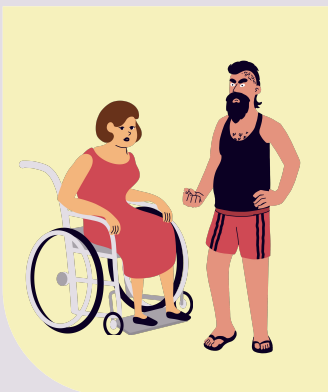


Hvordan møte pårørende likt



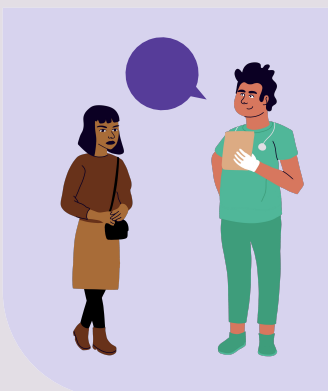
1. Vær nysgjerrig

Pårørende blir ofte vant til å sette sine egne behov til side. Derfor er det spesielt viktig at vi som er rundt de pårørende er flinke til å aktivt spørre: "Hvordan går det med deg?" og "Hvordan går det hjemme for tiden?"



2. Lytt uten fordommer

Selv om man ikke gjør det med vilje, er det lett å la seg villedes av fordommer som at kvinner har bedre kapasitet til å gi omsorg enn menn. Bli bevisst på dine egne fordommer, legg de til side og lytt heller til den pårørende.



3. Tilby hjelp

Enkelte sykdommer kan utløse mange tilbud om hjelp fra samfunnet, mens andre pårørende ikke får mer enn en klapp på skulderen. Vær villig til å tilby hjelp om du har muligheten til det.

Lær mer på parorendedagen.no/likestilling

#pårørendedagen #liktforalle #jegstøtterpårørende