

Nasjonalforeningen  
for folkehelsen



# HJERTE OG HJERNE

Nasjonalforeningen for folkehelsen fremmer folkehelsen og bekjemper hjerte- og karsykdommer og demens.

Medlemsblad 3 | 2026



FORSKER PÅ  
BARNEDEMENS

12

LANDSMØTE  
2026

4-6

14-15

DEMENSAKSJONEN 2026

Nasjonalforeningen  
for folkehelsen



Medlemsblad for  
Nasjonalforeningen  
for folkehelsen

Stiftet 1910

**Besøksadresse**

Oscars gate 36 B, 0258 Oslo

**Utgiver:**

Nasjonalforeningen  
for folkehelsen  
Postboks 7139 Majorstuen,  
0307 Oslo  
Telefon 23 12 00 00  
redaksjonen@nasjonalforeningen.no  
www.nasjonalforeningen.no

**Ansvarlig redaktør:** Camilla Delbekk

**Redaktør:** Lene Haugerud

**Layout:** ETN Grafisk

**Trykk:** Erik Tanche Nilssen AS

**Forsidefoto:** Tobias Østmoen

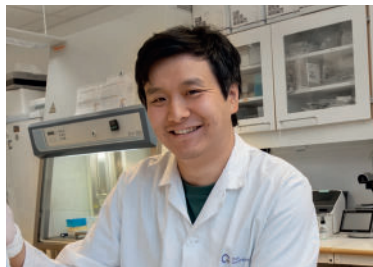
**HJERTE OG HJERNE**

utkommer fire ganger i året.  
Frist for innsendelse av materiell  
til HJERTE og HJERNE nr. 4-2026  
er 14. september.

**Adresseendring**

Henvendelse om abonnement  
og adresseendringer:  
medlem@nasjonalforeningen.no

Nasjonalforeningen for folkehelsen  
er medlem av:



## INNHold

- 4** Vellykket landsmøte
- 6** Sentralstyret 2026-2030
- 8** Ny kunnskap om kjønn ved hjerneslag kan gi bedre behandling
- 10** Celletyper kan gi behandling for Lewy legeme-sykdom med demens
- 12** Barnedemens kan gi nøkkelen til å forstå voksendemens
- 13** Verdt å kjempe for!
- 14** - Jeg vil gi videre
- 16** Sangen som vekker livsgleden: - På et mystisk vis har jeg blitt bedre
- 18** Juristenes spalte



## Kjære alle med hjerte for Nasjonalforeningen



**BO GLEDITSCH**  
GENERALSEKRETÆR

Like før sommeren gjennomførte vi et vellykket landsmøte. Tusen takk til alle som bidro, enten det var med forberedelser eller underveis i møtet!

Landsmøtet ga oss mange fine diskusjoner, og vi har fått nytt styre og nytt handlingsprogram. Alt ligger godt til rette for kraftfull innsats de neste fire årene.

Landsmøtet startet med besøk av helseministeren, som viste stor begeistring for organisasjonen vår.

– Dere ser framover, tar tak i reelle samfunnsutfordringer og bidrar med gode løsninger i samspillet mellom myndigheter, frivillighet og lokalsamfunn, sa han blant annet.

Ikke minst vil jeg bringe videre den hilsenen han sendte til alle dere i lokallagene over hele landet:

– Uten dere hadde Norge stoppet opp, sa Vestre. Det var fint å høre, og en fortjent anerkjennelse av frivillighetens betydning og viktigheten av de sakene vi jobber for i Nasjonalforeningen.

### Nytt handlingsprogram fram mot 2030

Det nye handlingsprogrammet danner grunnlaget for fortsatt samfunnsnyttig innsats. I tråd med vår tradisjon om alltid å være der det er mest behov for oss, er ambisjonene store for denne landsmøteperioden.

Hovedpunktene i det nye handlingsprogrammet vårt er at vi skal fortsette å arbeide for bedre folkehelse og mindre sosial ulikhet i helse i Norge. Vi skal arbeide for å fremme rettigheter, gode tjenester og livskvalitet

til mennesker med demens og deres pårørende. Vi skal støtte forskning på hjerte og demens, og være pådriver for fremtidsrettet forskning på folkehelse i Norge. Og ikke minst skal vi mobilisere til frivillig innsats og aktivitet over hele landet, for bedre folkehelse og god demensomsorg.

Dette er viktige målsettinger, som bygger på våre tradisjoner og samtidig plasserer vår organisasjon helt fremst i arbeidet for å sikre befolkningens helse og trivsel i årene som kommer. Med færre i arbeidsfør alder, flere eldre og mer urolige tider, kan vi ikke ta god folkehelse for gitt. Vi trengs for å sikre en bedre demensomsorg og god folkehelse.

### Demensaksjonen

Noe av det første vi tar tak i nå i høst er Demensaksjonen. Etter suksessen i fjor er enda flere blitt klar over hva barnedemens er, og at forskning på denne sykdommen er til stor nytte også for all annen demensforskning.

Det trengs enda mer penger til forskningen.

– Jo mer penger, jo flere forskere kan arbeide med å finne løsninger, sier Øivind Blindheim, faren til Syver. Familien samarbeider med oss om aksjonen i år også. Midlene som ble samlet inn i fjor ble utlyst i vår, og vi håper Norges beste forskere vil søke. Svaret får vi nærmere jul, etter at forskningsstyret og landsstyret har gjort sine vedtak.

Det er mye spennende og løfterikt som skjer på demensforskningsfronten nå. En av Norges fremste forskere på barnedemens, professor Magnar Bjørås, sier at vi er på et sted i medisinsk historie hvor det finnes helt nye muligheter for å utvikle behandling mot barnedemens.

Lykke til med innsatsen i årets bøsseaksjon!



# Vellykket landsmøte: når engasjement blir til handling

Over 300 deltakere fra lokallag og fylkeslag fra hele Norge samlet seg i Oslo til Nasjonalforeningen for folkehelsens 41. landsmøte. Det ble dager med faglig påfyll, viktige vedtak, gode samtaler og et sterkt fellesskap.

TEKST OG FOTO | JULIE C. KNARVIK



– Nasjonalforeningen er selve hjertet av frivilligheten, sa en entusiastisk helseminister, Jan Christian Vestre, i sin åpningstale.

Han hyllet de frivillige som hver dag bidrar til bedre folkehelse og demensomsorg.

– Jeg er megafan av dere og det dere gjør, sa han til en begeistret sal.

Vestre trakk fram organisasjonens innsats innen forebygging, aktiviteter, fellesskap, forskning og omsorgstjenester – og kraften i lokallagene.

– Dere pusher velferdsnorge fremover. Vi hadde ikke hatt de gode tjenestene vi har i dag uten all jobben dere gjør. I Norge er dere den fremste kraften for god

demensomsorg. Dere ser framover, tar tak i reelle samfunnsutfordringer og bidrar med gode løsninger i samspillet mellom myndigheter, frivillighet og lokalsamfunn. Og til alle dere i lokallagene over hele landet: Uten dere hadde Norge stoppet opp, sa Vestre.

## Stolthet, fellesskap og faglig påfyll

Landsmøtet er organisasjonens øverste organ og arrangeres hvert fjerde år. Her møtes representanter fra lokallag og fylkesstyrer for å bestemme retning og prioriteringer. For mange ble landsmøtet en inspirerende kombinasjon av faglig påfyll, engasjerende innhold og et sterkt fellesskap.



