



Die Gruppe für Menschen mit einer beginnenden Demenz bietet den Betroffenen die Möglichkeit zur Information, gemeinsamen Aktivitäten und einen geschützten, vertrauensvollen Raum, um sich auszutauschen.



Jeden 3. Montag
im Monat
10:30 - 12:30 Uhr

Mehrgenerationenhaus
Klompnkamp 9
40882 Ratingen

Anmeldung erforderlich

Ratinger Demenzinitiative
Monika Rauser
Telefon: 01727421138
www.ratindemenz.de

Mehrgenerationenhaus
Ilka Bahle
Telefon: 02102 873730



Mitten im Leben

Aktiv sein in eigener Sache

Unterstützte Selbsthilfegruppe für Menschen mit beginnender Demenz





Im Zentrum stehen die Auseinandersetzung mit der veränderten Lebenssituation und die Absicht diese zu bewältigen.



Wert für die Teilnehmenden

- Kraft tanken
- sich ernst genommen fühlen
- Miteinander und Begegnung auf Augenhöhe
- voneinander lernen
- sich solidarisieren
- sich gegenseitig unterstützen

Konzept unterstützter Selbsthilfe

- unterstützte Selbsthilfe ist ein "geschützter Raum"
- die Moderatoren sind Begleiter, Lernende, aber nicht Bestimmer
- es sind nur unmittelbar betroffene Personen beteiligt
- Menschen mit Demenz verfügen über Selbsthilfekompetenz
- Selbsthilfe ist die gemeinsame Auseinandersetzung gleichermaßen Betroffener mit einer neuen Lebenssituation