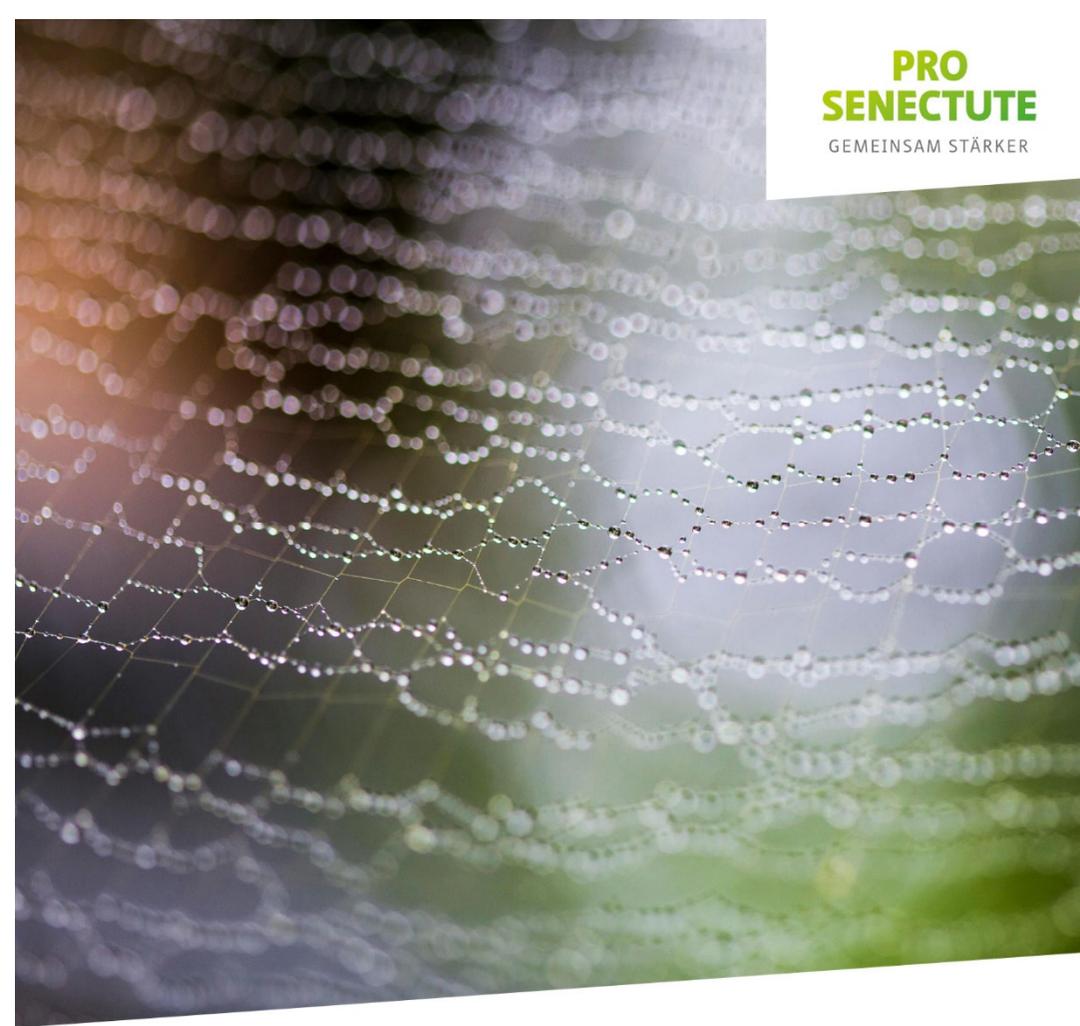


## Gesprächsgruppen geleitet von Pro Senectute Aargau

<b>Frick</b> 062 837 50 46	Susanne Briellmann susanne.briellmann@ag.prosenectute.ch
<b>Reinach</b> 062 771 09 04	Rebecca Rast rebecca.rast@ag.prosenectute.ch
<b>Rheinfelden</b> 062 891 78 00	Regina Meier-Krebs regina.meier@ag.prosenectute.ch
<b>Bad Zurzach</b> 056 249 13 30	Anna Leitner anna.leitner@ag.prosenectute.ch

## Gesprächsgruppen geleitet von Alzheimer Aargau

<b>Aarau</b> 079 696 36 65	Hanna Läng hanna.l@hispeed.ch
<b>Baden</b> 079 636 81 10	Denise Schwaninger sichtweise@bluewin.ch
<b>Brugg</b> 079 691 05 22	Thomas Jenelten t.jenelten@outlook.com
<b>Lenzburg</b> 079 410 56 29	Annemarie Rothenbühler annemarie.rothenbuehler@hispeed.ch
<b>Niederwil / Reusspark</b> 079 410 56 29	Annemarie Rothenbühler annemarie.rothenbuehler@hispeed.ch
<b>Sins / Zentrum Aettenbühl</b> 079 636 81 10	Denise Schwaninger sichtweise@bluewin.ch
<b>Schöftland</b> 078 767 01 23	Bernadette Bernasconi bernadette.bernasconi@pfarrei-schoeftland.ch
<b>Vordemwald/Sennhof</b> 079 691 05 22	Thomas Jenelten t.jenelten@outlook.com



# Gesprächsgruppen für Angehörige von Menschen mit Demenz

## **Kraft schöpfen**

Angehörige von Menschen mit Demenz sehen sich im Alltag oft Situationen gegenüber, die nicht einfach zu bewältigen sind. Dass ein Mensch, der einem sehr nahesteht, an Demenz erkrankt, löst verschiedene Gefühle aus: Wut, Angst, Trauer. Der langsame, schleichende Abschied stellt eine grosse Herausforderung dar.

Der Austausch mit anderen Menschen, die sich in ähnlicher Lage befinden, kann helfen, die eigene Situation besser zu verstehen und aus den Erfahrungen der anderen zu lernen. Möglich, dass sich im Gespräch Lösungswege und Herangehensweisen für den Alltag abzeichnen. Sicher aber wird in der Gruppe viel Verständnis spürbar.

In der Teilnahme an den Gesprächsgruppe ist es möglich, aus der Isolation auszubrechen und die Erfahrung zu machen, nicht allein zu sein, sondern seine Erfahrungen teilen zu können. Das kann ermutigen und trösten.

## **Respekt und Solidarität erfahren**

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

Ob aktive Wortmeldungen oder stilles Zuhören: beides wird gleichermassen respektiert.

Die Treffen in der Gruppe stellen keine therapeutische Begleitung dar. Sie bieten die Gelegenheit für Gespräche und den Austausch in einem diskreten Rahmen, der als eine Informations- und Lernquelle genutzt werden kann.

Vertrautheit kann wachsen und es kommt vor, dass unter den Teilnehmenden der Angehörigentreffen auch Freundschaften entstehen und sich entwickeln.

## **Begleitet werden**

Die Angehörigengruppen werden von geschulten Fachleuten geleitet. Sie bringen persönliche und berufliche Erfahrungen, hohe Fachkompetenz und Einfühlungsvermögen mit.

Eine spezielle Gesprächsgruppe für Angehörige von Jungbetroffenen leitet Annemarie Rothenbühler in Lenzburg.

## **Weitere Informationen**

Pro Senectute Aargau  
[www.ag.prosenectute.ch/demenz](http://www.ag.prosenectute.ch/demenz)

Alzheimer Aargau  
[www.alz.ch/ag](http://www.alz.ch/ag)