– Det er givende å være her. Jeg blir slått av hvor mange vi er. Det er et stort fellesskap og mange trivelige folk her. Foredragene jeg har hørt på og oppmerksomheten vi får fra ministerhold, det er helt fantastisk! Jeg føler virkelig at jeg er med i en forening som betyr noe. Det gjør mitt daglige arbeid i demensforeningen også. Det er en viktig sammenheng, det som gjøres lokalt og sentralt, sa Helen Bargel fra Trondheim demensforening.

Nobelprisvinner og professor Edvard Moser holdt foredrag, og en panelsamtale om Nasjonalforeningens demensforskningssenter ga innblikk i ny forskning. Frivillighetens betydning for helsefremmende og sterke lokalsamfunn var også et sentralt tema.

### Når erfaring blir til kraft

– Det har vært fantastiske foredrag og faglig påfyll, som gir motivasjon til å fortsette med det vi gjør for folkehelsen. Dette har vært en positiv opplevelse og jeg har blitt kjent med mange nye folk og møtt mange kjente, sa Ann-Irene Nikolaisen, fra Narvik demensforening.

Anne Rigmor Svaland fra Birkenes demensforening fortalte om det å være pårørende og om savnet etter kompetanse i kommunen.

– Det betyr mye for meg å være her. Menneskene i Nasjonalforeningen er en del av meg. Vi er mange som deler lignende erfaringer. Vi forstår hverandre, sier hun.

Det var stor interesse rundt foredragene «Sammen skaper vi et helsefremmende samfunn» og «Frivillighet som løfter lokalsamfunnet».

Fra salen sa to frivillige;

– Det er så gøy å være med å gjøre noe for andre!  
– Jeg vil være med å skape noe som har verdi for andre, og at jeg selv har et godt tilbud når jeg blir gammel.

– Dette har gitt mye inspirasjon. Man får nesten frysninger av å tenke på at dette er vi en del av. Det gjør oss enda mer stolte over å være med i Nasjonalforeningen. Så må vi bringe dette tilbake lokalt. Vi får mye hjelp og kurs og opplæring, sa Stein Brage Raanes fra Aure helselag.

Signy Strøm, fylkesleder i Nasjonalforeningen for folkehelsen Nordland, var også svært imponert:

– Jeg syns innleggene har vært viktige og forklarer godt rollen til Nasjonalforeningen. Vi er med i lokallag, i fylket, men vi er også med i Nasjonalforeningen sentralt, og det må vi være krye over, sier hun.

### Fellesskap som tas med hjem

Mellom vedtak, foredrag og diskusjoner var det også rom for latter og fellesskap. Og da Bollywoodkoret gikk på scenen, fikk landsmøtet en energisk vitamininnsprøyting som gikk rett i hjertet.

Landsmøtet ble avsluttet med stor entusiasme og blikket vendt mot de neste fire årene. Mellom vedtakene, foredragene og applausen lå den viktigste historien: mennesker som stiller opp for hverandre. Om gågrupper og hoppende skolebarn, forskning og kunnskapsbasert demensomsorg, møteplasser, fellesskap og livsviktig frivillighet.

Denne kraften skal tas med hjem til bygd og by. Og når over 300 mennesker møtes for å bygge videre på den, blir det tydelig at Nasjonalforeningen ikke bare snakker om bedre folkehelse. De skaper den – sammen.



## Sentralstyret 2026-2030

Landsmøtet valgte nytt styre, der noen har erfaring fra forrige periode og noen er nye. Styret har ni faste medlemmer og fire varamedlemmer.



*Det nye styret består av, fra venstre: Erling Behrens, Khadra Yasien Ahmed, Marit Dille, Geir Riise (styreleder), Aud Rita Tveiten, Arild Sæbbø og Anne Grethe Sirevåg (nestleder). Ikke tilstede ved fotografering: Espen Løftingsmo, Tone Tallaksen, ansattes representant, Lilly Gunn Nyheim 1. vara, Jens Henrik Wølke Friis 2. vara, Stein Aune 3. vara og Kristine Drake, vara for ansattes representant. Foto: Kristin Svorte*

Geir Riise ble valgt til ny leder av sentralstyret. Han har lang erfaring både som lege og i organisasjonslivet. Han var blant annet generalsekretær i Den norske legeforening i 12 år, og satt som styreleder i Kreftforeningen i fem år, fram til 2025.

– Nasjonalforeningen har vist at den evner å løfte i flokk, og det skal vi fortsette med, sier den nyvalgte styrelederen.

– Målet er bedre folkehelse for alle. Her skal vi være en tydelig pådriver for forebygging gjennom hele livsløpet, og jobbe aktivt for rammevilkår som gjør det mulig å leve gode liv, sier Riise.

Han legger også vekt på organisasjonens rolle som interesseorganisasjon for mennesker med demens og deres pårørende.

– Vi jobber for et mer demensvennlig samfunn. Det innebærer bedre tjenester, større åpenhet og sterkere støtte til både demensrammede og deres pårørende, sier Riise.

Nasjonalforeningen gir hvert år betydelige summer til forskning på både demens, hjerte- og karsykdommer og folkehelse, og Riise lover at organisasjonen fortsatt skal være en pådriver for fremtidsrettet forskning.

– Ja, det skal vi. Men det er også viktig å se til at resultatene av forskningen tas i bruk. Vi skal bidra til at den kunnskapen vi får gjennom forskning blir brukt, i politikk, tjenester og i menneskers liv, sier Geir Riise.



# Sonja ble medlem på impuls, og fant en livsoppgave

Da naboen meldte Sonja Ekman inn i Nasjonalforeningen for folkehelsen, visste hun knapt hva hun hadde sagt ja til. I dag, åtte år senere, brenner hun for demensarbeidet. Med et stort engasjement for både forskning, pårørende og gode møteplasser har hun gjort frivilligheten til en viktig del av livet sitt.

TEKST OG FOTO | JULIE C. KNARVIK



I 2018 fikk Sonja en telefon fra en nabo før fylkesårsmøtet, som mente hun burde stille til valg til fylkesstyret.

– Ja, men jeg er ikke medlem og hva skal jeg bidra med der? spurte Sonja.

– Det finner du ut. Vi trenger noen som kan si ifra, var svaret.

Slik begynte engasjementet. Sonja ble styremedlem, og fordi hun ikke kunne møte på det første styremøtet, ble hun like godt valgt til nestleder. Deretter gikk veien til kasserer i Kodal helselag, og så til dagens rolle som nestleder i Vestfold og Telemark fylkeslag.

## Det handler om mennesker

For Sonja handler frivilligheten først og fremst om mennesker. Helselaget er en viktig sosial møteplass i bygda, særlig for godt voksne. Rundt 30 personer

møtes hver måned til faglig innhold, underholdning, mat, åresalg og gevinster, tradisjonelle møter som betyr mye. Annenhver uke er det også masketreff med kaffe, vafler, strikking, hekling og skravling.

– Eldreomsorg kan ikke bare handle om den praktiske innretningen. Den må også ivareta det psykososiale, sier hun.

Hun er opptatt av at demensarbeidet må favne både forskning, god demensomsorg og hjelpetiltak for pårørende.

– Pengene som samles inn kan bidra til forskning på demensgåten, men også til lokale tiltak og tilbud som Demenslinjen og demenskor. Demens er en tragedie for den som rammes, og ikke minst for de pårørende. Det er utrolig givende å få være med og jobbe med dette, selv om det også er vondt å se hva folk står i.

