

Vergiss- meinnicht

**Selbsthilfegruppe für
Angehörige von
Demenzerkrankten**

Wann?

Jeden vierten Dienstag im Monat
von 15:30 bis 17:30 Uhr

Wo?



Sankt Otto

Haus für Begegnung und Familienferien
Dr. Wachsmannstraße 29
17454 Zinnowitz

Leitung

Christel Hansen
Pflegefachkraft
Fachkraft für Gemeinde-Kranken
- und Altenpflege

Wir sind Mitglied der



Information und Kontakt:

Christel Hansen
Am Kiefernhein 5
17449 Karlshagen
Telefon: 038371 553635
E-Mail: hansen-usedom@t-online.de

Wir werden unterstützt durch das
Landesamt für Gesundheit und Soziales
Mecklenburg-Vorpommern (LAGuS M-V)
sowie der Pflegekassen



Menschen mit Demenz leiden unter zunehmenden Einschränkungen des Gedächtnisses, der Sprache, Orientierung, Wahrnehmung, Urteilsfähigkeit, des Planens und Problemlösens. Einen Menschen mit Demenz zu versorgen und zu betreuen ist eine 24-Stunden-Aufgabe, die häufig psychisch und physisch sehr belastend ist. **Oft bleiben Familien und Freunde in dieser Situation allein.**

Der Pflegealltag in der Häuslichkeit bedeutet für Angehörige zunehmend geringer werdende Zeiträume für die **eigene Regeneration**. Pflegende Angehörige brauchen Anerkennung und Unterstützung für ihre **wertvolle und anspruchsvolle Aufgabe**. Neben den bereits etablierten Informationsangeboten kann auch das Angebot für eine

Selbsthilfegruppe sehr hilfreich sein und zusätzlich entlasten. Unsere Selbsthilfegruppe „**Ver-giss-mein nicht**“ wurde im März 2018 gegründet und bietet die Gelegenheit zum Austausch von Erfahrungen unter Menschen die in einer ähnlichen Situation sind und deshalb Verständnis füreinander haben.

Zielsetzung

Grundsätzlich soll durch die Selbsthilfegruppe die Motivation gefördert werden, **gemeinsam mit anderen Menschen etwas zu bewegen**. Die Selbsthilfegruppe **stärkt versorgende Angehörige** und damit gleichzeitig auch den Erkrankten.



*Jeder sieht ein Stückchen Welt,
gemeinsam sehen wir die Ganze.*

Weitere Ziele sind

- Austausch über die eigene Situation, Erfahrungen und praktische Hinweise zum Umgang mit Verhaltensveränderungen in einem vertrauten und geschützten Rahmen.
- Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer lernen die eigenen Bedürfnisse ernst zu nehmen und Hilfsangebote in Anspruch zu nehmen, um länger gesund zu bleiben.
- Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer lernen voneinander, spenden sich gegenseitig Trost und unterstützen einander.
- Gemeinsame positive Erlebnisse
- In aktuell schwierigen Situationen im Alltag gemeinsam Lösungsansätze finden
- Gegenseitiges Verständnis und Wertschätzung
- Den Informationsstand und das Wissen über das Krankheitsbild Demenz erweitern.
- Besuch und Austausch z.B. bei anderen Selbsthilfegruppen, Therapeuten und Ärzten.