

SAMTALEGRUPPE FOR PÅRØRENDE TIL PERSONER MED DEMENS



Du ønskes velkommen til å delta i samtalegruppe for pårørende til personer med demens, som har fast plass på langtidsavdeling ved sykehjemmene i Lørenskog.

Samtalegruppens mål

Hensikten med samtalegruppe er at mennesker som står i en vanskelig livssituasjon skal finne støtte hos hverandre.

- Tilby støtte gjennom å møte andre pårørende som er i samme situasjon.
- Være en møteplass der du som pårørende kan sette ord på dine opplevelser.
- Få hjelp til å finne løsninger og måter å mestre hverdagen og familielivet på.

Hva kan deltakelse i en samtalegruppe bety for deg?

Samtalegruppen er et tilbud til deg som har et familiemedlem eller en nær venn med demens.

Deltakelse i samtalegruppene blir ofte evaluert som verdifullt. Pårørende kan få gode råd og tips av hverandre. Å treffe andre i samme situasjon, og fortelle om egne og høre om andres erfaringer, er svært viktig for de fleste.

Mange opplever at de både kan få og gi støtte i disse samtalerne. Prosessen i gruppene skal bidra til at pårørende i større grad kan akseptere sin situasjon. Fellesskapet i gruppene skal bidra til gjenkjenning og alminneliggjøring av opplevelsene den enkelte har, og kan være en støtte i rollen som pårørende.

I samtalegruppen vektlegger vi åpenhet i trygge omgivelser. Fortrolige opplysninger som kommer frem, skal forbli mellom deltakerne.

Informasjon

Avsatte datoer:	Klokkeslett:	Møtested:
Torsdag 27. juni	13:00-14:00	Verkstedet
Torsdag 1. august	13:00-14:00	Verkstedet
<u>Tirsdag</u> 20. august	13:00-14:00	Verkstedet
Torsdag 12. september	13:00-14:00	Verkstedet
Torsdag 10. oktober	13:00-14:00	Verkstedet
Torsdag 24. oktober	13:00-14:00	Verkstedet
Torsdag 14. november	13:00-14:00	Verkstedet
Torsdag 5. desember	13:00-14:00	Verkstedet

Det vil bli servert kaffe.

Påmelding

For å kunne tilrettelegge samtalegruppen på best mulig måte er det ønskelig med følgende opplysninger når du melder deg på.

Navn:

Telefon:

Mail:

Hvilken relasjon du har til personen med demens:

Dette kan sendes til fagutviklingssykepleier Elisabeth på

Mail: elimik@lorenskog.kommune.no eller telefon: 47 79 16 06

Jeg ser frem til å møte deg og bli bedre kjent. Dersom det skulle være noen spørsmål rundt samtalegruppe, ta kontakt 😊

