



FREDRIKSTAD
KOMMUNE

Pårørendeskole

Høst 2026

**Et tilbud til deg som er pårørende
til en person med demens**



Hvor og når:

- Østsiden Sykehjem,
Borgarveien 4, 1633 Gamle Fredrikstad
- Kurset holdes i **Storstua** rett innenfor inngangsdøra.
- **Fem onsdager: Kl 18:00-21:00**
- **Høstkurs: onsdag 07.10, 14.10, 21.10, 28.10 og 04.11**

Temaer for foredrag og innlegg- bl.a:

- Hva er demens?- en innføring i ulike demenssykdommer
- Kommunikasjon og samhandling med personer med demenssykdom
- Rett tilbud – til rett tid. De ulike tjenestetilbudene i Fredrikstad kommunen for personer med demenssykdom
- Velferdsteknologi
- Hvordan kan det oppleves å være pårørende?- erfaringsfortelling og foredrag.
- Vergemål og Fremtidsfullmakt
- Informasjon om Demensforeningens arbeide

Hvorfor:

Pårørendeskolen er et kurstilbud til deg som står nær en person som har en demenssykdom i tidlig til moderat fase. Tilbudet kan være en hjelp på veien til økt kunnskap og mestring av situasjonen.

Gjennom faglige forelesninger, erfaringsfortellinger og gruppesamtaler får du kunnskap om demens, hvordan du kan bistå den som har fått sykdommen og hvilke tilbud hjelpeapparatet har. Du treffer andre pårørende i samme situasjon og fagpersoner med kompetanse på området.

Pårørendeskolen er mest rettet mot pårørende til hjemmeboende. Vi anbefaler gjerne at flere i samme familie deltar samtidig.

Pris: kr. 400,- pr pers. kr 600,- per familie

Betales ved påmelding til Fredrikstad Demensforenings konto.

Konto: 1503.66.98915 (merk «påørendeskole høst 2026» og navnet)

Påmelding:

ca 60 deltakere pr. kurs.

Påmeldingslink på Kommunens hjemmeside:

<https://www.fredrikstad.kommune.no/parorendeskolen-pamelding>

Alternativt: Ring Hukommelsesteamet: Trine: 45611989,

Elin: 40436302, Carina 45600749, Kjersti: 48296766

Spørsmål?

Hukommelsesteamet i Fredrikstad:

demensteam@fredrikstad.kommune.no

Fredrikstad Demensforening:

Leder Fredrikstad Demensforening: 91667360



VELKOMMEN!

Arrangør: Fredrikstad kommune –
Fredrikstad demensforening

Nasjonalforeningen
for folkehelsen



Fredrikstad
demensforening