

Kompetencecenter for Demens tilbyder pårørende grupper

Et tilbud for pårørende
til borgere med demens



Pårørendegrupper



Har du demens tæt inde på livet?

Er du ægtefælle eller har en anden tæt relation til et menneske med en demenssygdom?

Du har måske spørgsmål om hverdagens udfordringer eller omkring demenssygdommens forløb?

Måske er du overvældet på grund af de psykiske og fysiske krav, der bliver stillet til dig?

Du kan få støtte og svar på dine spørgsmål ved at deltage i en pårørendegruppe.

Gruppens formål er at give dig muligheden for at:

- få en grundlæggende viden om demens og forstå sygdommen
- finde på kreative handlemuligheder i forhold til hverdagens udfordringer
- tilbyde dig personlig støtte
- samtale og udveksle oplevelser, erfaringer med ligestillede
- få mod og overskud til den nye rolle, du har fået

Gruppens forløb:

Demenskoordinatorerne vil lede møderne og planlægger en møderække.

Det er gruppemedlemmernes ønsker og behov, der vil være omdrejningspunktet på møderne.

Møderne vil blive afholdt ca. en gang om måneden på:

Palmosehuset

Palmose 14, Dybbøl, 6400 Sønderborg

Spiloppen

Sommervej 17, Guderup, 6430 Nordborg

Møderne kan handle om:

- at leve med et nyt vilkår
- din rolle som pårørende og hvordan du også passer på dig selv
- hvordan du kan give en god omsorg
- strukturering af dagligdagen og indretning af hjemmet
- hvordan erindringer beriger samværet
- bevarelse af identiteten som pårørende

Hvem leder gruppen?

En af demenskoordinatorerne leder gruppen igennem møderne.

Tilmelding:

Vil du høre nærmere om pårørendegrupper, så er du meget velkommen til at kontakte demenskoordinator.

Telefontider:

Hverdage: kl. 8-9

Din demenskoordinator:

Vil du vide mere om demens?

Sønderborg Kommune:

www.sonderborgkommune.dk

Region Syddanmark:

Denne hjemmeside er for dig som ønsker at vide mere om demens og dine muligheder for hjælp og støtte: ***www.demenssyd.dk***

Alzheimerforeningen:

Alzheimerforeningen er en medlemsorganisation, der har til formål at sikre bedre vilkår for demente og deres pårørende. Foreningen rådgiver, informerer og støtter forskning i demenssygdomme:

www.alzheimer.dk

Demenslinjen:

Demenslinjen er en telefontjeneste under Alzheimerforeningen. Her kan du få svar på spørgsmål om demens, både privat og fagligt.

Tlf.: 58 50 58 50

mandag, tirsdag, onsdag og fredag: kl. 9-15

torsdag: kl. 9-18

Nationalt Videnscenter for Demens:

www.videnscenterfordemens.dk