



Är det här något för dig?

Vill du anmäla intresse för att vara med i en samtalsgrupp?

Kontakta den Lokala Demensföreningen
eller Demensförbundet centralt

E-post, rdr@demensforbundet.se, Telefon 08-658 99 20

Samtalsgrupper

för dig som nyligen har fått en demensdiagnos



”Att
slippa
göra
resan
ensam”

Vi vänder oss till Dig som vill träffa andra i samma situation för gemenskap och trygghet i en grupp där alla har en demenssjukdom.

Att slippa göra resan ensam

Samtalsgrupper för dig som nyss fått en demensdiagnos och är tidigt i din sjukdom.

Perioden efter diagnos upplevs ofta som särskilt svår och kritisk. Många har uttryckt hur omtumlande och chockade de var när de efter minnesutredning fick besked om sin demenssjukdom. Att då få möjlighet att, tillsammans med andra i samma situation, få tillfälle till samtal och reflektion – att finna en ny plattform i livet – är viktigt.

Demensförbundet har tillsammans med deltagare som nyss fått sin diagnos och är tidigt i sin sjukdom, utvecklat en modell för samtalsgrupper. Utbytet i gruppen har hjälpt dem att bemästra sin situation. De har lärt av varandra och känt igen sig i varandras upplevelser. Det finns en kraft i gruppsamtalet, i upplevelsen av att inte vara ensam.

Ett studiematerial har utformats på Demensförbundet i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan för att användas i studiecirklar. Studiematerialet bygger på samtalsämnen som varit angelägna och som ofta återkommit i samtalsgrupperna på Demensförbundet.

Kloka tankar uttalade av deltagare i Samtalsgrupperna

- *Livet är inte slut men annorlunda !*
- *Något har förändrats men det finns fortfarande en hel värld att njuta av, eller hur?*
- *Glömsk men inte orörlig, det finns massor av nya saker att göra !*
- *Om jag inte haft den här diagnosen hade jag inte fått vara med i gruppen och ha så här roligt. Vilken tur att man inte glömmer att skratta!*
- *Det är bra att få berätta för någon som förstår och vet hur det känns.*
- *Skönt med en grupp där man får prata som man vill och känner sig förstådd och accepterad.*
- *Känns bra att få vara med och staka ut vägen för andra som ska gå den sedan.*