

NATIONELLA LÄGER FÖR UNGA ANHÖRIGA MED EN DEMENSSJUK FÖRÄLDER



Alzheimer
fonden 

Stöd och nya kontakter

Varje sommar sedan 2011 hålls anhörigläger utanför Avesta i Dalarna för barn och ungdomar som har en demenssjuk förälder. Här får de möjlighet att knyta kontakter och utbyta erfarenheter med andra jämnåriga i samma situation. De erbjuds också möjlighet att ställa frågor till personal med specialistkompetens inom demensområdet. Fråga doktornstunden är exempel på ett mycket uppskattat inslag under lägren.



Läger i södra, mellersta och norra Sverige

Sedan 2016 hålls läger för unga anhöriga också i Skåne och Luleå. Totalt samarbetar nu sju kommuner kring lägerverksamheten.

Ökande intresse

Sedan lägren startade har intresset för att delta stadigt ökat. Några av lägerhelgerna har snabbt blivit fullbokade och återbudskö har fått upprättas. Från början erbjöds lägren för unga vuxna mellan 18 och 30 år, men efter önskemål ordnas sedan 2013 läger även för barn och ungdomar mellan 7 och 17 år tillsammans med deras friska förälder.

Deltagare från hela Sverige

Lägren startades som ett unikt samverkansprojekt mellan kommunerna i Avesta och Mora och har drivits av experter på demenssjukdomar och anhörigfrågor. Deltagarna kommer från hela Sverige.



Kostnadsfritt

Deltagandet är gratis då Alzheimerfonden, som finansierar verksamheten, står för både resa, kost och logi. Under lägerhelgen varvas föreläsningar med rekreation i naturskön miljö. Det finns möjlighet att bada, fiska, spela spel eller fotboll, grilla vid lägerelden eller bara umgås.

Anpassade grupper

När deltagarna kommer från familjer med olika typer av demenssjukdomar delas de i möjligaste mån upp i grupper så att diskussionerna kan anpassas efter respektive typ av sjukdom. På lägret där de yngre barnen har en förälder med sig, delas de också upp i en föräldragrupp och en barngrupp. Det gör det möjligt för barnen att prata ostört om sina känslor och ställa frågor som annars inte är så lätta att ta upp.



Diskussionsforum på Facebook

En sluten Facebook-grupp startades av ungdomarna efter det första lägret. Nya medlemmar tillkommer hela tiden. Den heter ”Ung anhörig i demensens skugga” och är uppdelad i tre undergrupper: upp till 18 år, 18–30 år och över 30 år. En annan grupp är ”Ung anhörig med demenssjuk make/maka/sambo”.





Kommentarer från ungdomarna

”Bra att få veta att man inte är ensam.”

”Detta är det bästa som hänt mig.”

”Jag önskar att alla kunde få den här möjligheten.”

”Det var skönt när man väl var här. Nästa år tar jag med min syster.”

”Alla nya kontakter och Facebook-gruppen kommer att vara till nytta när jag kommer hem.”

”Det jag hade erbjudits tidigare var att gå med i anhöriggrupper tillsammans med 80-åringar. Här mötte jag istället människor i min egen ålder. Vi kunde prata om precis allt, till exempel vår frustration, men också ge varandra praktiska tips. Det var en blandning av skratt och gråt.”

”Jag har lärt mig om bemötande framförallt och att anpassa min verklighet till min mammas och inte ’rätta’ henne när jag tycker hon säger något galet. Har även fått kunskap om hjälpmedel och fått höra många andras erfarenheter om hur deras resa varit och vilka situationer som kan uppstå.”

”Jag kan prata mer öppet om mina upplevelser och tankar. Jag kommer även att försöka hjälpa till att sprida kunskap om unga anhöriga.”

”Jag har kunnat berätta om mitt liv öppet utan att någon dömer mig eller tycker att jag är jobbig. Jag har fått respons på alla olika sätt istället för en tom blick från någon som inte vet vad han eller hon ska svara. Det har varit det bästa av allt.”

”Jag tycker att det har varit en ovärderlig erfarenhet och upplevelse. Jag har fått mycket kunskap som jag aldrig skulle kunna ta till mig genom att läsa om det. Tack för att ni gör detta för oss.”

Kommentarer från deltagande föräldrar

”Jag tror att min dotter har fått mer förståelse för sin sjuka pappa och verkar ha mer tålamod med honom.”

”Helt fantastiskt. Det här är andra gången för oss.”

”Jag önskar att jag hade haft en coach bredvid mig från allra första början. Det är så mycket att sätta sig in i, så många beslut som ska fattas och så många etiska dilemman som dyker upp.”

”Bra att barnen får sin stund och vi vår.”

”Min son sa: ’Det ska bli så mysigt att träffa alla igen.’ ”

”Jag är dålig på att orka ta mig ur vardagen på egen hand. Lägre hjälpte mig att bättre kunna se att balans måste finnas i det sjuka, att jag ibland ätit upp av allt det tunga och inte prioriterat att övrig familj behöver må bra. Jag är glad att mina barn fick träffa doktorn och annan personal, de andra barnen och föräldrarna.”



Kommentarer från ledarna

”Det känns som ett mirakel när man som ledare får stå bredvid och se vad som händer. Famnar som öppnas, tårar som trillar och skratt som ekar ut över sjön mitt i natten när vi sitter i en eldpallkoja och grillar en korv eller berättar roliga historier.”

”År efter år ser vi hur oron och känslan av ensamhet blir som bortblåst bara man kommer till Sjövik och träffar alla andra.”

”Det finns en känsla av att dessa ungdomar har känt varandra hela sitt liv ... och ändå vet vi att man träffades för första gången för bara några timmar sedan.”

”Det är nervöst och pirrigt innan man åker. Det har vi förstått är en känsla som infinner sig hos så gott som alla som har anmält sig. Vi har full förståelse för detta och man kan göra som så många har gjort hittills: sms:a eller ringa och prata med oss ledare ända in i det sista.”

”Tänk vad samvaro, bad, fiske, enkla föreläsningar och en fin miljö kan skapa: En känsla av att man inte längre är ensam!”



Vill du veta mer?

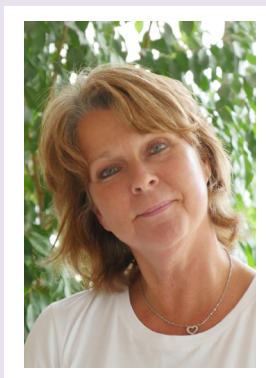
Kontakta oss!



Gudrun Strandberg

Tel 0226-64 57 84

E-post: gudrun.strandberg@avesta.se



Katrin Lindholm

Tel 0226-64 58 92

E-post: katrin.lindholm@avesta.se

Mer information finns också på www.alzheimerfonden.se.