## Viktig å støtte Nasjonalforeningens arbeid

Under landsmøtet sto hun sammen med andre utenfor med rolluper. To unge menn stoppet og spurte hvordan de kunne gi penger til demensforskning. De vippset der og da. Den ene fortalte at han hadde hatt en bestemor med demens og ønsket å bidra fordi han visste hvor mange som rammes. Det var et rørende møte og en påminnelse om at demens rammer alle aldre, ikke bare den som blir syk, men også alle rundt.

Hun synes det er fantastisk å være en del av Nasjonalforeningen.

– Det er så mye kompetanse kombinert med et stort hjerte. Jeg lurer jo på hvorfor jeg ikke ble medlem for 30 år siden, ler hun.



# Ny kunnskap om kjønn ved hjerneslag kan gi bedre behandling

Forsker og molekylærbiolog Xiang Yi Kong ved Rikshospitalet vil finne ut hvorfor kvinner og menn ofte har ulik grad av senskader etter hjerneslag - og hvilken rolle kjønnsfaktoren kan spille i måten vi behandler hjerneslag best mulig.

TEKST | JONAS WÆRSTAD

FOTO | ANNE ELISABETH NÆSS

På sikt kan kunnskapen skape langt mer persontilpasset behandling, med bedre livskvalitet og funksjonsevne over tid for de som rammes.

–Helt konkret undersøker vi genuttrykk knyttet til kjønnskromosomene våre og hormonelle forskjeller basert på biologisk kjønn i dyremodeller på laboratoriet. Her kan vi skille mellom disse faktorene, og på den måten kan vi finne ut av hvilke aspekter av kjønnsforskjellene som styrer sykdomsutviklingen, forklarer han.

–I dette prosjektet studerer vi spesielt langtidseffektene av hjerneslag, fordi vi vet at det er forskjeller mellom kvinner og menn når det gjelder hvordan man klarer seg over tid. Kvinner overlever ofte et kraftig hjerneslag som ville tatt livet av en mann. Men resultatet blir at kvinner får kraftigere senskader, rett og slett fordi de oftere overlever, forteller Xiang Yi Kong videre.

## Søker klarhet om kjønnsfaktoren

Selv om det er kjent fra tidligere at kvinner og menn har ulike utfall i etterkant av et slag, er det fortsatt uklart hvorfor det er slik, og hvordan denne ulikheten fungerer på et fysisk og medisinsk nivå.

–Det vi blant annet ikke vet noe særlig om, er hvor mye av den kognitive og fysiske funksjonen hos

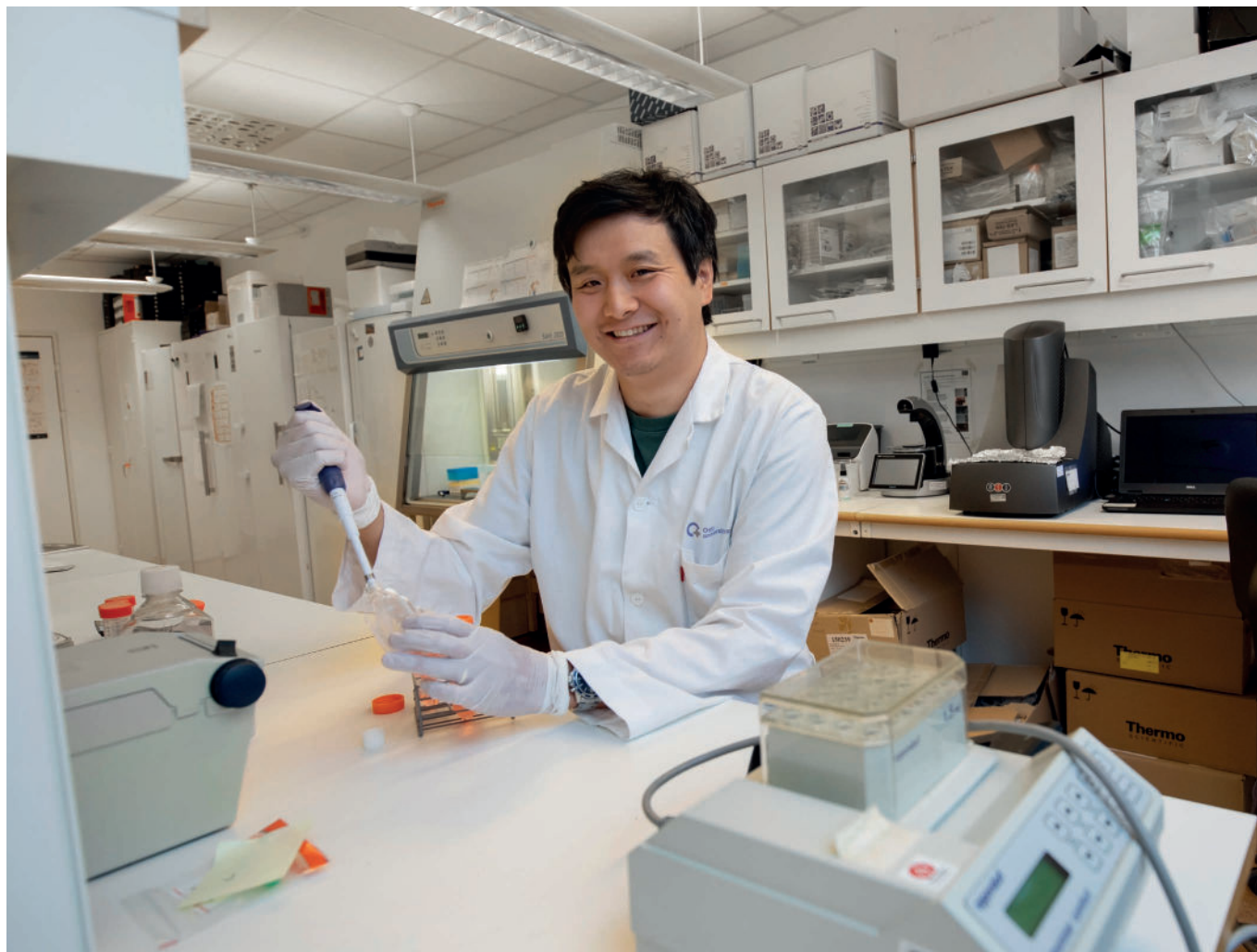
pasienten som er bevart over tid. Dette forskningsprosjektet dreier seg derfor i stor grad om å konkret forstå hvordan kjønn påvirker langtidsfunksjon etter et hjerneslag, og dermed hva vi kan gjøre for å lindre disse skadene på litt lenger sikt.

For å skape best mulig nytteverdi av undersøkelsene, har også forskergruppen innhentet kunnskap direkte fra slagrammede om hva de mener er de mest krevende symptomene i etterkant. Derfor har de valgt å konsentrere seg spesielt om senskadeeffektene der kjønnsforskjellen er mest fremtredende, i form av lyssensitivitet, utmattelse og hukommelse.

–Målet er blant annet å bidra til ny kunnskap som gjør forståelsen vår av kjønnsforskjeller ved sykdom langt bedre. Vi vet for lite om dette her og nå. Det er mange indikasjoner på at kjønn spiller en rolle, men vi har manglet forskningsstudiene som kan vise forskjellen nøyaktig og dermed hvor og når man bør sette inn tiltak basert på kjønn til pasienten, forteller han videre.

