



# Viden om demens kursus for pårørende

Når et menneske får en demenssygdom, påvirker det hele familien.

Der kan være mange forandringer i hverdagen, og som pårørende kan du opleve at stå alene med mange problemstillinger.

Viden om sygdommen og om hvordan du håndterer vanskelige situationer, kan være med til at give jer en bedre hverdag i familien.

Du kan deltage på kurset, hvis du er pårørende til én med en demensdiagnose, eller til en som er i gang med demensudredning.

Den pårørende med demenssygdom skal bo i Allerød, Fredensborg, Frederikssund, Gribskov, Halsnæs, Helsingør, Hillerød eller Hørsholm kommune.

Den pårørende med demenssygdom skal have kontakt til kommunens demenskoordinator/demenskonsulent eller have en aftale om det.

## Hvad får du ud af kurset?

- Grundlæggende viden om demenssygdomme.
- Du bliver bedre i stand til at mestre nogle af de komplekse problemstillinger, du møder i hverdagen som pårørende til en med demens.
- Du får mulighed for at udveksle erfaringer med andre, som er i lignende situation og med professionelle.
- Du får kendskab til hvor du kan finde flere informationer om demens, hjælp og støtte.

Det samlede kursus består af 4 moduler (der kan være ændringer i modulrækkefølge):

- Modul 1: Introduktion, hjernen og demenssygdomme
- Modul 2: Jura
- Modul 3: Kommunikation og livshistorie
- Modul 4: Hverdagen, at være pårørende, aktiviteter, fremtiden

Du kan vælge at deltage i den kommune, der passer dig bedst.

**Tilmelding senest 2 dage før kursusstart, først til mølle**

**Tilmelding er til deltagelse i ALLE fire moduler  
i samme kommune**

### Hillerød Kommune

**Hvornår:** Efterår 2022: onsdag d. 7/9, onsdag d. 21/9, onsdag d. 28/9 og onsdag d. 5/10. Alle dage kl. 16-18.30

**Hvor:** Sprogcentret, Milners vej 41 C 1.sal, 3400 Hillerød – der er elevator. Gratis parkering ved Frederiksborgcentret

**Tilmelding:** Demenskonsulent Susie Dybing Tlf.:7232 3419

### Helsingør Kommune

**Hvornår:** Forår 2022: tirsdag den 5/4, 19/4, 3/5, 17/5 Efterår 2022: 11/10, 25/10, 8/11, 22/11 Alle dage kl.16.00-18.30

**Hvor:** Grønnehave Cafe, Sundtoldvej 2, 3000 Helsingør

**Tilmelding:** Demenskoordinator Irene Wissum, Tlf: 4928 3056, mail [Iwi04@helsingor.dk](mailto:Iwi04@helsingor.dk) eller Bente Teslak, Tlf: 4186 8026 mail: [btesl@helsingor.dk](mailto:btesl@helsingor.dk)

### Hørsholm Kommune

**Hvornår:** Forår 2022: 17/3, 24/3,7/4, 21/4 – Efterår 2022 13/10, 27/10, 10/11, 24/11 Alle dage Kl. 16.00-18.30

**Hvor:** Sundheds-og rehabiliteringscentret Louiselund 3 - Oasen 2970 Hørsholm.

**Tilmelding:** Demenskoordinator Helle Nielsen, tlf.: 4849 3690, mail:[hen@horsholm.dk](mailto:hen@horsholm.dk)

### Halsnæs Kommune

**Hvornår:** Forår 2022: 7/4, 21/4, 5/5, 19/5 Efterår 2022: 25/8, 8/9, 22/9, 6/10 Alle dage 16-18.30

**Hvor:** Valseværksstræde 5a 3300 Frederiksværk

**Tilmelding:** Demenskonsulent Rikke Wedel, mail [rikwe@halsnaes.dk](mailto:rikwe@halsnaes.dk) tlf.:2941 3719 eller Stacey Stuart, mail [stats@halsnaes.dk](mailto:stats@halsnaes.dk) tlf.:2941 2385 eller Pernille Forsingdal [pehaf@halsnaes.dk](mailto:pehaf@halsnaes.dk)

### Allerød Kommune

**Hvornår:** Forår 2022: tirsdag den 3/5, 10/5,17/5 og 24/5 2022. Alle dage kl. 16.00-18.30

**Hvor:** Borgerportalen, Allerød Rådhus, Bjarkesvej 2, 3450 Allerød.

**Tilmelding:** Demenskonsulent Nanna Neerdal, Tlf.: 48126556 e-mail: [nane@alleroed.dk](mailto:nane@alleroed.dk) eller Lene Mosegaard Jensen, Tlf.: 48126556 e-mail: [lemj@alleroed.dk](mailto:lemj@alleroed.dk)

### Fredensborg Kommune

**Hvornår:** Vinter 2022: 31/1, 7/2, 14/2, 28/2 2022 – Alle dage 16.00-18.30

**Hvor:** Rådhuskælderen, Fredensborg Rådhus, Egevangen 3, 2980 Kokkedal

**Tilmelding:** Demenskoordinator Lisbeth Bøgeholdt Tlf.:72565722 eller Anne Sejer Tlf.:72565874

### Frederikssund Kommune

**Hvornår:** Forår 2022: 9/3, 23/3, 6/4, 20/4 Alle dage kl. 16.00-18.30 – ingen ledige pladser. Efterår 2022: 12/10, 26/10, 9/11 23/11. Alle dage kl. 16.00-18.30

**Hvor:** Østergården, Frederiksborgvej 8, 3600 Frederikssund – i mødelokalet ved caféen.

**Tilmelding:** Demenskonsulent Trine Vejlgård Nielsen, tlf.:3061 3457 eller Berit Sandstrøm, tlf.:2014 0305

### Gribskov Kommune

**Hvornår:** Forår 2022: 9/3, 16/3, 23/3, 30/3 Alle dage kl.16.00-18.30

**Hvor:** Gillelejehuset, Gl. Byrådssal, Birkevang 214, 3250 Gilleleje

**Tilmelding:** Demenskoordinator Inge-Lise Olsen Roswall, e-mail [iloro@gribskov.dk](mailto:iloro@gribskov.dk)



DEMENSVENLIGT  
NORDSJÆLLAND