

ER DU VOKSENT BARN AF EN DEMENSRAMT?



Har du en forælder, der er demensramt?

Er du i tvivl om, hvordan du tackler dine forældres liv med demens?
Og dit eget?

Deltag i denne gratis samtalegruppe med andre voksne børn af demensramte.



Kan du svare ja til ovenstående, er du velkommen i denne gruppe, hvor du møder ligesindede og kan dele de mange svære erfaringer og tanker med andre, der forstår situationen.

Kontakt Louise Lahn Sørensen i Frivilligcenter Allerød på tlf. 6057 9220, læs mere på <https://foma.nemtilmeld.dk/65/> eller skriv en e-mail til grupper@frivilligcenter-alleroed.dk for mere information.

Sådan gør vi

To kompetente frivillige gruppeledere skaber rammerne for gruppen, hvor deltagernes egne erfaringer bringes i spil. Det er hverken terapi eller undervisning, men erfaringsudveksling mellem deltagerne.

Tillid og fortrolighed

Du kommer til at deltage i et trygt og fortroligt rum, hvor du kan dele smerte, sorg og glæde med andre i samme livssituation. Fællesskabet med de andre kan hjælpe dig med bedre at håndtere udfordringerne i hverdagen.

Temaerne i gruppen kan fx være:

- Sorg
- Dårlig samvittighed
- Egenomsorg

Praktisk info

Samtalegruppen mødes onsdage kl. 17-19 - i alt 8 gange - og vil bestå af 4-8 deltagere. Alle involverede har tavshedspligt. Deltagelse er gratis. Du inviteres ind til en individuel samtale inden forløbet går i gang.

Tilmelding

Frivilligcenter Allerød

Skovensvej 4, 1. sal, 3450 Allerød

Tlf. 6057 0889

E-mail grupper@frivilligcenter-alleroed.dk

Læs mere på <https://frivilligcenter-alleroed.dk/>