



**SELBSTHILFEZÜRICH**

## DEMENZ U65

SELBSTHILFEGRUPPE FÜR ANGEHÖRIGE

Die Diagnose Demenz stellt betroffene Personen und ihre Angehörige vor existenzielle Fragen und grosse Herausforderungen. Ängste und Unsicherheiten tauchen auf. Der Alltag wird zunehmend von der Erkrankung beeinflusst.

Diese Selbsthilfegruppe bietet Angehörigen von Jungbetroffenen die Möglichkeit, sich in einem geschützten Rahmen über ihre Erfahrungen und damit verbundenen Gefühlen auszutauschen. Auch die Frage, wie es gelingt sich selbst Sorge zu tragen und einen Umgang mit den eigenen Grenzen zu finden, kann diskutiert werden. Die Gruppe ermöglicht es, die Erfahrung zu machen, dass man mit der herausfordernden Situation nicht alleine ist und sich ein Weg finden lässt, damit umzugehen.

Fühlen Sie sich angesprochen und möchten gerne mehr über diese Selbsthilfegruppe erfahren? Dann melden Sie sich bei Selbsthilfe Zürich.

Diese Selbsthilfegruppe entstand auf Initiative von Jungbetroffenen aus der Selbsthilfegruppe «U65 – kompetent trotz Demenz». Für eine Teilnahme an jener Selbsthilfegruppe, dürfen sich Jungbetroffene ebenfalls bei Selbsthilfe Zürich melden.



**SELBSTHILFEZÜRICH**

## DEMENZ U65

SELBSTHILFEGRUPPE FÜR ANGEHÖRIGE

Die Diagnose Demenz stellt betroffene Personen und ihre Angehörige vor existenzielle Fragen und grosse Herausforderungen. Ängste und Unsicherheiten tauchen auf. Der Alltag wird zunehmend von der Erkrankung beeinflusst.

Diese Selbsthilfegruppe bietet Angehörigen von Jungbetroffenen die Möglichkeit, sich in einem geschützten Rahmen über ihre Erfahrungen und damit verbundenen Gefühlen auszutauschen. Auch die Frage, wie es gelingt sich selbst Sorge zu tragen und einen Umgang mit den eigenen Grenzen zu finden, kann diskutiert werden. Die Gruppe ermöglicht es, die Erfahrung zu machen, dass man mit der herausfordernden Situation nicht alleine ist und sich ein Weg finden lässt, damit umzugehen.

Fühlen Sie sich angesprochen und möchten gerne mehr über diese Selbsthilfegruppe erfahren? Dann melden Sie sich bei Selbsthilfe Zürich.

Diese Selbsthilfegruppe entstand auf Initiative von Jungbetroffenen aus der Selbsthilfegruppe «U65 – kompetent trotz Demenz». Für eine Teilnahme an jener Selbsthilfegruppe, dürfen sich Jungbetroffene ebenfalls bei Selbsthilfe Zürich melden.