

TA GJERNE KONTAKT FOR MER INFORMASJON:

Habiliteringsavdelingen ved:
Hjørund Erlandsen: 770 15650
[hjurdun.erlandsen@unn.no](mailto:hjordun.erlandsen@unn.no)

Heid Solheim: 770 15650
heid.solheim@unn.no



**Dette prosjektet er delfinansiert med
Extra-midler fra Helse og Rehabilitering.**



UNIVERSITETSSYKEHUSET NORD-NORGE
DAVVI-NORGGA UNIVERSITEHTABUOHCEVIESSU

INVITASJON TIL:

OPPLÆRINGSTILBUD OM UTVIKLINGSHEMNING OG ALDRING

Dato: 10- 11. Mars 2010
Sted: St. Elisabeth Helsehus,
mellomveien nr. 50, Tromsø.

Programmet er utviklet gjennom et samarbeid mellom UNN, Tromsø Kommune, Balsfjord Kommune, NFU(Norsk forbund for utviklingshemmede) Troms og Demensforeningen i Tromsø

PRAKTISKE OPPLYSNINGER:

Form: Forelesning, gruppesamtaler i mindre grupper.

Påmelding: Kontakt din fastlege og be om en henvisning.

I henvisning skal det stå: ditt navn, fødselsdato - og relasjon til pasient hvis du er pårørende.

- **Henvisning sendes til: UNN HF, Habiliteringsavdelingen Harstad, 9480 Harstad**
- Du vil motta en innkalling fra UNN når du er registrert som deltaker.

Kostnader:

- Egenandel for tilbudet er på kr 295,- påføres egenandelskortet(frikortet).
- Reise- og oppholdsutgifter dekkes etter faste satser mot en egenandel.
- Det må påregnes en *egenbetaling* for overnatting for det beløpet som overstiger Nav sine satser.
- Nærmere informasjon kommer i innkallingsbrevet.

Overnatting: Hver enkelt må bestille overnatting selv.

Det er holdt av rom på St Elisabeth Helsehus inntil påmeldingsfristen utløper. **Tlf: 777 56200**

Tapt arbeidsfortjeneste Vi gjør oppmerksom på at du har rett til sykepengar jfr. Folketrygdlovens § 8.4 for de dagene du har deltatt på opplæringstilbudet.

Påmeldingsfrist: 24. februar 2010

OPPLÆRINGSTILBUDET ER FOR DEG SOM :

- Er over 40 år og har en utviklingshemning.
- Er pårørende til person over 40 år med utviklingshemning.
- Ønsker informasjon og kunnskap om utviklingshemning og aldring
- Ønsker gode råd og tips om hvordan du på best mulig måte kan mestre situasjonen
- Ønsker å møte andre i samme situasjon

Temaer for deg med utviklingshemning

- hvordan kan man merke at man begynner å bli gammel?
- Hva er demens?
- Arbeid og aktivitet
- Helse, ernæring og mosjon

Temaer for pårørende

- Om utviklingshemning og aldring
- Kommunikasjon
- Tilrettelegging av hverdagen og hjelpemidler
- Hjelpeapparatet
- Boform, hva er ønskelig/hvilke muligheter finnes?

VÆR VELKOMMEN!

