

Die Gruppe wird angeboten in Kooperation mit der  
**Selbsthilfe-Kontaktstelle Köln**  
Marsilstein 4-6  
50676 Köln  
Tel. 0221-951542-23  
[www.selbsthilfekoeln.de](http://www.selbsthilfekoeln.de)

**Wie finden Sie uns?**  
**Ansprechpartnerinnen:**

Martina Haneklau,  
Fachberatung der Alexianer für Früherkrankte  
Brückenstr. 43-45  
50996 Köln  
Tel. 02203-3691-13177, [m.haneklau@alexianer.de](mailto:m.haneklau@alexianer.de)

Jutta Trump  
Gerontopsychiatrische Fachberatung der Alexianer  
Pastor-Paul-Milde-Str. 1  
51105 Köln-Poll  
Tel. 02203-3691-13176, [j.trump@alexianer.de](mailto:j.trump@alexianer.de)

Weitere Angebote für junge Menschen mit Demenz  
finden Sie auf der Homepage der Alexianer  
[www.alexianer-koeln.de](http://www.alexianer-koeln.de)



## Selbsthilfegruppe „Demenz“

### Wer sind wir?

In der Selbsthilfegruppe „Demenz“ treffen sich Frauen und Männer, die bereits im frühen Lebensalter die Diagnose „Demenz“ erhalten haben, die sich im Frühstadium der Erkrankung befinden oder die sich gerade einem Diagnoseverfahren unterziehen. Augenblicklich kommen Teilnehmer im Alter von Mitte fünfzig bis Mitte siebzig.

### Was wollen wir?

- Erfahrungen austauschen mit anderen Betroffenen und so Verständnis erfahren und entwickeln
- In Offenheit über Ängste und Schamgefühle sprechen dürfen
- Neue Wege suchen, die Hilfe und Unterstützung geben
- Über die Erkrankung sprechen lernen und Wünsche und Bedürfnisse aus Sicht der Betroffenen formulieren und manchmal auch öffentlich machen

(aus einer Themensammlung am Beginn der Gruppe 5/14)

### Wann und wo treffen wir uns?

Wir treffen uns jeden Donnerstag zwischen 10.15 und 11.45 Uhr in den Räumen der Selbsthilfe-Kontaktstelle, Nähe Neumarkt. Unsere Gruppe wird organisatorisch und inhaltlich begleitet von einer professionellen Fachkraft, die manche Alltäglichkeiten übernimmt, die wir aufgrund unserer Erkrankung nur mit großem Aufwand oder gar nicht hinbekommen. Einen Fahrdienst zur Gruppe können wir nicht anbieten. Während der Sommerferien in NRW findet die Gruppe nicht statt.

### Was kostet die Teilnahme?

Für die Teilnahme an den Treffen entstehen keine Kosten. Es wird lediglich ein kleiner Beitrag für Getränke fällig und manchmal für gemeinsame Aktivitäten.

### Wie können Sie teilnehmen?

Bitte nehmen Sie im Vorfeld eines ersten Besuches Kontakt zu Frau Martina Haneklau oder Jutta Trump (Kontakt Daten auf der Rückseite) auf.