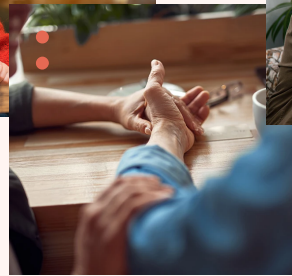


Ressurser for deg som er pårørende



Pårørendesenteret er et nasjonalt senter for alle pårørende og fagpersonene som møter dem – uavhengig av diagnose eller relasjon. Vårt mål er å øke livskvaliteten for pårørende.

Pårørendelinjen

Ring eller chat med oss

Tlf: **90 90 48 48**

eller bruk chatten nede til venstre

→ Kontaktskjema

Månedens tema

Å være barn som pårørende

Mange barn opplever å være pårørende i løpet av oppveksten. Når noe skjer, eller familien blir rammet av sykdom påvirkes også barna og deres hverdag. Hvordan kan voksne støtte og ta vare på barn, ungdom og søsken som opplever et annerledes familieliv?

→ Les mer



Finne hjelp der du bor

I vår landsdekkende oversikt finner du gode hjelpetiltak lokalt og nasjonalt.

→ [Gå til oversikten](#)



Min historie

– Eg vil med glede stille opp for mor mi når det trengst

Orda kjem med ettertrykk frå Aud Hølland Riise. Me sit på kafe i Stavanger sentrum, mora, 85 år gamle Marit Hølland Paulsen, sit tvers over bordet, enno heldigvis både sterk og oppegående.

→ [Les hele historien](#)

→ [Flere historier](#)



Årets pårørende-kommune 2025

Hvem fortjener å vinne i år?



Nyhetsaker

Hvem fortjener å bli Årets pårørendekommune 2025?

Pårørende vil spille en enda større rolle i fremtidens løsning av helseutfordringene, derfor er det viktig å løfte fram godt og systematisk pårørendearbeid i kommuner. Prisen for Årets pårørendekommune deles ut under Pårørendekonferansen 24. september. Nominasjonen er åpen fra 1. april til 1. juni.

→ [Les mer](#)

→ [Flere nyhetsaker](#)



Ta vare på deg selv



Ta vare på den syke



Ta vare på familien



Ta vare på barna

