

Samtalegruppe for pårørende til personer med demens

♥ Samtalegruppe for pårørende til personer med demens foregår en onsdag i måneden.

Det å treffe andre i samme situasjon kan gi samhørighet, god støtte og hjelp til å mestre opplevelser og utfordringer når ens kjære er rammet av en demenssykdom. Det er 4 møter om høsten og 4 om høsten.

Pårørendeskole

I samarbeid med Gjøvik og Vestre Toten arrangeres pårørendeskole årlig.

Mange undersøkelser viser at pårørende til personer med demens har et stort behov for kunnskap, hjelp og støtte i forhold til å være pårørende. Kurset vil gi mye informasjon og mulighet til å dele erfaringer med andre pårørende.

Informasjonsmøter om demens

Vi arrangerer åpne møter for å informere med forskjellige temaer.

Andre ting vi jobber med:

- Demensaksjonen
- Alzheimersdagen
- Demensvennlig samfunn

**Følg med hva som skjer på vår Facebook side:
Nasjonalforeningen, Østre Toten demensforening**

01.08.23

Nasjonalforeningen
for folkehelsen



Østre Toten
demensforening

Nasjonalforeningen Østre Toten Demensforening

Forskjellige aktiviteter som
Østre Toten demensforening jobber med:

- Aktivetsvenn
- Sangstund
- Mandagstreffet
- Demenskafe
- Aktiv her og nå
- Demenskoret
- Sommertreff
- Samtalegruppe for pårørende til personer med demens
 - Pårørendeskole
- Informasjonsmøter om demens

Aktivetsvenn

Gjennom tilbudet Aktivetsvenn får mennesker med demens flere aktiviteter og gode opplevelser i hverdagen. Med en aktivetsvenn kan personer med demens få muligheten til å fortsette sine vanlige aktiviteter. Nasjonalforeningen Østre Toten Demensforening samarbeider med Østre Toten Frivilligsentral og Østre Toten kommune.

Sangstund

♪ Sangstund med musikk er en aktivitet som er tilrettelagt for personer med demens som bor på Labo Helse- og omsorgssenter.

Denne aktiviteten foregår i samarbeid med frivillige på avdeling 1 og 2, hver tirsdag kl. 11 og 13. På dagsentret for personer med demens en gang i mnd. Det er til sammen 26 frivillige som rullerer med og deltar.

Mandagstreffet på Bygdestua

Lavterskeltilbud for personer med demens – Mandagstreffene er et samarbeid mellom Nasjonalforeningen Østre Toten demensforening, Østre Toten kommune og frivillige. Aktiviteten foregår på mandager på Bygdestua kl. 11:00-14:00.

Mandagstreffet er en møteplass for de som kan ha glede av sosialt samvær og aktivitet i fellesskap med andre. Tilbudet er ikke bare for personer med demens eller mistanke om hukommelsessvikt, men også de pårørendepersoner med demens og deres pårørende. Mandagstreffet er et lavterskeltilbud åpent for alle.

Demenskafe

Demenskafe arrangeres i sammen med de forskjellige sanitetsforeningene i kommunen på Bygdestua fire ganger i året. En demenskafé er et møtested for mennesker som er berørt av demens, enten du selv har en demenssykdom eller noen du er glad i er rammet.

På demenskafeen kan du treffe andre i samme situasjon. En hyggelig stund med underholdning, bevertning og åresalg.

Aktiv her og nå

Aktiv her og nå tilrettelegger for og bidrar til fysisk aktivitet og sosial deltagelse. Foregår på Toppen plassen onsdager fra kl. 11:00 – 14:00.

Legger opp til gåturer i skog/natursti i tilrettelagte områder. Der eller trim inne når det er dårlig vær. Hver gang inkluderer ett måltid i fellesskap. Aktiviteten er i samarbeid med Østre Toten Kommune og Østre Toten Frivilligsentral.

(pr. sept. 23 koster opplegget 50kr.)

Demenskoret

I samarbeid med Vestre Toten demensforening og kommunene er det satt i gang Toten Demenskor. Øvelse hver mandag på Gimle sykehjem kl. 17.30-19.30.

Sommertreff

Et åpent arrangement for personer med demens, frivillige og medlemmer som arrangeres en gang i året.