**Demens**

* **Grupper for pårørende i Svendborg Kommune**

Demens er en alvorlig sygdom, ikke kun for den som rammes af

sygdommen, men også i høj grad for de pårørende.

**At være pårørende**

Det kan være svært, at være pårørende til en person med demens. Sygdommen kan påvirke ens kære ved gradvis nedsættelse af evnen til at huske, koncentrere sig og til at udføre praktiske gøremål. Desuden kan der ske en ændring i adfærd og personlighed. Sygdommen kan derfor medføre store forandringer i familien, og mange oplever følelser som sorg, savn, vrede og skyld i forløbet.

**Demens – Grupper for pårørende**

En pårørendegruppe kan give øget livsmod. Det kan være en støtte at mødes i en gruppe og udveksle oplevelser og erfaringer fra hverdagen, samt tanker om fremtiden. Mange beskriver pårørendegruppen som et frirum, hvor alt kan drøftes. Tillid, tryghed og respekt er en forudsætning for samtale i gruppen. Alle i gruppen har tavshedspligt.

**Hvem kan være med?**

Deltagelse i en pårørendegruppe er et tilbud til alle, som har en pårørende med en demenssygdom. Det kan være ægtefæller, børn, svigerbørn eller nære venner.

Det er gratis at deltage, dog betales et lille beløb for kaffe.

**Formålet med gruppen for pårørende**

• At styrke sig selv og støtte andre i samme situation

• At opleve forståelse og samhørighed i mødet med ligestillede

• At få energi og overskud i hverdagen

• At få mulighed for at tale frit om svære følelser

• At få vejledning, rådgivning og støtte til livet med demens

• At få undervisning i forskellige emner vedrørende demens

Ønsker du yderligere oplysninger og tilmelding til en pårørendegruppe er du meget velkommen til at kontakte medarbejderne i grupperne (se bagside).

Venlig hilsen

Charlotte Gehring, Karoline Raundahl & Louise Damgaard,

Svendborg Kommunes Demenskonsulenter.

**Grupper for pårørende i Svendborg Kommune:**

* **Demens - Gruppen for ægtefæller**

Tid: 10.00 - 12.00 - En gang i hver måned

Sted: Bryghuset, Bryghusvej 2

 I lokalet ”Buen”, ved Aktivitetscentret.

**Kontaktpersoner:**

Sygeplejerske Camilla Weber tlf. 62234415 kl. 7.30 - 08.00 og 14.00 - 15.00

Sygeplejerske Linda Kristensen tlf. 62234377 kl. 14.00 - 15.00

* **Demens – Gruppen for yngre ægtefæller**

Tid: 15.00 – 17.00 - Ca. hver 6. uge

Sted: Aktivitetscenteret Munkevænget,

Sanddalsparken 17 A

**Kontaktpersoner:**

Sygeplejerske Berit Niebuhr tlf. 62234124 kl. 9.00-13.00

berit.niebuhr@svendborg.dk

Sygeplejerske Trine Bjeldorf tlf.. 62234199

trine.bjeldorf@svendborg.dk

* **Demens – Gruppen for voksne børn og børnebørn**

Tid: 19.00 - 21.00 - En gang i hver måned

Sted: Aldersroklubben, Aldersro 2

**Kontaktpersoner:**

Sygeplejerske Birgit Wulf Nielsen tlf. 62234411 kl. 14.00 - 15.00

birgit.wulf.nielsen@svendborg.dk

Sygeplejerske Annette Nielsen tlf. 62234380 kl. 8.00 - 13.00

annette.nielsen@svendborg.dk

**Demens**

**Grupper for pårørende**



 Styrk dig selv som pårørende

 