

# 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 avdeling A ved Rolvsrudhjemmet.**

**Møtested er møterom 5 på Rolvsrudhjemmet. Dette ligger i 2. etasje.**

## 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 samtalene. Prosessen i gruppene skal bidra til at pårørende i større grad kan akseptere sin situasjon. Fellesskapet i gruppene skal bidra til gjenkjennelse 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

<b>Avsatte datoer:</b>	<b>Klokkeslett:</b>	<b>Møtested:</b>
18. januar	13:00-14:00	Møterom 5
8. februar	13:00-14:00	Møterom 5
29. februar	13:00-14:00	Møterom 5
21. mars	13:00-14:00	Møterom 5
11. april	13:00-14:00	Møterom 5
2. mai	13:00-14:00	Møterom 5

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](mailto: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 😊

