



Regionale Selbsthilfegruppen für Menschen mit Demenz und Angehörige

> Angehörige Alzheimer-Demenz Gotha

🕒 jeden letzten Montag im Monat,
15.00–17.00 Uhr

🏠 Jüdenstraße 44, 99867 Gotha
Britta Creutzburg/Klub Galletti

☎ 03621 5117650

> Demenz für Angehörige, Interessierte und Betroffene

🕒 jeden ersten Mittwoch im Monat,
10.00–11.30 Uhr

🏠 Hauptmarkt 17 (1. OG), 99867 Gotha
Julia Krebs/Mehrgenerationenhaus

☎ 03621 301167 oder 0157 31334992

@ mgh-gotha@web.de

🌐 www.mgh-gotha.de/angebote/selbsthilfegruppen

> Angehörige psychisch erkrankter Menschen

🕒 jeden dritten Mittwoch im Monat,
15.30–17.30 Uhr

🏠 Hauptmarkt 17, 99867 Gotha
Annette Romankiewicz/Mehrgenerationenhaus

@ shg.apk.gotha@t-online.de oder
romankiewicz@apkm-thueringen.de

🌐 www.mgh-gotha.de/angebote/selbsthilfegruppen

Überregionale Selbsthilfegruppen für Menschen mit Demenz und Angehörige

> „Selbsthilfegruppe Vergissmeinnicht“ für pflegende Angehörige und Zugehörige

🕒 jeden letzten Dienstag im Monat,
15.00–17.00 Uhr

🏠 Pfeiffersgasse 13, 99084 Erfurt
Dagmar Linz/Alzheimer Gesellschaft
Thüringen e. V.

☎ 0361 6588-6558

@ dagmar.linz@alzheimer-thueringen.de

> Nachbarschaftszentrum Eisenach, Café Auszeit

🕒 jeden letzten Donnerstag im Monat,
13.30–15.30 Uhr

🏠 Goethestraße 10a, 99817 Eisenach
Jana Steiner (Demenzberaterin)

@ steiner-jana@gmx.de

Weitere Selbsthilfegruppen in Thüringen
finden Sie auch unter diesem Link:

🌐 alzheimer-thueringen.de/leben-mit-demenz/selbsthilfegruppen

oder telefonisch über die Alzheimer Gesellschaft Thüringen e. V.:

☎ 0361 60255744



**Selbsthilfegruppen für
Menschen mit Demenz und
deren Angehörige**

REGIONAL – ÜBERREGIONAL – DIGITAL



Was will dieses Infoblatt?

Die Diagnose Demenz stellt Betroffene und ihr soziales Umfeld häufig vor Herausforderungen. Eine große Hilfe und Unterstützung können dann Selbsthilfegruppen sein.

Selbsthilfegruppen haben das Ziel,

- › Betroffene zusammenzubringen,
- › im geschützten Raum Erfahrungen austauschen zu können,
- › praktische Tipps und Informationen zu erhalten,
- › Verständnis und Hilfe zu bekommen,
- › Gemeinschaft zu spüren,
- › Kraft und Mut für mehr Lebensqualität und Wohlbefinden zu schöpfen,
- › einen offenen Umgang mit der Krankheit Demenz zu finden und
- › gleiche Interessen gemeinsam zu vertreten.

Dieses Infoblatt gibt eine Übersicht über Selbsthilfegruppen für Betroffene von Demenz und deren Angehörige in und um Gotha, bundesweit und digital.

Alle beschriebenen Angebote sind kostenfrei.

Herausgeber:

Landratsamt Gotha
Gesundheitsamt / Sozialpsychiatrischer Dienst
18.-März-Straße 50, 99867 Gotha

Foto Titelseite: AdobeStock

Digitale Selbsthilfegruppen für Menschen mit Demenz und Angehörige

› in.kontakt-App

Online Selbsthilfe-Initiative für pflegende Angehörige

- 🌐 www.wir-pflegen.net/pflegende-angehoerige/in-kontakt-app-fuer-pflegende-angehoerige

› Familiencoach Pflege

Online-Selbsthilfe-Programm für pflegende Angehörige

- 🌐 pflege.aok.de

› Deutsche Alzheimer-Gesellschaft e. V.

Offene Foren zu unterschiedlichen Demenz-Themen

- 🌐 www.deutsche-alzheimer.de/angebote-zur-unterstuetzung/foren

› Deutsche Alzheimer-Gesellschaft e. V.

Online-Angehörigen-Selbsthilfegruppe für junge Erwachsene (18 bis 25 Jahre)

- 🕒 jeden zweiten Dienstag im Monat, 19.30–21.00 Uhr via ZOOM
- @ melanie.liebsch@gmx.de
- 🌐 www.deutsche-alzheimer.de/fileadmin/Alz/pdf/ftd/2022_Online-Gruppe_Demenz_18-25_Jahre.pdf

› Wegweiser Demenz

Foren mit unterschiedlichen Themen für Betroffene und Angehörige

- 🌐 www.wegweiser-demenz.de/www/selbsthilfe/foren

› wohlBEDACHT e. V.

Online-Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit frontotemporaler Demenz (FTD)

- 🌐 wohlbedacht.de/veranstaltung/online-selbsthilfegruppe-fuer-angehoerige-von-menschen-mit-frontotemporaler-demenz-ftd

› Deutsche Gesellschaft für frontotemporale Degeneration

Online-Selbsthilfegruppe für Menschen, die eine genetische Veränderung tragen, die mit FTD assoziiert ist oder die einen Angehörigen haben, der an einer genetisch bedingten FTD erkrankt ist (Risikogruppe)

- 🕒 jeden zweiten Mittwoch im Monat ab 18.30 Uhr via ZOOM
- @ nicola.laemmle@uni-ulm.de
- 🌐 www.dgftd.de/projekte1

› Online-Selbsthilfegruppe für Menschen mit Sprachstörungen/PPA

- 🕒 jeden dritten Mittwoch im Monat von 18.00–19.00 Uhr via ZOOM
- @ sekretariat@dgftd.de
- 🌐 www.dgftd.de/projekte1

› Online-Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige von Demenzerkrankten

- 🕒 jeder erste Montag im Monat von 17.00–19.00 Uhr via ZOOM
- ☎ 0361 60255744 (Frau Illmer)
- @ Anmeldung per Mail: info-shg@freenet.de

Wenn Sie selbst eine digitale Demenz-Selbsthilfegruppe gründen möchten, finden Sie in dieser Broschüre nützliche Informationen:

- 🌐 alzheimer-nrw.de/wp-content/uploads/2020/03/InSel-Broschuere-Internet-Video-Selbsthilfe_WEB.pdf