

Chur

Ort Argo Wohnheim,
Gartenstrasse 16
Zeit 14.15 – 16.00 Uhr

Daten 22. Januar 2019
26. Februar 2019
25. März 2019
23. April 2019
28. Mai 2019
25. Juni 2019


Leitung Margrit Dobler, dipl. Sozialar-
beiterin HFS
Eliana Fässler, Demenzfachfrau

Davos

Ort Zentrum Guggerbach
Zeit 14.30– 16.30Uhr

Daten 9. Januar 2019
20. Februar 2019
13. März 2019
10. April 2019
8. Mai 2019
5. Juni 2019
10. Juli 2019

Leitung Paula Ammann,
Erwachsenenbildnerin SVEB2
Clara Deflorin, dipl. Pflegefach-
frau


In Zusammenarbeit mit 

Ilanz

Ort Argo Cafeteria, Asylweg 12
Zeit 14.00 – 16.00 Uhr

Daten 31. Januar 2019
28. Februar 2019
28. März 2019
25. April 2019
23. Mai 2019
27. Juni 2019

Leitung Curdin Casaulta
Rosita Valaulta-Vinzens

Mit freundlicher Unterstützung von 

Samedan

Ort Pro Senectute Graubünden,
Beratungsstelle Südbünden,
Sitzungszimmer, Via Retica 26
Zeit 14.30 – 16.00 Uhr

Daten 7. Januar 2019
4. Februar 2019
4. März 2019
1. April 2019
6. Mai 2019
3. Juni 2019
1. Juli 2019

Leitung Anna Bisaz, dipl. Sozialarbei-
terin FH, Pro Senectute
Graubünden
Flurina Auer, Alzheimer Grau-
bünden

In Zusammenarbeit mit 

Scuol / Zernez

Ort Pro Senectute Graubünden,
Beratungsstelle Südbünden,
Sitzungszimmer, Via Retica 26
Zeit 14.30 – 16.00 Uhr

Daten 7. Februar 2019
7. März 2019
4. April 2019
6. Juni 2019

Leitung Hermann Thom, dipl. Sozialar-
beiter FH, Pro Senectute Grau-
bünden
Sylvia Parth, Leiterin Bera-
tungsstelle Chüra

Thusis

Ort Sitzungszimmer Pro Senectute
Graubünden, Beratungsstelle
Mittelbünden, Neudorfstrasse 69
(vis à vis Coop-Zentrum)
Zeit 13.45 – 15.30 Uhr

Daten 9. Januar 2019
20. Februar 2019
6. März 2019
3. April 2019
1. Mai 2019
5. Juni 2019

Leitung Maria Untersander Zindel, dipl.
Sozialarbeiterin FH, Pro Senectu-
te Graubünden,
Anna Raschein, Alzheimer Grau-
bünden

In Zusammenarbeit mit 

«Ein Freund ist ein Mensch, der die Melodie deines Herzens kennt und sie dir vorspielt, wenn du sie vergessen hast.»

Albert Einstein

Die Betreuung und Pflege eines Angehörigen oder eines nahe stehenden Menschen ist eine grosse, sinnvolle Aufgabe. Sie fordert aber auch Kraft und Geduld. Meist geschieht diese Arbeit unbemerkt, still und unentgeltlich – Tag für Tag, oft über Monate oder sogar Jahre hinweg. Ein Gefühl der Unsicherheit und des Alleingelassenwerdens kann sich da einstellen. Ängste und Spannungen können den Alltag erschweren. Kontakte mit Menschen, die in ähnlich belastenden Lebenssituationen sind, können helfen, sich nicht alleine und überfordert zu fühlen.

In den begleiteten Gesprächsgruppen besteht die Möglichkeit, sich mit anderen Angehörigen auszutauschen. Themenspezifische Inputs durch Fachpersonen zeigen zudem auf, wo Hilfe zu bekommen ist und wie die eigenen Kräfte eingeteilt werden können.

Die Gruppenmitglieder ermutigen einander und unterstützen sich gegenseitig mit Zuhören und dem Austausch der vielfältigen Erfahrungen in belastenden – aber auch bereichernden Situationen. Pro Nachmittag wird auf ein spezifisches Thema eingegangen – je nach Bedürfnis und Wunsch der Teilnehmenden.

Gerne können Sie für einen Schnuppernachmittag und/oder weitere Auskünfte mit uns Kontakt aufnehmen.

Kontaktadressen

Geschäftsstelle

Alexanderstrasse 2, 7000 Chur
081 252 75 83

Fachstelle Bildung und Kultur

Alexanderstrasse 2, 7000 Chur
Fachstelle Sport und Bewegung
081 252 06 02

Beratungsstelle Chur/Nordbünden

Alexanderstrasse 2, 7000 Chur
081 252 44 24

Beratungsstellen Mittelbünden

Neudorfstrasse 69, 7430 Thusis
081 651 43 17

Promenade 43, 7270 Davos Platz 1
081 413 20 25

Beratungsstellen Südbünden

Via Reticca 26, 7503 Samedan
081 852 34 62

Sot Plaz 7, 7542 Susch
081 864 03 02

Beratungsstelle Surselva

Spitalstrasse 4, 7130 Ilanz
081 925 43 26

info@gr.prosenectute.ch
www.gr.prosenectute.ch

Unser PC-Konto: 70-850-8
IBAN: CH59 0900 0000 7000 0850 8



Gesprächsgruppen

für Angehörige und Bezugspersonen von Betagten und Kranken
1-2019

