



Til
Den det angår

Bergen demensforening
v/ styret

12. januar 2024

Oversikt tilbud våren 2024

Her er en oversikt over aktiviteter for vinteren og våren 2024. Vi ser frem til en ny sesong med aktiviteter igjen og håper å se mange av dere på de ulike tilbudene fremover.

Årsmøte og påmelding

Torsdag 15. februar kl. 17-18. Fyllingsdalen behandlingssenter, Dag Hammarskjölds vei 98. Møt ved Inngang A i garasje. Saker meldes til bergen.demensforening@gmail.com senest 1. februar. Påmelding til årsmøte sendes til epost over eller telefon 970 33 968.

Bergen demenskor

[Demenskoret](#) startet 10. januar med ukentlige korøvelser på onsdager kl. 16.30 - 19.00. Kontakt leder Stine Ruud Iversen på 93 43 47 10 for spørsmål om ledig plass. Det blir konsert 15. mars kl. 18 i Haakonshallen. Billett bestilles [via denne lenken](#).

Råd og veiledning

Trenger du faglige råd eller veiledning om situasjonen du står i? Styremedlem og spesialsykepleier Tor E. Simonsen tar imot din henvendelse for samtale på 970 33 968.

Musikkgruppe og Teatergaten Kafé

Teatergaten kafé åpnet 11. januar igjen for sesongen. Åpent hver torsdag kl. 17-19 i Teatergaten 43 på Engensenteret. Kaféen er for personer med demens og deres ledsagere. Enkel bevertning til hyggelige priser. For program [klikk her](#) og velg Teatergaten kafe.

Temakveld

Vi kommer til å arrangere en temakveld med forelesning i løpet av våren. Tema og tidspunkt er ikke bestemt helt ennå. Vi sender ut informasjon når det er klart. Har du forslag til tema vi kan arrangere foredrag rundt, meld oss gjerne til bergen.demensforening@gmail.com

Ring en likeperson for prat

Kari Frønsdal: 959 98 988, og Harald Thue: 944 88 989. Du finner flere likepersoner ved å [klikke denne lenken](#).

Aktivitetsvenn

Vil du gå på tur, i teater, kino eller gjøre hagearbeid og andre ting for å hjelpe en person med demens? [Kontakt aktivitetskoordinator](#) Stine Lampe i Bergen kommune 40 81 61 21. Ring også Lampe om du ønsker en aktivitetsvenn.

Påmelding til samtalegrupper

- | | | | | |
|-----------------|------------|--------------|----------------|-------------|
| • Fana | våren 2024 | kl. 18-19.30 | Barbro Havre | 92 44 73 53 |
| • Fyllingsdalen | våren 2024 | kveld | Malin Antonsen | 98 08 17 32 |



Andre tilbud

Nytt [nettkurs om demens for pårørende](#) kan tas hos aldring og helse. Du kan også [laste ned kurset gratis i bokform](#).

Håndbok for pårørende kan kjøpes i nettbutikken hos [Nasjonalforeningen.no](#) for kr 100,-

Demenskor hos KODE

Kontakt eli.lea@bergennks.no

Demenskor hos Aktivt pusterom

Kontakt marianne@aktivpusterom.no

Kurs om demens for pårørende over tre kvelder kl. 16.30-20.30: 7., 14., og 21. februar. Påmelding: demens@bergen.kommune.no eller 53 03 29 75

Kurs om demens for pårørende hos Haraldsplass diakonale sykehus over to dager: 14. og 15. mars kl. 9.00 - 15.00. Kontakt irme@haraldsplass.no eller ring 55 97 90 81/ 30.

Samtalegrupper i Fyllingsdalen for pårørende, Kompetansesenter – demens og psykisk helse i eldre år, dagtid. Påmelding 40 81 78 52. demens@bergen.kommune.no

Møteplass for mestring for personer med demens under 65 år, Helgekurs for ektefeller/partnere på Fjordslottet hotell, Osterøy. Påmelding til Solgunn E. Knardal slgk@olaviken.no eller 56 15 10 00.

Tilpasset gratis kunstmvisning hos KODE for personer med demens og ledsager. Billetter bestilles på forhånd hos helga.anspach@kodebergen.no.

Demensskole for personer med demens sykehus

Kontakt Haraldsplass Diakonale sykehus, geriatrisk poliklinikk tf: 55 97 90 30.

Nettkurs om demens for personer med demens (SHAPE)

Påmelding til enhetforaktivitetogmestring@bergen.kommune.no eller 40 81 47 77.

Helgekurs for unge pårørende 18-30 år: Dato ikke klart, men vanligvis på Tjøme i april/ mai. Landsdekkende tilbud. helgekurs@aldringoghelse.no. Se aldringoghelse.no

Lukket og privat facebookgruppe for unge pårørende: Nasjonalforeningen har laget en gruppe for pårørende til yngre med demens med navn «Unge pårørende til personer med demens».

Sommerleir for barn under 18 år. Hvem ser meg? Arrangeres vanligvis på Østlandet fra en torsdag ettermiddag og avsluttes til lunsj søndag. Alle utgifter til reise og opphold blir dekket. Et landsdekkende tilbud. Spørsmål og påmelding til sommerleir@aldringoghelse.no

Takk for at du er medlem – det utgjør en forskjell.
Vårt arbeid blir mulig på grunn av din støtte.
Vi i styret ønsker deg og dine en fin vinter og vår.

Vennlig hilsen
Stine Ruud Iversen
Leder, Bergen demensforening