

## Din helse - vår hjertesak!

Nasjonalforeningen for folkehelsen er en frivillig, humanitær organisasjon med helselag og demensforeninger over hele landet. Vårt mål er å bekjempe hjerte- og karsykdommer og demens. Det gjør vi med forskning, informasjon, forebyggende tiltak og helsepolitisk arbeid. Nasjonalforeningen for folkehelsen er interesseorganisasjon for personer med demens og deres pårørende. Vår innsats finansieres med innsamlede midler og gaver.

**Demenslinjen 23 12 00 40**  
[www.nasjonalforeningen.no](http://www.nasjonalforeningen.no)  
[hedop@nasjonalforeningen.no](mailto:hedop@nasjonalforeningen.no)

Ta gjerne kontakt med:

Demenskoordinator i Øyer kommune Brit Haaland  
Tlf. 991 08 022/ 61 05 61 00  
[brit.haaland@oyer.kommune.no](mailto:brit.haaland@oyer.kommune.no)

Leder i Øyer demensforening Åse Kraabøl  
Tlf. 908 86 556,  
[asekraab@bbnett.no](mailto:asekraab@bbnett.no)

Nasjonalforeningen  
for folkehelsen



Øyer  
demensforening



# Husk den som glemmer!

Nasjonalforeningen  
for folkehelsen



Øyer  
demensforening

### Hva er demens?

Demens er en fellesbetegnelse for en gruppe hjernesykdommer der Alzheimer sykdom og vaskulær demens (hjerneslag og drypp)er de vanligste. Sykdommen er kronisk og forverres over tid. Demens vil i større eller mindre grad føre til endring i personlighet og adferd hos den som rammes.

### De vanligste symptomene er:

- Hukommelsestap som påvirker arbeidsevnen.
- Problemer med å utføre dagligdagse gjøremål.
- Språkproblemer,( ordleting).
- Desorientering,( klokke, dato, sted).
- Svekket dømmekraft, (er det kaldt ute?)
- Problemer med abstrakt tenkning, (regnestykker).
- Feilplassering av gjenstander, (roter bort ting).
- Forandring av humør.
- Atferdsendringer.
- Tap av initiativ.

Minst 70000 nordmenn har demens i dag, men antallet vil fordobles de neste tiårene. Demens kan ramme både eldre og yngre. Over 80 % av de som bor på Tretten sjukeheim har en eller annen form for demens. Heldigvis forskes det mye på årsaker og behandling. Nasjonalforeningen for folkehelsen bidrar til dette.

### Nasjonalforeningen Øyer demensforening.

Øyer demensforening ble startet igjen i 2013 og har i dag ca. 30 medlemmer. Vi har hatt forskjellige arrangementer og tilbud for demente og pårørende som f.eks. sang og musikk, aktivitetsvenner, pårørendeskole og flere temakvelder både i Øyer og på Tretten.

Foreningen arbeider for å styrke tilbudet til personer med demens, både de som er på institusjon og hjemmeboende. Samtidig ønsker vi å kunne bistå med informasjon og støtte til pårørende. Vi samarbeider med Øyer kommune.

### Som medlem får du:

- Treffe andre i samme situasjon.
- Informasjonsmateriell om demens.
- Invitasjon til møter og arrangementer.
- Medlemsblad fire ganger i året.
- Informasjon om rettigheter.
- Støtte i møtet med hjelpeapparatet.

### Styret i Øyer demensforening 2015:

Leder: Åse Kraabøl

Nestleder: Berit E. Høibakken

Sekretær: Hildegunn Sønsteli

Kasserer: Ingunn S. Løken

Styremedlem: Gunvor Strangstadstuen

Styremedlem: Brit Haaland.

Bli  
medlem  
du  
også!