

## Angehörigengruppe Region Brunnen

(Bezirk Schwyz, Seegemeinde Gersau)

Unsere Angehörigengruppe trifft sich:

- jeden dritten Mittwoch im Monat
- von 19.00 - 20.30 Uhr
- in 6440 Brunnen

Die Angehörigengruppe wird von Marlene Camenzind geleitet. Sie ist Gerontologin, arbeitet seit über 20 Jahren in der Langzeitpflege und ist Mitglied des Vorstandes der Schweizerischen Alzheimervereinigung Uri/Schwyz.

Der erstmalige Besuch der Angehörigengruppe ist nur mit vorheriger Kontaktaufnahme möglich. Die Teilnahme ist unentgeltlich.

### Information und Anmeldung bei

Marlene Camenzind

Telefon 079 625 10 36

marlene.camenzind@alzheimerurischwyz.ch

oder bei der

Geschäftsstelle Alzheimer Uri/Schwyz

Telefon 044 786 35 63

info@alzheimerurischwyz.ch

Alzheimer Uri/Schwyz

Geschäftsstelle

Konradshalde 10

8832 Wilen bei Wollerau SZ

Telefon 044 786 35 63

www.alzheimerurischwyz.ch

info@alzheimerurischwyz.ch

Foto Titelseite: © Fotolia.com - zolga | Version 2018 - 250



# Angehörigengruppe Region Brunnen

## Erzählen, zuhören, einander unterstützen

Ausgabe 2018

## Alzheimer-Angehörigengruppen

### Erzählen, zuhören, einander unterstützen

#### Neue Kräfte schöpfen

Für zahlreiche Angehörige von Menschen mit Alzheimer oder einer anderen Demenzkrankheit bedeutet die Teilnahme an einer Angehörigengruppe und die Begegnung mit Gleichbetroffenen Unterstützung und Mut.

#### Aus der Isolation ausbrechen

Durch die Teilnahme an einer Gruppe kann man aus der Isolation ausbrechen, in der heute immer noch zu viele Kranke und ihre Angehörigen leben. In der Gruppe wird klar, dass man mit der Krankheit, die das Leben eines Familienmitglieds so dramatisch verändert, nicht allein ist. Diese Erkenntnis ist tröstend und ermutigend zugleich.

„Am Anfang war ich mir nicht sicher, ob ich die Gruppe kontaktieren sollte. Heute möchte ich die Treffen nicht mehr missen.“

Anna, 76 Jahre, kranker Ehemann zu Hause

#### Erzählen und zuhören - in Respekt und Wertschätzung

Die Teilnehmenden gehen keine Verpflichtungen ein, die sie nicht möchten. Die Mitglieder begegnen sich achtungsvoll und gleichwertig. Jedes Mitglied erhält die Gelegenheit sich zu äussern, wenn es dies wünscht. Die Angehörigentreffen finden in einer Atmosphäre von Solidarität, Respekt und Diskretion statt.

„Für mich ist es sehr wichtig zu sehen, dass ich mit meinen Erfahrungen anderen Teilnehmenden helfen und sie unterstützen kann.“

Auch nach dem Tod meiner Frau.“

Werner, 79 Jahre, Ehefrau verstorben

#### Erfahrungen austauschen

Die Gruppe beginnt ihr Treffen meistens damit, dass jeder Teilnehmende berichtet, was er seit dem letzten Treffen erlebt hat. Vielleicht stellt aber auch ein Gruppenmitglied eine Frage, die es momentan besonders beschäftigt. Während der eine darüber berichtet, weckt dies bei den anderen Teilnehmenden Erinnerungen. Das Erzählen und der Erfahrungsschatz der anderen Mitglieder können bereits einen Weg aufzeigen.

„Es lag mir nicht, meine Probleme vor fremden Menschen auszubreiten. Dank klarer Regeln in der Gruppe kann ich mich einmal aktiver, einmal passiver verhalten. Ich habe erfahren, dass ein gemeinsames Schicksal verbindet und Offenheit eine gute Möglichkeit der Verarbeitung ist.“

Louis, 69 Jahre, Ehefrau lebt in einem Heim

#### Von Fachleuten profitieren

Die von der Schweizerischen Alzheimervereinigung organisierten Gruppen werden von geschulten Fachkräften geleitet. Diese verfügen über besondere Eignungen und Qualifikationen: Fachkenntnisse über Demenzerkrankungen und ihre Folgen, Lebenserfahrung und Einfühlungsvermögen, aber auch die Fähigkeit, Lebenssituationen und die Bedürfnisse von Angehörigen einzuschätzen. Meistens verfügen die Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter über Erfahrungen mit Demenzerkrankten aus ihrem eigenen persönlichen Umfeld.

#### Einer Alzheimer-Angehörigengruppe beitreten

In der Regel besteht eine Gruppe aus fünf bis zehn Teilnehmenden. Die Treffen finden einmal pro Monat an einem zentralen Ort statt. Die Gruppe steht Angehörigen von Menschen mit Alzheimer oder einer anderen Demenzkrankheit, die zu Hause oder im Pflegeheim leben, offen, nicht aber für die Kranken selbst.

„Was ich in der Gruppe erlebte, hat mir sehr geholfen, als ich vor der Entscheidung stand, meine Mutter in ein Pflegeheim zu geben.“

Kathrin, 45 Jahre, Mutter lebt in einem Heim