



# PÅRØRENDESKOLE

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



Fire tirsdager fra kl. 18:00 – 21:00

7. oktober 2025

14. oktober 2025

21. oktober 2025

28. oktober 2025

## Hvor

Rakkestad Kulturhus, Rådhusveien 8, Rakkestad

## Arrangør

Rakkestad kommune, Indre Østfold kommune og  
Nasjonalforeningen Indre Østfold demensforening



**Rakkestad  
kommune**



**INDRE ØSTFOLD  
KOMMUNE**  
- på kornet





## Hva er pårørendeskole?

Pårørendeskole er et kurstilbud til deg som har et familiemedlem eller en nær venn med demenssykdom. Gjennom faglige forelesninger og gruppesamtaler, får du kunnskap om demens og hvilke følger dette kan ha for omgivelsene. Du treffer andre pårørende i samme situasjon, samt fagpersoner med kompetanse på området.

### Målet med pårørendeskolen er

- å gi pårørende til personer med demens økt kunnskap og forståelse for demenssykdommene.
- å bedre kvaliteten på samværet med den syke, både i hjemmet og i institusjon.
- å gi grunnlag for at pårørende bedre kan håndtere sin situasjon i forhold til familie og venner.
- å gi kunnskap om rettigheter og tilbud.





## Hva inneholder kurset?

Kurset er lagt opp over 4 samlinger med følgende temaer.

### **Samling 1: 7. oktober**

**Hva er demens? Årsak - symptomer - forløp -behandling**  
v/ Peter Bekkhus-Wetterberg, overlege  
hukommelsesklinikken, Geriatrisk avdeling, OUS, Ullevål.  
Samtalegruppe.

### **Samling 2: 14. oktober**

**Kommunikasjon og samhandling med personer med demens**  
v/ Peter Bekkhus-Wetterberg, overlege  
Hukommelsesklinikken, Geriatrisk avdeling, OUS, Ullevål.  
Samtalegruppe.

### **Samling 3: 21. oktober**

**Juridiske aspekter, vergemål og fremtidsfullmakt**  
v/ Wenche Smestad, seniorrådgiver/jurist, Statsforvalteren  
i Østfold.  
Samtalegruppe.

### **Samling 4: 28. oktober**

**Tilbud og rettigheter i kommunen. Tilrettelegging i hjemmet**  
v/demenskoordinator Indre Østfold kommune, Linda  
Tendeland og fagansvarlig demens og alderspsykiatri i  
Rakkestad kommune, Solveig Reinfjord m.fl.  
**Informasjon om demensforeningen og  
likepersonsarbeid** v/ Elisabeth Gustavson, Indre Østfold  
demensforening.



## Praktiske opplysninger

Kurskveldene består av forelesning, kaffe m/noe til og samtalegrupper. Det er frivillig å delta på samtalegrupper.

### Pris

Kurset er gratis, men vi oppfordrer deltakerne til å støtte IØ demensforening med hhv kr 200,- pr deltaker/kr 350,- pr familie. Du kan betale kontant eller med Vipps når du kommer.

### Sted

Rakkestad kulturhus, Rådhusveien 8, kommunestyresalen.

### Påmelding

Innen 1. oktober 2025 til:

Elisabeth Gustavson fra Indre Østfold demensforening.

Telefon: 92419161

### For nærmere opplysninger kontakt

Solveig Reinjord, fagansvarlig demens og alderspsykiatri, Rakkestad kommune, tlf: 940 17 709

Demenskoordinatorer Indre Østfold kommune

Linda Tendeland, tlf: 940 26 835

Anita Torp, tlf: 957 04 012

# VELKOMMEN!



**Rakkestad  
kommune**



**INDRE ØSTFOLD  
KOMMUNE**  
- på kornet

