

Alzheimervereinigung Graubünden Associaziun Alzheimer Grischun Associazione Alzheimer Grigioni



«Ich darf empfangen, weil ich geben muss.»

Albert Schweitzer

Die Betreuung und Pflege eines Angehörigen oder eines nahe stehenden Menschen ist eine grosse, sinnvolle Aufgabe. Sie fordert aber auch Kraft und Geduld. Meist geschieht diese Arbeit unbemerkt, still und unentgeltlich – Tag für Tag, oft über Monate oder sogar Jahre hinweg. Ein Gefühl der Unsicherheit und des alleingelassen werdens kann sich da einstellen. Ängste und Spannungen können den Alltag erschweren.

Sich frühzeitig Informationen holen und der Kontakt mit Menschen in ähnlichen Betreuungssituationen helfen, mit dieser Situation umzugehen. Die Gruppenmitglieder ermutigen einander und unterstützen sich gegenseitig mit Zuhören und dem Austausch der vielfältigen Erfahrungen in belastenden – aber auch bereichernden Situationen.

Themenspezifische Inputs durch Fachpersonen zeigen zudem auf, wo Hilfe zu bekommen ist und wie die eigenen Kräfte eingeteilt werden können. Zu Beginn jeder Gesprächsgruppe wird auf ein spezifisches Thema eingegangen – je nach Bedürfnis und Wünsche der Gruppen-Teilnehmenden.

Für eine allfällige Betreuung Ihrer an Demenz erkrankten Partnerin/Ihres an Demenz erkrankten Partners während der Gesprächsgruppe wenden Sie sich vorgängig an uns. Wir werden erfahrene Personen organisieren, welche die Betreuung während unserer Gespräche übernehmen.

Gerne können Sie für einen Schnuppernachmittag und/oder weitere Auskünfte mit den Gesprächsgruppenleiterinnen Kontakt aufnehmen.

Die aktuellen Daten der Gesprächsgruppe entnehmen Sie bitte dem Beiblatt.



Alzheimervereinigung Graubünden

Geschäfts- und Beratungsstelle Regierungsplatz 30 7000 Chur Geschäftsstelle 081 253 91 42 Beratungsstelle 081 253 91 40 www.alz.ch/gr info.gr@alz.ch



Beratungen in Ihrer Region

Beratungsstelle Thusis	079 136 05 12
Beratungsstelle Davos	079 913 13 24
Beratungsstelle Oberengadin	079 193 00 71
Beratungsstelle Unterengadin	081 864 00 00
Beratungsstelle Moesano	079 295 89 65
Beratungsstelle Prättigau	079 948 49 90
Beratungsstelle Surselva	079 154 73 62
Beratungsstelle Valposchiavo	079 348 74 29

Spendenkonto PC 90-775759-2