

## Inhalt

---

In jeder Gruppensitzung wird jeweils ein demenzbezogenes Thema aufgegriffen. Die Gruppenteilnehmenden werden in die Themenwahl einbezogen.

Mögliche Themen sind z.B.:

- Kommunikation mit Menschen mit Demenz
- Umgang mit Aggressionen
- Widerstand gegen Körperpflege
- Unruhe, Bewegungsdrang
- Was passiert bei einer Demenzabklärung
- Übergang von ambulanter zu stationärer Betreuung

Anschliessend an den Input stehen die Erfahrungen der Gruppenteilnehmenden im Mittelpunkt. Das Gespräch wird von einer Fachperson moderiert.

## Anmeldung und Kontakt

---

Die Angehörigengruppe findet 1x pro Monat in den Räumlichkeiten der Sihlsana AG statt, jeweils an einem Wochentag, von 15.30 bis 17.00 Uhr (siehe Termine im Einlageblatt).

Anmeldung bitte an:

**Cornelia Bachmann**  
Beauftragte für Altersfragen

Stadt Adliswil  
Zürichstrasse 10, Postfach  
8134 Adliswil

Telefon 044 711 78 38  
altersfragen@adliswil.ch  
[www.adliswil.ch](http://www.adliswil.ch)

## Gruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz



# Gruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz

## Kraft schöpfen im Austausch

---

Die Begleitung und Betreuung von Menschen mit Demenz ist für die Angehörigen mit enormem persönlichem Engagement, viel Zeit und grosser emotionaler und oft auch körperlicher Belastung verbunden. Angehörige von Demenzbetroffenen erfahren häufig zu wenig Entlastung und Anerkennung für ihre intensive Betreuungsarbeit.

Deshalb wird eine Angehörigengruppe angeboten, in der pflegende Angehörige Unterstützung und Entlastung erfahren, im Austausch auftanken und aufatmen können. Indem die Teilnehmenden über ihre Erlebnisse, Schwierigkeiten und Lösungsansätze sprechen, ihre Erfahrungen austauschen, können sie gegenseitig voneinander profitieren.

## Information, Unterstützung und Bereicherung

---

Angehörige können in der Gruppe auf verschiedene Weise profitieren:

- Sie finden im Austausch mit Gleichbetroffenen Verständnis, erleben Solidarität und können Kraft schöpfen
- Sie gewinnen aus den Erfahrungen der anderen Anregungen für die eigene Situation
- Sie erhalten Informationen und demenzspezifisches Wissen
- Sie erfahren neue Umgangsmöglichkeiten mit auftretenden Problemen
- Sie lernen die bestehenden Möglichkeiten an ambulanter, teilstationärer und stationärer Unterstützung kennen (Hilfssystem)

## Trägerschaft und Leitung

---

Die Gruppe ist ein Angebot der Stadt Adliswil und der Sihlsana AG. Sie wird geleitet von der Altersbeauftragten der Stadt Adliswil.

## Alle Angehörigen sind willkommen

---

Die Gruppe steht allen Angehörigen demenz-erkrankter Menschen offen, unabhängig davon, ob die Demenzbetroffenen zuhause betreut werden oder in einer stationären Einrichtung leben.

Während sich Teilnehmende in der Gruppe austauschen, können ihre Angehörigen in der Sihlsana AG professionell und unentgeltlich betreut werden.

## Geschützter Rahmen

---

Die Themen, die in der Gruppe besprochen werden, sind sehr persönlich. Die Teilnehmerzahl wird deshalb auf zehn bis zwölf Personen beschränkt. Zudem garantieren sich die Gruppenteilnehmenden absolute Vertraulichkeit – es werden keine Informationen aus der Gruppe hinausgetragen. Das Gesprächsklima ist wohlwollend, verständnisvoll und wertschätzend.

Aktive Wortmeldungen und stilles Zuhören werden gleichermaßen respektiert. Der Zeitpunkt des Austritts liegt in der individuellen Entscheidung der Teilnehmenden.