

Demensnettverket i Tromsø kommune og Demensforeningen i Tromsø, som er en del av Nasjonalforeningen for Folkehelsen, har helt siden 2002 samarbeidet om å arrangere en samtalegruppe for pårørende til personer med demens.

Samtalegruppen arrangeres om våren. Den er ment å utfylle pårørendeskolen; et kurstilbud til pårørende til personer med demens som arrangeres om høsten, og tilbudet om individuelle samtaler med demenskoordinatoren i Tromsø kommune gis både til den demenssyke og deres pårørende."

Å være pårørende til en person som utvikler demenssykdom kan være en stor belastning. Det er trist å oppleve at den en er glad i gradvis mister ferdigheter i dagliglivet. Samtidig må en som nærmeste pårørende være forberedt på i økende grad å yte hjelp og være til støtte for den syke. Det kan etter hvert oppstå vanskelige situasjoner. Og det er ikke alltid like lett å forstå hva personen med demens mener.

Som pårørende opplever mange et behov for å dele tanker, følelser og erfaringer med andre. Særlig er det nyttig å snakke med noen som er eller har vært i samme situasjon. Meningen er at samtalegruppen skal være et forum der en blir møtt av folk som forstår og hvor en kan lære av hverandre.

De som leder samtalegruppa vil være ansatte i Tromsø kommune med lang erfaring innen demensomsorg, og medlemmer i demensforeninga som er eller har vært pårørende selv. De vil kunne bidra med informasjon om sykdommen og om hvor en skal henvende seg for å få hjelp. Dessuten har de en del praktiske råd og tanker om hvordan en best kan takle hverdagen.

Det er opp til en selv hvor mye en vil fortelle om sin egen situasjon i en samtalegruppe, men vi forutsetter at alle som deltar holder informasjon om private forhold innenfor gruppen.

Samtalegruppa er ikke ment å være ren undervisning, men den vil inneholde samtale og diskusjon om det pårørende selv er opptatt av.

Ny samtalegruppe starter opp i slutten av januar hvert år. Gruppa samles en gang i måneden. Vi har hittil vært samlet i lokalene til Norske kvinners sanitetsforening i Vestregata sentralt i byen. Det må påregnes en liten egenandel for å dekke utgifter til leie av lokaler.

Med hilsen
Demensnettverket i Tromsø kommune



Kontaktinformasjon:

Demensnettverket i Tromsø kommune:

Hilde Fryberg Eilertsen, Britt Hermansen, Astri Nermo og Rita Ringjord

Telefon 400 31 810

E-post: hilde.fryberg.eilertsen@tromso.kommune.no

Demensforeningen i Tromsø

Roy Samuelsen

Tlf: 916 43 088

e-post: roysamue@online.no



Illustrasjonsfoto

Tilbud om samtalegruppe for pårørende til personer med demens



Tromsø
kommune

Nasjonalforeningen
for folkehelsen

