

Angehörigen-Gesprächsgruppen

St.Gallen und Umgebung

Brigitte Heller
Telefon 071 288 28 10
bri.heller@bluewin.ch

Von jung an Demenz erkrankten Personen (in St.Gallen)

Co-Leitung: Ulla Ahmann /
Cristina De Biasio Marinello
Telefon 071 350 02 24
ulla.ahmann@mosaik-demenz.ch

Altstätten

In Zusammenarbeit mit Haus VIVA
Monica Manser
Telefon 071 757 04 13
monica.manser@hausviva.ch

Appenzell AI

Franziska Raschle
Telefon 071 787 44 51
f.raschle@gmx.ch

Vilters

Cornelia Jäger
Telefon 078 681 64 19
c.dalbert@bluewin.ch

Wattwil und Herisau

Rita Gross
Telefon 071 993 12 22
ri.gross@bluewin.ch

Widnau

In Zusammenarbeit mit dem
Zentrum Augiessen
Yvonne Naef
Telefon 071 726 38 60
yvonne.naef@widnau.ch

Wil

Imelda Keller
Telefon 071 911 10 37
Imelda.keller@bluewin.ch

Uznach

In Zusammenarbeit mit dem
Psychiatrie-Zentrum Linthgebiet
Elisabeth Krättli
Telefon 058 228 66 11
elisabeth.kraettli@psych.ch

Angehörigen Gruppen

Erfahrungsaustausch für Angehörige von Menschen mit Demenz



Kraft schöpfen im Austausch

Angehörige von Menschen mit Demenz sehen sich im Alltag oft Situationen gegenüber, die nicht ohne Weiteres bewältigt werden können. Dass ein Mensch, der einem sehr nahe steht, an Demenz erkrankt, löst Verunsicherungen aus und ist oft mit starken Gefühlen verbunden. Der langsame, schleichende Abschied stellt eine grosse Herausforderung dar.

Der Austausch mit anderen, die sich in einer ähnlichen Lage befinden, kann helfen, die eigene Situation besser zu verstehen, aus den Erfahrungen anderer zu lernen, mögliche Lösungswege zu erkennen, aber auch Verständnis und Trost zu finden.

In unseren Gruppen, in welchen sich Angehörige durchschnittlich einmal pro Monat für zwei Stunden treffen, bilden die Bedürfnisse und Erfahrungen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Grundlage der Gespräche.

Leitung mit Fachwissen und Erfahrung im Thema Demenz

Geleitet werden die Gruppen von Fachpersonen mit grossem Wissen und viel Erfahrung. Sie bilden sich laufend weiter.

Es ist auch möglich, dass zu komplexen Themen Spezialisten beigezogen werden.

Geschützter Rahmen

Die Inhalte, die besprochen werden, sind sehr persönlich. Deshalb garantieren sich die Angehörigen und die Gruppenleitung gegenseitig absolute Vertraulichkeit.

Aktive Wortmeldungen und stilles Zuhören werden gleichermaßen respektiert.

Die Treffen stellen keine therapeutische Begleitung dar. Sie bieten Gelegenheit für Gespräche in einem geschützten Rahmen und bilden eine Informations- und Lernquelle. Nicht selten sind sie aber Ursprung für Freundschaften, die über die Angehörigengruppe hinausgehen.



Ziele

Angehörige, die eine solche Gruppe besuchen, profitieren auf unterschiedliche Weise. Sie können:

- Anregungen durch die Erfahrungen der anderen mitnehmen
- Verständnis finden, Solidarität erleben und Kraft schöpfen
- Hilfreiche Kontakte knüpfen
- Die eigene Lebenssituation besser einordnen
- Die eigenen Ressourcen erkennen sich Wissen über die Krankheit aneignen
- Von unterstützenden Dienstleistungen erfahren

Hinweise

- Schnuppern oder Einstieg jederzeit möglich.
- Für Mitglieder von Alzheimer St.Gallen-Appenzell AR/AI, ist die Beteiligung kostenlos.
- Nichtmitglieder bezahlen nach dreimaligem Schnuppern, Fr. 20.- pro Treffen.
- Es ist jederzeit möglich Mitglied zu werden (pro Jahr Fr. 50.-).

