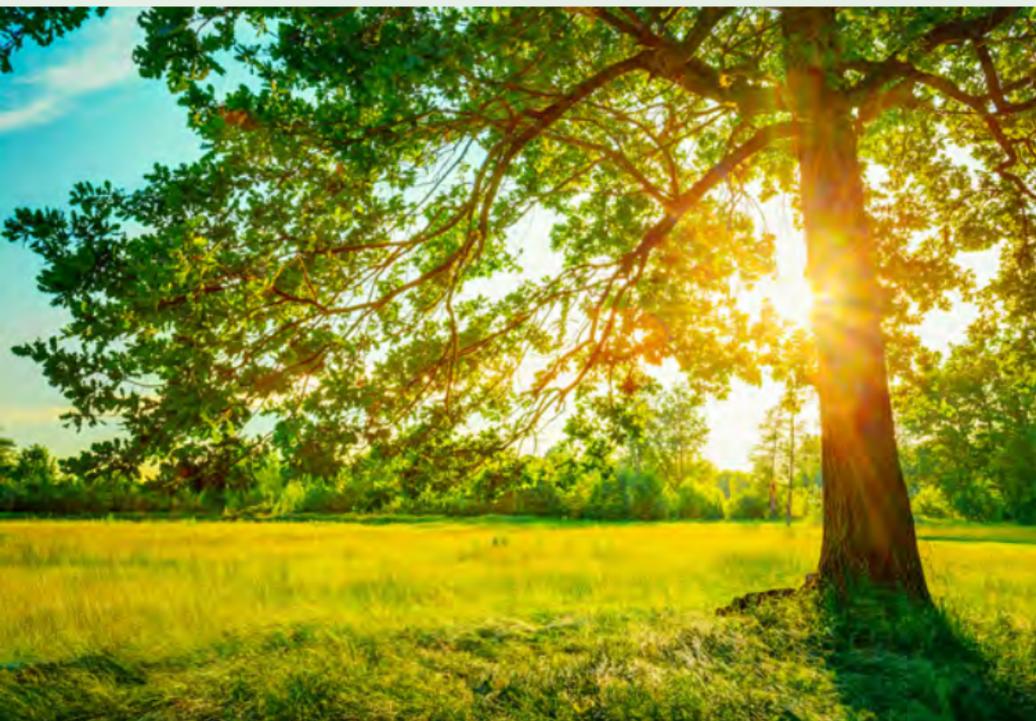


Landesverband der Alzheimer  
Gesellschaften NRW e.V.



# SeDum

Selbsthilfe im Bereich Demenz  
unterstützend ermöglichen

gefördert von: **BARMER**

## Projektbeschreibung

Das Projekt „SeDum – Selbsthilfe im Bereich Demenz unterstützend ermöglichen“ verfolgt das Ziel, Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen den Weg in die Selbsthilfe im Bereich Demenz zu erleichtern.

Es unterstützt die Gründung und Entwicklung von Selbsthilfegruppen vor Ort.

Das Leben mit der Erkrankung Demenz, insbesondere der Alzheimer-Krankheit, geht für die Betroffenen und ihnen nahestehende Personen mit vielen Herausforderungen einher. Die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe kann dabei unterstützen, den Umgang mit der Erkrankung besser zu bewältigen.

In Kooperation mit kommunalen/regionalen Partnern steht das Projekt „SeDum“ bei der Gründung von Selbsthilfegruppen im Bereich Demenz unterstützend zur Seite. Interessierte werden bei dem Aufbau und der Anleitung der Gruppen beraten. Bereits zu Beginn können die gegründeten Gruppen auf ein Netz von Ansprech- und Kooperationspartnern zurückgreifen, das ihnen bei der Selbstorganisation behilflich ist.

Art und Umfang der Unterstützung werden individuell an die Bedürfnisse der Gruppe angepasst.

# In Demenzselbsthilfegruppen...

- ...können sich Betroffene austauschen, denen die Herausforderungen der Erkrankung Demenz bekannt sind.
- ...können Gruppenteilnehmer über Erfahrungen sprechen.
- ...können sich die Teilnehmer gegenseitig Tipps geben.
- ...können Räume für gegenseitiges Zuhören, Trösten, Helfen und miteinander Lachen entstehen.



**Sedum** ist eine Pflanzengattung aus der Familie der Dickblattgewächse. Durch die Wasserspeicherung innerhalb ihrer Blätter hält sie längeren Phasen der Trockenheit stand. Diese versteckte Ressource ermöglicht ihr, auch in widrigen Umständen zu überleben.

Auch Selbsthilfekompetenzen sind nicht von außen sichtbar. Dennoch sind auch sie eine wichtige Ressource, um sich in schwierigen Lebenssituationen selbst zu helfen und neue Energie zu schöpfen.

# Kontakt

In einigen Teilen Nordrhein-Westfalens gibt es bisher kein Selbsthilfeangebot im Bereich Demenz. Wenn Sie in Ihrer Umgebung nicht auf ein solches Angebot für Menschen mit Demenz oder ihre Angehörigen zugreifen können, kontaktieren Sie uns gerne.

Das Angebot steht allen interessierten Personen offen, unabhängig von einer Mitgliedschaft beim Landesverband der Alzheimer Gesellschaften NRW e.V.

Wir unterstützen Sie gerne kostenfrei und unverbindlich bei der Gründung einer Selbsthilfegruppe.

V.i.S.d.P.

**Landesverband der Alzheimer  
Gesellschaften NRW e.V.**



1. Vorsitzende Frau Regina Schmidt-Zadel  
Bergische Landstraße 2  
40629 Düsseldorf  
[www.alzheimer-nrw.de](http://www.alzheimer-nrw.de)

Kontaktaufnahme unter  
Tel: 0211 – 24 08 69-19

„SeDum“ wird im Rahmen der Selbsthilfeförderung nach § 20 h Sozialgesetzbuch V finanziert durch die BARMER. Gewährleistungs- oder Leistungsansprüche gegenüber der Krankenkasse können daraus nicht erwachsen. Für die Inhalte und Gestaltung ist der Landesverband der Alzheimer Gesellschaften NRW e.V. verantwortlich.