

PÅRØRENDE

For de der har alvorlig sygdom tæt på

Alvorlig og langvarig sygdom påvirker ikke kun den syge, men livet og hverdagen ændrer sig i høj grad også for de pårørende. Det er ofte ikke kun en stor følelsesmæssig udfordring, men oveni følger ofte også praktiske og økonomiske bekymringer.

Gruppen er et fællesskab med ligesindede, hvor man lytter og fortæller om det at have alvorlige, kroniske eller livstruende sygdom i de nærmeste relationer. Det er vigtigt at understrege, at der ikke er tale om behandling eller terapi, men det er et rum til at dele det svære i et fællesskab, hvor man møder, genkender og får inspiration fra andre i samme situation.

Sammen med gruppen vil der være en fast frivillig gruppeleder, som sørger for at alle får taletid og holder fokus på dagens emne. Hver mødegang har et emne, som gruppen finder i samarbejde med den frivillige. Ideer til emner kunne være:

- når den hjemlige situation og hverdagen ændrer sig
- at finde vej og støtte i systemet
- at passe på sig selv og drage omsorg for en selv
- bekymringer for fremtiden

Til hver mødegang fortæller alle på skift om deres oplevelser og tanker om dagens emne. Der er tavshedspligt i gruppen. Gruppen er sammen i to timer, med en pause midtvejs og der vil være kaffe og the. Det er gratis at deltage.

Tid og sted

Gruppen mødes hver eller hver anden uge, 8 gange i alt. Møderne foregår en hverdag typisk fra kl. 16-18 i Frivilligcenter Aarhus' lokaler på Sønder Allé 33. Vi starter løbende grupper, når der er deltagere nok.

Tilmelding

Du tilmelder dig ved at kontakte Selvhjælpstilbuddet på selvhaelp@frivilligcenteraarhus.dk eller telefon 60 54 58 37.

