

INFORMATIONSFOLDER

TIDEN EFTER DIAGNOSEN

Samtalegruppe

- Har du demens?
- Har du lyst til at udveksle erfaringer med andre i samme situation?
- Ønsker du at få inspiration til at skabe et godt liv med demens?



VÆRKTØJSKASSEN
- støtte til et liv med demens

SAMTALEGRUPPE

– for personer med demens

En tilværelse med demens

Flere mennesker med demens får i dag deres diagnose på et tidligt tidspunkt i sygdomsforløbet.

En demenssygdom forandrer dit liv og din hverdag, og derfor er det vigtigt, at du får den rette støtte til, hvordan du kan mestre din nye tilværelse.

For mange mennesker, der for nylig har fået stillet en demensdiagnose, kan det være givende at møde andre i samme situation med henblik på at udveksle viden og erfaringer samt give hinanden støtte og gode råd.

Hvad går en samtalegruppe ud på?

Formålet er, at du får mulighed for at udveksle erfaringer med andre om fx:

- Hvad du selv kan gøre for at skabe en god hverdag med demens.
- Hvordan du kan planlægge fremtiden.
- Hvordan du kan håndtere de udfordringer, der ofte følger med sygdommen.

Du kan også få gode råd og inspiration til at:

- forblive så aktiv som muligt.
- understøtte hukommelsen bedst muligt.
- tilpasse din kommunikation med andre.

Hvem leder gruppen?

Gruppen ledes af fagpersoner med viden om demens, psykologi og gruppeprocesser. De kaldes gruppeledere.

Hvad skal I tale om og hvordan?

Efterhånden som I lærer hinanden at kende, beslutter I sammen med gruppelederne, hvilke emner I vil tale om på de kommende møder og hvilke regler, der skal gælde for møderne.

Gruppelederne vil undervejs igangsætte samtalen fx ved hjælp af et samtaleværktøj, spørgsmål, dialogrunder og film samt forskellige øvelser, der passer til samtaleemnerne.

PRAKTISK INFORMATION

Deltagerantal

Maks. 5-6 personer.

Hvem kan deltage?

Personer med let til moderat demens, der for nylig har fået stillet en demensdiagnose.

Det er gratis at deltage.

Varighed

8 møder á 2 timers varighed med 1 uges mellemrum.

Forventningssamtale

Forud for samtalegruppens opstart bliver der afholdt en forventningssamtale mellem dig og en gruppeleder. Du er velkommen til at invitere en pårørende med til denne samtale.

Til samtalen bliver du informeret om gruppesamtalens formål. Vi drøfter din situation og dine forventninger samt aftaler det praktiske i forbindelse med din deltagelse, fx ledsagelse og transport.

Hvornår (dato/tidspunkt)

Møde 1 afholdes: _____ Møde 5 afholdes: _____

Møde 2 afholdes: _____ Møde 6 afholdes: _____

Møde 3 afholdes: _____ Møde 7 afholdes: _____

Møde 4 afholdes: _____ Møde 8 afholdes: _____

Hvor

Samtalegruppen afholdes her:

Sted: _____

Lokale: _____

Adresse: _____

Kontaktoplysninger

Hvis du er interesseret i en forventningssamtale, kan du kontakte:

Navn: _____

Mail/tlf.nr: _____

Evt. adresse: _____

Forventningssamtalen afholdes her (dato/tidspunkt):