## Viktig skritt mot persontilpasset medisin

I tillegg til at kjønnsfaktoren gjør at det i dag er flere kvinner som lever med alvorlige senskader etter slag enn menn, mener Kong også at vi har hatt en historisk



*Xiang Yi Kong forsker på et område innen hjerneslag som har blitt oversett over lang tid, nemlig forskjellene i langtidsfunksjon i forhold til kjønn.*

skjevbalanse i medisinsk kunnskap som bidrar i negativ retning.

–Alt vi vet i dag er basert på i hovedsak nyttig forskning fra generasjonene før oss. Samtidig har kvinner historisk sett blitt neglisjert i mange studier vi baserer oss på i dag. Heldigvis er det i dag mye fokus på å rette opp ubalansen, på kvinnehelse generelt og ikke minst i form av at studier innen medisinsk forskning må inkludere begge kjønn. Det er kjempebra og gunstig for oss alle, understreker Kong.

– Alt dette vil kunne ta oss videre mot langt mer persontilpasset behandling, der vi eksempelvis vil kunne se forsterket effekt fra medisiner når de rettes

mot unike individer, snarere enn én stor gruppe, forteller han om én av mange mulige gevinster ved prosjektet.

### **Takker giverne for muligheten**

Han retter også en stor takk til giverne som bidrar til ny kunnskap vi ellers ikke ville hatt og som gjør fremgang innen medisinsk forskning mulig:

–Det er giverne som gjør det mulig å gjøre det jeg gjør. Det skaper også en spesielt sterk motivasjon til å skape resultater. Jeg og mine kollegaer setter enormt stor pris på støtten, og lover å forvalte ressursene så godt vi kan til gode for oss alle, understreker Kong.

# Celletyper kan gi behandling for Lewy legeme-sykdom med demens

For å forstå disse demensformene bedre og kunne utvikle effektiv behandling, jakter overlege og forsker Kaja Nordengen og hennes forskerlag svar fra genetikk og spesifikke immunceller i hjernen.

TEKST | JONAS WÆRSTAD

FOTO | ANNE ELISABETH NÆSS

Kunnskapen kan bringe oss et stort steg nærmere behandling som kan bremse eller stanse sykdommene.

Et grunnleggende trekk ved diagnosen demens med Lewylegemer, er at et bestemt protein hoper seg opp og på sikt medfører en svikt i hjernens funksjon. Om forskerne kan finne metoder som hjelper hjernen å kvitte seg med disse proteinene eller å forhindre at de gir skade, er vi på sporet av reell behandling av demensformen.

På vei mot målet har forskningsprosjektet til Nordengen og hennes kollegaer blant annet tatt hudprøver fra pasienter, som de deretter bruker til å dyrke frem stamceller i laboratoriet. Disse gir igjen muligheten til et bredt spekter av analyser og ny innsikt i sykdomsmekanismene, blant annet til å studere en spesifikk genvariant som er knyttet til økt beskyttelse mot sykdommen.

I tillegg studerer forskerne hvor godt hjernens egne immunceller klarer å fjerne proteinoppbygningen, med og uten den beskyttende genvarianten, forteller hun.

– I prosjektet fokuserer vi konkret på microglia, hjernens egne immunceller. Disse er essensielle for å rense hjernen for uønsket avfall, slik som det overflødige proteinet som fremprovoserer blant annet demens med Lewylegemer. Målet er å forstå ulike faktorer ved denne mekanismen, og det vil vi få avklart med arbeidet vi gjør her og nå, understreker hun.

Arbeidet kan være et viktig skritt i riktig retning for bekjempelse av sykdommen, mener hun.

– Ved demens med Lewylegemer har vi medisiner som kan lindre flere av symptomene, men her og nå har vi ikke verktøy som bremser eller stopper sykdommen. Og skal vi kunne skape det, må vi forstå fullt ut hva som går galt i hjernen. Den mekanismen vi studerer i prosjektet, kan være nettopp en slik mekanisme som vi kan utvikle behandling for, forteller Nordengen.

## Bygget bredt lag for å bekjempe proteinopatii

De siste årene har Nordengen beveget seg fra å være lege i spesialisering til å bli overlege. Takket være blant annet støtten fra Nasjonalforeningen, har hun i samme tidsrom også bygget opp en stadig større forskergruppe som jobber med grunnmekanismer ved flere store, nevrologiske sykdommer.

– Støtten fra Nasjonalforeningen har vært kritisk viktig i faglige overgangsfaser. Og den har gjort det mulig for meg å etablere meg som selvstendig forsker med min egen forskergruppe, forteller hun.

Talentene Nordengen nå har samlet rundt seg har en bredde fra bachelorstudenter til seniorforskere. Gruppen, med akronymet TNG, har alle viet seg til å jobbe fokusert med det Nordengen beskriver som «proteinopatii».



*Overlege og forsker Kaja Nordengen mener det er god grunn til håp i demensforskningen, selv om hennes forskning på demens på Lewylegemer ligger litt bak forskning på andre demenssykdommer.*

– Tematikken er smal, men metodene er brede. Vi jobber konkret med sykdommer der proteiner hoper seg opp i hjernen og skaper skade for liv og helse. Det betyr at forskningen vår har stor relevans også for Parkinsons og Alzheimers sykdom, i tillegg til demens med Lewylegemer, siden dette er et fellestrekk ved alle tre. Både demens med Lewylegemer og Parkinsons sykdom har Lewylegemer i hjernen. Men mens demens med Lewylegemer har demenssymptomer fra starten, får parkinsonpasienter det oftest først etter mange år med sykdom, forklarer hun.

Arbeidet i forskergruppen inkluderer alt fra jakt på biomarkører, signaler i kroppen som kan fortelle om sykdom, og MR-undersøkelser og kliniske undersøkelser av pasienter til genetikk og studier på cellenivå.

### **Mener utviklingen gir håp for demenssaken**

Både i rollen som lege og som medisinsk forsker mener Nordengen det finnes grunn til å tro på en bedre fremtid for berørte pasienter og pårørende.

– Det er god grunn til håp i demensforskningen. Forskningen på demens med Lewylegemer ligger litt bak eksempelvis Alzheimer, men likhetene mellom disse gjør at hele feltet dras fremover når det skjer utvikling på en av frontene, forteller hun.

– Samtidig er det mye jobb som gjenstår, blant annet på å oppdage sykdommen tidlig nok, slik at vi kan åpne en lengre tidslinje for mulig behandling. Men jeg er veldig optimistisk, ikke minst fordi det nå har dukket opp medisiner som faktisk har en effekt på proteinopphopningen ved nærliggende sykdom, forklarer Nordengen videre.

# Barnedemens kan gi nøkkelen til å forstå voksendemens

Kan svaret på barnedemens ligge i miniorganer dyrket frem i laboratoriet? Forsker Magnar Bjørås håper forskningen ikke bare kan finne en behandling for barnedemens, men også gi nye svar på hvordan voksendemens oppstår og kan behandles.

TEKST | JULIE C. KNARVIK

FOTO | SIMEN ØYEN



– Vi er på et sted i medisinsk historie hvor det finnes helt nye muligheter for å utvikle behandling mot barnedemens. Samtidig kan forskningen på de sjeldne sykdommene gi viktige svar på hvordan voksendemens oppstår og hvordan den kan

behandles, sier Magnar Bjørås, professor ved NTNU og forsker ved OUS/UiO.

Da Bjørås i 2018 møtte en mor som hadde en sønn med barnedemens, visste han lite om sykdommen. Hun hadde hørt ham fortelle om ny teknologi og stilte et enkelt spørsmål: Kan teknologien hjelpe min sønn? Det ble starten på et forskningsarbeid som i dag omfatter mer enn 25 ultrasjeldne genetiske sykdommer som rammer blant annet hjerne, hjerte og nervesystem. Bjørås leder forskningsgruppa på NTNU som forsker på barnedemens og lignende sjeldne hjernesykdommer.

