

Gesprächsgruppe

für pflegende und betreuende Angehörige
älterer Menschen und Personen mit Demenz
in Davos



Man sieht nur mit dem Herzen gut, das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar.

Antoine de Saint-Exupéry

Die Betreuung oder die Pflege eines Angehörigen oder eines nahe stehenden Menschen ist eine grosse, sinnvolle Herausforderung. Sie fordert aber auch viel Kraft und Geduld. Meist geschieht diese Arbeit unbemerkt, still und unentgeltlich – Tag für Tag, oft über Monate oder sogar Jahre hinweg. Ein Gefühl der Unsicherheit und des Alleingelassen-Werdens kann sich da einstellen. Ängste und Spannungen können den Alltag erschweren. Kontakte mit Menschen, die in ähnlich belastenden Lebenssituationen sind, können helfen, sich nicht alleine und überfordert zu fühlen.

In der begleiteten Gesprächsgruppe von Pro Senectute Graubünden und von Alzheimer Graubünden besteht die Möglichkeit, sich mit anderen Angehörigen auszutauschen. Themenspezifische Inputs durch Fachpersonen zeigen zudem auf, wo Hilfe zu bekommen ist und wie die eigenen Kräfte eingeteilt werden können.

Die Gruppenmitglieder ermutigen einander und unterstützen sich gegenseitig mit Zuhören und dem Austausch der vielfältigen Erfahrungen in belastenden – aber auch bereichernden Situationen. Gerne können Sie für einen Schnuppernachmittag und/oder weitere Auskünfte mit den Gesprächsgruppenleiterinnen Kontakt aufnehmen.

Möchten Sie Ihre Angehörigen während des Treffens der Gesprächsgruppe zu Hause betreuen lassen? Bitte nehmen Sie Kontakt mit uns auf. Wir suchen gemeinsam mit Ihnen eine für alle Beteiligten gute Möglichkeit.

Gesprächsgruppe für pflegende und betreuende Angehörige älterer Menschen und Personen mit Demenz

Daten	Jeden zweiten Mittwoch im Monat
Zeit	14.30 – 16.30 Uhr
Ort	Zentrum Guggerbach, Seminarraum Obere Strasse 20, 7270 Davos Platz
Leitung, Auskunft und Anmeldung	Paula Ammann Erwachsenenbildnerin SVEB2 Bündastrasse 12, 7260 Davos Dorf 081 416 35 57 ammann@compcare.ch www.gr.prosenectute.ch Clara Deflorin Dipl. Pflegefachfrau 079 948 49 90 (Alzheimer Telefon) clara.deflorin@alz.ch www.alz.ch/gr
Kosten	Die Teilnahme ist kostenlos. Die Kosten werden von Pro Senectute Graubünden und von Alzheimer Graubünden übernommen

Die aktuellen Daten entnehmen Sie bitte dem Beiblatt.

Pro Senectute Graubünden

Beratungsstellen Mittelbünden

Neudorfstrasse 69
7430 Thusis, 081 651 43 17

Promenade 43 / Postfach 537
7270 Davos Platz 1, 081 413 20 25

Geschäftsstelle

Alexanderstrasse 2
7000 Chur, 081 252 75 83
info@gr.prosenectute.ch
www.gr.prosenectute.ch
081 252 06 02

Fachstelle Bildung und Sport

Beratungsstelle Chur/Nordbünden

Alexanderstrasse 2
7000 Chur, 081 252 44 24

Beratungsstellen Südbünden

Via Retica 26
7503 Samedan, 081 852 34 62

Suot Plaz 7
7542 Susch, 081 864 03 02

Beratungsstelle Surselva

Spitalstrasse 4
7130 Ilanz, 081 925 43 26

Alzheimer Graubünden



Geschäfts- und Beratungsstelle

Poststrasse 9
7000 Chur
081 253 91 42 Geschäftsstelle
081 253 91 40 Beratungsstelle
www.alz.ch/gr
info.gr@alz.ch

Alzheimerberatungsstelle Davos

Spital Davos, Promenade 4
7270 Davos Platz, 079 913 13 24

Alzheimerberatungsstelle Thusis

Evang. Pflege- und Altersheim
7430 Thusis, 079 136 05 12

Alzheimerberatungsstellen Engadin + Südbünden

Spital Oberengadin, 3. Stock, Raum 362
7503 Samedan, 079 193 00 71

Bagnera 171
7550 Scuol, 079 193 00 71

Alzheimerberatungsstelle Moesano

Centro Anziani Opera Mater Christi
6537 Grono, 079 295 89 65

Alzheimerberatungsstelle Prättigau & Herrschaft

ZBK Neugut
7302 Landquart, 079 948 49 90

Alzheimerberatungsstelle Ilanz

Spitalstrasse 4
7130 Ilanz, 079 154 73 62

Alzheimerberatungsstelle Valposchiavo

Ospedale San Sisto
7742 Poschiavo, 079 348 74 29

Alzheimerberatungsstelle Disentis

Puntreis, Via Cons 11
7180 Disentis/Mustér, 079 811 33 10

**Gesprächsgruppe für pflegende und betreuende Angehörige
älterer Menschen und Personen mit Demenz**

Daten Gesprächsgruppe Davos 1. Halbjahr 2019

Mittwoch, 9. Januar 2019

Mittwoch, 20. Februar 2019

Mittwoch, 13. März 2019

Mittwoch, 10. April 2019

Mittwoch, 8. Mai 2019

Mittwoch, 12. Juni 2019

Mittwoch, 10. Juli 2019

Ort: Zentrum Guggerbach

Zeit: 14.30 – 16.30 Uhr

**Leitung, Auskunft
und Anmeldung**

Paula Ammann
Erwachsenenbildnerin SVEB2
Bündastrasse 12, 7260 Davos Dorf
081 416 35 57
ammann@compcare.ch
www.gr.prosenectute.ch

Clara Deflorin
Dipl. Pflegefachfrau,
079 948 49 90 (Alzheimer Telefon)
clara.deflorin@alz.ch
www.alz.ch/gr