



NITTEDAL KOMMUNE
der storby møter marka



Velkommen til
Markerud
Aktivitetshus

Dette er Markerud Aktivitetshus

- Et aktivitetshus for personer med redusert hukommelse og deres pårørende
- Vi har fokus på fysisk aktivitet, sunt kosthold og sosialt samvær
- Hos oss kan du møte andre i samme situasjon som deg
- Du trenger ikke å ha fått stilt en demensdiagnose for å oppsøke oss.
- Ta kontakt med hukommelseskoordinator dersom du tror at du eller noen av dine nære har hukommelsesvansker

Vi ønsker å gi støtte, omsorg og mening i livet til personer med redusert hukommelse og deres pårørende. Ved Markerud skaper vi gode øyeblikk – sammen.



Tilbud til pårørende

- Delta i et sosialt fellesskap med andre i samme situasjon - samtalegrupper
- Møte personale som har kunnskap om hukommelsesvansker, demens og demensomsorgen i Nittedal kommune
- Individuelle samtaler
- Pårørendeskole



Vi behøver deg – bli frivillig

Markerud aktivitetshus jobber tett med frivillige medhjelpere

Som frivillige hos oss får du:

- Kompetanse om hukommelsesvansker og demens
- Oppfølging
- Plass i et sosialt fellesskap

Dersom du ønsker å gi av din tid som frivillig, og har et engasjement for demens ønsker vi gjerne en prat med deg

Informasjon og kontakt

- Åpent tirsdager og torsdager kl. 100-14.00 (stengt i ferier)
- Egenandel 120 kr per dag (faktura månedlig)

Ta kontakt med oss for nærmere informasjon om tilbudet eller andre henvendelser:

Markerud gård aktivitetshus

Markerud gård, Kirkeveien 27, 1480 Slattum

Tlf: Bente Sande Granberg: 91248832

Epost: bente.sande.granberg@nittedal.kommune.no

Hukommelseskoordinator

Tlf: Satu Delerud: 90474999

Epost: satu.delerud@nittedal.kommune.no

Velkommen til oss!



NITTEDAL
KOMMUNE

www.nittedal.kommune.no