Barnedemens er ikke én sykdom, men en

samlebetegnelse for mer enn 100 genetiske sykdommer som kan føre til en alvorlig og raskt akselererende demensutvikling. En av de vanligste formene er CLN3, også kjent som Spielmeyer-Vogt syndrom eller Batten disease. De første symptomene kommer ofte allerede i fire- femårsalderen, gjerne som synstap. I Norge lever rundt 30 barn og unge med barnedemens CLN3, mens sykdommen rammer flere tusen barn globalt.

## Lager minihjerner i laboratoriet

Magne Bjørås og hans forskerteam bruker såkalt organoideteknologi. Utgangspunktet kan være en liten blod- eller hudprøve fra en pasient. Cellene omprogrammeres til stamceller, som igjen kan utvikles til nerveceller, netthinne eller deler av hjernen. Slik kan forskerne lage små modeller av pasientens egen sykdom i laboratoriet.

– Det gjør det mulig å studere sykdomsutviklingen langt raskere enn ved å følge et barn i flere år. En minihjerne eller netthinne kan utvikles og observeres over måneder, samtidig som vi kan undersøke de molekylære prosessene som skjer i cellene. Ved CLN3 ser vi blant annet på et gen som er viktig for cellenes avfallshåndtering. Når dette systemet svikter, oppstår det problemer som etter hvert fører til at nerveceller brytes ned, forklarer Bjørås.



Det er slike mekanismer forskerne håper å kunne påvirke med nye medisiner og genterapi.

### **Fra barnedemens til Alzheimer**

En av de viktigste grunnene til at forskningen er interessant også for voksne, er at årsakene til voksendemens er langt mer komplekse. Og for forskerne er nettopp det genetiske utgangspunktet ved barnedemens en viktig ledetråd.

– Vi vet at årsaken til barnedemens er en genetisk feil. Da kan vi starte med den ene årsaken og følge hva som skjer videre i cellene og hjernen. Hos voksne kan flere biologiske prosesser være involvert, uten at vi vet hva som satte det i gang.

Derfor kan barnedemens fungere som et slags biologisk kart. Hvis forskerne finner ut at en bestemt cellulær mekanisme bidrar til at nerveceller dør hos barn med en genetisk sykdom, kan den samme mekanismen vise seg å være relevant hos enkelte voksne med Alzheimer eller annen demens.

– Kanskje er en prosent av den defekten vi finner i én type barnedemens også er det som starter demens hos en voksen, sier Bjørås.

Forskerne lager derfor også modeller av voksendemens i laboratoriet. Målet er å bruke kunnskapen fra de genetiske barnesykdommene til å nøste opp i den langt mer kompliserte biologien bak demens hos voksne.

### **Tester behandling allerede nå**

Forskningen er ikke lenger bare et spørsmål om å forstå sykdommen. Nå testes også mulige behandlinger.

– Én retning er medisiner som kan bremse eller stoppe sykdomsutviklingen. En annen er genterapi, der målet er å erstatte eller korrigere det genetiske problemet som forårsaker sykdommen, sier Bjørås.

Minihjernene og de andre organoidene er et viktig verktøy i dette arbeidet. Forskerne kan lage mange kopier av en pasients sykdomsmodell og teste ulike behandlinger uten først å gå direkte til pasientforsøk. Per i dag testes nye medisiner på minihjerner laget fra barn med barnedemens, og resultatene beskrives som lovende. Forskergruppen håper å kunne tilby en ny behandling til pasienter innen relativt kort tid. Genterapien ligger lenger frem i tid, men også her er behandlinger allerede utviklet og testet i laboratoriemodeller.

### **En kamp mot klokka**

For Bjørås ble møtet med familiene en viktig drivkraft.

– Når man ser hva sykdommen gjør med et barn og en familie, blir forskningsoppgaven konkret. Målet er tydelig: Å finne en behandling som kan bremse, stoppe eller i beste fall kurere sykdommen. Det kommer til å komme. Spørsmålet er hvor fort det skjer, sier han. Og tempoet henger tett sammen med ressurser.

–Genteknologien har utviklet seg eksplosivt de siste tiårene og åpnet muligheter som tidligere var utenkelige. Men grunnforskning krever tid og langsiktige investeringer, sier Bjørås.

For forskerne handler derfor jakten på en behandling mot barnedemens også om noe større. De sjeldne sykdommene kan gi innsikt i grunnleggende biologiske mekanismer som også ligger bak de store folkesykdommene.

Derfor kan forskning på noen få barn bli en del av løsningen for millioner av voksne.

–Denne forskningen har en direkte overføringsverdi til demens. Det er kun gjennom forskning vi kan finne løsningen på demensgåten, enten det gjelder barnedemens eller voksendemens, sier Bjørås.

# Verdt å kjempe for!

-Vi er et langt større lag nå enn for tre år siden. Flere er blitt klar over at barnedemens finnes, og at forskning på dette er til stor nytte også for all annen demensforskning. Det gjør dette til en sak det er verdt å kjempe for. Å ha Nasjonalforeningen med på laget også i årets demensaksjon er vi utrolig takknemlige for.

TEKST | ARVE FUGLUM

FOTO | TOBIAS ØSTMOEN



*Øyvind Blindheim og sønnen Syver er et godt team, og gjør en stor innsats for å gi barnedemens et ansikt.*

Det sier Øyvind Blindheim, faren til Syver (15) som ble landskjent i forbindelse med første sesong av NRK-serien «Team Pølsa».

For rundt tre år siden tok Øyvind en avgjørelse som skulle vise seg å få store ringvirkninger. Han sluttet i jobben som lærer for å være pappa på heltid.

Det har virkelig vært et heltidsengasjement, der han i kompaniskap med Syver og resten av familien har jobbet hardt for å spre budskapet om hva

barnedemens er og innebærer. Resultatet så langt har vært overveldende. Nasjonalforeningens demensaksjon i fjor var for første gang øremerket forskning på barnedemens, og satte rekord i innsamlede penger.

– For å være helt ærlig, trodde vi ikke at vi skulle ha kommet så langt på disse få årene. Nå har vi et veldig mye større og sterkere støtteapparat, og det er langt flere som kjenner til denne supersjeldne



sykdommen. Jo flere som leter, i denne sammenhengen forsker, jo større er sjansene for å finne det vi trenger. I tillegg blir det gjort oppdagelser på veien som også hjelper andre. Og her har vi en rekke kompetente mennesker som leter for oss, sier Øyvind Blindheim, som uttrykker både glede og stor takknemlighet for at Nasjonalforeningen nok en gang lar pengene fra demensaksjonen gå til forskning på barnedemens.

### Hundre prosent engasjert

Han har i de siste årene gått ett hundre prosent inn for oppgaven. «All in!», som han sier. Reist landet rundt, både med og uten Syver, deltatt på konferanser i inn- og utland, og fulgt sønnen på aktiviteter som da vi møtte dem på Blindeforbundets syn- og mestringscenter på Hurdal. Mens Syver og vennene hans imponerte både i zipline og i klatreløypa, sto en stolt far på bakken, klasket mygg på bare legger og tok bilder. Han prøvde seg også selv i ziplinen, med bind for øynene for bedre å kunne sette seg inn i situasjonen til Syver og de andre.

