



Veileder

Åpne møter om pårørende til eldre



Bakgrunn

Vi lever i en tid der stadig flere lever lengre, og de fleste av oss ønsker å bo hjemme så lenge som mulig. De fleste eldre lever aktive og gode liv, men for eldre som har utfordringer i hverdagen er det ofte pårørende som må stille opp.

I løpet av livet vil de fleste av oss oppleve dette, enten som partner eller andre nære familiemedlemmer. Det betyr at pårørende er en viktig ressurs, men de må også ivaretas.

Ønsker man å sette ulike temaer om pårønderollen på dagsorden, kan denne veilederen gi råd og veiledning om man ønsker å arrangere åpne møter.



For mer informasjon, ta kontakt med:
Anne-Bente Stigen Berg seniorrådgiver eldre
epost: absb@sanitetskvinnene.no
mobil: 944 97 687

August 2024

Hvordan dere kan gå fram:

Samarbeid

For å gjennomføre et åpent møte om tema pårørende til eldre, kan det være fint å samarbeide med andre. Det kan være andre organisasjoner som har lignede aktiviteter for samme målgruppe, og da kan det være lurt å samarbeide.

Aktuelle samarbeidspartnere kan for eksempel være Nasjonalforeningen for folkehelse, Kreftforeningen eller Livsglede for eldre. Det å gå sammen med en annen sanitetsforening er også en mulighet.

Innledere/foredragsholdere

Sanitetskvinnene inviterer aktuelle foredragsholdere. Dersom foredragsholderne jobber i kommunen, er foredrag og informasjon kanskje en del av jobben og vil ikke koste noe. Skal foredragsholdere ha godtgjørelse/honorar bør dette avklares på forhånd. Er det et N.K.S. Veiledningssenter for pårørende innen rus og psykisk helse i nærheten er det også mulighet til å ta kontakt med dem.

Forslag til temaer:

- Rollen som pårørende – hvordan ivareta seg selv?
- Kommunens hjelpetilbud
- Pårørende til personer med demens
- Tap av førerkort
- Arv og testamente
- Brannsikkerhet
- Førstehjelp

Tid og sted

Velg et lokale hvor det er mulig å samle folk og hvor det finnes utstyr som foredragsholdere trenger. Det er også viktig at lokalene er egnet for forflytningshemmede. Arranger gjerne møtet på kvelden for å få med de som er på jobb på dagtid. To timer kan være nok, der den første timen er satt av til foredrag om aktuelle temaer, og eventuelt lett servering etter foredraget.

Budsjett/finansiering

Søk gjerne om midler hos Stiftelsen DAM for å dekke kostnader til lokaler, servering o.l. De har løpende søknadsfrist med maksimalt søkebeløp på 40 000 kroner. Husk at før dere søker er det lurt å sette opp et budsjett.

Ta gjerne kontakt med Karin Slattum som kan hjelpe deg. E-post karin.slattum@sanitetskvinnene.no

Markedsføring

Ta kontakt med lokalavisen og hør om de kan lage en forhåndsomtale eller om de kan tenke seg å dekke arrangementet. Inviter gjerne ordfører eller andre i kommunen som kan være aktuell. Har dere egen Facebook-side så bruk den gjerne til å spre informasjon om at møtet er åpent for alle, hvordan man melder seg på osv.

Gjør gjerne Facebook innlegget delbart.

Sanitetskvinnene er vertskap

Sanitetskvinnene ønsker den enkelte deltaker velkommen, introduserer foredragsholder og har ansvar for eventuell bevertning.

