



Selbsthilfegruppe für Pflegende Angehörige

Die Pflege und Betreuung eines Angehörigen kann eine schöne, aber auch belastende Aufgabe sein. Viele Fragen werden im Alltag aufgeworfen:

- Wie lange schaffe ich das alles noch?
- Wie blicke ich durch die vielen Anträge durch?
- Wann habe ich mal wieder Zeit für mich?
- Wer unterstützt mich?

In der neuen Selbsthilfegruppe ist es möglich, sich über diese und andere Themen auszutauschen, Erfahrungen gemeinsam zu besprechen und sich gegenseitig durch Tipps, Informationen und „Zuhören“ zu unterstützen.

Die Gespräche mit anderen Betroffenen bieten Entlastung und geben die Möglichkeit auch mal nur „Dampf abzulassen“.

Daneben bleibt auch Raum, sich für schöne Dinge, wie zum Beispiel ein Besuch im Café o.ä., zu verabreden.

Die Gruppentreffen sollen Mitte Juli 2018 starten und regelmäßig, mind. einmal im Monat stattfinden, in den Räumen des Paritätischen, Stapenhorststr. 5, 33615 Bielefeld.

Bei Interesse melden Sie sich gerne, Sie sind herzlich willkommen.

Weitere Informationen:

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Bielefeld
Stapenhorststr. 5
33615 Bielefeld
Telefon: 0521 96 406 70
Fax: 0521 96 406 97
pflegeselbsthilfe-bielefeld@paritaet-nrw.org
www.pflegeselbsthilfe-bielefeld.de

Stand: Mai 2018



Selbsthilfegruppe für Pflegende Angehörige

Die Pflege und Betreuung eines Angehörigen kann eine schöne, aber auch belastende Aufgabe sein. Viele Fragen werden im Alltag aufgeworfen:

- Wie lange schaffe ich das alles noch?
- Wie blicke ich durch die vielen Anträge durch?
- Wann habe ich mal wieder Zeit für mich?
- Wer unterstützt mich?

In der neuen Selbsthilfegruppe ist es möglich, sich über diese und andere Themen auszutauschen, Erfahrungen gemeinsam zu besprechen und sich gegenseitig durch Tipps, Informationen und „Zuhören“ zu unterstützen.

Die Gespräche mit anderen Betroffenen bieten Entlastung und geben die Möglichkeit auch mal nur „Dampf abzulassen“.

Daneben bleibt auch Raum, sich für schöne Dinge, wie zum Beispiel ein Besuch im Café o.ä., zu verabreden.

Die Gruppentreffen sollen Mitte Juli 2018 starten und regelmäßig, mind. einmal im Monat stattfinden, in den Räumen des Paritätischen, Stapenhorststr. 5, 33615 Bielefeld.

Bei Interesse melden Sie sich gerne, Sie sind herzlich willkommen.

Weitere Informationen:

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Bielefeld
Stapenhorststr. 5
33615 Bielefeld
Telefon: 0521 96 406 70
Fax: 0521 96 406 97
pflegeselbsthilfe-bielefeld@paritaet-nrw.org
www.pflegeselbsthilfe-bielefeld.de

Stand: Mai 2018