– Jeg har oppdaget at den beste versjonen av meg selv er når jeg er sammen med Syver og kameratene hans. Få være med og skape håp for både han og andre. Det er en stor belønning i seg selv, for det var slett ikke gitt da vi i sin tid fikk vite om diagnosen. Vi kunne gått en annen vei, akseptert at det ikke fantes annet håp og gjort hver dag så bra som mulig. Det siste gjør vi, selvfølgelig, men vi ville også mer. Heldigvis har vi fått det til, noe Syver selv skal ha størsteparten av æren for. Hadde ikke han ønsket å være med på dette, ville det ikke vært det samme, og antakelig ikke mulig.

### Det koster

Øyvind Blindheim bruker mye av sin kapasitet i kampen for synlighet. Det har gitt resultater, men koster også noe.

– Vi føler vi har fått til noe stort, men har også byttet ut ting i livet. Jeg savner å være lærer, men akkurat nå må dette ha hovedprioritet. Heldigvis har det gitt meg stor mestring, og det skjer noe. Men det er også litt fortvilende å merke at stegene i forskningen er små, at det tar lang tid. Derfor er enda mer penger til forskning en så viktig sak å jobbe for. Jo mer penger, jo flere forskere kan arbeide med å finne løsninger. Og da er håpet at vi raskere skal komme fram dit vi vil, sier Øyvind Blindheim.



### DETTE ER DEMENS Aksjonen

Demensaksjonen har blitt arrangert siden 2000, og er Nasjonalforeningen for folkehelsens årlige informasjons- og innsamlingskampanje. Den arrangeres alltid i tilknytning til den Internasjonale Alzheimerdagen, som i år er mandag 21. september.

I år går aksjonen fra 21. september til 27. september. Tema i år er barnedemens, og de innsamlede midlene går til forskning og lokale demensaktiviteter.

Hva du kan gjøre: meld deg som bøssebærer til ditt lokallag eller vipps til 2216 og støtt demensforskning. Bare forskning kan stoppe demens.

# Sangen som vekker livsgleden: – På et mystisk vis har jeg blitt bedre

– Demenskolet er det beste som kunne skjedd. På et mystisk vis har jeg blitt bedre etter at jeg startet i koret.

TEKST | KJELL G. KARLSEN/FREMOVER

FOTO | PRIVAT



*Demenskolet har flere konserter i løpet av året, blant annet en veldig populær julekonsert årlig.*

Ordene tilhører Liss-May Johansen (75), en av de livsglade sangerne i Narvik demenskor. Mange har kanskje sett koret opptre rundt i Narvik, eller fulgt med i den populære TV-serien med og om demenskor. Men hva betyr det egentlig å være en del av dette fellesskapet? Vi møtte Liss-May for en varm og åpen samtale på biblioteket, hvor hun delte sin historie.

Narvik demenskor, med slagordet «sammen i sangen» er et romslig lavterskelkor med en demensvennlig grunntanke og sangglede som felles mål.

– Hvordan ble du klar over demenssykdommen?

Liss-May tenker seg om:

– Det var på en litt rar måte. Jeg var på sykehuset etter en lite vellykket operasjon og begynte å få hallusinasjoner. Jeg holdt et skikkelig helvete på sykehuset, for jeg så så mye rart, forteller hun.

Først trodde personalet det skyldtes for mye smertestillende, men grundigere undersøkelser avdekket diagnosen: demens.

– Det er nå tre-fire år siden, en tøff tid, sier Liss-May.



– Jeg husket ikke engang hvordan jeg skulle lage kaffe, og bruk av stekeovnen var utelukket. Datteren min jobbet hardt for å hjelpe meg. Hun hang opp lapper overalt: «Mamma, gjør sånn og sånn. Mamma, husk å ...»

### Gleden ved sangen

Lene fra kommunen fulgte henne tett etter diagnosen og fikk henne til å begynne i demenskoret. Lene sørget for at hun møtte til den første øvelsen. Etterpå spurte hun om Liss-May ville fortsette.

– Ja, jeg skal være med! Det følte jeg allerede etter den første sangen, sa Liss-May, og legger til med et ettertenksomt smil:

– På et mystisk vis har jeg blitt bedre etter at jeg startet i koret.

Vi sitter i et rolig hjørne på biblioteket. Liss-May fremstår som en hvilken som helst annen frisk, eldre person; smilende og lattermild.

– Jeg må innrømme at det er vanskelig å se at du har demens, sier jeg. Det er fordi jeg er så glad i å prate, svarer hun leende.

Liss-May, som har tre barn, har også opplevd dype tap de siste årene.

– Jeg mistet både sønnen min Tony og mannen min for få år siden, forteller hun.

Det er velkjent at en demensdiagnose ofte fører til at man mister det sosiale livet man har hatt. For Liss-May har koret blitt en livbøye.

– For meg er demenskoret det beste som kunne skjedd, det er også det beste tilbudet jeg har fått, sier hun og skryter av ildsjelene bak. De stiller opp, de henter og bringer, de er der for meg.

Hun illustrerer dette med et eksempel fra hverdagen:

– Jeg kan ringe etter taxi, men jeg må ha en telefonstemme som sier «nå kommer vi med bil». Tekstmeldinger fungerer ikke for meg.

### Mer enn bare underholdning

Signy Strøm, koordinator for demenskoret og nestleder i Nasjonalforeningen Narvik demensforening, sitter også ved bordet.

– Vi har hatt rundt femten deltakere, men det varierer litt. Noen faller fra, og vi ønsker jo at flere blir med – gjerne også menn, sier Strøm. Liss-May nikker ivrig.

– Ja, vi må ha noen med mørke stemmer!

Både Liss-May og Signy fremhever det sosiale aspektet ved koret.

– Vi har det jo artig! Noen er glade i å danse, så det blir gjerne en svingom. Til og med dirigenten vår, Julia Harbrecht, synes det er morsomt, ler Liss-May.

Narvik kommune finansierer lønnen til dirigenten, i tillegg til at koret har mottatt midler fra både bedrifter og privatpersoner, forteller Strøm. Øvelsene holdes på Furumoen sykehjem på tirsdager.

– Midlene vi får inn bruker vi gjerne på korets sosiale liv, som for eksempel pizza på øvelser og etter konserter, sier hun.

Strøm understreker at korets hensikt strekker seg langt utover ren underholdning.

– Koret er en viktig del av omsorgen og et fristed. Sang og musikk kurerer ikke demenssykdommen, men det gir mestringsopplevelse og økt livsglede, sier Strøm. Hun legger til at de rekrutterer kormedlemmer både fra Furumoen og blant hjemmeboende.

### NARVIK DEMENSFORENING

I tillegg til demenskoret, har lokallaget turgruppe på sykehjemmet hver torsdag, med etterfølgende kaffe, kaker og sangstund.

De arrangerer også trimstund for pasienter og dagsenter, samt allsang, hver tirsdag for rundt 20 personer.

Annenhver onsdag er det møtested for den eldre garde, med kaffe og vafler, levende musikk, trim med bøy og tøy, samt allsang. Her samles 40-60 personer.

# Juristenes spalte

Nasjonalforeningen for folkehelsen har en juridisk veiledningstjeneste for personer med demens og deres pårørende, med to jurister, Ane Brurberg Haugland (leder) og Hanne Edling-Hamre.



