



**Alzheimer Gesellschaft  
Hamburg e. V.**  
**Selbsthilfe Demenz**

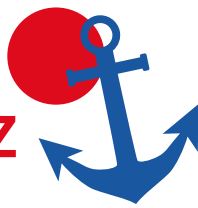


**ANKERPUNKT JUNGE DEMENZ**

# **ANKERBOJE - ONLINE TREFFPUNKT**

**Austausch für Jugendliche und  
junge Erwachsene von 16-27 Jahren**

# ANKERPUNKT JUNGE DEMENZ



## Online-GESPRÄCHSGRUPPE – Ankerboje – Online-Angehörigengruppe für Jugendliche und junge Erwachsene im Alter von 16-27 Jahren mit einem an Demenz erkrankten Elternteil

Eine Demenzdiagnose und die damit einhergehenden Veränderungen können verunsichern. Für alle Familienmitglieder bedeutet dies eine andere Lebenssituation sowie neue Rollen. Oftmals ist ein Austausch mit jungen Menschen in ähnlicher Situation hilfreich.

Unsere neue Gesprächsgruppe  
**Ankerboje – online Treffpunkt**  
ist ein Angebot im Rahmen des Projektes  
Ankerpunkt Junge Demenz

In unserer Gesprächsgruppe gibt es Austausch und Informationen. Ihr könnt von den Einsichten und Kenntnissen anderer profitieren und über eure Fragen und Herausforderungen sprechen. So könnt ihr euren eigenen Weg finden, mit der Erkrankung gut umzugehen.

## Worüber sprechen wir?

### DIE TEILNEHMER\*INNEN BESTIMMEN DIE INHALTE, DIE Z. B. SEIN KÖNNTEN:

- Aktive Auseinandersetzung mit der veränderten Lebenssituation
- familiäre Rollenveränderungen und Rollenkonflikte
- Balance zwischen Fürsorge und Abgrenzung
- Austausch von praktischen Tipps für den Alltag
- Wie gehen Familie/Freunde mit der Situation um?
- Strategien für den offenen Umgang mit den Besonderheiten
- Stärkung der Selbstfürsorge
- einen guten Umgang mit der Erkrankung finden

**Alle Inhalte sind streng vertraulich**

## Für wen?

Für Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 16 und 27 Jahren, die von der Demenz eines Elternteils betroffen sind. Du bringst die Bereitschaft für einen offenen Austausch zu Deiner Situation mit.

## Wann?

**Jeden dritten Donnerstag von 18:00-20:00 Uhr**  
Halbjährlich zwei ganztägige Präsenztreffen in Hamburg mit fachlichen Anteilen und viel Zeit für den persönlichen Austausch.

## Wo?

**Online. Wir bitten um Anmeldung.  
Die Teilnahme ist kostenfrei.**

## Beratungsbedarf?

Du wünschst Dir eine Unterstützung oder eine Beratung, aber momentan ist eine Gruppe nicht das Richtige für Dich?

Nach der Diagnose Demenz gibt es viele Fragen und Gedanken. Diese nehmen wir sehr ernst. Wir bieten eine persönliche Begleitung, um einen individuellen Weg für den Umgang mit der neuen Situation zu finden. Kontaktiere uns gern per Telefon oder mail.

## Du erreichst uns unter:



**STEFANIE KLINOWSKI**  
Tel.: 040 88 14 177 283



**CHRISTINE BERG**  
Tel.: 040 88 14 177 286

[ankerpunkt-junge-demenz@alzheimer-hamburg.de](mailto:ankerpunkt-junge-demenz@alzheimer-hamburg.de)

## KONTAKT



### Die Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

Wandsbeker Allee 68  
22041 Hamburg

info@alzheimer-hamburg.de  
www.alzheimer-hamburg.de

Telefon 040 88 14 177 0



**Alzheimer Telefon**  
**040 47 25 38**



Foto: Titel © Aleksandar Nakic by iStock

---

## Spenden & Mitgliedschaft

**IBAN: DE03 2005 0550 1234 1226**

**BIC: HASPDEHHXXX**

**Bank: Hamburger Sparkasse**

Mehr dazu unter:

**www.alzheimer-hamburg.de/spenden**

**info@alzheimer-hamburg.de**

oder direkt zu PayPal.



**Wir freuen uns  
über Spenden**



Gefördert wird das Angebot von  
der Deutschen Fernsehlotterie