

## Angehörigengruppe Region Rigi

(Bezirk Küsnacht, Region Arth-Goldau, Seegemeinden Vitznau, Weggis und Greppen)

Unsere Angehörigengruppe Region Rigi trifft sich:

- jeden ersten Montag im Monat
- von 14.00 - 16.00 Uhr
- Zentrum am See Monséjour, Quaistrasse 2, 6403 Küsnacht

Die Teilnahme ist unentgeltlich.

Die Angehörigengruppe wird von Edith Rossier geleitet. Sie ist ausgebildete Pflegefachfrau HF mit Nachdiplom Angehörigen- und Freiwilligenupport und hat jahrelange Erfahrung im Spitex- und Demenzbereich.

### Information und Anmeldung bei

Edith Rossier

Telefon 079 458 73 46; eMail [edith.rossier@datazug.ch](mailto:edith.rossier@datazug.ch)

Alzheimervereinigung Kanton Luzern

Telefon 041 500 46 86; eMail [luzern@alz.ch](mailto:luzern@alz.ch)

Alzheimer Uri/Schwyz

Telefon 079 212 58 60; [info@alzheimerurischwyz.ch](mailto:info@alzheimerurischwyz.ch)

Alzheimer Uri/Schwyz  
Geschäftsstelle  
Rathausplatz 4  
6460 Altdorf

Telefon 079 212 58 60  
[www.alzheimerurischwyz.ch](http://www.alzheimerurischwyz.ch)  
[info@alzheimerurischwyz.ch](mailto:info@alzheimerurischwyz.ch)



## Angehörigengruppe Region Rigi

**Erzählen, zuhören, einander unterstützen**

Foto Titelseite: © Fotolia.com - Pascal Huot | Version 2018 - 3000

**Ausgabe 2022**

## Alzheimer-Angehörigengruppen

### Erzählen, zuhören, einander unterstützen



#### Neue Kräfte schöpfen

Für zahlreiche Angehörige von Menschen mit Alzheimer oder einer anderen Demenzkrankheit bedeutet die Teilnahme an einer Angehörigengruppe und die Begegnung mit Gleichbetroffenen Unterstützung und Mut.

#### Aus der Isolation ausbrechen

Durch die Teilnahme an einer Gruppe kann man aus der Isolation ausbrechen, in der heute immer noch zu viele Kranke und ihre Angehörigen leben. In der Gruppe wird klar, dass man mit der Krankheit, die das Leben eines Familienmitglieds so dramatisch verändert, nicht allein ist. Diese Erkenntnis ist tröstend und ermutigend zugleich.

„Am Anfang war ich mir nicht sicher, ob ich die Gruppe kontaktieren sollte. Heute möchte ich die Treffen nicht mehr missen.“

Anna, 76 Jahre, kranker Ehemann zu Hause

#### Erzählen und zuhören - in Respekt und Wertschätzung

Die Teilnehmenden gehen keine Verpflichtungen ein, die sie nicht möchten. Die Mitglieder begegnen sich achtungsvoll und gleichwertig. Jedes Mitglied erhält die Gelegenheit sich zu äussern, wenn es dies wünscht. Die Angehörigentreffen finden in einer Atmosphäre von Solidarität, Respekt und Diskretion statt.

„Für mich ist es sehr wichtig zu sehen, dass ich mit meinen Erfahrungen anderen Teilnehmenden helfen und sie unterstützen kann.“

Auch nach dem Tod meiner Frau.“

Werner, 79 Jahre, Ehefrau verstorben

#### Erfahrungen austauschen

Die Gruppe beginnt ihr Treffen meistens damit, dass jeder Teilnehmende berichtet, was er seit dem letzten Treffen erlebt hat. Vielleicht stellt aber auch ein Gruppenmitglied eine Frage, die es momentan besonders beschäftigt. Während der eine darüber berichtet, weckt dies bei den anderen Teilnehmenden Erinnerungen. Das Erzählen und der Erfahrungsschatz der anderen Mitglieder können bereits einen Weg aufzeigen.

„Es lag mir nicht, meine Probleme vor fremden Menschen auszubreiten. Dank klarer Regeln in der Gruppe kann ich mich einmal aktiver, einmal passiver verhalten. Ich habe erfahren, dass ein gemeinsames Schicksal verbindet und Offenheit eine gute Möglichkeit der Verarbeitung ist.“

Louis, 69 Jahre, Ehefrau lebt in einem Heim

#### Von Fachleuten profitieren

Die von der Alzheimervereinigung organisierten Gruppen werden von geschulten Fachkräften geleitet. Diese verfügen über besondere Eignungen und Qualifikationen: Fachkenntnisse über Demenzerkrankungen und ihre Folgen, Lebenserfahrung und Einfühlungsvermögen, aber auch die Fähigkeit, Lebenssituationen und die Bedürfnisse von Angehörigen einzuschätzen. Meistens verfügen die Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter über Erfahrungen mit Demenzkranken aus ihrem eigenen persönlichen Umfeld.

#### Einer Alzheimer-Angehörigengruppe beitreten

In der Regel besteht eine Gruppe aus fünf bis zehn Teilnehmenden. Die Treffen

finden einmal pro Monat an einem zentralen Ort statt. Die Gruppe steht Angehörigen von Menschen mit Alzheimer oder einer anderen Demenzkrankheit, die zu Hause oder im Pflegeheim leben, offen, nicht aber für die Kranken selbst.

„Was ich in der Gruppe erlebte, hat mir sehr geholfen, als ich vor der Entscheidung stand, meine Mutter in ein Pflegeheim zu geben.“

Kathrin, 45 Jahre, Mutter lebt in einem Heim