

Wenn Demenz in Ihrem Leben eine Rolle spielt und Sie sich Gedankenaustausch und Hilfe wünschen, sind Sie herzlich eingeladen, an unseren Treffen teilzunehmen.

Die Teilnahme ist kostenlos.

Nähere Informationen erhalten Sie in einem Vorgespräch.

Ort:

Beratungs- und Koordinationsstelle
für Selbsthilfegruppen (BeKoS)
Raum 2 im Erdgeschoss
Lindenstraße 12 a
26123 Oldenburg

Termin:

jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat
15:00 - 16:30 Uhr

Anmeldung:

Alzheimer Gesellschaft Oldenburg e.V.
Freitag, 9:00 - 11:00 Uhr
Telefon: (0441) 9 26 69 39

Außerhalb der Beratungszeit kann eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen werden. Wir rufen zurück.

www.alzheimer-oldenburg.de

„Jeder hat die Erkrankung für sich allein. In der Gruppe sehe ich, ich bin nicht allein.“

Zitate aus „Diagnose Demenz! Was nun?“, „Unterstützte Selbsthilfegruppen von Menschen mit Demenz“ sowie von Helga Rohra auf www.deutsche-alzheimer.de



**Alzheimer Gesellschaft
Oldenburg e.V.**

Selbsthilfe

Gruppe für Menschen mit

DEMENZ



**In der Gruppe
bin ich nicht allein.**

Diagnose: Demenz

Eine Demenz-Diagnose bedeutet, dass sich Vieles in Ihrem und dem Leben der Ihnen nahe stehenden Menschen verändert.

Aber: Demenz ist nichts, wofür man sich schämen muss. Finden Sie Ihren eigenen Weg, den Alltag an die Veränderungen anzupassen und entwickeln Sie neuen Lebensmut. Der Austausch in der Gruppe kann dabei helfen.

Eine Demenz bedeutet auch, dass andere Menschen oft nicht wissen können, was in Ihnen vorgeht und wie Sie sich fühlen; wie es ist, mit einer Demenz zu leben.

Aber: Es gibt Menschen, die das wissen! Nehmen Sie Kontakt mit anderen Menschen mit Demenz auf. Die Alzheimer Gesellschaft Oldenburg e.V. unterstützt Sie mit dem Angebot einer Gruppe zur Selbsthilfe für Menschen mit Demenz.

„In diesem Moment (nach der Diagnose) hatte ich das Gefühl, ich würde in ein Loch rutschen.“

„Nehmt mir nicht die Selbstbestimmung, ich kann sagen, was ich will und was nicht.“

Angebote

- Austauschmöglichkeiten mit anderen Menschen mit einer Demenz
- lernen, ein Leben mit Demenz anzunehmen
- gemeinsam Bewältigungsstrategien finden
- voneinander lernen
- neuen Lebenssinn finden

Die Selbsthilfegruppe wird moderiert und unterstützt durch eine ehrenamtliche Mitarbeiterin der Alzheimer Gesellschaft Oldenburg e.V.



Ele Herschelmann

Diplom-Pädagogin (Sozialarbeit/Sozialpädagogik) und Ergotherapeutin

Weitere Informationen finden Sie unter:
www.alzheimer-oldenburg.de