## Pårørendes rett til informasjon og medvirkning

Når en person får demens, blir pårørende ofte tett involvert i hverdagen og i kontakten med helse- og omsorgstjenesten. Mange ønsker å forstå mer, bidra og være til stede på en god måte. Samtidig kan det være vanskelig å vite hvilke rettigheter man har, og hvilken rolle man kan ta.

Pårørendes rett til informasjon og medvirkning bygger i stor grad på rettighetene til personen med demens. Utgangspunktet er alltid personens rett til selvbestemmelse og medbestemmelse. Pårørendes rettigheter skal støtte opp under dette – ikke erstatte det.

### Hvem er pårørende?

Pårørende er personer som står den som har demens nær, for eksempel ektefelle, partner, barn, foreldre, søsken eller andre med en nær relasjon.

Så lenge personen med demens kan ta egne valg, bestemmer han eller hun selv hvem som skal være nærmeste pårørende. Dersom dette ikke er avklart, følger helse- og omsorgstjenesten en fast rekkefølge. Nærmeste pårørende har flere rettigheter enn andre pårørende, særlig når det gjelder informasjon og medvirkning.

### Rett til informasjon

Fra 1. juni 2026 er begrepet «samtykkekompetanse» erstattet med «beslutningskompetanse». Begrepet beskriver om en person kan ta egne beslutninger om helsehjelp.

Når det gjelder pårørendes rett til informasjon, er utgangspunktet at helsepersonell har taushetsplikt.

Det betyr at de ikke kan dele helseopplysninger med andre uten samtykke eller annet lovlig grunnlag. Hvor mye informasjon pårørende kan få, avhenger blant annet av om personen med demens har beslutningskompetanse.

Når han eller hun har beslutningskompetanse, bestemmer personen selv om pårørende skal få informasjon, og hvilken informasjon som kan deles. Noen ønsker at pårørende skal være tett involvert, mens andre ønsker mer privatliv. Begge deler må respekteres.

Når personen ikke har beslutningskompetanse, har nærmeste pårørende rett til nødvendig informasjon. Dette skal gjøre det mulig å forstå situasjonen, følge med på at hjelpen som gis er forsvarlig og bidra i videre oppfølging. Informasjonen skal være relevant og tilpasset den enkeltes behov.

### Rett til medvirkning

Medvirkning betyr å bli hørt og få delta i beslutninger. Når personen med demens har beslutningskompetanse, er det hen selv som medvirker. Pårørende kan delta dersom personen ønsker det.

Når hen ikke har beslutningskompetanse, får nærmeste pårørende en viktig rolle. Helsepersonell skal legge til rette for samarbeid og lytte til det pårørende kan bidra med. Pårørende har ofte verdifull kunnskap om personens liv, ønsker, vaner og hva som skaper trygghet i hverdagen.

Retten til medvirkning betyr likevel ikke rett til å bestemme. Ansvaret for helsehjelpen ligger hos helsepersonell.



**Nasjonalforeningens Demenslinje** er et tilbud til alle som ønsker å snakke om demens. Vi lytter, informerer og veileder i hvordan du kan få hjelp og støtte. Linjen betjenes mandag til fredag 9-15 av helsepersonell med taushetsplikt og kompetanse innen demensomsorg. Har du selv behov for å snakke med noen, eller kjenner noen som kan ha nytte av å ringe hit, ikke nøl med å ta kontakt eller å fortelle om tilbudet.



**Nasjonalforeningens Hjertelinje** er et tilbud til alle som har spørsmål om hjerte- og karsykdommer. Hjertelinjen er betjent av fagpersoner med taushetsplikt og kompetanse om hjerte- og karsykdom. Vi svarer på spørsmål om sykdommene, medisiner, kosthold, trening, psykiske reaksjoner og samliv. Hjertelinjen er betjent mandag til fredag fra kl. 10-14. Har du selv behov eller kjenner noen som kunne ha nytte av å ringe hit, ikke nøl med å ta kontakt eller å fortelle om tilbudet.

## Er det demens?

I det siste har jeg merket at min mor på 84 år har endret seg. Hun sliter med å huske passord og har problemer med fjernkontrollen til TV-en. Hun gjentar seg ofte og glemmer avtaler. Jeg lurer om det kan være demens og hva jeg bør gjøre nå?

### Svar:

Det kan være vanskelig å vite hva man skal gjøre når man har mistanke om at en man står nær har demens. Det viktigste er å snakke med personen du er bekymret for, og å gjøre det på en rolig og trygg måte. Velg et tidspunkt der dere har god tid, og unngå stressende eller offentlige situasjoner. I samtalen bør du være varsom med å antyde en diagnose. Ta heller opp bekymringen på en omsorgsfull måte og beskriv konkrete endringer du har lagt merke til. Foreslå at dere kan ta en tur til legen sammen.

Det er ofte nyttig at pårørende er med til konsultasjonen hos fastlegen. Du kan bidra med informasjon om hvordan endringene har utviklet seg og når de startet, noe som gjør det lettere for legen å vurdere situasjonen og eventuelt starte en utredning. Dersom det ikke er mulig å være med, kan du ta kontakt med fastlegen og gi en bekymringsmelding. Den kan være muntlig eller skriftlig, og bør beskrive hvilke endringer du har observert og hvorfor du er bekymret.

## Kvinnehjerte

Hvorfor er det forskjell på kvinner og menn når det gjelder hjertesykdom?

### Svar:

Det er flere årsaker til det. Anatomisk har kvinner mindre hjerte enn menn og pulsårene i hjertet er også mindre. Kvinner har også andre risikofaktorer for hjertesykdom enn menn. Hos menn er høyt kolesterol særlig viktig for utvikling av hjertesykdom, mens høyt blodtrykk er viktigst hos kvinner. Høyt blodtrykk og diabetes i svangerskap gir også økt risiko for hjertesykdom. I tillegg påvirker kjønnshormonenes regulering av metabolisme, blodtrykk og funksjonen til pulsårene. Alt dette gjør at det er forskjell på kvinner og menn når det gjelder hjertesykdom.

## Flimmer eller flutter?

Jeg har hatt atrieflimmer i mange år. Ved siste registreringen av min hjerterytme fikk jeg vite at jeg også har atrieflutter. Hva er forskjellen på disse to?

### Svar:

Atrieflimmer og atrieflutter har samme årsaker, forskjellen ligger i at forkammeret trekker seg raskere sammen ved atrieflimmer. Ved atrieflimmer er også de elektriske signalene kaotiske og ukoordinerte, men de ved atrieflutter er mer organiserte. Atrieflimmer er langt vanligere enn atrieflutter, men cirka 30 % av de som har atrieflimmer har også atrieflutter.



## Arven etter deg

Arven etter deg er et gratis informasjonsmøte om arv og testamente som syv frivillige organisasjoner står bak. På møtet får du informasjon om det å skrive testamente, og hvordan dine hjertesaker kan leve videre gjennom din arv.

For Nasjonalforeningen for folkehelsen betyr disse gavene vi arver enormt mye. De er avgjørende for vår forskning på demens, hjertesykdommer og hjerneslag. Det er gaver som er med på å forandre liv og den behandlingen vi kan tilby dem som rammes i framtiden.

Vi arver både store og små beløp fra mennesker som har et varmt hjerte med omtanke for andre.

Kurset krever påmelding, enten via [joha@nasjonalforeningen.no](mailto:joha@nasjonalforeningen.no), tlf: 926 30 45, eller via nettsiden [www.arvenetterdeg.no](http://www.arvenetterdeg.no)

Møtedatoer:

- Trondheim: 15. september, kl. 13 og kl. 17., Krambugata 2
- Tromsø: 13. oktober, kl. 13. Rødbanken, Storgata 65

## Bli med i vårt pårørendepanel

Har du erfaring som pårørende til en person med demens? Da trenger vi din stemme. Dine opplevelser er avgjørende i arbeidet for bedre rettigheter og tilbud – og nå kan du bidra på en enkel og fleksibel måte.

