.no/demens/pårørende/møteplass-mestring](http://www.aldringoghelse.no/demens/pårørende/møteplass-mestring).

Har dere spørsmål, eller ønsker å melde dere på via telefon eller e-post, vennligst kontakt prosjektleder Marit Fossberg. Mobil: 900 34 604. E-post: [mestringskurs@aldringoghelse.no](mailto:mestringskurs@aldringoghelse.no).