

# Angehörigengruppe für Menschen mit Demenz

Mit dem Herzen nah



Ein neues Miteinander finden.  
Menschen mit Demenz  
verstehen.

## Gemeinsam den Alltag bewältigen

**„Nur du allein schaffst es, aber du schaffst es nicht allein“**

(M.L. Moeller)

Pflegende Angehörige leisten Unglaubliches – doch niemand muss diese Aufgabe allein bewältigen. Unsere Angehörigengruppe bietet Ihnen einen geschützten Raum für Austausch, emotionale Unterstützung und hilfreiche Tipps. Gemeinsam finden wir Wege, den Alltag mit Demenz zu meistern und erfahren mehr über wertvolle Hilfsangebote aus der Region.

**Kommen Sie vorbei und werden Sie Teil einer starken Gemeinschaft.**

## **Warum eine Angehörigengruppe?**

Die Pflege von Menschen mit Demenz stellt Angehörige vor große Herausforderungen, die sich oft erst im Laufe der Zeit voll zeigen. In einer älter werdenden Gesellschaft – laut Bayerischem Landesamt für Statistik wird die Zahl der Demenzdiagnosen in den kommenden Jahren deutlich steigen – wächst der Druck auf Familien. Sie müssen nicht nur die tägliche Betreuung organisieren, sondern auch den Verlust einer vertrauten Gesprächspartnerin oder eines vertrauten Gesprächspartners bewältigen. Die Pflege erfordert ständige Aufmerksamkeit, was wenig Raum für persönliche Erholung oder Selbstfürsorge lässt. Diese Belastungen führen häufig dazu, dass pflegende Angehörige an ihre körperlichen und emotionalen Grenzen stoßen.

Angehörigengruppen bieten in solchen Situationen wertvolle Unterstützung. Sie ermöglichen es den Betroffenen, mit anderen in ähnlichen Lebenslagen in Kontakt zu treten und Erfahrungen zu teilen. Dieser Austausch fördert ein Gefühl von Verständnis und Gemeinschaft, das entlastend wirken kann. Besonders hilfreich sind die praktischen Tipps und Erfahrungen, die Angehörige miteinander teilen. Sie helfen, die eigene Situation besser zu bewältigen und Entscheidungen sicherer zu treffen. Solche Gruppen schaffen Raum für Reflexion und neue Perspektiven, die den Alltag der Pflege erleichtern können (Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V. Selbsthilfe Demenz, 2021).

Die Angehörigengruppe für Menschen mit Demenz wird in Zusammenarbeit mit den Gemeinden Fridolfing, Kirchanschöring, Petting, der Stadt Tittmoning, dem AWO-Selbsthilfezentrum und der Erzdiözese München und Freising organisiert. Die regelmäßigen Treffen finden im Pfarrheim Fridolfing statt und werden vom AWO-Selbsthilfezentrum Traunstein begleitet. Für zusätzliche Unterstützung, auch wenn Sie nicht direkt von Demenz betroffen sind, können Sie sich gerne an die Sozialbüros oder das Quartiersmanagement Ihrer Gemeinde wenden.

### **Kontakt und Anmeldung:**

- Brigitte Stief (AWO Selbsthilfezentrum Traunstein)

[brigitte.stief@t-online.de](mailto:brigitte.stief@t-online.de)

Tel.: 08684/ 96 900 89

- Gloria Ellmer (Quartiersmanagement Fridolfing)

[gloria.ellmer@fridolfing.bayern.de](mailto:gloria.ellmer@fridolfing.bayern.de)

Tel.: 08684/ 9889 39



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales

Das Quartiersmanagement Fridolfing wird aus Mitteln  
des Bayerischen Staatsministerium für Familie, Arbeit  
und Soziales gefördert

**Termine erstes Halbjahr 2025, (immer 3. Mittwoch im Monat) um 19Uhr**

**15.01.**

**19.02.**

**19.03.**

**16.04.**

**21.05.**

**18.06.**

**Bitte beachten Sie:** Sollten die im Flyer aufgeführten Termine nicht mehr aktuell sein, finden Sie die neuesten Informationen auf den Homepages der Gemeinden oder über die angegebenen Kontaktdaten.

**Ort: Pfarrheim Fridolfing, Merowingerstr. 2, 83413 Fridolfing**