Som deltaker i pårørendepanelet får du korte spørreundersøkelser på e-post fire–seks ganger i året. Hver undersøkelse tar bare tre–fem minutter å besvare, og svarene dine er anonyme. Du velger selv når du vil svare, og kan når som helst trekke deg.

Vi er i oppstartsfasen i 2026 og planlegger å sende ut første undersøkelse tidlig på høsten.

– Når vi møter myndigheter, politikere eller løfter demens i media, er det deres erfaringer som gir tyngde til budskapet vårt. Svarene fra pårørendepanelet gjør at vi ikke bare snakker om pårørende, vi kan dokumentere hva dere faktisk opplever. Det gir oss gjennomslag, og øker sjansen for konkrete forbedringer i tilbudet, sier generalsekretær Bo Gleditsch.

For å delta må du være over 18 år, være eller ha vært pårørende til en person med demens, og ha tilgang til e-post og en digital enhet.

Det er helt frivillig å delta, og du kan når som helst endre opplysninger eller melde deg ut via lenken i e-postene du mottar.

Vi håper du vil bli med i pårørendepanelet, dele dine erfaringer og bli med på et felles krafttak for å gjøre en forskjell for personer med demens og deres pårørende!

Meld deg på via <https://nasjonalforeningen.no/paarendepanel>.

Har du spørsmål eller ønsker du mer informasjon? Send oss en e-post på [panelet@nasjonalforeningen.no](mailto:panelet@nasjonalforeningen.no).



# Kommende nettseminar

## September

09.09 kl. 18.00-18.45: nettseminar om fremtidsfullmakt

24.09 kl. 12.00-12.45: Pårørendes rettigheter

## Oktober

08.10 kl. 12.00-12.45: nettseminar om fremtidsfullmakt

21.10 kl. 18.00-18.45: Pårørendes rettigheter

Mer informasjon finnes på Nasjonalforeningens medlemsnett, under menypunktet nettseminarer.



## FØLG OSS PÅ FACEBOOK

Gjør som over 46 000 andre, følg Nasjonalforeningen for folkehelsen på Facebook!

Gjør oss synlige ved å like, dele og kommentere.

## VI GRATULERER

- ◆ Nasjonalforeningen Tolga helselag 120 år
- ◆ Nasjonalforeningen Skiptvet helselag 115 år
- ◆ Nasjonalforeningen Nedstrand helselag 115 år
- ◆ Nasjonalforeningen Nordre Land helselag 115 år
- ◆ Nasjonalforeningen Lom helselag og demensforening 115 år
- ◆ Nasjonalforeningen Indre Fræna helselag 110 år
- ◆ Nasjonalforeningen Lauvstad helselag 100 år
- ◆ Nasjonalforeningen Fresvik helselag 95 år
- ◆ Nasjonalforeningen Nordre Askvoll helselag 95 år
- ◆ Nasjonalforeningen Nærøysund demensforening 35 år
- ◆ Nasjonalforeningen Vestringsbygda helselag 35 år
- ◆ Nasjonalforeningen Østre Toten demensforening 25 år
- ◆ Nasjonalforeningen Kvam demensforening 25 år
- ◆ Nasjonalforeningen Snåsa demensforening 20 år
- ◆ Nasjonalforeningen Halså demensforening 15 år
- ◆ Nasjonalforeningen Ørskog og Skodje helselag og demensforening 10 år
- ◆ Nasjonalforeningen Grong demensforening 10 år

## HER FINNER DU NETTBUTIKKEN

<https://butikk.nasjonalforeningen.no/>

## KALENDER

### ◆ SEPTEMBER

**21. september:** Den internasjonale Alzheimerdagen

**21. - 27. september:** Demensaksjonen

### ◆ OKTOBER

**Uke 42:** Nyhetsbrev til medlemmer

**Uke 44:** Nyhetsbrev til tillitsvalgte

### ◆ NOVEMBER

**Uke 45:** Medlemsblad nr 4 utkommer

### ◆ DESEMBER

**Uke 49:** Frist for bidrag til medlemsblad nr 1 2027

**Uke 50:** Nyhetsbrev til tillitsvalgte

**Uke 51:** Nyhetsbrev til medlemmer



## Fortjenstnål og diplom



John Westrum fikk fortjenestnål og diplom etter mange års innsats i Nasjonalforeningen Åfjord helselag. Her sammen med fylkesleder Unni M. Solhaug. Gratulerer!

## Fortjenstnål og diplom



Fire flotte damer fikk tildelt fortjenstnål og diplom for sin innsats i Nasjonalforeningen Oppstrinda helselag. Fra venstre: Gunveig Øien, Brit Hallan, Randi Alstad og Randi Fuglevaag. Gratulerer!

## Interaktive katter



Nasjonalforeningen Midtre Gauldal demensforening overrakte tre elektroniske katter til Midtre Gauldal helsesenter på Støren. Pusekattene går på omgang, og tilbakemeldingene er at disse har en beroligende effekt på brukerne.

## Skolelunsj



Før sommerferien serverte Nasjonalforeningen Jøssund og Bjugn helselag skolelunsj til to skoler, med tilsammen 97 elever og 18 lærere. De var også innom en tredje skole, med ca. 500 elever, for å overrekke et gavekort på frukt.



## Æresmedlem



Fylkesstyret i Akershus avsluttet årsmøtet ved å utnevne Wenche Størseth til æresmedlem i fylkeslaget for hennes innsats. Gratulerer!

## Æresmedlem



Turid Olaussen ble utnevnt til æresmedlem for sin innsats i Nasjonalforeningen Vefsn demensforening under lokallagets 25-års feiring. Gratulerer!

## Æresmedlem



På sommerfesten til Nasjonalforeningen Molde- Bolsøy helselag ble leder Gunvald Krûger-Johnsen utnevnt til æresmedlem i lokallaget. Tidligere leder Ingunn Øye stod for overrekkelsen. Gratulerer!

## Fastelavensris



I juni hadde Nasjonalforeningen Bjørnevattn helselag busstur til Vardø. Der fikk de blant annet omvisning på Vardehus festning. Turen ble avsluttet med middagen før fornøyde deltagere reiste tilbake.

# Kun forskning kan stoppe demens - og din hjelp gjør en forskjell

Det er håp i dagens forskning, og som fast månedlig giver er du en viktig bidragsyter. Med din hjelp får vi ny behandling raskere, og en vakker dag en kur. Bli med på laget i dag!



Send sms  
**HÅP** til 2216  
og bidra med  
200 kr hver  
måned på giro  
eller AvtaleGiro

Flere nyheter om framskritt innen demensforskningen er med på å gi håp om at vi skal klare å finne en kur. Forskning tar tid, men med din hjelp som fast giver vil vi komme dit enda raskere.

Nasjonalforeningen  
for folkehelsen



Ønsker du å gi et høyere beløp, eller har spørsmål, kan du ta kontakt med oss på 23 12 00 00 eller [fastgiver@nasjonalforeningen.no](mailto:fastgiver@nasjonalforeningen.no)

Avsender  
Nasjonalforeningen  
for folkehelsen  
Pb. 7139 Majorstuen,  
0307 Oslo

