Verdighetsenteret
KOMPETANSE FOR EN VERDIG ALDERDOM

Frivillighet og aktivitet i eldreomsorg
4.-5. NOVEMBER 2026, THON HOTEL OPERA, OSLO

Sistehjelp – er kunnskap om døden viktig for folkehelsa?

Sistehjelp er et folkeopplysningstiltak for å spre kunnskap om hvordan alle kan støtte noen i livets sluttfase. På samme måte som et førstehjelpskurs, lærer man i Sistehjelp hva man kan bidra med når noen går inn i den siste fasen av livet. Målet er at familie, venner, naboer, frivillige og andre i nærmiljøet i større grad stiller opp for alvorlig syke og deres pårørende.

Verdighetsenteret har introdusert Sistehjelp i Norge. Senteret fungerer som kunnskapsbasen for Sistehjelp og sertifiserer kursledere i hele landet. Mange opplever sorg, uro og frykt knyttet til egen og andres død. Ved å avmystifisere døden gjennom kompetanse, samt gi verktøy til hvordan man kan bidra, vil flere våge å nærme seg mennesker som blir rammet av alvorlig sykdom.

Døden angår oss alle, men kan være krevende å snakke om. Sistehjelp bidrar til økt kunnskap og trygghet. Vi ønsker å mobilisere nærmiljøet til å støtte den som skal dø og de som skal leve videre.

Les om Sistehjelp

Verdighetsenteret
KOMPETANSE FOR EN VERDIG ALDERDOM

Frivillighet og aktivitet i eldreomsorg
4.-5. NOVEMBER 2026, THON HOTEL OPERA, OSLO



Susanne Solvi Fagerbakke er rådgiver ved Verdighetsenterets avdeling *Frivillighet og kultur* og kursleder i Bergen.

Susanne har mastergrad i administrasjon og organisasjonsvitenskap og har lang erfaring med frivillighetskoordinering, kursutvikling, undervisning og organisasjons- og lederutvikling fra Kreftforeningen og Norges Røde Kors.

Med sin erfaring som både ansatt og frivillig fra lokalt, regionalt og nasjonalt nivå er Susanne opptatt av styrke frivillighetens rolle i samfunnet vårt og hvordan vi kan fremme engasjement og lokalmiljø der man gir og får av hverandre

Foto: Ingvild Festervoll Melien/Verdighetsenteret